



第五章 魏晉南北朝楷書欣賞及實作

（六年級）

在書體演變的過程中，楷書的出現是漢字結構簡化的自然趨勢。「楷」的本義是楷模、標準化，楷書成為我國通行的字體已有一千多年的歷史。由於楷書的點畫整齊、字形平正，結構方整，又稱為正書或真書。

第一節 魏晉南北朝楷書概說

魏晉南北朝書法是中國書法史上最輝煌的一章，完成草書（今草）、行書、真（楷）書三種新書體的確立。後人標舉魏晉書法，向來以「鍾、王」為代表。「鍾」指三國時期曹魏的鍾繇，善長楷書，他的楷書擺脫了隸書的影響，成為一種獨立完熟的書體，被譽為「楷書之祖」；「王」指東晉時期的王羲之，行書經王羲之的創新，行書在楷隸的遞變中由發展到成熟，成為士大夫中最高為流行的一種書體。羲之的真楷、行書傳承鍾繇遺法，草書於張芝、索靖以後更出新意，於是有「今草」之名。

南朝從劉裕受東晉封禪，建國號為宋，是南朝（西元420年）的開始；之後屢次更迭，中間經齊、梁、陳三朝，最後被隋所滅（西元589年），共計一百六十九年。在書法藝術史上，南朝繼東晉「二王」創建的典型，培養若干優秀的世家書法家，可惜他們的手蹟屢經喪亂，毀損失墜，流傳有限；且南方三國魏、晉的「禁立碑」政策影響，立碑風氣比起北方大為減色，所見石刻文字，不過三件而已，今欲觀察魏晉南北朝楷書的發展，唯藉由北朝。

北朝以北魏立國最久，對佛教的崇拜信仰，盛極一時，刻石立碑亦因傳揚佛法以及對先人厚葬風俗之故，不如南方禁止嚴格；所以北朝的石刻，在書法上保存了豐富的遺跡。

北魏是北方五胡亂華之後，由鮮卑貴族建立的政權。西元534年北魏被東、西魏取代。北魏最初建都盛樂（今內蒙和林格爾），後南遷平城（今山西大同東北）西元398年），孝文帝元宏又將都城南遷到漢、晉故都—洛陽（西元494年），並在洛陽實施了徹底的漢化改革。典型的北魏楷書作品，都出現在北魏遷都洛陽之後。

開始時，這些六朝石刻書法並未受到歷代書家法家的重視，直到清朝中葉，阮元首

先提倡「南帖北碑」的說法，才逐漸受到注意；之後又有包世臣、康有為等人的附和，才取代了帖學。

清人康有為《廣藝舟雙楫》說：「今世所用號稱真楷者，六朝人最工，蓋承漢分之餘，古意未變，質實厚重，宕逸神雋，又下開唐人法度，草情隸韻，無所不有。」南北朝時期是我國楷書演變的一個新興階段，楷書本來是由漢隸發展而來，魏晉時楷書仍受隸書的影響，到了南北朝，楷書才擺脫隸書，進入自身特點的快速發展階段。

北魏的楷書，上承魏晉、下開隋唐，形成中國書法史上獨特風貌。因為所見主要是銘石的書跡，所以習稱「碑楷」、「北碑」或「魏碑」。碑楷是楷書發展中的第一個高峰，到了唐朝，唐楷成為楷書的第二個高峰。從此，楷書即使再有變化，也不能超越這兩大顛峰。

由於南朝的刻石較少，觀察此一時期的書法，主要是依據北朝。北朝的刻石統稱「魏碑」，包含北魏、東魏和西魏、北齊和北周，而以北魏時期最為精彩。張光寶《中華書法史》上說：「北朝時代流傳後世的書法遺跡至為豐富：有碑、摩崖、造象記、墓誌以及經籍卷子；除經籍卷子為手書墨跡之外，皆屬鑿刻在石材上的書跡，由作書人直接書丹，再加刻製而成，雖然已下真蹟一等，但比較南朝法帖一再摹刻，每下愈況的情形，是更能保存作者原有的風貌。這也是十八世紀中葉以後，書家趨重北碑的主要原因。」康有為在《廣藝舟雙楫》中說：「凡魏碑，隨取一家，皆足成體。」一些晚清的書法家，如：張裕釗、趙之謙、李瑞清等，也多遠晉唐楷法而習北魏楷式，便是看中北魏楷書的「古」和「真」，勝於輾轉傳刻的南朝法帖之原故。

一、魏晉南北朝楷書簡介

清代至近代，書法界對魏碑、唐楷雖然互有褒貶，但由於兩者都是楷書藝術的高峰，不易論定高下。前者為楷書初期推陳出新的新書體，雖然有別於漢朝的隸書，但蠶頭雁尾的筆意還沒褪盡，結體也尚未穩定，無論筆法或結構，多自由而少受約束；至於後者，則屬楷書成熟時期的書風，技法已達巔峰，一切顯得雍容靜穆，隨之而來的，卻是書法規範日趨嚴密，自然就要走入狹徑。這是任何書體發展過程中必經的階段。但有一點可以肯定，即是六朝楷書不像唐朝楷書一般整齊——「狀如算子」；與唐楷比較，魏碑用筆技巧和法度雖然不夠純熟，而一種活潑的靈性卻遠勝後來的楷書。

決定「魏碑」書風之不同，還有一個原因，即所使用的書寫工具不同，這決定了魏碑書寫的要點與藝術欣賞的角度。北魏時候採刻工刀法，以刀代筆，書匠根據書丹上石、信手打鑿，只求神似而不求形肖。唐以後則不然，書家忠實呈現以毛筆書寫的墨本原跡，靈活有餘而圓熟過度。清人趙之謙在《章安雜說》中說：「六朝古刻，妙在耐看。」

又何焯在《義門先生集》卷八也說：「六朝長處在落落自得，不為法度拘局。歐、虞既出，始有一定之繩尺，而古韻微矣。」兩位名家均肯定魏碑少受書法戒律的約束，於真樸中流露一種自然之美。

從北魏墓志（圖 5-1）的字體上，就能看出楷書在這個階段的姿態萬千。其用筆或方或圓、或圓中含方、方中帶圓；其結體或敝側、或平正；其行款或拘泥界格、或無視規矩；其風格則有雄深、雅健、古拙、俊秀之別。

接下來，介紹魏晉南北朝這一時期的幾位重要楷體書家與作品。

二、重要魏晉南北朝楷書作品欣賞

本章共收錄的重要書家名作，分別是：三國魏鍾繇《宣示表》；東晉王羲之《樂毅論》、《黃庭經》，王獻之《洛神賦》；南朝《爨寶子碑》、《爨龍顏碑》、《瘞鶴銘》；北朝書法遍及豐碑、摩崖、造像記、墓志等不同的石刻文字，是「魏碑」楷書的典範，其中鄭道昭《鄭文公碑》、孔羨《張猛龍碑》、《高貞碑》、「龍門造像記」：《始平公造像記》、《孫秋生造像記》、《楊大眼造像記》、《魏靈藏造像記》以及《張玄墓誌》、《司馬顯姿墓誌》、《泰山經石峪金剛經》等，一一介紹。

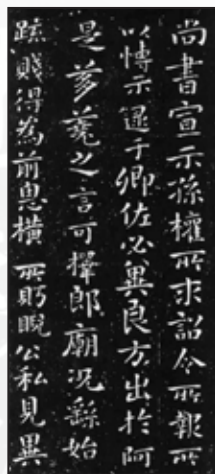
（一）三國魏 鍾繇《宣示表》，小楷，刻帖

楷書的成熟是個十分漫長的過程，直到隋唐還有許多半隸半楷的作品為後人所矚目。正因為楷書是逐步演變的過程，因此很難斷定是由哪位書家發展而成，但如以相對的立場，看楷書從發軔到成熟的大致時間——魏晉到六朝，鍾繇無疑是第一個「楷書鼻祖」。

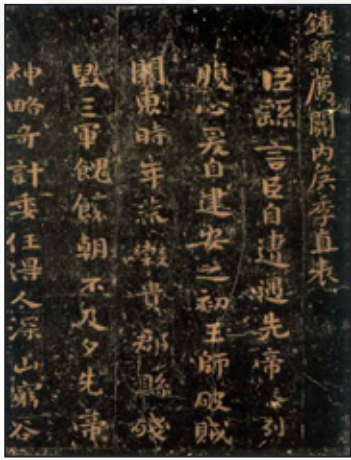
鍾繇生於三國曹魏，約當西元 151-230 年，字元常，潁川長社（今河南葛縣東）人。魏明帝時官至太傅，所以稱他為「鍾太傅」。魏晉人學書，師法鍾繇的人很多，但在鍾繇過世後約八十年的東晉初期，他的書蹟已經十分稀少而受到珍視，此從南齊王僧虔《論書》記載：「（王導）師法鍾、衛，好尚無厭。喪亂狼狽，尤以鍾繇《尚書宣示帖》。」一段記載得證。真蹟泯滅，根據北宋刻帖所保存的鍾書，大致以《宣示表》（圖 5-2）、《薦季直表》（圖 5-3）、《賀捷表》（圖 5-4）、《力命表》（圖 5-5）



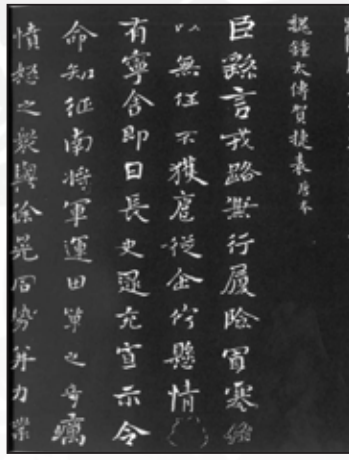
●圖 5-1 崔敬邕墓誌
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂



●圖 5-2 鍾繇 宣示表
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂



● 圖 5-3 鍾繇 薦季直表
張光賓《中華書法史》，
臺灣商務



● 圖 5-4 鍾繇 賀捷表張光賓
《中華書法史》，臺灣商務



● 圖 5-5 鍾繇 力命表
《涿拓快雪堂帖》，
北京紫禁城

等四表為鍾繇現存之楷書。陳振濂於《歷代書法欣賞》評論《宣示表》說：「隸書尚扁，楷書尚方，鍾繇諸表皆意在扁、方之間——以方為體、以扁為用，前者標誌著它是楷而不是隸，後者則表明這種楷書還剛剛從隸中蛻變而來。」在楷中含隸的鍾太傅書法，確實帶有一種古樸質實的美感。

（二）東晉 王羲之《樂毅論》、《黃庭經》，小楷，刻帖

王羲之遺留下來的書法很多，楷書部分有：《樂毅論》、《黃庭經》、《東方朔畫像贊》；行書部分有：《蘭亭序》、《集字聖教序》；草書則有《十七帖》等。

《樂毅論》（圖 5-6），王羲之寫於東晉穆帝永和四年（西元 348 年）。文章由三國時魏夏侯玄所撰；內容記載戰國時代雁昭王大將樂毅攻齊，卻被懷疑是離開雁國去趙國任官的史事。傳說此帖，羲之先寫在石上，唐太宗求得此石，視為至寶，晚年將它陪葬



