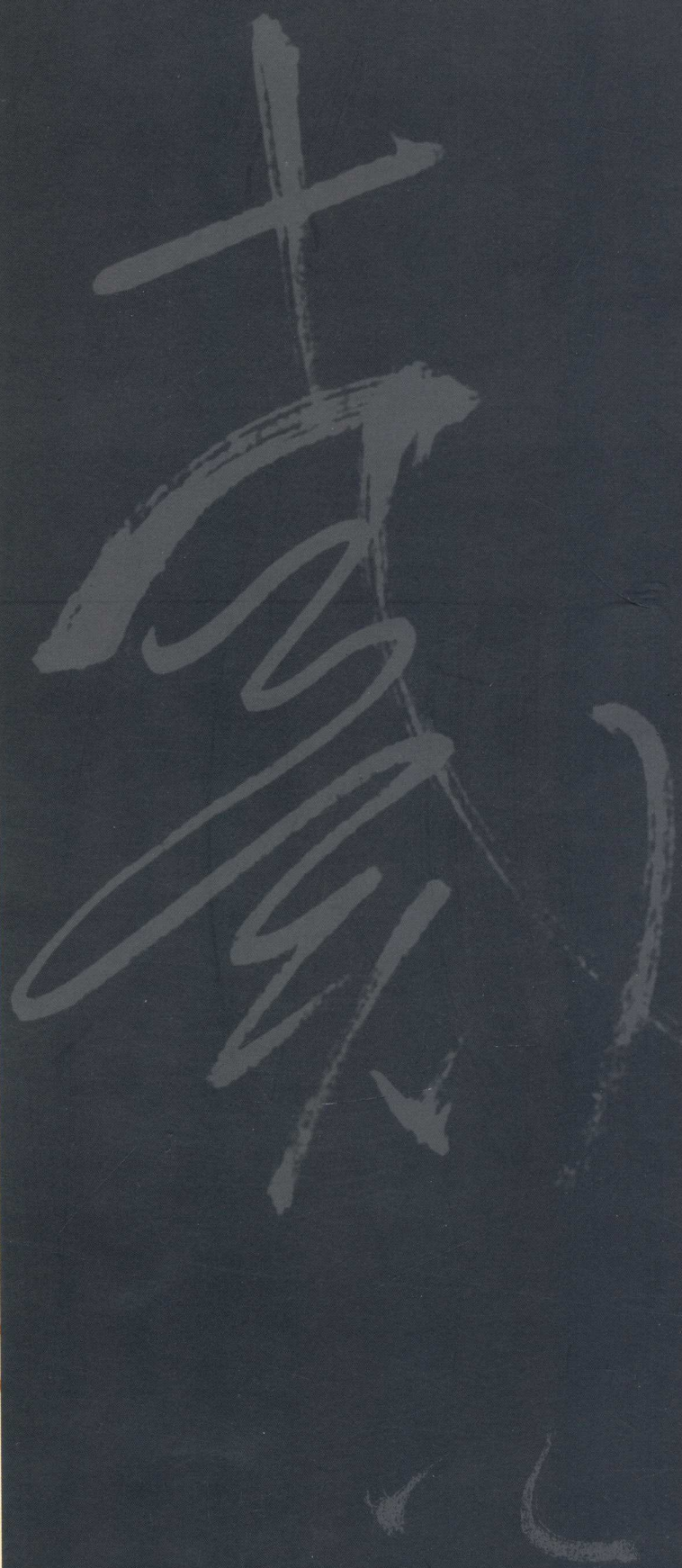


上乘力作，垂範後昆，集歷代名家碑帖之大成。  
一旦擁有，心無旁騖，實乃研習翰墨之至寶。



●歷代名家書法經典

主編◎王冬梅

# 懷素

自叙帖

苦筍帖

論書帖

食魚帖

小草千字文

藏真帖

律公帖

聖母帖

中國書局

J292.24  
201319  
1

# 懷素

● 歷代名家書法經典

◎ 主編

王冬梅

中國書局



圖書在版編目 (CIP) 數據

歷代名家書法經典·懷素 / 王冬梅主編. — 北京:  
中國書店, 2012.4

ISBN 978-7-5149-0303-4

I. ①歷… II. ①王… III. ①草書—碑帖—中國—唐代  
IV. ①J292.21

中國版本圖書館 CIP 數據核字 (2012) 第 048677 號

## 歷代名家書法經典：懷素

主 編：王冬梅

