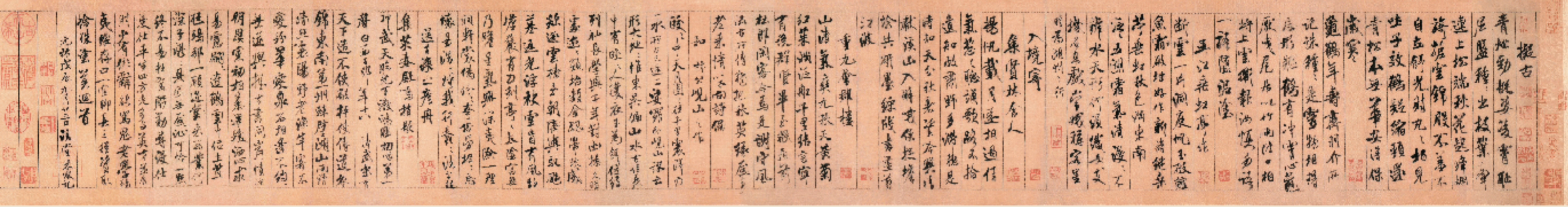




探一探书法大学问

宋代书坛“四大天王”

■周峰 杨柳(中国美术学院)



米芾 蜀素帖行书绢本 29.7×284.3cm

中国书法自古就有一种神秘感，宋代书法界就涌现了具有传奇色彩的“四大天王”：苏黄米蔡，也就是苏轼、黄庭坚、米芾、蔡襄的合称，被后世认为是最能代表宋代书法成就的四位书法家。

本期小周周就带大家认识“宋四家”，尤其是苏轼这位大才子，及苏黄米之间的小故事：

《寒食帖》在苏轼三千多首诗词中并非上乘之作，但其书法被称之为天下第三行书。

《松风阁诗帖》是黄庭坚晚年力作，其后段提到了苏轼，被称为天下第十行书。

米芾曾拿出心爱的谢安《八月五日帖》希望苏轼题跋，离开时，苏轼还借走了米芾珍爱的文房紫金砚……

宋代经典法帖十例

《土母帖》

又称《宋李建中书诏册》，是宋代李建中书法作品。北宋初期的书法，承袭唐人传统，以丰肥为美。李建中的书法骨肉停匀，神气清秀，对宋代书家有很深的影响。除了黄庭坚曾以“肥而不剩肉”的世间美女赞誉李建中的字之外，《宋史》本传中，也称赞他“行笔尤工，多构新体，草、隶、篆、籀、八分亦妙”。

这幅作品又名“土母帖”，是李建中存世墨迹代表作，天下十大行书之一，排第十。字的结体紧密而修长，用笔沉着而丰腴。虽写的是行书，但起笔、收笔处仍见严谨的楷法笔意，可看出不少唐人书法的特质。

《澄心堂帖》

《澄心堂纸帖》，纸本，1063 年作，北宋蔡襄书，现藏中国台北故宫博物院。

全篇结体端正，字形偏方，字距行间宽紧合适，一笔一画甚富体态，工致而雍容。信札署有“癸卯”（1063 年）年款，时蔡襄年 52 岁，《澄心堂纸帖》正是他晚年崇尚端重书风的代表作。蔡襄学习“二王”、虞世南、颜真卿。此贴依归“二王”，参以颜真卿健厚之笔，王颜互用，风貌独具，以柔翰而发之以劲腕，姿容绰约，而勾勒婉健，笔墨浑厚，气势宏大。

《徽宗草书千字文》

《草书千字文》是北宋宣和四年（公元 1122 年）由宋徽宗赵佶书写的大草书法作品，现藏辽宁省博物馆。

《草书千字文》的结字大小错落，字势或稳重或鼓侧，意态生动。该作取法于怀素《自叙帖》，笔力丝毫不弱，筋力十足。赵佶将怀素的那种绵延之势运用得自由自在，尤其是对于圆转的运用，精熟至极，每个字都形成一种包围之势，结构空间充满坚韧的弹性。但是有些字大圈套小圈，圈圈相扣，显得笔法雷同，有些美中不足。

《松风阁诗帖》

此帖为黄庭坚所作七言诗，行书，墨迹纸本，全文计 29 行，153 字，台北故宫博物院藏。

松风阁在湖北省鄂州市之西的西山灵泉寺附近，海拔 160 多米，古称樊山，是当年孙权讲武修文、宴饮祭天的地方。宋徽宗崇宁元年（1102），黄庭坚与朋友游鄂城樊山，途经松林间一座亭阁，在此过夜，听松涛而成韵。

黄庭坚一生创作行书数以千百，《松风阁诗帖》是其晚年作品，也最负盛名。其风神洒荡，长波大撇，提顿起伏，一波三折，像是船夫摇桨用力的样子，不论收笔、转笔，浑穆稳重，意韵十足，不减道逸《兰亭》，直逼颜氏《祭侄》，堪称其行书代表作。

