

草书基础知识



书法知识丛书

俞尔科著 上海书画出版社



草书基础知识

俞尔科 编著

上海书画出版社

目 录

第一章	草体简释	(1)
第一节	章草	(2)
第二节	今草	(4)
第三节	狂草	(5)
第二章	草书发展简史	(7)
第三章	近代草书发展概况	(28)
第四章	草书的用笔、结体和章法	(38)
第一节	用笔	(38)
第二节	结体	(45)
第三节	章法	(62)
第五章	草书基本点画写法举例	(73)
第六章	学草杂论	(89)
第一节	学习草书的途径和方法	(89)
第二节	草书的执笔方法	(94)
第三节	草书运笔的迟和速	(99)
第四节	草书书写中应注意的一些问题	(102)
第七章	草书的赏析	(105)

第一节	《古诗四帖》和《自叙帖》 的线条艺术	(106)
第二节	从王羲之《十七帖》的历史地位,看方笔、圆 笔的使用	(109)
第三节	漫谈《书谱》用笔,兼及草书中笔锋的运用	(113)
第四节	从王献之《鸭头丸帖》理解“内挾”和“外拓” 法	(118)
第五节	由怀素《小草千字文》,联想风格的形成	(121)
第六节	以董其昌《试墨帖》为例,略窥草书用墨的微 妙作用	(125)
第七节	黄山谷《太白忆旧游诗》的韵味,兼谈“神采” “形质”和“意境”、“法度”	(130)
第八章	历代善草书者及其作品选介	(135)
后记	(168)
附图目录	(170)

第一章 草体简释

草书有广义和狭义之别。广义的草书，指不论何时，何体，凡是写得草率、随便的字，都可以称之为草书。如篆书时代有草篆，隶书时代有草隶，楷书时代有行草等。宋代张栻《南轩集》说：“草书不必近代有之，必自笔札以来便有之，但写得不谨，便成草书。”即是指的广义的草书。狭义的草书，是指具有一定的法度，自成系统的草写法，是书法中的一种书体。本书所介绍的是狭义的草书。

狭义的草书包括：章草、今草和狂草。（图 1）

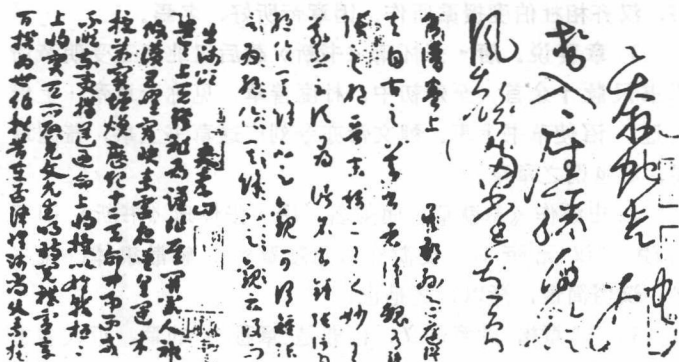


图 1

第一节 章 草

章草始于汉代，是从草隶演变而来。所谓草隶是指隶书的草率写法。草隶变章草起于草书之规范化。章草是今草的前身，与今草相比，章草仍保留了隶书的某些特点：末笔常用带隶意的波磔，体势稍扁，字字独立，不相连属。

有关章草的得名，主要有以下几种说法：

1. 汉章帝创始说。宋·陈思《书苑菁华》引唐·蔡希综《法书论》：“章草兴于汉章帝。”

2. 汉章帝所好说。唐·韦续《纂五十六种书》：“章草书，汉齐相杜伯度授蕤所作。因章帝所好，名焉。”

3. 章奏说。唐·张怀瓘《书断》载后汉北海王受明帝命草书尺牍十余首。至建初中，杜度善草，见称于章帝，上贵其迹，诏使草书上事。魏文帝亦令刘广通草书上事，盖因章奏，后世谓之章草。

