

中國文字之美

——認識書法(上)

江育民主講
藍玉霖整理

學習書法的方向

現代人從小學習硬筆字，並且習慣於印刷字體，這與中國古代人的書法，在美感上的標準有極大的差距。各位在學習書法這段時間，將有以下幾個方向，與大家共同研究。

第一、書家與作品。儘量介紹歷史上優秀書法家的作品，並談談當時書法家們的看法，以及後來的評論家對他的評價，以及作品是怎麼來的。也許無法完全詳盡的傳達清楚，不

過，盡我的能力向各位報告。希望大家配合的是：因為時間很短，個人學問及能力有限，只能引一個頭，並介紹一些書給各位，希望大家一定要看。

二、毛筆與運筆。各位要先認識毛筆，毛筆大同小異，其功能與效果卻有很大的差異，希望藉著每次上課來作介紹。當老師的工作很艱巨，只能引領大家踏出第一步，最好的老師是存在於過去兩、三千年前的書法家，在幫助各位認識他們，以什麼角度來看這些書法

家，以什麼方法來學習這些書法作品，在學習的過程中，將一步步地來講述。

致於如何運筆？開始學習書法，我們要練習如何操縱毛筆，是拿低一點或高一點？是握前面一點或中間一點？或站或坐？手是捏緊或放鬆？角度是向前或向左還是向右？這整個節奏，只要有任何一項因素改變，它都有不一樣的效果，我們要在這些地方來認識這枝毛筆，然後，才可以開始寫字。寫得好與不好，完全操縱在



圖①元朝鮮于樞的透光古鏡歌。

自己手裡。至於老師寫得好與不好，對大家沒有太多的幫助，老師寫得不好，反而給自己較大的信心，老師寫得好，通常只是帶給學生更自卑而已，沒有什麼幫助。

學習書法入門的觀念

學習書法入手，我們選擇元朝鮮于樞的透光古鏡歌（圖①）。鮮于樞是元朝人，字伯

機，漁陽（今北平）人，生於宋理宗寶佑五年丁巳（西元一二五七年）卒於元成宗大德六年壬寅（西元一三〇二年），享年四十四又六。鮮于樞在現代書法的名氣並不大，主要是因為年輕，四十六歲就過世。

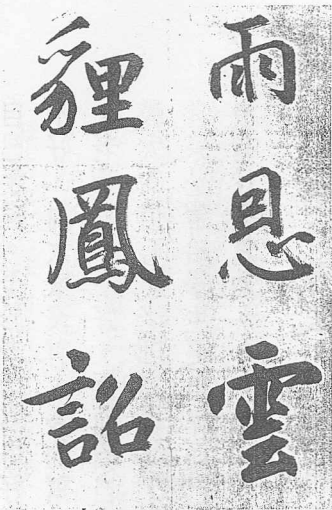
元朝人喜歡玩古董，特別是銅鏡。中國人認為最值得欣賞的銅鏡是在漢朝以及漢朝以上的時代，另為隋唐時代。銅鏡是圓狀的，正面刻有很多花紋，後面是平的，鍍上水銀。中國文化發展得很早，讀書人喜歡古董，有一句話說：「玩物喪志」玩物即是指玩古董。古人若是參加重要盟會，首要捨古董，如果連古董都捨不得，那表示你的志向還不夠堅定。

在元朝時，有人得到一面銅鏡，陽光可以穿透，在古代少數特別紋路的銅鏡會透過日光。台中自然科學博物館，有一卷錄影帶，解釋什麼樣的花

紋，經過折射的原理，（它是銅的），會透光，而這個道理在漢朝時就已經知道了，但是元朝並不曉得（元朝大約在十三世紀到十四世紀），他得到這面銅鏡感到非常新鮮，於是作了一首詩：「透光古鏡歌」。