在后段提到前一年已去世的苏轼时，心中不免激动，笔力特别凝重，结字也更加倾侧，是尚意书风的典型，被称天下十大行书之一。

《蜀素帖》

北宋书法家米芾于 1088 年所作行书绢本墨迹，现藏台北故宫博物院。此帖为米芾在蜀素上书其所作各体诗八首而成，其作品内容即为当时的游记和送行之作。因此帖是在丝织品上书写，其效果与纸本有很大区别。在此帖中米芾的“八面出锋”尤为明显。其于变化中显沉着笔力，正侧藏露，长短粗细，体态万千，充分体现了其“刷”字之风。在正侧、偃仰、向背、转折、顿挫中形成刚柔相济的姿态、痛快淋漓的气势与沉着痛快的风格，是“中华十大传世名帖”之一。

《苕溪诗帖》

《苕溪诗》全称《将之苕溪戏作呈诸友诗卷》，是北宋书法家米芾于 1088 年所作行书，现藏北京故宫博物院。

《苕溪诗帖》是米芾从无锡去往苕溪时所作的六首诗，是他的经意之作。《苕溪诗》通篇八面出锋，笔力雄浑老辣，潇洒自然，创造了一种天真活泼、激越昂扬的意境。全篇如风樯阵马，沉着痛快，真率自然，变化有致，逸趣盎然，反映了米芾中年书法的典型风貌，与《蜀素帖》并称米书“双璧”。

《诸上座帖》

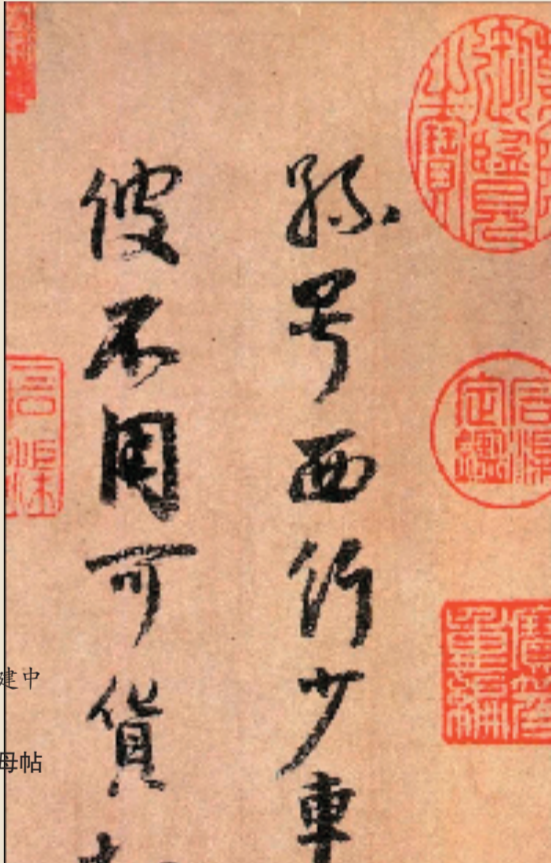
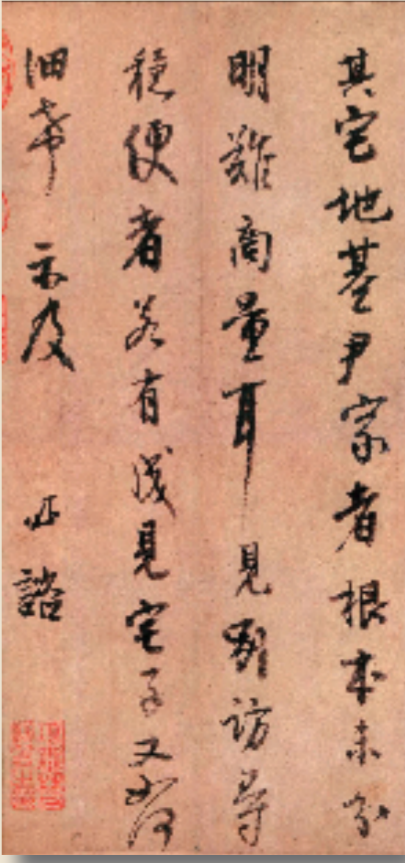
纸本、草书，是北宋著名书法家黄庭坚为友人李任道所录写的五代金陵（今江苏南京）僧人文益的语录，现藏北京故宫博物院。

此书学怀素的狂草体，笔意纵横，气势苍浑雄伟，字法奇宕，如马脱缰，无所拘束，尤其能显示出书者悬腕摄锋运笔的高超技艺。黄庭坚《山谷自论》云：“余学草书三十余年，初以周越为师，故二十年抖擞俗气不脱，晚得苏才翁、子美书观之，乃得古人笔意。其后又得张长史、僧怀素、高闲墨迹，乃窥笔法之妙。”在《语录》后黄氏又作大字行楷书自识一则，结字内紧外松，出笔长而遒劲有力，一波三折，气势开张，一卷书法兼备二体，相互映衬，尤为罕见，是其晚年杰作。

《珊瑚帖》

《珊瑚帖》又名《珊瑚笔架图》，是北宋书法家米芾晚年创作的纸本行书，现藏于北京故宫博物院。

该作内容是作者向别人夸耀自己的收藏，并随笔画出一枝珊瑚，画之不足，又为珊瑚笔架题诗一首。从书法角度而言，《珊瑚帖》笔势放纵，使转灵活，字形参差，布局随意，却丝毫不失传统法度，真正达到了“无意于佳乃佳”，“从心所欲而不逾矩”的神品境界，是作者豪迈精神与深湛功力的自然组合，极具艺术魅力。



李建中
土母帖