談米芾《海岳名言》中的「趣、勢、俗」

On Interest, Power and Custom of Mi Fu's Hai Yue Ming Yan

黃志煌

Huang Chih-Huang

正修科技大學兼任助理教授

摘要

北宋米芾允為帖學書家之佼佼者，不是由於他有書學博士的頭銜光環，而是他的文書論兼優，能全方位展現他的書學成就，也昭示後學者書論兼具完整的學習途徑。歷代心儀米芾書法者大多專注於其書跡的臨摹，卻往往疏忽瀏覽其書論，未能深入鑽研其心法，所以僅得其形表，而缺乏其神韻。而於米芾書論著作之中，則當以《海岳名言》為主，固然《海岳名言》比《海岳題跋》內容豐富，也比《書史》更能掌握米芾的書法美學觀點。筆者從《海岳名言》文本中爬梳出「趣、勢、俗」三字，從「前人(他人)說法、米芾說法、得趣(得勢、不俗)之法」三個面向下筆探討論述，期盼以簡馭繁，集中凸顯米芾的書法美學觀點，俾能提供愛好與學習米芾書法者一二參考，以強化學習米芾書法的重心。

【關鍵字】米芾、得趣、得勢、不俗

一、前言

歷代學習王羲之書法卓犖出眾者，北宋以米芾為代表，蘇軾稱讚：「當與鍾王並行，非但不愧而已。」[1]後世受米芾影響較為深刻有跡可考者，則非明朝董其昌莫屬。董氏雙管齊下，不唯師法其書跡，亦參悟其心一書論，於《畫禪室隨筆‧論用筆》開宗明義云：「米海嶽書：『無垂不縮，無往不收』，此八字真言，無等之呪也。』然須結字得勢。海嶽自謂集古字，蓋於結字最留意，比其晚年，始自出新意耳。」[2]足知董其昌極為推崇米芾，視為圭臬，也終能萃取其心法。

米芾(1051-1107)，本名黻，北宋哲宗元祐六年(四十一歲)才改作芾。[3]自號襄陽漫士、鹿門居士、海岳外史、淮陽外史、中岳外史，世稱米南宮、米襄陽。元脫脫等《宋史》載：「米芾字元章，吳人也。以母侍宣人后藩邸舊恩，補洽光尉。歷知雍丘縣、漣水軍，太常博士，知無為軍。召為書畫學博士，賜對便殿，上其子友仁所作《楚山清曉圖》，擢禮部員外郎，出知淮陽軍。卒，年四十九。芾為文奇險，不蹈襲前人軌轍。特妙於翰墨，沉著飛翥，得王獻之筆意。」[4]事實上，根據清朝翁方綱《米海嶽年譜》、民國梁廷燦《歷代名人生卒年表》說法，米芾生於宋仁宗皇祐三年辛卯歲辛丑月，卒於宋徽宗大觀元年丁亥歲(月不詳)，享年應該是五十七歲。[5]有關其書學歷程，米芾曾經自述：「壯歲為能立家，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。」[6]由此可見米芾為善學者，能取法諸人所長而自成一家。《宣和書譜》也有概略敘述：「(米芾)篆宗史籀，隸法師宜官，晚年出入規矩，深得意外之旨。」[7]米芾在「文、氣、字」三方面的成就表現，於當代已深獲名士之流的肯定，《宣

[1]馬宗霍輯：《書林藻鑑(下冊)》卷第九(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 226。
[2]明‧董其昌著，《畫禪室隨筆》(台北：廣文書局，1977 年再版)，頁 1。
[3]清‧朱和羹云：「按米書款，自元祐六年以前，皆作『黻』；六年以后，改書作『芾』。」清‧朱和羹撰：《臨池心解》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 736。
[4]元‧脫脫等撰，《宋史》(縮印本)卷四百四十四〈列傳第二百三‧文苑六〉，(北京：中華書局，1997 年)，頁 3339。
[5]蔡崇名師著，《宋四家書法析論》(台北：華正書局，1986 年修訂再版)，頁 171。蔡師係根據翁方綱《米海嶽年譜》、梁廷燦《歷代名人生卒年表》所考訂。蔡崇名師著，《宋四家書法析論》〈第五章米元章書法析論〉註五，頁 234。翁方綱《米海岳年譜》，《米芾集》(杭州：浙江人民美術出版社，2014 年)，頁 296-307。梁廷燦編，《歷代名人生卒年表》(台北：台灣商務印書館，1979 年台二版)，頁 69。
[6]宋‧米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[7]《宣和書譜》卷十二，《唐人書學論著/宣和書譜》(台北：世界書局，1988 年六版)，頁 537。

和書譜》云：「當時名士之流評其人物，以謂文則清雄絕俗，氣則邁往凌雲，字則超妙入神。」[8]宋高宗評其書法則兼具褒貶之意：「芾於真楷篆隸不甚工，惟於行草，誠入能品，以芾收六朝翰墨，副在筆端，故沉著痛快，如乘駿馬，進退裕如，不煩鞭勒，無不當人意。然喜効其法者，不過得外貌，高視闊步，氣韻軒昂，殊未究其中，本六朝妙處醞釀，風骨自然超逸也。」[9]文中也道出米芾「書法沉著痛快、風骨超逸高明」之處，非常人之所能達到。當然也有人持相反意見，云：「謂其字神鋒太峻，有如強弩射三十里。」[10]米芾著作有《寶晉英光集》、《寶章待訪錄》、《書史》、《畫史》、《硯史》、《海岳名言》、《海岳題跋》等書傳世。其書跡有《向太后挽辭》、《蜀素帖》(圖 1)、《苕溪詩帖》、《拜中嶽命帖》、《虹縣詩卷》、《草書九帖》、《多景樓詩帖》等。台灣書家以于大成(圖 2)、汪中(圖 3)二位教授最得米芾的筆趣神韻[11]。