● 圖 5-6 王羲之 樂毅論
《涿拓快雪堂帖》，
北京紫禁城



● 圖 5-7 王羲之 黃庭經
馮振凱《中國書法
史》，藝術圖書

昭陵。今天有宋、明兩朝公家及私人彙刻帖。彙刻帖的原蹟，考證為南朝梁代及唐初的模本。

唐人張彥遠《法書要錄》卷二，說《樂毅論》：「正書第一，梁世模出」；褚遂良撰《右軍書目》，列為正書五卷的第一。《樂毅論》結體工穩、筆畫舒展、勻稱秀逸，是一本方便初學者臨寫的法帖。

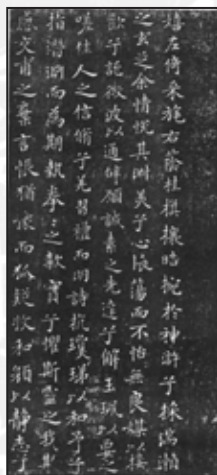
《黃庭經》（圖 5-7）小楷書，是王羲之在東晉穆帝永和十二年五月所寫。陶隱居（上梁武帝書啟）以此經為逸少有名的書蹟；唐褚遂良《右軍書目》列為第二，開元中徐浩《古迹記》列為第一。歐陽修《集古錄》以為石刻本當以晉穆帝永和中所刻為最古，可惜今已不傳。

（三）東晉 王獻之《洛神賦》刻帖，小楷

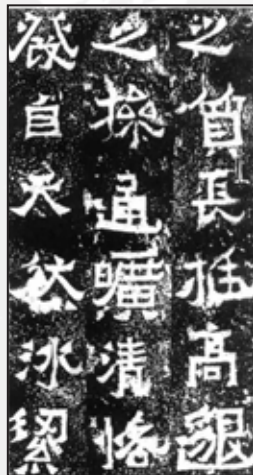
《洛神賦》（圖 5-8），共計十三行，文章為曹子建作；「二王」都曾以楷書先後寫過此篇，而這幅為王獻之所書。《洛神賦》刻帖為何僅留下十三行文字？元趙孟頫《松雪齋集》這樣解釋：「紹興間先得九行七十字，賈似道時又得四行七十四字，延祐庚申（西元 1320 年）歸趙孟頫收藏。」這是十三行《洛神賦》刻帖形成最詳細的說明。但趙孟頫對此帖曾再三研究觀察，認為該是唐人臨本，在宋人彙帖中已經是十三行面目，並非後來才遺佚的。

（四）南朝《爨寶子碑》、《爨龍顏碑》，過渡書，豐碑

《爨寶子碑》（圖 5-9）、《爨龍顏碑》（圖 5-10）合稱「二爨」，《爨寶子碑》成於東晉大亨四年（西元 405 年），《爨龍顏碑》刻於劉宋大明二年（西元 458 年）；「二爨」出土的地方在雲南，以當時的政治文化中心——洛陽是北朝中心，金陵（今南京）是南朝中心來說，「二爨」可說是蠻夷之邦的產物，但兩位碑主卻都奉南朝晉、宋為正朔，



● 圖 5-8 王獻之 洛神賦
《涿拓快雪堂帖》
紫禁城出版社



● 圖 5-9 爨寶子碑
陳振濂《歷代書法
欣賞》，蕙風堂



● 圖 5-10 爨龍顏碑
馮振凱《中國書法史》，藝術圖書



● 圖 5-11 中岳嵩
高靈廟碑 張光賓
《中華書法史》，
臺灣商務

做了振威將軍、龍驤將軍。雖然「二爨」地處江南，其書法風格應較為流美，但根據陳振濂說法，「二爨」在結構、用筆等技巧，更接近北朝的《中岳嵩高靈廟碑》（圖 5-11）和《張猛龍碑》（圖 5-15）。

「二爨」的共同特徵：為結構方正，近於古拙；用筆仍帶隸意，線條內鉤而向中心裏攏，是一種外寬內緊的體式。有人指稱它為一種由隸向楷的過度書體。

（五）南朝 陶弘景《瘞鶴銘》，大楷，摩崖

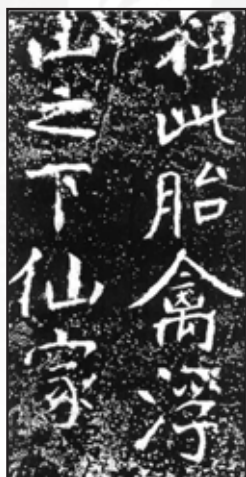
《瘞鶴銘》（圖 5-12）位於焦山摩崖刻石，銘文內容為敘述葬鶴之事，頗具仙氣，傳說是梁朝道士陶弘景撰文並書。清人葉昌熾以「散仙之書記此仙事」相比，頗符合趣味。陶氏生於南朝，此碑則在京口（即今江蘇鎮江）出土，這對禁碑甚嚴的南朝來說，確實難得少見。

清人有以《瘞鶴銘》與《鄭文公碑》相比，葉昌熾則認為兩者書風扞格不入，不如拿北朝的《石門銘》來與《瘞鶴銘》會通，更為妥當。又《瘞鶴銘》是由隸變楷的重要書蹟之一。

（六）北魏 王原《石門銘》，大楷，摩崖

石門位於陝西省褒城縣北，是古秦漢與蜀中交通的要道。當時漢中歸北魏領有，於是命刺史羊祜循舊道開鑿，竣工後，便以石門摩崖勒銘來記其功業，而書者為王遠。

清康有為把《石門銘》（圖 5-13）比作仙人的奇想，他說：「（王）遠書石門銘，飛逸奇恣，分行宕，翩翩欲仙。源出石門頌、孔宙等碑，…，後世寡能傳之。」又畢沅《關中金石記》云：「（王）遠無書名而碑字超逸可愛，又自歐、趙以來不著錄，尤可寶貴也。」王遠在六朝並無書名；《石門銘》能以真書勒石，結體奇縱，字勢飛逸，可說是一篇佳作。《石門銘》與《張猛龍碑》在南北朝各篇書作中，代表著鬆散和嚴謹的兩種風格的高峰，也是中國書法史上的一對雙璧。



● 圖 5-12 瘞鶴銘
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂



● 圖 5-13 石門銘
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂

（七）北魏 鄭道昭《鄭文公碑》，楷書，摩崖

《鄭文公碑》（圖 5-14）為北魏石光州刺史鄭道昭，為了傳述父親鄭羲的事功所刻之碑。現在立於山東省掖縣（古光州）南的雲峰山；碑額題「滎陽鄭文公之碑」，由於同年鄭道昭在天柱山（光州城南）先刻過此碑，為了區別，故將此碑稱為「鄭羲下碑」，頗受歷來書家所重視。清人葉昌熾在《語石》中說：「其筆力之健，可以割犀兕，搏龍蛇，而游刃於虛，全以神運。唐初歐、虞、褚、薛諸家，皆在籠罩之內，不獨北朝宜居首位，自有真書以來，一人而已。」而包世臣在《藝舟雙楫》中亦推許此碑，稱其「字獨真正、篆勢、分韻、草情畢具」。

（八）北魏 孔羨《張猛龍碑》，楷書，豐碑

此碑全名為：北魏魯郡太守「張猛龍頌德碑」（圖 5-15），楷書，今存放在山東省曲阜縣「孔廟」。論者稱碑文出自孔羨之作，結構奇變，長短相副、異體同勢，是北碑作品代表之一。

今人陳振濂稱許此碑，說它：「方圓兼濟、線條變化但卻無固定格律可尋，這一切使《張猛龍》成為六朝碑書…最富於魅力又最不可捉摸的神品之一。」並說其書法空間架構的美學意義在：於不以空間平穩構造為終極目的；它以線條的



● 圖 5-14 鄭文公碑
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂



● 圖 5-15 張猛龍碑
陳振濂《歷代書法欣賞》，蕙風堂



● 圖 5-16 高貞碑
馮振凱《中國書法史》，
藝術圖書



● 圖 5-17 始平公造像
張光賓《中華書法史》，
臺灣商務



● 圖 5-18 孫秋生造像
張光賓《中華書法史》，
臺灣商務

大膽傾斜，以及結構的揖讓、避就等別出心裁，展示出一個絕非平穩亦非靜止的空間。

《張猛龍碑》備受清朝書法家們的推崇，楊守敬評論說：「書法瀟灑古淡，奇正相生，六代所以高出唐人者以此。」主張這件魏碑作品的成就高於唐人，而唐朝書法家歐陽詢和虞世南，也都深受此碑影響。

（九）北魏《高貞碑》，楷書，豐碑

《高貞碑》（圖 5-16）為北魏高貞墓道所立之碑，碑額篆書「魏故營州刺史懿侯高君之碑」，碑文真書。書者不詳，筆法勁健，結體俊整，特具北碑方正之美，與《張猛龍》同屬北碑傑出者，張光賓《中華書法史》說：「《張猛龍》以自然勝，《高貞》以工力勝。」可謂持平之論。

（十）北魏「龍門四品」：《始平公造像記》、《孫秋生造像記》、《楊大眼造像記》、《魏靈藏造像紀》

北魏四篇造像記，分別是朱義章《始平公造像記》（圖 5-17）、蕭顯慶《孫秋生造像記》（圖 5-18）、同樣無書人名的《楊大眼造像記》（圖 5-19）和《魏靈藏造像紀》（圖 5-20），均用方筆、雄強茂偉、極意發宕，且都挖掘自河南洛陽龍門的古陽洞裡，原有二千多件，選其優者，以此四件最為知名，合稱「龍門四品」，其中以《楊大眼造像記》尤佳。



《始平公造像記》全採陽刻，四周有界格，字字清晰，為歷代刻石所罕見。結體扁方緊密、筆畫厚重飽滿，凡橫畫皆刻意舒展，增加動態，端莊中透出飄逸。《楊大眼造像記》和《魏靈藏造像紀》書法面貌相似，前者字形呈斜勢險峻，後者較為平正，適宜初學者練習。

造像記，是佛教盛行年代的產物，信徒對佛像頂禮膜拜時，根據像主、造像的時間以及造像的目的所作之記載，雖然只是信徒們隨手打造、粗糙而漫不經心的鑿刻，當初這些人對於書法並沒有太大的興趣，卻在一種虔誠的氛圍下，產生絕佳的效果。陳振濂說：「刀劈斧削、峻拔偉岸而不屑於含蓄韻藉風流自賞，代表著陽剛之氣。」正構成一股世俗、質樸而非文人書卷氣的野性之美。

（十一）北魏《張玄墓誌》，楷書，墓誌

墓誌與墓碑，都是古代用來記載死者生前的功績以流傳後世的器物，只是前者埋在地下、而後者則在地上。在石刻資料中，無論質與量，兩者可相提並論。

此碑為北魏南陽太守張玄，南陽白水人之墓誌；普泰元年（西元 531 年）為紀念其生前功德，特立此碑，故稱《張玄墓誌》。到了清康熙年間，為避皇帝玄燁諱，才以張玄的字「黑女」，強迫改名為《張黑女墓誌》。

