

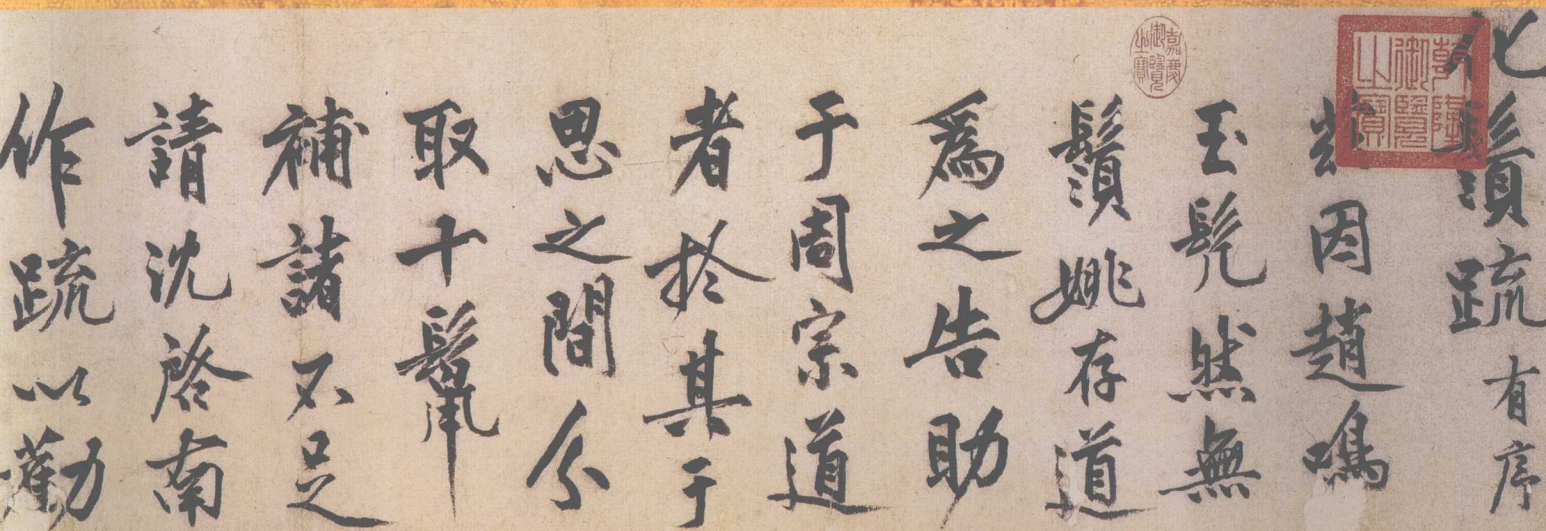
沈周是开吴门书画风气之先、
为明代独领风骚的书法巨匠！他的
书学刻意越过时尚的馆阁体和赵体，
直追宋代黄山谷之尚意书风。故其
书法，笔力道劲沉着，瘦硬有神，然
因其人品敦厚谦恭，使其书风显现
出一种去尽尘滓的甘醇韵味！

书艺珍品
赏析
第六辑

书法名家·明代

沈周

方展里 著



书艺珍品赏析系列

10个书法概念暨50位书法名家

第一辑·书法概念

- 书法简史
- 书体介绍
- 书写的技法
- 书写的工具
- 如何欣赏书法

第二辑·书法名家

- 王羲之(东晋)
- 王献之及王氏一门(东晋)
- 欧阳询·虞世南(唐代)
- 褚遂良(唐代)
- 孙过庭(唐代)

第三辑·书法名家

- 李邕(唐代)
- 颜真卿(唐代)
- 张旭·怀素(唐代)
- 李阳冰(唐代)
- 柳公权(唐代)

第四辑·书法名家

- 杨凝式(五代)
- 蔡襄(北宋)
- 苏轼(北宋)
- 黄庭坚(北宋)
- 米芾(北宋)

第五辑·书法名家

- 赵佶(宋徽宗)(北宋)
- 陆游·范成大(南宋)
- 张即之(南宋)
- 赵孟頫(元代)
- 鲜于枢(元代)

第六辑·书法名家

- 康里巎巎(元代)
- 杨维桢(元代)
- 宋克·沈度·沈粲(明代)
- 沈周(明代)
- 祝允明(明代)

第七辑·书法名家

- 文徵明(明代)
- 陈淳(明代)
- 王宠(明代)
- 徐渭(明代)
- 董其昌(明代)

第八辑·书法名家

- 张瑞图(明代)
- 黄道周(明代)
- 倪元璐(明代)
- 王铎(清代)
- 傅山(清代)

第九辑·书法名家

- 金农(清代)
- 郑燮(清代)
- 刘墉(清代)
- 钱沅(清代)
- 邓石如(清代)

第十辑·书法名家

- 伊秉绶(清代)
- 何绍基(清代)
- 赵之谦(清代)
- 吴昌硕(清代)
- 齐白石(民国)

第十一辑·书法名家

- 于右任(民国)
- 李叔同(民国)
- 溥心畲(民国)
- 曹秋圃(民国)
- 台静农(民国)

第十二辑·书法概念

- 碑帖艺术
- 书法空间艺术
- 书法美术馆巡礼
- 书法与其他艺术的关系
- 书法与生活

● 已出版

《书艺珍品赏析》值得您细细品赏

书法是中国历代文人透过书写将个人的文艺涵养、审美追求，直接显露的一种艺术形式。我们从古今书法家的作品中，追想他们挥毫运笔时的情景；也从纸绢的墨痕中，寻思他们内心的悲、喜、忧、乐。欣赏书法，是忙碌紧张的现代人在精神生活上的极佳选择，但在中国三千年的书法历史中，墨迹碑拓浩如烟海，实不易尽窥。所幸这套《书艺珍品赏析》系列60册，精选了50本书家专册与10本书法概念专题。内容深入浅出，版面精致典雅。我很乐意向爱好书法的朋友们，推荐这套值得细细品赏的好书。

实践大学副教授：卢廷清

透过书法，得与历史对话

虽然我们常说“书画同源”，但中国书法和绘画仍有很大的不同。绘画是再现艺术，一个画家可以将自然界雄浑或秀丽的景色绘入画中。书法则不同，它是非再现性的。书法中并无“写生”，临摹古代大师的法书一进是学习书法的不二法门。我们初学执笔，便开始临摹古代大师的杰作，从一点一画到结字章法，我们在反复的临摹观赏中，逐渐熟悉各种杰作的书法语言，并深入到历代大师的精神世界。即使是一位有很深造诣的书法家，也依然会不断地回到古代的经典，温故知新，寻求突破。书法艺术就是持续的历史性对话，在跨越时空的对话中，中国书法的伟大传统得以延续和发扬光大。

这套《书艺珍品赏析》丛书，为我们学习书法经典提供了绝佳的条件。

美国波士顿大学艺术史系教授：白谦慎

书艺珍品 赏 析 第 六 辑

图书在版编目(CIP)数据

书艺珍品赏析. 第六辑 / 洪文庆 主编. —长沙: 湖南美术出版社, 2008.1

ISBN 978-7-5356-2833-6

I. 书... II. 洪... III. 汉字—书法—鉴赏—中国
IV. J292.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第184324号

本书中文简体字版由台湾石
头出版股份有限公司提供

版权所有 翻版必究
版权登记号: 18-2007-115

书艺珍品赏析 第六辑

沈 周

主 编: 洪文庆

著 者: 方展里

责任编辑: 李 坚

责任校对: 李奇志

装帧设计: 海 玉

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经 销: 湖南省新华书店

制版印刷: 湖南东方速印科技股份有限公司

开 本: 889×1194 1/16

印 张: 10

版 次: 2008年2月第1版

2008年2月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5356-2833-6

定 价: 75.00元(共5册)

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-4787105

邮 编: 410016

网 址: <http://www.arts-press.com/>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题,

请与印刷厂联系调换。

目 录

沈 周(1427-1509)-----	1
自题《庐山高图》-----	4
自题《画山水》-----	6
题刘钰《清白轩图》-----	8
自题《画山水》-----	10
题林浦《手札二帖》-----	12
自题《参天特秀》-----	14
《化须疏》-----	16
自题《夜坐图》-----	18
自题《写书卷》-----	20
自题《崇山修竹》-----	22
《落花图并诗》引首-----	24
跋米芾《蜀素帖》-----	26
书《七言绝句》-----	28
论沈周的书法及其影响-----	30
沈周和他的时代-----	31

沈周 (1427~1509)

