

北宋

米芾 手札二十一種

常篋送中  
恢素帖  
為

方也安  
至民  
二物

王起  
都  
竹  
祥  
至  
視  
了  
見  
便

常  
篋  
送  
中  
自  
在  
歸  
芳  
民  
出  
也  
然

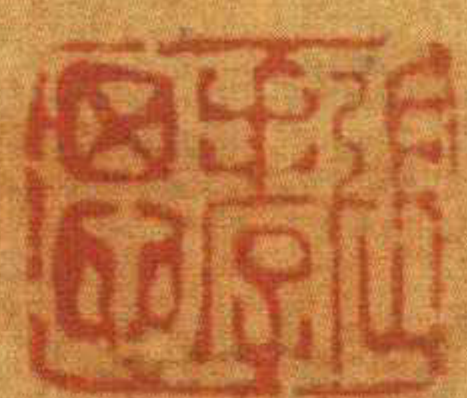
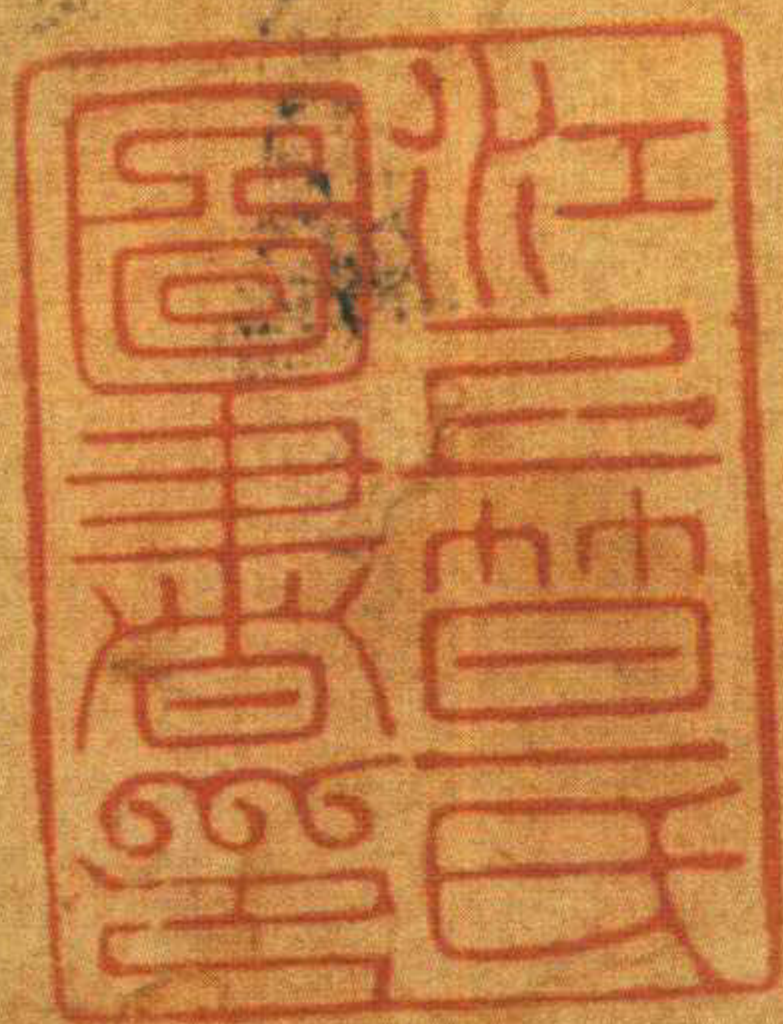
人  
字卷  
行書

# 北宋 米芾 手札二十二種

篋中帖 歲豐帖  
拜中岳命作 逃暑帖  
粮院帖 伯充帖等

人民美術出版社

北京



图书在版编目 (CIP) 数据

人美书谱·北宋 米芾 手札二十二种 / 孙晓云主  
编. -- 北京: 人民美术出版社, 2018.9  
ISBN 978-7-102-08135-9

I. ①人… II. ①孙… III. ①汉字—法帖—中国—北  
宋 IV. ①J292.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 207318 号

人美书谱·北宋 米芾 手札二十二种

RÉN MĚI SHŪ PŮ BĚI SÒNG Mǐ FÚ SHǒU ZHÁ ÈR SHÍ ÈR ZHǒNG

本卷主编 孙晓云

编辑出版 人民美术出版社

(北京市东城区北总布胡同32号 邮编: 100735)

<http://www.renmei.com.cn>

发行部: (010) 67517601

网购部: (010) 67517864

责任编辑 张啸东 王铁英

装帧设计 徐洁

责任校对 冉博

责任印制 高洁

制版 朝花制版中心

印刷 北京盛通印刷股份有限公司

经销 全国新华书店

版次: 2018年12月 第1版 第1次印刷

开本: 870mm × 1260mm 1/8

印张: 15

印数: 0001-3000册

ISBN 978-7-102-08135-9

定价: 120.00元

如有印装质量问题影响阅读, 请与我社联系调换。(010) 67517784

版权所有 翻印必究

字卷  
行書

# 北宋 米芾 手札二十二種

篋中帖 歲豐帖  
拜中岳命作 逃暑帖  
粮院帖 伯充帖等

人民美術出版社

北京

米芾（一〇五一—一一〇八），初名黻，後改芾，字元章，祖籍太原，後遷襄陽。別署火正後人、鹿門居士、襄陽漫仕、海岳外史等。曾任校書郎、漣水軍使、太常博士、書畫博士、禮部員外郎等。人稱「米元章」「米南宮」。米芾性格怪異，有潔癖，痴迷石頭和硯臺，曾拜石頭為兄，愛穿唐服，着高檐帽，有「米顛」「米痴」之譽。他擅長詩文，精于書畫，好收藏，堪稱藝術通才。其繪畫師法董源，善于描繪江南水鄉的「烟雲霧景」，所繪山水「平淡天真」，以點代皴，自成一格，創造出「米氏雲山」的畫面。一生著述豐富，著有詩文集《寶晉英光集》，書畫理論《畫史》《書史》《海岳名言》《硯史》等。

