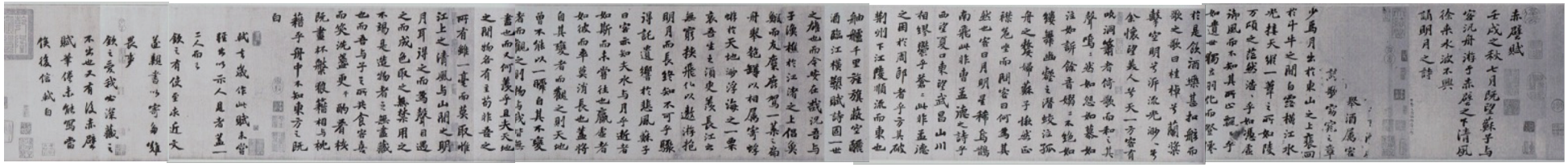
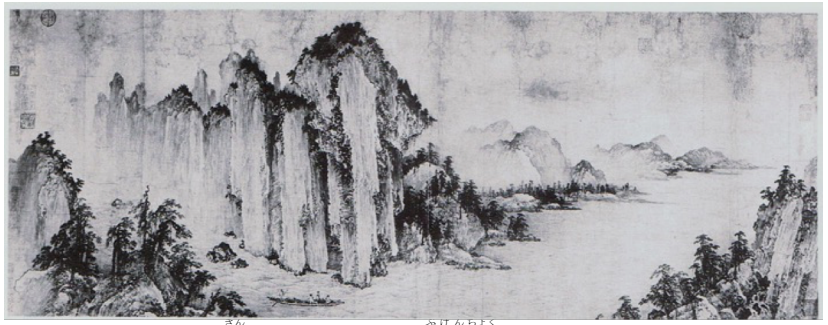
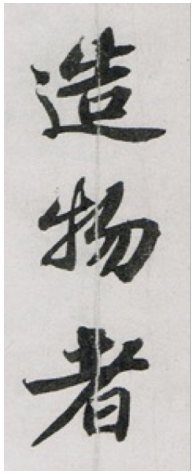
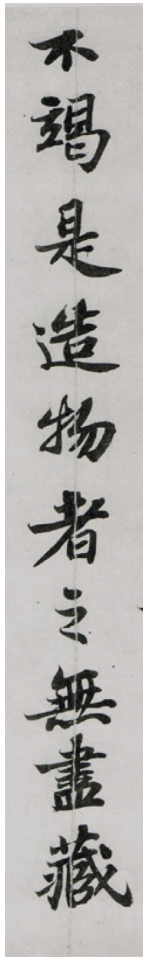
前赤壁賦（ぜんせきへきのふ）　元豊六年（１０８３）小楷の代表作。蘇軾48歳の書。台北故宮博物院蔵。

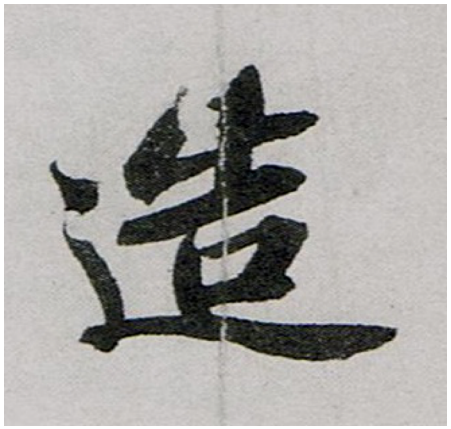


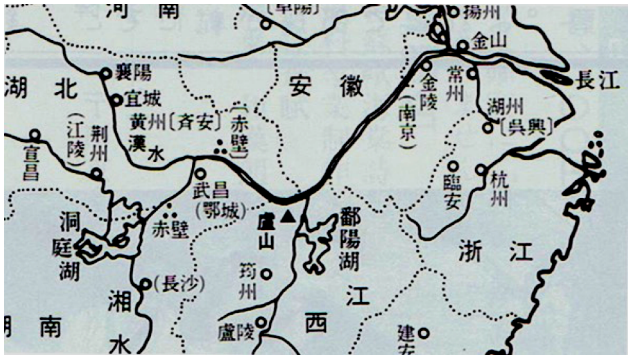


金（12世紀後半頃）武元直（ぶげんちょく）画　赤壁図









蘇東坡は黄州に左遷されたころから顔真卿や楊凝式を学び、書風が変化した。

蘇東坡の師である欧陽脩（おうようしゅう）は、愛国心を生涯つらぬいた顔真卿の人格を敬愛し、その人格が表れたその書を学んだ。その影響を受けて東坡は、精神性の希薄な技術だけの書よりも、技術は劣っても、精神性の高い書を上に置いた。

