

文與哲·第五期·2004.12

## 鐵畫銀鈎通利劍之鋒芒—— 中國字的「力」與「美」

黃復山\*

### 〔摘要〕

中國古代有許多「書法」能通於「劍術」的描述，如張懷瓘認為：書法結體的神妙之處，能讓觀者覺得「似入廟見神，如窺谷無底，俯猛獸之牙爪，逼利劍之鋒芒」。歷代書法家們，有時勁健剛烈，用筆如刀，鋒芒畢露；有時又敦厚質樸，蘊意深藏，餘味無窮。這種變幻無窮，各具剛勁、柔媚、鋒利、深韻等不同風貌，就成了中國字蘊育武藝美學的基本條件。

有了深厚的功力，書法當然也就具備一股凌人的氣勢，難怪有書家以拳喻字說：「王羲之行草傾向儒士風韻，如八卦掌；米芾則有狂士風格，如劈卦掌；而趙之謙把篆隸魏碑，寫出了動感，如八極拳，其驚心動魄、略為怪異且沉雄靜穆的字，令人神馳。」可知在書法家的眼中，劍招、拳術與書法，真的是可以相通的。

王羲之則以鋒刃為喻：「每作一點，常隱其鋒而為之；每作一橫畫如列陣之排雲；每作一戈，如百鈎之弩發。」最奇特的是金庸的武俠中，創造一位禿翁，使出一套化自〈自敘帖〉草書的劍法，縱橫飄忽，流轉無方；更汲取了懷素、顏真卿、張飛三人的筆意，練就出至少三套融合書法而成的劍式。又藉武當派開山祖師張三丰，將武林故老相傳的二十四字歌謠演為一套拳法；而門徒張翠山更將那二十四字、二百一十五畫中的騰挪變化，盡數記在心中，轉為一套精邃的劍式，可說是奇中又奇的妙想！

書法藝術中所蘊涵的剛健武技，也可能源自古人曼妙的舞姿美學。唐代草聖張旭的取法於公孫大娘劍舞、今日雲門舞者化自董陽孜書法筆意的《行草》舞劇，即可作為明證。現代書法家同樣強調：書法的筆力相當於武術氣功的『內勁』，是要把僵滯的呆力練成柔韌圓活的勁力。而且，書法上「入木三分」的精練勁道訓練，其實與武術中的基本工夫「蹲馬步」類似，可以取法《荀子》的為學理念「真積力久則入」。有些人靠著一個字寫了五、六千次，不但筆法橫、直、勾、撇、捺要正

\* 淡江大學中文系教授

確，結構要平穩有韻致，也要千錘百鍊，把每個字寫得筆精墨潤，奕奕有神，力與美自然蘊涵其中了。

關鍵字：書法、武藝、劍術、舞蹈、入木三分

## 一、前言

二〇〇二年十一月，大陸電影名導演張藝謀在耗資數億的武俠鉅片《英雄》中，提出「書法、劍術，同源同理」的理念。「書法」如何能與「劍術」相通？張藝謀無法在電影中具體詮釋，而原著李馮則在《英雄》劇本裏作了一番精緻的演繹。無獨有偶，金庸的武俠小說也常將武功招式寓於字形體勢之中，早在三十多年前，就在他的武俠名著《倚天屠龍記》裏，創造出一位有「銀鈎鐵畫」之稱的武當少俠張翠山，把江湖流傳的詩句二十四個字，演為一套劍式，並因而折服了勁敵金毛獅王謝遜，保住了自己的性命。

這些「書法」通「劍術」的描述，雖然都出於作者的高明想像，但是古代許多書法家卻早已有這種體認了，唐代書法理論大家張懷瓘(750 前後在世)就說：中國書法結體的神妙之處，能讓觀者覺得「似入廟見神，如窺谷無底，俯猛獸之牙爪，逼利劍之鋒芒」<sup>1</sup>。是以本文就以「鐵畫銀鈎」的中國字逼似「利劍之鋒芒」為主題，探討書法與武藝二者中，「力」與「美」是如何與相通的。

## 二、每一個字都是一個天地

中國字是現今世界上少數仍在使用的有圖象意涵的文字，中國字的結體更是蘊涵了力與美的藝術結晶，西晉衛恆(~290?)《四體書勢》就形容中國字的形體美學：

天垂其象，地耀其文，……「雲」委蛇而上布，「星」離離以舒光；「禾」芩蓐以垂穎，「山」嵯峨而連岡；「虫」跂跂其若動，「鳥」飛飛而未揚。觀其措筆綴墨，用心精專，勢和體均，發止無間；或守正循檢，矩折規旋；或方圓靡則，因事制權。其曲如弓，其直如弦；矯然突出，若龍騰於川；

<sup>1</sup> [唐]張懷瓘〈書議〉，收入潘運告編：《張懷瓘書論》（長沙：湖南美術出版社，1997年10月），頁25。

渺爾下頽，若雨墜於天。<sup>2</sup>

在兩周金鼎文、漢代小篆的形體中，「雲」、「星」、「禾」、「山」、「虫」、「鳥」都是象形字，活脫脫就是造字者所構擬出的眼前圖象，而「曲如弓」、「直如弦」、「龍騰於川」、「雨墜於天」，也顯現出中國字與自然形象的微妙結合。美學大師宗白華也在〈中國書法中的美學思想〉裏說：「中國古代商周銅器銘文裏所表現的章法美，令人相信倉頡四目窺見了宇宙的神奇，獲得自然界最深妙形式的密秘。……通過結構的疏密，點畫的輕重，行筆的緩急……等有規律的變化來表現自然界、社會界的形象和內心的情感。」<sup>3</sup>畫家林銓居論及書法時，也認為：「書法的造型有繪畫之美；書法的結構有建築之美；書法的使轉提按、佈白與行氣，有音樂的節奏之美；……以一種抽象的線條、自由的結構、幾乎是無板無眼的韻律，表現出藝術家的性情與內心狀態。」<sup>4</sup>而民國六十三年，詩人余光中在〈聽聽那冷雨〉中，更是細膩地道出中國文字的美學與奧妙：

杏花。春雨。江南。六個方塊字，或許那片土地就在那裏面。……因為一個方塊字是一個天地。太初有字，於是漢族的心靈他祖先的回憶和希望便有了寄託。譬如憑空寫一個「雨」字，點點滴滴，滂滂沱沱，淅瀝淅瀝淅瀝，一切雲情雨意，就宛然其中了。視覺上的這種美感，豈是什麼 rain 也好 pluie 也好所能滿足？翻開一部《辭源》或《辭海》，金木水火土，各成世界，而一入「雨」部，古神州的天顏千變萬化，便悉在望中，美麗的霜雪雲霞，駭人的雷電霹靂，展露的無非是神的好脾氣與壞脾氣，氣象臺百讀不厭門外漢百思不解的百科全書。<sup>5</sup>

「一個方塊字是一個天地」，一語道盡中國字的包容力與圖像性美感。歷代的書法大家們也以高超的技藝，巧奪天工，出神入化，與造化爭奇鬥妍，與大自然融

2 [晉]衛恆：《四體書勢》，收入潘運告編：《漢魏六朝書畫論》（長沙：湖南美術出版社，1997年4月），頁69。

3 劉國恩：《漢字文化漫談》（武漢：湖北教育出版社，1997年8月），頁133引。

4 林銓居〈書法斷想〉，《中國時報》2003年4月12日。

5 余光中：《聽聽那冷雨》（臺北：純文學出版社，1974年5月），頁32。

為一體，因而創造出舉世少有，典雅珍貴的「書法藝術」。在這個藝術天地中，他們或用墨如潑，似千軍萬馬，縱橫馳騁，勢不可當；或惜墨如金，似細雨芭蕉，碧葉清瑩，情趣雋永；又或驚魂奪魄，似颯颯颯風，撲面而來。有時勁健剛烈，用筆如刀，鋒芒畢露；有時又敦厚質樸，蘊意深藏，餘味無窮。<sup>6</sup>所以林語堂認為：在中國書法裏，「彎曲與轉折綫才能暗示生命與運動；只要筆的壓下，微頓，疾行，偶爾的飛白潑濺，能細心并有意保存于紙上，則不難看出此種不平直的線條的生命力和運動感。」<sup>7</sup>