責任編輯：陳利輝

---

出版發行：中國書店

地 址：北京市西城區琉璃廠東街 115 號

郵 編：100050

印 刷：北京華宇信諾印刷有限公司

開 本：635mm × 965mm 1/8

版 次：2012 年 4 月第 1 版

2012 年 4 月第 1 次印刷

印 張：10

書 號：ISBN 978-7-5149-0303-4

定 價：38.00 元

---

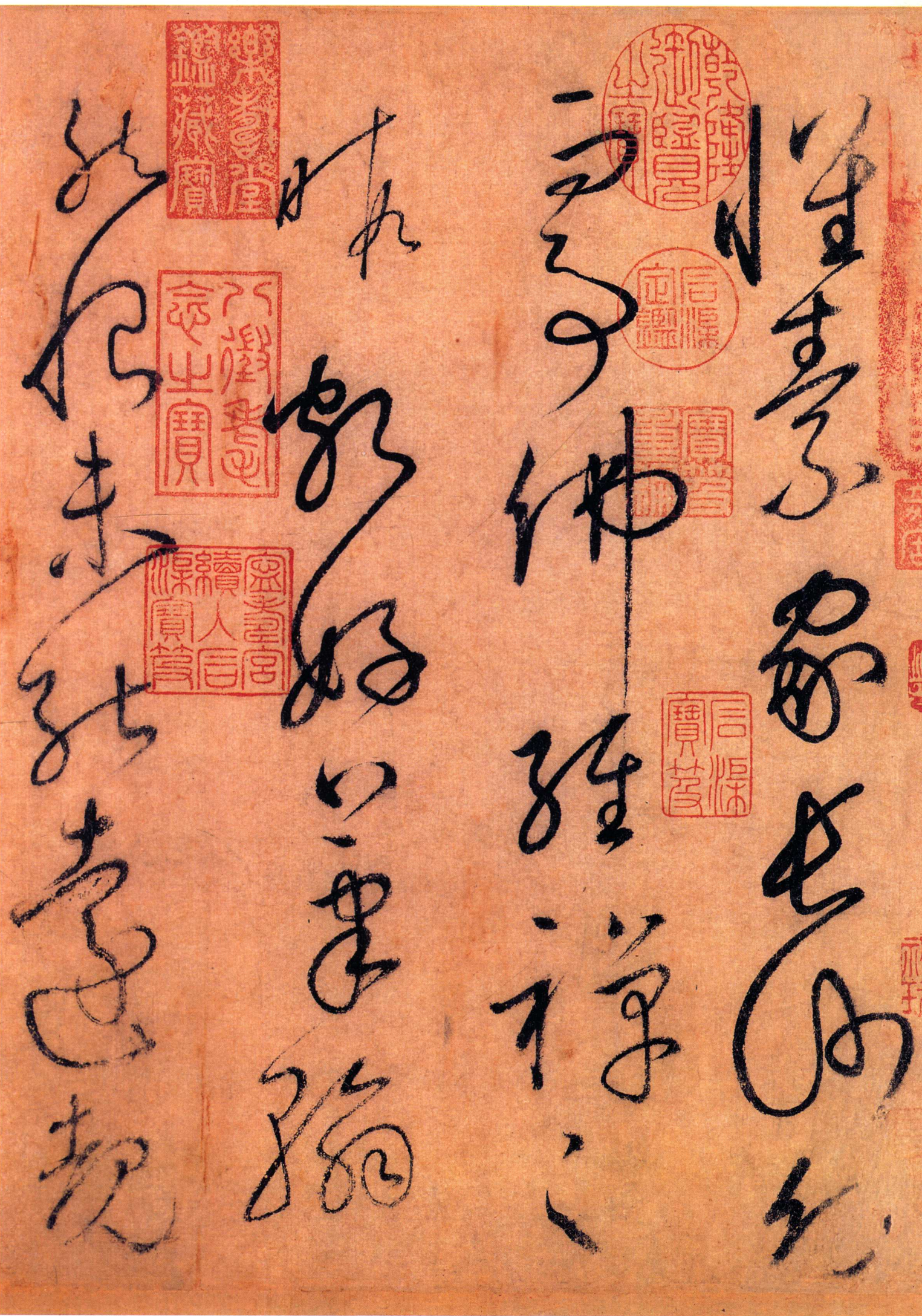
## 簡介

懷素(737—799)，唐時人，字藏真，僧名懷素，俗姓錢，漢族，永州零陵(湖南零陵)人。幼年好佛，出家為僧。他是書法史上領一代風騷的草書家，他的草書被稱為『狂草』，用筆圓勁有力，使轉如環，奔放流暢，一氣呵成，與唐代另一草書家張旭齊名，人稱『張顛素狂』或『顛張醉素』。

懷素善以中鋒筆純任氣勢作大草，如『驟雨旋風，聲勢滿堂』，到『忽然絕叫三五聲，滿壁縱橫千萬字』的境界。雖然如是疾速，但懷素却能於通篇飛草之中，極少失誤。與衆多書家草法混亂缺漏相比，實在高明得多。是知懷素的狂草，雖率意顛逸，千變萬化，終不離魏晉法度。這確實要歸功於他從極度苦修中得來。懷素傳世的書迹較多：有《千字文》、《聖母帖》、《藏真帖》、《律公帖》、《腳氣帖》、《自叙帖》、《苦筭帖》、《食魚帖》、《四十二章經》等。

# 目 錄

|       |       |    |
|-------|-------|----|
| 自叙帖   | ..... | 一  |
| 苦筍帖   | ..... | 四〇 |
| 論書帖   | ..... | 四一 |
| 食魚帖   | ..... | 四三 |
| 小草千字文 | ..... | 四五 |
| 藏真帖   | ..... | 六一 |
| 律公帖   | ..... | 六二 |
| 聖母帖   | ..... | 六五 |