「学ばずして可なり」

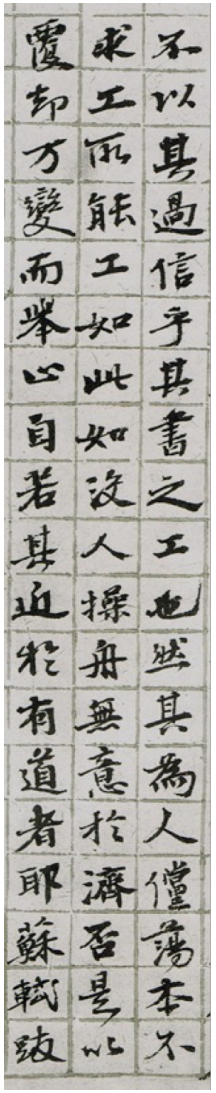
「我が書は意造、本より法なし」

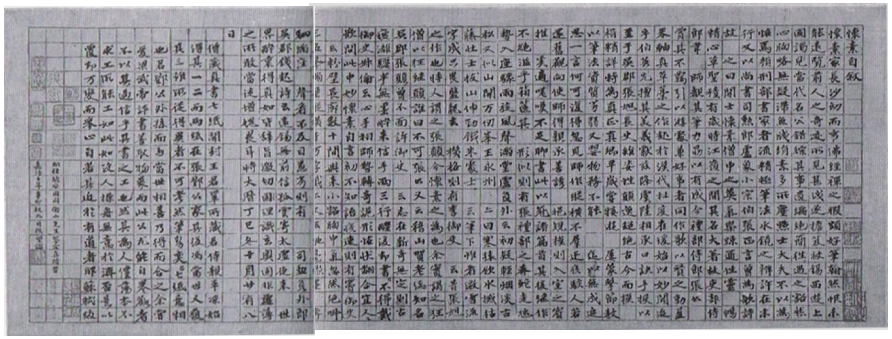
※「意造」とは、すきかってに造り出すこと。

「書は人なり」・・・人格の投影としての書。

懐素自叙巻（かいそじじょかん）

紅格紙（こうかくし）に懐素の自叙帖を書いたもの。蘇東坡の日常の筆づかいの書。

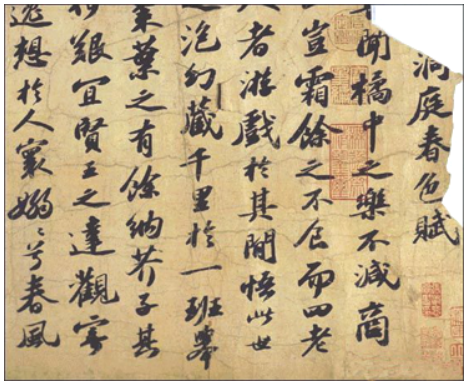




宸奎閣碑（しんけいかくひ）　元祐六年（１０９１）大字楷書碑。蘇東坡56歳の楷書と撰文。東坡の楷書の最高傑作。

整拓

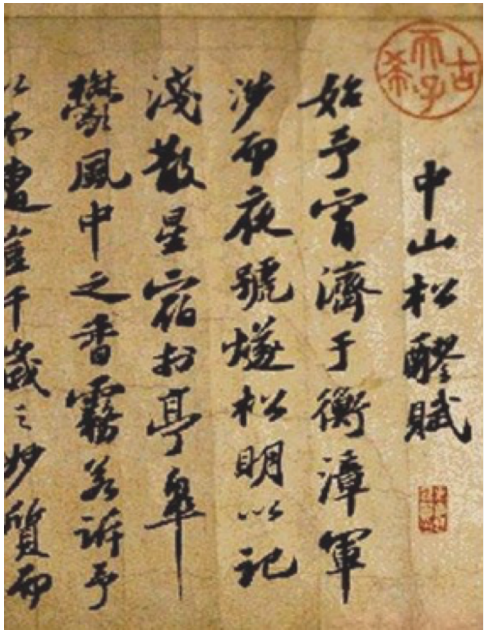
洞庭春色賦（どうていしゅんしょくふ）　元佑六年（１０９１）？冬　蘇東坡56歳の行書と撰。



部分　吉林省博物館蔵

白麻紙。
32行
287字

中山松醪賦（ちゅうざんしょうろうふ）　元佑八年（１０９３）？　蘇東坡58歳の行書と撰。白麻紙。



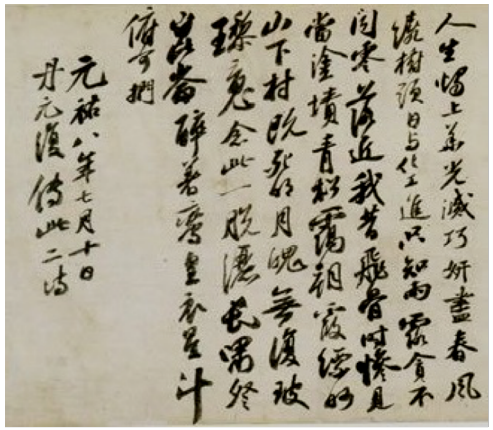
部分　吉林省博物館

35行
312字

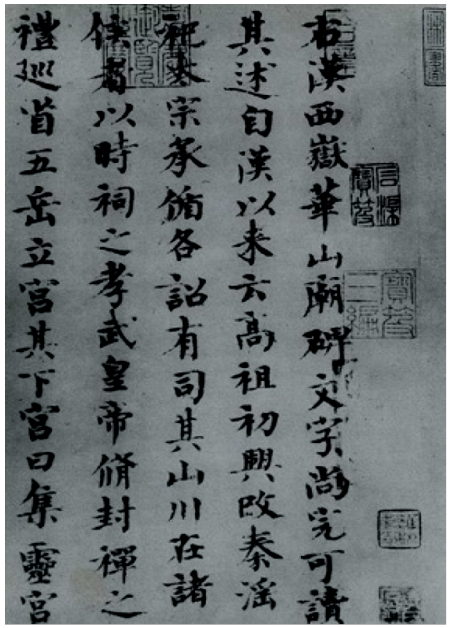
蘇軾の文は「奇」と言われる。
才能の赴くまま飛び回る。
詞は豪放派。
詩は技巧を凝らさず、自由闊達・縦横無尽で詩風がない。
技巧を凝らして、思索と推敲を重ねて詩を作り上げる黄庭堅とは対照的である。
詩文に対する考え方が書作にも表れるのは自然である。
あふれ出る思いをそのまま書にそそぎこんでいく。
書に人間らしさをもりこみ、かかれた書から人間性を感じ取るといった態度は蘇軾から始まったといわれている。

書の技法や文字の形だけではなく、蘭亭序からは自然な趣を、顔真卿からは精神の発露を学びとったと言われる。
蘇東坡の書について黄庭堅は、「学問文章の気が筆墨の間に発している。これが凡人にまねのできないところである」と言っている。
「自ら新意を出し、古人を践まざるは、これ一快なり」と言い、古人とは別の新しい表現を生み出した。
その作品は、豪放磊落（ごうほうらいらく）で古人にとらわれることなく、行雲流水のような自然さで自分の境遇を謳歌した。その生き方も、豪放闊達（ごうほうかったつ）な気性や高邁な精神を失わず苦難の人生をたくましく生きぬいた、と伝えられる。
「自由奔放」
「奔放不羈（ほんぽうふき）」
「気魂雄大（きこんゆうだい）」