由於中國字以各種線條組成，傳說晉代書法大家王羲之(303~379)曾歸納楷書為八種基本筆勢：側(點)、勒(橫畫)、努(直畫)、趯(鈎)、策(斜畫向上)、掠(長撇)、啄(短撇)、磔(捺)，因而提出「永字八法」為書法津梁<sup>8</sup>；南朝梁武帝(464~549)〈觀鍾繇書法十二意〉則指出楷書有「平、直、均、密、鋒、力、輕、決、補、損、巧、稱」等十二種<sup>9</sup>；大陸學者王鳳陽又從分解文字形體中得到「求字七筆」說，認為楷書不外乎「點、橫、豎、撇、捺、挑、鈎」，「求」字可以全部包羅<sup>10</sup>。由它們獨有的線條美和結構美，組成形體各異的文字，或疏可走馬、或密不透風，不拘一格，變幻無窮，各具剛勁、柔媚、鋒利、深韻等不同風貌，就成了中國字蘊育武藝美學的基本條件。

### 三、草書筆畫通利劍之鋒芒

#### (一)古今書家評論

由於書法家在體式、風格上的多樣化，使得書法字體與武功技藝產生神妙的

6 此段贊語參考江西電視臺攝製之《神奇的漢字》，李敏生：《漢字哲學初探》(北京：社會科學文獻出版社，2000年1月)，頁338引。

7 林語堂：《蘇東坡傳》第20章，〈國畫〉。

8 「永字八法」的起源，有人說是王羲之學習書法十五年，獨愛「永」字筆法，時人多加仿效，以至於今；另一說法則認為是從隸書演化而成，經隋僧智永(王羲之第七世孫)提倡，因而發揚光大。又有人認為八法起於隸書，所以說是起源自蔡邕。其他又有出自崔子玉、鍾繇、張旭等不同說法。至於八法的詳細解說，最早見於唐張懷瓘《玉堂禁經·用筆法》，謂：「大凡筆法，點畫八體，備於『永』字。」(潘運告編：《張懷瓘書論》頁276)

9 梁武帝〈觀鍾繇書法十二意〉，潘運告編：《張懷瓘書論》，頁213。

10 王鳳陽：《漢字學》(長春：吉林文史出版社，1989年12月)，頁232。

聯結，宜蘭縣美術學會的戴埤圳理事就用武功譬喻書藝道：「王羲之行草傾向儒士風韻，如八卦掌；米芾則有狂士風格，如劈卦掌；而趙之謙把篆隸魏碑，寫出了動感，如八極拳，其驚心動魄、略為怪異且沉雄靜穆的字，令人神馳。」<sup>11</sup>戴埤圳以「八卦掌、劈卦掌、八極拳」來形容古代名家的書法風格與氣韻，這種說法，也在宜蘭南方澳一群「以筆比藝」的書法同好者身上得到了驗證，陳國楨描述道：

用大毛筆寫字重視氣勢，站穩馬步，一股作氣盡情揮毫，跟打太極拳一樣，要注意身段、功夫，整個身體姿勢必須跟毛筆融為一體，如此才可得心應手，寫一手漂亮好字。<sup>12</sup>

「站穩馬步」「注意身段、功夫」，是寫「一手漂亮好字」的基本條件，而退休的教師陳忠藏先生，「打了一、二十年的太極拳，行雲流水寫了一首張繼的〈楓橋夜泊〉下來，已是滿頭大汗」<sup>13</sup>。可見書藝與武藝真有相通之處。這種觀念，其實早已習見於古代許多書家。

古人常拿書法與兵器、武術相比擬，如明屠隆(1577 舉進士)認為「字體形勢，轉側結構，……利若刀刃，強若弓矢」。<sup>14</sup>王羲之則以鋒刃為喻：「每作一點，常隱其鋒而為之；每作一橫畫，如列陣之排雲；每作一戈，如百鈞之弩發。」<sup>15</sup>梁朝袁昂(401~540)則稱譽「韋誕書如龍威虎振，劍拔弩張」<sup>16</sup>。杜甫也讚賞外甥李潮的小篆如劍戟，說道：「(李)潮小篆逼秦相，快劍長戟森相向。」<sup>17</sup>毛晉(1599~1659)則用武藝形容書家風格特色：「顏真卿如項羽挂甲，樊噲排突，硬弩欲張，鐵柱將立，昂然有不可犯之色。……周越如輕薄少年舞劍，氣勢空健而舉刃交加。」

11 戴埤圳〈書法線條之美〉，《宜蘭美術學會》第十七期刊，引自 [www.ilccb.gov.tw/i-lan.artist](http://www.ilccb.gov.tw/i-lan.artist)。

12 陳國楨〈閒情書藝，神前龍飛鳳舞〉，《蘋果日報》，2003年5月27日。

13 陳國楨〈閒情書藝，神前龍飛鳳舞〉，《蘋果日報》，2003年5月27日。

14 [明]屠隆：《考槃餘事》卷1，見華人德主編：《歷代筆記書論彙編》（南京：江蘇教育出版社，1996年11月），頁211。

15 [晉]王羲之〈題衛夫人《筆陣圖》後〉，收入潘運告編：《漢魏六朝書畫論》，頁107。

16 [梁]袁昂〈古今書評〉，潘運告編：《漢魏六朝書畫論》頁204。

17 [清]仇兆鰲：《杜詩詳注》（臺北：漢京文化出版，1984年3月），卷18，〈李潮八分小篆歌〉頁1551。

<sup>18</sup>周越是北宋初年的著名草書家，以險為勝，奇崛不平，姿肆縱橫，風韻灑脫，所以毛晉認為他的筆勢「如輕薄少年舞劍」。說人的書法如「劍拔弩張」、如「快劍長戟森相向」、如「氣勢空健而舉刃交加」，可見在古人的眼中，書法與武藝原來真是可以相通的。

至於張懷瓘說的「利劍之鋒芒」，原本是用來形容草書藝術的特色。草書形成於東漢，由於寫字時常有簡省筆畫和潦草的趨勢，為了達到快速的目的，草字就逐漸形成了獨特的體式。人稱「狂草」的唐僧懷素就是此一書的典型代表，李白曾推崇他：「少年上人號懷素，草書天下稱獨步。」<sup>19</sup>懷素的草書不求筆畫工整，而講究通篇的氣勢雄渾、筆勢連綿環繞，讓人覺得它運筆縱橫，大起大落，神采駘蕩，變化無窮。他的代表作〈自敘帖〉藝術價值很高，將繁複多樣的字體，幻化成煙雲龍蛇似的游走的線條，上下翻轉、縱肆奔馳而鈎連不斷，在剛健的筆力中，蘊涵靈動飛揚之勢，引領觀者順著他的筆意，馳騁於活潑自由的想像空間中。書法家劉立成品味〈自敘帖〉二十年，說出自己的感想：初時只覺驚奇莫名，嘆為觀止；繼而又覺得簡單粗糙，點畫無形，有失雅麗；最後，讀出髓味來了，方纔領悟它的神采浩浩茫茫，神祕莫測，筆意縱橫，氣勢恢宏，境界升騰，不知所止，其它法書都難以望其項背。<sup>20</sup>

## (二)金庸武俠蘊武功於書法之中

金庸在武俠小說《笑傲江湖》裏，描述懷素〈自敘帖〉的「草書大開大闔，便如一位武林高手展開輕功，竄高伏低，雖然行動迅捷，卻不失高雅的風致」，因而虛擬出一位愛書法成癡，蘊劍招於字畫中的武林高手——「梅莊四友」中的二莊主禿筆翁，使出一套化自〈自敘帖〉草書的劍法，縱橫飄忽，流轉無方。可說是奇中又奇的妙想！金庸還藉禿筆翁之口宣示道：「我輩中人，不平有動於心，發之於草書，有如仗劍一揮，不亦快哉！」<sup>21</sup>將內心不平之氣，藉草書形體，放諸長劍揮舞中，真可謂儒俠之風的展現！

