

第七章 草書欣賞及實作 (八年級)

第一節 草書概說

一、草書簡介

一般在談草書源流時，總喜歡將草書分為：章草、今草和狂草。以這種分法來涵蓋所有草書，恐怕不合時宜。

首先，章草的定義就眾說紛紜，主要有三說：一、西漢元帝時黃門令史游所創。南北朝時王愔認為章草始於西漢元帝時期（西元前48年-前33年），當時「史游作《急就章》，解散隸體，粗書之，漢俗簡惰，漸以行之是也」（引自張懷瓘《書斷》）。二、由杜度所作，因漢章帝的愛好而得。章誕說：「章草者，漢齊相杜度援蒿所作，因章帝所好名耳。」以上兩說都由章草的章字附會言之，過於遷強。三、張懷瓘《書斷》說：「建初，杜度善草，見稱於帝，上貴其跡，詔使草書上事。魏文帝亦令劉廙通草書上事。蓋因奏章，後世謂之章草。」此說頗得後世呼應，如宋黃庭堅跋章草《千字文》說：「章草，言可以通章奏，非章帝書也。」又宋趙彥衛《雲麓漫鈔》詳述：「宣和，陝古人發地得木簡，字皆章草，乃永初二年發夫討叛羌檄。米元章帖言：章草乃章奏之草。今考之既用於檄，則理容施於章奏。蓋小學家流，自古以降，日趨於簡便故大篆變小篆，小篆變隸；比其久也，復以隸為繁。則章奏文，悉以章草從事，亦自然之勢；故雖曰草，而隸筆仍在，良繇去隸未遠也。」所以章草之名因通於章奏而得，其說較為可信。但在章帝之前，草書的書寫就很普遍，這可由近代出土的西漢簡牘得到證明。這種據隸書省簡而成的草書（可暫稱隸草），在杜度之前並無專有名詞，如果將所有的隸草皆稱為章草，是否得宜，則有待討論。

再者由章草演變至今草，應有一段不短的時日，各家說法不一，但以歐陽詢的說法比較合宜。如張懷瓘《書斷》曾錄歐陽詢〈與楊駙馬書章草千文批後〉：「張芝草聖，皇象八絕並是章草，西晉悉然，迨乎東晉王逸少與從弟洽變章草為今草，韻媚婉轉大行於世。」認為西晉以前皆是章草，到了王右軍兄弟才創為一種韻媚婉轉的草法，於是稱這種草法為今草，有別於古草-章草。今草與章草不同之處：章草字字獨立，係速寫簡化隸書而成，而今草則省去章草的波磔，上下牽連，是速寫「章草」而成的。另外「狂草」的得名，據傳是由於張旭，在每次作書前，藉酒引發情緒，或依自然界的現象來觸發靈

感，醉後呼叫狂走，再下筆作書。世人以張顛呼之。懷素《自敘帖》曾引李御史丹云：「昔張旭之作也，時人謂之張顛，今懷素之為也，余實謂之狂僧，以狂繼顛，誰曰不可。」由此可知，狂草之名是由於所書時的疾速與詭奇，以及張、懷所表現出來的顛狂態度而得。所以狂草是一種境界和態度，屬於風格的問題，與民國于右任所推動的標準草書，可說是有異曲同工之妙，前者狂放，後者蘊藉，其基礎都在今草。因此，狂草是否成為草書的一類，而與章草、今草並列，顯然極有問題。

以上所述，對於草書的源流以分類排序來解說，其矛盾的情況，很難克服。不如以朝代來看草書的發展，暫時避開名稱的問題，或許比較確實一點。在探討歷代草書發展之前，必須先釐清「草體」與「草書」在概念上的不同。沃興華在《書法觀止》中曾提到：「草書與草體是兩個相關但又不盡相同的概念：草體相對正體而言，是正體的潦草快寫。正體具有標準的含義，點畫清楚，結體端正，有一種比較固定的式樣；草體出於實用需要，沒有嚴格的規定，書寫隨意，點畫和結體因人而異，因時而異，變化的彈性範圍很大，根據不同的潦草程度可以分為若干等級，以楷書的草體為例，有行楷、行書、行草、草書和狂草的區別，而一般來說，人們習慣上把草體分為行書和草書兩大類，草體是種概念，行書和草書為屬概念，草書只是草體中比較簡約便易的部分。」這段敘述極為精到，對於下面的敘述幫助很大，例如戰國楚簡中有一些簡便的寫法（如：「其」、「為」），只能稱之為「草體」；又如相對於秦篆的草體，潦草程度不大，秦始皇時把它叫做隸書，隸書就是當時的草體。

到了漢代，草體進一步發展，越寫越簡便，為了區別不同的簡便等級，於是草書之名出現了。檢驗西漢簡牘作品，元帝、成帝、哀帝、平帝時期的草書比較接近，筆畫大量省略，例如居延《永光元年五月簡》是一枚書寫多行的簡牘，每個字受左右兩邊字的束縛，橫畫發筆不能太長，筆勢只好回收，連接下面的筆畫，出現縱向的勢感。東漢時期，草書簡牘明顯增多，字體也更加成熟，用筆跌宕奔放，結體開闊豪邁，如額濟納河《建武三年十二月簡》、居延《永元器物簿簡》……等，強調長畫，既彎且長，橫畫豐中銳末，一掠而過，線條勁疾，氣勢貫暢。

漢代的草書在當時是一種流行書風，這可從趙壹《非草書》中的敘述略知端倪，趙壹說：「夫杜、崔瑗、張芝，皆有超俗絕世之才，博學餘暇，遊手於斯。後世慕焉，專用為務，鑽堅仰高，忘其罷勞，夕惕不息，仄不暇食。十日一筆，月數丸墨。領袖如皁，唇齒常黑，雖處眾坐，不遑談戲，展指畫地，以草刺壁。臂穿皮刮，指爪摧折，見鰓出血，猶不休輟。然其為字，無益於工拙，亦如效顰者之增醜，學者之失節也。」這裡提到杜度、崔瑗和張芝等三人都是當時擅長草書的代表人物，可惜都沒有可靠的作品傳世。後來這種漢代草書因廣泛用於奏章文書，就以「章草」之



名傳於後世。

西晉是草書的過渡期，從樓蘭出土的木簡和殘紙的草書作品中，已漸漸擺脫分書影響，波磔大致消失，點畫連接更加流暢。對於這種變化，後人為了在名稱上加加以區別，把以前有分書特徵的重橫勢、有波磔、不連貫的草書稱為章草，把此後強調縱勢、無波磔、上下連貫的草書稱為今草，此時的代表作是陸機《平復帖》。到了東晉，今草已完全成熟，王謝士族成員大多擅於此道，其代表書家是王羲之、王獻之父子，王羲之草書代表作《十七帖》及一些尺牘皆蘊藉清峻，王獻之的尺牘作品以健朗開蕩著稱，二人對後世影響極大。

陳隋之際，釋智永有《真草千字文》傳世，唐初孫過庭《書譜序》名聞古今，此二家的草書皆取法二王，點畫和結體大致在《十七帖》範圍之內稍作變異。唐代中期，張旭、懷素創立狂草，強調縱向連貫，大開大闔，一氣呵成，將草書的抒情寫意能力提高到一個嶄新的高度。唐後期，釋高閑的《草書千字文》在筆勢的表現上，動靜相參，欲展還休，將二王與張旭懷素的狂草調和成一種新的風格。

宋代的書風「尚意」，即蘇東坡所說的「我書意造本無法」，也就是強調主觀處理。這種主觀意識的呈現，以黃庭堅的書法最明顯，尤其在草書的表現上，將點畫刻意兩極化，長線如琴聲悠揚，短點如鼓聲不輟，點線結合如奏交響樂，將草書的縱向連貫變為左右上下的穿插組合，增加了作品空間變化的意識，強化了視覺效果。宋四家中，精於草書者還有米芾，主要表現在尺牘之中。其草書尺牘承續二王遺韻，蘊蓄古雅，不激不勵。宋徽宗趙佶有《草書千字文》傳世，氣勢連貫，勁利飛舞，頗有狂草的架勢，為帝王草書之最佳者。南宋的草書大家首推吳說，其草書精妙無比，如羲、獻再世。又自創游絲草，全以筆尖運化如同空中晴絲，筆筆中，飛舞飄揚，逸致翩翩。