沈周，字启南，号石田，晚号白石翁，江苏长洲县（今江苏吴县）人。他生于明宣宗宣德二年（1427年），卒于明武宗正德四年（1509年）。

其祖居长洲城中，曾祖父沈良琛始移居至长洲相城，他精通书画鉴赏，是画家王蒙的好友，王蒙曾月夜访之，并赠以画作。祖父沈澄，字孟渊，在永乐初以人才被征入朝，因觉个性与仕途不合而不受官，旋即称病归隐，以诗书礼仪为业；并工诗能画，精于鉴赏亦收藏书画。沈周的伯父沈贞和父亲沈恒于诗、画亦甚有造诣，作画是为了兴趣和陶冶性情，他们不求功名，终身不仕。明吴宽在记述沈周父亲的事迹时说：“沈氏自征士以下，以高节自持，不乐仕进，子孙以为家法。”而沈周也遵

从家训，效法父亲、伯父不逐功名。他自幼受到祖父、伯父和父亲的教导，家庭熏陶，并受教于名师，七岁时以陈宽为师学习诗文。因其聪明过人，故在早年于诗文方面就已有突出表现。

沈周的父亲沈恒曾被推选为粮长，粮长之职实为苦差，不但要负责缴纳沉重的赋税，还要把所征粮米解运至南京户部官府。沈周十五岁时，代父赴南京听宣，当时的南京巡抚崔恭雅好文学，对沈周作的百韵诗感到惊奇，疑非沈周所能，于是，他以金陵名胜“凤凰台”为



佚名《沈周画像》清殿藏本

沈周为明代吴门画派之开创者，在中国美术史上有极为重要的地位。这是他八十岁的画像，画像上，有沈周八句题诗：“人谓眼差小，人说颐太窄，我自不能知，亦不知其失。面目何足较，但恐有□德，苟且八十年，今与死隔壁。”本幅无作者名款，据考应为赵中美所画。画中沈周头戴幅巾，身披布衣，双手笼袖，须疏而白拂于胸前，目光炯然有神。

题，面试沈周才学。沈周文思敏捷，当时援笔立就，作《凤凰台歌》一首呈上。崔巡抚读后大为欣赏，称赞沈周有王子安（王勃）之才，于是传檄有司，免除沈恒的粮长差事。

沈周奉敬父母，友爱兄弟。胞弟沈召患有肺病，在被征服劳役时，沈周写下《继南执役》一诗：“负重怜年少，红尘逐病身；既为执役者，莫作晏眠人。官里求诛教，民间给用贫；余情不堪道；相对但沾巾。”诗中充满同情和关怀。其弟病重时，他陪同弟起卧年

余之久，沈召病逝后，他抚侄如子。其妹不幸守寡，他也养其终身。

沈周为人宽厚仁慈，富有同情心和悲悯的情怀。从沈周的诗《悯禾》、《苦雨》、《决堤行》等作，可见他对村人疾苦的关注。他乐于助人，对有急难者，求无不应。他平易近人，贩夫牧竖持纸索画，不见难色。有因生活贫困者，假造其画求售，来请题字，沈周亦慨然应允，因他认为作画题字乃是易事，有助于人，何乐不为。邻里有一孤单老者，家遭火灾，无处可去，他即请来家中同住，一直到老人去世为止。

沈周心胸宽阔，不计个人得失。据《明史·沈周传》所载，沈周曾被误征至太守察院做画工，有人劝沈周找权贵说情，免除劳役。但沈周不愿如此，他说：“前往服役，是我应尽的本分，请权贵

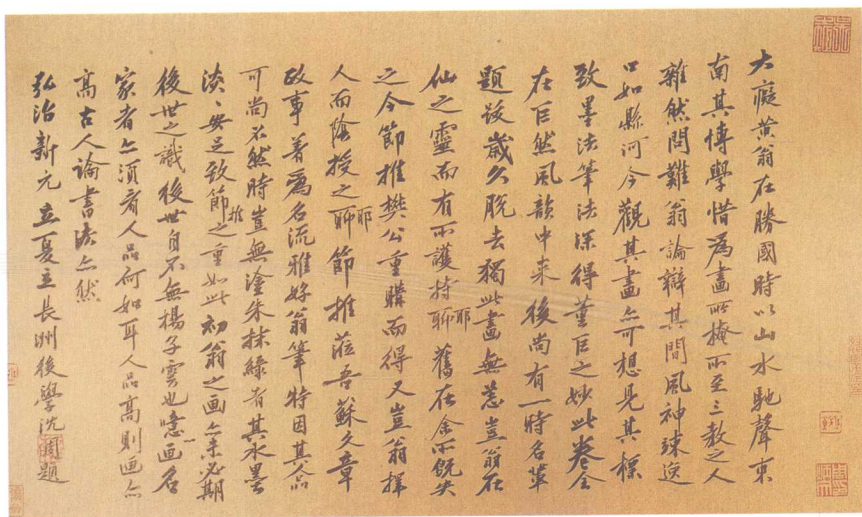
人士关说，岂能不辱人格！”于是他前往供役。沈周这种不以自己为高贵的心怀，不请权贵关说的风骨，令人钦敬。曾有邻人找不到物品，误以沈周之物为其所有，沈周全不与之分辨，和气地将东西送给他。后来邻人找到失物，到沈周家里归还物品，表达歉意，沈周只笑着轻问：“这件物品不是你的吧？”于是邻人释怀而归。另有一位访客，惊讶地发现沈周家中书架上藏有一本古书，这书是沈周用高价买来的，访友指出那是他遗失已久的书籍，并说出其中的一些特

征，沈周立刻将书奉还失主，对卖书人姓名，始终不提。相对的，沈周家中珍藏有黄公望的画作《富春山居图》，是沈周极爱的名画，因送请友人题跋，最后为其友人之子乾没，卖与他人，沈周虽然痛失名画，也无恶言相向。在该画失去一年之后，他凭记忆追摹画成《富春山居图》一卷。

其后，此二卷《富春山居图》皆归收藏家樊舜举所有，樊来请沈周题跋，沈周在黄公望之画题跋说：“旧在余所，既失之，今推节樊公重购而得，又岂翁择人而阴授耶。（节录）”在自画中所题之跋，言及其失画后追摹情形，文中不提夺画者之姓氏，可见沈周有过人之修养，宽人律己、隐恶扬善是他一向处世为人的态度。

沈周极为谦虚，我们可从一则题词见之，他在成化壬寅的《山水》册页题跋：“余性好写山水，然不得作者之三昧，为之不足。以兴至，则信手挥染，用消闲居饱饭而已，亦无意于窥媚于人。周君惟德装此册，求余久矣，或岁成一纸或月连数纸，通五年，积有二十二翻，惟德之意亦勤矣。画成复索其跋，久而不易之意，卑巧取豪夺者见而自沮，吁！惟德之意赘矣，余画固不足于己，安足于人，不足于人，而取夺何致耶，饥鸢腐鼠之饥，惟德清自任焉。一笑。”从这些题词中可见为人之谦和及慷慨。由于他“无意于窥媚于人”，故能有不为事物所役、不为得失所羁和不求名利的心。他的书画是兴至而作，“或岁成一纸，或月连数纸”，是以书画为乐，顺其自然的。

沈周甚为好学，他博览群书，寄情书画，画成则自题诗文，顷刻立成数百言，图文并茂。其诗文、书、画造诣精湛，名满天下。沈周之画，其友吴宽在题跋中说：“山水、竹木、花果、虫鸟无乎不具，其亦能矣。近时画家可以此者，惟钱塘戴文进一人，然文进之能止于画耳，若夫吮墨之余缀以短句，随物赋形各极其趣，则翁当独步今日也。



沈周《题黄公望富春山居图》1488年 纸本

台北故宫博物院藏

沈周六十二岁时，收藏家樊舜举携来此卷请他题跋，而重见了这件原为他所珍藏的黄公望名迹，并为之题一长跋。跋中他推崇黄公望之画品人品，并说黄的笔法深得董巨之妙，此卷全从巨然风韵中来。沈周题跋时，似有很深的感慨，心情也无法平静，以致有两“耶”字写错重写，“推”字也脱字再补，这种情形对沈周来说，是未曾有过的。



沈周《萱花秋葵图》石刻(马琳摄) 位于苏州唐寅墓

此沈周写生册石刻，因苏州人对其推崇而选择其著名花卉画刻着，一方面纪念，一方面装饰。此作乃根据现藏中国美术馆的《萱花秋葵图》(卷，纸本，设色，21.2厘米×114.8厘米)所刻，原作品没骨笔法流畅，设色柔和婉约，五言题画诗则以擅长用之中锋书写，字字转折处有劲力，且“此意”二字相当有山谷字之味道。



沈周《仿黄公望富春山居图》局部 1487年 纸本 水墨 36.8厘米×855厘米 北京故宫博物院藏

黄公望对沈周的绘画影响甚大，明李日华说：“石田绘事，中年以子久为宗，晚年则醉心于梅道人。”沈周曾收藏黄公望此一名作，后失去，沈周即凭记忆仿作一卷，作于成化二十三年（1487年）中秋日。从沈周对原画之熟悉程度，可见他平日在学黄公望时极其用心。