元朝最好的書法家是趙孟頫（字子昂），活到六十九歲，他在五十多歲時說：「余與伯機同學草書，伯機過余遠甚，極力追之，而不能及。伯機已矣，世乃稱僕能書，所謂無佛處稱尊耳。」可見鮮于樞的書法在當時得到肯定，然元之後，漸為子昂所掩。鮮于樞的書法最好的並不是楷書而是草書。

十一世紀末，中國最好的文人書法家蘇東坡說：「眞生行，行生草。」從眞書生出行書，從行書生出草書。蘇東坡講了這句似是而非的話之後，所有的人在學書法，都認為自



圖②元朝所流傳的行楷書。

己是初學的，要學完楷書再學行書，學完行書再學草書。這句話有時對，有時也不對，我們要證明這句話有時不一定對，所以，教各位從楷書、行書、草書、篆書一起來鍛鍊。

帶行書的楷書叫行楷，從第十四世紀元朝開始，這樣的楷書流傳得很深遠，可以用較快的速度來寫。第九十頁的第一個字是「雨」「恩」（圖②），大的框架子可以遠遠即看出是楷書，用一部份連續的筆法來寫出楷書端正的造型。我們看「鳳」字，皆是一筆一劃來寫，最後四點連起來，可以保持住楷書架子不變，同時又

可用稍快的速度把它寫完，從第十四世紀開始成爲最受歡迎的書體，整個元朝的楷書大部份都是這種調子。

早期的楷書，在唐朝寫得一筆一劃的，我們叫端楷，現在分端楷、行楷，唐朝是出楷書大家的年代，最好的書法家是歐陽詢、虞世南、褚遂良，再過一百年又出了幾位書法家，顏真卿、柳公權、徐浩。關於書法的小常識，請大家要看書，買一本中國書法欣賞來看，這本書是我十二歲那年，一個禮拜就看完了，這本書是把現在所能夠知道的書法家及作品，在每一頁抽樣附照片，我們可以用非常口語化，很簡單方式介紹，還有時代特徵，可以在很短的時間瀏覽一遍，可增加我們對書法粗淺認識。各位不要認爲寫書法就一定要學顏真卿或一定要學王羲之，除了顏真卿、王羲之就沒有，古代常有人說：學書法一定

要學某某人，其他不可以之類這樣的話。那顏真卿他是學誰呢？學書法要知道各家不同的美感，不能我學了顏真卿就不懂柳公權，或學楷書就不懂草書，這樣是不對的。

書法家與作品

◎甲骨文

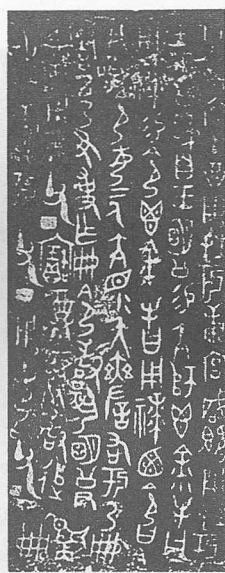
前殷商時代重視占卜，巫師是國家正式職業，用龜殼或牛骨鑽幾個洞背後用火烤，依據裂痕來判斷吉凶，所有大事情都要占卜，然後將文字先寫再刻，最早期大概民國二十年以前都認爲甲骨文（圖③）是刻出來的，後來中央研究院董作賓、李濟先生，發現甲骨文裡有很多寫過還沒刻的，證明了三件事：第一，甲骨文是先寫再刻的。第二，證明從前傳說秦始皇時蒙恬發明毛筆，其實更早於一千多年以前就有毛筆了。第三，從前寫字是用朱砂不是