元代國祚雖短，但專擅草書者不少，如趙孟頫與鄧文原的章草精緻無比，鮮于樞的大字草書奇態橫生，邊武的草書勁健酣暢，尤其是康里巎巎的章草、今草雄奇豪邁，負有盛名，在元末影響頗大，饒介、危素均拜他為師。明代祝枝山和徐渭將黃庭堅和張旭、懷素的草體結合起來，點畫線條盤旋進跳，結體造型大小俯仰，章法上沒有行和列的區別，通篇上下連綿、左右穿插，有情緒，有氣勢，令人振奮。董其昌草書回歸懷素之法，用筆減弱上下提按的動作，讓點都變成線。擴大上下字之間的距離，使所有的連接圓轉流暢，通篇節奏單純明淨，婉轉悠揚。但是這種寫法體勢薄弱，趨於甜美，於是明末清初又興起一股創新的風潮，如張瑞圖變圓轉為方折，重新開掘王羲之內擻法的傳統，並將它推向極端，寫得雄奇角出、英姿颯爽。黃道周的草書橫畫用內擻，豎畫改為外拓，在造成開張與穩定的體勢的同時，將橫豎相交時產生的銳角鈍化了。王鐸草書加強用筆轉折時的提按頓挫和方折連接，使作品生氣貫注、神采煥發。倪元璐草書用筆激昂震顫，

線條沉鬱凝澀。傅山草書乾脆走到張瑞圖的反面，特別強調使轉，所有方折全部化為圓轉，回環繚繞，渾然一體，將王獻之的外拓法發揮得淋漓盡致。董其昌之後，明末草書家不滿現狀，積極尋找出路，這種探索精神與勇氣集結成「明清調」，成為後人難以企及的高峰。

清初之後，草書走向沉寂。一方面因為「明清調」的登峰造極，另一方面碑學興起之時，大家的興趣主要在篆書、分書和碑版楷書，直到清末和民初才逐漸將這些成就應用到草書，使草書另有一番風貌。如沈曾植草書通過黃道周，上溯流沙墜簡和秦漢六朝碑版，在點畫結體和章法上都融帖學與碑學於一體，開創了一種嶄新的面貌。于右任以懷素《小草千字文》為基礎，融合魏碑偉岸沉著之氣，而創立標準草書，影響深遠。林散之將繪畫中的用墨變化融入草書之中，將枯濕濃淡變化的反差推向極端，王蘧常取徑漢簡草書，用魏碑的線條來改造漢簡的點畫，渾厚凝重，甚為奇崛，開創出一種非常獨特的風格。

二、重要草書作品欣賞

（一）居延漢簡《致將軍書》

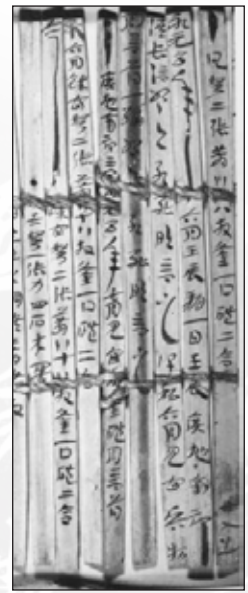
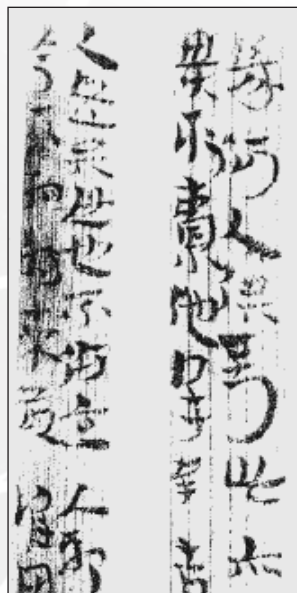
《致將軍書》（圖 7-1）見《敦煌漢簡》。此簡寫得潦草簡略，所有點畫在連續書寫的過程中，都發生變形，橫不平、豎不直，無所謂橫豎，抑揚起伏的點和線，節奏感比較強。尤其難能可貴的是，兩行字上下左右的大小和疏密關係處理得非常好，對比強烈，但又和諧統一。

（二）居延漢簡《永元器物簿》

《永元器物簿》（圖 7-2）見《居延漢簡》，書於東漢和帝永元五年。此簡綴連成冊，在漢簡中相當罕見，字跡非常清楚，寫得熟練且有節奏感。短線簡潔有力，至於點，重按之後，手指一撥，具有跳動感，有時兩點呼應，顯得顧盼有情。有些長線條變得更長，或流暢直下，或曲折重按。點線雖兩極分化，但相融後交互輝映，顯得既跳蕩又流暢。

（三）陸機《平復帖》

《平復帖》（圖 7-3）傳為西晉陸機（西元 261-303 年）所書。本帖的字體介



●圖 7-1 居延漢簡《致將軍書》（見《中國法書選》10 冊 49 頁，二玄社）

●圖 7-2 居延漢簡《永元器物簿》（見《中國法書選》10 冊 66 頁，二玄社）

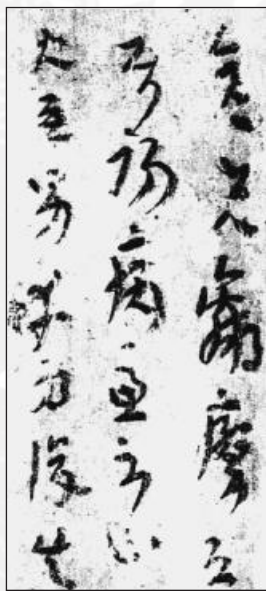
於章草與今草之間，用禿筆書寫，圓渾鈍厚，偶有散鋒，於含蓄中見精神。點畫大多沒有回收的筆勢，結束時橫向逸出，屬於章草遺法。橫畫較短，結體縱長，上下字之間沒有牽絲連貫，字字獨立，但每個字俯仰傾側，頗有奇趣。

（四）王羲之《十七帖》

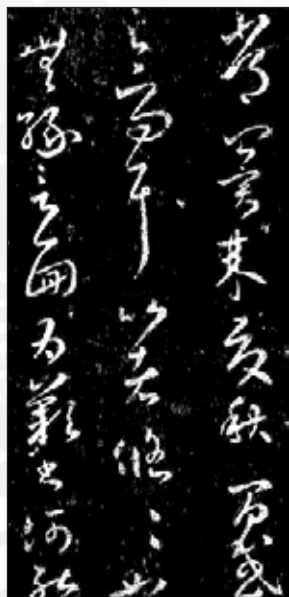
東晉王羲之（西元 303-361 年）書。《十七帖》（圖 7-4）點畫和結體的特徵主要有三：第一是結體為內擫，以方筆方折為主，造型上轉角比較多，沈尹默稱之為「骨勝」之書。第二是簡潔，起筆收筆沒有過多的牽絲纏繞，中段行筆直挺有力，點畫好像經過了千錘百煉，沒有一點雜質。第三是結體穩當，大小參差隨字形結構作自然變化。欣賞這種作品，清雅之氣油然而生，爽朗無比。

（五）孫過庭《書譜序》

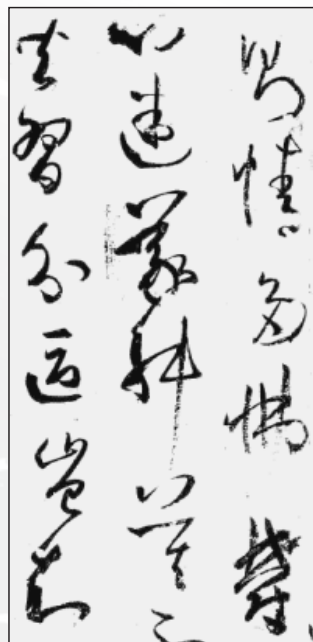
唐孫過庭（西元 648-703 年）書於垂拱三年（西元 687 年）。《書譜序》（圖 7-5）的書法創作貫徹了文章的思想，表現出要掙脫二王束縛，走變法創新之路的願望。全文字字獨立，有許多字的結體造型來自王羲之的《十七帖》。細看作品的後半部分，筆致開始放縱，中鋒、側鋒、藏鋒、露鋒，交相輝映，甚至偏鋒破筆也不嫌棄。線條的粗細、字形的大小、章法的欹側，各種對比關係充分展開，精氣神躍然紙上。