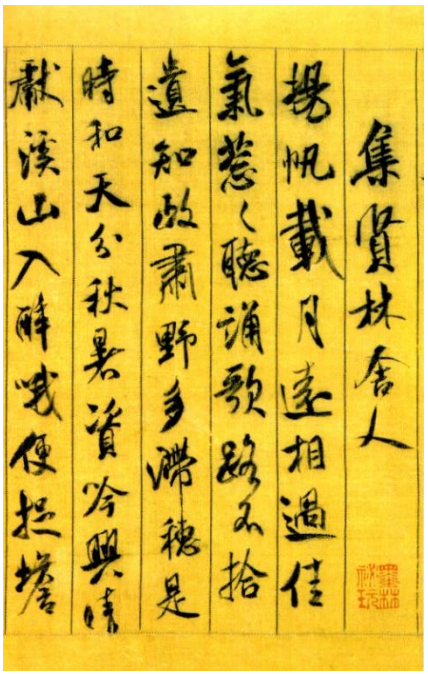

圖 1 米芾《蜀素帖》局部
取自上海書畫出版社
《米芾蜀素帖 苕溪詩帖》

圖 2 于大成《淡墨詩帖》
取自高雄市立美術館
《典藏目錄 1992-1993》

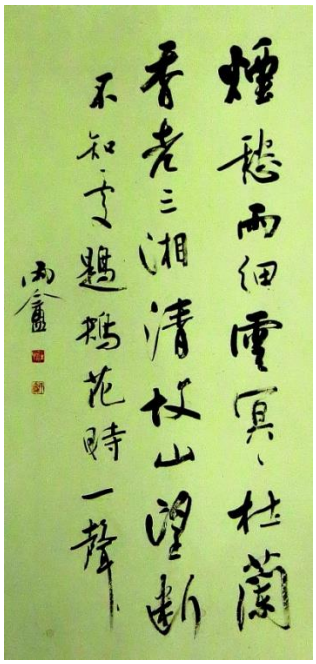

圖 3 汪中《崔塗詩》
取自高雄市立美術館
《書法之美》

[8]《宣和書譜》卷十二，《唐人書學論著/宣和書譜》(台北：世界書局，1988 年六版)，頁 539。
[9]宋．宋高宗撰，《翰墨志》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[10]《宣和書譜》卷十二，《唐人書學論著/宣和書譜》(台北：世界書局，1988 年六版)，頁 539。《四庫全書總目》卷一一二〈子部 藝術類一〉：「《宣和書譜》二十卷，不著撰人名氏。」清．永瑢等撰，《四庫全書總目》卷一一二〈子部 藝術類一〉(北京：中華書局，1965/2003 年)，頁 959。
[11] 案：汪中教授所書為崔塗〈湘中弦二首之一〉，第三行「時」下少「啼」字。

因為《海岳題跋》內容較少，僅有七則[12]，所以本文探討米芾「趣、勢、俗」三項書法美學觀點時，主要乃以米芾《海岳名言》當作探討論述的文本，並且參酌米芾與他人書籍文章。期望能在一般研究者大多銳意於米芾書跡創作賞析之外，也在其書論方面整理出一些心得，以便對照與理解其諸多書法創作的理念依據。畢竟不可否認，書論是書家實踐創作的經驗精髓所在，我們臨摹其書跡，熟悉其筆法、結字與章法之際，更應深一層師法其心，多揣摩其書論意旨所在。

或言「字如其人」，書法是書家性情個性的表徵；性情個性非常之人，乃有非常之書法。明朝文彭(1498-1573)即云：「海岳風度高朗，神情舒暢，故下筆便與人不同。」[13]此言明顯將書法與風度神情連結。而《宋史》也有記載米芾「冠服効唐人」、「好潔成癖」、「呼之(石)為兄」、「不能與世俯仰」等情事[14]，可知米芾確實是特立獨行之人，所以書風遒勁挺拔與眾不同，這也是意料中事。但是蘇軾(1037-1101)有句公道話：「以貌取人，且猶不可，而況書乎！」[15]因而隨著時代演進，我們也可將書論單純化，回歸於米芾美學觀點必有所本的研究方向上。

二、趣

儘管米芾《海岳名言》文中五見「趣」字，二次為「真趣」，二次為「得趣」，一次為「鍾王趣」。本文稍加追本溯源，其實，在米芾之前書論之中即有人提及「趣」字。於此分別列舉前人說法與米芾說法，並且論述其中意義，復釐清米芾所述得趣之法。

(一) 前人說法

沈尹默言之有理：「字的造形雖然是在紙上，而它的神情意趣，卻與紙墨以

[12]宋．米芾撰，《海岳題跋》，《米芾集》(武漢：湖北教育出版社，2002 年)，頁 199-202。
[13]馬宗霍輯：《書林藻鑑(下冊)》卷第九(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 231。
[14]《宋史》載：「冠服効唐人，風神蕭散，音吐清暢，所至人聚觀之。而好潔成癖，至不與人同巾器。所為譎異，時有可傳笑者。無為州治有巨石，狀奇醜，芾見大喜曰：『此足以當吾拜！』具衣冠拜之，呼之為兄。又不能與世俯仰，故從仕數困。」元．脫脫等撰，《宋史》(縮印本)卷四百四十四〈列傳第二百三．文苑六〉，(北京：中華書局，1997 年)，頁 3339。
[15]宋．蘇軾撰，〈題魯公帖〉，《東坡題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 112。

外的自然環境中的一切動態，有自然相契合的妙用。」[16]由於「書肇於自然」[17]，字的神情意趣也常與自然相契合，因此歷代論書者常見使用自然界萬物以譬喻書法美感，熊秉明稱之為「喻物派的書法理論」[18]，此外也有人主張書法要取法自然。歸納其理由不外乎：一、上乘的書法必然合乎自然、不造作的原則；二、書法精妙之處，與自然界萬物有契合之處。

筆者查閱歷代書論，並未發現有單獨提出「趣」字說法，僅有若干散見書論之中，而且多與他字連用，如果單獨使用時，常有「趣味」或「歸向」(同「趨」)之意。如「媚趣」：南朝宋羊欣(370-442)《采古來能書人名》云：「王獻之，晉中書令，善隸、藁，骨勢不及父，而媚趣過之。」[19]唐張懷瓘《書斷中》云：「(褚遂良)少則服膺虞監，長則祖述右軍，真書甚得其媚趣。」[20]又云：「(宋令文)翰簡翩翩，甚得書之媚趣。」[21]唐竇蒙解釋「媚」云；「意居形外曰媚。」[22]係為妍媚之趣。「體趣」：南朝宋虞龢《論書表》云：「伏惟陛下爰凝睿思，淹留草法，……字之美惡，書之真偽，剖判體趣，窮微入神。」[23]應指結字體態趣味。「巧趣」：南朝梁蕭衍(464-549)《觀鍾繇書法十二意》云：「張芝、鍾繇，巧趣精細，殆同機神。」[24]乃筆畫精巧之趣。「異趣」：張懷瓘《書斷中》「(鍾繇)真書絕世，剛柔備焉，點畫之間，多有異趣。」[25] 指筆畫要有變化。而蘇軾也有引用「趣」