李白仙詩巻　元佑八年（１０９３）蘇東坡58歳の行書。

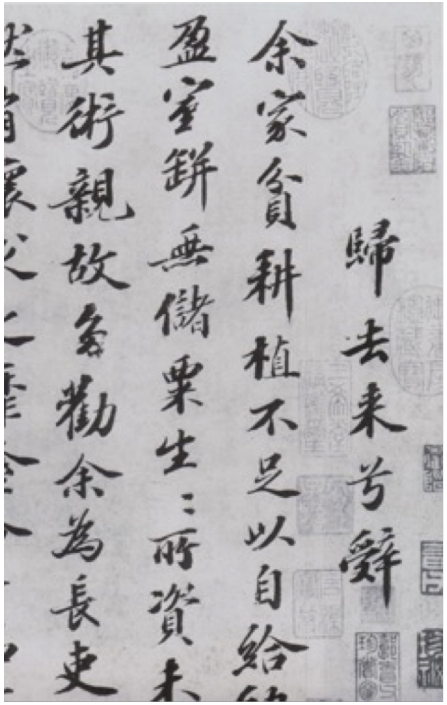


部分　大阪市立美術館蔵



欧陽脩　「集古録跋尾」部分

帰去来辞　蘇東坡

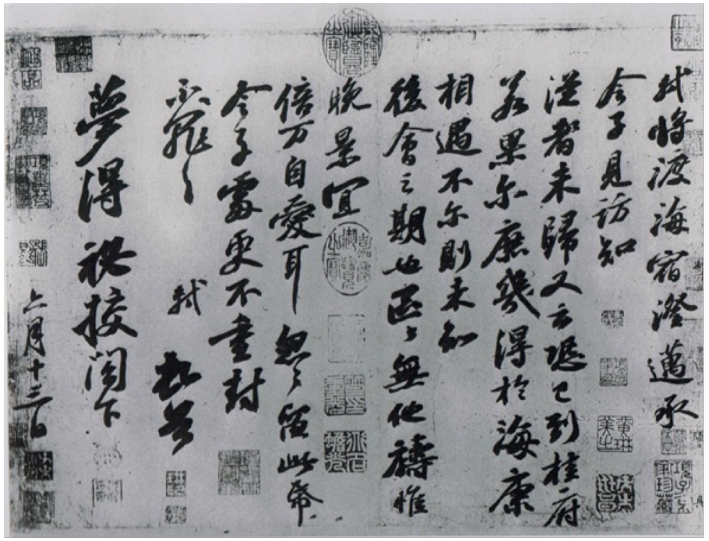


「書は人なり」の先導者欧陽脩

（１００７～１０７２）蘇軾の師。唐宋八大家の一人。『新唐書』『新五代史』を編纂。収集した金石文を『集古録』にまとめ、宋代の金石学に大きな影響を与えた。『試筆』『筆説』などの書論がある。愛国心を一生貫いた顔真卿の人格を敬慕しその書を高く評価し学んだ。旧法党。

與夢得秘校札　元符三年（１１００）尺牘　蘇東坡65歳の行書。蘇軾が海南島に流されていたときに世話をしてくれた趙夢得に宛てた手紙。元符三年五月に大赦があり、六月十三日に海南島を離れる前に書かれた。　台北・故宮博物館蔵。

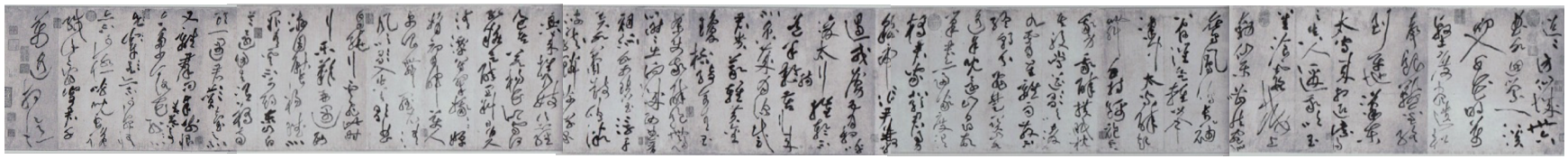
※札とは手紙のこと。※秘校とは



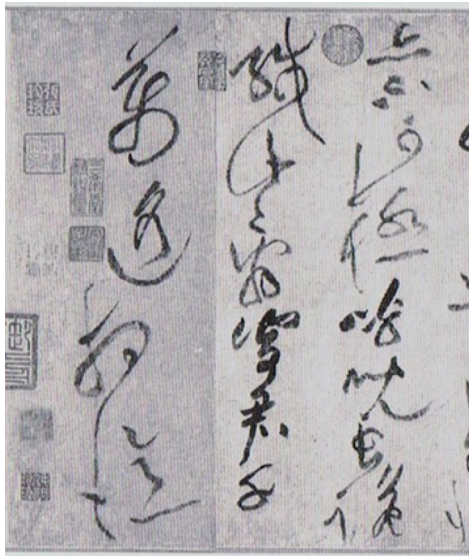
元符三年（１１００）五月蘇軾は赦され、六月北に帰る途中、月夜の潯江のほとりで「我が心は本よりかくの如し、月は満ちて江は、なみたたず」と、澄んで静かな自分の心をうたった。１１０１年六月常州の孫氏の館で病の身を休め七月二十八日没した。享年66歳。

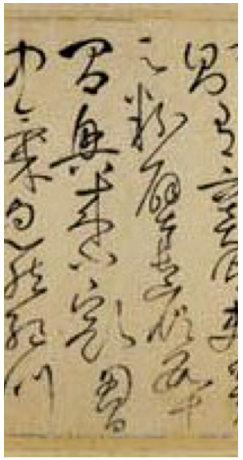
黄庭堅（１０４５～１１０５）字は魯直、号は山谷道人。涪翁とも。分寧（今の江西省修水）の出身。詩書画三絶といわれる。宋を代表する詩人で「江西詩派」の祖といわれる。蘇東坡の弟子で、「蘇門の四学士」の一人。『二十四孝』の一人。ひたすら古人を学び努力に努力を重ねて鍛練し大成していった書家。

李白憶旧遊詩巻　紹聖元年（１０９４）以後。狂草書。紙本。

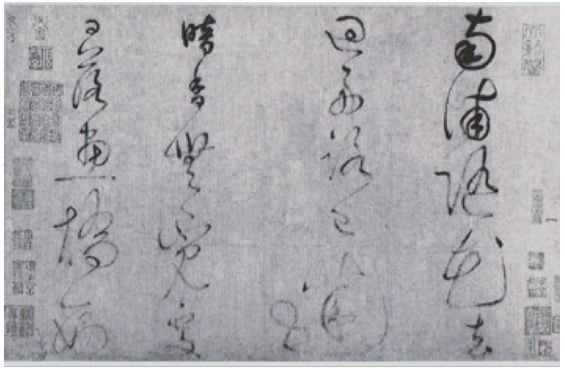


「李太白憶旧遊詩巻」ともいう。李白の「憶旧遊寄譙郡元参軍詩」を書いたもの。京都の藤井斉成会有鄰館蔵。37cm×約392cm。全52行。詩の前半80字ほどが欠落している。懐素の「自叙帖」に啓発され書かれたという。





懐素「自叙帖」部分



黄庭堅像

年少の頃は周越より王法を学び、中年以降は張旭や顔真卿を手本とした。蘇東坡の書の最良の理解者であった。

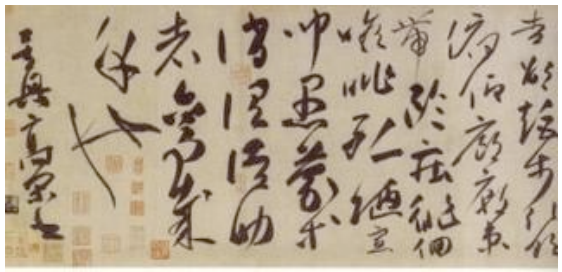
山谷は１０８５年中央政府に入ったが、１０９４年（49歳）涪州に左遷された。

左遷されるまでの元佑時代（42歳～49歳）を自ら「俗気をぬけることができない時期」といっている。

「李白憶旧遊詩巻」は左遷後の作品だが、筆づかいからみて、晩年の作品ではないかと思われるが、分からない。

山谷は唐の張旭・懐素・高閑の草書を学んで草書三昧の境地に入ったといわれる。

「・・・晩年に、蘇舜元・舜欽兄弟の書をみて、古人の筆意を悟り、そのの書をみて、古人の筆意を悟り、そのちに、張旭、懐素、高閑らの墨跡を得て筆法の妙を窺うことができた。」と、題跋で述べている。