● 圖 7-3 陸機《平復帖》（見《原色法帖選·平復帖》3 頁，二玄社）



● 圖 7-4 王羲之《十七帖》（見《中國法書選》14 冊 4 頁，二玄社）



● 圖 7-5 孫過庭《書譜序》（見《中國法書選》38 冊 3 頁，二玄社）

（六）張旭《古詩四帖》

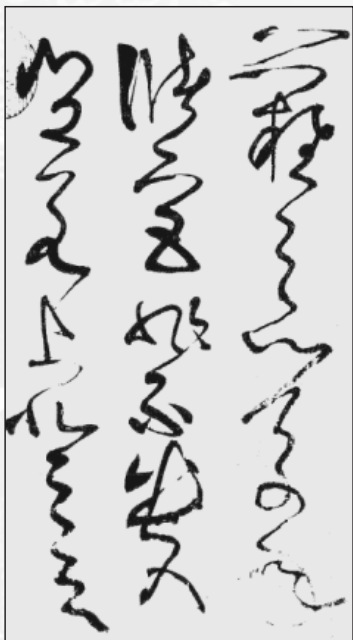
唐張旭（約西元 658-747）書。《古詩四帖》（圖 7-6）中，用筆提按強烈，頓挫分明；結體雄渾開張，跌宕瑰奇；章法奔蛇走虺，龍騰鳳翥；通篇以巨大的氣魄、高美的精神，展現了一幅生氣勃勃、雄偉壯觀的境界。

（七）懷素《自敘帖》

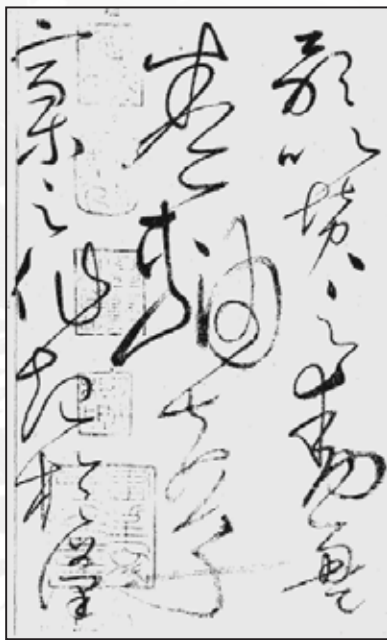
唐釋懷素（西元 725-785 年）《自敘帖》（圖 7-7）書於大曆十二年（西元 777 年）。全帖七百餘字，一氣貫之，洋洋灑灑，筆意縱橫，如龍蛇競走，激電奔雷，書法藝術的韻律美，從《自敘帖》中得到淋漓盡致的表現。儘管《自敘帖》給人迅疾駭人的感覺，但每字點畫體勢都準確地體現了草書法度，顯示出作者精深的功力。明代安岐謂此帖：「墨氣紙色精彩動人，其中縱橫變化發於毫端，奧妙絕倫有不可形容之勢。」

（八）高閑《草書千字文》

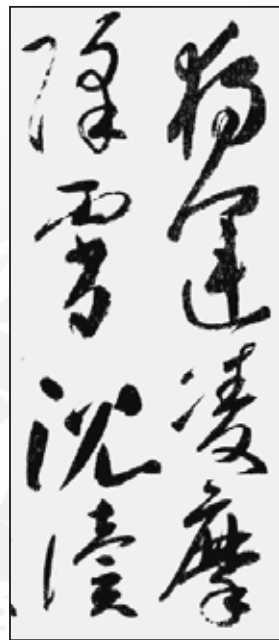
高閑（生卒年未詳），唐僧，浙江湖州人。《草書千字文》（圖 7-8）寫得神采奕奕，筆力雄健，結字奇宕簡練，氣勢洞達，給人以酣暢淋漓之感，十分精彩。其草書不同於懷素以中鋒提運的筆法，而兼用側鋒方筆，故點畫勁利，而豐腴雄渾之氣撲人眉宇，鮮于樞曾評其書曰：「高閑用筆粗，十得六七耳」，這正是其獨特的風格。



● 圖 7-6 張旭《古詩四帖》（見《書跡名品叢刊》168 冊 6 頁，二玄社）



● 圖 7-7 懷素《自敘帖》（見《中國法書選》43 冊 6 頁，二玄社）



● 圖 7-8 高閑《草書千字文》（見《書跡名品叢刊》149 冊 6 頁，二玄社）

（九）黃庭堅《諸上座帖》

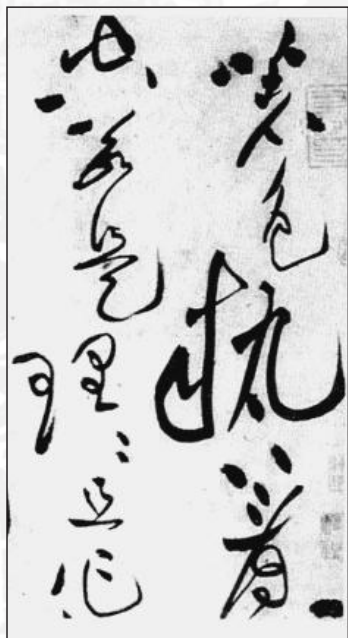
宋黃庭堅（西元 1045-1105 年）書。《諸上座帖》（圖 7-9）是黃庭堅為其友李任道用大草寫五代文益禪師的《語錄》。通篇結字雄放瑰奇，筆勢飄動雋逸，如輕雲緩行，凌霄萬變。儘管如此，仍筆筆周到，不離法度。正如他自己認為的「楷法欲如快馬入林，草法欲左規右矩。」此外，黃庭堅在行書中顯示的鋒芒險勁、韻度飄逸的特點，在草書中得到更為充分的發揮。雖運筆於尺素之間，但草書無行間字距的約束，橫斜高下，揮灑自由，無不如意。

（十）吳說《游絲書》

南宋吳說（生卒年不詳）書。吳說工書，為南宋大家。他不但在小楷、行草、草書等各方面成就卓越，而且還創「游絲書」（圖 7-10）。此作於紹興十五年（西元 1145）所書，現收藏於日本藤井有鄰館。「游絲書」說穿了就是將懷素《自敘帖》的線條統一化、纖細化，有如一條柔絲在晴空中飛舞飄揚，翩翩自得，優雅出塵。這種寫法只是書家餘事，玩玩而已，鮮有後繼者。

（十一）祝允明草書《赤壁賦》

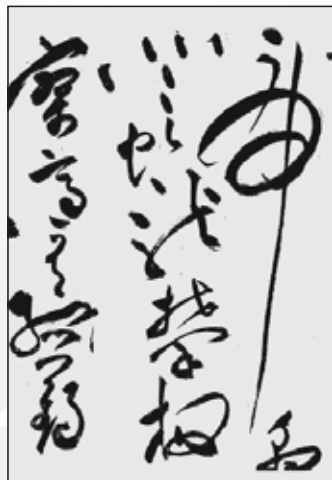
明祝允明（西元 1460-1526 年）書。草書《赤壁賦》（圖 7-11）之點畫線條盤旋蹦跳，穿插避讓，結體雄奇跌宕，大小俯仰，章法上沒有行和列的區別，上下連綿，左右穿插，



● 圖 7-9 黃庭堅《諸上座帖》
（見《歷代名家墨跡選》
16 冊 7 頁，吉林文史出版）



● 圖 7-10 吳說《游絲書》（見《有鄰館精華》62 頁，日本藤井有鄰館出版）



● 圖 7-11 祝允明草書《赤壁賦》（見《祝允明書赤壁賦》12 頁，古吳軒出版社）

渾然一體。整體書寫上以氣行筆，以勢造型，節奏如狂風驟雨，震電驚雷，有橫掃千軍之勢。文嘉跋曰：「枝山此書，點畫狼藉，使轉精神得張顛之雄壯，藏真之飛動，所謂屋漏痕、折釵股、擔夫爭道、長年蕩槳，法意咸備。」