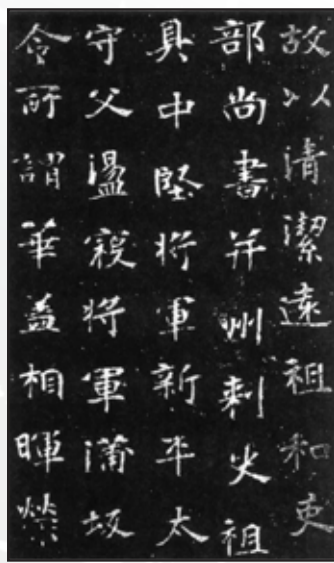
《張玄墓誌》（圖 5-21）原石早佚，刻書者不詳，今本是從清人何紹基秘篋中的原拓剪裱而來。在北魏諸碑刻中，《張玄墓誌》最稱得上是規矩的典範。在結構與用筆方面，



● 圖 5-19 楊大眼造像
張光賓《中華書法史》，
臺灣商務



● 圖 5-20 魏靈藏造像
郭永炎《北魏張黑女墓誌解
析》，中國書店



● 圖 5-21 張黑女墓誌
陳振濂《歷代書法欣賞》，
蕙風堂

都有跡可尋。例如：間架平正，不故意傾斜；線條運行有規則，常採側、括、鉤、頓的動作，變化較少；整體風格偏於橫向取勢，字形稍扁，易於初學者所掌握。在北魏雄強奇恣的書風中，屬於「秀逸」一類。

（十二）北魏《司馬顯姿墓誌》，楷書，墓誌

自從東漢末年，曹操頒布禁止立碑厚葬，兩晉繼續實施禁令之後，百姓於是化明為暗，將「墓誌」取代「墓碑」。墓誌銘在北魏至隋代的六朝期間，已經變成仕紳男女墓葬時不可或缺的器物。

《司馬顯姿墓誌》（圖 5-22）北魏正光二年（西元 521 年）刻，1917 年出土於河南洛陽水泉村，曾被羅振玉收藏。無書刻者姓名，書法秀潤，筆力勁健，鐫刻精美，為北魏墓誌中的精品。此時魏碑正不斷受到南朝書風的影響，此墓誌既有早期魏碑的方峻拙樸、天真逸趣，又滲入南朝楷書圓潤細膩、瀟灑清秀的情態，融合陽剛與陰柔之美於一體；在書體風範、運筆技巧上，都比同期北魏的墓誌來得成熟而精湛。

（十三）北齊《泰山經石峪金剛經》，大楷書，摩崖

《泰山經石峪金剛經》（圖 5-23）此碑位於泰山山腰的斜坡、花崗岩之溪床上，原來有兩千多個字，現在只剩下九百字了。刻金剛般若經大字於其上，每字直徑約一尺多，筆畫粗而圓勁，間架寬闊，極為壯觀。書者不詳，年代疑為北齊時候所書。康有為在《廣藝舟雙楫》中推崇備至，視為楷書題額之宗。

由以上重要的魏晉南北朝楷書作品之介紹，我們看到六朝楷書的豐富及其特性。大體來說，豐碑和造像記為方峻稜厲，墓誌銘乃蘊藉妍美，而摩崖書則雄偉奇絕，驚心動魄。隨著立碑刻書者的需求，形式與用途都不相同，書風自然多樣。這些碑帖，無論何者，均能提供書學者一個絕佳的模仿典範，我們如能集中思緒「心摹手追」，多向古人學習，相信不要多久，書藝必能大幅精進。

三、魏晉南北朝楷書書寫要點

如果說商周是篆書的時代，漢代是隸書的時代，晉代是行書的時代，那麼，南北朝顯然是楷書的時代，代表書體為魏碑。



● 圖 5-22 司馬顯姿墓誌
《名家墨跡精選：
北魏墓誌銘》，大眾
書局



● 圖 5-23 泰山石溪
金剛經 馮振凱《中
國書法史》，藝術
圖書



魏碑之書體雖以楷法為主，然其用筆卻兼有漢代篆、隸的筆意，並成為隋唐書風之源頭。因此，欲學好碑楷，應先瞭解其基本點畫、間架、結體、書風、執筆、運筆，方能把握箇中精要。

魏碑書風-- 厚重樸實、雄強剛健，這關係著南北朝楷書書寫的要點。清朝文藝評論家劉熙載認為「南書溫雅，北書雄健」；與唐楷相比，唐楷注重法度，用筆和結體趨於規範統一，魏碑則用筆任意揮灑，結體因勢賦形，不受拘束。以下試看魏碑楷書的學習要點。

（一）熟練筆法、運用筆勢、掌握方圓

蘇東坡《論書》上說：「書法備於正書，溢而為行草，未能正書而能行草，猶不能莊語而輒放言，無足取也。」這話很正確，習字必須按部就班，先從楷書奠定基礎，然後才是行草書。

字，是由點畫構成的，因而有志學習書法的人，首先必須講明八法。「永字八法」是指筆畫運行的八種方法，出現在楷書醞釀的東漢，並向楷書成熟的魏晉南北朝時期邁進；因此，學習者必須經由此一途徑，方能學會楷書。唐朝韓方明說：「八法起於隸字之始，傳於崔子玉（瑗），歷鍾、王至永禪師。」盧肇曾說：「永字八法，乃點畫爾。」實際上楷書的筆畫不止這八種，所以《翰林禁經》論永字八法，說：「古人用筆之術，多於永字取法，以其八法之勢，能通一切字也。」近人沈尹默認為：練習熟了這八種筆法，便才能活用到其他形式的筆畫中。

「筆勢」是力道加上速度，在筆法的基礎上發展起來的線條感覺，因為時代和人的性情不同，而有肥瘦、長短、曲直、方圓、平側、巧拙等各種樣貌臨摹碑帖，基本上當用腕，才能把全身的力量導送入筆畫之中，以得碑體之「氣」、「力」。

點畫用筆要先從橫平豎直做起，橫畫落筆須先直下，直畫落筆須先橫下，這就是古人所說「欲右先左、欲下先上」的逆勢，以及用「一波三折」來展現筆的力道。行筆既要流暢又要頓澀，「澀」即所謂的「逆鱗」，最忌遲滯拖沓和輕虛飄浮，如此才能掌握筆勢。

楷書的線條，不外方筆與圓筆兩種。運筆之要：方筆起筆用蹲鋒而後直接反折運行；圓筆起筆用回鋒，先在原地來回提按而後運行。提筆可使筆力蓄積，力量藏在筆劃中間；蹲筆、駐筆或頓筆的筆力則向四面拓展。筆力中含的筆劃，顯得渾厚、勁健；筆力外拓的筆劃，則有雄渾、強硬的感覺。又圓用險筆，即快而猛，字形勁健；方用側勢，即遲而緩，字形峻利。運筆之妙，在方、圓並用，這也符合書法美學上虛實相生、相成之功效。

康有為在《廣藝舟雙楫》中清楚列舉了魏碑各本運筆的不同，他說：「求之古碑，

楊大眼、魏靈藏、始平公、鄭長猷、惠感、張猛龍、始興王、雋修羅、高貞等碑，方筆也；石門銘、鄭文公、瘞鶴銘、刁遵、高湛、敬顯雋、龍藏寺等碑，圓筆也；爨龍顏、李超、李仲璇、解伯遠等碑，方圓並用之筆也。」因此，有志於學書者，不可不謹慎詳查。

（二）體悟筆意、慎選碑帖、勤加臨摹

前面既瞭解了筆法，練熟了筆勢，奠定好寫字的基礎後，仍需精益求精。三國時鍾繇《書法十二意》說：「平謂橫也，直謂縱也，均謂間也，密謂際也，鋒謂端也，力謂體也，輕謂屈也，決謂牽掣也，補謂不足也，損謂多餘也，巧謂布置也，稱謂大小也。」又從唐代顏真卿《張長史筆法十二意》引述，說：「敢問攻書之妙，何以得齊古人？曰：『妙在執筆令其圓暢，勿使拘攣；其次識法；其次布置，不慢不越，巧使合宜；其次紙筆精佳；其次變通適懷，縱捨掣奪，咸有規矩。』五者既備，然後能齊古人。」換句話說，字要寫得好，關鍵因素在執筆方式、筆法正確（包含筆勢、筆意）、布局合宜、用具精良（筆墨紙硯）、權衡變通。凡人想學成一藝，就必須要有這樣鑽研的貫徹精神才行。

習字必先從摹擬入手，這是自古不變的法則。下筆處是最緊要的關鍵，也就是古人所謂「金針度人」，把高明的方法傳給別人的地方，這一處不清楚，學書的人就要枉費許多揣摩工夫。魏晉六朝的楷書，除了石刻，別無墨跡留存世間，只有寫經卷子墨跡，且都是小楷，不適合初學者；至於唐代以下書家楷法則多是墨跡帖本。

一般學碑者，康有為認為可由張猛龍碑入門，之後可兼及龍門二十品、六朝墓誌，並可再習漢隸之張遷、西狹頌、石門頌、乙瑛、祀三公山等碑，篆則可宗石鼓、秦嶧山刻石。沈尹默先生也舉出：鄭羲下碑、張猛龍碑、刁遵墓誌、元顯雋墓誌、大代華嶽廟碑、張黑女墓誌等，為適宜初學的碑帖。

習書並非窮盡一碑之精要後，才可涉及其他，可數碑並進。重要的是：詳讀碑帖，析其源流、演變，並會通其他各體書風，再出以個人的風格，自然會有些面貌。

（三）了解「異體」構字特點，掌握骨力與神采

南北朝特定的書風，與當時的治學傾向有關。金學智《中國書法美學》上說：北朝受南朝影響而注重義理、不守章句；這種重視義理內涵、輕忽文字外表的治學之風，影響所及，表現在書學上，形成北碑重表達、輕字形之風。北碑不但異體字極多，而且別字也多，因此筆畫可以隨意增減，偏旁可以隨意調換，位置可以隨意移易，這些文字學家稱為「碑別字」（圖 5-24）。

重表達而輕字形結構的結果，造成了北碑書法重神采、輕形質之書風。歐陽修《集



節 使
節 使

辟 京 達
辟 京 達

古錄》曾說：「後魏、北齊時書多若此。筆畫不甚佳，然亦不俗，而往往相類。疑其一時所尚，當自有法。又其點畫多異。」以《楊大眼造像記》為例，其中的「直」、「紛」、「鯨」、「賢」等字，筆畫均有增減移易，除了別構字給人以一定的「陌生化」感覺外，點畫結構既隨意處置，又嚴謹茂密，它的美，不能求之於一字字的形跡間，而應以作品整體的「骨力」、「神采」書風來看待。