米芾的最大成就當屬書法，與蘇軾、黃庭堅、蔡襄（一說蔡京）并稱「宋四家」。米芾書法由唐入晉，融合多家，轉益多師，最後成就自我書風。他說：「余初學顏，七八歲也。字至大一幅，寫簡不成。見柳而慕緊結，乃學柳《金剛經》。久之，知其出于歐，乃學歐。久之，如印板排算，乃慕褚而學最久，又慕段季轉折肥美，八面皆全。久之，覺段全釋展《蘭亭》，遂并看《法帖》，入晉魏平淡，弃鍾方而師宜官，《劉寬碑》是也。篆便愛《詛楚》《石鼓文》。」米芾諸體皆學，在顏真卿、柳公權、歐陽詢、褚遂良、段季展上花了很多的功夫，臨摹甚勤。岳珂《寶真齋法書贊·米元章臨右軍四帖》引米友仁跋雲：「先臣芾所藏晉唐真迹，無日不展于幾上，手不釋筆臨學之。夜必收于小篋，置枕邊乃眠。好之之篤，至于如此，實一世好學所共知。」可見其用功之深，這為其晚年的書風變化打下了堅實的基礎。米芾的書法創作走的是一條集古出新的道路，他早年好集古字，中年開始變法，尋求突破，融匯多家，古為我用。其在《海岳名言》中稱：「壯歲未能立家，人謂吾書為集古字，蓋取諸長處，總而成之。既老始自成家，人見之，不知以何為祖也。」米芾書法的高妙處在于其師古而不泥古，不為古法所束縛，入古而出新，彰顯強烈的自我個性和豐富的意趣。

米芾以行書名世，用筆多變，八面出鋒，以刷字自稱。其行書結體奇絕，變化多端，格調蕭散簡遠，是宋代書壇尚意書風的代表之一。米芾書法廣受贊譽，「宋四家」之一的蘇軾稱其「風牆陣馬，沉着痛快」。《宋史·本傳》言：「特妙于翰墨，沉着飛翥，得王獻之筆意。」清代書法家王文治說：「天姿凌轢未須誇，集古終能自立家。一掃二王非妄語，只應釀蜜不留花。」米芾的書法對後世影響深遠，範成大、張即之、祝允明、徐渭、王鐸、王文治等人無不從中吸取營養。

《篋中帖》又稱《致景文隰公閣下尺牘》《天機筆妙帖》。紙本，行草書，縱二十八點四厘米，橫二十九點五厘米，藏于臺北故宮博物院。約書于元祐六年（一〇九一）。此帖飄逸灑脫，墨色淋漓，時有飛白，妙趣橫生。

《歲豐帖》，紙本，行書，縱三十一點七厘米，橫三十三厘米，現藏于美國普林斯頓大學美術館。《玉虹樓真帖》《清芬閣米帖》《貫經堂米帖》收入。此帖為元祐八年（一〇九三）秋雍丘縣任時作，筆觸清晰，輕鬆隨意，字勢連貫，

神態雍容。

《拜中岳命作》，紙本，縱二十九點三厘米，橫一百零一點八厘米，故宮博物院藏。《石渠寶笈初編》著錄，約為米芾四十二三歲時所作。此帖化裁多家，字形寬綽，用筆外拓，粗細懸殊，點畫跳躍，動靜相生，縱逸奔放，是米芾書法成熟期之作。

《逃暑帖》，紙本，行書，縱三十點九厘米，橫四十點六厘米，美國普林斯頓大學藝術博物館藏，書于紹聖元年（一〇九四），此帖用筆含蓄深沉，造型穩重，線條富有彈性，平淡天真。

《粮院帖》又稱《曆子帖》，紙本，行草書，縱二十五點六厘米，橫三十七點二厘米，故宮博物院藏。《墨緣匯觀》《石渠寶笈》有著錄，刻入《三希堂法帖》《清芬閣米帖》。此帖為紹聖元年，公元一〇九四年書寫。該帖筆觸清晰，干淨利落，中鋒、側鋒、藏鋒、露鋒運用自如，駕輕就熟，墨色淋漓，粗細分明，筆斷意連，點畫道美，端莊雜流麗，剛健含婀娜。

《伯充帖》又稱《致伯充尺牘》《伯老臺坐帖》《眼目帖》。紙本，行草書，縱二十七點八厘米，橫三十九點八厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋哲宗紹聖四年（一〇九七）。該帖行雲流水，華麗壯大，超軼絕塵，不踐陳迹。

《捕蝗帖》，紙本，行書。縱三十點二厘米，橫四十六點四厘米，凡十三行，共一百零六字，今藏臺北故宮博物院。此帖寫于元符元年（一〇九八）。粗獷恣肆，拙中藏巧，沉着爽利。

《德忱帖》，紙本，行草書，縱二十五點四厘米，橫七十八點六厘米，寫于北宋元符二年，即公元一〇九九年，此為致葛德忱書札，現藏于臺北故宮博物院。文中的葛德忱疑為葛繁，號鶴林居士，丹徒人，崇寧間官臨穎主簿，累遷鎮江守。林君指林希，字子中，福州人，嘉祐二年（一〇五七）進士，紹聖初知成都府，道闕下，徽宗時卒，追贈資政殿學士。《德忱帖》行草相間，洋洋灑灑，縱橫馳騁，氣勢暢達，下筆沉重，速度飛快，點畫跳蕩激越，穿插挪讓，向背俯仰皆出自然，無刻意雕琢之迹，節奏感極強，開始幾行較為平和，中間部分跳動欹側，最後跌宕起伏，字勢飛動，純用草書，一瀉千里，將心中之情寄予筆墨。通篇滿紙雲烟，筆墨氤氳，扣人心弦。

《鄉石帖》又稱《紫金帖》，紙本，行書，縱二十八點二厘米，橫三十點五厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋哲宗元符二年（一一〇〇）。此帖下筆較狠，點畫跳躍，線條飽滿，時有逆鋒，奇崛險峻。

