

# 蘇軾書論試探

宋丘龍\*

## 摘要

蘇軾字子瞻，號東坡居士，四川眉山人。他是宋代散文大家、詩人，詞開豪放一派，又是文人畫和尚意書法的開創者，在文學藝術的眾多領域裡，都取得驚人的成就。

蘇軾在書法上，不論就書法理論或創作來說，在有宋一代都居於領袖地位，且對後世書法產生深遠的影響。

考蘇軾學書的淵源，黃山谷以爲：「東坡道人少日學蘭亭，故其書姿媚似徐季海。至酒酣放浪，意忘工拙，字特瘦勁，似柳誠懸。中歲喜學顏魯公，楊風子書，其合處不減李北海。」可見蘇軾之書法是轉益多師，汲取眾家之長而形成自家風貌的。

至於東坡之書論，可爲勝義紛陳，如「苟能通其意，常謂不學可」；「書無意於佳乃佳爾」；「把筆無定法，要使虛而寬」；「我書意造本無法，點畫信手煩推求」；「作字之法，識淺、見狹、學不足，三者終不能盡其妙」；「凡世之所貴，必貴其難。真書難於飄揚，草書難於巖重；大字難於結密而無間，小字難於寬綽而有餘。」本論文擬就一、論理 二、論意 三、論法 四、論評 四方面，考論蘇軾之書學，並引導讀者欣賞蘇軾書法之美，同時領會其書論中所包含之人格精神及性情。

**關鍵詞：**蘇軾、尚意、書法

---

\* 美和科技大學通識教育中心副教授。

## 壹、前言

中國書法在魏晉時代，完成了字體的創造與演變(草書、行書、楷書)，在隋唐則進一步使書寫的規則與法度(如智永之永字八法)達到了完善的地步。至此，諸體皆備，法度嚴密。然而到了宋人手裡，「尚法」的書法風氣逐漸發生變化，開始從魏晉之「古」中，尋求「意」「氣」的表達。對於此項發展，蘇軾可謂起了創導的作用。

「晉尚韻，唐尚法，宋尚意，元明尚態」，是清人梁巘對晉、唐、宋、元明書風的評價，這基本上簡要地表明了各個歷史階段書法風格的演變歷程及特點。各個時代書法風尚的形成，自然和書法自身的發展規律緊密維繫，同時和當時的社會風尚，書法家自身的人格精神、性情修養也有密不可分的關係。

宋代的「尚意」書風，首先植基於漢字形體的確立和書寫法則的完善，據此，可以在書寫中自由選擇字體和運用筆法。而宋代重視人文精神的特點，更可使文人自由地表達觀點，這種自由和個性化的文化表達方式，正是個性、性情受到重視，和尚意書風產生的關鍵。蘇軾作為北宋歐陽脩之後的文壇盟主，再加上他在書法理論的倡導和實踐，無疑使他成為宋代尚意書風的中堅人物。

關於蘇軾書法的淵源，黃庭堅有以下的說法：

**東坡少時，規摹徐會稽(浩)，筆圓而姿媚有餘。中年喜臨寫顏尚書(真卿)真行，造次為之，便欲窮本。晚年乃喜李北海(邕)書，其豪勁多似之。<sup>註一</sup>**

**東坡道人少日學蘭亭，故其書姿媚似徐季海(浩)，至酒酣放浪，意忘工拙，字特瘦勁，乃似柳誠懸(公權)。中歲喜學顏魯公、楊風子(凝式)書，其合處不減李北海。<sup>註二</sup>**

黃庭堅之論，蘇軾子過獨於學徐浩一事有所駁斥，其餘亦大致無異議。蘇過云：

**吾先君子豈以書自名哉！特以其至大至剛之氣，發於胸中而應之以手，故不見其有刻畫嫵媚之態，而端乎章甫，若有不可犯之色。少年喜二王書，晚乃喜顏平原，故時有二家風氣。俗手不知，妄謂學徐浩，陋矣！<sup>註三</sup>**

可見蘇軾尚意的書風，實在是規撫前人書法的優點後，方才跳脫出成法，成就自己面貌的。以下謹就蘇軾詩文所論，闡明蘇軾的書法理論。

---

註一：山谷題跋卷九：跋東坡自書所賦詩 津代秘書本

註二：山谷題跋卷五：跋東坡墨跡 津代秘書本

註三：葛立方韻語陽秋卷五引 中華書局蘇軾資料彙編 459 頁

## 貳、蘇軾書法理論

### 一、論理

蘇軾之書法理論，雖開尚意一派，但學書自有其次第，除波磔點畫之外，字之間架結構亦當講求。於此，正書可謂諸法皆備，而為各體書之基礎，蘇軾云：

書法備於正書，溢而為行、草，未能正書而能行、草，猶未嘗莊語而輒放言，無是道也。<sup>註四</sup>

又云：

真生行，行生草。真如立，行如行，草如走，未有未能立行而能走者也。<sup>註五</sup>

凡此皆謂學書當從正書著手，以其諸法兼備，以此為基礎，再進而為行、草，則水到渠成。否則當如「未嘗莊言而輒放言」，「未能立行而走」，必一無是處。然此祇就一「法」字而言，欲「無適而不行」，必以一「意」字貫通。蘇軾云：