清朝康有為《廣藝舟雙楫·十六宗》曾列舉北碑書法有「十美」，所謂：「魄力雄強、氣象渾穆、筆法跳越、點畫峻厚、意態奇逸、精神飛動、興趣酣足、骨法洞達、結構天成、血肉豐美。」俗語說「取法乎上，尚能得其中；取法乎中，則得其下」。魏碑承秦漢書法的精髓，為中國傳統書法之「上品」，今日學書者怎麼可以放棄魏碑而追求其它之末流？

●圖 5-24 魏碑的別體字
杜忠誥《書道技法 123》，
雄獅美術

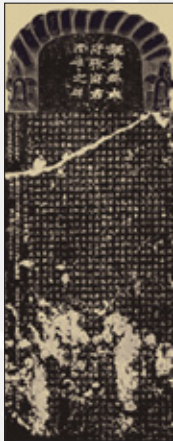
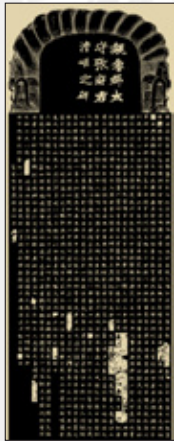
第二節 魏晉南北朝楷書教學課程大綱

一、課程名稱	魏晉南北朝楷書教學	
二、教學年級	六年級	
三、教學目標	<p>A-6-1 能說出魏晉南北朝楷書碑帖的名稱及所屬時代。</p> <p>A-6-2 能說出魏晉南北朝楷書書家的姓名。</p> <p>B-6-1 能說出魏晉南北朝楷書碑帖的特色。</p> <p>B-6-2 能舉出魏晉南北朝楷書碑帖在日常生活中的應用實例。</p> <p>C-6-1 能臨摹魏晉南北朝楷書碑帖（不限字數、格式及媒材）。</p> <p>C-6-2 能參考魏晉南北朝楷書碑帖書寫作品（不限字數、格式及媒材）。</p>	
四、單元時數	上下學期各六單元，每單元授課 1 節 (1 週)	
五、教學進度	上課單元	單元內容
上學期	第一單元	魏晉南北朝楷書簡介
	第二單元	張猛龍碑欣賞與習寫（一）
	第三單元	張猛龍碑欣賞與習寫（二）
	第四單元	鄭文公碑欣賞與習寫（一）
	第五單元	鄭文公碑欣賞與習寫（二）
	第六單元	摩崖書法——泰山經石峪金剛經欣賞與習寫
下學期	第七單元	龍門四品欣賞與習寫（一）
	第八單元	龍門四品欣賞與習寫（二）
	第九單元	龍門四品欣賞與習寫（三）
	第十單元	張黑女墓誌銘欣賞與習寫
	第十一單元	司馬顯姿墓誌銘欣賞與習寫
	第十二單元	清代書家碑楷作品欣賞及應用



第三節 六年級魏晉南北朝楷書教學活動設計

單元名稱	魏晉南北朝楷書教學	教材來源	自編	
教學年級	六年級	教學時間	480 分鐘（共 12 節課）	
設計者	國立臺中科技大學張致苾講師、臺中市草湖國小江秀卿老師			
教學目標	<p>A-6-1 能說出魏晉南北朝楷書碑帖的名稱及所屬時代。</p> <p>A-6-2 能說出魏晉南北朝楷書書家的姓名。</p> <p>B-6-1 能說出魏晉南北朝楷書碑帖的特色。</p> <p>B-6-2 能舉出魏晉南北朝楷書碑帖在日常生活中的應用實例。</p> <p>C-6-1 能臨摹魏晉南北朝楷書碑帖（不限字數、格式及媒材）。</p> <p>C-6-2 能參考魏晉南北朝楷書碑帖書寫作品（不限字數、格式及媒材）。</p>			
教學目標	教學活動	教學資源	時間 (分)	
	<p>第一單元：魏晉南北朝楷書簡介</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單、與魏晉南北朝楷書有關的影片及字帖</p> <p>二、學生：</p> <p>（一）課前上網查閱魏晉南北朝楷書的相關資料</p> <p>（二）課堂中，將學生分成若干組</p> <p>三、情境布置：於教室準備關於魏晉南北朝楷書的圖片或字帖</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師播放影片，引導學生進入魏晉南北朝楷書的學習領域。</p> <p>二、說明何謂「魏晉南北朝楷書」</p> <p>（一）魏晉南北朝是中國歷史上書法的輝煌燦爛時期，也是字體由篆、隸、八分走向楷書的轉型期。</p> <p>（二）由於政治對峙環境下所生成的背景因素，形成南朝禁立碑、重法帖；北朝襲古法、多碑版的文化。漸成態勢之後，北碑南帖的藝術表現形式，已定格為時代藝術的產物。</p> <p>（三）其中北碑生成於北朝諸代，而北朝又以北魏為源，因此北碑又通稱為「魏碑」。</p> <p>（四）魏碑的外在表現形式，以碑版為主，包含刻石、碑碣、摩崖、墓誌、造像記之屬。在書字的表現，大致上是以楷書呈現。</p> <p>（五）這時的楷書不是非常成熟定型的字體，而是介乎隸楷轉型的過渡楷書。</p>		<p>Chinese Calligraphy 翰墨春秋 09 楷書篇 ——奇崛雄健 的魏碑 http://www.youtube.com/watch?v=2VeWswAKGGA 陳忠建 書法資料庫/ 書法動畫/ 楷書源流 http://163.20.160.14/word/modules/x_movie/x_movie</p>	<p>10</p> <p>20</p>

<p>A-6-1 A-6-2 B-6-1</p>	<p>參、綜合活動（學習評量） ※「石在不同」 一、教師發給每生學習單一張，請各組學生相互討論，把握時間完成。 二、老師請各組輪流上臺發表討論的結果，師生共同分享彼此的看法。 三、教師鼓勵各小組再接再厲，利用課餘時間多接觸魏晉南北朝楷書。</p> <p style="text-align: center;">- 第一單元結束 -</p>	<p>_view.php?cid=2&lid=30 「石在不同」學習單</p>	<p>10</p>
<p>B-6-2</p>	<p>第二單元：張猛龍碑欣賞與習寫（一） 壹、準備活動 一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機、學習單與張猛龍碑有關的影片及字帖 二、學生：上網查閱張猛龍碑的相關資料 三、情境布置：於教室準備關於張猛龍碑的圖片或字帖 貳、發展活動 一、引起動機 透過欣賞中國刻字藝術的影片，讓學生對碑刻文字有初步的了解。 二、認識《張猛龍碑》 （一）《張猛龍碑》全稱《魯郡太守張府君清頌碑》，該碑現存山東曲阜孔廟內。北魏正光三年西元 522 正月立，無書寫者姓名。碑陽 24 行，行 46 字，碑陰刻立碑官吏名計 10 列。</p>	<p>Chinese Calligraphy. 翰墨春秋 .21. 刻字篇一 —歷史悠久的刻字藝術 http://www.youtube.com/watch?v=SUIIX6p-wm4&feature=related</p>	<p>5</p>
<p>A-6-1 A-6-2</p>	<p>（二）碑額正書「魏魯郡太守張府君清頌之碑」3 行 12 字。「清頌」即是「頌德」，張猛龍在佛教盛行的北魏興辦學校，弘揚孔孟儒學著有功績，「清頌之碑」即是為了頌揚張猛龍所立之碑。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p style="text-align: center;">● 原件歷經風霜雨雪斑駁 ● 修復版將雜點去除 資料來源：中國文字藝術 / 張猛龍碑</p>	<p>中國文字藝術 / 張猛龍碑 http://art.2222.idv.tw/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E8%97%8F%E7%8F%8D/head/%E5%BC%B5%E7%8C%9B%E9%BE%8D%E7%A2%91/head/%E9%97%9C%E6%96%BC%E5%BC%B5%E7%8C%9B%E9%BE%8D%E7%A2%91.htm watch?v=SUIIX6p-wm4&feature=related</p>	<p>15</p>



A-6-1	三、《張猛龍碑》特色		
B-6-1	(一) 「張猛龍碑」是魏碑書法藝術中的名作，其成於北魏後期，筆法較為完備，結體趨於規整，是魏碑書法中相對完美、成熟的碑刻。	鄭聰明 (2010)，	
	(二) 字形結構變化多端，初看率真自然，細看則處處險絕，雄強與姿媚盡出，堪稱碑派書法經典。	《張猛龍碑入門》，	
	(三) 用筆以方為主，正側並用，藏鋒和露鋒相結合。方處勁利險峻，圓處渾樸富篆意。結字外疏內密，收放自如，大小間出多變。	朱長河 (2009)，	
	(四) 章法上，著眼於整體效果，不是向左側，就是向右側，很少四平八穩，然而通篇卻顯得平穩和諧，生動活潑。	《張猛龍碑臨寫指南》	
	(五) 用筆及結字兼有眾碑刻之妙，富含北碑石刻藝術的共性，為大多數人學習魏碑書法的入門之選。	電腦、網際網路	
	參、綜合活動（學習評量）		5
	教師提問關於《張猛龍碑》的相關問題，並口頭獎勵認真的學生。		
A-6-1	一、張猛龍碑的所屬時代為何時？		
A-6-2	二、張猛龍碑因何而立？內容性質為何？		
B-6-1	三、張猛龍碑的風格為何？		
B-6-2	四、電腦字中的魏碑體與張猛龍碑有哪些相似處？		
	- 第二單元結束 -		
	第三單元：張猛龍碑欣賞與習寫（二）	張猛龍碑拓本講義	
	壹、準備活動	張猛龍碑範字講義	
	一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單與《張猛龍碑》有關的影片及字帖		
	二、學生：	鄭聰明 (2010)，	
	(一) 課前上網查閱與《張猛龍碑》相關的資料	《張猛龍碑入門》	
	(二) 上課時備齊文房四寶		
	三、情境布置：於教室準備關於《張猛龍碑》的圖片或字帖	鄭聰明修 (1997)	
	貳、發展活動	，《北魏張猛龍碑》，	
B-6-1	一、引起動機		5
	透過投影片欣賞，讓學生對《張猛龍碑》的結體與造形有初步的了解。		
	二、欣賞《張猛龍碑》		
	(一) 教師引領孩子觀察《張猛龍碑》的文字美感。		5
	(二) 比較《張猛龍碑》第一行字嚴重風化與修復本做對照。		