《盛製帖》，紙本，行草書，縱二十七點四厘米，橫三十二點四厘米，故宮博物院藏。此帖是米芾致友人蔡肇的手札。蔡肇（？——一一一九）字天啓，潤州丹陽（今屬江蘇）人，北宋畫家，善詩文，著有《丹陽集》，曾任吏部員外郎、中書舍人。從署款用『黻』字來看，可知此作是書于四十一歲之前。文末『天啓親』三個大字一氣呵成，暢快淋漓，得一筆書之妙。該帖時斷時連，書寫節奏有快有慢，從容不迫，因勢造形，筆勢連貫，點畫精緻，章法疏朗有致，

落落大方。董其昌題跋曰：『米老此尺牘似爲蔡天啓作。筆墨、字形之妙，盡見于此。』

《留簡帖》，紙本，行草書，縱三十一點七厘米，橫三十九點七厘米。美國普林斯頓大學美術館藏。約爲米芾五十歲所作，用筆流麗，速度較快，多有連筆，狂放不羈，縱逸燦爛，別有一種風味。

《張都大帖》，紙本，行書，縱二十九點四厘米，橫三十三點八厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋徽宗崇寧四年（一一〇五）。此帖用筆輕快，點畫細膩，書風趨于清秀流美。

《值雨帖》，紙本，行書，縱二十五點六厘米，橫三十八點六厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋徽宗崇寧二年（一一〇三）。此帖汪洋恣肆，雄健清新，出新意于法度之中，寄妙理于豪放之外。筆法變幻無窮，字形陡峭，章法不拘一格，是米芾書法中罕見的珍品。

《清和帖》，紙本，行書，縱二十八點三厘米，橫三十八點五厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋徽宗崇寧二年（一一〇三）。此帖線條圓潤厚實，字形欹側，俊邁超逸，獨具風骨。

《彥和帖》，紙本，行書，縱三十點一厘米，橫四十二點六厘米，臺北故宮博物院藏，約書于北宋徽宗崇寧二年（一一〇三）。此帖以奇絕爲勝，點畫渾厚，力透紙背，墨色濃枯相間，變化多端。

《致伯充帖》又稱《業鏡帖》《敬聞帖》。紙本，行草書，縱二十三點五厘米，橫二十一點六厘米，凡五行，共二十五字。臺北故宮博物院藏，《石渠寶笈初編》著錄，摹刻于《職思堂法帖》《三希堂法帖》。該帖于一一〇三年書，此時米芾五十三歲，此帖清新脫俗，飄逸灑脫，氣勢飽滿。

《晉紙帖》，紙本，行書，縱二十四點七厘米，橫四十一厘米，臺北故宮博物院藏。書于崇寧二年（一一〇三），時值米芾五十三歲，三兒子去世，他萬分痛苦，情緒低落，身體大不如前，唯以『書畫自怡，外無所慕』。此帖前幾行較爲規矩，優雅大方，筆觸厚實，力透紙背，中間幾行開始傾斜，時有連筆出現，而最後兩行欹側加大，搖擺不定，隨着情緒的激動而跌宕起伏。

《致伯修帖》，紙本，行草書，縱二十五點四厘米，橫四十三點二厘米，又稱《丞果實帖》，臺北故宮博物院藏。書于崇寧元年（一一〇二）末，《石渠寶笈》有著錄，曾被吳廷、王鴻緒、李宗孔、清內府等收藏。該帖方圓兼具，點畫跳宕，字形峭拔，布局自然，體勢多變，尤其最後一行長長的波浪線，極盡變化之能事，富有極強的韻律感。

《面諭帖》，紙本，行書，縱二十六點二厘米，橫四十六點五厘米，臺北故宮博物院藏。又名《來戲帖》《求致翟畫王帖書》《職思堂帖》《浙干帖》。該帖爲米芾寫給友人陳師錫的信，內容是商議購藏書畫之事。此帖隨意書寫，大小不一，粗細不勻，自由揮灑，高低錯落，以圓爲主，兼有方筆，章法爛漫，如亂石鋪街，行間茂密，蔚爲大觀。

《新恩帖》，紙本，行書，縱三十三點三厘米，橫四十八點五厘米，故宮博物院藏。是米芾五十歲以後的作品，《石渠寶笈續編》著錄。《穀園摹古法帖》《墨妙軒法帖》《清芬閣米帖》收入。該帖用筆果斷，點畫厚實，隨勢生形。

《長至帖》又稱《公議帖》，紙本，行書，縱三十三點三厘米，橫四十二厘米，故宮博物院藏。書于建中靖國元年（一一〇一）。行距疏朗，清新流暢，點畫遒勁，細膩優美，字勢洞達，骨力奇強。

《戲成呈司諫帖》又稱《岳麓寺帖》，縱二十三點九厘米，橫四十三點六厘米，凡十行，共九十七字。臺北故宮博物院藏。約書于一一〇六年，《石渠寶笈初編》著錄，《職思堂法帖》《三希堂法帖》《戲鴻堂法書》等帖收入。

此帖作者追憶三十年前游岳麓山的往事，其書奇中有正，正中寓奇，長短不一，大小錯落，輕重懸殊，隨意書寫，貴乎天然。

# 行書概述

□ 孫曉雲

行，顧名思義，就是「行走」的意思，是介於「踏步」和「奔跑」之間的行進狀態，「行書」也就是介於「楷書」和「草書」之間的書法狀態。

行書作為一種書體，大約產生於漢魏之際，關於它的來源眾說紛紜，大致有兩種。第一種是源自楷書。蘇軾《題唐氏六家書後》云：「真生行、行生草。真如立，行如行，草如走，未有不能立而能行，不能行而能走者也。」劉有定《衍極註》說：「行書，正之小變也。」何良俊《四友齋書論》說：「書法自篆變而為隸，隸變而為楷，楷變而為行草，蓋至晉而書法大備。」宋曹《書法約言》說：「所謂行者，即真書之少縱略。後簡易相間而行，如雲行水流，穠纖間出，非真非草，離方遁圓，乃楷隸之捷也。」張懷瓘《書斷》一言以蔽之：「行書即正書之小譌，務從簡易，相間流行，故謂之行書。」