4. 史游作《急就章》而得名。唐·张怀瓘《书断》引王愔说：“汉元帝时，史游作《急就章》，解散隶体，兼书之，汉俗简惰，渐以行之是也。”

5. 与“章楷”的章同义，也即是“章程书”的章。近人多主此说。

据近人王蘧先生考证说：“顾名思义，章即章法，应如

是解。“草以章名者，殆具有章法之书耳，固毋庸别解深求也。”（《章草典型概述》，见《书法研究》第五辑）另据启功先生认为：章实有“条理”、“法则”、“明显”的意思。所以相反的意思，杂乱便是无章。汉代的草体得名，应是由于它的条理和法则的性质比较强烈，也可以说正是由于它具备了这种性质，才有合章程，用于章程的资格。章草和今草相比，章草较为严格，今草较为随便。（《古代字体论稿》）这些说法均可参考。

章草盛行于东汉和两晋，至唐代已见衰落。故宋代黄伯思曾感叹：“章草惟汉、魏、西晋人最妙。……至唐人绝罕为之，近世遂窈然无闻。盖去古既远，妙旨弗传，几至于泯绝邪！”（《东观余论》）汉代有杜度、崔瑗、崔实、罗晖、赵袭、张芝等；魏晋则有皇象、卫瓘、索靖、王羲之、王献之等，皆以擅作章草传名后世。

晚近大量的两汉魏晋竹木简册的出土，为研究章草提供了翔实的资料。据近人考证，西汉时期已有章草，其中有些是极为精美的，如罗振玉先生在《流沙坠简·简牍遗文考释》中，考定《公辅》一简，书于始建国五年（公元13年），时当西汉之末。罗氏称：“此简章草精绝，虽寥寥不及二十字，然使过江十纸犹在人间，不足贵也。张、索遗迹唐人已不及见，况此更远在张、索以前乎！”

现存世章草名迹有：相传吴皇象书《急就篇》（亦称《松江急就篇》）、西晋索靖书《急就篇》、《出师颂》、《月仪帖》，以上摹刻本。墨迹有《索靖书出师颂真迹》、《隋贤书出师颂》、元赵孟頫《六体千字文》中一体、明宋

克书《急就篇》等。

现藏北京故宫博物院的西晋陆机《平复帖》，是现存最早的章草名人墨迹。董其昌跋称：“右军以前，元常以后，唯存此数行，为希代宝。”（《墨缘汇观》）陈绎曾《翰林要诀》评此帖“章草奇古。”近人启功先生说：“《平复帖》字作章草，点画奇古，校以西陲所出汉晋简牍，若合符契。可证其非六朝以后人所能为”。所以它是幸存于今的极其珍贵的章草遗迹。

第二节 今 草

今草亦称“小草”，它从章草演变而来。章草变今草与书写速度有密切关系。诸如去掉章草带有隶意的波磔，笔画更趋简省，点画之间以牵丝映带，因此书写尤为简约流便。

相传今草为后汉张芝所创。芝既善章草，又“温故知新”而变革章草，脱去章草中带有隶意波磔的笔画，改变字字独立的形迹，成为偏旁相互假借，笔画连绵便捷的今草。唐·张怀瓘《书断》说：“张芝变为今草。”又说：“伯英（张芝）学崔、杜之法，温故知新，因而变之以成今草，转精其妙。字之体势，一笔而成，偶有不连，而血脉不断，及其连者，气脉通其隔行。”

迨至东晋王羲之、王献之父子，兼取众长，精研体势，

增损古法，裁成今体，一变汉魏以来的古拙之风，形成一种妍美流便的新体，使今草益臻完善，而推向高峰。唐·张怀瓘《书议》有献之劝父改体的记载，如谓：“子敬年十五六时，尝白其父云：‘古之章草，未能宏逸。今穷伪略之理，极草纵之致，不若藁行之间，于往法固殊，大人宜改体；且法既不定，事贵变通，然古法亦局而执。’”晚近沈尹默先生指出：“右军父子的书法，都渊源于秦汉篆隶，而更用心继承和他们时代最接近而流行渐广的张、鍾书体，且把它加以发展，遂为后世所取法。”（《书法论丛》）