[16]沈尹默著，〈書法論〉，《談中國書法》(台北：莊嚴出版社，1983 年)，頁 17。
[17]東漢・蔡邕撰，《九勢》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 6。
[18]熊秉明說：「用比喻自然物的方式描寫書法可分為四類：一、描寫拆散開來的筆觸，如說：『點如高峰墜石』。二、描寫一種書體，像〈篆書勢〉、〈草書勢〉……等文章中的描寫。三、描寫某一個書家的風格，比如說王羲之的字：『如龍跳天門，虎臥鳳闕』。四、把文字本身看作有生命的形象，談字的骨、肉、血、氣等。」將之分為「筆觸的擬物、書體的擬自然、書家個人風格的比擬、文字是有生命的形體」四部分論述。熊秉明著，〈第一章：喻物派的書法理論〉，《中國書法理論體系》(台北：雄獅股份有限公司，1999 年)，頁 10-32。
[19]南朝宋・羊欣撰，《采古來能書人名》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 47。
[20]唐・張懷瓘撰，《書斷・書斷序》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 192。
[21]唐・張懷瓘撰，《書斷・書斷序》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 202。
[22]唐・竇蒙撰，《《述書賦》語例字格》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 267。
[23]南朝宋・虞龢撰，《論書表》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 51。
[24]南朝宋・蕭衍撰，《觀鍾繇書法十二意》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 78。
[25]唐・張懷瓘撰，《書斷・書斷中》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，

字，如「意趣」：蘇軾〈跋懷素帖〉云：「懷素書極不佳，用筆意趣乃似周越之險劣，此近世小人所作也，而堯夫(邵雍)不能辨，亦可怪矣。」[26]初看時真是不解—為何「懷素書極不佳」？俟讀完全文，始知此帖係贋品偽作，然可知「用筆意趣」之比較也是辨偽法之一。「奇趣」：蘇軾〈書唐氏六家書後〉云：「永禪師書，骨氣深穩，體兼眾妙，……乃識其奇趣。」[27]智永能兼眾妙，自具神奇妙趣。

至於使用單詞「趣」字者，著實不多見，於此僅列數例，稍述其意。唐歐陽詢《用筆論》云：「冠絕古今，惟右軍王逸少一人而已。然去之數百年之內，無人擬之，蓋與天挺之性，功力尚少，用筆運神未通其趣，可不然歟？」[28]又云：「用筆之趣，信然可珍，竊謂合乎古道。」[29]此二「趣」字當「趣味」解釋本無不可，或可視同「趨」字，而有「歸向」之意。孫過庭《書譜》云：「樂志垂綸，尚體行藏之趣。」[30]其意蓋為快樂釣魚，尚能體會出世和退隱的情趣，然與書法無關。

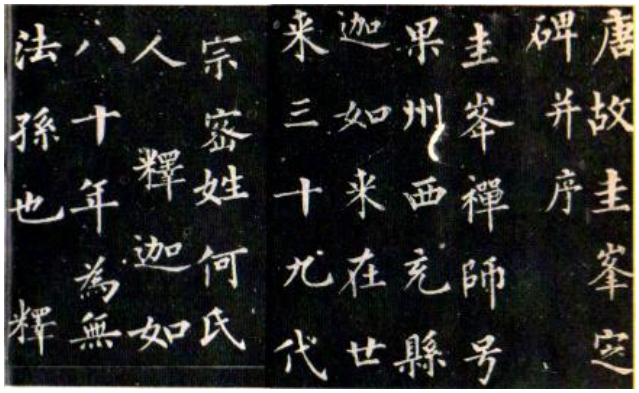

圖 4 裴休《圭峯禪師碑》局部 取自藝術圖書公司《歷代名碑帖鑑賞》

(二)米芾說法

米芾《海岳名言》文中五見「趣」字，二為「真趣」，二為「得趣」，一為「鍾王趣」。米芾《海岳名言》云：「柳公權《國清寺》，大小不相稱，費盡筋骨。裴

頁 178。
[26]宋・蘇軾撰，《東坡題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 113。
[27]宋・蘇軾撰，《東坡題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 128。
[28]唐・歐陽詢撰，《用筆論》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 105。
[29]唐・歐陽詢撰，《用筆論》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 106。
[30]唐・孫過庭撰，《書譜》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 125。

休率意寫牌，乃有真趣，不陷醜怪。」[31]從前後文意推敲，柳公權《國清寺》既然是「費盡筋骨」，則知米芾不認同柳書筋骨醜怪書風，反而欣賞「裴休率意寫牌」，所以此「真趣」的意思應是「天真率意之趣」，意近於米芾自言：「平淡天成之趣」，米芾於〈跋顏平原帖〉有云：「顏平原學褚遂良既成，自以挑踢名家，作用太多，無平淡天成之趣。」[32]沙孟海(1900-1992)說：「裴休(791-864)與柳公權同時，傳世《圭峯定慧禪師碑》(圖 4)最著名，是中楷，書體近於顏真卿《多寶塔碑》，無顏真卿晚年習氣，所以米老稱讚他。」[33]米芾又云：「沈傳師(769-827)變格，自有超世真趣，徐浩不及也。」[34]曾稱讚：「傳師如龍游天表、虎踞溪傍，神情自若，骨法清虛。」[35]黃庭堅則褒貶參半：「(傳師)《道林岳麓寺詩》，字勢豪逸，真復奇崛，所恨工巧太深耳，少令巧拙相半，使子敬復生，不過如此。」[36]米黃二人「真趣、真復奇崛」皆用「真」，意義不同，前指天真，後為真書(楷書)。米芾又云：「御史蕭誠，書太原題名，唐人無出其右，為司馬係《南岳真君觀碑》，極有鍾王趣。」蓋為鍾繇、王羲之筆趣。[37]沙孟海說：「《南岳真君觀碑》失傳。」蕭誠是開元蘭陵(今徐州)人，《述書賦注》云：「開元初時尚褚薛，誠為之最。」可知蕭誠書風接近褚遂良與薛稷。誠如上文張懷瓘《書斷》所言，「鍾王趣」宜可涵蓋「異趣」與「媚趣」。米芾又云：「字要骨格，……穩不俗，……貴形不貴作，作入畫，畫入俗，皆字病也。」[38]米芾又云：「顏魯公行字可教，真便入俗品。」[39]米芾美學觀點不同常人，認為顏真卿的楷書「入俗品」，因為他雅好平淡天成的書風，不喜愛安排造作，曾云：「歐、虞、褚、柳、顏，皆一筆書，安排費工，豈能垂世？」[40]晉人尚韻，唐人尚法，「寶晉齋」果然壁壘分明，然不無「一竿子打翻一條船」做過頭的遺憾。從另一角度來看，米芾云：「(顏真卿)真跡皆無蠶頭燕尾之筆，與郭知運《爭坐位帖》，有篆籀氣，顏傑思也。」