圖⑤鄧石如的書法。



圖④周代的銅器與銘文。



圖③殷商時的甲骨文。



用墨，甲骨文上的字是紅色的。周朝以後不用甲骨來做，是鑄在銅器上，共有三十一種名目，鼎是一個國家家族廟堂裡最重要的器具，國家改朝換代叫移鼎。鐘鼎文、金文（圖④）皆是銅器上文字的名稱，在秦始皇統一中國以前，字不是很整齊，而是大大小小的。戰國時代，這些字比較進步，很有美術設計的意味，把字拉得長長的，已經脫離象形文字，擺在格子裡用，很像現在卡通裡的字。秦始皇統一以後叫小篆，之前為大篆。鄧石如（圖⑤），清朝安徽人，近代最重要的書法家，受鄧石如影響非常好的書法家有十八世紀末到十九世紀的楊沂孫，以純羊毛和生宣紙寫，寫字時一定要懸腕。從鄧石如到楊沂孫、吳昌碩，大部份用中鋒，趣味性較多。

用墨，甲骨文上的字是紅色的。

● 隸書

磨崖刻石（圖⑥）不叫碑，很粗獷的在懸崖峭壁上直接刻，碑比較優雅漂亮。八分書看起來字比較扁，一九〇一年二十世紀初葉，新疆發現竹簡（漢簡），新疆沒有竹子，只有木頭，一片一片的，漢朝的人所寫的字大概一公分左右，要寫一本書很快，一下子就一大堆，從前人比喻很有學問為「學富五車」，其實沒有多少學問，古代車又小，隨便一本書就一車。在新疆，漢朝時軍隊駐紮，很多公文書來往，最早發現是瑞典史坦因，敦煌也發現壁畫，運往外國，後來才覺悟其不妥，這是近代中國最大的文字發現。鄧石如晚年有一個很重要的朋友，包世臣，很喜歡鄧石如的書法，寫了一

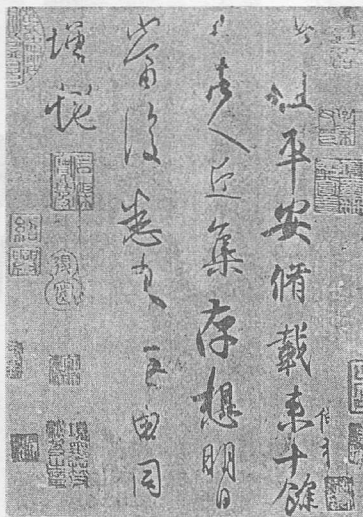


圖⑥摩崖刻石。

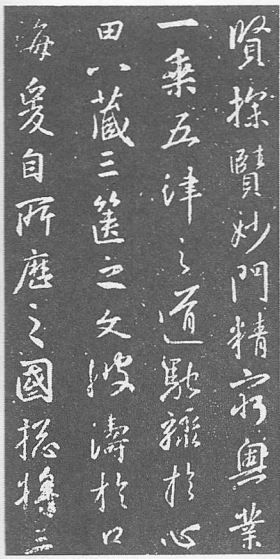
本書，書名是藝舟雙楫，意思是要橫渡藝術的海洋須有兩條槳，一是文學；一是書法。這本書前半段講文章後半段講書法，鄧石如是清朝最重要的書法家，吳熙載透過包世臣來學鄧石如的筆法。

◎行書·楷書

今天我們的重點介紹，是行書與楷書部份。中國書法史上大人物，最有名的王羲之，



圖⑦王羲之的平安帖。



圖⑧王羲之書集字聖教序。

這是平安帖（圖⑦），目前留在故宮博物院，只有四行，很難想像，這是書法史上這麼重要的一件作品，一封信寫得很帥氣優美，王羲之的作品有記錄的非常多，看得到的非常少。

唐太宗李世民，收集很多王羲之的作品，記錄有一千四百、五百件，包括一些信件。懷仁和尙將唐太宗所收集到的三百年以前王羲之的字，刻成石碑，一個字一個字的排列拼成，前後共費了二十五年，有一千多個字叫做集字聖教序（圖⑧），成爲後來行書的典範，後代所有學王羲之的行書，都不能忽視這件作品。王羲之有七個兒子，最小的王獻之，他希望他的字與別人不同，他的本事能把不同的字體放進一篇文章裡，看起來卻非常諧調，在視覺上有非常大的奇異之感。