王穉登亦在其著作中将沈周的作品列为神品，并说：“先生绘事为当代第一，山水、人物、花竹、禽鱼悉入神品。其画自唐末名流及胜国诸贤，上下千载，纵横百辈，先生兼总条贯，莫不揽其精微。每营一障，则长林巨壑，小市寒墟，高明委曲，风趣冷然。使夫揽者，若云雾生于屋中，山川集于几上。”又“一时名士如唐寅、文壁之流，咸出龙门，往往致于风云之表，信乎国朝画苑，不知谁当并驱也。”其艺术成就之高，为明代第一。

王鏊称沈周的书法“书法涪翁，遒劲奇倔”。沈周书无俗态，并有书卷气，乃因其品格高尚、学问淹贯，因书法是人品、学识、天分、胸襟的综合表现。在书法结构方面，其字的中宫紧密而向左右舒放，于端正中带有动感；用笔方面，刚劲中含有清奇。故其书疏秀凝厚，风神潇洒。其扎实的结体、雄强的笔力和朴实无华的特质，也是其个性的体现，古人“字如其人”之说可从沈周身上得到印证。

他一生淡薄名利、清心寡欲、表里如一、恬淡处世。当时沈周虽不参加科举考试，但因有名望曾被推举入朝为官，然沈周并不为之所

动。他不愿为官，而乐意过可以无拘无碍接近大自然的清苦的生活，这亦是其能优游于艺之重要原因。正因为他有高贵的品德，所以他的书画亦能有很高的格调，书画和人格是一致的。

沈周至老精神矍铄，聪明不衰，晚年的书法亦神采飞扬、遒劲雄

健，到达人书俱老的境界。至临终之年，犹书画不辍。病危，老友王鏊刚辞官归返，急派人慰问，他尚能题诗答云：“勇退归来说宰公，此机超出万人中。门前车马多如许，哪有心情问病翁。”不久，病逝于长洲相城，年八十三。王鏊为他写墓志，弟子文徵明撰写行状。



苏州 拙政园 拜文揖沉之斋(洪文庆摄)

沈周无论是人品、学问、艺术成就皆可说是当时首屈一指，苏州人尤其推崇，可从沈周书画的友人题款、交游以及后辈诗文歌颂皆易窥得。此斋位于拙政园倒影楼一楼，而该园于嘉靖年间建成，四百年来屡换园主。光绪二十年时西园园主张履谦为纪念其所景仰的文、沈而建“倒影楼”并作“拜文揖沉之斋”于一楼以兹纪念，另将私藏之沈周、文徵明画像、《王氏(王献臣)拙政园记》拓片，以及俞粟庐书《补园记》石刻嵌在左右两壁。

自题《庐山高图》

1467年 轴 纸本
台北故宫博物院藏

明 成化三年（1467年）沈周四十一岁作《庐山高图》，为贺其师陈宽七十大寿。沈周的老师陈宽，字孟贤，号醒庵，其父陈继是沈周的伯父沈贞和父亲沈恒的老师。其祖陈汝言与王蒙、倪雲林有交往，擅画竹、山水，是元四家的继承者。在沈周七岁时，陈宽因其父与沈家的关系，而来沈家教导沈周学习诗文，他继承家学，精通诗文，擅长唐律，气质高雅，甚有高士风仪。因陈宽祖籍江西，故沈周以庐山为题，用高山仰止之意，颂赞其师人格高尚、学问渊博。陈宽在沈周心中的地位崇高，对沈周人格和学问的养成甚有影响力。沈周师事陈宽学习作文写诗，打下了良好基础，沈周所作的诗文，皆能情与景合，景与情合，言之有物，其诗不至无病呻吟，流于空泛，是得力于陈宽的教导。大约在沈周十五岁时，少年的沈周表现极为优异，而陈宽逝去。

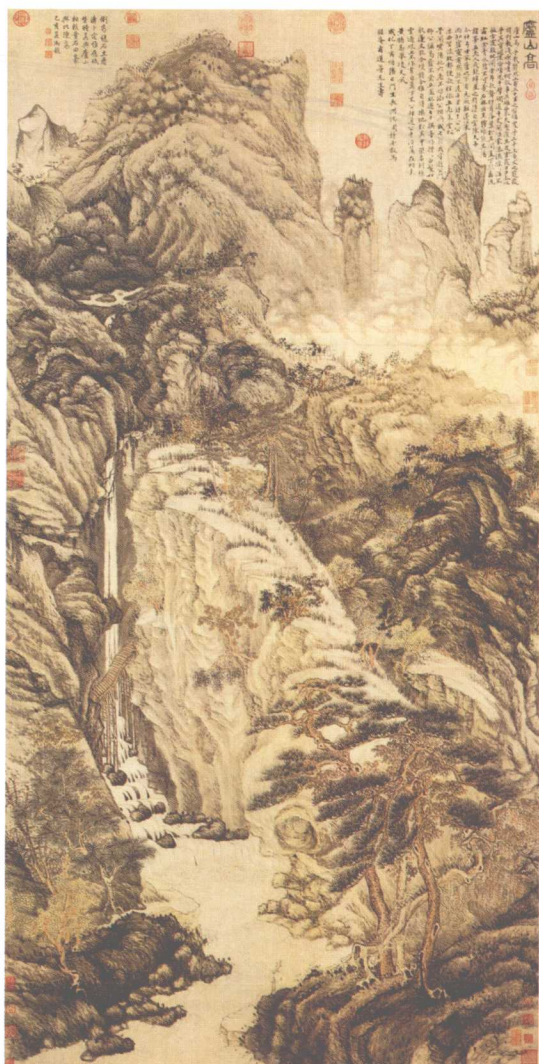
陈宽去世后，沈周以杜琼为师，杜琼亦为陈继弟子，与沈家渊源很深。

本幅画及题诗为沈周最早出现的大幅作品，193.8厘米宽98.1厘米



左图：明 沈贞《秋林观瀑图》1425年 轴 纸本 设色 143厘米×61厘米 苏州市博物馆藏

沈贞为沈周之伯父，沈周绘画曾受其教导与熏陶。沈贞作画一向严谨且细致，此幅为其年轻时期(26岁)的作品，无论用笔皴法、山石的结构，以及山势、树木、瀑布、烟云等整体布局，皆经仔细的经营安排。



右图：沈周《庐山高图》局部 轴 纸本 设色 193.8厘米×98.1厘米 台北故宫博物院藏

沈周作此图时为四十一岁，本幅正是大幅作品。笔法精细，虽效王蒙皴法，而用笔雄健道劲，颇见功力。画中高山突起，群峰参差，云光流动，极为精采。此画为沈周贺其师陈宽七十大寿而作，故全力以赴，特为用心。

米，在画风上深受王蒙影响，皴法细密。主峰有瀑布飞流直下，气势雄伟。沈周早期学画源自家授，受伯父和父亲教导和熏陶，其后从杜琼学画，他们都学王蒙的画法。

在沈周的作品中，四十岁以前所作现存甚少，亦未见有大幅之作，四十以后才有大幅出现，因此有研究书法的学者认为：沈周在四十后之画改为大幅，同时沈周始学



明 杜琮《山水图》轴 纸本 设色 122.5厘米×39厘米 北京故宫博物院藏

杜琮(1396~1474年),字用嘉,苏州人,人尊东原先生。沈周绘画除家学熏陶外,曾师从杜琮。此幅山水图之山石用笔得王蒙笔意多,使用披麻皴法,构图则相当紧密,一层一层山石堆砌加上左右不对称的烟云空间营造出深远之感。沈周《庐山高图》的用笔、空间营造与杜琮相当类似。



黄庭坚书体,因其原来字体不足应付题大幅画作之需,必须改变。然而沈周真正认真学习黄山谷应在五十岁左右,这可以从沈周的书法风格的转变得印证。此时的书法尚未有仿黄庭坚的书体出现,沈周较早期书法尚未完全脱离家庭和老师的影 响,因他的书法仍在求变的酝酿中,同时兼有广学前代名家法书的痕迹,似可以见到有晋人、唐人、宋米芾、黄庭坚、元赵孟頫等多种风貌。

《庐山高图》上题有篆书“庐山高”三字,字较大,古朴遒劲,其下题有长诗是一篇古体诗赋,以工丽潇洒的楷体书写,十四行诗句

加上款识,共有三百余字,首列自左至右之安排十分整齐,而末列为配合画面,参差不一,与起伏的远峰连成一片,减少了画中的空白,使整幅画的构图更为充实和饱满,也与稠密的笔意更为协调。