[31]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[32]宋・米芾撰，《海岳題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 336-337。
[33]沙孟海著，〈海岳名言注釋〉，《沙孟海論著叢稿》(台北：華正書局，1988 年)，頁 137。
[34]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[35]馬宗霍輯：《書林藻鑑(下冊)》卷第八(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 162。
[36]宋・黃庭堅撰，《山谷題跋》卷四，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 225。亦見馬宗霍輯：《書林藻鑑(下冊)》卷第八(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 162。
[37]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[38]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[39]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[40]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。

[41]由此可以具體瞭解米芾不喜歡顏真卿碑刻常見「蠶頭燕尾之筆」，如同沙孟海所言這是「石刻失真」的緣故使然。米芾又云：「學書須得趣，他好但為乃入妙。」[42]其中「他好但為乃入妙」文意實在晦澀難懂，沙孟海〈海岳名言注釋〉依據明刻《百川學海》本，將「但為」修訂為「俱忘」。[43]此句意思應是：學習書法要獲得真趣，書寫時就要「他好俱忘」全神貫注屏除一切名利雜念，「如獅子捉象，以全力赴之」[44]，自然能進入妙境。

(三)得趣之法

如何得趣？米芾說要觀真跡。《海岳名言》云：「石刻不可學，但自書使人刻之，已非己書也，故必須真跡觀之，乃得趣。如顏真卿，每使家僮刻字，故會主人意，修改披擊，致大失真，唯吉州廬山題名，題訖而去，後人刻之，故皆得其真，無做作凡差，乃之顏出於褚也。」[45]米芾不厭其煩以顏真卿為例，說明失真的定義，並未否定碑刻便是造假，只要纖毫畢現不任意修改，即不失真，換言之，米芾所說「得趣」是「得真趣」，而不在乎真跡或是碑刻，其失真應是廣義的說法，與通常狹義說法有別。

信然，學習書法不離碑刻與真跡，理論上不管初學與否，能有真跡以供朝夕撫臨自然最好，如同昔日筆者學習歐陽詢《九成宮醴泉銘》，恩師黃厚盦(篤生)先生即借來當年以臨摹歐書榮獲省展第三名佳績施春茂老師臨摹《九成宮醴泉銘》的條幅作品供筆者仔細觀摩，至今印象深刻。可是真跡難求，如果想要購買所費肯定不貲，只好退而求其次，畢竟石碑亦有可觀——可窺其一二法度，所以如《石門銘》因年代久遠風化剝蝕嚴重模糊不清，依然受到重視，康有為《廣藝舟雙楫》定之為「神品」[46]，〈碑評第十八〉評曰：「《石門銘》若瑤島散仙，驂鸞跨鶴。」

[41]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。
[42]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 86。
[43]沙孟海著，〈海岳名言注釋〉，《沙孟海論著叢稿》(台北：華正書局，1988 年)，頁 150。
[44]明董其昌跋米芾《蜀素帖》之言。國立故宮博物院，《故宮書畫錄》增訂本(一)(台北：故宮博物院，1965 年)，頁 57。
[45]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。
[46]康有為撰，《廣藝舟雙楫・碑品第十七》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 831。

[47]倘若針對學習成效來說，碑刻不如真跡，因為真跡可以詳視筆勢輕重往復之法，宋陳槱〈學書須觀真跡〉云：「石湖云：『學書須是收昔人真跡佳妙者，可以詳視其先後筆勢輕重往復之法。若只看碑本，則惟得字畫，全不見其筆法神氣，終難精進。』」[48]不過這也是「因時而異」的說法，王羲之五十三歲「恐風燭奄及，聊遺教於子孫」，於《題衛夫人《筆陣圖》后》自述學書歷程，不諱言「於眾碑學焉」，云：「予少學衛夫人，將謂大能；及渡江北游名山，見李斯、曹喜等書，又之許下，見鍾繇、梁鵠書，又之洛下，見蔡邕《石經》三體書，又於從兄洽處，見張昶《華岳碑》，始知學衛夫人書，徒費年月耳。遂改本師，仍於眾碑學焉。」[49]王羲之被後人尊稱為「書聖」，並非浪得虛名，渠能博學多師，博採眾人之所長，於當時則是「眾碑」，我們不宜斷章取義，隨其「始知學衛夫人書，徒費年月耳」之言，進而否定衛夫人有啟蒙書學之功，若無衛夫人啟蒙，王羲之又怎能無師自通，勘破眾碑堂奧與佳妙之處？因此初學先選擇真跡或圖檔畫質清晰的刊本勤加讀帖與臨摹，而後基礎穩固後，雖是斑駁蝕泐之碑刻，亦可依稀揣摩，得其筆勢宏規。米芾貴為書學博士，憑其崇高地位，自然經常輕易可見真跡，據《宣和書譜》所言：「家藏古帖由晉已(以)來甚富」[50]，所以主張觀真跡以得趣。以今日而言，時代變遷，故宮珍藏隨著院方安排也有觀賞真跡的機會，乃至印刷精美的善本更可購得，只是千萬別貪圖廉價購買印刷粗劣者或翻印之本，否則就會受其誤導荼毒。

三、勢

首先我們要先釐清「筆法」與「筆勢」，以免在閱讀歷代書論時會迷惑而無所適從，因為古人書論中經常把「法」與「勢」混用[51]。沈尹默〈書法論〉說：

[47]康有為撰，《廣藝舟雙楫．碑評第十八》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000年)，頁 832。

[48]宋．陳槱撰，《負暄野錄卷下．學書須觀真跡》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 121。