今草盛行于东晋，历隋、唐、宋、元、明、清，迄今不衰。著名的存世今草如：王羲之《十七帖》、《上虞帖》、《淳化阁帖》和《大观帖》等丛帖内的王羲之草书。王献之《十二月帖》、《鸭头丸帖》等。隋·智永《真草千字文》中的草书、唐·孙过庭《书谱》等。

第三节 狂草

狂草亦称“大草”。狂草源出于今草。与今草相较，笔画更趋简省，形态尤为恣肆放纵。其体势连绵缭绕，势奇形诡，“如流水速，拔茅连茹，上下牵连。或借上字之末，而为下字之始，奇形离合，数意兼包。”（《书断》）因其“重词联，师自然，以诡异鸣高，以博变为能”，因此，最能抒

发书家神情之变化，极尽天地事物之异态。但狂草无论如何纵放跌宕，求其轨迹，皆合法度，而在规矩之中。

狂草在东汉张芝今草中已略见端倪。至唐代张旭，创为狂草，颠形诡异，纵逸不羁。怀素继之，醉后落笔，时人有“颠张醉素”之称。张旭精绝笔法，真草俱妙。有“草书张旭号为绝伦”之说。唐·韩愈尝称：“张旭善草书，不治他技。喜怒、窘穷、忧悲、愉佚、怨恨、思慕、酣醉、无聊、不平，有动于心，必于草书焉发之。观于物，见山水崖谷，鸟兽虫鱼，草木之花实，日月列星，风雨水火，雷霆霹雳，歌舞战斗，天地事物之变，可喜可愕，一寓于书。故旭之书，变动犹鬼神，不可端倪。”（《送高闲上人序》）之后，有僧怀素继承张旭狂草，又有发展，体势更狂放多姿，点画愈淋漓尽致。《广川书跋》评称：“书法相传，至张颠后，则鲁公得尽于楷，怀素得尽于草。”二人实为“一代草书之冠冕。”

自张旭、怀素开狂草一派书风，草书“简便易识”的实用性几近丧失，求其艺术感染力则更形强烈。正由于狂草所达到的形愈简而意境愈深的艺术效果，才引起了人们的普遍欣赏和赞美。

笔墨的改进是狂草出现的重要因素之一。唐以前，笔锋短而有芯，谓之“枣核笔”。自唐以来，笔工加以改良，笔锋放长，无芯，称之“散卓笔”。散卓笔蓄墨量大，便于挥写连绵缭绕，姿肆放纵的狂草。同时，唐代制墨由汉代的墨丸改为墨锭。这些工具的进步，都为狂草的产生创造了条件。

现存张旭《古诗四帖》和怀素《自叙帖》等墨迹，是狂草的代表作品。

第二章 草书发展简史

草书的兴起，约始于汉代，但溯其源，则上追于秦末。东汉许慎《说文解字·序》说：“汉兴有草书。”西晋卫恒《四体书势》、北魏江式《论书表》皆主此说。但东汉赵壹有《非草书》提出：“夫草书之兴也，其于近古乎？……盖秦之末，刑峻网密，官书烦冗，战攻并作，军书交驰，羽檄纷飞，故为隶草，趋急速耳。”根据许慎和赵壹的说法，草书的产生大约是在秦汉之间，产生的原因是兵燹战祸，连绵不绝，当时通行的篆、隶已不能适应形势的需要，为了急速就章，遂有草书的出现。当时所谓的草书的概念与今日所指不尽相同。从晚近西汉墓中出土的大量竹木简册来看，大都是一些草率的隶书，正是赵壹所称的“隶草”，一般也称之为“草隶”。草隶是有区别于章草的，在草隶虽有草意，而无波磔，不等同于章草。有人认为，由于草隶是隶书的草率写法，结体上也没有大的变化，仍属隶书体系。如王蘧先生指出：“顾不得谓草隶即属章草也。盖草隶为草之胚胎时期，其法未立，至专名章草，始号圆成。”（《章草典型概述》，见《书法研究》第五辑）郭绍虞先生也认为“最初的隶草，正是章草的前身。”（《从书法中窥测字体的演变》，见《现代