本幅书体以楷为主,因题字甚多,字不大,开始书写时较小,后较放开,字体亦略大。书写时,有从容不迫之感,朴素自然,无一般楷书易成之呆板。引首的三篆字写得中规中矩。沈周的书法以行书为主,篆体甚为少见,因篆书较为正式,有严肃慎重的含义,楷字端正规矩,安静祥穆,看出他是以庄重恭谨的心情,表达对老师崇敬之意。

自题《画山水》

约1470年 轴 纸本
台北故宫博物院藏

本作品没有明确的记年，但从画中题跋及画风推断为沈周四十余岁时的作品，年代约在公元1470年左右，沈自题：“米不米，黄不黄，淋漓水墨余清苍，掷笔大笑我欲狂，自耻嫫母希毛嫫，于乎，自耻嫫母希毛嫫。”米是指宋代的米芾，黄是元代的黄公望。米芾的画人称之为米点山水，即以有浓有淡的横点来点染，并运用多种墨法的变化，构成了烟雨云蒸的景致，为其山水之特色。黄公望为元四大家之一，他师法董源巨然，逸趣天成，超脱物象。沈周对他们甚为仰崇，希望他的画中能得到米芾烟雨的意境，也能有黄公望的笔法，使米黄结合为一，画非米非黄，而亦有米有黄。沈周在描绘远景的山峰表现出米氏水墨淋漓的云山，而近境的石树中也有王蒙、黄公望等家的技法，沈周吸收诸家之长，融为己有。画成时想必沈对此画应是满意的，故有“淋漓水墨余清苍”之句，然而在沈周题辞中沈却自谦地把自己的画比如“嫫母”、以“拙恶”及“误索”等词句来形容其画。古人往往自谦，而沈周尤甚，他学问淹贯，不求名利，更是心怀若谷。

本幅是刘珏（字廷美）和沈周一起喝酒，刘珏在酒后向沈周索画，沈周随即提笔铺纸作画，画成即赠刘珏。刘珏与沈家有姻亲关系，他也是沈周的长辈，与沈周情谊介于师友之间。沈周自题说：“廷美不以予拙恶见鄙，每一相觐，辄牵挽需索。不间醒醉冗暇。风雨寒暑。甚至张灯亦强之。”可见沈周为人非常慷慨。沈周赠送友人的作品甚多，不可胜计。

本幅沈周有二段款题，由于画随意豪放，字亦和画相应，画与字都自然活泼，不知是否与借酒助兴

有关。沈周原是不会喝酒的人，多喝即醉，他常常是为了陪他的父亲而喝一点酒，有时是为了陪友同乐。其时沈周的书法虽尚未专学黄庭坚，但他家中藏有米芾和黄庭坚的真迹，也学过他们的书法，有趣的是，本篇书风也有点似米不米似黄不黄的巧合。其书法在流畅中带有动感，潇洒率意，一气呵成，用笔中流露出

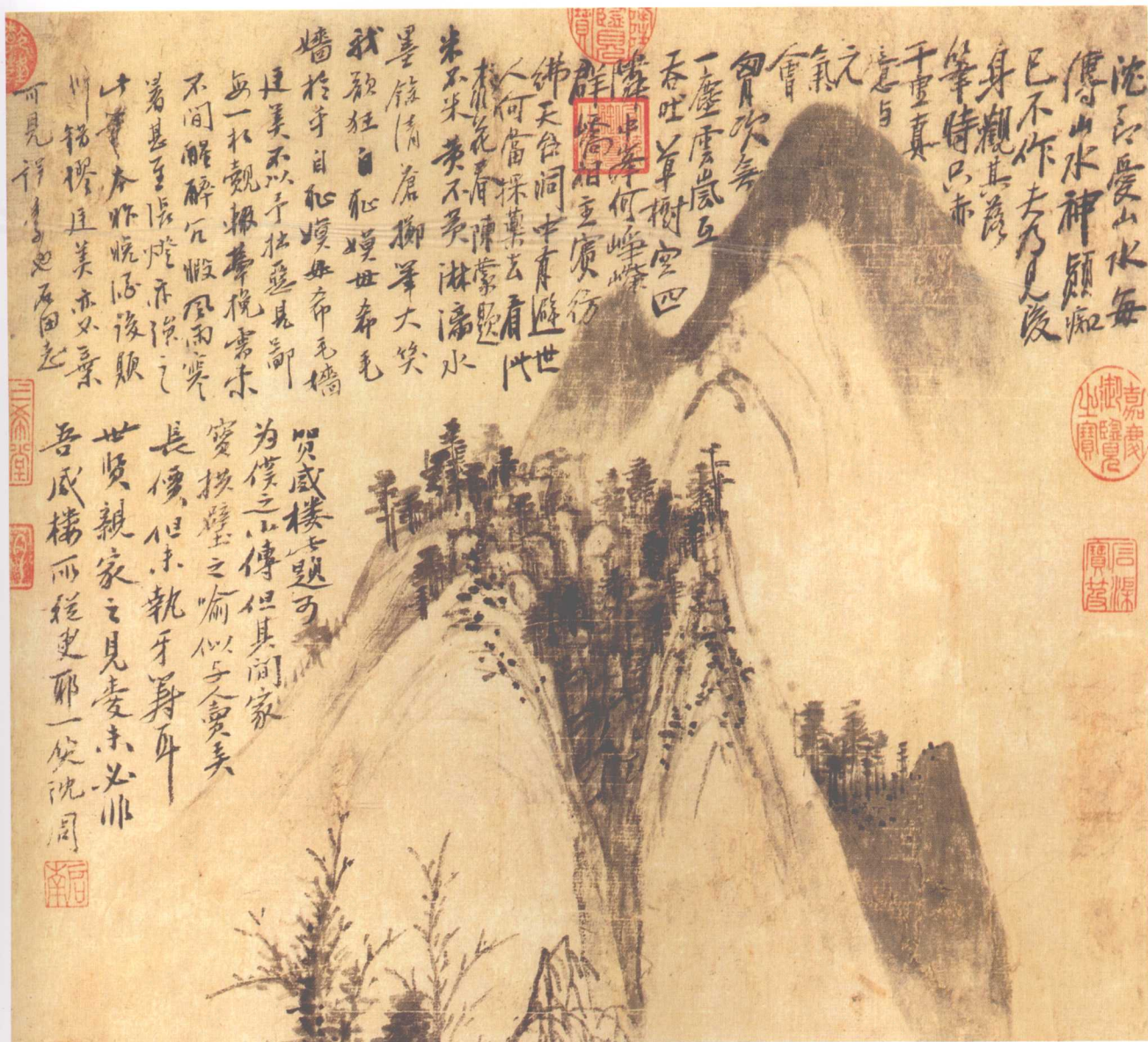
挺拔的个人特色。全篇字体有大有小，长短不一，十分自然。在字形结构上多有变化，如起首六个字“米不米，黄不黄”有重复的字，但各有不同造型，绝无雷同。沈周的书法已无赵孟頫痕迹，也脱离家庭影响，有综合各家特点。他似乎陶然沉醉在笔墨中，不去顾及书画的工拙，而得奔逸的意气，亦因其不求甚工，较为随意，故能生动自然，毫无造作，正是无意于佳乃佳，沈周书法往往如此。

画之右上有陈蒙题诗一首，陈为沈周内兄，故对沈周的生活种种及性情等十分熟悉，诗中有生动的



沈周《画山水》轴 纸本 水墨 35.7厘米×43.1厘米 台北故宫博物院藏

描述，表现了沈周的内心真实情形。以沈周第二段题款有：“贺盛楼此题，可为仆之小传。”之句，应指陈蒙之题诗而言，“贺盛楼”或为陈蒙之号。沈周约于十八岁与陈原嗣之女即陈蒙之妹结婚，夫妻感情甚笃。刘珏卒于成化八年（1472年）沈周作《哭刘完庵》七言律诗，诗中有“半生知己酬清泪，一夜伤心变白头”之句。陈蒙卒于成化十八年（1482年），沈周也以诗悼之。成化二十二年（1486年）沈周夫人去世，沈周极为悲痛，葬之于吴县西山。



释文：沈郎爱山水。每传山水神。颠痴已不作。夫乃见后身。观其落笔时。只亦千里真。意与元气会。胸次无一尘。云岚互吞吐。草树空四邻。中峰何峥嵘。群峯相主宾。仿佛天台洞。中有避世人。何当采药去。看此桃花春。陈蒙题。

释文：米不米，黄不黄，淋漓水墨余清苍。掷笔大笑我欲狂，自耻嫫母希毛嫫，于乎！自耻嫫母希毛嫫。廷美不以予拙恶见鄙，每一相覩，辄牵挽需索，不间醒醉冗暇，风雨寒暑，甚至张灯亦强之。此□本昨晚酒后，颠□错谬，廷美亦不弃，可见□索也。石田志。