[49]東晉．王羲之撰，《題衛夫人筆陣圖后》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000年)，頁 27。

[50]《宣和書譜》卷十二，《唐人書學論著/宣和書譜》(台北：世界書局，1988 年六版)，頁 538。

[51]沈尹默有舉例：「比如南齊張融，善草書，常自美其能。蕭道成(齊高帝)嘗對他說：『卿書殊有骨力，但恨無二王法。』他回答說：『非恨臣無二王法，亦恨二王無臣法。』又如米元章說：『字有八面，唯尚真楷見之，大小各自有分，智永有八面，已少鍾法，丁道護、歐、虞、筆始勻，古法亡矣。』以上所引蕭道成的話，實在是嫌張融的字有骨力，無丰神，二王法書，精研體勢，變古適今，既雄強，又妍媚，張融在這點上，他的筆勢或者是與二王不類，並不是筆法不合。米

「筆法是任何一種點畫都要運用著它，即所謂『筆筆中鋒』，是必須共守的根本法；筆勢乃是一種單行規則，是每一種點畫各自順從著各具的特殊姿勢的寫法。二者本來是有區別的。但是前人往往把『勢』也當作『法』來看待，致使承學之人，認識混淆，無所適從。」[52]其次，在米芾之前，已經多人提及「勢」，只是意義不盡相同，至於如何得勢，米芾則有自己一套說法。

(一)前人之說

康有為熟悉中國歷代書論，於《廣藝舟雙楫．綴法第二十一》云：「古人論書以勢為先。中郎曰『九勢』，衛恒曰『書勢』，羲之曰『筆勢』。蓋書，形學也。有形則有勢，兵家重形勢，拳法亦重撲勢，義固相同。得勢便則已操勝算。右軍《筆勢論》曰：『一正腳手，二得形勢，三加遒潤，四兼拗拔。』張懷瓘曰：『作書必先識勢，則務遲澀。遲澀分矣，求無拘系。拘系亡矣，求諸變態。變態之旨，在乎奮斫。奮斫之理，資於異狀。異狀之變，無溺荒僻。荒僻去矣，務於神采。』」[53]此段文句提供探討「勢」源流的重點。歷代書論所見，在米芾之前有關「勢」的說法，比較有系統的是東漢蔡邕(133-192)《九勢》、西晉衛恒(？-291)《四體書勢》、索靖《草書勢》、東晉王羲之(321-379；303-361)《筆勢論十二章》等，其餘則是零星使用複詞或單詞，以下列舉若干。

複詞，如「體勢」：唐孫過庭《書譜》云：「好異尚奇之士，玩體勢之多方。」[54]唐張懷瓘《書斷中》云：「叔夜(嵇康)善書，妙於草制，觀其體勢，得於自然，意不在乎筆墨。」[55]又云：「(晉張華)善章草書，體勢尤古。」[56]皆有「形勢」之意。「書勢」：唐張懷瓘《文字論》云：「(張有道)其書勢不斷絕，上下鉤連。」

元章所說的『至永有八面，已少鍾法』，這個『法』，也是指筆勢而言。智永是傳鍾王筆法的人，豈有不合筆法之理，自然是體勢不同罷了，這是極其顯明易曉的事情。」沈尹默著，〈書法論〉，《談中國書法》(台北：莊嚴出版社，1983 年)，頁 12。

[52]沈尹默著，〈書法論〉，《談中國書法》(台北：莊嚴出版社，1983 年)，頁 11-12。

[53]康有為撰，《廣藝舟雙楫·綴法第二十一》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 845。

[54]唐．孫過庭撰，《書譜》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 124。

[55]唐．張懷瓘撰，《書斷．書斷中》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 185。

[56]唐．張懷瓘撰，《書斷．書斷中》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 185。

[57]乃書法氣勢。單詞：如唐張懷瓘《用筆法》云：「夫書之為體，不可專執；用筆之勢，不可一概。」其內容含有：烈火異勢、勒法異勢、策變異勢、三畫異勢、啄展異勢、乙腳異勢、宀頭異勢、倚戈異勢、頁腳異勢、垂針異勢等。[58]則更為具體精細說明書法筆勢。

(二)米芾說法

米芾為何重「勢」？明朝董其昌(1555-1636)謂之乃受評友錢穆父[59]訶責影響。董其昌云：「元章書沉著痛快，直奪晉人之神。少壯未能立家，一一規摹古帖。及錢穆父訶其刻畫太甚，當以勢為主，乃大悟，脫盡本家筆，自出機軼(軸)。如禪家悟後拆肉還母，拆骨還父，呵佛罵祖，面目非故，雖蘇黃相見，不無氣懾，晚年自言無右軍一點俗氣，良有以也。」[60]果真如此，米芾則能察納雅言。

筆者查閱統計，於《海岳名言》有八個「勢」字，云：「真字甚易，唯有體勢難，謂不如畫竿勾，其勢活也。」[61]「體勢」與「勢」意義相同，均指結字體勢。又云：「要須如小字，鋒勢備全。」[62]「鋒勢」是筆鋒體勢的縮寫。又云：「石曼卿作佛號，都無回互轉摺之勢。……挂起氣勢自帶過，皆如大小一般，雖真，有飛動之勢。」[63]前為「體勢」，後為「氣勢」。又云：「隸乃使有展促之勢。」[64]指結字體勢。又云：「然真字須有體勢，乃佳爾。」[65]亦指結字體勢。綜合觀之，則多為「結字體勢」之意。

---

[57]唐・張懷瓘撰，《文字論》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 210。
[58]唐・張懷瓘撰，《用筆法》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 218-226。
[59]明・陶宗儀《書史會要》云：「錢勰，字穆父，易之孫，風骨明秀，如圖畫中人。生五歲，日誦千言，工正草書，正書師歐陽率更，草書筆勢字體，深造王大令閫域，評者以謂可入能品。」明・陶宗儀撰，徐美潔點校，《書史會要》卷六，(杭州：浙江人民美術出版社，2012 年)，頁 153。案：錢穆父與蘇軾、黃庭堅、米芾交善，蘇軾有〈臨江仙・送錢穆父〉詞，黃庭堅有〈和答錢穆父詠猩猩毛筆〉詩。
[60]明・董其昌撰，《容臺別集》卷四〈書品〉，《容臺集(四)》(台北：國立中央圖書館，1968 年)，頁 1974。案：馬宗霍《書林藻鑑》云：「自出機軸。」馬宗霍輯：《書林藻鑑(下冊)》卷第九(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 231。
[61]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[62]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。
[63]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84、85。
[64]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[65]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。