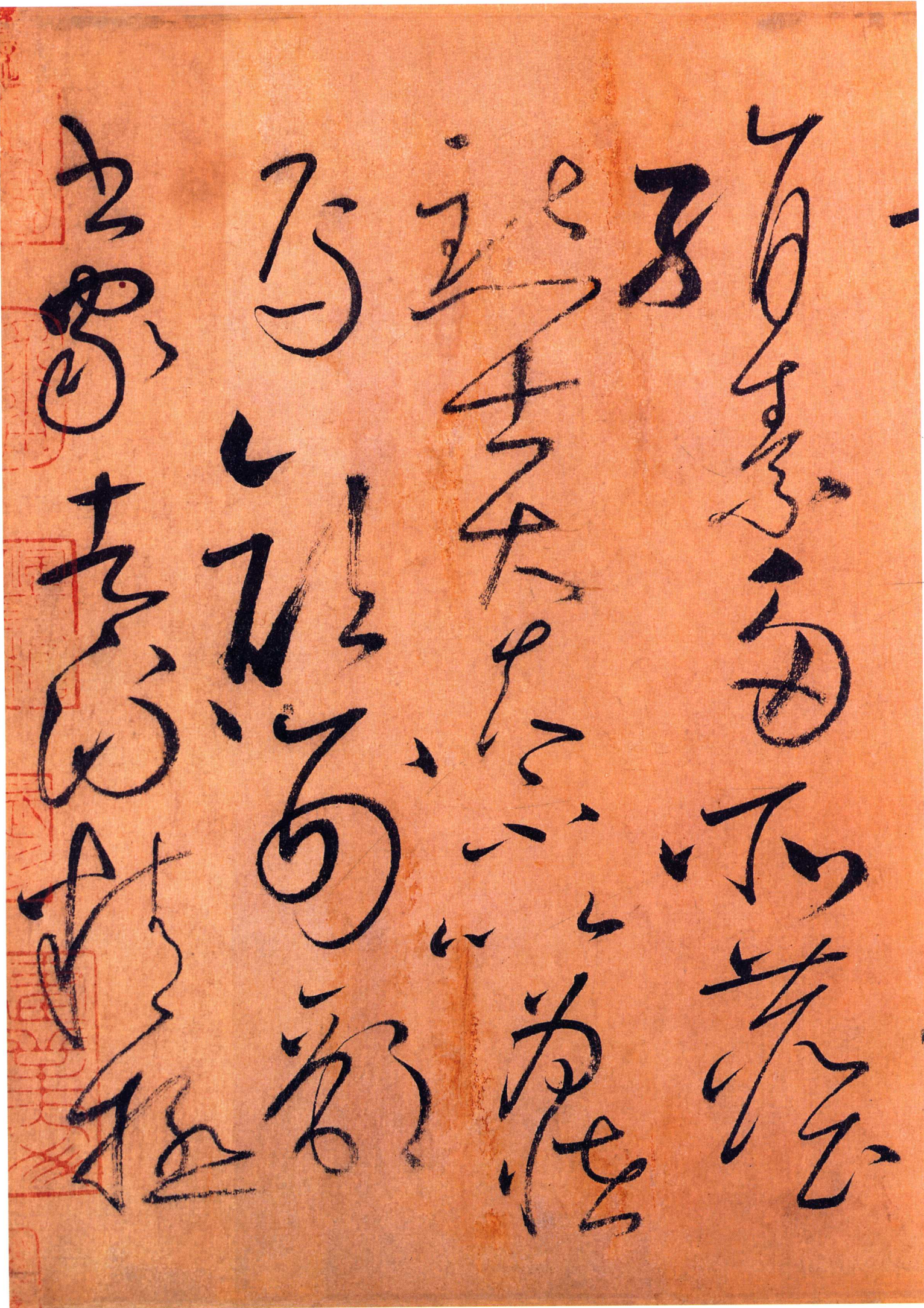


吾人、之、志、也、  
兄、七、丈、之、西、遊、  
友、杖、錫、西、遊、上、  
國、謁、見、當、代、名、公、



錯綜其事。遺編絕簡，往往遇之，豁然心胷，略無疑滯。魚牋

清 綜 之 子 也  
子 孫 官 是 子 子  