高閑「草書千字文」部分

用筆法

黄庭堅は書の表現の本質は用筆であると考えていた。

用筆法とは、一般には、点画の書き方（点法、横縦画法、左はらい法、右はらい法、転折法など）、筆づかい、運筆法のことであるが、山谷のいう用筆法は腕法、執筆法のことであるようだ。

しかし、山谷の作品を観るかぎり、それはやはり、筆づかいのことを言っているように思える。

「古人が書に巧みである理由は・・・ただ、用筆がうまくできるためである。」

「書を学ぶにはまず用筆を学ばねばならない。」

「用筆法は双鉤回腕、掌虚指実で書かなければならない。無名指を筆に倚せると力がでる。」などと述べている。

折法

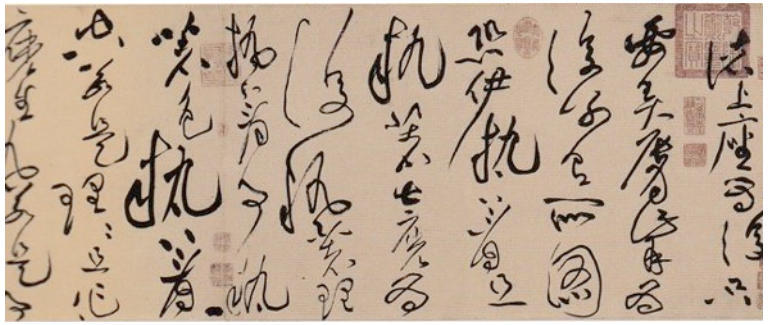
点画における運筆の律動のことを折法という。律動とはリズムのこと。

折法には一折法、二折法、三折法、多折法などがある。

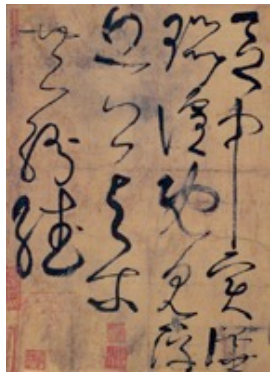
一折法　起筆も収筆もないリズム。篆書体などの用筆法。

石鼓文より（大篆）

泰山刻石より（小篆）



黄庭堅　「諸上座帖」部分　北京故宮博物院蔵　33×729.5 ㎝



張旭「古詩四帖」部分

黄庭堅　「杜甫寄賀蘭銛詩帖」部分

黄庭堅　「廉頗・藺相如合伝」部分

1095年黔州（四川省）に左遷された。

山谷は**黔州時代**（50歳～54歳）をふり返って「字が弱弱しいことに気づかなかった。意は尽くされていたが用筆が及ばなかった」と反省している。

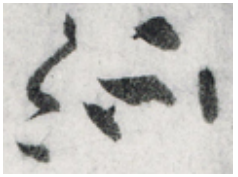
1098年戎州（四川省）に左遷された。

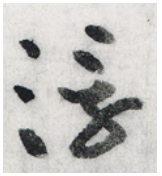
戎州時代(55歳～56歳)は「古人の沈着痛快という言葉を悟り、熟練した船頭が舟を漕ぐのを見て多折法の用筆を得、以後、意のままに書けるようになった」と述べている。

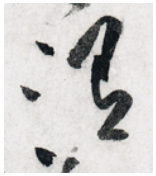
1100年赦され荊州(湖北省)に戻る。

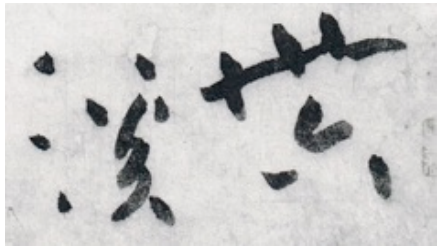
荊州時代とそれ以後（57歳～61歳）は「年をとって病気がちで何事も思うようにならないが、ただ書だけはますますよくなるように思われる。」と言っている。円熟と三昧の域に到った。