B-6-2

C-6-1

C-6-2



資料來源：佚名：《宋拓北魏張猛龍碑》，臺北市：漢華文化，1979，P.6。



資料來源：鄭聰明修復：《北魏張猛龍碑》，臺北市：蕙風堂，1997，p.3。

(三) 關於碑石的殘缺不完整，教師可就碑石年代久遠、拓碑的技巧及公德心方面進行說明。

三、鍛鍊技法

(一) 發給每位學生張猛龍碑拓本講義一張及臨寫範字講義各二張

1. 原拓本「冬溫夏清」

▶資料來源：

佚名：《宋拓北魏張猛龍碑》，臺北市：漢華文化，1979，P.21。



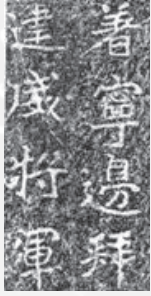




張猛龍碑》

20



文房四寶
空白毛邊紙
磁鐵



A-6-1	<p>3. 「禮樂化民」集字</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">化</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">禮</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">民</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">樂</div> </div> <p>資料來源：鄭聰明修復：《北魏張猛龍碑》，臺北市：蕙風堂，1997，禮樂 p141, 化 p.150, 民 p.113。</p> <p>(二) 教師解說並示範。</p> <p>(三) 請學生先以毛邊紙練習臨寫張猛龍碑範字，再以宣紙寫成作品，加上姓名落款，老師行間巡視，進行個別指導。</p> <p>參、綜合活動</p>	10
B-6-2	<p>◎誰是模仿高手？</p> <p>一、教師請學生將完成的作品張貼在黑板上。</p>	5
C-6-1	<p>二、每位同學以 3 張貼紙貼在最欣賞的作品旁邊，票選出三位最佳模仿高手。</p> <p style="text-align: center;">- 第三單元結束 -</p>	<p>磁鐵三色便利貼紙</p> <p>10</p>
C-6-2	<p>第四單元：鄭文公碑欣賞與習寫（一）</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單、作品展示卡。</p> <p>二、學生：筆、墨、紙、硯「文房四寶」。</p> <p>三、情境布置：於教室中張貼《鄭文公碑》、《張猛龍碑》以及其他相關魏碑作品。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放短片。讓學生對魏晉南北朝楷書筆法有一定的認識。</p> <p>(二) 播放「翰墨春秋 09 楷書篇」與「天柱山《鄭羲下碑》書法實跡」採風錄，引導進入學習領域。</p> <p>二、認識《鄭羲下碑》</p> <p>(一) 名稱 -- 《鄭文公碑》又稱《鄭羲下碑》。</p>	<p>Chinese Calligraphy 翰墨春秋 09 楷書篇 - 奇崛雄健的魏碑 http://www.youtube.com/watch?v=2VeWswAKGGA 視聽教學： 「天柱山書法實」 短片（載自網路）</p> <p>5</p>

<p>A-6-1</p> <p>B-6-1</p>	<p>(二) 地點 -- 當時刻有兩塊，上碑在山東平度縣天柱山，字跡模糊，不傳；下碑在掖縣雲峰山，《鄭羲下碑》即今所見。</p> <p>(三) 形式 -- 摩崖。</p> <p>(四) 書者 -- 鄭道昭（鄭羲子）。</p> <p>(五) 時間 -- 北魏永平四年西元 511。</p> <p>(六) 書風 -- 結體穩健、寬博，行筆舒暢；篆書婉麗勁健書風融入楷式之中。圓筆魏碑代表，別具一格。</p> <p>三、筆法：因為刻石先以書丹，再以刀筆鑿刻，碑文多呈方筆。</p> <p>(一) 方筆 -- 用頓，筆畫起收呈現稜角；如《張猛龍碑》。</p> <p>(二) 圓筆 -- 用提，筆畫頭尾溫和圓轉；如《鄭文公碑》。</p> <p>四、應用：魏碑的視覺效果大器，最適合工商業社會的廣告與看板用字。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、學生以毛筆在紙上畫粗細一致的圓筆線條，分別採順時針、逆時針不同的方向畫同心圓數個。</p>	 <p>《鄭羲下碑》</p>  <p>《張猛龍碑》</p>	<p>5</p> <p>5</p> <p>10</p>
<p>B-6-2</p>	 <p>圖版來源：杜忠誥（2006）。書道技法 1·2·3。臺北市：雄獅。</p> <p>二、學生以毛筆用提筆與按筆方式在紙上來回畫「之」字形的轉折直線。</p> <p>* 目的：體認方筆線條的形質特色及以指運筆的感覺。</p> <p>三、請以本節所學筆法，臨寫一件小品書作。</p> <p>內容：「石窟」、「陽鄭」（如右圖）。</p> <p>四、學習單</p> <p>※「誰是『蛋頭小子』？誰是『麵包超人』？誰是『麵包夾蛋』？」</p> <p>請學生在魏晉碑帖名單中，選出作品的筆法。</p> <p>屬性：方筆、圓筆、方中含圓？</p>	 <p>始平公造像</p>  <p>陽鄭</p>	<p>20</p> <p>5</p>
<p>C-6-1</p> <p>C-6-2</p>	<p>- 第四單元結束 -</p> <p>第五單元：鄭文公碑欣賞與習寫（二）</p> <p>壹、準備活動</p>	<p>5</p>	



<p>A-6-1 B-6-1 B-6-2</p>	<p>一、老師：美勞雕版（皮雕版或黏土版）、刻刀、鉛筆，複寫紙。</p> <p>二、學生：噴水壺、棉花球、墨汁、碟、裁好宣紙、毛刷。</p> <p>三、情境布置： 鄭文公碑字樣張：「美」、「居」、「常」、「玄」、「將」、「樂」、「令」、「乎」、「允」、「源」等，每張約 5 平方公分。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機 透過欣賞中國刻字藝術的影片，讓學生對碑刻文字有初步的了解。</p> <p>二、「摩崖」與「搨碑」 （一）摩崖書法 佛教盛行年代的產物，信仰者或將經文或將人物事蹟刻寫在崖壁上的書跡。如：泰山石峪金剛經、鄭文公碑。</p> <p>（二）搨碑 中國印刷術未發達前，書學者為了臨帖，在原始碑版以響搨的方式取得字源</p> <p>三、刻石上的「陰、陽」 （一）陰刻：將文字往石材表面下鑿刻，反搨後的文字是白文。大多數的碑帖均屬此。</p> <p>（二）陽刻：將石材表面多餘的部分去除，留下要的，反搨後成「朱文」（墨跡）。如：史平公造像記（右圖）。</p> <p>四、鄭文公碑學習要點 （一）結體：採「篆法隸韻」書寫；筆法呈篆書圓筆，結構寬博、外拓、扁方，近於隸體。</p> <p>（二）筆法：點、橫、豎、撇等筆畫粗細均勻，筆勢波動起伏大，折角圓緩而寬，筆意常帶行書。</p> <p>參、綜合活動（學習評量） 活動一：趣味學書法，製作有古早味的碑帖。</p> <p>（一）目的：以刻代寫學魏碑，讓學生感受古人搨碑取字的樂趣。</p> <p>（二）步驟： 1. 全班適當分組，集中座位，合力完成一分搨碑。 2. 每組發一張雕刻版、刻刀、鄭文公碑字樣張、鉛筆、複寫紙。 3. 取一個鏤空的鄭文公碑字樣，複寫在模板上，再由其他同學輪流鑿刻出字樣，刻痕要深，邊框清楚，較佳。 4. 將刻出來的字樣模板，拿水輕輕噴刷，將宣紙覆蓋上面之後刷子刷平，並用棉花球沾墨在紙面上拍打，直到每一個筆畫清楚為止。</p>	<p>翰墨春秋 .21. 刻字篇 - 歷史悠久的刻字藝術 http://www.youtube.com/watch?v=SUIIX6p-wm4&feature=related</p>  <p>《始平公造像記》</p>  <p>（鄭文公碑字樣張）</p>	10
----------------------------------	---	---	----

5. 將宣紙與模板展開，仿古的魏碑字帖即告完成。



以上圖版來源：鄭聰明（1990）。鄭羲下碑的特徵。
臺北。蕙風堂。

活動二：學習單

請同學對物質不發達的年代，人們想要識字、寫字困難的現象提出看法！

- 第五單元結束 -

第六單元：摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經 欣賞與習寫

壹、準備活動

一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單、與摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經有關的影片及字帖

二、學生：

（一）課前上網查閱與摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經有關的相關資料

（二）上課時備齊文房四寶

三、情境布置：於教室準備關於摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經的圖片或字帖

貳、發展活動

一、引起動機

教師播放關於「摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經」的影片，引導學生進入「摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經」的世界。

（一）南北朝晚期的北齊、北周時期，出現了書法風格比較特殊的碑刻或摩崖刻石。其筆法融篆書、隸書及楷書，點畫多用中鋒，結體開闊古樸，風格雄渾，氣勢奪人。

（二）這類作品有《曹植碑》、《水牛善文殊般若經》、《唐邕寫經碑》、《岡山佛說觀無量壽經》等，而最著名的則是《泰山經石峪金剛經》。



國寶檔案：泰山經石峪摩崖刻經（上）

<http://www.youtube.com/watch?v=uXXCtjV4q8w>

國寶檔案：

泰山經石峪

摩崖刻經（下）

<http://www.youtube.com/watch?v=jiF2828xw7Q&feature=related>


Q&feature=related

B-6-1

10



<p>C-6-1 C-6-2</p>	<p>(三) 《泰山經石峪金剛經》，又名《泰山佛說金剛經》，摩崖石刻，北齊天保間刻，刻於山東泰山門母宮東此一公里山谷之溪床上。</p> <p>(四) 字徑 50 釐米，字體介於隸楷之間，據民國初拓本計，存九百六十餘字。是現存摩崖石刻中規模空前的巨作。</p>  <p>資料來源：如此貼近泰山經石峪金剛經 http : //bw.lses.tp.edu.tw/viewtopic.php?t=125</p>  <p>資料來源：魏晉南北朝書法 / 泰山經石峪 http : //9610.com/weijin/jingshiyu.htm</p>	<p>http : //bw.lses.tp.edu.tw/viewtopic.php?t=125</p>	<p>15</p>
<p>B-6-1</p>	<p>二、說明摩崖書法 -- 泰山經石峪金剛經的特色</p> <p>(一) 字大徑尺，結字開闊，具雄渾之氣。通篇文字氣勢磅礴，優遊從容，若具仙姿。</p> <p>(二) 用筆圓潤從容，結體奇特斜倚相生，充滿個性。被尊「大字鼻祖」和「榜書之宗」。</p> <p>(三) 《泰山經石峪金剛經》多有一些不常見的俗字，如「萬」、「無」等字。</p> <p>(四) 清楊守敬曰：「北齊《泰山經石峪》以徑尺之大書，如作小楷，紆徐容與，絕無劍拔弩張之跡，擘窠大書，此為極則。」</p> <p>三、臨摹《泰山經石峪金剛經》需注意的重點</p> <p>(一) 點畫無論起筆或收筆皆不露鋒芒，不見方折，此與同時期的其他北朝晚期碑刻大相徑庭。</p>	<p>自製教學 ppt</p>	<p>5 5</p>