子 孫 官 是 子 子  
子 孫 官 是 子 子  
子 孫 官 是 子 子

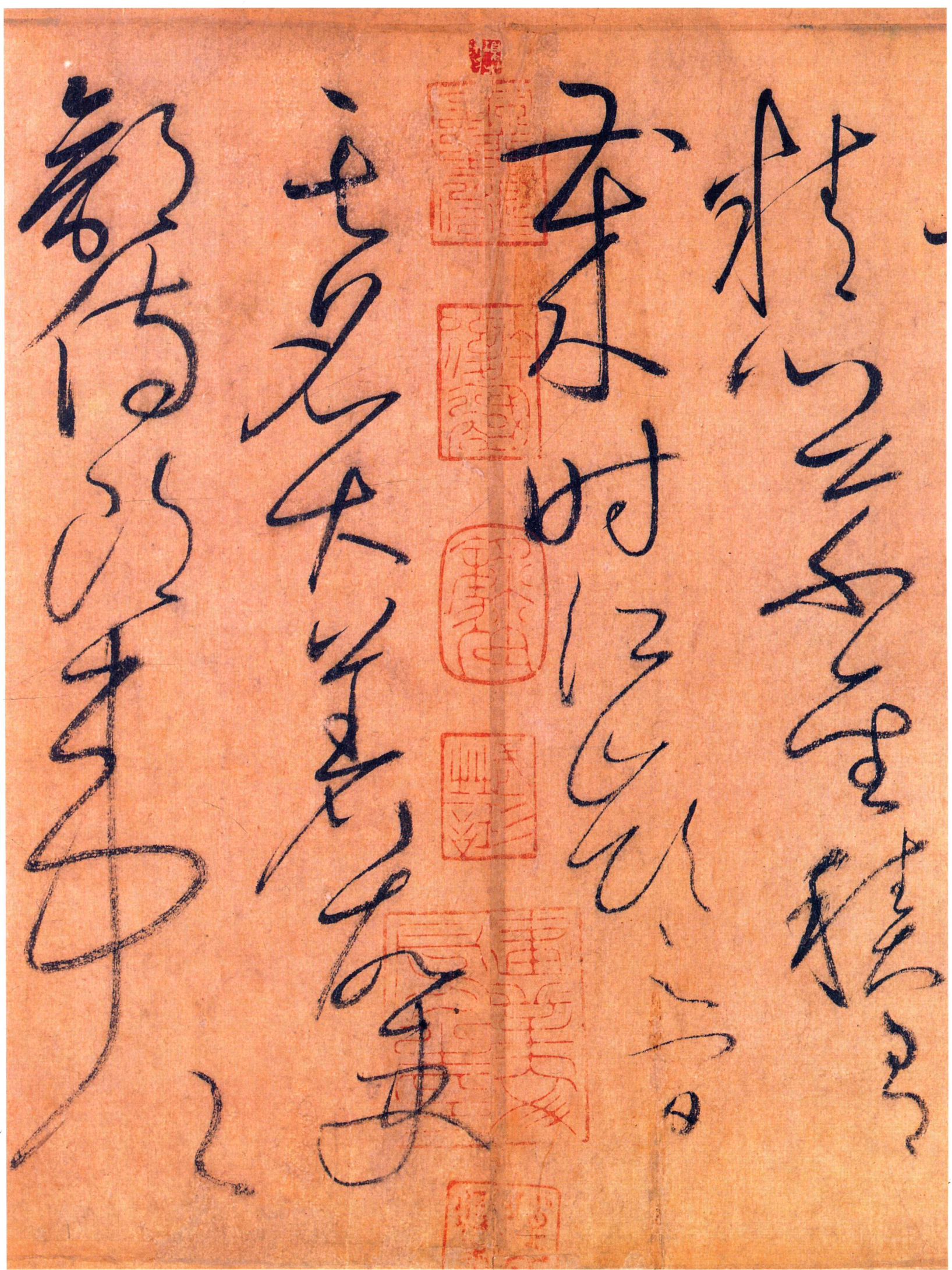


筆法，水鏡之辨，許在末行。又以尚書司勳郎盧象、小宗伯張正言，曾為歌

第孝行，如  
牛在末，又  
在末，又  
在末，又  
在末，又