（十二）徐渭《草書詩軸》

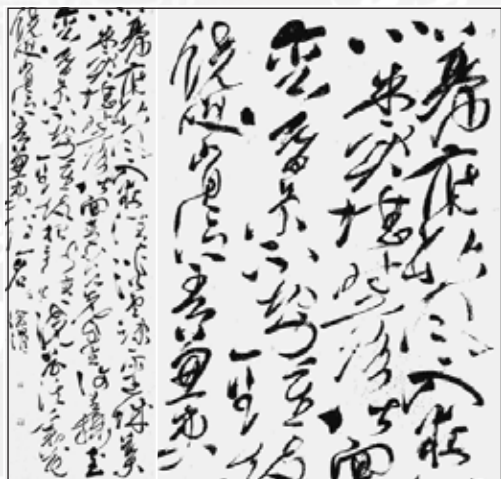
明徐渭（西元 1521-1593 年）書。《草書詩軸》（圖 7-12）點畫縱橫隳突，狂放不羈，結體寬博開養，變幻奇崛，章法大小傾斜，參差錯落。作品中線條的技巧都喪失了原有的地位與價值，不計工拙，一切服從於整體的審美效果，讓人通篇只看到線條的纏繞和點的迸濺，感受到作者那種憤懣的傾瀉、痛苦的呼號和血淚的揮灑，進而為作者那勃然不可磨滅的氣慨而肅然起敬，為英雄失路、托足無門的命運而拔劍四顧。

（十三）董其昌《試書帖》

明代董其昌（西元 1555-1636 年）書於萬曆三十一年（西元 1603 年）。《試書帖》（圖 7-13）的文字記錄了當時的創作狀態：「癸卯三月在蘇之雲隱山房，雨窗無事，范爾子、王伯明、趙滿生同過訪，試虎丘茶，磨高麗墨，並試筆亂書，都無倫次。」心境平和清閑，因此用筆沒有強烈的提按頓挫，化折為轉，線條粗細基本一致，圓潤細勁，委婉閑暢。它的節奏和旋律宛轉悠揚，好像江南絲竹那麼清純亮麗。章法上字距、行距疏朗，分間布白空曠，這些留白猶如一片冬雪，瀰漫著無限生機，強化了空靈清新的藝術風格。

（十四）張瑞圖《草書詩軸》

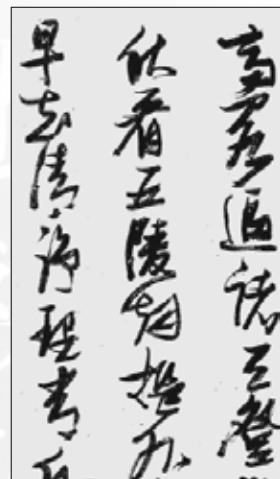
明代張瑞圖（西元 1570-1644 年）書。此件《草書詩軸》（圖 7-14）重新開掘和發



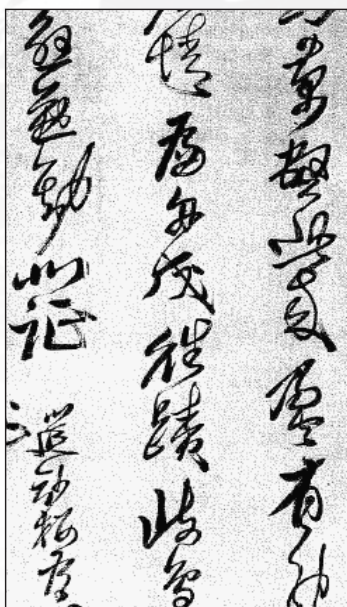
● 圖 7-12 徐渭《草書詩軸》（見《書法觀止》165 頁，上海人民出版社）



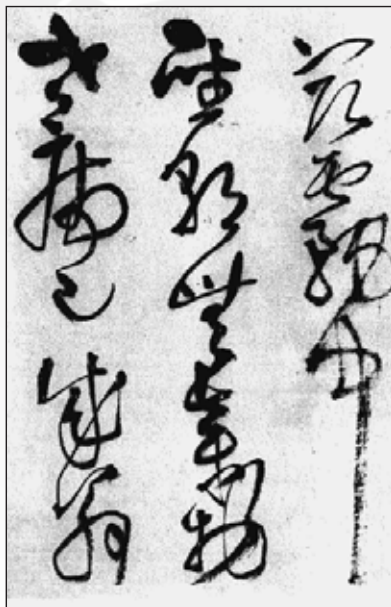
● 圖 7-13 董其昌《試書帖》（見《書法觀止》167 頁，上海人民出版社）



● 圖 7-14 張瑞圖《草書詩軸》（見《書法觀止》168 頁，上海人民出版社）



● 圖 7-15 黃道周《草書詩軸》
（見《書法觀止》169 頁，
上海人民出版社）



● 圖 7-16 王鐸《草書詩卷》（見
《書法觀止》170 頁，上海人
民出版社）

展內擻的傳統形式。起筆與收筆拋棄藏頭護尾的傳統戒律，斬截爽利，鋒芒畢露，英氣凜然。橫畫收斂，撇捺跌宕，改變了外拓法那種圓轉著打滾直下的書勢。筆畫向字心內壓作弧線，橫豎相交，銳角高昂，猶如奔突的地火噴口，賦予字體以雄奇角出的生命意蘊。

（十五）黃道周《草書詩軸》

明代黃道周（西元 1585-1646 年）書。《草書詩軸》（圖 7-15）的用筆，沉著痛快，有北朝的剽悍之氣；結字左低右高，寓欹側於平正，有宋人影響。橫畫多用內擻，筆勢跌宕，豎畫則改用外拓。如此，一方面能在有限的結構面積裡儘量向外拓展，造成開張與穩定的體勢。另一方面，豎畫的弧線向外拓展，與橫畫弧線相交時產生的銳角也變鈍了，在視覺效果上比較溫和通暢。

（十六）王鐸《草書詩卷》

明代王鐸（西元 1592-1652 年）書。《草書詩卷》（圖 7-16）的線條強調上下提按，因此線條飛騰跳擲，有強烈的運動感；又由於折筆產生出許多角，而且上下筆畫的間隔距離很小，加上這些折角特別突顯，使結體造型的外向張力特別大。強烈的運動感和強大的外向張力給王鐸草書帶來了生氣、力量和陽剛精神。

（十七）倪元璐《草書詩軸》

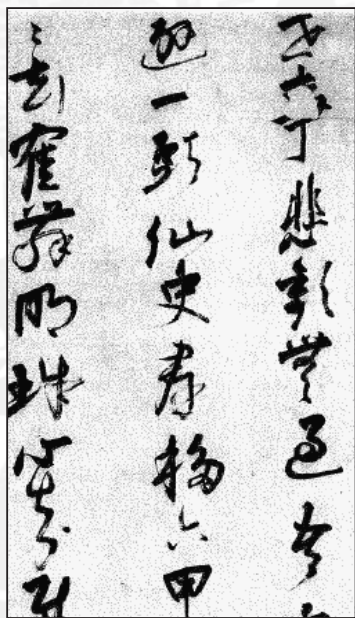
明代倪元璐（西元 1593-1644 年）書。康有為《廣藝舟雙楫》說：「明人無不能書，倪鴻寶新理異態尤多。」《草書詩軸》（圖 7-17）即是這種新理異態的表現，可從兩個方面看：一是用筆剛毅勁挺，沉鬱而有氣慨，線條中段不是一掠而過，有提按起伏和疾澀蒼潤的變化；二是枯筆的大量使用，常常在沒有墨的情況下還要寫，造成強烈的墨色對比。這兩點新理異態對後來的碑學書家啟發很大，也得到了很好的繼承和發揚。

（十八）傅山《草書詩軸》

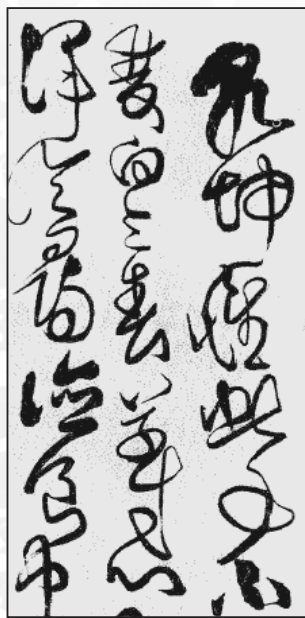
清代傅山（西元 1607-1684 年）書。傅山的《草書詩軸》（圖 7-18）結體左右傾側，大小錯落，從上至下，連綿相屬，一氣呵成。作為特徵來說，尤其強調使轉，線條回環繚繞，矯健暢豁。如果說張瑞圖將王羲之的內擲法推向了極端，那麼傅山就是將王獻之的外拓法推向了頂點，在筆勢、字形和章法上都達到了前所未有的高度。