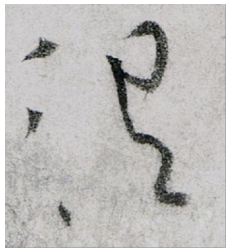
「李白憶旧遊詩巻」の点法

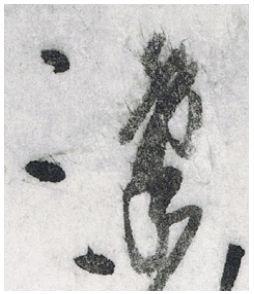

流


浮

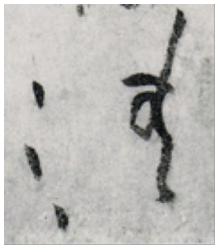

渭

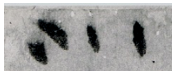

溪　三十六


渭


漢

不


清

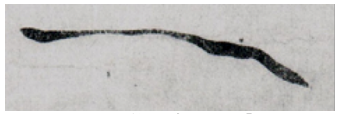

北

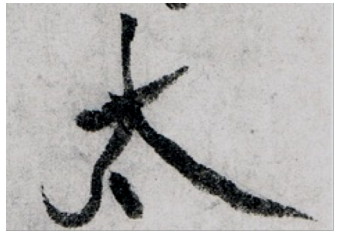
心

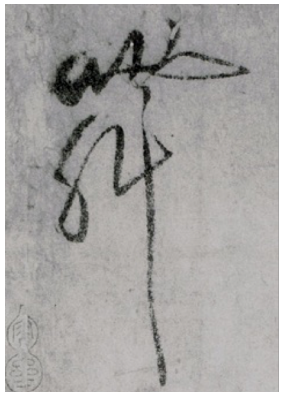
游

清　潭

多折法　黄庭堅によって発見された、起筆・送筆・収筆がさらに細分化されたリズム。


李白憶旧遊詩巻より「一」


李白憶旧遊詩巻より「太」


李白憶旧遊詩巻より「舞」

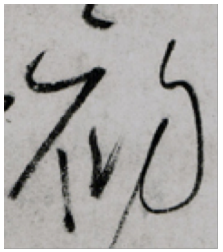
李白憶旧遊詩巻より「迢」

三折法　初唐代に完成された、起筆・送筆・収筆のリズム。楷書体などの用筆法。

雁塔聖教序より

九成宮醴泉銘より

顔勤礼碑より

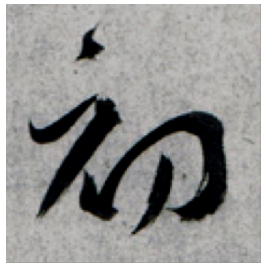

懐素　「自叙帖」より

二折法　起筆だけか収筆だけのリズム。隷書体などの用筆法。

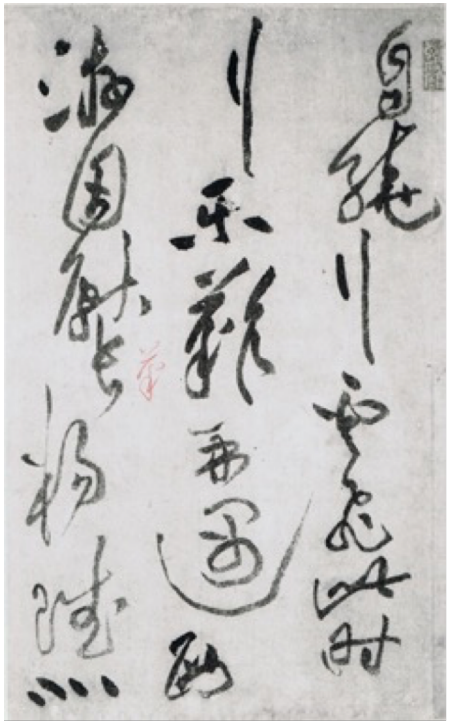
乙瑛碑より

曹全碑より

王羲之　「寒切帖」より


孫過庭　「書譜」より

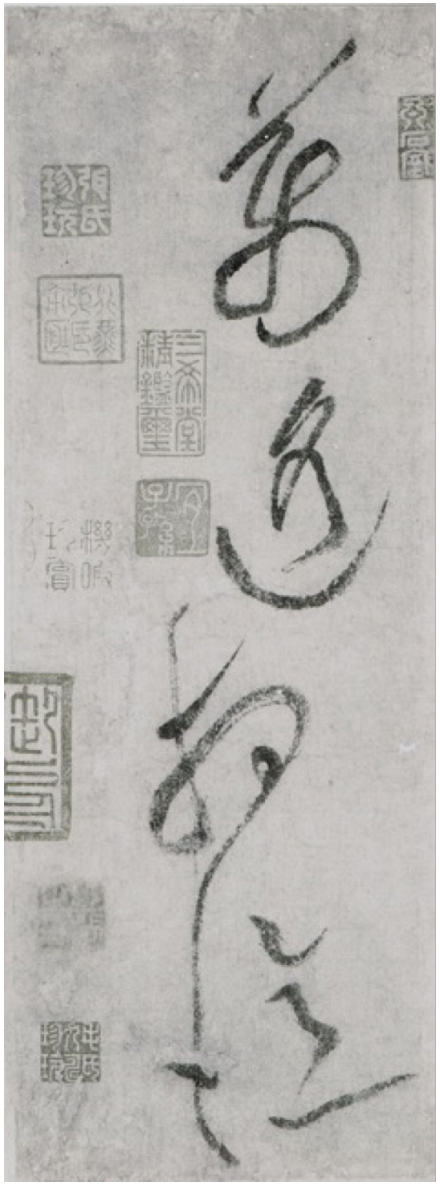
「李白憶旧遊詩巻」の行の構成



自ずから行雲を繞(めぐ)りて飛ぶ。此の時の行楽、再び遇い難し。西(さい)游(ゆう)し、因って献ず、長楊賦(ちょうようのふ)。北

連綿は意外と少ない。
墨法が美しい。
左に流れる行が多い。
最終行は全体の行を支えているか？
最終字の「憶」は全体の文字を背負っているか？

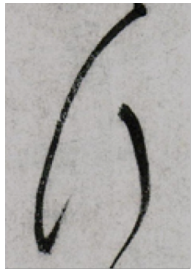
「李白憶旧遊詩巻」の最終行



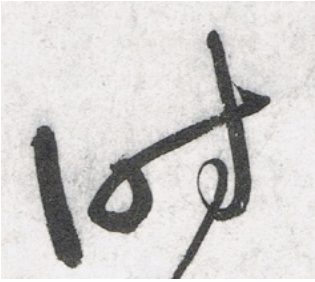
（千）萬(せん)(ばん)遥かに相い憶う。

懐素の「自叙帖」との比較

自叙帖とは狂草という点では同じだが、書法の構造が違う。

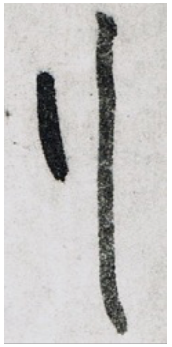


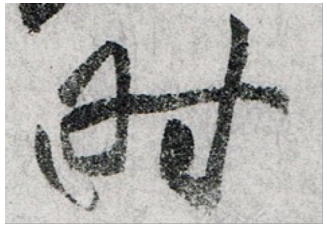
自叙帖　行

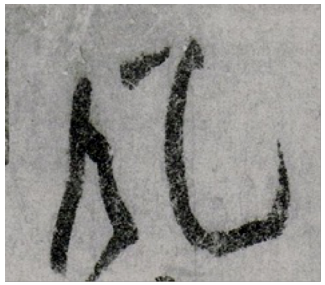


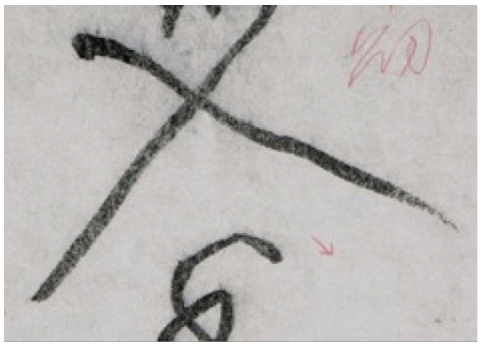
自叙帖　時

自叙帖　風

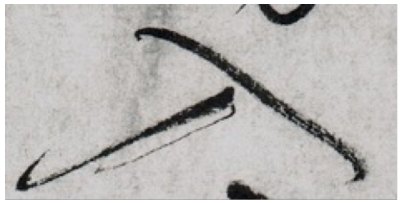






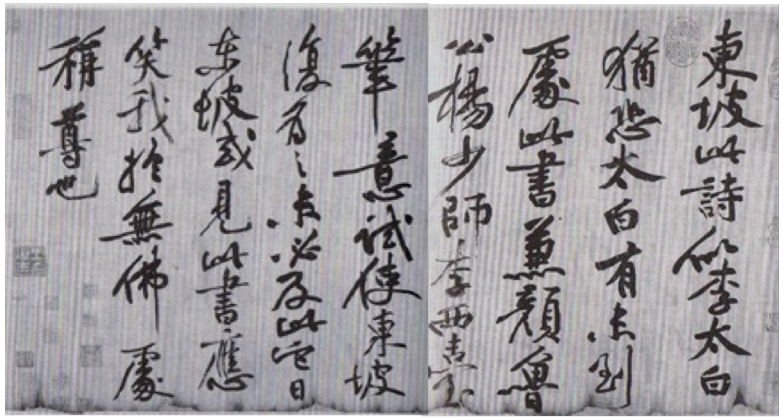


李白憶旧遊詩巻　入



自叙帖　入

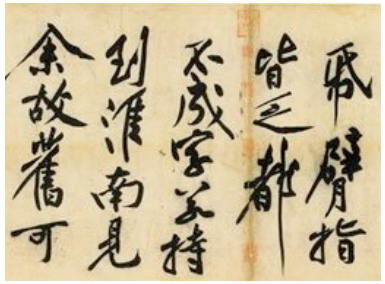
黄州寒食詩巻跋　元符三年（１１００）黄庭堅56歳の行草書。34.3×64㎝。台北故宮博物院蔵



