



陆游、苏东坡领衔的国宝级大展正在进行

意趣横生

千年前，书法家怎么讲述生活

本报记者 刘玉涵

编修完国史，79岁的陆游终于退休，回到了山阴（今绍兴）老家。半年之后，他的朋友郭端卿给他送来一支高丽产的猩猩毛笔。这让已入耄耋之年的陆游倍感新奇，当即提笔泼墨，用这新潮物件书写下他闲居这段时日新作的8首诗。

一气呵成，酣畅淋漓，陆游很满意。

这件800多年前的放翁“得意书”《自作诗卷》，当下，正在浙江美术馆3楼8号厅的正中位。它不仅是陆游的代表作，还是宋代书法“尚意”书风的经典之作。

“意造大观——宋代书法及影响特展”正在展出，展览荟集了全国10余家博物馆的两宋书法真迹，及受宋人书法影响的历代名家书法精品近100件（组）。展览将持续至10月13日。

除了陆游，“宋四家”苏黄米蔡，以及赵孟頫、徐渭等书坛明星都收到了“邀请”。

宋元明清的书法名家，通过作品跨越时空相聚在西子湖畔，一场“意趣横生”的书法盛会正在进行。

80岁的陆游

提到陆游，我们往往会想到诗人时时心系“九州同”的爱国情怀，以及他和唐婉令人扼腕“错错错”的爱情故事。不少读者看到展讯后表示：没想到陆游还是个书法家。

陆游的书名被诗名所掩，他不但是书法家，更位居南宋书法四家之首。其他三位是范成大、朱熹和张即之。

但陆放翁传世的书法作品并不多，这次展出的《自作诗卷》是其中最重要的一篇。有观众因为好奇前来观展：80岁的陆游笔力如何？看后无不叹服，“炉火纯青、臻于化境”的形容不为过。

全卷书体不计工拙，章法不拘成法，字有大有小，时粗时细，枯湿相宜，正草兼具，看起来放松随意，又大气磅礴，像一部悠然自得的田园交响曲。这和陆游当时的书写状态有很大的关系。

无非是试一试新毛笔嘛，他捻几首自己的诗，信手挥洒。诗歌抒发的也是赋闲在家大半年的日常随感，好比现在的我们发个朋友圈记录生活：

和东村的父老乡亲聊聊天，或是去山里寻访隐者；走到渡口会想起画家范宽，想象他会如何画出“山阴一片秋”；回到家里便锄锄菜，做个面朝黄土的农夫……

陆游是主战派，一心收复河山，与朝中主流不和，仕途不顺回到老家，虽心系国事，但不再参与也无力再参与其中，大部分时间是在享受生活。他退休后的精神状态十分稳定，情绪平和，想来在烟火气中得到了治愈。

这8首诗散发出来的闲适，最典型的要数《美睡》——睡了个好觉，那就写首诗纪念纪念。

睡得有多美呢？

陆游是这么说的：老来胸次扫峥嵘，投枕神安气亦平。漫道布衾如铁冷，未妨鼻息自雷鸣。天高斗柄阑干晓，露下鸡鸣喔喔声。俗念绝知无起处，梦为孤鹤过青城。

翻译过来就是，不要说什么被褥凉，一躺下我就能打呼噜，没有了乱七八糟的俗念，梦里的我啊，变成一只仙鹤，飞过青城山去了——是让失眠症患者羡慕的睡眠质量。

说起来，睡觉是陆游常写的题材，他还在《午梦》中写“不觅仙方觅睡方”，爱睡觉的大诗人啊，这大概也是他长寿的原因之一吧。

800年前的诗篇

心情好、睡得香，愉悦的情绪自然都流露在了笔墨。

在陆游的书法作品里，情感是盛于技法的。而“尚意”正是强调主观情趣的表达，在法度之外，书法更要抒情。

于是在陆游的点画之间，我们可以看出他抄写诗文时的轻松，无一点刻意求工，不自我作古，也不故作姿态，性情流露，带给人清劲飘逸、灵动自如的美感。

这样富于情感的即时性创作，也让我们离书写者本人更近了一步。

真迹难得，书法家书写自己诗文的真迹更难得。《自作

诗卷》现藏于辽宁省博物馆，副馆长董宝厚很喜欢这件作品，能通过这样的真迹与诗人对话，无疑是一大幸事。

“这真是陆游拿着笔、蘸着墨、摸着纸写出来的。对着墨迹，你可以想象他当时书写的状态，书写的速度，心情，环境，就好像陆游刚刚写完放在你面前，这张纸上有着他的指纹，或许还有汗渍，甚至他可能写着写着打了个喷嚏，也在纸上留下了不可见的痕迹。”

诗卷展开的那一刻，时空被压缩，想象被打开，一个被纸墨永久保留下来的、书写着的陆游又站在了诗卷前。

你会不会有一种冲动，邀请他到今天的杭州城走一走，回到他住过的孩儿巷看一看，问问他写过了“小楼一夜听春雨，深巷明朝卖杏花”，今天又会写些什么？

或者就问问他，猩猩毛笔到底用起来怎么样？

后人从他的书迹判断，大概笔锋略长，质地比紫毫（兔毛）软，但他凭着丰富的经验和功力，在字里行间，有“大舸破浪”、“瘦蛟出海”的磅礴气势。

那么，放翁意下如何？

蔡襄与桥梁

“晋尚韵，唐尚法，宋尚意，元、明尚态。”各朝各代的书法特点是清朝人梁巘(yǎn)在《评书帖》中总结出来的。宋代当然不只有“尚意”风格的书法，但是这一书风确实在宋时最具代表性。

书风怎么就从“尚法”转向了“尚意”？陆游向《自作诗卷》背后的作品《持书帖》的创作者作了个揖：大概要从蔡襄那个时候说起。

《自作诗卷》是陆游去世前5年写就的，《持书帖》也是蔡襄晚年之作，书帖时他54岁，两年后在家中辞世（宋人平均寿命在60岁）。

蔡襄传世作品不多，这件《持书帖》是他晚年重要的作品。尤其难得的是，这是蔡襄1065年“知杭州”时写下的，900多年后的今天又回到了故地。

《持书帖》是蔡襄写给大舅哥（内兄）的一封信，信中先是邀请内兄前来泛舟，后提到自己身体欠佳。“病躯不常得安，多缘饮食而致。山淫而无味，虽食不过三二两，鱼蟹每食便作腹疾，以此气力不强，日久必须习惯，今未调适耳。”羊肉吃不下多少，海鲜吃了会肚子痛，肠胃看上去不是很好啊。

当时宋英宗与蔡襄政见不合，对他心存疑忌，于是将他外放到了杭州。蔡襄原本身体就不好，如今被贬谪，心情不好，身体就更不好了。对比他壮年时的字迹，《持书帖》看起来略显力不从心，但仍能见其精到的行楷风采。

蔡襄是“宋四家”中年纪最大的，出生在真宗年代，北宋书法一直到真宗时期都基本沿袭着唐、五代的流风，因为唐代“尚法”，书法的法度在唐时已登峰造极，不要说楷书，就是草书也已经形成了成熟的规范，在技法上很难再寻得突破。

(下转4版)