释文：贺盛楼此题，可为仆之小传。但其间家宝拱壁之喻，似与人卖弄长价，但未执牙筹耳。世贤亲家之见爱，未必非吾盛楼所从史耶。一笑。沈周。

宋 米芾
《春山瑞松》轴
纸本 设色
35 厘米 ×
44.1 厘米 台北故
宫博物院藏

宋米芾、米友仁父子开创了被称为“米氏云山”的新绘画风格，表现烟云变幻、雾气空的意境。现在大米的山水真迹

几已无存，小米的画作唯有几件而已。本幅清《石渠宝笈》题为“宋人春山瑞松图”，因有宋高宗之题识，而确认其为南宋之前的作品，因米芾之前无人有类似画风，故改定为米芾所画。



题刘珏《清白轩图》

1474年 轴 纸本
台北故宫博物院藏

画为刘珏(1410~1472年)于天顺二年(1458年)所作,时刘珏四十八岁,沈周三十二岁。后来沈周为此图题款,时为成化十年(1474年),沈周已经四十八岁。

《清白轩图》中有沈周的祖父、父亲和沈周三代人的题字,沈周书法启蒙源自家教,从其祖父和伯父、父亲的书法,可以了解沈周早期书法面貌。沈周祖父沈澄之书,撇捺舒展,安和宽博,带有赵孟頫之风;其父沈恒之书工稳端正,整齐清秀,介于赵孟頫、沈度之间,必然也学过二王和欧阳询。他们受时代所限,未能突破时尚潮流。其中刘珏、冯篴、薛英等人之书法,与沈澄父子也有相近之处。

有关沈周诗书画的师承,他在七岁时从陈宽学诗文,但因沈周极其聪明,有青出于蓝之态,后来陈宽遂逊去。他另一老师为杜琼,曾是其父沈恒学画启蒙的老师,后来沈周亦随杜琼学画,其时沈周大约十五六岁。所以,沈周早年最重要的教育来自家庭,他受到祖父、父亲、伯父的熏陶和教导,因他们都是饱学之士,故沈周能有深厚的根基。沈周早年的书法也是从他们学习而来,沈周学诗文最早,其后学绘画都另聘老师特别指导,唯有书法是从家庭教育和自我学习而来。沈家的收藏甚为丰富,有不少宋人书法的真迹,其中苏、黄、米等名帖对沈书法的形成甚有帮助。

沈周在五十岁以前,是他书法酝酿改变的阶段,其时虽沈周的书法更趋成熟老练,用行楷书题画得心应手,但沈周似对自己的书风不甚满意,有意求变。他对时尚众人所推崇的赵孟頫和二沈的“馆阁”书体是不满的,而有意向备受时人排斥批评的宋代书家学习,这是他在艺术上有过人的敏锐,因走向馆阁之路必然万劫不复。“馆阁”和



左图:明 沈贞《竹庐山房》1471年 轴 纸本 设色 115.5厘米×35厘米 辽宁博物馆藏

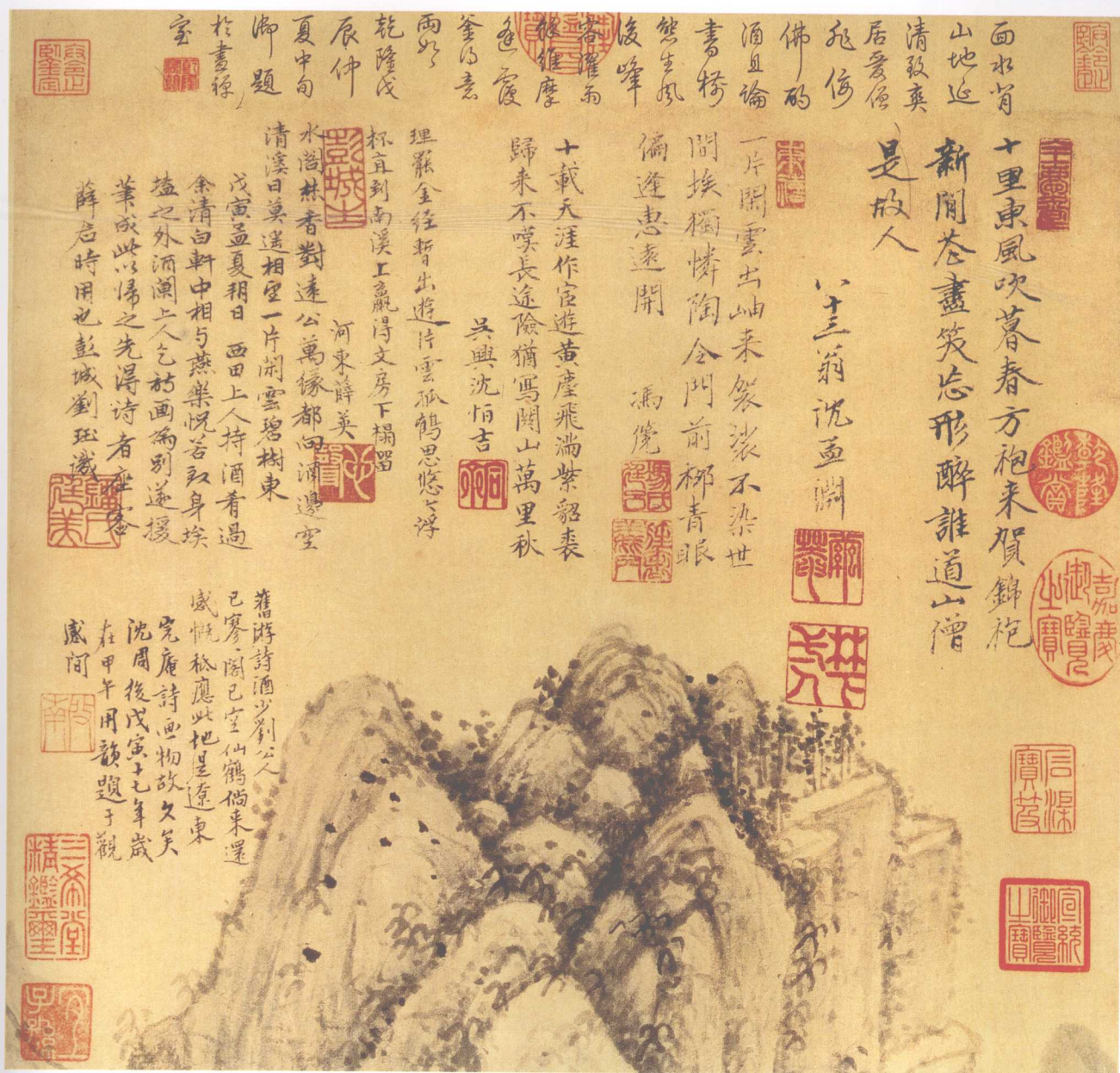
此图作于成化七年(1471年),画中描绘沈贞游毗陵经山房,受普照师父款待,并与之在竹庐谈聚的情形。该画以王蒙画风为主,兼有吴镇及倪瓒笔意,用笔道劲,墨色浑厚,并以平衡稳定的结构,营造出静穆的气氛。



右图:明 刘珏《清白轩图》1458年 轴 纸本 97.2厘米×35.4厘米 台北故宫博物院藏

“台阁”、“干禄”异名而同质,是千篇一律、没有生气的书体。这时沈周尚在寻求突破的阶段,故他的书法中有苏有米,也有黄的韵

味,游走于宋四家之间,他有时从倾斜取势,有时则又恢复其端庄稳重,因他尚未找到要建立的书风,走向不明,风格仍未形成。他的好



沈家三代题识之释文

《清白轩图》（沈澄题识）

十里东风吹暮春，方袍来贺锦袍新。
闲花尽笑忘形醉，谁道山僧是故人。
八十三翁沈孟渊。

《清白轩图》（沈恒题识）

十载天涯作宦游，黄尘飞满紫貂裘。
归来不叹长途险，犹写关山万里秋。
吴兴沈恒吉。

《清白轩图》（沈周题识）

旧游诗酒少刘公，人已寥寥阁已空。
仙鹤倘来还感慨，只应此地是辽东。
完庵诗画，物故久矣。沈周戊寅十七
年在甲午用韵，题于观感间。

友吴宽比他小八岁，吴宽在成化八年廷试第一，当时参加科举考者必须能写端正秀丽的小楷，即写干禄的书体，但吴宽也想脱离馆阁影响，寻求改变而醉心苏轼。沈和吴两人相同，有不俗媚时人、不随波逐流之观念，也有不愿为时代所困的精神。他们是好友，并都醉心于书艺，在书法方面必有许多相同的看法，并且是互相切磋和影响的。沈周此时的书法已出现了新的气