唐朝最有名的書法家，顏真卿，他的哥哥顏杲卿，兩個

人在安祿山作亂時，非常努力地抵抗，他的哥哥被殺，哥哥的孩子顏季明也被殺，許多將軍聞風而逃，沒人救他們，顏真卿後來在祭文（圖⑨）中對當時的同事做很不客氣的批評，他以很乾的墨來寫，整個畫面非常優美，我們在面對它時，會覺得很驚訝，怎麼塗改得這麼厲害。

玄奘爲求佛法，從長安出去玉門關到印度，十九年後帶了很多經典回來，玄奘希望唐太宗將他帶回來的經典翻譯出來宏揚佛法，而唐太宗是個雄圖大略的皇帝，他希望玄奘從中亞細亞以後，不是唐朝版圖的這段地方的地理山川告訴他詳細的情形，因玄奘去了兩趟印度，第一次是走天山北路，第二次走天山南路，每一個國家都非常清楚。因兩個人想的不一樣故而第一次見面不歡而散，後來唐太宗還是在洛陽蓋

元元年歲次戊戌九月庚
 第廿一
 言于中得州銀青名祿
 尖便持寄蒲州法年辛蒲州
 刺史上拜平初府丹楊州回
 德身厚心清酌庶羞琴手

圖⑨顏真卿書祭姪文稿。

無形潛象普以化
 物是以究天鑿地
 庸愚皆語其端耶
 陰洞陽翳括罕窮

圖⑩褚遂良書雁塔聖教序。

了白馬寺，安放玄奘帶回來的所有經典，第二件請當時最好的兩位書法家，寫楷書的褚遂良寫雁塔聖教序（圖⑩），記載玄奘如何出關去印度求佛經的經過，後半段是玄奘回來後的記載唐高宗李治的一篇文章。

宋朝第十一世紀，黃州寒食詩卷（圖⑪），大概是蘇軾四十九歲左右時所寫的，蘇軾當時被貶到湖北黃州，心情非常的灰暗，文章作得很好，書

法也寫得很好，除此之外還捲入當時的政治鬥爭，蘇軾二十歲中舉進入北宋政壇，大約二十年中，風平浪靜，四十五歲開始到六十九歲，過世之前沒有一天停過，三次被流放，

一次比一次嚴重，第一次黃州，第二次貴州，第三次在海南島，他也吃過檳榔，對書法有一主張：「我雖不善書，曉書莫如我，苟能通其意，常謂不學可。」其實蘇軾功力很深，他是學顏真卿的。宋朝在學習書法方面開始有轉變，不再學王羲之，而崇拜唐朝中葉的顏真卿，宋朝四個大書法家：蘇軾、黃庭堅、米芾、蔡襄，這四個人通通都學顏真卿，筆力較重，細節較不好，強大的筆法與王羲之時代的典雅優美不同，從蘇軾之後，書法開始轉向，蘇軾更主張：「我書意造本無法」，之後的一百年至兩百年是中國書法史上空前低落

破竈燒淫華那
 知是寒食但見烏
 銜帛
 九重噴墓在万里擬
 哭塗窮死灰吹不
 起

圖⑪蘇軾書黃州寒食帖。

很低，後來藝評家都認為皆受蘇軾的影響。黃州寒食詩卷是蘇軾的代表作，心情惡劣時作的，筆法較重。（續下期）

（編按：江育民先生，年四十歲。幼即學習書法，年輕時屢展才華於書法展，倍受當今多位名家之青睞與肯定。尤工於書法之學術與藝術。近十年更致力於書法深造，並以授徒為樂。忠恕學院書法社特聘教授書道，其解析古今書法名家軼事，如數家珍，特予整理，以饗讀者。）