

中国书画大系

名家真迹……临摹习作……品赏珍藏
书法因其具有独特的雄浑之美使文人墨客为之醉心，也因其秀逸之美而深受文人墨客的青睐。

米芾书法集



(北宋) 米芾◎书

汕頭大學出版社

題勿以爲恥
大系

中国书画大系

名家真迹……临摹习作……品赏珍藏
书法因其具有独特的雄浑之美使文人墨客为之醉心，也因其秀逸之美而深受文人墨客的青睐。

米芾书法集

（北宋）米芾书

图书在版编目(CIP)数据

米芾书法集 / (北宋) 米芾书. — 汕头: 汕头大学出版社, 2015.7

ISBN 978-7-5658-1868-4

I. ①米… II. ①米… III. ①汉字-法书-作品集-中国-宋代 IV. ①J292.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 155121 号

米芾书法集 MIFU SHUFAJI

总策划: 杨建峰

作者: (北宋) 米 芾

责任编辑: 邹 峰

责任技编: 黄东生

装帧设计: 松雪图文 王 进

印刷监制: 高 峰 苏画眉

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路 243 号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 三河市德利印刷有限公司

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 27.5

字 数: 627 千字

版 次: 2015 年 7 月第 1 版

印 次: 2015 年 7 月第 1 次印刷

定 价: 59.00 元

ISBN 978-7-5658-1868-4

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室 邮政编码/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

前言

米 芾 的 书 法 艺 术

米芾书法在宋四家中，位列苏东坡和黄庭坚之后、蔡襄之前。虽然不如苏东坡和黄庭坚名气大，就书法一门而言，米芾传统功力最为深厚，尤其是行书，实属在二者之前。明代董其昌《画禅室随笔》谓：「吾尝评米字，以为宋朝第一，毕竟出于东坡之上。」

纵观米芾早、中、晚时期的作品，从现存近六十幅米芾的手迹来看，无不体现了「刷」字的特点，也概括了米芾书法的核心所在，「刷」正将米书的神采活脱脱地表现出来，无怪乎苏东坡说：「米书超逸入神。」

一、家世生平

米芾(1051~约1108)，字元章，号襄阳漫士、海岳外史。自署姓名米或为苻，芾或为黻。祖籍山西，迁居襄阳，有「米襄阳」、「米南宫」之称。史传说他个性怪异，喜穿唐服，嗜洁成癖，遇石称「兄」，膜拜不已，因而人称「米颠」，宋徽宗诏为书画学博士。

米芾未卷入政治漩涡，生活相对安定，饱览内府藏书，熟谙千载故事。他少时苦学颜、柳、欧、褚等唐楷，打下了厚实的基本功。苏轼被贬黄州时，他去拜访求教，东坡劝他学晋。元丰五年(1083)开始，米芾潜心魏晋，以晋人书风为指归，寻访了不少晋人法帖。今传王献之墨迹《中秋帖》，据说就是他的临本，形神精妙至极。米芾在晚年所书《自叙》中这样说道：「余初学，先学写壁，

颜七八岁也。字至大一幅，写简不成，见柳而慕其紧结，乃学柳《金刚经》。久之，知其出于欧，乃学欧。久之，如印板排算，乃慕褚而学最久，又摩段季转折肥美，八面皆全。久之，觉段全泽展《兰亭》，遂并看法帖，入晋魏平淡，弃钟方而师师宜官，《刘宽碑》是也。篆便爱《诅楚》、《石鼓文》。又悟竹简以竹聿行漆，而鼎铭妙古老焉。」

二、书学道路

米芾自幼爱好读诗书，从小受到良好的教育，加上天资聪慧，六岁时能背诗百首，八岁学书法，十岁摹写碑刻，小获声誉。十八岁时，宋神宗继位，因不忘米芾母亲阎氏的乳褓旧情，恩赐米芾为秘书省校字郎，负责当时校对，订正讹误。从此开始走上仕途，直到1103年卒于任。

米芾一生官阶不高，这与他不善官场逢迎，又为人清高有关。米芾是一个有真才实学的人，不善官场逢迎。使他赢得了很多的时间和精力来玩石赏砚钻研书画艺术，他在别人眼里与众不同，不入凡俗的个性和怪癖，也许正是他成功的基石。他曾自作诗一首：「柴几延毛子，明窗馆墨卿，功名皆一戏，未觉负平生。」他就是这样一个人把书画艺术看得高于一切的特才傲物人。