（十九）黃慎《草書詩軸》

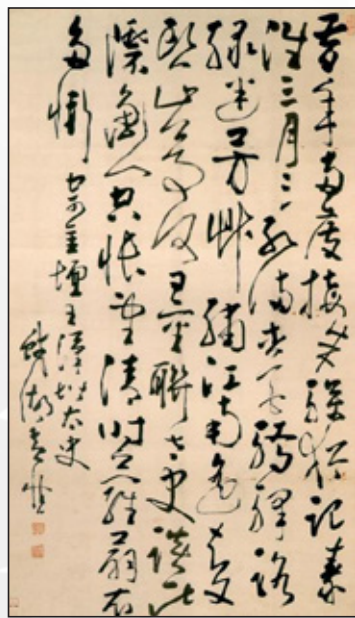
清代黃慎（西元 1687-1768 年）書。《草書詩軸》（圖 7-19）源於章草，更多地融入自我的書法意趣，給人以狂怪難識之感。在清祚中期揚州書法家中，黃慎的書法頗有特色。書法點畫紛披，結字奇古險絕，散而有序，字間連帶折轉自如，標新立異，表現出書法極強的個性。



● 圖 7-17 倪元璐《草書詩軸》
（見《書法觀止》172 頁，
上海人民出版社）



● 圖 7-18 傅山《草書詩軸》
（見《書法觀止》
173 頁，上海人民出版
社）



● 圖 7-19 黃慎《草書詩軸》
（見《黃慎書畫集》25 頁，
人民美術出版社）

（二十）于右任《標準草書千字文》

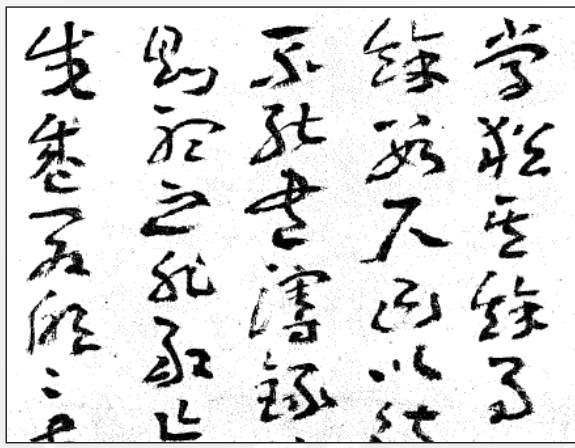
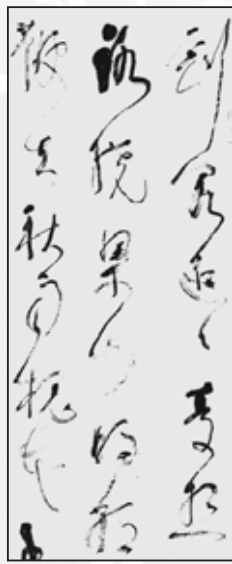
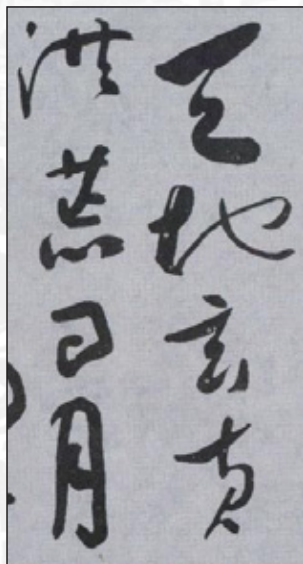
近代于右任（西元 1879-1964 年）書。于右任五十歲以後，始習草書。他以懷素《小草千字文》為基礎，集歷代章草、今草、狂草及流沙漢簡之大成，並以六朝碑版強化草書的骨氣，而成一代草書大家。所作《標準草書千字文》（圖 7-20）沉雄簡靜，風格超逸，為書法史上成功調融「碑路」和「帖路」臻達高度圓滿成就的先驅者。

（廿一）林散之《草書詩軸》

近代林散之（西元 1898-1989 年）書。《草書詩軸》（圖 7-21）以長鋒羊毫，先蘸水，後舔墨，力運筆端，墨注紙上，水墨交融，滲化泅暈，仍見行筆之跡。長鋒蓄墨量多，從泅到濕，從濕到乾，從乾到枯，逐漸變化，能體現時間的流轉和運動的過程，產生節奏感。並且「潤如春草，枯似秋藤」，枯潤強烈的對比關係，頗有繪畫的感覺。這種變化及其效果古人已經有所認識，但在林散之的筆端得到進一步的強調和誇張。

（廿二）王蘧常《草書跋》

王蘧常（西元 1900-1989 年）書。王蘧常師從沈曾植，受他影響，致力於「古今雜形，異體同勢」的探索，晚年時期的書法融碑版與漢簡於一體，取得了極大成功。《草書跋》（圖 7-22）用筆取法碑版，逆鋒頂著紙面澀行，點畫渾厚沉雄、蒼茫老辣，而且起筆收筆不強調逆入回收，點畫既厚重又舒展。結體取法漢簡中的草書，並強調橫勢，顯得十分大氣，而且根據漢簡草書的構字方法，處理今草的連筆與簡略，一反平常形態，顯得奇譎詭異。



● 圖 7-20 于右任《標準草書千字文》（見于右任《標準草書千字文》6 頁，三秦出版社）

● 圖 7-21 林散之《草書詩軸》（見《書法觀止》174 頁，上海人民出版社）

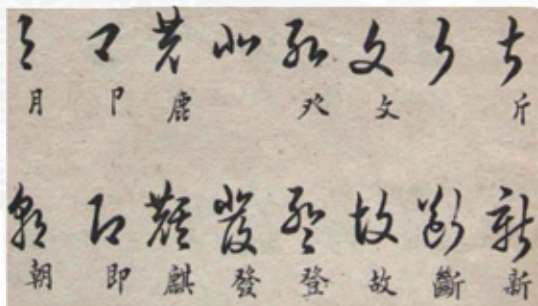
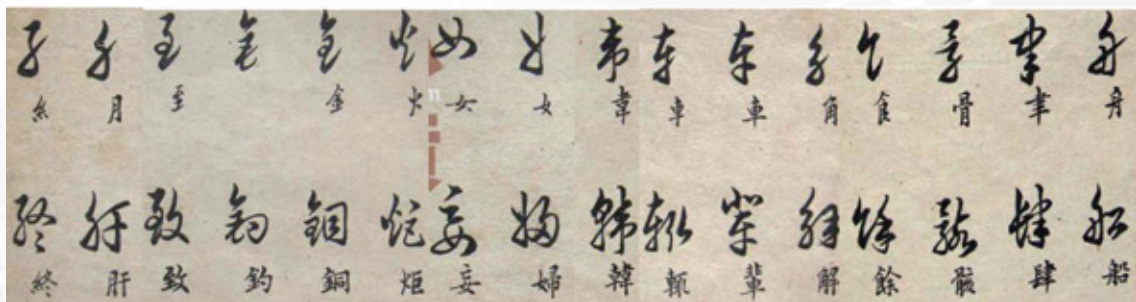
● 圖 7-22 王蘧常《草書跋》（見《書法觀止》175 頁，上海人民出版社）