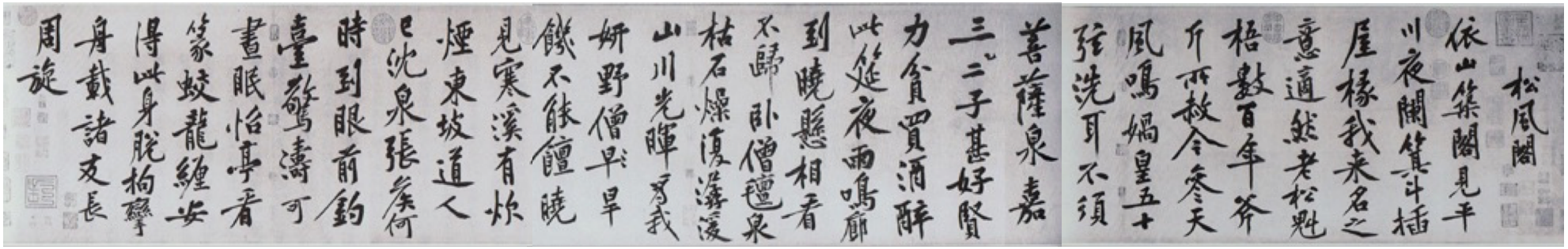
東坡の此の詩李太白に似るも、猶恐らくは太白も未だ到らざる處有らん。此の書顔魯公（顔真卿）・楊少師（楊凝式）・李西臺（李建中）の筆意を兼ぬ。試みに東坡をして復た之を爲らしむるも、未だ必ずしも此れに及ばざらん。它日東坡或いは此の書を見れば、應に我を笑うべし、佛無き處に於いて尊を稱せると。

伏波神祠詩巻　建中靖国元年（１１０１）黄庭堅57歳の行書。紙本33.6×820.6㎝。東京・永青文庫蔵

冒頭部分



自跋　部分



「紙本」とは書画・文書などが紙にかかれたもの。生糸で平織り絹地にかかれたものを「絹本」という。「本」には材質の意味がある。

紙の真ん中に、白でスイカかウリの模様が印刷された印花箋に、自作の詩一首が書かれている。　※印花箋とは型押し模様のある紙のこと。北宋の装飾料紙。

1102年9月徽宗の大赦により失脚から復活し、太平州の知事として赴任するが、9日目で再び免官され、流謫地の顎州（湖北省武漢市）に向かう途中、長江の南岸にある顎城県郊外の樊山に遊んだ時、山中の松林の中にあった楼閣に松風閣と名づけ七言二十一句の古詩を作った。

鬱屈した気持ちがにじみ出ている。蘇軾も前年の七月に亡くなっている。書は遒勁で、顔真卿、柳公権の書法の影響がある。

不遇な境遇に屈しない強い精神がこのような作品を生み出したのだろう。

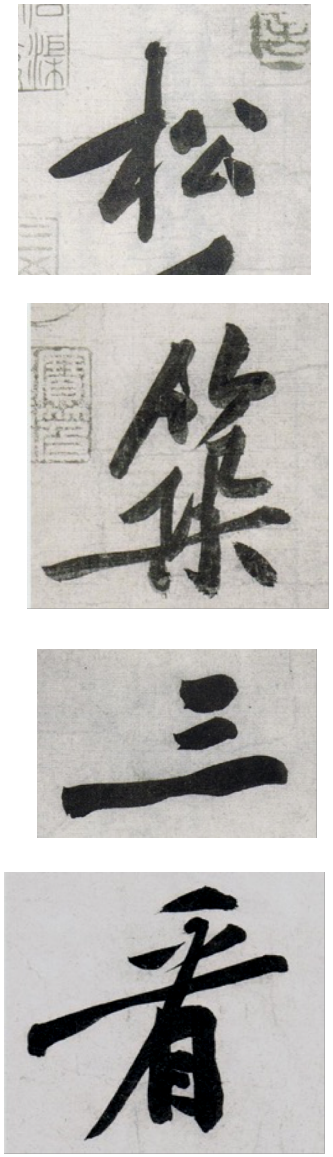
松風閣　（大野修作訳）

山に依り閣を築き平川を見る
夜闌け箕斗屋椽を挿む　我来たりて之
に名づけて意適然たり
老松の魁梧なる数百年　斧斤の
赦す所　今　天に参わる
風は鳴る媧皇の五十弦
耳を洗うに菩薩泉を須いず
二三子の甚だ賢を好むを嘉し
貧を力めて酒を買い此の筵に酔う
夜雨　廊に鳴り
暁　に到るまで懸かる　相い看て
帰らず　僧氈に臥す　泉は
枯れ石は燥くも復た潺湲たり
山川の光暉　我が為に妍なり
野僧　旱饑　饘する能わず
暁　に見る　寒溪に炊煙有るを
東坡道人　已に泉に沈む　張侯何の
時か　眼前に到らん
釣臺の驚濤も　昼眠す可く
怡亭に篆を看れば蛟龍纏わる
安んぞ得ん此の身　拘攣を脱し
舟に諸友を載せて長しえに
周旋するを

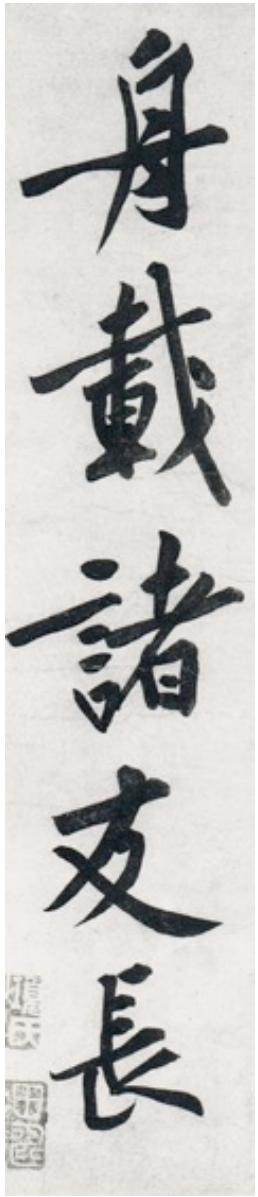
「平川」は、長江のこと。
「箕斗」の「箕」は射手座。「斗」は北斗星。「屋椽」は、屋根からつき出たタルキ。「魁梧」は大きくたくましいさま。「参天」は天にとどくほど松が大きいこと。「媧皇」は笙の発明者の「女媧」のこと。黄庭堅の間違いか？
「二三子」は「きみたち」のこと。
「潺湲」は、水のさらさら流れるさま。
「寒饑」は、ひでりによる飢饉。
「饘」は、かゆをすすること。
「寒溪」は、松風閣の東にある谷川。
「東坡道人」は蘇軾のこと。前年の七月に亡くなった。蘇軾は、生前この地を、しばしば訪れたらしい。
「張侯」は蘇門四学士の一人である張耒のこと。師である蘇軾を供養したため弾圧を受け黄州に流された。「釣台」は揚子江の中にあった岩の名。「怡亭」は揚子江の中の小島にあった名勝。李陽冰の篆書の「怡亭銘」があった。「蛟龍纏」は篆書の筆勢をたとえる。蛟龍は「みずち」のことで龍の一種。李陽冰の篆書を龍がからみついたような勢いとたとえている。「安得」は「なんとかして・・・できぬものか」
「拘攣」は拘束。
「周旋」は、いっしょにつきあうこと。