米芾称自己的作品是「集古字」，对古代大师用笔、章法及气韵都有深刻的领悟。《宋史 文苑传》说：

「芾特妙于翰墨，沈著飞，得王献之笔意。」为人不似唐人狂放，险而不怪，奇正相生。他三十岁时在长沙为官，曾见岳麓寺碑，次年又到庐山访东林寺碑，且都题了名。

元佑二年还用张萱画六幅，徐浩书二帖与石夷庚换李邕的《多热要葛粉帖》，证之其书法。二十四岁临桂龙隐岩题铭摩崖，略存气势，也全无自成一家，三十岁时《步辇图》题跋，亦使人深感其天资学力。根据米芾自述，大致可以看出他受五位唐人的影响最深：颜真卿、欧阳询、褚遂良、沈传师、段季展。米芾有很多特殊的笔法，如「门」字右角的圆转、竖钩的陡起以及蟹爪钩等，都集自颜之行书，外形疎削的体势，当来自欧字的模仿，并保持了相当长的一段时间，沈传师的行书面目或与褚遂良相似，米芾大字学段季展，「独有四面」、「刷字」也许来源于此，褚遂良的用笔最富变化，结体也最为生动，正合米芾用笔特点，曾赞其字，「如熟驭阵马，举动随人，而别有一种骄色」。

米芾以书法名世，他的成就完全来自后天的苦练。米芾每天临池不辍，史料记载：「一日不书，便觉思涩，想古人未尝半刻废书也。」、「智永砚成臼，乃能到右军（王羲之），若穿透始到钟（繇）、索（靖）也，可永勉之。」他儿子米友仁说他甚至大年初一也不忘写字。（据孙祖白《米芾米友仁》）。米芾作书十分认真，自己说：

「余写《海岱诗》，三四次写，间有一两字好，信书亦一难事」。其中的甘苦非个中行家里手不能道，也可见他创作态度的严谨。

米芾对书法的分布、结构、用笔，有着他独到的体会。要求「稳不俗、险不怪、老不枯、润不肥」，即要求在变化中达到统一，把裹与藏、肥与瘦、疏与密、简与繁等对立因素融合起来，也就是「骨筋、皮肉、脂泽、风神俱全，犹如一佳士也」，独特的笔法是米芾书法的最大特色。章法上，重视整体气韵，兼顾细节的完美，成竹在胸，书写过程中随遇而变，独出机巧。米芾的用笔特点，主要是善于在正侧、偃仰、向背、转折、顿挫中形成飘逸超迈的气势、沉着痛快的风格。字的起笔往往颇重，到中间稍轻，遇到转折时提笔侧锋直转而下。捺笔的变化也很多，下笔的着重点有时在起笔，有时在落笔，有时却在一笔的中间，对于较长的横画还有一波三折。勾也富有特色。米芾的书法中也常有侧倾的体势，欲左先右，欲扬先抑，都是为了增加跌宕跳跃的风姿、骏快飞扬的神气，以几十年集古字的浑厚功底作前提，故而出于天真自然，绝不矫揉造作。米芾篆隶楷行草皆善，尤其以行草书擅长。

米芾书法学习中，虽「转益多师」取法过多位书家，但是，书法艺术成就主要得之于晋人书法，「二王」对他的影响应该最大，其气息、用笔、结体等更是一派

「晋人」的气象，有些作品从形式上也和「二王」「貌合神会」。不管米芾书法如何「刷」，如何八面出锋，但是他始终没有离开「二王」书法用笔体系，就是中锋用笔，侧峰取妍的用笔正脉。他将「二王」的「古质」化为自己的「今妍」，将「二王」「较转」的笔法发挥到极致。米芾觉右军不如其子，王献之的《中秋帖》对他产生了很大的影响，但是，生性不羁的米芾并不满足于「二王」书法体系的影响，早在绍圣年间就喊出了「老厌奴书不换鹅」，「一洗二王恶札」。米芾据说学过羊欣，李之仪说，「海岳仙人不我期……笔下羊欣更出奇」。那么米芾学羊欣大概在卜居海岳庵，是元佑六年之后的事情了。尽管如此，米书并没有定型，近在元佑三年书写的《苕溪帖》、《殷令名头陀寺碑跋》、《蜀素帖》写于一个半月之内，风格却有较大的差异，还没有完全走出集古字的门槛。直到「既老始自成家，人见之，不知何以为主」时才最后完成了自己风格的确立，大概在五十岁以后。这定型的书法面目，由于米芾过于不羁，一味好「势」，即使小楷如《向太后挽词》也跃跃欲试。这「势」固是优点，但同时又成了他的缺陷。「终随一偏之失」，褒贬分明如黄庭坚者应该都是比较客观的、公道的。黄长睿评其书法，「但能行书，正草殊不工」，当时所谓「正」，并无确指，不一定是现在的「正楷」，倘指篆隶，倒也恰当。现