三、草書書寫要點

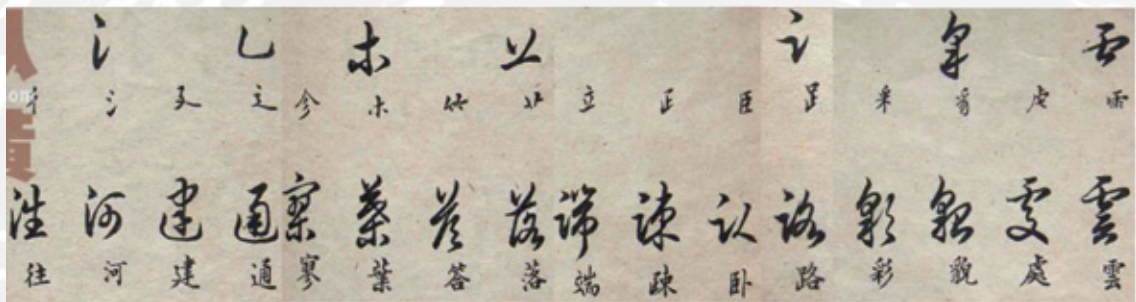
(一) 草書的寫法

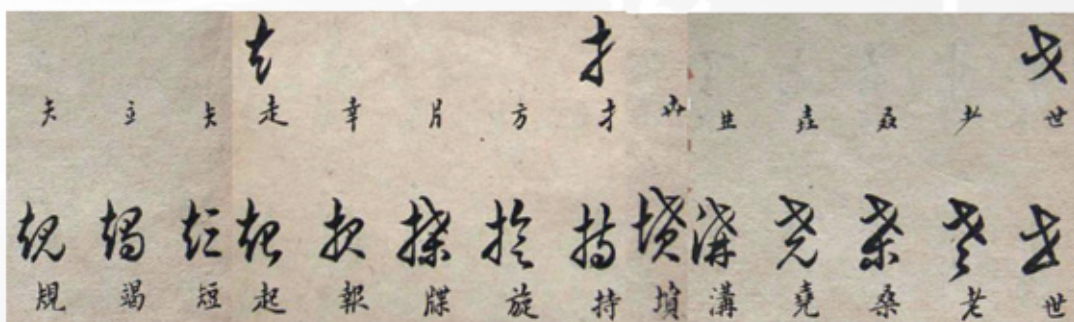
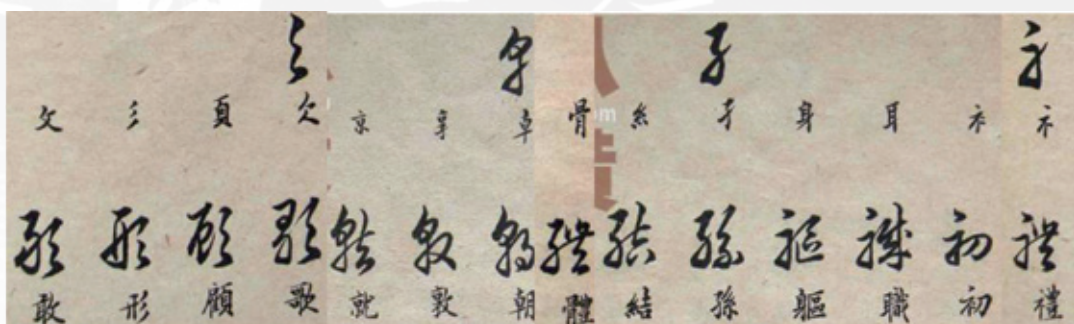
草書的寫法，簡單的說就是「刪繁損，筆帶連」；進一步說就是簡省結體，連貫點畫。為了草書的簡省和連筆，在書寫過程中，需要作一些調整，例如改變筆順、移動結構、收斂起收筆、改變筆畫型態……等。因此草書的寫法就出現不少特徵，現依鄧散木《草書寫法》的歸納，加以刪減如下：

1、專用偏旁

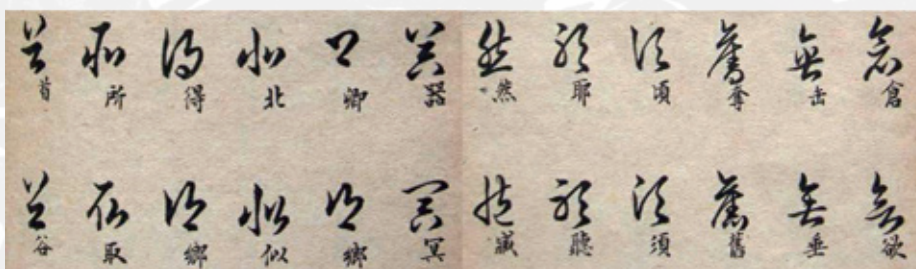
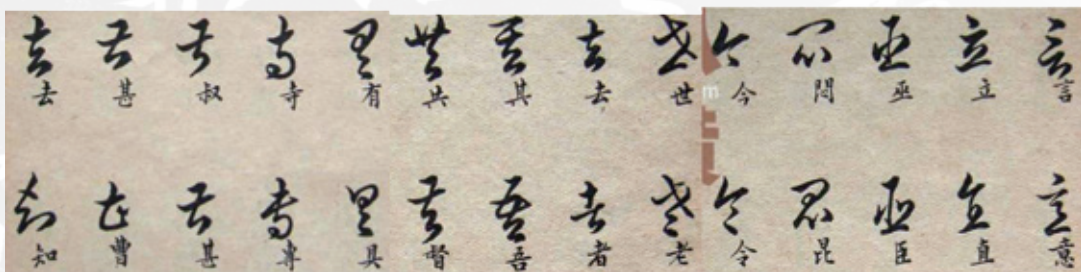
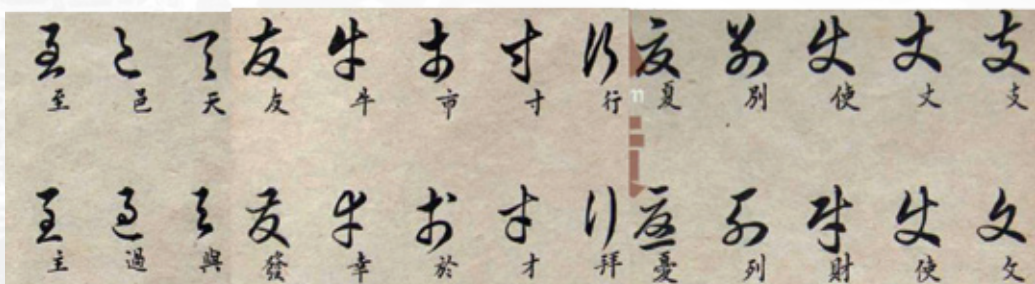


2、共用偏旁



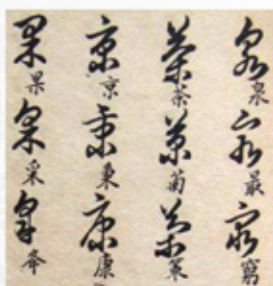
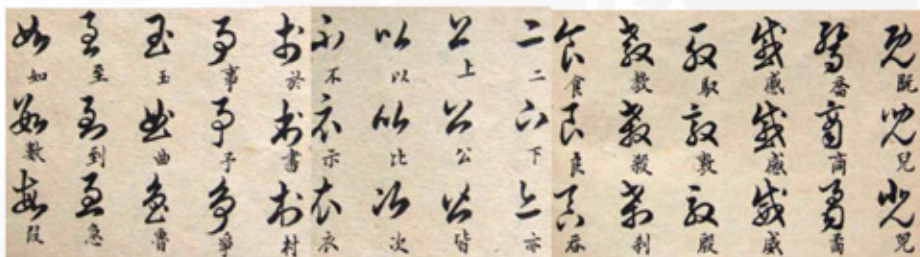