詩，故叙之曰：開士懷素，僧中之英，氣槩通疎，性靈豁暢。

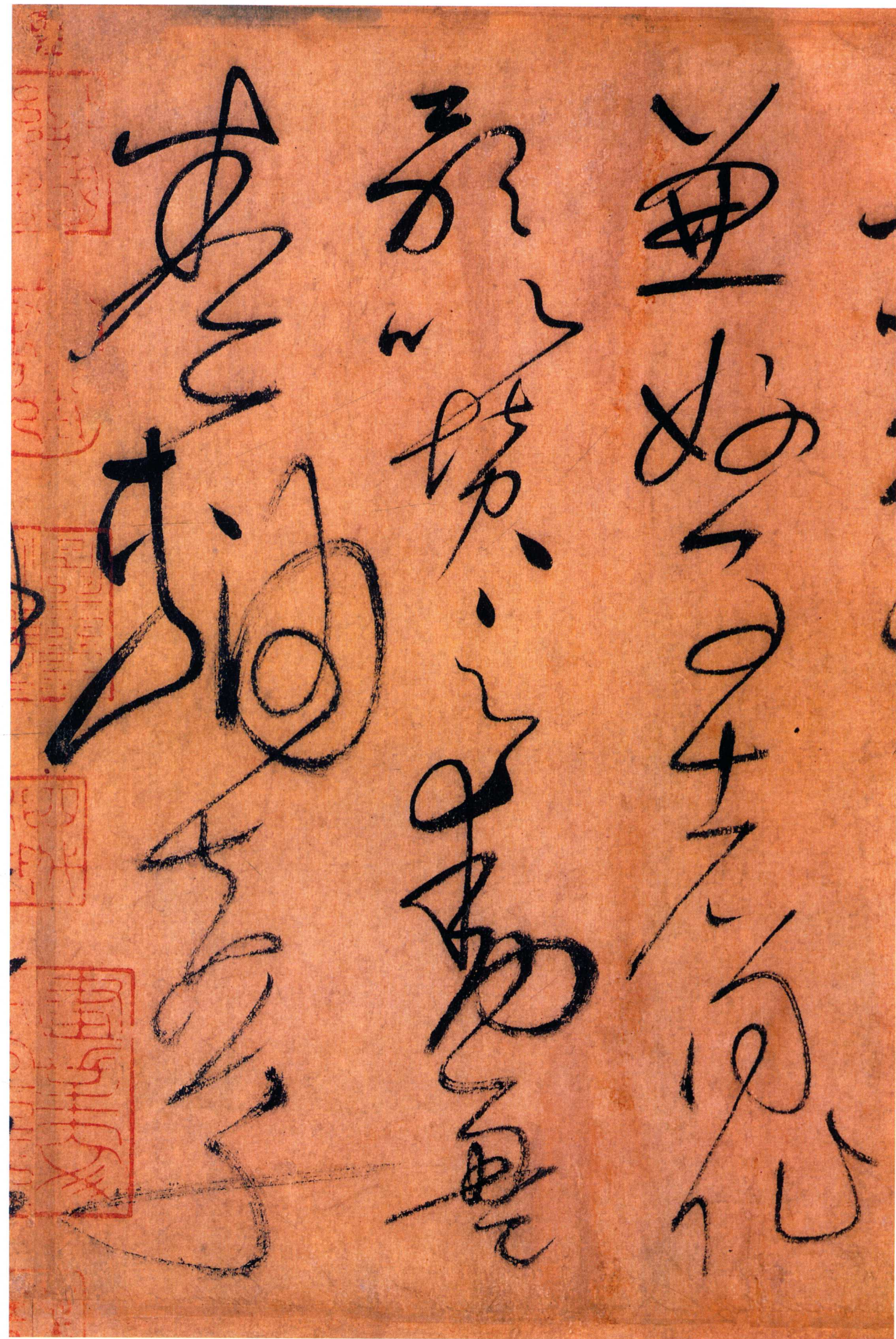
詩在名心  
用其法  
美之平功  
疎性空  
疏性空



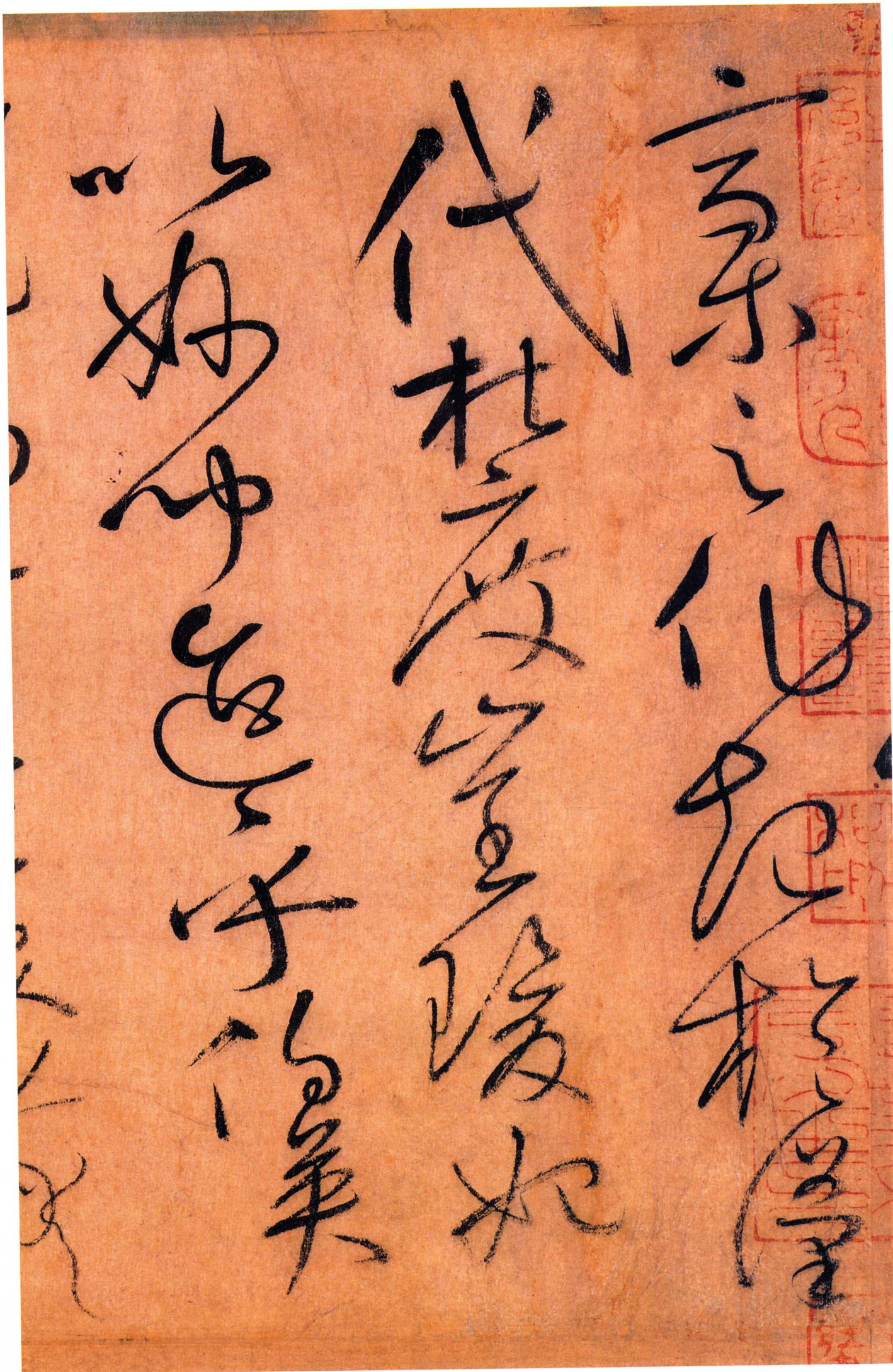
陟，觀其筆力，曷以有成。今禮部侍郎張公謂，賞其不羈，引以遊處。

沙都之筆力  
勢如奔馬  
勢如奔馬  
勢如奔馬  
勢如奔馬

兼好事者同作歌以贊之，動盈卷軸。夫草



稟之作，起於漢代。杜度、崔瑗，始以妙聞。迨乎伯英，



九極之憂  
升之降之  
年之月之  
金之石之

長史，雖姿性顛逸，超絕古今，而（模）楷精法詳（楷法精詳），特為真正。真卿早歲，