象，笔法自由清劲，在《清白轩图》诸多题款中，唯沈周书体清朗瘦劲，较有特色，他广学各家之长后，形成瘦劲清奇的风格，已走出赵体和家庭的影响，与杜甫主张“书贵瘦硬方有神”的观点不谋而合。

刘珏为沈周姐姐的舅翁，做了几年的山西按察僉事后不再为官，回到家乡隐居，寄情于书画。刘之画学王蒙，祝允明称其画有董巨

遗意。他对沈周的画特别喜爱，与沈周往来密切，是沈周的诗侣画友。《清白轩图》是刘珏自画其所居之处，称之为“清白轩”，是刘珏表示其为官清白之意。沈周题此画时，已在刘珏画此图十七年之后，此时刘已亡故多年，沈周作七言诗一首，表达对故人的悼念和心中的感慨。

自题《画山水》

1476年 轴 纸本
台北故宫博物院藏

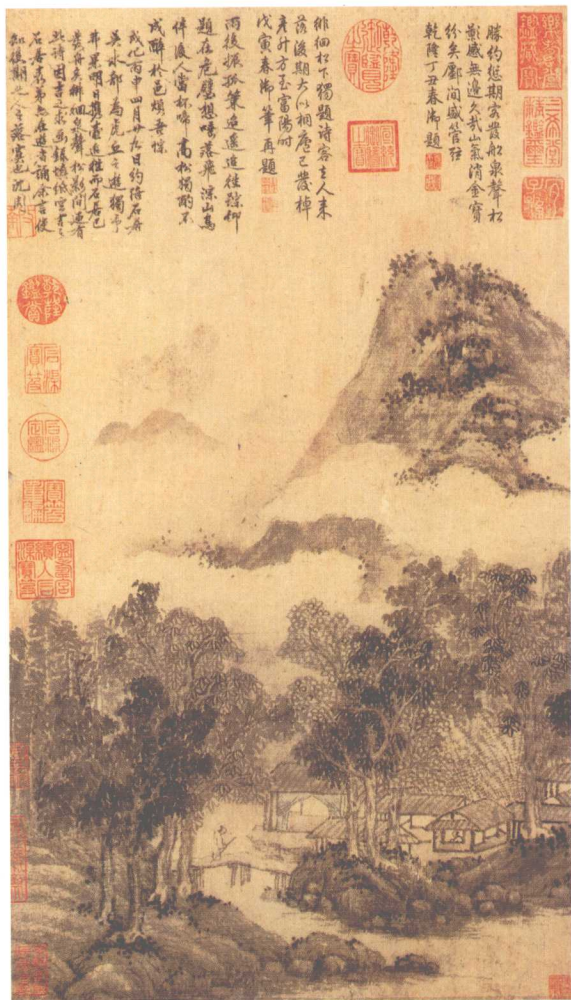
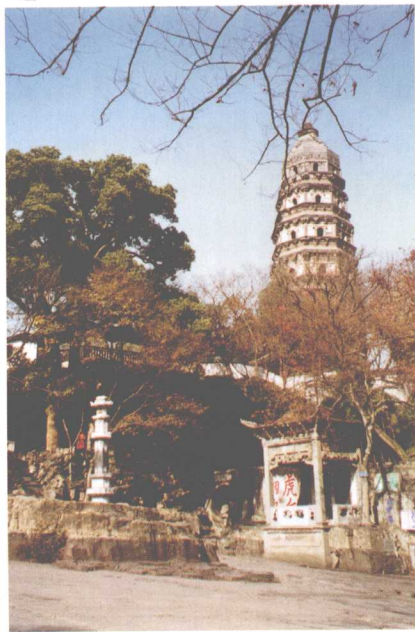
《画山水》画与书为成化十二年（1476年）沈周五十岁时所作，现藏中国台北故宫博物院，从题款知，沈周在四月二十九日约陪友人吴琏（石居）游虎丘，独沈周末能前往。翌日，沈周一人至虎丘，而友人已乘舟离开，沈周有落寞之感而作一诗，诗为：“雨后振孤策，迢迢追往踪；仰题在危壁，想唾落飞淙。山鸟伴后人，当杯啼高松；独酌不成醉，于邑烦吾悰。”后因吴琏之表弟求画，沈周画《山水图》并题此诗以赠。身为一位文人画家，当他在悠游山水时，常常是带有丰富的情感，真心地表现出对大自然的热爱。因此，沈周的作品中有不少记游的诗和画，虎丘为其常游之处，并有多幅画作以虎丘为景。他的好友吴宽曾说：“吴中多湖山之胜，余数与沈君启南往游，其间尤胜处，辄有诗纪之，然不如启南纪之于画之似也。”

本幅因系题画字较小，较为活泼，略有黄体笔意结构，其书已开始有黄山谷形态，横、撇、捺较长，字较豪放，“雨”、“丙”二

字的第一笔作长画，“仰”、“啼”竖笔拉长，其他如“迢”、“遥”、“追”“游”等字末笔放长等，有长笔纵横取势的特色。

沈周在书法方面经过了寻求变革的阶段，在五十岁左右终于在宋人中选择黄庭坚为他学习的对象。黄庭坚对沈周来说并不陌生，从早年起他一定对黄山谷有所注意，因为沈周家藏书画颇为丰富，有宋四家真迹多件，其中即有：山谷老人书《老杜律诗二首》和山谷书《马伏波庙诗》一卷真迹。这都是黄庭坚的书法精品，特别是《马伏波庙诗》（又称《经伏波神祠诗卷》）为其行书大字代表之作，共有四百七十余字，清吴其贞《书画记》称此卷：“书法庄严，甚有秀色。”文徵明跋中称：“雄伟绝伦，真得折钗、屋漏之妙。”故沈周学黄庭坚有极佳的条件，而黄在宋四家中又是最有创造性的一位，想必这都是他学黄的原因吧。黄曾自评其在元祐时期的书法，说那时用笔不知擒纵，太露锋芒，所以字中无笔。他说字中有

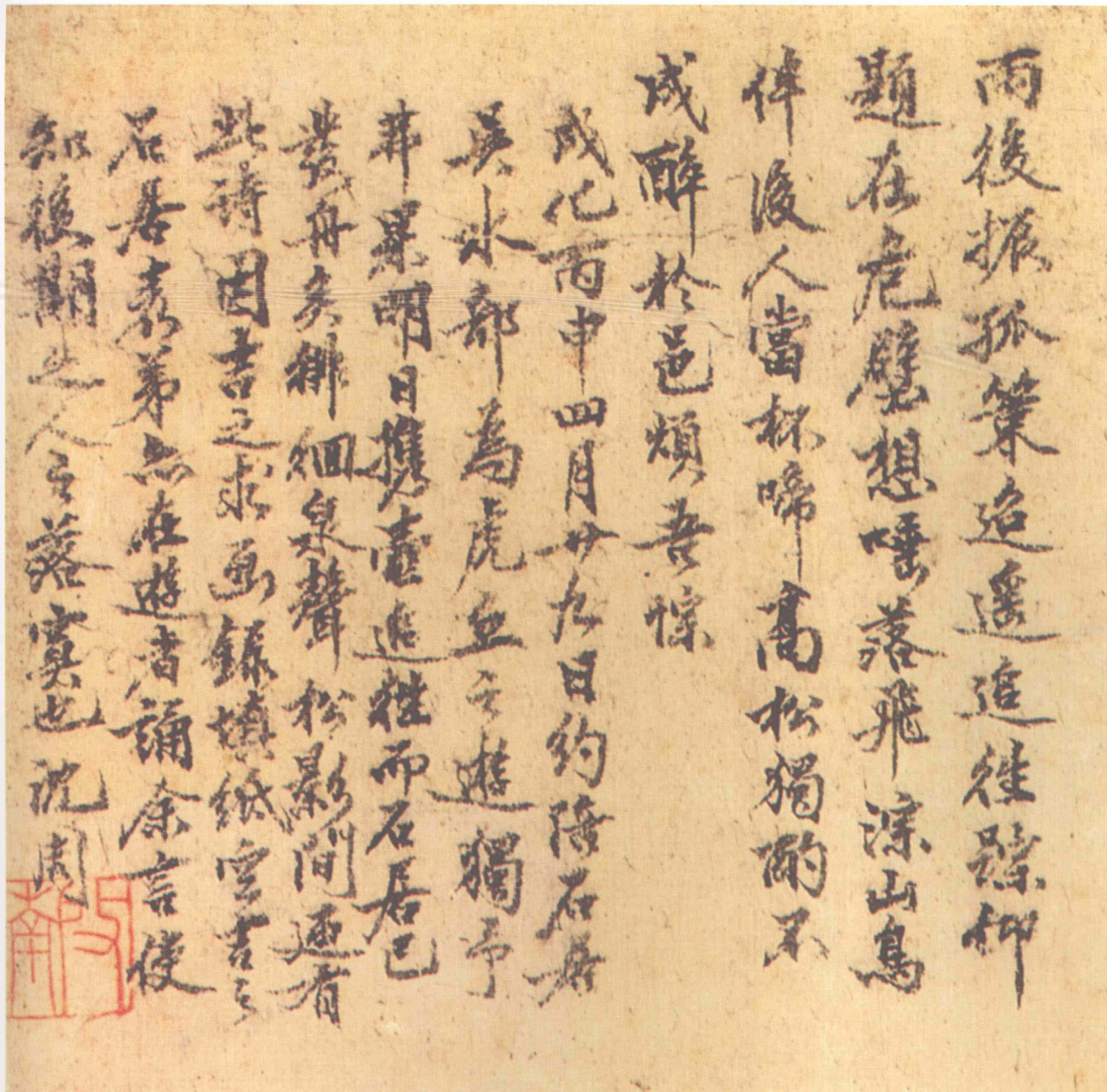
笔，如禅家句中有眼。而经伏波祠作于宋建中靖国元年（1101年），是黄晚年之作，黄对此作，甚为得意，他题说：“持到淮南见于故旧可示之，何如元祐中黄鲁直书。”沈周学者为黄书最佳法帖之一，对此朝夕揣摩，对黄书的行书体势、沉着痛快、峻拔伸张等特色，必然是了然于胸的。