(三)得勢之法

米芾《海岳名言》云：「裴休(791-864)率意寫牌，乃有真趣。不陷醜怪，真字甚易，唯有體勢難，謂不如畫竿勾，其勢活也。」[66]文中兩個「真」字意義不同，前者是「天真率意之趣」，後者則為「真書(楷書)」。沙孟海解釋：「真書寫得平穩較易，要體勢生動便難。」[67]而其關鍵則在「不如畫竿勾，其勢活也」，但是《沙孟海論書叢稿》書中作「畫竿勺」，沙孟海只提到王羲之《題衛夫人《筆陣圖》后》：「若平直相似，狀如算子，上下方整，前後齊平，便不是書，但得其點畫耳。」[68]並下註解：「極有意義，想是歷代書家傳授常語。」可惜仍未解釋何為「畫竿勺」？筆者認為不論「勾」或「勺」字皆語意未明有待商榷。「勢活」應是筆勢或體勢靈活之義。明朝董其昌對於米芾書跡情有獨鍾，也對其書論最有心得，於《畫禪室隨筆‧論用筆》云：「米海嶽書：『無垂不縮，無往不收』，此八字真言，無等之呪也。』然須結字得勢。」[69]其中「結字得勢」則扼要點出得勢之法必然要由結字著眼，而結字又與筆法關係密切。如同沈尹默所說：「從結字整體上來看，筆勢是在筆法運用純熟的基礎上逐漸衍生出來的。」[70]事實也是如此，想要「結字得勢」則必須熟練筆法。若是書法初學者，筆法生疏，的確是難有筆勢可言的。如同張懷瓘於《文字論》所云：「氣勢生乎流便，精魄出於鋒芒。」[71]這更明確指出流暢才可產生氣勢。另外，唐張懷瓘《書斷中》評論嵇康書法，將之列為妙品，其中「得之自然」說法亦可供參考。張懷瓘云：「叔夜善書，妙於草制，觀其體勢，得之自然，意不在乎筆墨，若高逸之士，雖在布衣，有傲然之色。」[72]能「仰觀宇宙天地之大，俯察萬物品類之盛」，不僅「游目騁懷，足以極視聽之娛」，也可涵養自然之氣，挹注於筆下翰墨，使其體勢變化飛騰。

黃庭堅於〈跋米元章書〉云：「余嘗評米元章書如快劒斫陣，強弩射千里，

[66]宋‧米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[67]沙孟海著，〈海岳名言注釋〉，《沙孟海論著叢稿》(台北：華正書局，1988 年)，頁 137。
[68]東晉‧王羲之撰，《題衛夫人《筆陣圖》后》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 26-27。
[69]明‧董其昌著，《畫禪室隨筆》(台北：廣文書局，1977 年再版)，頁 1。
[70]沈尹默著，〈書法論〉，《談中國書法》(台北：莊嚴出版社，1983 年)，頁 17。
[71]唐‧張懷瓘撰，《文字論》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 211。
[72]唐‧張懷瓘撰，《書斷‧書斷中》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 185。

所當穿徹，書家筆勢亦窮於此，然似仲由未見孔子時風氣耳。」[73] 雖然文末暗示一米芾猶待繼續雕琢，不過毫無疑問的，在宋四家之中，米芾筆勢最為雄強。此乃其體現重勢、得勢的成果。目前大陸泰斗書家啟功也曾以絕句讚之：「臣書刷字墨淋漓，舒卷烟雲勢最奇；更有神通知不盡，蜀箋遊戲到烏絲。」[74]肯定其書法氣勢最奇特。

四、俗

即使「雅俗共賞」是好事，可是單獨使用「俗」字時，則有「通俗、庸俗」之意。學書者寢饋臨摹到達一定時日，水到渠成，就會期待能如鶴立雞群有一己面貌，不同於流俗，換句話說，就是要求「不俗」。而與「俗」相反者，今日常言「雅」，歷代書論則多見連用的複詞，如古雅、清雅、溫雅等，張懷瓘云：「(鍾繇)真書絕世，……古雅有餘。」[75]又云：「(歐陽詢)其草書迭(跌？)宕流通，示之二王，可為動色，然驚奇跳駿，不避危險，傷於清雅之致。」[76]〈唐人書評〉云：「褚遂良書字裹金生，行間玉潤，法則溫雅，美麗多方。」[77]……然未見獨立強調，甚至連竇蒙《《述書賦》語例字格》所列出的 120 個「字格」之中，也找不到「雅」字[78]。只要大略披覽查閱不難歸納古人喜用「妙」字，東漢蔡邕「造妙境」[79]，東晉衛鑠「私造妙矣」[80]，王羲之「用筆神妙」[81]，南朝宋虞龢「莫不妙極」[82]，……唯有唐朝張懷瓘《書斷》較有法則系統，將黃帝、史籀、蒼頡至於唐盧藏用等人「較其優劣之差，為神、妙、能三品」[83]，然未有解釋；宋朱長

[73]宋．黃庭堅撰，《山谷題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 237。
[74]啟功，《論書絕句》(北京：生活讀書新知三聯書店，2001 年)，頁 28。
[75]唐．張懷瓘撰，《書斷．書斷中》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 178。
[76]唐．張懷瓘撰，《書斷．書斷序》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 191。
[77]馬宗霍輯：《書林藻鑑(上冊)》卷第八(台北：台灣商務印書館，1982 年台二版)，頁 123。陳丁奇說：「褚遂良的書則扁平而取向勢，字形寬博閑雅。」連用「閑雅」二字。陳丁奇著，《陳丁奇論書粹談．九、簡談臨學〈雁塔聖教序〉》(台北：蕙風堂，2000 年)，頁 17。
[78]唐．竇蒙撰，《《述書賦》語例字格》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 264-268。
[79]東漢．蔡邕撰，《九勢》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 7。
[80]東晉．衛鑠撰，《筆陣圖》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 23。
[81]東晉．王羲之撰，《用筆賦》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 36。
[82]南朝．虞龢撰，《論書表》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 53。
[83]唐．張懷瓘撰，《書斷．書斷序》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，