行書從楷書演變而來的說法在古代已經十分流行，蘇軾、劉有定、何良俊、宋曹、張懷瓘認為行書是在楷書的基礎上產生的，稍加縱略，筆畫間加強牽絲連帶，字形更為簡便實用。

第二種是源自隸書。《平生壯觀》卷一說：「漢魏之交，分隸初變真、行。」阮元《南北書派論》說：「書法遷變，流派混淆，非溯其源，曷返於古？蓋由隸字變為正書、行草，其轉移皆在漢末、魏晉之間。」從目前出土的書迹來看，漢代潦草的隸書，草率書寫，筆畫省簡，字勢由橫勢變為縱勢，初步具備早期行書的「雛形」，隨着在日常生活中運用範圍的擴大，「趨急赴速」的實用性漸漸地被人所接受，經過不斷的加工和改造，行書慢慢發展演變為新興的書體。

漢魏之際，字體屬於嬗變劇烈時期，隸書已經相當發達，楷書、行書、草書都已出現，從時間上說，楷書和行書幾乎是同步出現的。

「行書」的名稱可追溯到西晉，衛恒《四體書勢》一文：「魏初，有鍾（繇）、胡（昭）二家為行書法，俱學之於劉德昇。」爾後，行書有許多別名，南朝羊欣在《采古來能書人名》中說：「晉齊王攸善草行書。」又說：「鍾有三體，一曰銘石之書，最妙者也；二曰章程書，傳秘書、教小學者也；三曰行狎書，相聞者也。」王僧虔《論書》說：「羊欣、邱道護并親授於子敬。欣書見重一時，行草尤善，正乃不稱。」張懷瓘《書斷》說：「（胡昭）真行甚妙。」寶泉《述書賦》：「楊真人之正行，兼淳熟而相成。」韋續《五十六種書》說：「藁及行隸，鍾繇變之，羲、獻重焉。」「行書」一詞在沒有獲得普遍認可的情形下，「草行」「行狎書」「行草」「真行」「正行」「行隸」都曾指代「行書」，雖然稱呼不同，但是實質是相同的。

而古人總是將行書稱為「行狎書」。字典上，「狎」是親昵而不莊重的意思。在這個意義上來說，「狎」就是相對於「莊重」的「潦草」，是依托於一種正規形態，包含了「便捷」「簡約」的意思。所以，將「隸」將「楷」寫「潦草」了，都可以作為「行狎」看。「隸」與「行」以及「楷」與「行」之間確實存在關聯，結構和筆法有相似之處。

張懷瓘《書議》說：「夫行書，非草非真，離方遁圓，在乎季孟之間。兼真者，謂之真行，帶草者，謂之行草。」這是對行書最好的詮釋。即草書產生之後，行書即可以分為兩類，一類是行楷，字形端穩，容易識別，筆畫間牽絲連帶較少；另一類是行草，字形潦草，筆畫常有省略且多連筆，書寫速度較快。

從結體上說，行書簡便快捷，流麗生動，靜中有動，動中有靜，行楷則端莊雅正，行草則欹側多姿。

從筆法上說，行書用筆豐富，無垂不縮，無往不收，方圓并用，或提或按，時斷時連，中鋒和側鋒兼具，藏鋒和露鋒兼施。

從章法上說，行書形式多樣，或字距行距相等，疏朗開闊；或字距和行距緊密，亂石鋪街；或字距緊，行距鬆，秩序井然。

毋庸置疑，行書作為一種書體，在書法歷史上最晚產生的。

相傳行書的創立者是劉德昇，張懷瓘《書斷》說：「案行書者，後漢潁川劉德昇所造也，即正書之小譌，務從簡易，相間流行，故謂之行書。」劉德昇是東漢桓、靈帝時代（一四七—一九〇）的書法家，他對民間流行的草率的行書加以規範和改造，樹立了行書的法則，從而被人尊稱為「行書鼻祖」。因劉德昇沒有書迹傳世，具體樣式我們很難得知，張懷瓘《書斷》說：「劉德昇字君嗣，潁川人，桓、靈之時，以造行書擅名，雖以草創，亦甚妍美，風流婉約，獨步當時。」妍美、風流、婉約大概是劉德昇的行書風格，從文獻的記載來看，至少在劉德昇時代行書已經出現了。

魏晉時期是行書演進并走向成熟的時期，魏初鍾繇、胡昭二人是劉德昇的弟子，書名享譽當時，羊欣《采古來能書人名》云：「劉德昇善為行書，不詳何許人。潁川鍾繇，魏太尉；同郡胡昭，公車徵。二子俱學於德昇，而胡書肥，鍾書瘦。」西晉時期荀勗立書博士，以行書教習秘書監弟子，行書得到了迅速的發展，阮籍、阮咸、山濤、劉伶、衛瓘等人皆擅行書。西晉時的行書還停留在實用的狀態上，尚無嚴格的藝術法則，實用性很強，而藝術性相對弱，然而這一現象在東晉却得到了改變，東晉以「二王」父子

為代表的書法家，總結前人的經驗，推陳出新，創造了精緻唯美、瀟灑簡遠的行書風格，使行書定型并獲得了空前的繁榮。南朝書家王愔說：「晉世以來，工書者多以行書著名。昔鍾元常善行狎書是也，爾後王羲之、王獻之并造其極焉。」

王羲之，東晉時期著名書法家，字逸少，琅琊臨沂（今山東臨沂）人，後遷會稽山陰（今浙江紹興），歷任秘書郎、寧遠將軍、江州刺史等職。王羲之諸體皆精，尤善行書，「增損古法，裁成今體」，將漢魏的質樸書風變為妍美流麗，代表作品有《蘭亭叙》，號稱「天下第一行書」。王羲之的行書用筆內擲，造型多變，流暢自然，風流蘊藉，後人以「飄若游雲，矯若驚龍」「龍跳天門，虎臥鳳閣」「盡善盡美」來形容王羲之的書法風格。他被世人尊稱為「書聖」。

王獻之，字子敬，王羲之的兒子，與父并稱為「二王」，其行書一改王羲之內擲的筆法為外拓，用筆更加汪洋恣肆，氣勢連綿，書風更加瀟灑妍美。代表作品有《廿九日帖》《更等帖》《地黄湯帖》等。張懷瓘《書議》說：「子敬才識高遠，行草之外，更開一門。夫行書，非草非真，離方遁圓，在乎季孟之間。兼真者，謂之真行；帶草者，謂之行草。子敬之法，非草非行，流便於草，開張於行，草又處其中間。……逸少秉真行之要，子敬執行草之權，父之靈和，子之神俊，皆古今之獨絕也。」