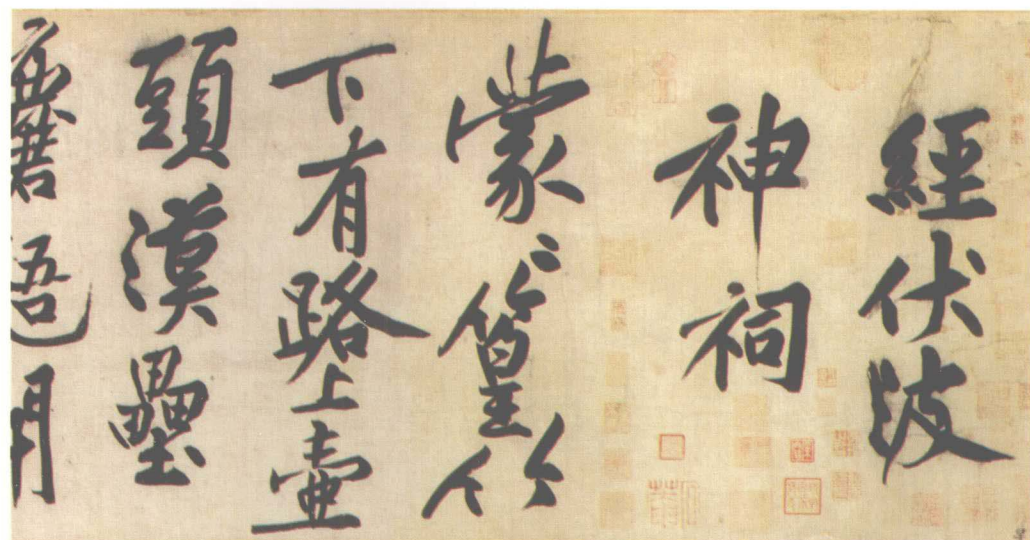
沈周《画山水》1476年 轴 纸本 浅设色 56.1厘米×31.7厘米 台北故宫博物院藏

苏州虎丘塔(黄文玲摄)

虎丘位于苏州西北处。为春秋时代吴王阖闾(?~496年)葬身处，相传葬后三天见一白虎坐卧于此，故名“虎丘”。虎丘塔始建于五代后周显德六年(959年)，是现存苏州最古老的一座塔，为历代文人怀古悠游山水必到之处。



释文：成化丙申（1476年）四月廿九日，约陪石居吴水部，为虎丘之游，独予弗果。明日，携壶追往，而石居已发舟矣。徘徊泉声松影间，乃有此诗。因吉之求画，录填纸空，吉之石居表弟，亦在游者。诵余言，使知后期之人落寞也。沈周。



宋 黄庭坚《经伏波神祠诗》局部 1101年 卷 纸本 30.4厘米×820.6厘米 日本东京永青文库藏
黄庭坚书法，结体紧密，长画向四面展开，辐射状，取横斜之势，字形长短相间，极有变化。其书极具放逸之神采，创意十足。

题林逋《手札二帖》

1476年 册 纸本 30厘米×36厘米
台北故宫博物院藏

本篇题跋为沈周于成化十二年(1476年)中秋日所书，沈周五十岁。

古人主张养气，并说气不可不养，文人养气的根本，除读书之外尚要有广博的见识，故要读万卷书，行万里路。他们认为有了深厚的学养才可培养出浩然之气，并可化之为高雅之气，如书卷气、文士气等。因此重视和大自然的接触，特别是书画家，在其凝神专注时，并能从中得到创作的灵感。所以游乐于山水之间是文人所向往的生活方式，也为其日常不可缺少的活动。沈周崇尚自由，愿为隐逸、遁世而居，他除经常游吴中名胜外，也曾远至山东泰山、南京、杭州等地旅游，于成化七年(1471年)，沈周四十五岁时曾和友人到杭州西湖，特地专程拜吊林和靖之墓，沈周因读苏轼题林和靖诗卷，而借其韵吟诗一首，他将诗句题于家藏林和靖手札之后，表达对林逋景仰之意。林逋为北宋的名士，一生隐居于西湖的孤山，他终生不仕亦无娶，在孤山种梅养鹤，有“梅妻鹤子”之名，他擅长书法、作诗，写有多首咏梅诗，意境甚高，梅花的孤芳高洁和脱俗，正是他一生孤漂恬淡的写照。沈周题记说：“数年前，余与刘完庵、史明古游杭，首谒林和靖处士墓吊之，至今高风清节，犹想见于湖山间而不能忘也。”沈周也是隐逸者，对林逋远离官宦的清高行为，应有一种特别的感情，同时对他的书法，也是非常钦佩的，他在诗中说

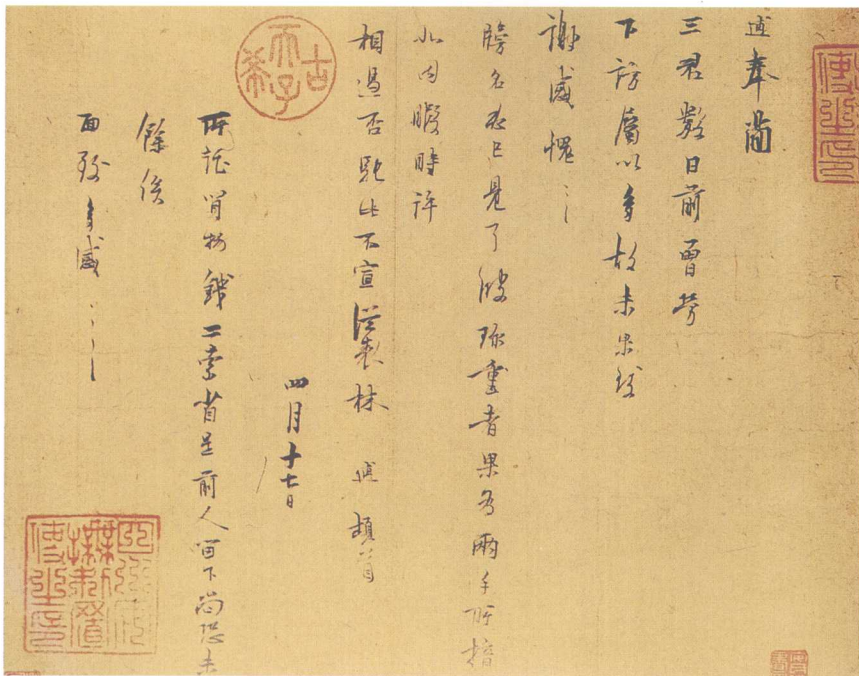
我爱翁书得瘦硬，
云腴濯尽西湖绿。
西台少肉是真评，
数行清莹含冰玉。

可见沈周对林书法的赞赏。沈周的书法也是瘦硬有神，清莹中含有凝厚之致。

沈周在本幅中以厚重静密，略带潇洒之笔法以中锋书写，书意沉蕴，骨架挺劲。布局规整，字大小相间。书中兼带有钟、王及苏东坡、黄山谷等人的韵味，似可见到其受黄山谷影响已增多，但尚未到以黄山谷为主的阶段，书中稳健却少变化。沈周已从家庭及师长的影响中走出，也较

