

中国历代碑帖精萃

唐怀素草书千字文

上

天津人民美术出版社
(全国优秀出版社)

前言

近年来，书法字帖类图书已被天津人民美术出版社列入重要的出版项目。这套丛帖就是由刘建平社长亲自策划、积极组织作者编修整理、及时出版发行的。

书法字帖类图书在当前竞争激烈的市场中，仍具有潜在空间的原因大略有三：一、旧印版本一经套色翻印，俨然下真迹一等，无论收藏、临习，读者需要印制清晰的原版碑帖；二、电脑图文处理手段渗入传统碑帖的修复工作，重新编印的碑帖为初学者提供了更直观、更便利的途径；三、编辑含量的增加，从碑帖本身到文字注释，从技法讲解到版本考证，从整拓复原到修残补遗，书法从艺术本体也逐渐向文学、史学，乃至文献学、考古学蔓延。书法的文化特征就此凸现出来，因而必将成为中国传统文化的一个亮点。

基于上述三点，这套丛帖大都依原本碑帖进行了放大，修补了残损缺失之处。在对碑帖简要介绍的同时，还讲解了相关的临习技法，并附以通篇释文。此次印行的十种碑帖涵盖了隶、楷、行、草诸体，皆为初学入门的经典之作。此套丛书在临习指南、论述讲解之中难免一己之见，所谓仁者见仁、智者见智。不足之处，敬请方家指正。

孟威 于二〇〇二年十月

《怀素小草千字文》

怀素，唐代名僧，俗姓钱，字藏真，法名怀素，湖南长沙人。以草书与张旭齐名，因怀素嗜酒，故有『颠张醉素』之称。传世法帖有《论书帖》、《苦笋帖》、《圣母帖》、《食鱼帖》、《自叙帖》、《律公帖》、《小草千字文》等，此卷千字文又称『千金帖』，为绢本墨迹。

小草，本与『大草』对称，指『今草』中形体较小、笔画虽省减但易于辨认者。所谓大草，纯用草法，几近于线符，难以辨识，常与狂草混称。此卷千字文则为『小草』一体中的代表作品，历来被视做学习草书的典型范本。怀素所书《自叙帖》则是『大草』一体的杰作，初学者一般不选择大草进行训练。

唐怀素草书千字文

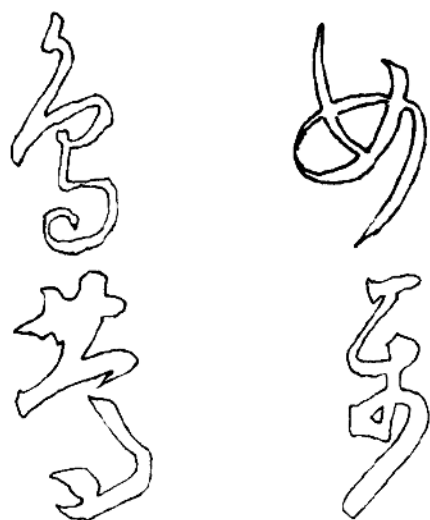
敕员外散骑侍郎周兴嗣次韵。沙门怀素，字藏真书。天地玄黄，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列张。寒来暑往，秋收冬藏。玉馥成律，岁吕调阳。云腾致雨，露结为霜。金生丽水，玉出昆岗。剑号巨阙，珠称夜光。果珍李柰，菜重芥姜。海咸河淡，鳞潜羽翔。龙师火帝，鸟官人皇。始制文字，乃服衣裳。推位让国，有虞陶唐。吊民伐罪，周发殷汤。坐朝问道，垂拱平章。爱育黎首，臣伏戎羌。遐迩一体，率宾归王。鸣凤在树，白驹食场。化被草木，赖及万方。盖此身发，四大五常。恭惟鞠养，岂敢毁伤。女慕贞絜，男效才良。知过必改，得能莫忘。罔谈彼短，靡恃己长。信使可覆，器欲难量。墨悲丝染，诗赞羔羊。景行维贤，克念作圣。德建名立，形端表正。空谷传声，虚堂习听。祸因恶积，福缘善庆。尺璧非宝，寸阴是竞。资父事君，曰严与敬。孝当竭力，忠则尽命。临深履薄，夙兴温清。似兰斯馨，如松之盛。川流不息，渊澄取映。容止若思，言辞安定。笃初诚美，慎终宜令。荣业所基，藉甚无竟。学优登仕，摄职从政。存以甘棠，去而益咏。乐殊贵贱，礼别尊卑。上和下睦，夫唱妇随。外受傅训，入奉母仪。诸姑伯叔，犹子比儿。孔怀兄弟，同气连枝。交友投分，切磨箴规。仁慈隐恻，造次弗离。节义廉退，颠沛匪亏。性静情逸，心动神疲。守真志满，逐物意移。坚持雅操，好