經過「二王」父子的不懈努力，行書在東晉高度成熟，不僅實用性強，而且藝術性突顯，行書的範式得到了確立，後人沿着「二王」開拓的行書道路前行，演繹出多姿多彩的藝術風格。楊慎《墨池瑣錄》說：「晉人書雖非名法之家，亦自奕奕有一種風流蘊藉之氣。緣當時人物，以清簡相尚虛曠為懷，修容發語，以韻相勝，

落華散藻，自然可觀。」馬宗霍《書林藻鑒》說：「晉人書以韻勝，以度高。夫韻與度，皆須求之於筆墨之外也。韻從氣發，度從骨見，必內有氣骨以爲之幹，然後韻斂而度凝。」晉人崇尚玄淡，縱情於山水之間，以書法抒情達意，以韻相勝，風流儒雅，超凡脫俗。

劉熙載《藝概》云：「王家羲、獻，世罕倫比，遂爲南朝書法之祖。其後擅名宋代，莫如羊欣，實親受於子敬；齊莫如王僧虔，梁莫如蕭子雲，淵源俱出「二王」；陳僧智永尤得右軍之髓。」南朝宋齊崇尚王獻之，梁陳之際轉而尚王羲之。南朝的行書大多規模「二王」，繼承有餘，而創新不够，趙孟頫曰：「齊、梁間人，結字非不古而乏俊氣。」大概南朝的行書有古意，然缺乏俊氣，成就不高。

唐代是行書發展的黃金時期，盛唐之前的行書雖名家輩出，然因法度所限，終究難有很大的突破。李世民行書用筆精工，法度粹美，激越跌宕，首開行書入碑先河。歐陽詢行書，體勢縱長，筆力勁健，嚴謹險峻。虞世南行書結體多姿，筆勢圓活，蕭散衝淡，剛柔并濟。陸柬之行書風骨內含，神采外映，得《蘭亭》神韻。褚遂良行書筆勢縱橫，嫵媚遒勁。盛唐時期的行書與國勢一樣，氣勢恢宏，沉雄渾厚，代表了唐代行書的最高成就。代表人物有李邕和顏真卿。

李邕（六七八—七四七），字泰和，揚州江都人，曾任戶部員外郎、括州刺史、北海太守等職。李邕善行書，從「二王」而來，而又自成一格。鄭杓說：「古之銘石，典重端雅，使人興起於千載之下。邕以行狎相參，後復愧異百出，邕作俑也。」李邕以行書入碑，其作品《麓山寺碑》《李思訓碑》，博大寬厚，左低右高，上舒下斂，風度閑雅，翩翩自肆，一點一畫皆如拋磚落地，點畫蒼勁厚實。董

其昌說：「右軍如龍，北海如象。」足見李邕行書的高超。

顏真卿（七〇九—七八四），字清臣，陝西西安人，官至吏部尚書、太子太師，封魯郡開國公，人稱「顏魯公」。顏真卿的行書法乳「二王」，褚遂良、張旭等人，以篆籀筆法入行書，使用外拓筆意使結體向外擴張，氣勢磅礴，點畫渾厚，鬱勃遒勁，開唐代書法雄渾一路的先河。顏真卿學古而不泥古，自出新意，代表作品有《爭座位稿》《祭姪稿》《祭伯父稿》《湖州帖》《劉中使帖》《蔡明遠帖》《劉太衝帖》等。其中《祭姪稿》被譽爲「天下第二行書」。可以說顏真卿是繼「二王」之後在行書領域的大家，宋代以後的諸多書法家都師從顏真卿，其影響之大，罕有人能匹及。項穆《書法雅言》云：「顏清臣雖以真楷知名，實過厚重。若其行真如《鹿脯帖》，行草如《爭坐》《祭姪帖》，又舒和遒勁，豐麗超動，上擬逸少，下追伯施，固出歐、李輩也。」

晚唐的杜牧和柳公權皆善行書，杜牧有《張好好詩》傳世，氣格雄健，有六朝風蘊，柳公權以楷書聞名，然其行書也出手不凡，所書《蒙詔帖》，氣勢雄豪，險中生態，骨力奇強。

唐代的行書成就當以顏真卿和李北海最高，影響也最大，最能代表唐代的開張雄渾氣勢。李世民、歐陽詢、虞世南、褚遂良、陸柬之、柳公權、杜牧諸人都是行書的高手，他們或以楷書名世，或以文章馳名，然行書各具姿態，別有風韻。梁巖《承晉齋積聞錄·學書論》說：「唐人勁健，書如烈士拔劍，雄視一世。」此說言之有理，頗能反映唐代行書的風貌。

五代的歷史雖不長，然行書却有可觀之處，楊凝式堪稱行書大家，出入「二王」和顏真卿，而加以不衫不履，遂自成家。代表

作品《韭花帖》，疏朗娟秀，落落大方，格調高古。包世臣《藝舟雙楫》云：「書至唐季，非詭異即軟媚，軟媚如鄉願，詭異如素隱，非少師之險絕，無以挽其頹波。」楊凝式是連接唐代行書和宋代行書的關鍵人物，承上啓下，功不可沒。

宋代是行書發展的又一高峰，人才輩出，星光璀璨。宋初的行書沿襲唐末五代而來，了無新意，李建中、周越、王著等人的行書法度嚴謹，然缺乏韻味，難以形成氣候，真正代表宋代行書的是宋四家：蘇軾、黃庭堅、米芾、蔡襄。

蘇軾（一〇三七—一一〇一），字子瞻，號東坡居士，四川眉山人，曾任翰林學士、侍讀學士、禮部尚書等職。蘇軾詩文書畫俱佳，其書法以行書見長，「二王」、顏真卿、李北海、楊凝式都是其師法的對象，人古出新，喜用偃筆，字形扁闊豐肥，如石壓蛤蟆，墨色濃，書風厚重而不失飛揚，所書《黃州寒食帖》，被譽為「天下第三行書」。蘇軾作書強調「意趣」，曾云「我書造意本無法」，「自出新意，不踐古人」。蘇軾蔑視成法，倡導新意，是宋代「尚意」書法的領軍人物。