文(1039-1098)《續書斷》承襲之，亦分「神、妙、能三品」，於〈品書論〉加上解釋：「懷瓘，開元中嘗為翰林供奉，工書之外無聞焉。不以人廢言，此之謂神、妙、能者，以言乎上中下之好而已，豈所謂聖神之神、道妙之妙、賢能之能哉！就乎一藝，區以別矣，傑立特出，可謂之神；運用精美，可謂之妙；離俗不謬，可謂之能。」[84]其言中肯易曉，由最下層次「離俗不謬」，應可推斷「神、妙、能」皆有與「俗」相反的意義存在。以下從他人說法、米芾說法、不俗之法」探討論述之。

(一)他人之說

米芾之前，書論中較少引用「俗」字，唐竇蒙《《述書賦》語例字格》未見「俗」字，而有「淺」字，字下注釋：「涉於俗流曰淺。」[85]可見當時「俗、淺」二字意近。唐孫過庭《書譜》云：「夫質以代興，妍因俗易。」[86]此「俗」字，有流俗之意。與米芾同時，黃庭堅(1045-1105)主張：書法「要不俗」，「俗便不可醫」，云：「學書須要胸中有道義，又廣之以聖哲之學，書乃可貴。若其靈府無程，政使筆墨不減元常、逸少，只是俗人耳。余嘗言，士大夫處世可以百為，唯不可俗，俗便不可醫也。」[87]而「俗便不可醫」這一句則膾炙人口廣為書壇流傳並引以為戒。黃庭堅與米芾皆談及「俗」字，或許這是因為書法用語也具有時代的共通性。

(二)米芾之說

米芾《海岳名言》云：「柳公權師歐，不及遠甚，而為醜怪惡札之祖，自柳世始有俗書。」[88]於《書史》寄詩予薛和亦云：「歐怪褚妍不自持，猶能半蹈古人規。公權醜怪惡扎(札)祖，從茲古法蕩無遺。張顛與柳頗同罪，鼓吹俗子起亂

頁 156。

[84]宋・朱長文撰，《續書譜》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 320。

[85]唐・竇蒙撰，《《述書賦》語例字格》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 266。

[86]唐・孫過庭撰，《書譜》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 124。

[87]宋・黃庭堅撰，《論書》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 355。

[88]宋・米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83、84。

離。」[89]「醜怪惡札之祖」一句話把柳公權打入十八層地獄，原來柳公權學「歐怪」，但是米芾認為歐陽詢猶有可取之處—尚且「半蹈古人規」。米芾批評柳書醜怪是以歐陽詢作為準繩，二者筆畫書風差別有如天壤，柳公權唯取法歐陽詢的結體架構，至於筆畫則偏向顏真卿，甚且有誇大強化筋骨的現象。平心而論，這應是屬於柳公權的創意表現。

不過，米芾給予柳公權負面評價，也貶抑唐玄宗字為「肥俗」，米芾《海岳名言》云：「唐官告在世，為褚、陸、徐嶠之體，殊有不俗者。開元以來，緣明皇字體肥俗，始有徐浩，以合時君所好，經生字亦自此肥，開源已前，古氣無復有矣。」[90]或許是「書貴瘦硬方通神」(杜甫《李潮八分小篆歌》詩句)，肥即成「墨豬」，東晉衛鑠《筆陣圖》已云：「多肉微骨者謂之墨豬。」[91]米芾學習王羲之書法，對於祖師衛夫人的書論自然是服膺勿失。可是明朝王世貞對於「肥、瘦」有不同的見解值得參考，於《藝苑卮言》云：「楊用修云：『張旭妙於肥，藏真妙於瘦。以予論之，瘦易而肥難。』用修此語，未必能真知書者，筆肥則結構易密，筆瘦則結構易疏，此瘦難而肥易也。惟是既成之後，瘦近勁，勁近古，肥易豐，豐近俗耳。伯高之所以妙在肥而不肉也。」[92]如此看來，肥瘦各有利弊，然而「運用之妙，在乎一心」，米芾則不喜「肥俗」。

(三)不俗之法

書法要不俗，不同於流俗，書家各有不同想法，有些則有雷同之處。東漢蔡邕《九勢》云：「須翰墨功多，即造妙境耳。」要多下工夫勤練書法，就可以達到妙境。衛夫人《筆陣圖》云：「然心存委曲，每為一字，各象其形，斯造妙矣，書道畢矣。」[93]具體指出書寫時要求變化，每字形態各具。蘇軾〈題二王書〉云：「筆成冢，墨成池，不及羲之即獻之。筆禿千管，墨磨萬鋌，不作張芝作索靖。」[94]文意與前者蔡邕所言立意不謀而合，更以誇飾筆法強調勤練書法的功效。蘇軾

[89]宋．米芾撰，《書史》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 73、74。
[90]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。
[91]東晉．衛鑠撰，《筆陣圖》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 23。
[92]明．王世貞撰，《藝苑卮言》，《中國古代書論類編》(合肥：安徽教育出版社，2009 年)，頁 427。
[93]東漢．蔡邕撰，《九勢》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 7。
[94]宋．蘇軾撰，《東坡題跋》，《宋人題跋(上)》(台北：世界書局，1992 年四版)，頁 108-109。

於〈評楊氏所藏歐蔡書〉讚譽蔡襄書法：「獨蔡君書天資既高，積學深至，心手相應，變態無窮，遂為本朝第一。」其中「積學深至」乃標榜蔡襄內在學問與書學涵養。黃庭堅與蘇軾亦師亦友，也強調「字外功」，認為要「胸中有道義，又廣之以聖哲之學」，要有品德涵養，要多讀聖賢之書，黃庭堅云：「學書須要胸中有道義，又廣之以聖哲之學，書乃可貴。若其靈府無程，政使筆墨不減元常、逸少，只是俗人耳。」[95]楊守敬(1839-1915)《學書邇言．緒言》亦有類似說法：「梁山舟(1723-1815)〈答張芑堂(1738-1814)書〉，謂學書有三要，天分第一，多見次之，多寫又次之，此定論也。……而余又增以二要：一要品高，品高則下筆妍雅，不落塵俗；一要學富，胸羅萬有，書卷之氣，自然溢於行間。古之大家，莫不備此，斷未有胸無點墨而能超軼等倫者也。」其「品高、學富」之言與黃庭堅所言「道義、聖哲之學」正好遙遙互相呼應。