用筆法　筆づかいにより独特な線質が生まれる。「沈着痛快」の用筆。

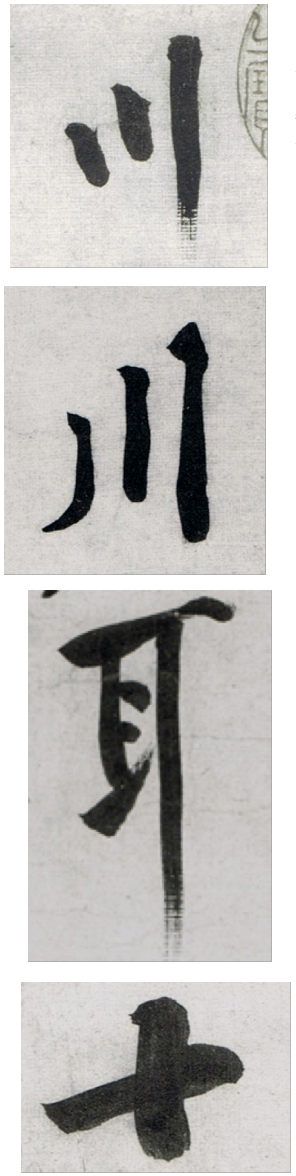
横画　さまざまな起筆と折法。提筆と按筆。順筆、逆筆、蔵鋒、露鋒、中鋒、側筆、直筆。



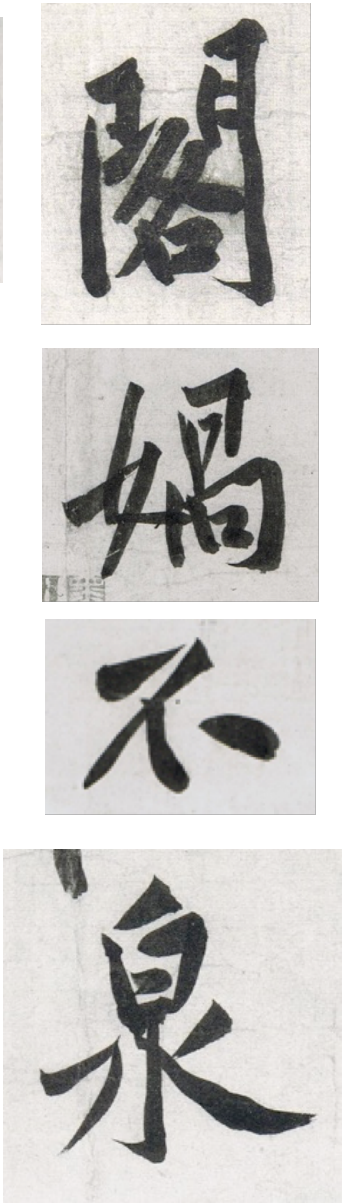
リズミカルな横画のくりかえし



縦画　尖鋒と散鋒。



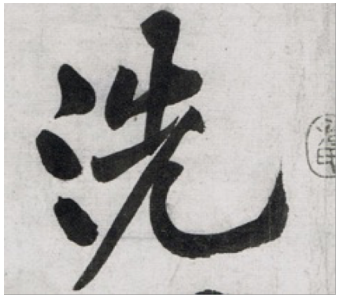
転折　さまざまな転折　折鋒、転鋒。

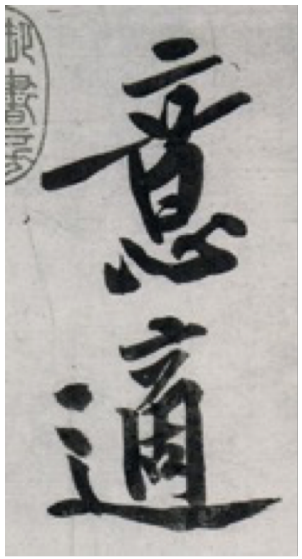


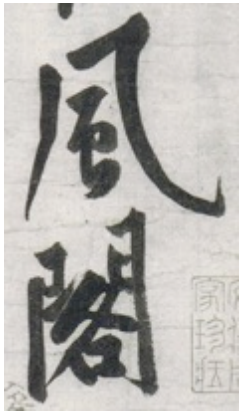
左はらい・右はらい　左はらいは、長く直線的なものが多い。露鋒、蔵鋒ともにある。提筆と按筆。

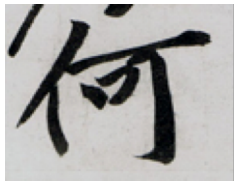
点法　さんずい・れっか・しんにゅうなど

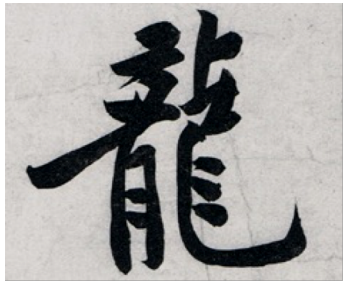
はね　小さいものが多い







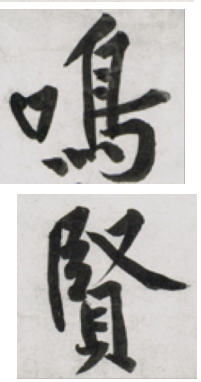


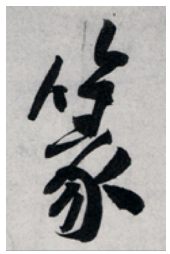


接筆　離して明るくしている。また、横画の中央を細くして見た印象を明るくしている。

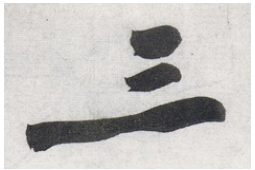
間架結構法（かんかけっこうほう）　特徴は伸縮自在。　縦長の字形が多い。右上がりが急。のびやかで雄大な結体。中心を引き締め、外に向かってのびのびと点画が放射される。（求心力と遠心力の調和）