爵自靡 都邑华夏，东西二京。背芒面洛，浮渭据泾。宫殿磐郁，楼观飞惊。图写禽兽，画彩仙灵。丙舍傍启，甲账对楹。肆筵设席，鼓瑟吹笙。升阶纳陛，弁转疑星。右通广内，左达承明。既集坟典，亦聚群英。杜稿钟隶，漆书壁经。府罗将相，路侠槐卿。户封八县，家给千兵。高冠陪辇，驱毂振缨。世禄侈富，车驾肥轻。策功茂实，勒碑刻铭。磻溪伊尹，佐时阿衡。奄宅曲阜，微旦孰营。桓公匡合，济弱扶倾。绮回汉惠，说感武丁。俊乂密勿，多士寔宁。晋楚更霸，赵魏困横。假途灭虢，践土会盟。何遵约法，韩弊烦刑。起翦颇牧，用军最精。宣威沙漠，驰誉丹青。九州禹迹，百郡秦并。岳宗泰（帖中作『恒』）岱，禅主云亭。雁门紫塞，鸡田赤城。昆池碣石，钜野洞庭。旷远绵邈，岩岫杳冥。治本于农，务兹稼穡。俶载南亩，我艺黍稷。税熟贡新，劝赏黜陟。孟轲敦素，史鱼秉直。庶几中庸，劳谦谨敕。聆音察理，鉴貌辨色。贻厥嘉猷，勉其祗植。省躬讥诫，宠增抗极。殆辱近耻，林皋幸即。两疏见机，解组谁逼。索居闲处，沈默寂寥。求古寻论，散虑逍遥。欣奏累遣，戚谢欢招。渠荷的历，园莽抽条。枇杷晚翠，梧桐早凋。陈根委翳，落叶飘颻。游鯤独运，凌摩降霄。耽读玩市，寓目囊箱。易辙攸畏，属耳垣墙。具膳餐饭，适口充肠。饱饫烹宰，饥厌糟糠。亲戚故旧，老少异粮。妾御绩纺，侍巾帷房。纨扇圆洁，银烛炜煌。昼眠夕寐，蓝笋象床。弦歌酒宴，接杯举觞。矫手顿足，悦豫且康。嫡后嗣续，祭祀蒸尝。稽颡再拜，悚惧恐惶。牋牒简要，顾答审详。骸垢想浴，执热愿凉。驴骡犢特，骇跃超骧。诛斩贼盗，捕获叛

亡 布射辽丸，嵇琴阮啸 恬笔伦纸，钩巧任钧 释纷利俗，并皆佳妙 毛施淑姿，工囍妍笑 年矢每催，羲晖朗曜 旋
玑悬幹，晦魄（环，贴中漏书）照 指薪修祜，永绥吉劭 规步引领，俯仰廊庙 束带矜庄，徘徊瞻眺 孤陋寡闻，愚蒙
等诮 谓语助者，焉哉乎也 贞元十五年六月十七日于零陵书，时六十有三

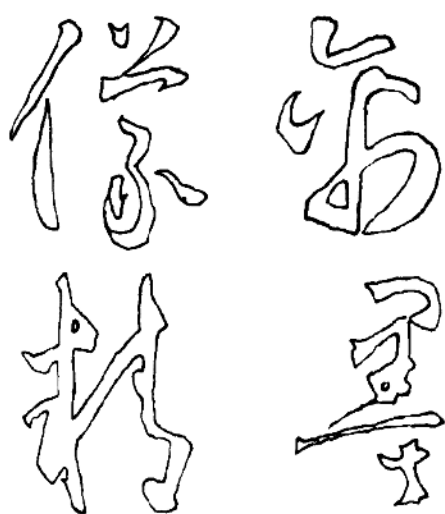
学习草书与篆、隶、

楷、行诸体存在着一些差别，一、每一个点画的动态特征极强；二、点画间的连绵映带突出；三、偏旁省减，形成高度的符号化；四、字势的正奇、欹侧丰富多样；五、结构的聚散、疏密表达自由。在此选择了怀素小草千字文中的若干范字，具体分析一下：



「女、属、

鸟、笃」四字，集中体现了由楷、行书的直线化作草书的曲线这一变化，同时起收的方与圆、衔接的断与连，都是需要体会的重点。



「禽、墨、仪、

精」四字，强调草书中某些字形的符号化表达方式，认识草字、辨别草法是习草之前提。

策 義

策 義

「策、艺、率、漆」四字，以比较集中的点法训练小点画中包含的复杂的技术特征，同时局部的省减与变形，与行书也早已拉开了较大的距离。

謙 濟 韓 穉

「謙、濟、韓、穉」四字，以四个不同偏旁的范字为例，分别考察左右的省减特征，同时强调草书用笔虽以中锋为主，但中、侧互用，提顿、铺收强烈也是草书构成中的一个重要特征。

上
中
下
子
文

初 負 亦 敢

骑侍郎周

骑侍郎周

真

面

江

却

帥
月
怪
素

字藏真書

玄

黄

宇宙洪荒

宇宙洪荒

日月盈昃