黃庭堅（一〇四五—一一〇五），字魯直，號山谷道人，江西修水人，開創了「江西詩派」，歷任校書郎、集賢校理等職。黃庭堅是蘇軾的學生，受老師的影響，其書法也獨標個性，曾說「隨人作計終後人，自成一家始逼真」，黃庭堅的行書取法顏真卿、楊凝式、蘇軾等人，加以改造，形成了自我面貌。《松風閣詩》為其代表作品，中宮緊收、四緣發散，行筆曲折頓挫，氣魄宏大，雄放瑰奇。黃庭堅是宋代「尚意」書法的中堅力量，不踐古人，風格強烈，影響深遠。

米芾（一〇五一—一一〇八），初名黻，後改芾，字元章，祖

籍太原，後遷襄陽。曾任校書郎、漣水軍使、太常博士、書畫博士、禮部員外郎等職。米芾臨池甚勤，廣收博取，出入晉唐，走的是一條集古出新的道路，融匯多家，自成一體，其行書用筆多變，八面出鋒，以刷字聞名，風牆陣馬，沉着痛快，結體奇絕，變化多端，格調蕭散簡遠。米芾留下了大量的行書墨迹如《蜀素帖》《苕溪詩帖》《張季明帖》等，風格多樣，變幻無窮。與蘇軾、黃庭堅一樣，米芾也追求新意，曾言：「意足我自足，放筆一戲空。」正是有了這種心態，米芾才能大膽獨造，風流獨步，直追晉人。

蔡襄（一〇一二—一〇六七），字君謨，福建仙游人，曾任龍圖閣直學士、樞密院直學士、翰林學士等職，出任福建路轉運使，知泉州、福州、開封和杭州府事。蔡襄諸體皆能，功底扎實，臨池勤奮，以行書最勝，師法「二王」，謹守法度，他的行書雍容華貴，體態妖嬈，點畫規矩，書風溫雅，代表作品有《澄心堂紙帖》《腳氣帖》《扈從帖》《陶生帖》等帖。蔡襄的行書雖遠師魏晉，但法度多於意趣，個性不是很鮮明，雖躋身宋四家行列，但是成就不如其他三位。

宋四家代表了宋代行書的最高峰，他們不滿於現狀，不為法度所約束，新意盎然，共同鑄就了宋代書法「尚意」的輝煌。宋四家之後的南宋雖然也有許多行書知名度較高的書家，如吳說、趙構、陸游、范成大、朱熹、張孝祥、張即之等人，他們或規模宋四家，或上溯唐代，雖功夫謹然，但沒有形成突破性的進展。

宋代「尚意」書風一方面產生了蘇軾、米芾、黃庭堅等書法大家，另一方面過度強調「意」而輕視「法」。而元代主張回歸魏晉，復興古法。突出代表是趙孟頫。

趙孟頫（一二五四—一三二二），字子昂，號松雪道人，歷任集賢直學士、濟南路總管府事、翰林侍讀學士等職。趙孟頫是藝術全才，詩書畫印無不擅長，書法尤其出色。其行書宗法「二王」，出入晉唐，技法嫻熟，結體流美，柔潤婉約，風華俊麗，留下了《前後赤壁賦》《洛神賦》等行書名迹。趙孟頫力矯宋代尚意書風的流弊，以晉唐為旨歸，追求韻味，以自己的實際行動來繼承「二王」的風流蘊藉。何良俊《四友齋書論》云：「自右軍以後，唐人得其形似，而不得其神韻；米南宮得其神韻，而不得其形似。兼形似神韻而得之者，惟趙子昂一人而已。」趙孟頫的行書具有王羲之的風神，中和典雅，不激不厲，風規自遠，堪為元代書法的盟主，影響之大，無人能及。錢良佑、俞和、虞集、王蒙、張雨、朱德潤等人皆是趙孟頫書法的追隨者，他們是元代書法的生力軍。

在元代能與趙孟頫相抗衡的書家着實很少，鄧文原、鮮于樞、康里巎巎在一定程度上能雁行趙孟頫。

鄧文原（一二五八—一三二八），字善之，四川綿陽人，一字匪石，人稱鄧巴西。他的行書摒棄宋人，而直接取法「二王」和李北海，又有趙孟頫的影子，溫醇典雅，柔媚流麗。

鮮于樞（一二四六—一三〇二），字伯幾，一作伯機，號困學民，河南開封人。以善書為世所重，其行書直追晉人，圓勁灑脫，雄放恣肆，與趙孟頫私交甚好，相互切磋，力求恢復晉唐古法，是元代古典主義書法的先導者和踐行者。

康里巎巎（一二九五—一三四五），字子山，號正齋、恕叟，回族人，曾任禮部尚書、奎章閣大學士等職。康里巎巎的行書上追魏晉古法，行筆速度快，灑脫俊逸，與趙孟頫的中和典雅不同，他

的書法銳利俊俏，奇絕姿媚，後人有「南趙北巎」之稱。

元代書法倡導復古，行書以晉唐古法為最高目標，元代書法復古運動聲勢浩大，宋代書法的險峻洗滌殆盡，取而代之的是中和恬適，「二王」書風在元代獲得了重生，祇可惜元代書法的面目過於單一，不如宋代書法的眾星璀璨。

明代前期的行書主要受宋、元名家影響。宋璫、解縉、徐霖等人繼承多於創新，始終在宋元名家的陰影下，而中期的文徵明、祝允明、唐寅、王寵等人視野開闊，師法範圍上溯到晉唐，行書頗有改觀，王澐《虛舟題跋》說：「蓋非直有元一代皆被子昂籠罩，明時中葉以上猶未能擺脫，文氏父子仍不免在其殼中也。」王澐的論述大抵符合事實。明代中後期的行書獲得了很大的突破，意識形態領域勃興的思想解放運動，強調「本心」「童心」，這些都為晚明「浪漫主義書風」的形成奠定了思想基礎。董其昌、王鐸、張瑞圖、黃道周、倪元璐、徐渭等人銳意進取，將明代行書推向了高潮。