<p>A-6-1 A-6-2 B-6-1 B-6-2</p>	<p>(二) 用筆的提按頓挫須深藏於具有濃厚篆隸筆意的點畫之中，展現舒緩而伸展，凝重而含蓄的美感。</p> <p>(三) 結體須寬博疏放，顯現出靜穆平和、超然沖淡的氣韻。</p> <p>四、範字習寫</p> <p>(一) 教師發給每生一張《泰山經石峪金剛經》範字講義（如右圖）。</p> <p>(二) 教師解說並示範習寫技巧：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 提醒學生一邊臨帖，一邊要注意各字的筆畫結構以及各個字所呈現的不同姿態。才能體會《泰山經石峪金剛經》雄厚中寓變化，有古逸之趣。 2. 仔細觀察各字，可以發現其筆畫粗大而圓勁，如「人、於、經、中」等字。 3. 「此」字大橫畫、「有」字右彎鉤，皆圓勁無比。 4. 各字間架寬闊，極為壯觀；如「有」字寬綽有餘，「此」字亦為開闊。 <p>(三) 教師行間巡視，鼓勵學生認真臨摹，必要時進行個別指導。</p>	 <p>資料來源： 蔡崇名（2006）。 〈泰山經石峪金剛經〉的書法藝術。 普門學報，35。 http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-MAG/mag140225.pdf</p>	<p>10</p>
<p>A-6-1 A-6-2 B-6-1 B-6-2</p>	<p>參、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、請學生將完成的臨摹作品張貼在黑板上，師生共同欣賞，並請學生分享書寫《泰山經石峪金剛經》時的想法與心得。 二、課後將優秀的作業張貼在布告欄上，供同儕模仿與學習。 <p style="text-align: center;">- 第六單元結束 -</p> <p>第七單元：龍門四品欣賞與習寫（一）</p> <p>壹、準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機、學習單、準備與龍門四品有關的圖片或字帖 二、學生：上網查閱龍門四品的相關資料 三、情境布置：於教室準備關於龍門四品的圖片或字帖 <p>貳、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、引起動機 教師播放世界文化遺產「河南龍門石窟」的相關影片，引導學生進入「龍門四品」的世界。 (一) 洛陽龍門石窟是我國著名佛教藝術寶庫之一，經北魏至唐的一百五十多年中，共雕鑿了造像十萬餘尊，題記三千六百餘處，題記中屬於北魏或稍後時期的，占有相當數量。 (二) 清代黃易（小松）最早在龍門石窟拓碑四品，即《始平公造像記》、《孫秋生造像記》、《魏靈藏造像記》、《楊大眼造像記》謂之「龍門四品」。 	<p>磁鐵</p> <p>書法空間 http://9610.com/</p> <p>世界文化遺產龍門石窟水墨與攝影精品展覽在臺灣展出 http://www.swotravel.com.tw/Henan/page-04.html</p>	<p>5</p>



<p>B-6-1 B-6-2 C-6-1</p>	<p>二、《龍門四品》整體特色</p> <p>(一) 產生的時代集中在南北朝的北魏時期，是中原漢族文化、鮮卑族文化及佛教文化的共同作用下所形成的魏碑體書風。</p> <p>(二) 章法以填格式的方式，將每一個字填入橫豎成行的方格中。雖出自石匠之手，但其風格、結字極多古拙，歪歪倒倒，頗多古意。</p> <p>(三) 筆畫方峻，增添動勢，點畫虛實對比，趣味橫生，在平板無奇的規範中，創造節奏有致的靈動章法，豐富了作品的生命力。</p> <p>三、分述《龍門四品》</p> <p>(一) 《始平公造像記》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 又稱《慧成造像記》，北魏太和二十二年（西元498）九月十四日刻於河南洛陽龍門山古陽洞北壁。孟達撰文，朱義章正書，撰書者史傳不載。記十行，行二十字；額文六字，均陽文刻，每字周界方格。 2. 筆畫凌厲雄強，結體緊湊穩定，具樸拙風。 <p>(二) 《孫秋生造像記》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全名《孫秋生劉起祖二百人等造像龕》，由新城縣功曹孫秋生、劉起祖等二百餘人開鑿。拓本高一百二十九厘米，寬四十九厘米，碑首有「邑子像」三字，碑文上半部十三行，下半部十五行，碑身共五百零七字。 2. 該造像記書法犀利剛勁，寬博樸厚，較《始平公造像記》筆法多變。字雖成方形，但非正方而是斜方。產生「欹而不斜」的藝術效果，使人無傾斜的感覺。 	<p>上海書畫出版社： 《中國碑帖經典》。</p> <p>5</p> <p>15</p>
----------------------------------	--	--



● 始平公造像記



● 魏靈藏造像記


<p>B-6-1 C-6-1</p>	<p>(三) 《魏靈藏造像記》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全稱《魏靈藏薛法紹造像記》，北魏刻石，無年月，無撰書人姓名。在河南洛陽龍門山古陽洞北壁。楷書，十行，行二十三字。北魏造像記每用別體字，此碑尤多。 2. 此碑為魏碑中方筆露鋒的典型代表，筆畫鐸穎外露，角稜若刀，結體扁方緊密，點畫厚重飽滿，與《始平公》如出一轍，顯得雄峻非凡，端莊雋潔。 <p>(四) 《楊大眼造像記》</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全稱為《楊大眼為孝文皇帝造像題記》，無刻石年月。但此造像既稱為孝文皇帝元寵所鑿，考文帝崩於太和二十三年（西元 499），造像當在其後。 2. 書風與《始平公》極為相似，用筆方峻，結體中斂而外張，只是緊斂的程度比《始平公》略輕，這也可能是陽刻與陰刻有所不同之故。 3. 章法沒有「魏靈藏」那麼嚴整緊密，有時不免放縱。字作斜勢，倒見活潑生動。氣勢磅礴，峭拔勁邊。書家方筆峻峭，追求跌宕；刻工技藝精湛，保持原貌，故筆鋒刀痕能融為一體。 <p>四、範字習寫</p> <p>《龍門四品》的起筆，多半是露鋒的寫法，起筆側鋒切入，為取方勢，收筆亦求方收，因此須先學如何折筆。</p> <p>(一) 練習折筆</p> <div data-bbox="406 1217 868 1509" data-label="Image"> </div> <p>資料來源：邱振中（2010）。中國書法：167 個練習 - 書法技法的分析與訓練。北京：中國人民大學出版社。</p> <p>(二) 基本筆畫練習</p> <p>《龍門四品》點畫皆以中鋒行筆，筆於起後即導送成中鋒行筆，使筆毫平鋪而散開，配合側起方收，使線條的質感更具勁健雄渾之姿。因此，必須先讓學生體會《龍門四品》的筆法，茲進行以下練習：</p>	<p>張清河（2004）。龍門二十品及其書法風格探析——兼論其在隸楷變易中的承啟地位。碩士論文，臺北市立師範學院視覺藝術研究所。</p> <p>柯耀程（2006）。龍門二十品書法風格研究。碩士論文，國立中山大學中國文學研究所。</p> <p>http://www.swotravel.com.tw/Henan/page-04.html</p> <p>邱振中（2010）。中國書法：167 個練習 -- 書法技法的分析與訓練。</p>	<p>5</p>
------------------------	---	---	----------



<p>B-6-1 B-6-2</p>	<p>1. 三角點的群組</p>  <p>2. 豎畫左細右粗</p> 		<p>10</p>
<p>B-6-1 B-6-2</p>	<p>3. 拉長的橫畫</p> 		
<p>A-6-1 A-6-2 B-6-1</p>	<p>4. 誇大下半部的字形</p>  <p>* 資料來源：張清河（2004）。龍門二十品及其書法風格探析——兼論其在隸楷變易中的承啟地位。碩士論文。臺北市立師範學院視覺藝術研究所。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、請學生將完成的作業張貼在黑板上，同學分享彼此的優缺點，教師進行講評。</p> <p>二、將優秀的作業張貼在布告欄上，供同儕模仿與學習。</p> <p>- 第七單元結束 -</p> <p>第八單元：龍門四品欣賞與習寫（二）</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、刻好的印章數枚、魏碑風格的書法作品、磁鐵</p> <p>二、學生：小楷毛筆、墨、小碟子、每張可寫六個大字的九宮格毛邊紙</p>	<p>磁鐵</p>	<p>20</p>

<p>C-6-1</p> <p>C-6-2</p>	<p>三、情境布置：於教室布告欄張貼魏碑風格的書法作品、呈列刻好的印章數枚、印譜數本</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 教師提問：</p> <p>書法作品除了在作品的中間寫上詩、詞、文章之外，作品的兩側還有什麼？</p> <p>(二) 教師請學生觀察書法作品的用印方式，並請學生發表看法。</p> <p>二、講解印章的相關知識</p> <p>教師透過書法作品及印章作品，向學生講解印章的相關知識</p> <p>(一) 印章從印文製作看，有白文印和朱文印、肖形印等。</p> <p>(二) 從字意上來看，有姓名印、別號印、年齡印等。</p> <p>(三) 從印章蓋在書畫作品的位置上看，又可分為姓名章、閒章。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 名章：姓名、別號、地名、年齡印，均蓋在靠作者姓名的下面或後面。 2. 閒章：詩句、成語、吉語、肖形圖案等，均蓋在作品的上首或下角。 <p>(四) 邊款陰刻在印章的一邊，好像畫上題詩文款誌一樣，可以記錄製作年代，作者情感和作者姓名。</p> <p>三、設計印稿</p> <p>(一) 教師說明設計印稿須注意的要點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 設計印稿時首先應從章法上重點考慮，如印文的內容包含幾個字，字與字之間筆劃的多少，疏密關係的對比。 2. 在一印當中所採用的字體必須是同一時期、同一體勢的文字。在設計當中，要照顧全局的和諧、平衡、要學會在自然錯落、似不平衡的空間對比當中去尋找空間美感。 <p>(二) 印稿實作</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請小朋友動動腦，想想看如何將自己的名字編排在印面上？ <div data-bbox="505 1566 729 1771" style="text-align: center;"> </div>	<p>書法作品數件 或自製教學 ppt</p> <p>聯興國小西元 2000 年篆刻成果 http://blog.xuite.net/wufuyishu/goodstudent/18147107</p>	<p>5</p> <p>5</p>
---------------------------	---	--	-------------------



<p>B-6-1 B-6-2</p>	<p>(1) 請學生拿出九宮格毛邊紙，在紙上進行印稿設計，紙上每一小格可以當作一方印面。</p> <p>(2) 印稿字體風格要統一，最好能模仿龍門四品的書風。</p>  <p>資料來源：書法·攝影--天龍八部 http://www.2222.idv.tw/photo/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E2%80%A7%E6%94%9D%E5%BD%B1/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E2%80%A7%E6%94%9D%E5%BD%B1-%E5%A4%A9%E9%BE%8D%E5%85%AB%E9%83%A8-6.html</p> <p>(3) 字句自由發揮，若有需要，亦可翻閱書法字典，自行組字。</p> <p>2. 教師行間巡視，鼓勵學生勇於創作，必要時進行個別指導。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、教師請完成印稿設計的學生將印稿交到臺前來，統一張貼在黑板上。</p> <p>二、教師請學生共同分享設計的理念與心得。</p> <p>三、老師做最後的總結。</p>	<p>文房四寶 字卡</p>	<p>5 5 25</p>
<p>C-6-1 C-6-2</p>	<p>- 第八單元結束 -</p> <p>第九單元：龍門四品欣賞與習寫（三）</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、刻好的印章數枚。</p> <p>二、學生：筆刀、橡膠印章（或橡皮擦）、切割板、文房四寶（小楷毛筆、墨、毛邊紙、小碟子）、小圓鏡、印泥（或印臺）。</p> <p>三、情境布置：教室陳列已完成的印章作品。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師播放名家刻印過程，引發學生對刻印的興趣。</p> <p>二、刻印技巧的說明</p> <p>教師利用教學媒體解說橡皮刻印的過程及技巧。</p> <p>(一) 沿著弧度用刀劃出輪廓（深度約 0.2cm）</p> <p>(二) 用 V 字形刀法切除橡皮</p>	<p>磁鐵</p> <p>薛平南 篆刻 http://www.youtube.com/watch?v=5lfj01hi5EY</p> <p>橡皮印章雕刻 http://www.youtube.com/watch?v=uDKxUQjO3c8</p>	<p>5</p>