其實，只要「得趣、得勢」，便能「不俗」。而依照米芾《海岳名言》所言約略歸納，我們尚可提出三項「不俗之法」：

1.隨意自然

因為隨意大小，乃能得到真趣、造乎自然妙境。米芾相當自負自己書寫的小字行書，不輕易給求書者，於《海岳名言》云：「吾書小字行書，有如大字，唯家藏真跡跋尾，間或有之，不以與求書者，心既貶之，隨意落筆，皆得自然，備齊古雅。」[96]因為其小自行書乃隨意下筆，自然古雅，為其合意之作。又云：「裴休率意寫牌，乃有真趣。」[97]扼要點出裴休「率意寫牌」，始得天真之趣。在此「隨意、率意」標準之下，柳公權刻意安排以凸顯筋骨，當然就被說成「醜怪惡札之祖」、「自柳氏始有俗書」。米芾主張不必特意強調筋骨，於《海岳名言》云：「筋骨之說出於柳，世人但以怒張為筋骨，不知不怒張自有筋骨焉。」[98]而後各體書法除了「瘦金體」外，也大多不特別強調筋骨。

2.大字如小字

[95]宋．黃庭堅撰，《論書》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 355。
[96]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[97]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 83。
[98]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。

寫大字時，要如小字，鋒勢備全，米芾於《海岳名言》云：「世人多寫大字時，用力捉筆，字愈無筋骨神氣。作圓筆頭如蒸餅，大可鄙笑，要須如小字，鋒勢備全，都無刻意做作乃佳。自古及今，余不敏實得之。」[99]米芾也自認得此竅門。關於字的大小，米芾認為要「大小相稱」，於《海岳名言》云：「蓋字自有大小相稱，……蓋自有相稱，大小不展促也。」[100]沙孟海解釋「字自有大小相稱」說：「米老所謂大小相稱，是說一行字有大有小，筆劃多的自然要大些，筆劃少的自然要小些，如此配合，即所謂相稱，也即是下文所謂『大小不展促』。」[101]正因為隸書有「展促之勢」，所以米芾認為古法亡矣，云：「書至隸興，大篆古法大壞矣。篆籀各隨字形大小，故知百物之狀，活動圓備，各各自足，利乃展促之勢，而三代法亡矣。」[102]但是商周金文字形大小不一，隸書碑版卻多有界格，所以感覺字形被強迫統整：大的促之使小，小的展之使大，不符合大篆古法。其實，世易時移，書法美學觀點會因實用需求的時代性不同而有所改變。至於將「大字如小字」、「大小相稱」應用於行書或楷書則不失為良法。

3.知病、去病

書法藝術本是個人對於美感敏感度的體驗與發揮，要謹慎拿捏使其恰到好處，關鍵在於是否「知病、去病」。米芾提出美學觀點，透過相對應性比較的用語，讓人有梗概性的認知，米芾於《海岳名言》云：「字要骨格，肉須裹筋，筋需藏肉，帖乃秀潤生布置，穩不俗，險不怪，老不枯，潤不肥。變態貴形不貴苦，苦生怒，怒生怪，貴形不貴作，作入畫，畫入俗，皆字病也。」[103]其中先說明字中「骨、筋、肉」三者密切的關係，使其達於「穩、險、老、潤」，不要「俗、怪、枯、肥」，要變化形態，也不要「苦、怒、怪、作、畫」，我們可以清楚看出其間都具有環環相扣的連鎖關係。

[99]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。米芾說：「無刻意做作乃佳」，蘇軾亦有類似說法：「書初無意於佳乃佳爾。」宋．蘇軾撰，《論書》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 314。
[100]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。
[101]沙孟海著，〈海岳名言注釋〉，《沙孟海論著叢稿》(台北：華正書局，1988 年)，頁 144。
[102]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 85。
[103]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 84。

4.未嘗片時廢書

米芾於《海岳名言》云：「智永硯成臼，乃能到右軍，若穿透始到鍾、索也，可永勉之。」[104]因為智永勤練書法才能達到王羲之、鍾繇、索靖的地步。米芾續云：「一日不書，便覺思澀，想古人未嘗片時廢書也。因思蘇之才《恆公至洛帖》，字明意殊有工，為天下法書第一。」[105]沙孟海解釋：蘇之才是蘇之純之誤，恆公指桓溫。[106]米芾天縱睿智，論述智永勤書，「想古人未嘗片時廢書」，也研思前人精進之處，從古人聯想到自己「可永勉之」，不無「見賢思齊、反求諸己」之心。唐朝徐浩(703-782)《論書》云：「張伯英臨池學書，池水盡墨；永師登樓不下，四十餘年。張公精熟，號為草聖；永師拘滯，終著能名。以此而言，非一朝一夕所能盡美。俗云：『字無百日工。』。宜白首攻之，豈可百日乎！」[107]欲如張芝(？-192)「池水盡墨」，應有可能；至於智永四十餘年不下樓，雖有誇張之嫌，卻強調其苦學勝過常人。徐浩更言「白首攻之」不無道理，一般而言，即使是要練好一帖，也真的不是只有百日，就能習得其中真髓，達到形神皆具。

五、結語

米芾書學成就使其成為書學博士，當時則榮，也流芳後代。除了書跡實質影響後世，其書論也是值得我們反覆體察其意旨。《海岳名言》之中「趣、勢、俗」或多或少出現於米芾之前的書論之中，米芾廣博多方吸收其精華，也知其糟粕之處而汰棄之。人謂其「集古字」，他不以為忤。自述：「蓋取諸長處，總而成之，既老始自成家。」書跡精進過程如此，書論何嘗不然。米芾主張書法要得平淡天成之趣，勿要「作用太多」；要隨時檢視不離古法，有自然多變的體勢；也要不同流俗，不要造作肥書。他也充分體現其心得書論，因此其書作才能煥發「沉著痛快」的美感。我們欣賞與臨摹其書跡，更要用心明瞭其書論，加以取捨，則下筆有由，胸中篤實從容自得，即可造妙境矣。

[104]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 86。
[105]宋．米芾撰，《海岳名言》，《宋元人書學論著》(台北：世界書局，1982 年四版)，頁 86。
[106]沙孟海著，〈海岳名言注釋〉，《沙孟海論著叢稿》(台北：華正書局，1988 年)，頁 149。
[107]唐．徐浩撰，《論書》，《歷代書法論文選》(上海：上海書畫出版社，1979/2000 年)，頁 276。