文徵明（一四七〇—一五五九），字徵明，號衡山居士，江蘇蘇州人，官至翰林待詔。其書廣泛涉獵諸家，趙孟頫、康里巎巎、蘇軾、黃庭堅、「二王」都曾學過，晚年專法晉唐。代表作《西苑詩冊》，筆法精熟，寬展疏闊，溫雅圓和，點畫蒼老，但是大小一致，失之拘謹。何良俊《四友齋書論》謂：「自趙集賢後，集書家之大成者衡山也。」文徵明的行書在明代有着很大的聲望，吳中地區多受其影響，他是吳門書派的領袖。

唐寅（一四七〇—一五二四），字伯虎，號六如居士、桃花庵主等，江蘇蘇州人。其書主要學習趙孟頫和蘇軾，略加己意，饒有韻味。《落花詩》出自其手，形態很像趙孟頫，祇是筆力稍弱。趙

孟頫含蓄潤澤，而唐寅則發露婉轉，各有千秋。

祝允明（一四六一—一五二七），字希哲，自號枝山，世稱「祝京兆」，江蘇蘇州人。祝允明的書法師出黃庭堅、米芾、楊凝式等人，早年流麗婉轉，後來變得質樸古雅。他的行書能擺脫趙孟頫的柔媚，另辟蹊徑，實為難得。王澐《虛舟題跋》說：「自趙吳興以來，二百餘年至此乃始一變。雖以文待詔之秀勁，猶循吳興故轍，未如祝京兆獨挺流俗、校然自名一家也。」

王寵（一四九四—一五三三），字履吉，號雅宜山人，江蘇蘇州人。王寵書法取法乎上，於「二王」用功甚多。代表作《書李白詩》，結體出自《閣帖》，筆法精煉，姿態橫出，以拙取巧，婉麗適逸。何良俊《四友齋書論》說：「衡山之後，書法當以王雅宜為第一。」王寵是吳門書派的杰出人物，文徵明以法勝，而王寵以韻勝。

吳德旋《初月樓論書隨筆》云：「萬曆以前書家，如祝希哲、文徵明之徒，皆是吳興入室弟子。」此說有一定的道理，但是明代中葉的行書不完全是趙孟頫的影子，他們在取法上有所拓展，書風上也能有自己的面目，這是一大進步。明代晚期的行書則在前人的基礎上翻新，新理異態，浪漫主義書風大肆盛行，這一時期的典型書家有徐渭、董其昌、王鐸、張瑞圖、黃道周、倪元璐。他們的書法或奇崛恣肆、或空靈韻秀，或燦爛狂逸，形成了多樣化風格。

徐渭（一五二一—一五九三），字文長，號青藤老人、青藤道士、天池生、天池山人等，浙江紹興人。徐渭的行書主要源自米芾和「二王」，用筆大膽果斷，摻雜側鋒和破鋒，有時垂筆還作虎尾節狀，結體善變，因失勢造型，跌宕奇險，章法上密而散，滿紙雲烟，點畫狼藉，有如亂石鋪街，攝人心魄。袁宏道形容其書法「八

法之散聖，字林之俠客」。徐渭的行書是在傳統上的出新，以意作書，無常形，無定法，變化莫測，不可捉摸。

董其昌（一五五五—一六三六），字玄宰，號思白、香光居士，上海松江人，官至南京禮部尚書。董其昌的書法轉益多師，精研「二王」、顏真卿、楊凝式、米芾等人，取神捨形，融匯諸家，終成自我風貌。他的行書純任天真，任意揮灑，豐采姿神，飄飄欲仙。筆法圓勁秀逸，筆勢連綿，善用淡墨，清新恬淡。章法上頗有新意，字與字、行與行之間，分行布局，疏朗勻稱，空靈韻秀。董其昌集行書之大成，深得晉唐的神韻，渾然天成，出之自然。董其昌對晚明以後的書壇影響巨大，李瑞清《跋王孝禹藏宋拓醴泉銘》云：「國朝書家無不學董。」董其昌是繼趙孟頫之後的又一行書大家，影響力極大。

張瑞圖（一五七〇—一六四四），字長公，號二水、果亭山人、芥子居士、白毫庵主等，福建晉江人。官至武英殿大學士、左柱史部尚書等職。他的行書規模前賢，而又自成一格，大量運用側鋒翻折筆畫，以方峻硬峭取勝，結體拙野狂怪，奇崛縱橫，章法上字距緊密，行距疏朗，氣勢凌厲，大開大合，構成強烈的視覺衝擊力，時人贊為「奇恣如生龍動蛇，無點塵氣」。張瑞圖的書法一改過往中和的書風，變為奇逸，以方折代替圓轉，造型險怪，不拘常法，獨樹一幟。

黃道周（一五八五—一六四六），字幼玄，號石齋，福建漳州人，曾任吏部尚書、武英殿大學士。黃道周的行書以「二王」為宗，兼收并蓄，參以己意，形成了遒勁雄暢、奇肆跌宕的書風。筆法方圓并用，中側兼施，多用轉折。結體欹側扁平，布局緊湊，

壓縮字距，誇張行距，氣勢連綿，造成黑白空間的強烈對比。黃道周的行書與時人拉開了很大的距離，離奇超妙，深得『二王』神髓。

王鐸（一五九二—一六五二），字覺斯，號十樵，又號痴庵、痴仙道人，別署烟潭漁叟，河南孟津人，官至禮部尚書。王鐸的行書得力於鍾繇、王獻之、顏真卿、米芾諸人，尤其傾心於《閣帖》。王鐸大量臨摹古帖，熟練掌握了各家的路數，鍛造了扎實的基本功，博采衆長，將古帖的養分吸收到自己的筆下。王鐸的行書用筆渾厚，線條厚實，結體欹側，常用漲墨法，形成墨團，極富視覺效果，章法上中軸綫擺動大，相互參差挪讓，融為一體。王鐸創立了魄力雄強，擲騰跳躍的風格，矯正趙孟頫、董其昌的末流之失，堪為明季書壇『中興之主』。