物一理也，通其意則無適而不行。分科而醫，醫之衰也。占色而畫，畫之陋也。和緩之醫，不別老少；曹吳之畫，不擇人物。謂彼長於是則可，曰能是，不能是，則不可。世之書篆不兼隸行，不及草，殆未能通其意者也。如君謨真行草隸無不如意，其遺力餘意變為飛白，可愛而不可學，非通其意能如是乎？<sup>註六</sup>

此一「意」字，指的即是書之所以為書的道理，各體書法，其波磔點畫，間架結構雖有不同，而書理卻有相通之處，苟能「通其意」，則「法」其餘事耳。

又蘇軾論書，極重人品，學問，如：

人貌有好醜，而君子小人之態不可掩也。言有辯訥，而君子小人之氣不可欺也。書有工拙，而君子小人之氣不可亂也。錢公雖不學書，然觀其書，知其為挺然忠信禮義人也。<sup>註七</sup>

又云：

退筆如山未足珍，讀書萬卷始通神。<sup>註八</sup>

又云：

作字之法，識淺、見狹、學不足三者，終不能盡妙，我則心目手俱得之矣。<sup>註九</sup>

註四：跋陳隱居書 中華書局 孔凡禮點校 蘇軾文集(以下簡稱文集) 1997 年版 2184 頁

註五：書唐氏六家書後 文集 2206 頁

註六：跋君謨飛白 文集 2181 頁

註七：跋錢君依書遺教經 文集 2186 頁

註八：柳氏二外甥求筆跡二首之一 中華書局 孔凡禮點校 蘇軾詩集(以下簡稱詩集) 542 頁

註九：李昭玘樂靜集卷九跋東坡真跡 四庫全書珍本初集

吾人品評人物，常曰此人氣質如何如何，而不以美醜論之，此氣質，即蘇軾所謂君子小人之態、之氣、之心，蓋「讀書萬卷」則能變化其氣質，心手合一，表現於書法上者，較之鄙陋之人或書奴，自有不同之境界，吾人常謂某人字有書卷氣，境界甚高即指此。此亦文人書畫之有別於書匠，書奴之書畫也。

蘇軾又云：

**書初無意於佳乃佳爾。**<sup>註十</sup>

此「意」乃刻意之意，刻意於佳，則反涉執著，失其天真，而自綁手足，不若一任天真，若不著意而意自在其中。蘇軾論陶淵明「采菊東籬下，悠然見南山」之見為適見、偶見之見，一派閒適自然，若如俗本作「望」南山，則涉作意，神氣索然矣。其理正自相通。又王逸少醉後以鼠鬚筆，蠶繭紙作蘭亭集敘，醒後刻意書數本，終不如原唱，此亦「初無意於佳乃佳」之最佳例證。

蘇軾喜作字，亦常抄書，視為平生樂事，今傳宋刻法華經即由蘇軾書寫上板。宋無名氏道山清話記云：

**蘇子瞻一日在學士院閑坐，忽命左右取紙筆，寫「平疇交遠風，良苗亦懷新」兩句，大書、小楷、行草書凡寫七八紙，擲筆太息曰：好！好！散其紙於左右給筆者。**

又其「跋草書後」云：

**僕醉後，乘興輒作草書十數行，覺酒氣拂拂從十指間出也。**

令人想見其意氣風發，痛快淋漓之態。孔子云：「知之者不如好之者，好之者不如樂之者」，蘇軾正是知之，好之而又樂之者，宜其悠遊自在於其中而進一步有所創發也。

## 二、論意

蘇軾有兩句著名論書詩，其一曰：

**吾雖不善書，曉書莫如我。苟能通其意，常謂不學可。**<sup>註十一</sup>

又一曰：

**吾書意造本無法，點畫信手煩推求。**<sup>註十二</sup>

由詩義可知，「意」與「法」不同，乃一種「不可學」卻可令人「曉書」之物。何謂「意」？「意」即內心之感受與豐富之聯想。如此「尚意」即尤重作者主觀感情之作

註十：評草書 文集 2183 頁

註十一：次韻子由論書 詩集 209 頁

註十二：石蒼舒醉墨堂 詩集 235 頁

用，亦格外追求創作心態之自由。書以「意」造而本無法，表達了蘇軾書法創造之旨趣，乃重在抒寫心緒、意趣，而非僅僅依法度而為，以達實用之目的。

更有進者，所謂「意造」，必要在對書法規律有深厚之積澱與體驗後，方能有此突破。此猶如禪家「破執」之說。所謂破執，即破除實法和實我之執見。蘇軾有一比喻正說明執法之局限：