禿筆翁又融合了顏真卿筆意，創造一套「裴將軍詩」筆招，並且在與令狐冲

18 [明]毛晉：《海岳志林》，見華人德主編：《歷代筆記書論彙編》，頁373。

19 安旗主編：《李白全集編年注釋》（成都：巴蜀書社，1990年12月），〈草書歌行〉頁1522。

20 劉國恩：《漢字文化漫談》（湖北教育出版社，1997年8月），頁142引。

21 金庸：《笑傲江湖》（臺北：遠景出版社，1979年9月），頁805。

比武時，細作解說云：

我這一套筆法，叫做《裴將軍詩》，是從顏真卿所書詩帖中變化出來的，一共二十三字，每字三招至十六招不等，你聽好了：「裴將軍！大君制六合，猛將清九垓。戰馬若龍虎，騰陵何壯哉！」<sup>22</sup>

「每字三招至十六招不等」，應該是依字形筆畫所創擬出來的招式，所以當二人對招時，禿筆翁「大筆虛點，自右上角至左下角彎曲而下，勁力充沛，筆尖所劃是個『如』字的草書」。由於久戰不利，筆路拘滯，禿筆翁鬱怒之餘，「大喝一聲，筆法登變」，使出了化自蜀漢大將張飛所書的〈八濠山銘〉筆勢所成的劍招，「不再如適才那麼恣肆流動，而是勁貫中鋒，筆致凝重，但鋒芒角出，劍拔弩張，大有磊落波磔意態」<sup>23</sup>。禿筆翁連一般人少見的張飛書法，都化作劍招，可見他對書法與劍招的精選層次。金庸筆下的禿筆翁，汲取了懷素、顏真卿、張飛三人的筆意，練就出至少三套融合書法而成的劍式。

金庸又寫了一個令狐沖「從字畫中看出劍意」的故事：梅莊四莊主丹青生在大醉後所繪仙人圖，無意中將劍法蘊蓄於內，令狐沖看了畫上題款「丹青生大醉後潑墨」八字，以及畫中仙人的手勢衣折，想到了思過崖後洞石壁上所刻的劍法，於是脫口說出：「這字中畫中，更似乎蘊藏著一套極高明的劍術。」讓梅莊管家施令威大為佩服，對化名為華山派劍法高手風某的令狐沖道：「我家四莊主丹青生說道：那是他生平最得意之作，酒醒之後再也繪不出來了。風爺居然能從此畫中看出劍意，四莊主定當引為知己。」

金庸另在《倚天屠龍記》中創造一段字體蘊涵武技的情節，說道武當派開山祖師張三丰，將武林故老相傳的「武林至尊、寶刀屠龍。號令天下，莫敢不從。倚天不出，誰與爭鋒」二十四字，演為一套拳法：

只見他寫了一遍又是一遍，那二十四個字翻來覆去的書寫，筆劃越來越長，手勢卻越來越慢，到後來縱橫開闔，宛如施展拳腳一般。……二十四個字合在一起，分明是套極高明的武功，每一字包含數招，便有數般變化。

22 金庸：《笑傲江湖》，頁810。

23 金庸：《笑傲江湖》，頁812。



「龍」字和「鋒」字筆劃甚多，「刀」字和「下」字筆劃甚少，但筆劃多的不覺其繁，筆劃少的不見其陋，其縮也凝重，似尺蠖之屈，其縱也險勁，如狡兔之脫，淋漓酣暢，雄渾剛健，俊逸處如風飄，如雪舞，厚重處如虎蹲，如象步。<sup>24</sup>

「每一字包含數招，便有數般變化」，可見招式的靈動巧思。金庸更點明了說：「這二十四個字，乃張三丰意到神會、反復推敲而創出了全套筆意，一橫一直、一點一挑，盡是融會著最精妙的武功。」

金庸並未以張三丰所創新招為已足，更虛構一位左手使爛銀虎頭鈎、右手使鎖鐵判官筆，「潛心學書，真草隸篆，一一徧習」，有「銀鈎鐵畫」之稱的武當門徒張翠山，「將那二十四字、二百一十五筆中的騰挪變化，盡數記在心中」，轉為一套精邃的劍式，後來更一口氣在三丈高的石壁上寫刻這二十四個大字，情節描述得甚為傳神：

（武林）這兩個字的一筆一劃，全是張三丰深夜苦思而創，其中包含的陰陽剛柔、精神氣勢，可說是武當一派武功到了巔峰之作。雖然張翠山功力尚淺，筆劃入石不深，但這兩個字龍飛鳳舞，筆力雄健，有如快劍長戟，森然相同。兩個字寫罷，跟著又寫「至」字、「尊」字，越寫越快，但見石屑紛紛而下，或如靈蛇盤騰，或如猛獸屹立，須臾間二十四字一齊寫畢。這一番石壁刻書，當真如李白詩云：「飄風驟雨驚颯颯，落花飛雪何茫茫。起來向壁不停手，一行數位大如斗。恍恍如聞鬼神驚，時時只見龍蛇走。左盤右蹙如驚雷，狀同楚漢相攻戰。」<sup>25</sup>

殘暴凶狠的金毛獅王謝遜哪想得到張翠山學此招術的原由，只道張翠山隨意寫了這幾句武林言語，竟能寓鐵畫銀鈎的劍招於精熟的筆意之中，當下自慚不如，就此認輸。張翠山也因此檢回了自己的一條性命。

又如《俠客行》裏，金庸將李白的〈俠客行〉虛擬成幾套武功：

24 金庸：《倚天屠龍記》（臺北：遠流出版社，1987年1月），頁128。

25 金庸：《倚天屠龍記》，頁207。

〈俠客行〉一詩共二十四句，即有二十四間石室圖解。他遊行諸室，不識壁上文字，只從圖畫中去修習內功武術。那第五句「十步殺一人」，第十句「脫劍膝前橫」，第十七句「救趙揮金錘」，每一句都是一套劍法。第六句「千里不留行」，第七句「事了拂衣去」，第八句「深藏身與名」，每一句都是一套輕身功夫；第九句「閑過信陵飲」，第十四句「五嶽倒為輕」，第十六句「縱死俠骨香」，則各是一套拳掌之法。第十三句「三杯吐言諾」，第十八句「意氣素霓生」，第二十句「喧赫大梁城」，則是吐納呼吸的內功。

26

石破天「只從圖畫中去修習內功武術」，發覺〈俠客行〉詩二十四句的某三句「每一句都是一套劍法」，某三句「各是一套拳掌之法」。他更從蝌蚪文的字體躍動中，練得一身稀世武功的奇遇：

（石破天）注目又看，只見字迹的一筆一劃似乎都變成了一條條蝌蚪，在壁上蠕蠕欲動，但若凝目只看一筆，這蝌蚪却又不動了。……欣喜之下，細看一條條蝌蚪的情狀，只見無數蝌蚪或上竄、或下躍，姿態各不相同，甚是有趣。他看了良久，陡覺背心「至陽穴」上內息一跳，心想：「原來這些蝌蚪看似亂鑽亂游，其實還是和內息有關。」<sup>27</sup>

石破天「見字迹的一筆一劃似乎都變成了一條條蝌蚪」，又發現「這些蝌蚪看似亂鑽亂游，其實還是和內息有關」。金庸續將石破天練功的過程細緻描述道：石破天看得久了，不由得順手便將「五嶽倒為輕」這套掌法使將出來。掌法使完，精力愈盛，右手虛執空劍，便使「十步殺一人」的劍法，手中雖然無劍，劍招卻源源而出。「十步殺一人」的劍法尚未使完，全身肌膚如欲脹裂，內息不由自主的依著「趙客縵胡縷」那套經脈運行圖譜轉動，同時手舞足蹈，似是大歡喜，又