<p>A-6-1 A-6-2</p>	<p>三、刻印實作</p> <p>(一) 教師請學生將上週完成設計的印稿翻到背面，用小楷毛筆（或簽字筆）依樣描繪到印面（或平面橡皮擦）上。</p> <p>(二) 教師提醒學生刻印所需注意的要點，尤其須注意用刀的安全。</p> <p>(三) 請學生進行實作，可利用鏡中左右相反的原理，觀察字體刻得是否得宜。</p> <p>(四) 教師行間巡視，必要時提供個別的協助。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、教師請完成刻印的學生將印章拓印下來，教師統一張貼在黑板上。</p> <p>二、師生共同欣賞大家的作品，並請學生分享製作印章的想法與心得。</p> <p>三、老師做最後的講評。</p>		<p>5</p>
<p>B-6-1</p>	<p>- 第九單元結束 -</p>	<p>印泥（或印臺） 磁鐵</p>	
<p>B-6-1 B-6-2</p>	<p>第十單元：張黑女墓誌銘欣賞與習寫</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單與張黑女墓誌銘有關的圖片或字帖、張黑女墓誌銘集字聯講義</p> <p>二、學生：</p> <p>(一) 課前上網查閱與張黑女墓誌銘有關的圖片或字帖等相關資料。</p> <p>(二) 課堂將學生分成若干組。</p> <p>三、情境布置：於教室準備關於張黑女墓誌銘的圖片或字帖。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師播放「張黑女墓誌銘」的相關圖片資料，引導學生進入「張黑女墓誌銘」的世界。</p> <p>(一) 《張黑女墓誌》全稱《魏故南陽太守張玄墓誌》，有稱《張玄墓誌》。張玄字黑女，因避清康熙帝愛新覺羅·玄燁名諱，故清人通俗稱《張黑女墓誌》。</p> <p>(二) 此碑刻於北魏普泰元年（西元五三一年）十月，出土地無考，原石又早已亡佚，現存乃清何子貞舊藏拓本傳世。楷書二十行，每行二十字，共三百六十七字。</p>	<p>書法空間 / 魏晉南北朝書法 / 張黑女墓誌 http : //9610.com/weijin/ zhangheinv/</p>	<p>15</p>



圖版來源：<http://9610.com/weijin/zhangheinv/>

二、說明《張黑女墓誌銘》特色

- (一) 張黑女墓誌書法精美適古，峻宕樸茂，結構扁方疏朗，內緊外鬆，多出隸意。
- (二) 此墓誌雖屬正書，行筆卻不拘一格，風骨內斂，自然高雅。
- (三) 筆法中鋒與側鋒兼用，方圓兼施，以求剛柔相濟，生動飄逸之風格，堪稱北魏書法之精品。

三、《張黑女墓誌銘》書寫技法

(一) 筆畫

- 1. 點如果是一個字的第一畫，一般都寫得比較重，比例顯得比較大。
- 2. 長撇和捺畫，都寫得很開張，比例顯得比較長。
- 3. 有些字的筆畫帶有明顯的刀意，書寫時有所體會即可，不必刻意為之。

(二) 結字

- 1. 字形整體扁方形，結構古雅自然，間有拙意。
- 2. 字的重心大都居中略偏下，不同於唐楷重心偏上的結字規則。
- 3. 字的各個部分比例大小順其自然。
- 4. 合體字的各部位之間揖讓關係較特殊，有時左邊部位所占空間反而要大一些。

(三) 章法

- 1. 字距行距基本相等。
- 2. 豎行每個字的重心基本在一直線上，而其橫列則有高有低。
- 3. 通篇為豎行成直線，橫列有參差，使人產生「不齊之齊」的感覺。

圖版來源：<http://9610.com/weijin/zhangheinv/>

參、綜合活動

一、集字遊戲

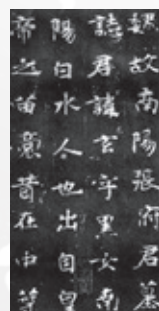
- (一) 教師將《張黑女墓誌銘集》字聯切成字卡，每組隨機發一套字卡，請同組學童一起合作，將分配到的字卡，臨摹在空白字卡上。

王丹老師臨
張玄墓誌

http://v.youku.com/v_show/id_XNDk5NTgyNDA.html

樊建峰 - 雨山臨

《張黑女墓誌》
http://v.youku.com/v_show/id_XMTMxNzY2MDgw.html



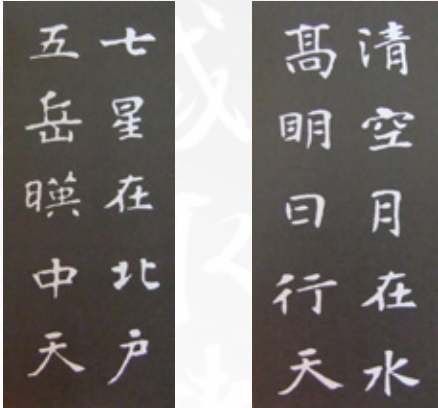

圖版來源：<http://9610.com/weijin/zhangheinv/>

C-6-1

C-6-2

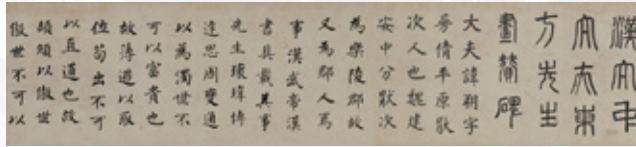
15

5

<p>B-6-1 B-6-2</p>		<p>江育 (2007) 魏《張黑女墓誌》。 臺北市：麋研筆墨。</p>	
<p>A-6-1 A-6-2</p>	<p>資料來源：江育民 (2007)。魏《張黑女墓誌》。臺北市：麋研筆墨。</p> <p>(二) 請各組學童將寫好的字卡貼在黑板上，看哪一組寫的字最像《張黑女墓誌銘》的風格？哪一組將集字聯的字序排得最合宜？</p> <p>二、師生共同欣賞大家的作品，並請學生分享書寫《張黑女墓誌銘》時的想想法與心得。</p> <p>三、老師做最後的講評。</p> <p>- 第十單元結束 -</p>	<p>文房四寶 字卡 磁鐵</p>	<p>5</p>
<p>B-6-1 B-6-2</p>	<p>第十一單元：司馬顯姿墓誌銘欣賞與習寫</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單、作品展示卡。</p> <p>二、學生：毛筆、墨汁、宣紙、碟子。</p> <p>三、情境布置：於教室中張貼《司馬顯姿墓誌銘》以及其他北魏墓誌作品。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p>		<p>10</p>
<p>B-6-1</p>	<p>(一) 活動：「請同學兩人一組，互相介紹對方，你會怎麼介紹，才能讓別人了解這個人？」</p> <p>(二) 活動目的：從表述分享中，看見自己，看見別人。</p> <p>二、講述內容：</p> <p>(一) 「墓誌」是什麼？</p> <p>「墓誌」與「墓碑」同為記載死者生前功績以流傳後世的兩種器物。不同的是「墓碑」在地上，「墓誌」則在地下。三國魏、晉禁止立碑厚葬，至南北朝時，百姓化明為暗，「墓誌」成為仕紳男女死後埋誌的風尚。</p>	<p>*以下 圖版錄自： 名家墨跡精選字帖。 《北魏墓誌銘》。 臺北。大眾書局。</p>	
<p>C-6-1 C-6-2</p>	<p>(二) 認識《司馬顯姿墓誌銘》：</p> <p>正光二年 (西元 521)。原為小楷。長寬均為 67.2 公分。21 行，每行 22 字，共 443 字。出土洛陽。</p>	 <p>張玄墓誌</p>	<p>10 15</p>

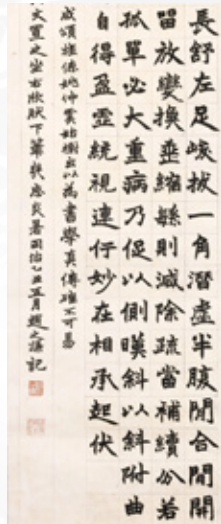


<p>B-6-1</p>	<p>(三) 怎麼練習？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 方筆為主。 2. 筆法的線條柔軟，有韻律感。 3. 筆力與速度較大。 4. 字形長短不一。 5. 間架緊實。 6. 兼具南朝筆法與北朝風格的墓誌書法。 <p>(四) 如何應用？</p> <p>今天工藝品造型的設計元素。</p> <p>(五) 範字習寫</p> <p>從墓誌上的異體字，去練習書法：</p> <div data-bbox="354 650 763 905" data-label="Image"> </div> <p>圖版錄自：名家墨跡精選字帖。《北魏墓誌銘》。臺北。大眾書局。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>※「說說看，有什麼不一樣」？</p> <ol style="list-style-type: none"> (一) 老師事先製作展示用字卡（或 ppt）。 (二) 每一張字卡，上面寫出墓誌中常見的一個「異體字」（如右圖）。 (三) 讓學生說出字形不一樣的地方，並猜出正確的今體字。 (四) 用各組競賽方式，把正確的字形寫在黑板。 	<div data-bbox="1006 217 1156 480" data-label="Image"> <p>孟敬訓墓誌</p> </div> <div data-bbox="1006 529 1156 803" data-label="Image"> <p>元羽墓誌</p> </div> <div data-bbox="1006 833 1156 1087" data-label="Image"> <p>司馬顯姿墓誌</p> </div> <div data-bbox="1035 1127 1135 1323" data-label="Image"> </div>	<p>A-6-1</p> <p>A-6-2</p> <p>第十二單元：清代書家碑楷作品欣賞及應用</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：</p> <ol style="list-style-type: none"> (一) 教學 ppt、電腦、單槍投影機、學習單 (二) 將學生分成若干組 <p>二、學生：毛筆、墨汁、宣紙、碟子</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> (一) 教學短片欣賞。 (二) 拿兩件書法作品：「董其昌」與「趙之謙」書作，請學生觀察比較兩件書風不同之處。 	<p>15</p> <p>10</p> <p>「翰墨春秋」隸書篇 08-- 隸書的新生 http://www.youtube.com/watch?v=Kn9ieOAQtK4&feature=related</p>
--------------	---	---	---	--