**世人見古有桃花悟道者，爭頌桃花，便將桃花作飯吃。吃此飯五十年，轉沒交涉。正如張長史見擔夫與公主爭路，而得草書之法，欲學長史書，日就擔夫求之，豈可得哉！**<sup>註十三</sup>

此正嘲笑執實法而不求變通之愚人。曾敏行獨醒雜志又有有一段記事：

客有謂東坡曰：「章子厚日臨蘭亭一本。」坡笑云：工臨摹者非自得，章七終不高爾。李日華紫桃軒雜綴亦云：

**蔡卞日臨蘭亭一過，東坡聞之曰：「從是證入，豈能超勝？蓋隨人腳跟轉，終無自展步分也！」**

蘇軾題李十八淨因雜書更云：

**劉十五(攸)論李十八(常)草書，謂之「鸚哥嬌」，意謂鸚鵡能言，不過數句，大率雜以鳥語。**

又小篆般若心經贊云：

**縱復學之能粗通，操筆欲下仰尋索。譬如鸚鵡學人言，所習則能否則默。心存形聲與點畫，何暇復求字外意。**

以上所引數則文字，大致皆喻學書若祇規規於形似，最多祇如鸚鵡學語，所得有限，祇有做書奴之份。最要者乃要蕩相取神，出新意於法度之中，方能不為法度所拘，書法境界方能提高。形與神乃物之兩面，形為外在的，直觀的；神為內在的，非直觀的。欲得形似，於臨摹上多下工夫便可，而神似卻並非如此簡單，它須仔細揣摩，抓住本質。然此亦在熟透之後方能悟出之境界。蘇軾謂：「學書時，臨摹可得形似。大要多取古書細看，令入神，乃到妙處」，其此之謂乎！

其實，書畫之理，本有相通之處，蘇軾論畫，亦多次提及跳脫「形似」而求「神似」，可與其書論相發明。如：

**論畫以形似，見與兒童鄰。作詩必此詩，定非知詩人。**<sup>註十四</sup>

論畫以形似，就如論書祇求波磔點畫之工，祇是畫匠與書奴之作，以其定書畫之優

註十三：書張長史書法 文集 2200 頁

註十四：書鄴陵王主簿所畫折枝二首之一 詩集 1525 頁

劣，其見解實甚低下，境界亦自不高。又如：

**觀文人畫，如閱天下馬，取其意氣所到。乃若畫工，往往祇取鞭策、皮毛、槽櫪、芻秣，無一點俊發，看數尺便倦。**<sup>註十五</sup>

取其意氣所到，即是取其「神」，又如：

**吳生雖妙絕，猶以畫工論。摩詰得之於象外，有如仙翮謝籠樊。吾觀二子皆神俊，又於維也斂衽無間言。**<sup>註十六</sup>

「得之於象外，即是超脫形似而得神似，以吳道子之成就，蘇軾祇以畫工視之，而於摩詰則心悅誠服，了無間言，可見蘇軾對入神一事之重視。

### 三、論法

以上蘇軾「論理」、「論意」之說，可謂勝義紛陳，乃東坡書論之中心，至於論作字之法，亦自有新義，如：

**凡世之所貴，必貴其難。真書難於飄揚，草書難於嚴重，大字難於結密而無間，小字難於難於寬綽而有餘。**<sup>註十七</sup>

蓋真書筆畫規整，幾無連筆，書之難免板滯，故必濟之以飛揚，以顯其靈動；草書可任意揮灑，卻難免輕浮，故濟之以嚴重。而大字書寫時空間大，難免向外開展，以致結構鬆散，故須濟之以結密，重心向中心攢聚，方顯其穩重，小字因空間小，書時容易糾結一氣，故須寫得寬綽，以向外開展之勢，見其疏朗之態。吾人觀魏晉人之小楷書，自可體會此中真意。其在書硯一詩中亦云：

**大字難結密，小字常局促；真書患不放，草書苦無法。**

即是此意。又如：

**獻之少時學書，逸少從後取其筆而不可，知其長大必能名世。僕以為不然。知書不在於筆牢，浩然聽筆之所之不失法度，乃為得之。**<sup>註十八</sup>

此說可糾正自晉以來之成見。蓋執筆太牢，則揮灑必難。作字時，筆畫有轉折，點畫有輕重，故必在轉折輕重之間，應之以虛實，此即東坡所謂「聽筆之所之而不失法度，乃為得之」之意。蘇軾又云：