书法论文选》)据此说明两者乃源流关系,草隶为章草之草创,章草是草隶之发展,既关系密切,又不可等量齐观。

总之,早期的草书是隶书的草写,而章草是从草隶发展而来。随着历史的发展,自然而然地形成了不同的书体,这就是“势所必至,积渐而成。”(《书林藻鉴》)从西汉墓出土的竹木简册的考证可知,西汉时期已有章草(黎泉《简牍书法》)!至于章草产生的具体原因,是由于当时的赴急救速所需,遂“解隶体之细微,散委曲而得宜”(阳泉《草书赋》),经人加以整理、美化,在草隶的基础上和启迪下,既保持了隶书的基本体势和笔画,又减省了笔画以趋约易。点画之间加以连缀,使之规范化,即成为章草。故有“章草即隶之捷也”之说。

东汉至西晋是章草的盛行时间。东汉章帝时齐相杜度以善章草著称,以至“章帝贵其迹,诏上章表。”(唐·窦泉《述书赋》)据三国时韦诞说:“杜氏杰有骨力,而字画微瘦。”《四体书势》又说他“杀字甚安。”(即结字妥贴之意)。与杜度齐名的有崔瑗。崔是学杜度的,但颇得法,和杜度相较,“媚趣过之,点画之间莫不调畅”,时称“崔、杜”。崔、杜之后,又有崔实、罗晖、赵袭、张芝、皇象等,皆以擅作章草传名后世。其中尤以张芝最负盛名。齐王僧虔《论书》称:“崔、杜之后,共推张芝,仲将谓之笔圣。”

张芝,字伯英。不仅以章草擅名,且是今草的始祖。他的章草师法杜度、崔瑗,而有“青出于蓝”之誉。东晋王羲之在论汉、魏书迹时说:“顷寻诸名书,鍾(繇)、张(芝)信为绝伦,其余不足观。”并极赞张芝的草书“精熟”,自评草书不

及张。在东汉章草盛行之际，张芝已“温故知新”、“转精其妙”，变革章草，去除波磔，体势加以连绵，是为今草，从而使草书向着简便、快捷的方向发展。唐·虞世南说：“崔、杜析理，虽则丰妍，润色之中，失于简约。伯英重以省繁，饰以铍利，加以奋逸，时言‘草圣’，首出常伦。”（《书旨述》）自张芝创为今草，东晋羲、献父子继之以起，加以发扬完善。至唐代张旭、怀素又演为狂草。至此，草书的三种主要体势已臻成熟、完美，其中张芝实是草书发展史上的一位关键人物。

晋唐之世凡七百余年，是草书的繁荣时期。其间草体咸备，争奇竞秀；名家辈出，各擅胜场。自兹以降，历代善草书者，莫不以晋唐为指归。

章草延及晋代仍有发展，出现了不少章草的高手，诸如卫恒、卫瓘、杜预、索靖等。晋初卫瓘和索靖并称，所谓“一台二妙”。卫、索皆书宗张芝，卫瓘得张芝筋，靖得张芝肉。唐·张怀瓘说：“伯玉（卫瓘字）采张芝法，取父书参之，遂至神妙。”（《书断》）《宣和书谱》论索靖“以章草名动一时，学者宗之。”晋·王廙（羲之叔父）尝得靖书，珍爱宝之，即使遭遇“永嘉丧乱”，也缀衣中而渡江。然二家书也难分轩轻，一以笔胜，一以法胜，如《索靖传》所说：“靖与卫瓘俱以草书知名，瓘笔胜靖，然有楷法，远不能及靖。”后人又有卫、索两家实南北所同祖之说。