存的米芾篆隶，的确不甚工，草书也写得平平。他后来对唐人的草书持否定态度，又囿于对晋草的见识，成绩平平自然在所难免。

米芾的作品受到历代众多书家的效法，成就了多位有成就的书家。主要有北宋有其子米友仁，南宋有陈淳、吴琚，元金有王升、王庭筠，明代有祝允明、文徵明、徐渭、董其昌、傅山，清代有丹徒的王文治以及京江画派画家的书法。特别是当代，由于米芾的书法风格表现出爽捷、痛快的审美特点，具有强烈的艺术个性，正符合现代人的审美心理，因此，得到了众多学书者得喜爱，取法、研究者甚众，其书法得到了更为广泛的传播和继承。

《米芾书法集》尽可能精选收入米芾不同时期、载体、形式、书体的书法作品。从作品的种类来看有法书墨迹、单刻帖和丛刻帖，还有碑刻、墓志等，从字体上来看真草隶篆齐全，以行书最多，艺术水平也最高，从形式上来看有尺牍、题跋、手札、长卷、斗方、条幅等。为我们研究、临摹米芾书法提供了重要的资料。

目 录

米 芾 书 法 集

宋拓方圓庵記(节选)	001	篆书千字文	076
与大尹尚书书	011	篆至籀帖	078
与子方司勋书	014	智慧清淨經(节选)	082
依教帖	018	正六译金剛經序(节选)	084
具狀帖	024	汉扎有三发笔帖	092
久郁帖	028	道德經殘句	095
衰迟帖	031	右军帖贊(节选)	096
中伏帖	035	御制文宣王贊碑(节选)	100
昨日帖	037	褚臨兰亭序跋	111
书院帖	041	黃絹本兰亭序跋	113
广帅帖	043	向太后挽詞	115
久违帖	048	破羌帖贊	119
承天帖	050	宋拓米元章小楷(节选)	122
经略帖	057	名画記(节选)	136
英论帖	068	馬唐画帖·苏州舜欽帖·見問后帖(节选)	138
尚书·周官(节选)	071	论书帖	140
漆书竹简帖	073	元日帖	142
戴君碑銘	075	吾友帖	144

中秋登海岱楼诗帖	146
海岱帖	148
好事家帖(节选)	150
武帝书帖	152
草书九帖	155
葛叔忱帖	160
焚香帖	163
草体帖	166
草书入晋帖	168
获研帖	171
临王羲之王略帖	173
宋拓米南宫帖(草书选)	175
法华台诗	193
道林诗	193
三吴帖	194
砂步诗	196
扁舟诗	196
秋暑憩多景楼诗	197

张季明帖	197
拜中岳命诗	198
苕溪诗帖	200
蜀素诗帖	209
复官帖	219
寒光帖	220
秋山诗	221
竹前槐后诗帖	222
乡石帖	223
章侯帖	224
粮院帖	226
向乱贴	228
盛制帖	230
衰老帖	232
行书三札·长至帖	234
行书三札·韩马帖	236
行书三札·新恩帖	238
腊白帖	240

行书三帖·岁丰帖	242
行书三帖·留简帖	244
行书三帖·逃暑帖	246
德忱帖	248
致知府大夫尺牍	252
乐兄帖	255
致伯充尺牍	258
值雨帖	260
闻张都大宣德尺牍	262
篋中帖	264
彦和帖	266
清和帖	268
致临沂使君帖	270
与致平国士书	271
珍醴帖	273
枉驾帖	276
不二禅师帖	277
雨寒	279

去陈帖	281
私居帖	284
白熟帖	288
新创帖	291
昨日承教帖	293
与僧正文公书	296
昨夕帖	298
高邮帖	301
賑济诗帖	304
适方上状帖	305
研山铭	307
吴江舟中诗	312
虹县诗帖	336
多景楼诗帖	373
应诏帖	393
学书帖	405
湘西七律	419

宋拓方圓庵記（节选）

杭州龍井山方圓庵記
天竺辯才法師以智者
教傳四十年學者如歸
四方風靡於是晦者明

室若通大小之機每在
遂者不居其功不宿於
名乃辭其交游去其第
子而求于無實之濱得

龍井之居以隱焉南山

守一法見之過龍泓登

望嶺引目周覽以索

其居乃於群峯密圍滑

然而不蔽翳四顧者失矣
知其鄉遠近下危磴行
溪林得之丁烟雲翳翳
之間遂造而指之以師

引予立席而坐相視而
笑徐曰子胡未予曰顏者
觀焉法師曰子固觀矣而
又將奚觀予笑曰然法

師命予入由照閣經寢
室指其庵而言曰此吾
之所以休息于此也窺
其制則圓蓋而方趾予

謁之日夫輝子之家後或
為方丈或為圓廬而老
庵也胡為而然哉以所
日子既得之矣雖終試

為子言之夫形而上者
渾沌周匝非方非圓而
能方圓者也形而下
者或將於方或得于圓