**與可云，余學草幾十年，終未得古人用筆相傳之法。後因見道士鬥蛇，遂**

註十五：跋漢傑畫山水二首之二 文集 2216 頁

註十六：王維吳道子畫 詩集 108 頁

註十七：跋王晉卿所藏蓮花經 文集 2195 頁

註十八：書所作字後 文集 2180 頁

得其妙。」<sup>註十九</sup>

又云：

**留意於物，往往成趣。**(同前引)

留意於物，往往可悟筆法之轉控變化，此與逸少見鵝而悟筆法相映成趣。

#### 四、論評

蘇軾之評論書法，往往結合其書法理論，茲取其要者，如：

**知者創物，能者述焉，非一人而成也。君子之於學，百工之於技，自三代歷漢至唐而備矣。詩至於杜子美，文至於韓退之，書至於顏魯公，畫至於吳道子，古今之變，天下之能事畢矣。道子畫人物，如以燈取影，逆來順往，旁見側出，橫斜平直，各相乘除，得自然之數，不差毫末。出新意於法度之中，寄妙理於豪放之外，所謂游刃餘地，運斤成風，蓋古今一人而已。**<sup>註二十</sup>

所謂寄新意於法度之中即是跳脫法度而不離法度，不死在法度上，而在法度的基礎上，表現自己的學問、識見、性情，在快意抒發，痛快淋漓之際又不失法度。與前所論其書論並無出入。

又云：

**歐陽率更書，妍緊拔群，尤工於小楷。高麗遣使購其書，高祖嘆曰：彼觀其書以為魁梧奇偉人也。此非知書者。凡書象其為人，率更貌寒癯，敏悟絕人。今觀其書，勁嶮刻厲，正稱其貌耳。**<sup>註二十一</sup>

此正謂書法可表現人之容貌性情。

又云：

**褚河南書，清遠蕭散，微雜隸體。古之論書者，兼論其平生。苟非其人，雖工不貴也。**<sup>註二十二</sup>

此亦說書法表現其性情，而更重其人品。

以上取蘇軾評論文字，以見與其書論並無二致，此類文字甚多，未能一一臚列也。

---

註十九：跋與可論草書後

註二十：書吳道子畫後 文集 2210 頁

註二十一：書唐氏六家書後 文集 2206 頁

註二十二：同上

## 參、結論

任何一種文學或藝術形式的形成，必定經過一段長久的醞釀過程，及其成型之後，必會建立一套嚴格的表現規範，如書之有六書八法，近體詩之講求平仄對仗，而這些規範也是創作者和欣賞者所遵循的共同標準。即以律詩而論，如果平仄不對，用韻不協，即使意境再好，文字再美，也被判為失格。但束縛太過，往往會產生小小的反動以求解脫，如對仗文字就有一三五不論，二四六分明之說，但立刻它又形成一種規範，而融入原來大的規範中。從宏觀的角度看，變是一種常態，變才能賦予文學藝術新的生命，不變只有走向死亡。

即以中國書體來說，由金文甲骨而大小篆、而隸、而草、而行、而楷，或基於實用需要，或基於美感表現，不論型體如何變，它總是有不變的元素在，它總是遵循一定的規範，這就是中國文字造字、書寫的基本原則：六書、八法，蘇軾的書論就是在這樣的基礎上發展的。綜上所論，尚意並非任意為之，而是掌握書法的規律和要素，把握書法的精神而成就的。所謂「我書意造本無法」、「苟能通其意，常謂不學可」，是熟透了常法而超脫常法。除此之外，尚須學識和修養做基礎，方能提昇書法的境界。蘇軾的書論使後代的書家有更大揮灑的空間，表現更鮮明的個性，就像蘇軾的以作文之法為詞，使詞的境界擴大，幾乎無事不可入詞一樣，而蘇軾書論的價值也正在此。至於蘇軾作為宋代蘇、黃、米、蔡四大書家之一，正說明其書論與實踐工夫是相副的。



## 重要參考文獻

- 蘇軾文集 孔凡禮點校 北京中華書局1997年版
- 蘇軾詩集 孔凡禮點校 北京中華書局1999版
- 蘇軾資料彙編 四川大學中文系 唐宋文學研究室編 北京中華書局1994版
- 蘇軾年譜 孔凡禮撰 北京中華書局1998版
- 嘉祐集 蘇洵 上海古籍出版社1993年版
- 蘇轍集 蘇轍 北京中華書局1990年版
- 山谷題跋 黃庭堅 津逮秘書本
- 故宮歷代法書全集 台北故宮博物院1997年版
- 中國法帖全集 湖北美術出版社2002年版
- 中國書法全集 蘇軾卷 榮寶齋2002年版
- 中國書法通史 江蘇教育出版社2002年版
- 中國古代書法史 朱仁夫著 淑馨出版社1994年版
- 中國書法全集 蘇軾卷 河北教育出版社2004年版
- 中國書畫全書 上海書畫出版社2009年版