26 金庸：《俠客行》（臺北：遠景出版社，1979年9月），頁629。茲錄李白〈俠客行〉原文如下，以便對照之用：「趙客縵胡縷，吳鉤霜雪明。銀鞍照白馬，颯颯如流星。十步殺一人，千里不留行。事了拂衣去，深藏身與名。閑過信陵飲，脫劍膝前橫。將炙啖朱亥，持觴勸侯嬴。三杯吐然諾，五嶽倒為輕。眼花耳熱後，意氣素霓生。救趙揮金槌，邯鄲先震驚。千秋二壯士，煊赫大梁城。縱死俠骨香，不慚世上英。誰能書閣下，白首太玄經。」

27 金庸：《俠客行》，頁631。

似大苦惱。這些都是讓人匪夷所思的書法結合武藝的玄妙構想，也是武俠小說所以會那麼引人入勝的元素之一。

### (三)李馮《英雄》書法與劍相通

除了金庸武俠中的奇思妙想外，近年又有大陸作家李馮在電影劇本《英雄》裏，推出大道同源，書法、劍術，境界相通的理念。李馮先簡述趙國的劍客「殘劍」以書法融入劍招之中：

人們都說，殘劍的劍法是從一套書法中悟出。

所以，他的劍法才與眾不同，難以模仿，難以捉摸，難以擊敗——

所以，殘劍才會栖身在這家書館——

所以，無名若想擊敗殘劍，才必須來這裏求字，先看看殘劍書法即劍法中的奧妙！<sup>28</sup>

由於「殘劍的劍法是從一套書法中悟出」，所以達到了「書法即劍法」的書、劍合一境界，因而：

殘劍如果在練劍——

那殘劍一定就在練字——

殘劍的劍也危險，字也很危險——

劍在字中，字即是劍——

「劍在字中，字即是劍」，這種字、劍渾融一體的境界，煞似毛晉所形容的宋代周越的字：「如輕薄少年舞劍，氣勢空健而舉刃交加」。李馮又追溯殘劍這一套劍法的源頭，說是得自戰國時代魏國城門侯贏，「將一套絕世劍法藏于字中」而傳下來的：

侯贏寫下的一幅字，據說文章題目叫《天下論》，開篇一句是：「士不可以

---

<sup>28</sup> 以下所引用李馮：《英雄》，由中國戲劇出版社出版，授權新浪網刊載：<http://www.sina.com.cn>。

不弘毅，任重而道遠；士為知己者死，擔天下之興亡……。」人們都說，侯嬴將一套絕世劍法藏于字中，因為書法、劍術同源同理，都靠手腕之力，與胸中浩然之氣。人們還說，殘劍每日臨摹那幅書法，苦苦揣摩其中劍意，漸漸便成為趙國的書法與劍術名家。

李馮更藉戰國時「劍」字的十九種寫法，推擬出殘劍的獨家劍式蘊藏在第二十種寫法之中，由此提出「書法、劍術，同源同理」的說法。壯士「無名」回答秦始皇的詢問時說道：

臣所求的「劍」字，天下有一十九種寫法，各國各地不同。臣求殘劍寫的，是除去十九種變化的第二十種。書法、劍術，都靠手腕之力與胸中之氣。那第二十種，便有他劍法的精妙藏于字中。

戰國時的「劍」字總共有十九種寫法（這當然是小說家的虛構，而非戰國文字的真實），殘劍的劍式如果真的能蘊藏在「劍」字筆意之中，必然與前十九種都不相同，這就是第二十種寫法，也就是殘劍的獨門劍式之所在。當無名向殘劍求字，以窺知殘劍的劍術精髓時，屋內殘劍的書字與屋外無名、飛雪二人以劍舞、袖舞對抗秦軍如雨飛箭，那種字、劍合一的情景，李馮描繪得十分傳神：

一旦揮出第一筆，殘劍也筆筆不停，懸腕運肘，大氣凜然。每一筆，都蘊藏著酣暢，都包含了快意！最好的劍法，莫過於與此比擬，而殘劍凝神揮洒的姿勢，也恰似黑與紅的劍舞！

他的筆，與外頭無名、飛雪的劍舞、袖舞，似乎有某種呼應，某種感應。書法是靜的，但靜中包含了動，絲毫不亞于外面快劍的動！每一筆，每一畫，不僅與無名的快劍可抗衡，而且充滿了強烈的力度！

殘劍手臂收回，手腕帶著筆，劃向絲帛下方，他長舒一口氣，準備收束最後一筆。

這些超奇卓絕的妙想，雖是小說家的虛構，但是中國的氣功、內功自古發達，字、劍合一的境界，杜甫、周越也作過見證，可信不疑。是則金庸、李馮的劍藝設想，

似乎也說明了中國文字的神妙，確實可與劍式產生超絕想像的聯結。這也是一種中國文字的奇蹟吧。

#### 四、書法藝術蘊涵舞蹈美學

書法藝術中所蘊涵的剛健武技，也可能源自古人曼妙的舞姿美學。參酌唐代草聖張旭的取法於公孫大娘劍舞、今日雲門舞者領悟董陽孜書法筆意的實例，或可為證明。因為文字的美感，除了蘊涵在書法筆勢之中，文字的形體也與舞蹈有著微妙的關係，有人就認為中國字的「每一個字都會跳舞」<sup>29</sup>，而唐代更有一種特別的舞蹈—「字舞」。唐《樂府雜錄》敘述舞的種類：「舞有健舞、軟舞、字舞、花舞、馬舞。字舞者，以舞人亞身于地，布成字也。」<sup>30</sup>以舞人「亞身于地，布成字」的實況，王建(847~918)〈宮詞〉曾有述及，宋周密《齊東野語·字舞》對此事說得較詳細：

州郡遇聖節錫宴，率命猥妓數十，羣舞於庭，作「天下太平」字，殊為不經。而唐《樂府雜錄》云：「舞有字，以舞人亞身於地，布成字也。」王建〈宮詞〉：「羅衫葉葉繡重重，金鳳銀鵝各一叢；每遇舞頭分兩向，太平萬歲字當中。」則此事由來久矣。<sup>31</sup>

所謂「太平萬歲字當中」，就是舞人以身體在地上排列成的字舞。字舞顯示了人體可以與字體產生某種微妙的互動關係，由此衍展開來，字體似乎還可以帶領人體到另一層精神領域上去，比如武藝中的劍舞，或養身中的練氣。

##### (一)劍舞強化書法藝術

劍舞在我國由來久矣，《莊子·讓王》說「孔子窮於陳、蔡之間，七日不火食，……而弦歌於室」，子路也「挖然執干而舞」，兩人一搭一唱，默契顯見。而

29 白先勇、曾繁城對談，黃茜芳整理〈暢談書法與人生〉，《中國時報》2003年4月13日。

30 [宋]吳曾：《能改齋漫錄》（臺北：木鐸出版社，1982年5月）卷6，〈字舞〉頁140引。

31 [宋]周密撰，朱菊如等校注：《齊東野語校注》（上海：華東師範大學出版社，1987年5月）卷10，〈字舞〉頁202。

子路的好劍舞，《孔子家語·好生篇》也有言及，曰：「子路戎服見於孔子，拔劍而舞之，曰：『古之君子，以劍自衛乎？』」<sup>32</sup>學生拜見老師，當然不是拔劍攻擊，而是要弄舞劍的藝術表演。再說楚、漢相爭，在雙方和平談判的鴻門之宴上，楚營將軍項莊說：「君王與沛公飲，軍中無以為樂，請以劍舞。」於是拔劍起舞，意在刺殺劉邦；而偏袒劉邦的項伯也拔劍起舞，常以身翼蔽劉邦。<sup>33</sup>二人一來一往的劍舞，應該是招式多變，異常精采。這種表演到東漢達到了很高的水平。在張衡(78~139)的〈西京賦〉裏有對邊走繩索，邊做這種拋劍表演的生動描寫：「跳丸劍之揮霍，走索上而相逢。」<sup>34</sup>到了唐代，持劍舞蹈成為一種社會風氣，友人宴飲時也舞劍助興，如詩仙李白(699~762)的劍術高超，當他「起舞拂長劍」時，「四座皆揚眉」，每至酒酣耳熱之際，便拔劍起舞，「萬里橫戈探虎穴，三杯拔劍舞龍泉」、「三杯拂劍舞秋月，忽然高咏涕泗漣」<sup>35</sup>。就連體弱多病的杜甫(712~770)，也在「壯年學書劍」，而與人餞別時，更會「傾壺簫管動白髮，舞劍霜雪吹青春」，「把臂開樽飲我酒，酒酣擊劍蛟龍吼」<sup>36</sup>。