自五胡之乱，司马氏南渡后，士族之中，王、谢、郗、庾四氏书家最多，而王家羲、献尤称绝伦。

王羲之，字逸少。工隶、真、行、草。他的草书最初受

其叔父虞的薰染，后取法张芝，进而把张芝开创的今草加以发扬完善。羲之对张芝的草书，心摹手追，以“剖析”、“增损”和“精研体势”的方法而学习之；又善于汲取秦汉篆隶各种不同的笔法，变汉魏以来古法，推陈出新，遂成“最佳体势”。故刘宋羊欣说他“兼撮众法，备成一体。”张怀瓘《书断》评称：“右军开凿通津，神模天巧，故能增损古法，裁成今体。”右军曾自谓草书不如张芝，对此，潘伯鹰先生认为：他的草书实在比张芝好，理由是他运用张芝的使转，而更加了收敛和含蓄的巧妙。（《中国书法简论》）正是这种“收敛”和“含蓄”的小草，对后世影响极大。然而，在王羲之完善今草的过程中，其子献之有一定的作用。相传献之不满足于当时因袭承旧的书风，迫切希望对当时的模拟风习进行变革创新。献之姿性聪颖，“耽精草法。”他始学父书，次习张芝，别创新法。《文章志》说他“变右军法为今体。字画秀媚，妙绝时伦。”胡问遂先生认为：“献之有鉴于章草严谨，不便于兴酣挥洒的缘故；而羲之则志不在此，他以隶法用笔写好当时流行的真行书体。后来献之以圆笔作草，创为破体，流媚婉转，散朗多姿。而方笔紧敛，不甚流便，故羲之于草书似稍逊于大令。”这一试从笔法来剖析献之的发展羲之草书的见解是颇具灼见的。对于二家书，孙过庭评称：“元常专工于隶书，伯英独精于草体，彼此二美，而羲、献兼之。”（《书谱》）总之，自右军“肇变古质”，创立新体，开“姿媚”之风气，献之继之，遂使姿媚横生，为后世行草祖法。故后世习草者，无不奉右军父子为圭臬。

嗣羲之而以草著名者，允推隋僧智永。智永为羲之七世

孙，克绍箕裘，精勤此艺，得右军之髓。由于他笃守逸少家法，故评者有“精熟过人，惜无奇态”（李嗣真《后书品》）之说。对此东坡以为“永禅师欲存王氏典刑，以为百家法祖，故举用旧法，非不能出新意求变态也。然其意已逸于绳墨之外矣。”故有“智永妙传家法，为隋唐学书者宗匠”之评说。（《书断》）观其存世草书《千字文》，既有东晋“风流蕴藉”之趣，又具唐人“道劲多姿之美”，起到了承晋启唐的枢纽作用，是历来最为规范的草书法帖。

唐初，经济与文化繁荣昌盛，促进了书法艺术的发展，其中尤以真、草二体最为璀璨有成。草书既有继承，又有发展：孙过庭、贺知章等取法二王，善作今草；张旭、怀素虽受二王草法的影响，但又遥承东汉张芝草法，而以狂草鸣世，振奇千古。草书自颠素变古，时出新意，是草书史上的又一崛起。

孙过庭以善宗二王草法著称。米芾称之“凡唐草得二王法无出其右。”诚然，过庭草书出之于二王，但又非全守晋法。其自叙“余志学之年，留心翰墨，味钟、张之余烈，挹羲、献之前规。”显见，对汉魏书迹也无不兼收并蓄。观其《书谱》草法，既宗羲之“侧锋取妍”的笔法，亦不乏汉魏质朴的隶书、章草笔意。至于被米芾称之“过庭法”的用笔方法，则又全是自家的风范了。他的草书笔姿酣畅，使转纵横，得心应手。尤当其“心手双畅”之时，所表现出的异趣，较羲之草书也已有“古质而今妍”之别。当然，唐代的风尚也是影响其变易二王草法的重要因素之一。而这些差异，在后人的评论中也是有所反映的。如《宣和书谱》称其“得名翰