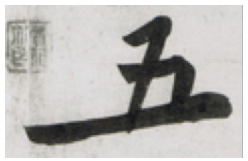
上大下小、下部圧縮



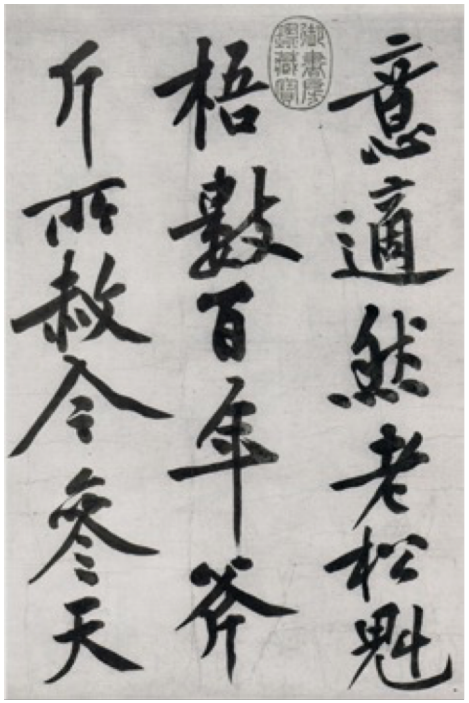


横画の左が長く、重心が右。

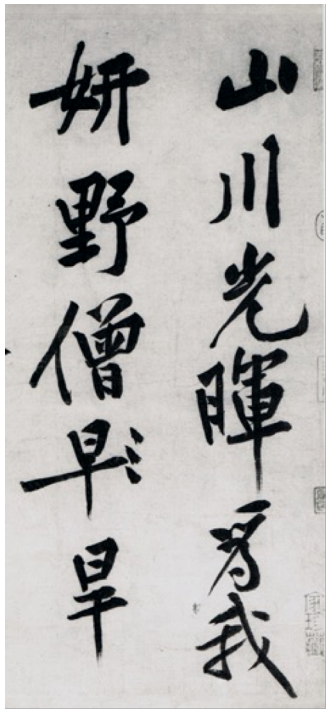




行の構成
ほぼ等間隔に字間を詰め、行間の余白をすっきりと立ち上がらせている。字の大小、字形の対照が力強さと同時に整然とした静けさを感じさせる。

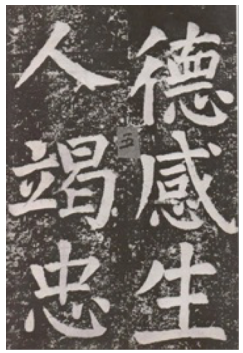


感情の起伏につれて線も行も揺れながら中心線上を進んで行く。（紙の大きさと形による制約）



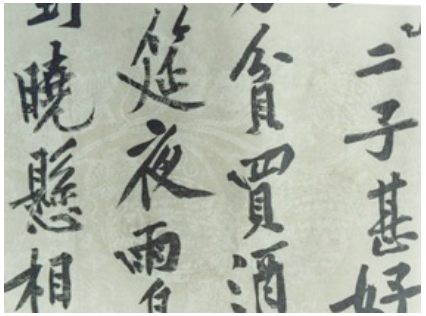
黄庭堅は「瘞鶴銘」や顔真卿の「八関齋会報徳記」のから大きな影響をうけた。

「瘞鶴銘」（514年？）部分
陶弘景（456－536）の作？
六朝時代の碑文。江蘇省鎮江の焦山の岸辺にある？
書の神品と評される。
流麗で力強く、変化に富んでいる。楷書（5寸大）
黄庭堅は、これに啓発され新書法を完成させたといわれる

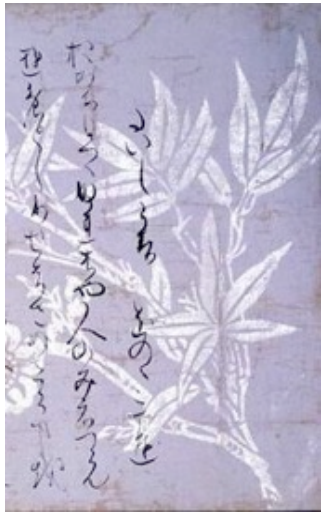


「八関齋会報徳記」部分

料紙（印花箋）



かすかに白い模様が見える。スイカか？



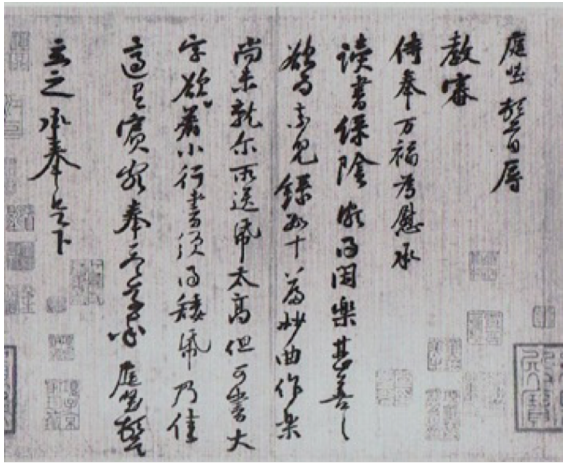
雲母刷り唐紙（宋からの輸入品）に書かれた「本阿弥切古今集」部分

致立之承奉（尺牘） 紙本 27.1×43.1㎝ 台北故宮蔵。多くの手紙が残されている。

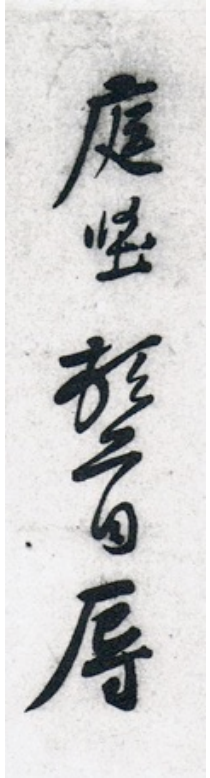
庭堅頓首。お手紙をありがたく拝見し、お元気であることがわかって安心しました。

うけたまわれば、木陰で読書をなされ、たいそう静かな楽しみを持たれたとのこと。たいへん結構なことと存じます。素児のために数十篇のすばらしい曲を書きしるして作曲しようと思いますが、まだできません。送っていただいた紙はたいそう大きく、ただ大字を書くのに適しています。もし小行書が御希望でしたら、小さい紙を手に入れれば佳い字が書けます。たまたま賓客があり、御返事粗略にて。庭堅頓首。

立之（王直方）承奉足下。



庭堅頓首　辱



立之承奉足下

１１０３年讒言を受け、海南島に近い南方の宜州（現在の広西チワン族自治区）へ流刑となり、１１０５年９月そこで病没した。享年61歳。

政治的には不遇であったが、左遷は自由な時を生み、黄山谷の芸術のためには理想的な環境を提供したと思われる。

「古人の書を壁に張り、これを観て神に入れば，則ち筆を下ろす時、人意に随う。・・・字を書くときには魏晋の人の書をじっくりと鑑賞し、これを心に会得すれば、おのずと古人の筆法を知ることができる。」「跡を離れて神を師とせよ」

書の理想を「妙」「逸気」などと表現している。技法を超越した書の精神性について述べたものである。悪い書相を「俗気」「無韻」と言っている。人格の完成が「妙」を生む。