唐代流行將舞劍的藝術融入肢體與畫作裏，例如唐代裴旻的舞劍達到了出神入化的境地，被譽為唐代三絕之一<sup>37</sup>。開元年間，裴旻母喪，特請名畫家吳道玄在天宮寺畫幾幅畫，以超度亡母。吳道玄說：「常聽說將軍善舞劍，請為我舞劍一曲，觀其豪壯氣概，可助我作畫。」裴即脫去孝服，騎在疾馳如飛的馬上，手中的劍左右揮舞，表現他高妙的特技：突然振臂一揮，擲劍高達數十丈，直逼雲端，接著劍像電光一樣從空中射下來，裴旻手執劍鞘一接，劍身不失毫釐，恰入

32 [魏]王肅注：《孔子家語》(臺北：世界書局，1972年6月)卷2，〈好生〉頁21。

33 [漢]司馬遷：《史記》(北京：中華書局，1987年11月)卷7，〈項羽本紀〉頁313。

34 [唐]李善注：《昭明文選》(臺北：藝文印書館，1974年5月)卷2，張衡〈西京賦〉頁24。李善注云：「揮霍，謂丸劍之形也。索上，長繩繫兩頭於梁，舉其中央，兩人各從壹頭上，交相度，所謂舞繩者也。」[唐]鄭處晦：《明皇雜錄》(北京：中華書局，1994年9月)也說：「唐玄宗在東洛，大酺於五鳳樓下，……大陳山車旱船，尋撞走索、丸劍角抵、戲馬鬥雞。」(頁26)可見「走索、丸劍」是唐朝習見的雜耍之一。

35 所引李白詩句，依次見於安旗主編：《李白全集編年注釋》，〈酬崔五郎中〉頁249；〈送羽林陶將軍〉頁1346；〈玉壺吟〉頁559。

36 所引杜甫詩句，依次見於[清]仇兆鰲：《杜詩詳注》卷18，〈暮春題瀼西新賃草屋五首之四〉頁1612；卷23，〈暮秋枉裴道州手札，率爾遣興，寄遞呈蘇渙侍御〉頁2018；卷11，〈從事行贈嚴二別駕〉頁941。

37 [宋]歐陽修：《新唐書》(北京：中華書局，1987年11月)卷202，〈文藝中·李白列傳〉：「(唐)文宗時，詔以李白歌詩、裴旻劍舞、張旭草書為三絕。」(頁5764)

鞘中，數千觀眾驚異不已。吳道玄同時奮筆作畫，當即立成壯觀畫作。<sup>38</sup>顏真卿〈贈裴將軍〉詩的「劍舞若游電，隨風縈且迴」句，正是這種寫照。由此可見裴旻的劍術帶有明顯的娛樂化、藝術化特徵。

裴旻這種雄渾氣勢，後來被另一位劍舞大師公孫大娘學會。唐鄭處晦《明皇雜錄》說：唐玄宗「素曉音律，時有公孫大娘者，善舞劍，能為〈鄰里曲〉、〈裴將軍滿堂勢〉、〈西河劍器渾脫〉，妍妙皆冠絕於時」。<sup>39</sup>公孫大娘所擅長的〈裴將軍滿堂勢〉，想必吸收了裴旻劍舞的猛厲氣勢和某些特技編創的舞蹈，劍術與舞藝的進一步結合便是「劍舞」，也可以稱之為藝術化的劍術套路表演。

杜甫於開元三年(715)纔四歲童稚時，曾看過著名的公孫大娘的舞劍，留下了深刻的印象，以至過了五十二年後的大曆二年(767)，看公孫大娘的弟子李十二娘的表演時，還是禁不稱讚公孫大娘道：「先帝侍女八千人，公孫劍器初第一。」<sup>40</sup>並且寫下了千古名篇〈觀公孫大娘弟子舞劍器行〉：「霍如羿射九日落，矯如群帝驂龍翔；來如雷霆收震怒，罷如江海凝清光。」<sup>41</sup>把劍舞雄健、滂薄的氣勢，高難度、快節奏的連續舞動，突然靜止的亮相，沈毅穩健的造型，以及鼓聲如雷鳴，劍光似閃電的演出效果，都生動、真切地表現出來了。使我們今天似乎還能看到公孫大娘的劍舞如雷霆震怒，蛟龍出水，以及觀眾驚訝失色的生動情景。

杜甫還在詩前的序文裏，道出書法與劍舞之間的微妙契合：「昔者吳人張旭善草書書帖，數嘗於鄴縣見公孫大娘舞西河劍器，自此草書長進，豪蕩感激。」<sup>42</sup>草聖張旭自己也說，曾於開元年間見到公孫大娘舞西河劍術，草書功力因而大進：「始吾見公主、擔夫爭路，而得筆法之意。後見公孫氏舞劍器，而得其神。」

38 [唐]鄭處晦：《明皇雜錄》：「吳道玄善畫，將軍裴閔請畫天宮寺壁。道玄曰：『聞將軍善舞劍，願作氣以助揮毫。』閔欣然為舞一曲。道玄看畢，奮筆立成，若有神助。」(頁56)[唐]李元《獨異志》也載：裴旻「走馬如飛，左旋右抽，擲劍入雲，高數十丈，若電光下射。旻引手執鞘承之，劍透空而下，觀者數千人，無不悚慄」。

39 [清]仇兆鰲：《杜詩詳注》卷20，〈觀公孫大娘弟子舞劍器行〉頁1816注引《明皇雜錄》。

40 [清]仇兆鰲：《杜詩詳注》卷20，〈觀公孫大娘弟子舞劍器行〉頁1815。

41 [清]仇兆鰲：《杜詩詳注》卷20，〈觀公孫大娘弟子舞劍器行〉頁1815。

42 [唐]杜甫〈觀公孫大娘弟子舞劍器行序〉云：「大曆二年(767)十月十九日，(四川)夔府別駕元持宅見臨穎李十二娘舞劍器，壯其蔚跂。問其所師，曰：『余公孫大娘弟子也。』開元三載，余尚童稚，記於郾城觀公孫氏舞劍器渾脫，瀏灠頓挫，獨出冠時。……昔者吳人張旭善草書書帖，數嘗於鄴縣見公孫大娘舞西河劍器，自此草書長進，豪蕩感激。即公孫可知矣！」([清]仇兆鰲：《杜詩詳注》卷20，頁1815)[唐]鄭處晦：《明皇雜錄》則易作僧懷素：「開元中，有公孫大娘善劍舞，僧懷素見之，草書遂長，蓋壯其頓挫勢也。」(頁51)

<sup>43</sup>這些記載，都是舞蹈、武藝和書藝三項藝術融合無間的最好明證。張旭在草書中融入了武功意象，唐韓愈也讚美道：「張旭善草書，不治他伎，……有動於心，必於草書焉發之。觀於物，見山水崖谷，鳥獸蟲魚，日月列星，風雨水火，雷霆霹靂，歌舞戰鬪，天地事物之變，可喜可愕，一寓於書。故旭之書，變化猶鬼神，不可端倪，以此終其身而名後世。」<sup>44</sup>宋黃伯思則說：「始觀張旭所書《千字文》……則雄隱軒舉，槎枿絲縷，千狀萬變，雖左馳右驚，而不離繩矩之內，猶縱風鳶者，翔戾於空，隨風上下而綸常在手，擊劍者交光飛刃，欻忽若神而器不離身。駐目視之，若龍鸞飛騰，然後知其真長史書而不虛得名矣。」<sup>45</sup>張旭的狂草，能讓人有一股「雷霆霹靂，歌舞戰鬪」，或是「擊劍者交光飛刃」的感受，可見武藝與草書確然融為一體了。