3、二字近似

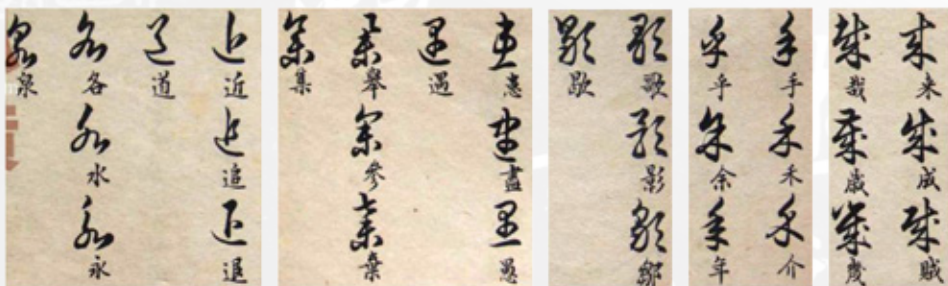




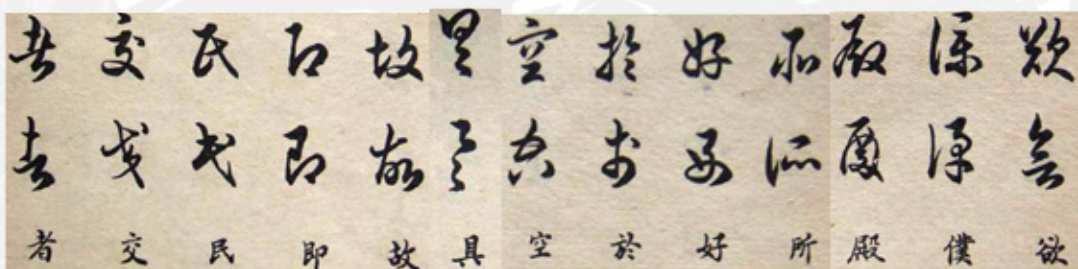
4、三字近似

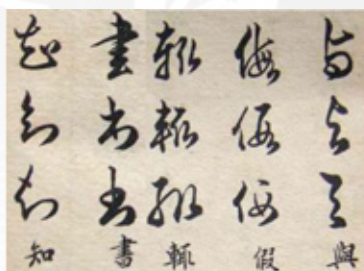


5、四字以上近似

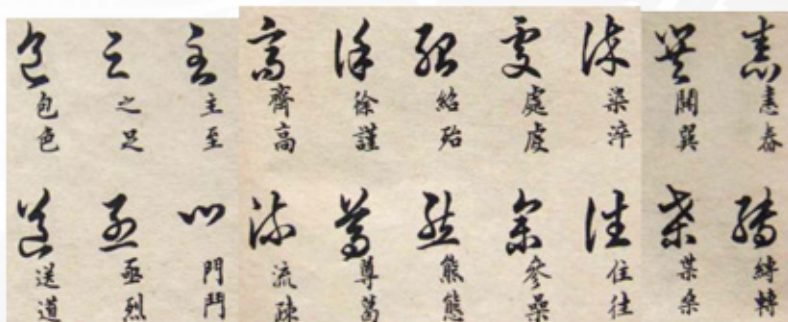


6、字異寫

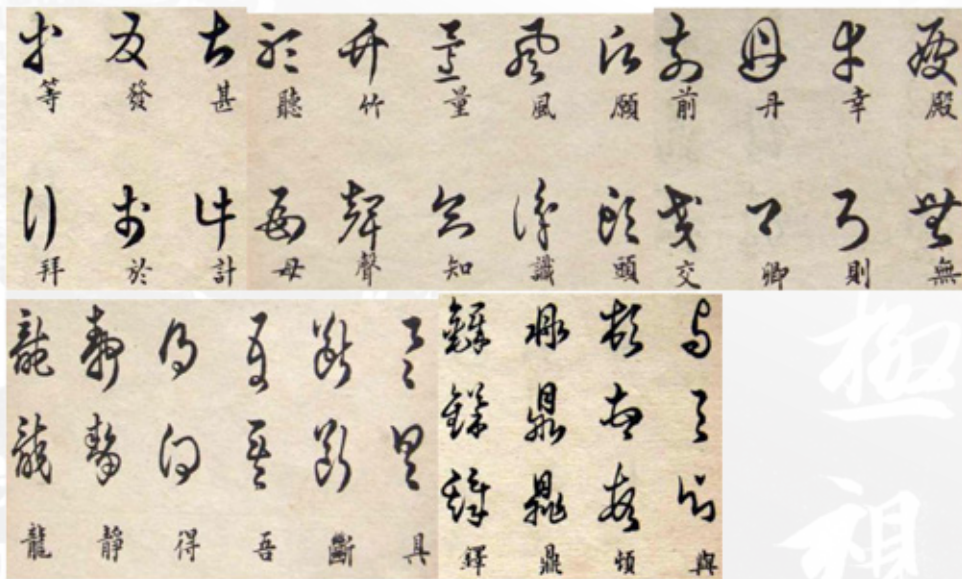




7、異字同寫



8、特殊結構



（二）學習草書的基本原則

不同的時代，不同的思想，不同的生活，不同的素養，不同的際遇，不同的悟性，不同的人就會有不同的審美標準，就會有不同的技法來從事藝術創作。所以草書的學習不須過度強調技法，但要注意一些基本觀念，觀念正確方有助於草書藝術的提升。分為五點，略述如下：

1.生動的線條

草書的線條不僅有形狀上的區別，方向上的不同，而且還有疾澀、潤燥、扁圓、質感、力度等多方面的差異。草書藝術線條的千奇百怪、變化莫測，最能表現出一個草書家微妙的內心感受。有關草書的線條可從力感、節奏感、呼應等三方面來鍛鍊。

(1) 線條的力感

凡給人以美感的線條都是有力度並富有立體感的線條。力感在傳統書學中又稱「筆力」。古今研習草書者反復強調正確「運筆」，歸根到底，就是為了使書法線條顯示有力，富於彈性，也就是內有勁力的表現。因此鍛鍊線條的力感，才能展現草書藝術的生命力。

(2) 線條的節奏感

孫過庭在《書譜序》嘗言：「一畫之間，變化起伏於鋒杪；一點之內，殊衄挫於毫芒」。草書如若粗細一致而無節奏的線條是不能給人以美感的，所謂抑揚頓挫，提按起伏，滿紙雲煙，雖寂然無聲，卻有音樂的旋律，這恰恰是草書藝術備受人喜愛的重要原因之一。

(3) 線條的呼應感

起筆為呼，承筆為應。呼應之作用，在於將原來各自獨立的線條貫通為有機的統一體。線條有呼應，就像有氣在流動，就像被賦予了生命一樣。如現代美學家宗白華所說：「能偃仰顧盼，陰陽起伏，如樹木的枝葉扶疏，而彼此相讓；如流水之淪漪雜見，而先後相承」。

2.多變的結構

草書的結構形態變化多端，或穩重敦實，或開張遊走，或剛勁婀娜；有的以「險絕取勝」，也有的於「平正」中見奇姿。草書的結構正是通過基本線條（粗、細、長、短、俯、仰、伸、縮）和偏旁的（上、下、高、低、寬、窄、欹、正）配置變化而取得的藝術效果。這種搭配的技巧，就是尋求結構視覺美感的方法。

3.完備的章法

章法就是一幅作品字與字、行與行之間是否疏密得當，大小相宜。一幅章法講究的草書作品，則能表現顧盼有情、精神飛動、全章貫氣的藝術效果。草書章法的運用，宜注意以下三點：（1）參差變化。每行字數不一，字間疏密錯落。線條粗細濃淡多變，中間飛白頻現，帶有強烈的飛動感和彈性感。（2）牽絲映帶。或兩三字、或五六字、甚至整行連串為一組。字的單體結構被打破了，幾個字或整行聯屬組成一個新的整體。（3）欹側救正。行筆向一個方向漸漸偏離中線，而在不知不覺中又拉回來，得以救正，但欣賞者並不感覺突兀。



4. 豐富的墨韻

草書藝術主要以水墨線條表現其美。一幅作品有無神采，要看運墨是否靈活，即整行、全篇墨色之濃淡、輕重、枯潤、明暗、薄厚、清濁等不宜完全一樣。墨色應隨用筆的變化而變化，墨色多變給觀者以視覺上的調節，使人感到筆墨似被賦予了生命，生機盎然，欣賞者從而感到心胸暢快，情緒陶然。反之，一幅作品如若由毫無生氣的一團「死墨」組成，則生命不復存在，欣賞者也只能感到鬱悶、沉寂、靜止。因此筆中必須有墨，無墨則無神采；墨中必須有筆，無筆則無筋骨。

5. 適性的碑帖

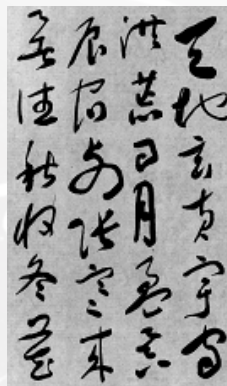
孫過庭《書譜序》提到「初學分布，但求平正；既知平正，務追險絕；既能險絕，復歸平正。」草書的學習亦是如此，應先以今草為標的，尤其以墨蹟為優先。今草中二王尺牘和孫過庭《書譜序》可先列為入門首選，再擴大到《淳化閣帖》與《大觀帖》。奠定基礎後，就可依個人喜好去選擇黃庭堅或明末諸名家，最後才進入唐代狂草的境域。此時亦可另闢蹊徑，轉入漢簡草書，萃取菁華，融會貫通，自成一派。