墨间，作草书，咄咄逼羲、献，尤妙于用笔，俊拔刚断，出于天材，非功用积习所至。”明·王世贞《艺苑卮言》说：“《书谱》浓润圆熟，几在山阴堂室。后复纵放，有渴猊游龙之势。”清·刘熙载称过庭书“妍之成份多”等。其所传《书谱》不仅在书艺上，是为今草之典范，其理论更是名震遐迩。之中，有关草书的阐述，确系临池经验之谈。《书谱》诚为书、文两臻其妙之佳构，为后世学者所宗奉。

稍晚于孙过庭的，则有贺知章。知章在唐代极有书名。他的为人磊落不羁，工书，尤擅草书。每于兴酣作书，凡厅馆、好墙、屏障等，无不留下他的墨迹。在当时与李白、张旭等相善，为“饮中八仙”之一。从传世的《孝经》看，他的草书笔力道健，极有法度。其姿态飘逸洒脱，又一如其为人。故有“狂客风流，落笔精绝”之称，存世《孝经》堪羽翼过庭之《书谱》，成为初唐草书的代表作之一。

唐代草书承二王书风而有成就的书家，尚有李世民、虞世南、欧阳询、李怀琳、林藻等人。

诚然，唐代初期出现了孙过庭、贺知章等出类拔萃的书家，但其时草书风貌，基本上还是沿着东晋以来的传统，故有“唐初既胎晋为息”（《书林藻鉴》）之说。然而，至盛唐之际，吴郡张旭创立狂草，继之者怀素益臻神妙，继往开来，独标风格，遂使草书艺术又出现新的局面。

张旭，字伯高。因其为人放任不羁，往往醉后走笔疾书，故人以“张颠”呼之。其精绝笔法，真、草俱妙。草书取法张芝“今草”，旁及二王，创立恣肆纵逸，诡异博变的狂草，一变自晋代以来宗尚羲之平和蕴藉的书风，成为异军突

起的艺术流派。谢稚柳先生考证张旭《古诗四帖》所说：“从王羲之一直到孙过庭的书风都与这一卷大相悬殊，迥异其趣。这一流派特征，在于逆折的笔势所产生的奇气横溢的体态，显示了上下千载特立独行的风规。”（《鉴余杂稿》）正由于张旭草书特具的艺术力，迅即震动当时的书文坛，以至杜甫、李白、韩愈、颜真卿等无不撰文吟诗以赞之。后人论书，对于欧、虞、褚、陆都曾有异论，惟独于张旭从未有过微词。在文宗时，诏以李白诗、裴旻剑、张旭草书为“三绝”。

继张旭而起的则有僧怀素。怀素学书甚为勤苦，遍访良师，在《藏真帖》中，自述对张旭的拳拳服膺之情，及师承的关系，如说：“怀素字藏真，生于零陵，晚游中州，所恨不与张颠长史相识。近于洛下，偶逢颜尚书真卿，自云颇传长史笔法，闻斯八法，若有所得也。”他曾从直接得张旭指授的邬彤、颜真卿处，领悟长史笔法，并进而发展张旭的狂草，使这一流派绵延千载而不衰。怀素的狂草，笔画瘦劲，以篆入草，行笔连绵不断，体势更为狂放。其笔势如惊蛇走虺，骤雨旋风，又如挥毫掣电，随手万变，故有“张旭颠后颠非颠，直至怀素之颠始是颠”之说。黄山谷曾评两家书为“怀素草书暮年乃不减长史。盖张妙于肥，藏真妙于瘦，此两人者，一代草书之冠冕也。”《广川书跋》谓：“鲁郡公谓以狂继颠，正以师承源流而论之也。然旭于草字则度绝绳墨，怀素则谨于法度，要之，二人皆造其极。”

在唐代承张旭、怀素一派狂草书的尚有高闲、鬻光、亚栖、彦修、贯休等。其中以高闲较有声名。在宣宗时，尝召