## (二)《行草》融書法入舞蹈中

草書字勢在古代曾與劍舞融為一體，時隔千載的今日，雲門舞者則是「反其道而行」，從字勢氣魄中去體會舞蹈的精髓。雲門舞集的創始人林懷民，年輕時非常欣賞懷素的字帖，當時曾興起「讓字帶領動作」的想法；後來認識了書法名家董陽孜，於是逐步將這種構想付諸實現，並且讓「雲門舞者接受太極導引與拳術訓練，用身體臨摹名家手跡」，以求「用身體詮釋書法之美」。<sup>46</sup>他在〈向董陽孜習舞〉一文中說出自己的想法：

看董陽孜的作品沒有負擔，我把它當作圖畫看，看筆勢的抑揚頓挫，濃墨與飛白的呼應，字體與留白的張力。筆勢的起落，虛實的節奏，正是書寫人的呼吸。那是美麗的舞蹈，我常著她的筆畫調整呼吸。我用心揣摩，用腹部的扭動模仿她有力的筆觸與水墨的流動，往往練習多次，氣才順暢，因為我氣魄不及陽孜。<sup>47</sup>

43 [唐]李肇：《唐國史補》，卷上，頁3。（收入周光培編：《唐人筆記小說》第一冊，河北教育出版社，1994年4月）

44 馬伯通：《韓昌文集校注》（臺北：華正書局，1975年4月）卷4，〈送高閑上人序〉頁158。

45 [宋]黃伯思：《東觀餘論》卷上（潘運告編：《張懷瓘書論》，頁29引）。

46 參見張伯順〈舞出書法之美，雲門舞者用肢體落墨〉，《聯合報》，2001年10月24日。

47 林懷民〈向董陽孜習舞〉，《中國時報》，2000年3月16日。



二〇〇〇年三月，雲門舞者在臺北國立歷史博物館的「董陽孜作品展」現場，以舞蹈即興方式，各自運用身體的抑揚頓挫，與董陽孜的書法相互「氣動」，呈現出存在董陽孜筆劃之間，「氣」的長短、虛實，一氣呵成，益使靈動生姿的書法，格外顯得虎躍龍蟠、行止有度。不僅舞者流動的肢體，與紙面上落定的筆劃，兩者之間互動相生，並非只是形象上的模仿。董陽孜目睹舞者以卷舒自如的身體鉤勒筆畫時，也不禁歎道：「柔軟度完全像是我寫書法用的軟筆羊毫。」<sup>48</sup>

《行草》是一齣由書法美學啟發的舞作，林懷民認為「書法以氣運筆，舞者則是以氣引發動作」。受過太極導引、拳術訓練的雲門舞者，在林懷民引導下，面對王羲之、蘇東坡、懷素、張旭等歷代名家字蹟的幻燈投影，以肢體動作來臨摹，發展出內斂含勁，而又充滿抑揚頓挫的動作風格。正如賢文描述的：「舞者極度伸張的身體，不論如何飛舞如何轉動，都能保持一種平衡之美；這正如同張旭與懷素的草書，不論字如何顛如何狂，幾乎都可在每個字中找到中軸線，這個中軸線構成龍飛鳳舞中的穩定的神秘因素。」<sup>49</sup>舞者的身體就像毛筆，伸展的極致則像線條，卻都有平衡的中心軸，因而展衍成龍飛鳳舞的構圖。林懷民也認為，《行草》的動作由極靜到極暴烈，以人體在舞台空間落墨，其動作要像唐朝的公孫大娘一樣，一舞劍氣動四方；仿效行書之行雲流水，草書之龍蛇狂舞，林懷民要找一種勁，一種神，一種舞者心靈氣動的感覺。不但創造出精鍊的舞步，體驗中國書法藝術之神氣，更為現代舞台帶出難得的新視野。

呼應舞台上舞者動靜有緻的舞蹈，舞台設計家林克華以幻燈及錄影機，呈現近於抽象畫風的書法局部，或完整的字句。王羲之，蘇東坡，懷素，張旭等歷代名家手跡，將透過現代科技在舞台上復活，氣韻生動地與觀眾對話。<sup>50</sup>

雲門舞集則由靜態的書法作品中，作切身體驗去探討運筆的揚抑頓挫、疾澀轉折，字的大小、線的長短、粗細、曲直，墨的濃淡、水的潤燥，而作出動態的《行草》演出。美國的芝加哥大劇院、愛荷華漢秋大劇院，甚至斥資贊助《行草》的製作。《行草》除了二〇〇一年十一月在臺北的國家劇院首演之外，更於二〇

48 參見賴廷恆〈董陽孜書法龍鉤虎躍，雲門舞者面字習韻〉，《中國時報》，2000年3月13日。

49 李賢文〈舞動書法的新生命〉，《聯合報》，2003年9月7日。

50 綜合記者與相關報導：趙慧琳〈行草創作過程入書〉，《聯合報》2001年12月5日；賴廷恆〈「行草」書法入舞〉，《中國時報》，2001年11月25日；李北秀〈舞出書法之美〉，見網頁 [www.epochtimes.com.hk/archive/Issue13/fdxs](http://www.epochtimes.com.hk/archive/Issue13/fdxs)。

0二年陸續在法國里昂、澳洲墨爾本、德國威瑪、挪威貝爾根等地的藝術節巡迴公演。更在六月的美國舞蹈節揭幕中首演，得到舞評家黑蒂·威斯極力讚譽：「深入挖掘中固書法精髓，以動作創塑燦爛的藝術形式；由古老文化出發，呈現驚人的，獨創性現代舞作，是兼具形式與感覺極致的經典傑作。」<sup>51</sup>從這些讚詞與《行草》檔期緊湊的巡演中，除了達成林懷民推廣中華文化的初始期望外，更證明了中國字與舞蹈的結合，是得到國際舞蹈界的認同的。

## 五、書法、武藝的基本工夫

書法與武藝的融合，其實由王羲之寫字「入木三分」，即可窺知端倪。寫字得法還須得力，沒有力，再好的法也使不出來。南朝宋虞龢〈論書表〉（約泰始6年，470）說道王獻之執筆力道深厚的事：「羲之為會稽，子敬七、八歲學書，羲之從後掣其筆不脫，嘆曰：『此兒書，後當有大名。』」<sup>52</sup>清人陳其元也說：「顏魯公云：『捻破管，畫破紙。』蓋言五指齊用力，若雙鉤、單鉤諸法，雖三指著力，四、五指全無用處，故必右肘懸則靈動，五指撮管頂則堅勁，此乃返本還原。」<sup>53</sup>唐代書法家顏真卿《述張長史筆法十二意》，也強調「力」為十二法之一，說道：「褚河南曰：『用筆當須如印印泥。』思久不悟。後於江島，遇見沙平地靜，令人意悅欲書。乃偶以利鋒畫而書之，其勁嶮之狀，明利媚好。自茲乃悟用筆如錐畫沙，使其藏鋒，畫乃沉著。當其用筆，常欲使其透過紙背，此功成之極矣。真草用筆，悉如畫沙，點畫淨媚，則其道至矣。」<sup>54</sup>這也是「力透紙背」一說的來由。

51 陳文芬〈雲門行草轟動美國舞蹈節〉，《中國時報》，2003年6月7日。

52 [劉宋]虞龢〈論書表〉，潘運告編：《漢魏六朝書畫論》頁137。按，此說又見[唐]張懷瓘《書斷》：「子敬五、六歲時學書，右軍潛於後，掣其筆，不脫，乃嘆曰：『此兒當有大名。』」遂書〈樂毅論〉與之，學竟，能極小真字，可謂窮微入聖，筋骨緊密。」（潘運告編：《張懷瓘書論》，頁25）