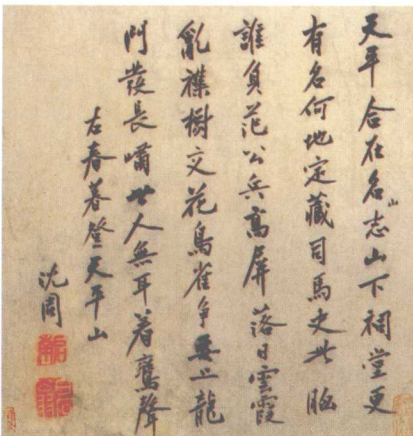
有个人的风格。沈周笔力雄劲，这与其天分有关，故他的书与画往往自然流露出坚挺的特色，其书法的造诣，不在明初二沈之下。

卷后有陈颙题识，云因沈周儿子云鸿出示和靖先生手书二简，故题之于后。云鸿受家庭影响，亦特好古器物书画并工鉴赏。



宋 林逋《手札二帖》纸本 行书 31.2厘米×19.1厘米 台北故宫博物院藏

林逋(967~1028年)北宋隐士，谥和靖先生。能诗文，词多奇句。善行草书，书法清瘦道劲，黄山谷云：“林和靖笔意殊类李西台(李建中)，而清劲处尤妙。”苏东坡有《书和靖林处士诗后》长诗一首称赞其人其书，故后来如沈周、吴宽、李东阳、陈颙、张渊、乾隆皇帝等都步韵和句。本幅林逋行书十九行，共一九五字。



沈周《吴中山水图》〈天平山对题〉册 纸本 28.5厘米×25.5厘米 北京故宫博物院藏

沈周好山游，故其作品有许多记游寄兴之作。其山游多半于江浙一带，《吴中山水图》共十六开，“天平山”为第三，每提此处必谈“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的范仲淹，沈周题此幅“天平合在名山志，山下祠堂更有名。何地定藏司马史，此胸谁负范公兵。高屏落日霞乱，集树交花鸟雀争。要上龙门发长啸，世人无耳着鸾声。”亦不例外。



我愛翁書得瘦硬雲腴濯盡西

湖淥西臺少肉是真評東坡云書似西臺差少肉

數行清瑩含冰玉宛然風節溢

其間此字此翁俱絕俗開紙見

字即見翁五百年來如轉燭

可憐人物兩相求落我掌中珠

有足水邊孤墳我曾拜土冷

烟荒骨難肉當時州吏歲勞問

于今祀典誰登錄翁固不能知

我悲聊對湖山歌楚曲我詩湖

山亦不知惟有春鳩叫深竹啼
來把酒弔雙絨猶勝無錢對

黃鞠

數年前予與劉完庵史明古遊

杭首謁林和靖處士墓弔之至今

高風清節猶想見于湖山間雲

能忘也近讀東坡先生題處士詩

高妙絕塵誠寡和之曲特惜其

韻為作一首書于所藏處士二

手帖後以識仰止之意

成化丙申中秋日長洲沈周



自题《参天特秀》

1479年 轴 纸本
台北故宫博物院藏

《参天特秀》为沈周于成化十五年（1479年）的作品，画松树赠予友人。刘献之来吴，与沈周相识于姑苏台，沈周写此赠送。沈周题七言长诗一首并题识：“献之刘先生，辽阳材士，来吴，予与识于姑苏台，因写参天特秀图，侑诗赠之。己亥沈周。”七年后沈周重题“予作是障子于己亥，迄今乙巳凡七寒暑。盖以松为才木，以其材拟献之之材也。献之谦不自拟，而转赠陈君凤翔，凤翔常熟材士，为士林之乔木，则予之诵于松者，前言尽之已，兹不复赘。长至日，长洲沈周重题。”这是因松为材木，而以松喻人。沈周画此时年五十三岁，后七年，陈凤翔持画求沈为之重题时沈周年五十九岁。

论语有“岁寒，然后知松柏之后雕也。”之句，意谓在特别寒冷的年岁，冬天来临，众木皆萎，只有松柏独存，未有凋伤。松柏和众木不同，经得起酷寒考验，故古人将松比喻如君子之德，坚忍不拔。荆浩说：“成材者，气慨有余；不成材者，抱节而屈。”又黄公望说：“松树不见根喻君子在野。”沈周此图颇有气势，文称刘献之为才士，又未画松根，即喻君子在野之意。沈周作本幅于五十三岁，其画描绘细致，松针和树干形状可用“精细入微”来形容，画法严谨，线条苍劲，与其晚年疏简的“粗沉”风格有明显不同，用墨较浓而有精神，技法非常纯熟。

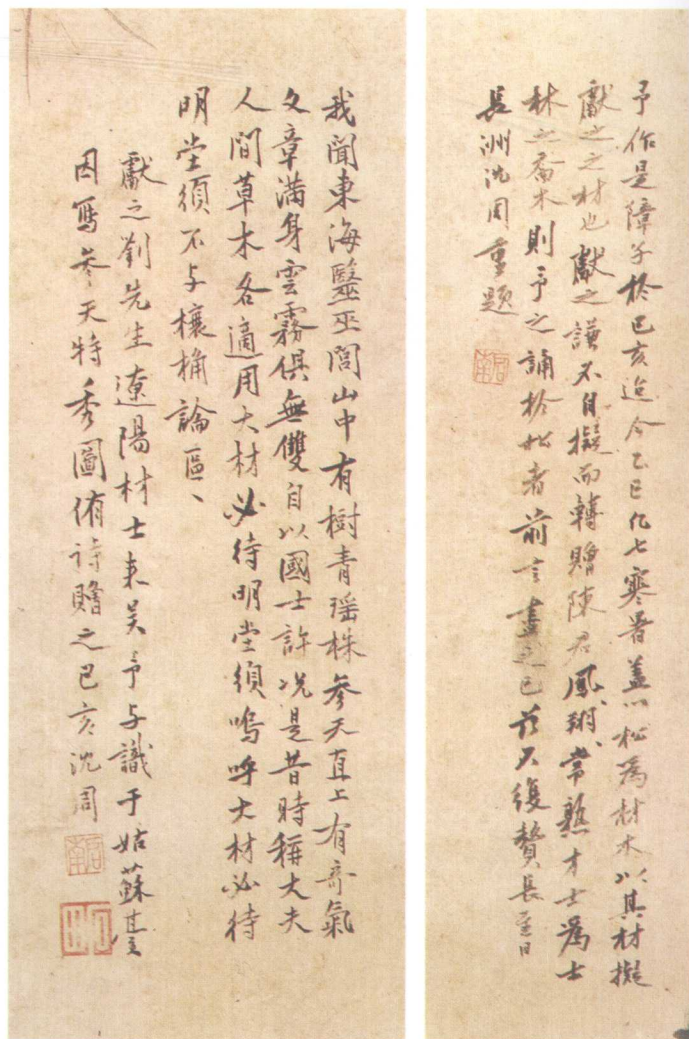
书法方面，从这两题书法中可以见到前后差别，前款五十三岁之书法，是不如后来的。二者只相差七年的时间，沈周的书法精进不少。五十九岁之题字不论

在行气、章法或笔力上均胜一筹。

如以前后款之第一行作比较，前款尚有犹豫之态，故未能完全笔直而下，因而略影响到后几行排列的整齐；但后款之首行则非常垂直，极有把握。五十三岁题款与五十岁林逋《手札二帖》题句极接近，其中“我”字与“有”字等，两帧之用笔结体几于相同。五十九岁之题，其瘦硬有神的风格更为强烈，字形更为瘦长，笔力则远为老练，笔也由雅秀更趋刚劲，产生奇崛的态势。

沈周在五十八岁以

后自号白石翁，其画和字都有变革，其画风由细致转为简洁明朗，其书则有更多黄山谷风貌出现，如撇和捺拉长的写法，即是



左图：沈周 自题《参天特秀》1479年

释文：我闻东海暨巫閭山中有树青瑶株参天直上有奇气，文章满身云雾俱。无双自以国士许，况是昔时称大夫。人间草木各适用，大材必待明堂须。呜呼，大材必待明堂须，不与榱桷论区区。献之刘先生，辽阳材士。来吴，予与识于姑苏台，因写参天特秀图，侑诗赠之。己亥（1479年）沈周。

右图：沈周 自题《参天特秀》1486年

释文：予作是障子于己亥，迄今乙巳（1486年）凡七寒暑。盖以松为材木，以其材拟献之之材也。献之谦不自拟，而转赠陈君凤翔，凤翔常熟才士，为士林之乔木。则予之诵于松者，前言尽之矣，兹不复赘。长至日，长洲沈周重题。

黄体的特色，然而沈周却比黄瘦劲、含蓄，亦较少夸张，形成较有个人特色的风格。