倪元璐（一五九三—一六四四），字汝玉，一作玉汝，號鴻寶，浙江上虞人，官至戶部尚書和禮部尚書。倪元璐的行書出自於王羲之、顏真卿和蘇軾，用筆鋒棱四露，時參飛白筆法，筋骨內含，墨色枯潤相間，結字奇險多變，章法上行距大於字距，開闊疏朗。他有『三奇』和『三足』之譽，『筆奇、字奇、格奇』，『勢足、意足、韻足』。倪元璐、王鐸、黃道周為同年進士，三人皆善書，馬宗霍說：『黃石齋之偉岸，倪鴻寶之蕭逸，王覺斯之騰擲，明之後勁，終當屬此數公。』

明代行書的高度定格在晚明，個性鮮明，書風或激蕩或娟秀，且出現了很多大尺幅作品，視覺感極強。明代以前的行書大多是小字，而晚明高堂大柱，滋生了大字行書，神完而氣足。或是嘗試將篆隸結字融入行草筆法，注疏尋古。

康有為《廣藝舟雙楫》云：『國朝書法凡有四變：康、雍之世，專仿香光；乾隆之代，競講子昂；率更貴盛於嘉、道之間；北碑萌芽於咸、同之際。』康有為論述了清代書法發展的特點，基本上與事實相符。就行書而言，清初的書法繼承了明末浪漫主義書風，傅山崇尚奇古，其書燦爛恣肆，奇崛恣肆，極大地抒發了內心的情感。朱奎以篆書筆法入行書，造型奇特，稚拙古雅。康熙、雍正時期流行董其昌的書法，查士標、張照等人是主流，書風偏向柔媚。乾隆、嘉慶時期趙孟頫深受歡迎，劉墉、王文治等人的行書別具一格，新意迭出。道光、咸豐、光緒、宣統時期碑學融入行書中，何紹基、趙之謙、康有為等人引碑入帖，力創出厚重而不失流暢的行書新面目。

傅山（一六〇七—一六八四），字青主，別名真山、濁翁、石人等，山西太原人。傅山的書法取法董其昌、趙孟頫、顏真卿和『二王』諸家，在創作理念上提倡『四寧四毋』。他說：『寧拙毋巧，寧醜毋媚，寧支離毋輕滑，寧真率毋安排。』在書寫實踐中，傅山也是貫徹此理念的，他的行書用筆喜歡連綿纏繞，線條圓熟，結體險絕，愛用生僻字，章法上字組關係明顯，疏密合宜。傅山的書法任其自然，不雕琢做作，以拙取勝，拙中藏巧。

朱奎（一六二六—約一七〇五），字雪个，號八大山人，江西南昌人。朱奎的書法受董其昌和『二王』的影響較大，但能入古出新。他的行書圓融通透，不食人間烟火，以篆書筆意入行書，造型奇特，空間對比強烈，大疏大密，左右上下之間常常錯位，字形稚拙，古意盎然。

張照（一六九一—一七四五），字得天，號涇南，江蘇婁縣人。

張照書法初從董其昌入手，後出入顏真卿和米芾，卓然成家。他的行書含蘊蒼秀，天骨開張，氣魄渾厚。乾隆稱其「復有董之整，而無董之弱」。

劉墉（一七一九—一八〇四），字崇如，號石庵，山東諸城人，官至體仁閣大學士。劉墉的書法築基於趙孟頫，旁及董其昌和蘇軾，不受古人牢籠，超然獨出。他的行書肉多骨少，點畫渾厚，字形略扁，勁氣內斂，喜用濃墨，時稱「濃墨宰相」，康有為稱其為「集帖學之大成」。

王文治（一七三〇—一八〇二），字禹卿，號夢樓，江蘇丹徒人。王文治的書法近取董其昌，遠師「二王」，效法《蘭亭叙》和《聖教序》。他的行書得「二王」平淡之趣，秀韻天成，以豐姿勝，但過於姿媚，喜用淡墨，號稱「淡墨探花」。

何紹基（一七九九—一八七三），字子貞，號東洲、蝮叟，湖南道縣人。何紹基的書法多着力於顏真卿，又借鑒歐陽詢和「二王」。他的行書頗具特色，執筆用回腕法，參以篆隸筆意，多用逆筆，時有顛筆，豐腴圓渾，結體寬博，駿發雄強，縱橫欹斜，出乎繩墨之外。

趙之謙（一八二九—一八八四），字搗叔，號冷君、悲庵、梅庵等，浙江紹興人。趙之謙的書法雖以魏碑著稱，但是其行書也氣度不凡，師法顏真卿，後以魏碑入行書，用筆沉雄厚實，豐滿圓潤，字形方扁，充滿了金石氣。趙之謙將魏碑和行書相結合，獨創出碑體行書，頗具創見。

康有為（一八五八—一九二七），字廣廈，號長素，廣東南海人，康有為在書學上尊碑抑帖，大肆鼓吹碑學，崇尚陽剛雄渾之美。他的行書師法米芾、顏真卿和「二王」，以碑學的筆法入行

書，點畫厚實飽滿，魄力雄強，氣勢開張，開行書的新境界。

清代的行書發展多元化，既有在傳統帖學上的出新，傅山、朱耷、劉墉、王文治是代表；又有融碑入帖，以碑學的厚重來糾正帖學的柔媚，實開行書新路徑，何紹基、趙之謙、康有為是代表。總之，清代的行書復雜多樣，書風多元，成就斐然。

晉代尚韻，唐代尚法，宋代尚意，明代尚態，清代尚樸，當代應該尚融。

整個行書的起源與發展是與實用、美觀、寄情緊密相聯的。古人的書信、筆記、記事、交流，幾乎均是用行書。而名留青史的名碑名帖，尤其是墨迹，大都是行書。那些「風流倜儻」「江左風華」「玉樹臨風」「不激不厲」等形容古代文人「字如其人」的詞句，總是和行書連在一起。行書是中國書法史上延續最長的書體，至今仍是我們生活中接觸、使用最多的書體，當然，也是學習書法最直接、最便利的途徑。