53 [清]陳其元：《庸閑齋筆記》卷5，見華人德主編：《歷代筆記書論彙編》，頁538。

54 [宋]陳思：《書苑菁華》（臺北：臺灣商務印書館影印《文淵閣四庫全書》本，1983年）卷19，頁12。

## (一)力道與勁道

民國四十年，建國中學的老師曹秋圃，在臺北縣創辦了「澹廬國文書法專修塾」，就是強調「入木三分」的苦練工夫，而現代書法家杜忠誥談論執筆之道時也說：「執筆講求的是五指齊力，須將臂腕的力量透過五指的執使而貫注到毫端；每個指頭用力也有輕重大小之分，若是死命用力，力量止在筆管上，毫端反而變得『拘攣』而不『圓轉』了。執得太緊，筆端便不靈活；執得太鬆，又著不了力。究當如何是好？應該說：『在用力與不用力之間。』總以穩便靈動為原則，其間分際，難以言傳，全靠個人平日實地操作體會。」<sup>55</sup>

書法講究的「力透紙背」、「入木三分」，近似常人說的「力道」，但是書家真正追求的是「勁道」。「力道」和「勁道」，似同實異：「力道」是浮面、外現的；「勁道」則是細緻、內藏的。古人曾用鳥禽作比喻：「鷹隼乏彩而翰飛戾天，骨勁而氣健也；翬翟備色，翾翔百步，肉豐而力沉也。」<sup>56</sup>由骨所生者為「力道」，由筋所發者為「勁道」，鄭曼青〈曼髯三論〉主張作書用勁不用力，因「力由骨生，勁由筋生」<sup>57</sup>，執筆之手不用力，而內勁能如《老子》所謂的：嬰兒「專氣致柔」(第10章)、「骨弱筋柔而握固」(第55章)。晉代著名書法大家衛夫人(名鑠，242~349?，傳說百餘歲)〈筆陣圖〉也說：「善筆力者多骨，不善筆力者多肉；多骨微肉者謂之筋，多肉微骨者謂之墨豬。多力豐筋者勝，無力無筋者病。」<sup>58</sup>所言即指書法骨力多者善，若再豐筋則更佳。夏威夷大學政治學博士王策也說：「書法的筆力即相當於武術氣功的『內勁』，是要把僵滯的呆力練成柔韌圓活的勁力。」<sup>59</sup>是以「勁道」可說是「力道」的更高一層。

唐太宗〈指意篇〉則把這種觀念說得更清楚：「夫字以神情為精魄，神若不和，則無態度也；以心為筋骨，心若不堅，則字無勁健也；以副毛為皮膚，副若

55 杜忠誥：《書道技法123》，引自網頁 <http://www.awker.com/chang/chinart/class/hold.htm>。

56 華人德主編：《歷代筆記書論彙編》，頁133引徐浩語。

57 引自李清澤〈生活藝術與身心靈健康〉，見網頁 [http://public.ptl.edu.tw/publish/sci\\_knog](http://public.ptl.edu.tw/publish/sci_knog)。

58 [晉]衛鑠〈筆陣圖〉，潘運告編：《漢魏六朝書畫論》頁92。又，唐鍾繇也說：「多力豐筋者勝，無力無筋者病。」(華人德主編：《歷代筆記書論彙編》，頁163引)按：衛鑠即晉世著名書法家「衛夫人」，傳說她的年壽逾百歲。

59 王策〈獄中學書自敘〉，摘取自網頁 [www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm](http://www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm)。按：王策，本名王左峰，廣州中山大學哲學碩士，夏威夷大學政治學博士，1998年從西班牙返中國為政治改革上書，11月2日被中共逮捕。

不圓，則字無溫潤也。所資心副相參用，神氣沖和為妙，今比重明輕，用指腕不如鋒芒，用鋒芒不如沖和之氣，自然手腕虛，則鋒含沈靜。夫心合於氣，氣合於心；神、心之用也，心必靜而已矣。」<sup>60</sup>所說的「心合於氣，氣合於心」，與武藝更是不謀而合。

至於增強「勁道」的方法，王策作了切身經驗的描述：他先製作兩支長約30公分，粗1.5公分，約有1斤來重的鐵筆桿（一般毛筆大約3錢重），套上毛筆頭來練字。他說：「初練時感到十分吃力，寫不到兩、三行就覺得臂酸腕痛，喘不過氣來，須停下來休息一會兒再繼續寫。但久而久之，則筆力、腕力隨之增強，氣息也轉為平穩深沈，能連續寫完一張紙而不氣喘手酸。經過長期以重筆練字，我筆下的線條化去僵勁，蜿蜒流注，有如煉鋼爐中湧出的滾燙的鐵水；筆鋒著紙如電焊條觸著鋼板，似能迸出火花來。自覺紙筆生情，相黏相吸，相摩相蕩，有陰陽交泰之感。」<sup>61</sup>可見「入木三分」的訓練，其實是類似武術中的基本工夫「蹲馬步」的。中央研究院民族所教授李清澤也以自己的經驗，說道：「半坐書寫如站樁練功——以此法習書，功效不遜於站樁練功。」他並且「曾親至高雄觀察黃啟堉老師教書法，學生於涼爽之冷氣房中習字卻出現額頭冒汗、身體發熱等現象；並有學生習此種書法後，腰酸頭疼之痼疾竟不藥而癒。由此看來此種學習書法之用力方式，必與一般執筆用力方式不同，而是須使盡全身之力」。<sup>62</sup>由此可見書法與站樁練功的關連性，的確是信而有徵的。

## (二)真積力久則入

要如何精練勁道，其實可以取法《荀子》的為學理念「真積力久則入」（〈勸學〉），這也是練就書法、武藝的基本工夫。漢代的書家張伯英「臨池學書，池水盡墨」<sup>63</sup>，王羲之頗不服氣，說道：「若吾耽之若此，未必謝之。」<sup>64</sup>因而也寫

60 [宋]朱長文《墨池編》（臺北：臺灣商務印書館影印《文淵閣四庫全書》本，1983年）卷1，頁64。

61 王策〈獄中學書自敘〉，摘取自網頁 [www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm](http://www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm)。

62 李清澤〈生活藝術與身心靈健康〉，取自網頁 [http://public.ptl.edu.tw/publish/sci\\_knog](http://public.ptl.edu.tw/publish/sci_knog)。

63 [晉]衛恆《四體書勢》，潘運告編：《漢魏六朝書畫論》頁83。唐王僧虔《名書錄》也說：「弘農張芝，高尚不仕，善草書，精勤絕倫，家之衣帛，必先書而後練。臨池學書，池水盡墨，每書云：匆匆不暇草。時人謂為『草聖』。」

64 [晉]王羲之《自書論》，潘運告編：《漢魏六朝書畫論》頁105。

黑一池水。更妙的是，南朝梁簡文帝同樣評論王羲之說：「假令寡人耽之若此，何必獨減右軍？」<sup>65</sup>認為自己如果也像王羲之一樣「臨池盡墨」，則書法功力不見得比羲之之差。可見自古以來，書法家都把久練工夫當作成功的必然法則。

曹秋圃教書法就是以勤練達到「入木三分」的基本工夫。據他的學生林彥助回憶：曹老師用顏真卿的「麻姑仙壇記」碑帖為教材，第一個是「有」字，每天練一、兩百字，寫了三十七天，老師才說勉強通過，可以寫第二個字；第二字是「唐」字，又寫了十七天才過關。另外一位游清林，同樣也學「麻姑仙壇記」，「有」、「唐」兩字各寫十五天後，再合起來寫「有唐有唐」，一天寫上百次，又寫了十天；兩個月下來，能通過四、五個字，就不錯了。第三位學生黃金陵說，他「一個字寫了五、六千次，曹老師還用米達尺、量角器，來量所寫字和碑帖的誤差，不但筆法橫、直、勾、撇、捺要正確，結構要平穩有韻致，也要千錘百鍊，把每個字寫得筆精墨潤，奕奕有神，才肯罷休」<sup>66</sup>。王策也認為練字的第三條件是「功力超常」，他在〈獄中學書自敘〉翔實計算一下自己練字積累的功力，說道：