董其昌《東方先生畫贊碑》局部

B-6-1



趙之謙《楷書心成頌》局部

圖版來源：書法空間 <http://www.9610.com>

B-6-2

二、講述內容

(一)「碑學」是什麼？

1. 「碑學」是一種相對於「帖學」的書法風格。
2. 帖學，傳統上以「二王」為中心，包括宋朝的蘇、黃、米，元朝趙孟頫等人的書風；亦為清朝康熙至嘉慶所流行的書風。
3. 清朝道光、咸豐以後，隨金石考據學以及地下碑版陸續出土，前有阮元〈南北書派論〉將書風分為南、北兩派，後有包世臣《藝舟雙楫》鼓吹北碑優點，康有為繼承包氏有《廣藝舟雙楫》，盛讚北碑中的純樸古風，學習北碑風氣漸開，稱為「碑學」。

(二) 清代碑學書家

金石學勃興當初，篆隸碑風盛行，傑出者以鄧石如為代表。清中葉，包氏、康氏提倡北碑，楷書有何紹基、吳熙載、張裕釗、趙之謙、翁同龢等為大家。

(三) 清代碑楷代表書家作品欣賞？

有張猛龍碑筆力的雄強，例如：趙之謙書作；也有鄭文公碑線條的圓轉，例如：李瑞清書作。其他各家書風則兼容並蓄。

書法空間 <http://www.9610.com>

10

5



	 <p>何紹基局部 《西園雅集圖記》</p>  <p>李瑞清楷書八言聯</p>		10
<p>B-6-2 C-6-1 C-6-2</p>	 <p>鄧石如 《楷書警語軸》</p>  <p>張裕釗 贈沈曾植詩冊</p> <p>圖版來源：書法空間 http://www.9610.com</p>		5
<p>A-6-1 A-6-2</p>	<p>(四) 如何應用？ 應用在電腦文書軟體的字形變化或圖版設計之上。</p> <p>(五) 寫字教學——集體創作 以小組為單位，每組發一首「五絕」唐詩，請成員以不同的碑楷書風寫下所分配的字，寫完，再由老師將每位同學所寫的字，依詩句組合黏貼完整，大家共同觀摩，以收互相比較、學習的教學效果。</p> <p>參、綜合活動（學習單）</p> <p>(一) 教師列出魏晉南北朝不同時期的楷書作品，請同學依指示，選填出碑碣、造像記、摩崖、墓誌等屬性選項？</p> <p>(二) 教師擇優獎勵，同時鼓勵學童再接再厲，多接觸書法的天地，一起遨遊墨香世界。</p> <p>- 第十二單元結束 -</p>	<p>「五絕」唐詩卡 文房四寶 學習單</p>	

參考文獻

一、參考書目

- 上海書畫出版社《中國碑帖經典》，上海：上海書畫出版社，2000年。
- 上海書畫出版社《經典碑帖臨習導讀》，上海：上海書畫出版社，2010年。
- 上海書畫出版社《歷代書法論文選》，上海：上海書畫出版社，1981年。
- 大眾書局《名家墨跡精選字帖：北魏墓誌銘》，臺南：大眾書局，1984年。
- 大眾書局《北魏墓誌銘》字帖，臺南：大眾書局，1984年。
- 朱長河《張猛龍碑臨寫指南》，鄭州：河南美術出版社，2009年。
- 江育民《魏 張黑女墓誌》，臺北：麋研筆墨，2007年。
- 佚名《宋拓北魏張猛龍碑》，臺北：漢華文化，1979年。
- 杜忠誥《書道技法 1.2.3》，臺北：雄獅美術，1986年。
- 沈尹默《論書叢稿》，臺北：華正書局，1991年。
- 邱振中《中國書法：167個練習-書法技法的分析與訓練》，北京：中國人民大學出版社，2010年。
- 金學智《中國書法美學》，南京：江蘇文藝出版，1994年。
- 祝 嘉《書學簡史》，臺北：河洛圖書出版社，1977年。
- 祝 嘉《臨書叢談》，臺北：華正書局，1976年。
- 柯耀程《龍門二十品書法風格研究》，碩士論文，國立中山大學中國文學研究所，2006年。
- 康有為《廣藝舟雙楫疏證》，臺北：華正書局，1980年。
- 張光賓《中華書法史》，臺北：臺灣商務印書館，2000年。
- 張清河《龍門二十品及其書法風格探析——兼論其在隸楷變易中的承啟地位》，碩士論文，臺北市立師範學院視覺藝術研究所，2004年。
- 陳振濂《歷代書法欣賞》，臺北：蕙風堂，1999年。
- 陸明君《魏晉南北朝碑別字研究》，北京：文化藝術出版社，2010年。
- 馮振凱《中國書法史》，臺北：藝術圖書公司，1985年。
- 黃 惇《秦漢魏晉南北朝書法史》，南京：江蘇美術出版社，2009年。
- 楊守敬《學書邇言》，陳上岷供稿，湖北：湖北省博物館，1987年。
- 葉昌熾《語石》，北京：石刻藝術博物館，1995年。
- 劉 恆《中國書法史·清代卷》，南京：江蘇教育出版社，1999年。
- 劉熙載《藝概》，臺北：漢京文化事業，1985年。
- 劉 濤《書法叢談》，臺北：蕙風堂出版社，2001年。
- 蔡崇名〈泰山經石峪金剛經〉的書法藝術，普門學報，35，2006年。
- 鄭聰明《張猛龍碑入門》，臺北：蕙風堂，2010年。
- 鄭聰明《鄭羲下碑的特徵》，臺北：蕙風堂出版社，1990年。



鄭聰明修復：《北魏張猛龍碑》，臺北：蕙風堂，1997年。

盧公：《泰山經石峪金剛經：上（釋文本）》，北京：光明日報出版社，2008年。

二、參考網站

中國文字藝術

<http://art.2222.idv.tw/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E8%97%8F%E7%8F%8D/head/%E5%BC%B5%E7%8C%9B%E9%BE%8D%E7%A2%91/head/%E9%97%9C%E6%96%BC%E5%BC%B5%E7%8C%9B%E9%BE%8D%E7%A2%91.htm>

王丹老師臨張玄墓誌 http://v.youku.com/v_show/id_XNDk5NTgyNDA=.html

世界文化遺產龍門石窟水墨與攝影精品展覽在臺灣展出

<http://www.swotravel.com.tw/Henan/page-04.html>

如此貼近泰山經石峪金剛經 <http://bw.lses.tp.edu.tw/viewtopic.php?t=125>

書法·攝影 -- 天龍八部

<http://www.2222.idv.tw/photo/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E2%80%A7%E6%94%9D%E5%BD%B1/%E6%9B%B8%E6%B3%95%E2%80%A7%E6%94%9D%E5%BD%B1-%E5%A4%A9%E9%BE%8D%E5%85%AB%E9%83%A8-6.html>

書法空間 / 魏晉南北朝書法 / 張黑女墓誌 <http://9610.com/weijin/zhangheinv/>

書法空間 <http://www.9610.com>

泰山經石峪摩崖刻經（上） <http://www.youtube.com/watch?v=uXXCtjV4q8w>

泰山經石峪摩崖刻經（下）

<http://www.youtube.com/watch?v=jiF2828xw7Q&feature=related>

陳忠建書法資料庫 <http://163.20.160.14/>

樊建峰 - 雨山臨《張黑女墓誌》 http://v.youku.com/v_show/id_XMTMxNzY2MDgw.html

蔡崇名〈泰山經石峪金剛經〉的書法藝術

<http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-MAG/mag140225.pdf>

橡皮印章雕刻 <http://www.youtube.com/watch?v=uDKxUQjO3c8>

翰墨春秋 .21. 刻字篇 - 歷史悠久的刻字藝術

<http://www.youtube.com/watch?v=SUIIX6p-wm4&feature=related>

翰墨春秋「隸書篇 08-- 隸書的新生

<http://www.youtube.com/watch?v=Kn9ieOAQtK4&feature=related>

翰墨春秋 <http://www.youtube.com/watch?v=2VeWswAKGGA>

龍門四品 <http://www.swotravel.com.tw/Henan/page-04.html>

聯興國小 2000 年篆刻成果 <http://blog.xuite.net/wufuyishu/goodstudent/18147107>

薛平南 篆刻 <http://www.youtube.com/watch?v=51fj01hI5EY>

魏晉南北朝書法 / 泰山經石峪 <http://9610.com/weijin/jingshiyu.htm>

六年級魏晉南北朝楷書教學活動學習單〈六上〉

六年__班__號姓名_____

得分：

每題滿分 10 分，總計 100 分。

※各位同學們！上完魏晉南北朝楷書之後，對魏晉南北朝楷書是否有了一定的認識了呢？試著回答下面的問題吧！

一、我能大概說出魏晉南北朝書家的時代背景〈分數：〉
說明：_____

二、我能說出三種魏晉南北朝楷書碑帖的名稱〈分數：〉
說明：_____

三、我能列出張猛龍碑的書法風格之特色〈分數：〉
說明：_____

四、我能說出鄭文公碑的筆法特色〈分數：〉
說明：_____

五、我能說出「龍門四品」指的是哪四件造像記〈分數：〉
說明：_____

六、我能說出泰山經石峪金剛經的摩崖楷書意義〈分數：〉
說明：_____

七、我能分辨魏晉南北朝楷書與唐朝楷書風格的不同〈分數：〉
說明：_____

八、我能分辨出陰刻文字與陽刻文字的不同〈分數：〉
說明：_____

九、我能比較司馬顯姿墓誌與張黑女墓誌書風的不同〈分數：〉
說明：_____

十、我能說出「碑學」與「帖學」的不同〈分數：〉
說明：_____

我最喜歡魏晉南北朝楷書的哪個作品？讓我印象深刻的是……請寫下來！（加分題）



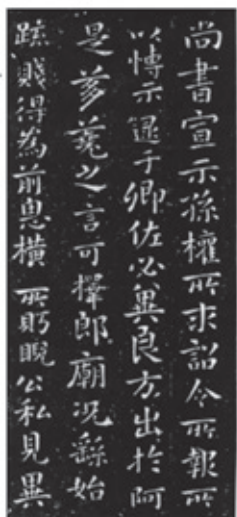
六年級魏晉南北朝楷書教學活動學習單〈六下〉

石在不同

年班座號：

姓名：

※ 請將正確的答案圈起來：



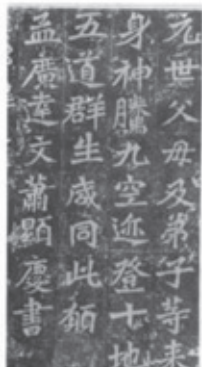
※ 這是碑刻的，還是手寫的？ ※ 請仔細觀察，這是什麼書體？

● 碑刻 ● 手寫

● 行書 ● 篆書 ● 楷書 ● 隸書

二、龍門四品中有陰刻，有陽刻。請仔細觀察哪些是陰刻？哪些是陽刻？

你比較喜歡哪一件？為什麼？_____



● 楊大眼造像記

● 孫秋生造像記

● 始平公造像記

● 魏靈藏造像記