所謂功力就是時間(功夫)×力量，其計算的公式就是：練字的時間×毛筆的重力=功力。那麼，在用於寫字的時間上，我以比外面的人多出四倍來計算，則我在獄中的兩年半時間相當於外面 10 年的時間；以我的鐵筆比一般的竹桿毛筆重 30 倍來計算，則我所獲得的練字功力即是：10 年×30=300 年。所以說，我在獄中練字所獲得的功力相當於外面一般的人 300 年的功力。這數字聽起來很嚇人，但事實就是如此。<sup>67</sup>

武功的訓練亦復如此，金庸在《倚天屠龍記》就形容武當青年俠士張翠山習得新劍招的過程：

張翠山不敢去睡，生怕著枕之後，適才所見到的精妙招術會就此忘了，當即盤膝坐下，一筆一劃、一招一式的默默記憶，當興之所至，便起身試演

65 [明]陳繼儒：《妮古錄》引，華人德主編：《歷代筆記書論彙編》，頁 239。

66 參見〈光復歸臺勤教職，淡水河邊一代師〉，摘自網頁 <http://www.jjvs.tpc.edu.tw/book/book17/lesson7.htm>。

67 王策〈獄中學書自敘〉，摘取自網頁 [www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm](http://www.asiademo.org/2002/09/20020926a.htm)。

幾乎。也不知過了多少時候，才將那二十四字二百一十五筆中的騰挪變化盡數記在心中。……驀回頭，只見日頭曬在東牆。他揉了揉眼睛，只怕看錯了，一定神之下，才知日已過午，原來潛心練功，不知不覺的已過了大半天。

張翠山「不敢去睡」，除了「一筆一劃、一招一式的默默記憶」之外，還起身試演，以便將「二十四字二百一十五筆中的騰挪變化盡數記在心中」，專心的程度甚至到了「不知不覺的已過了大半天」的地步。而大陸作家李馮在《英雄》中描述趙國劍客殘劍練習侯嬴所創的《天下論》劍招時，「每日臨摹那幅書法，苦苦揣摩其中劍意，漸漸便成為趙國的書法與劍術名家」。至於壯士「無名」，更是專心練功絕無他驚：

他知道，自己的一生不會有多少個十年。但他天性中有一個長處：專心！他決心要做的事，便努力去做，不敢有一刻懈怠！為此，他放棄了朋友，放棄了別人給他提的親事。他本來就不愛說話，不久就變得更沈默寡言。但這樣換來的結果是，他練十年劍，等于別人練二十年。

無名「放棄了朋友，放棄了別人給他提的親事」，就只為了練劍，所以「他練十年劍，等于別人練二十年」。這樣的辛苦成果，果真讓壯士無名「成了一名劍客」，竟然一舉擊殺三位刺客，獲得與秦始皇對面賜飲的殊榮。由此可證書法與武藝中的「勁道」與功力，的確是由於「勤練」纔得來的。

## 六、結語

古代書法家與近代的武俠作家，在不同時空中卻都不約而同的點出了「書法、劍術，同源同理」的觀念。這些書法通劍法的描述，雖然都是作者的想像，但是我們從有限的文獻中一一蒐檢，卻逐步呈現了這個觀念的具體輪廓。

由於中國字具有圖象意涵，書法結體更是蘊藏了力與美的藝術結晶，所以有藝術家認為：書法的造型有繪畫之美；書法的結構有建築之美；書法以一種抽象的線條、自由的結構、幾乎是無板無眼的韻律，表現出藝術家的性情與內心狀態。

這種獨有的線條美和結構美，組成形體各異的文字，或疏可走馬、或密不透風，不拘一格，變幻無窮，這也成了中國字蘊育武藝美學的基本條件。

有人就用「八卦掌、八極拳」等武功譬喻書藝，杜甫也讚賞李潮的小篆如「快劍長戟」，毛晉則用武藝形容「周越如輕薄少年舞劍，氣勢空健而舉刃交加」。可見劍招、拳術與書法，在古人的眼中原來真是可以相通的。

金庸的武俠小說最擅長將武功招數與書法結合，《笑傲江湖》裏，描述懷素〈自敘帖〉的「草書大開大闔，便如一位武林高手展開輕功，竄高伏低，雖然行動迅捷，卻不失高雅的風致」，並創造出一套「裴將軍詩」筆招，依字形筆畫創擬出每字三至十六不等的招式。在《倚天屠龍記》中，金庸又虛構武當始祖張三丰，將武林故老相傳的「武林至尊、寶刀屠龍。號令天下，莫敢不從。倚天不出，誰與爭鋒」二十四個字，演為一套拳法，每一字包含數招，其中的陰陽剛柔、精神氣勢，變幻莫測，而威力強勁，可說是武當一派武功到了巔峰之作；而得意門徒張翠山更不遑多讓，將那二十四字、二百一十五筆中的騰挪變化，盡數記在心中，轉為一套精緻的劍式。

大陸作家李馮在電影劇本《英雄》裏，也虛構一套戰國時魏國侯嬴的絕世劍式，將劍招蘊藏於字勢之中。後來趙國的劍客殘劍，每日臨摹那幅書法，苦苦揣摩其中劍意，漸漸便成為趙國的書法與劍術名家。李馮更明白指出：趙國劍客「殘劍如果在練劍——那殘劍一定就在練字」。

文字的美感，除了蘊涵在書法筆勢之中與武藝有關聯之外，文字的形體也與舞蹈有著微妙的關係，有人就認為中國字的「每一個字都會跳舞」。唐代也將舞劍的藝術，融入書法中，達到了出神入化的境地，如草聖張旭曾經觀賞公孫大娘舞西河劍器，自此草書長進，顯出豪蕩感激的氣勢，後人也認為張旭的狂草，能讓人有一股「雷霆霹靂，歌舞戰鬥」，或是「擊劍者交光飛刃」的感受。可見武藝與草書確然融為一體了。

這種觀念，使得林懷民興起「讓字帶領動作」的想法，並且將這種構想付諸實現，讓雲門舞者接受太極導引與拳術訓練，用身體臨摹名家手跡，以求用身體詮釋書法之美。舞者流動的肢體，與紙面上落定的筆畫，兩者之間互動相生。由此啟發了一齣涵蘊書法美學的新舞劇《行草》，舞者們面對王羲之、蘇東坡、懷素、張旭等歷代名家字蹟的幻燈投影，以肢體動作來臨摹，發展出內斂含勁，而又充滿抑揚頓挫的動作風格。

但是這些豐碩華美的成果，卻仍需要當事者耗費漫長的時間，紮下堅實的基礎後才能獲得。「力透紙背」、「入木三分」，是歷來書法學習者耳熟能詳的傳聞，而武術學習的過程中，一樣少不得蹲馬步等「真積力久則入」的基本工夫。所以中國字固然能夠與武藝及舞蹈產生密切的結合，但是在嚐到甜美果實之前所經歷的艱苦時期，卻是毫無二致的。



# The Strength and Artistic Beauty of Chinese Calligraphy

Huang Fu-Shan \*

## [Abstract]

In ancient China, there were many stories in which people who were good at calligraphy were also good at swordsmanship. In the eyes of calligraphers, the movements of Chinese swordsmanship and boxing are very much like the strokes in calligraphy. It is noted that many calligraphers with strong wrists can write with powerful strokes. Therefore, many calligraphers would compare the movements of Chinese boxing to the strokes in calligraphy.

The most amazing scene in JinYong's chivalry novels is that the first master of Wudang School, Chang San-Feng, acted out the twenty-four-word rhyme in movements of Chinese boxing. The master's follower Chang Cui-Shan even conceived a wonderful idea to store in memory the great variety of strokes in the twenty-four words and then to convert them into a set of fine swordsmanship.

In fact, the art of calligraphy can be affected by the powerful movements of chivalry, which, in turn, are derived from the beautiful dancing postures of the ancient people. Or it can be the other way around: it has been observed that the dancing movements in the dance drama Legacy by Cloud Gate Dance Theater are actually derived from the strokes in calligraphy.

Keywords: calligraphy (書法), strokes (筆劃), swordsmanship (劍術),  
chivalry (武術)

---

\* Professor, Department of Chinese Literature, Tamkang University