第二節 草書教學課程大綱

| | | |
|--------|--|---|
| 一、課程名稱 | 草書教學 | |
| 二、教學年級 | 八年級 | |
| 三、教學目標 | <p>A-8-1 能說出草書碑帖的名稱及所屬時代。</p> <p>A-8-2 能說出草書書家的姓名。</p> <p>B-8-1 能說出草書書體的特色。</p> <p>B-8-2 能舉出草書書體在日常生活中的應用實例。</p> <p>C-8-1 能臨摹草書書體（不限字數、格式及媒材）。</p> <p>C-8-2 能參考草書書體書寫作品（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 | 草書的起源與發展 |
| | 第二單元 | 草書寫法與基本原則 |
| | 第三單元 | 漢代簡牘草書欣賞：敦煌漢簡 臨摹：《將軍令簡》 |
| | 第四單元 | 漢代簡牘草書欣賞：居延漢簡 臨摹：《永元器物簿》 |
| | 第五單元 | 晉代草書作品欣賞：樓蘭殘紙、陸機平復帖、二王尺牘。 臨摹：王羲之《十七帖—遠宦帖》 |
| | 第六單元 | 隋、初唐草書作品欣賞：智永、孫過庭。 臨摹：孫過庭《書譜序》 |
| 下學期 | 第七單元 | 中、晚唐草書作品欣賞：張旭、懷素、高閑。 臨摹：懷素《自敘帖》 |
| | 第八單元 | 宋代草書作品欣賞：黃庭堅、米元章、吳說。 臨摹：黃庭堅《李白憶舊游詩》 |
| | 第九單元 | 元、明中期以前草書作品欣賞：鮮于樞、康里巎巎、祝枝山、徐渭、董其昌。臨摹：祝枝山《草書赤壁賦》 |
| | 第十單元 | 明末、清代草書作品欣賞：張瑞圖、黃道周、王鐸、倪元璐、傅山、黃慎。臨摹：王鐸《瓊蕊廬帖》 |
| | 第十一單元 | 民國草書作品欣賞：于右任、林散之、王蘧常。 臨摹：于右任《標準草書千字文》 |
| | 第十二單元 | 應用草書完成一件斗方作品：書寫李商隱〈登樂遊原〉五絕一首 |

第三節 八年級草書教學活動設計

| | | | |
|-------|---|---|--------------------|
| 單元名稱 | 草書教學 | 教材來源 | 自編 |
| 教學年級 | 八年級 | 教學時間 | 540 分鐘（共 12 節課） |
| 設計者 | 亞洲大學蕭世瓊、臺中教育大學實驗小學林瑪莉 | | |
| 教學目標 | A-8-1 能說出草書碑帖的名稱及所屬時代。 A-8-2 能說出草書書家的姓名。 B-8-1 能說出草書書體的特色。 B-8-2 能舉出草書書體在日常生活中的應用實例。 C-8-1 能臨摹草書書體（不限字數、格式及媒材）。 C-8-2 能參考草書書體書寫作品（不限字數、格式及媒材）。 | | |
| 教學目標 | 教學活動 | 教學資源 | 時間 (分) |
| B-8-1 | <p>第一單元：草書的起源與發展</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機、作品釋文揭示牌</p> <p>二、學生：筆記簿、筆</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放「于右任標準草書千字文」中的局部圖版。</p> <p>(二) 教師提問：這是民國初年書法家于右任寫的作品，內容是什麼？請同學們試著讀看看，把認得的字寫下來，看誰最厲害。</p> <p>(三) 教師按作品內容依序鼓勵學生發表，最後揭示作品釋文為「天地玄黃，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列張。寒來暑往，秋收冬藏。」並帶領學生對照釋文讀一遍並欣賞作品。</p> <p>(四) 教師再提問：有沒有同學知道這是什麼書法字體？和之前學過的字體有什麼不同？</p> <p>(五) 教師歸納：這種書法字體叫做草書，和之前學過的字體比較起來，讓人感覺寫的速度比較快，也比較難認。</p> <p>二、說明草書和草體的區別。</p> | <p>歷代草書 ppt 草書名作 ppt 作品釋文揭示牌</p> <p>作品釋文揭示牌</p> <p>※ 請學生將認得的字寫下來</p> <p>※ 請學生自由發表</p> | <p>5</p> <p>30</p> |

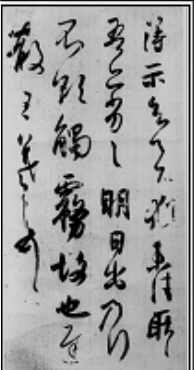


| | | | |
|----------------------------------|---|--|-------------------|
| <p>A-8-1 A-8-2 B-8-1</p> | <p>三、說明草書的起源與發展：</p> <p>(一) 草書的起源：與楷書、行書一樣，都是由隸書的自由書寫逐漸演變而來。</p> <p>(二) 草書的發展：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 戰國時代：楚簡中有一些簡便的寫法（如：「其」、「為」），只能稱之為「草體」。 2. 秦代：相對於秦篆的草體，潦草程度不大相同，秦始皇時把它叫做隸書，隸書就是當時的草體。 3. 漢代：草體進一步發展，越寫越簡便，為了區別不同的簡便等級，於是草書這個名稱出現了，成為當時一種流行的書風。 4. 晉代： <ul style="list-style-type: none"> ◆ 西晉：是草書的過渡期，從樓蘭出土的木簡和殘紙的草書作品中，已漸漸擺脫分書影響。 ◆ 東晉：進入草書的成熟期。王謝家族所呈現的尺牘是今草的代表作。 5. 隋唐：今草繼續盛行，智永與孫過庭承續這樣的風格。唐中期狂草興起，顛張狂素留名書史。 6. 宋代：在草書的表現上，強調主觀處理，也就是所謂的「尚意」書風。 7. 元代：元代書家皆擅草書，但集中在章草與今草的創作，尤以章草的精緻化最受矚目。 8. 明代：明代中後期是草書創新的高峰期，名家輩出，風格多樣，目不暇給。 9. 清代以後：清初尚能維持一段草書盛況，後來因為碑學大興，草書漸漸沉寂。直到沈增植以碑入草，才開啟渾厚草書的新境界。 <p>參、綜合活動（學習評量）</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、教師口頭發問，請學生即席回答。 二、獎勵踴躍發言及認真的學生。 <p>- 第一單元結束 -</p> <p>第二單元：草書的寫法與基本原則</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、作品釋文揭示牌 二、學生：筆記簿、筆 三、情境布置：於教室布告欄張貼草書的書法作品。 <p>貳、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、引起動機 <p>(一) 播放「王羲之尺牘《得示帖》」圖版。</p> | <p>請學生自由發表</p> <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> | <p>5</p> <p>5</p> |
|----------------------------------|---|--|-------------------|



(二) 教師提問：這是東晉王羲之寫的信，內容是什麼？請同學們試著讀看看，把認得的字寫下來，看誰最厲害。

(三) 教師按作品內容依序鼓勵學生發表，最後揭示作品文字釋文為「得示，知足下猶未佳。耿耿！吾亦劣劣。明日出乃行，不欲觸霧故也，遲散。王羲之頓首。」並帶領學生對照釋文讀一遍並欣賞作品。



(四) 教師再提問：有沒有同學知道這是什麼書法字體？和上次所看到于右任的草書有什麼不同？

(五) 教師歸納：這種尺牘書法字體也叫做草書，也叫做今草，其中夾雜幾個行書，和之前看過的標準草書比較起來，讓人感覺寫得比較俊秀，也比較難認。

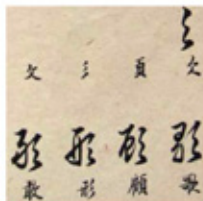
請學生自由發表

二、說明草書寫法依鄧散木的分類，主要歸納為八項：

(一) 專用偏旁



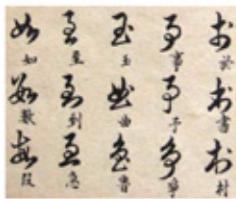
(二) 共用偏旁



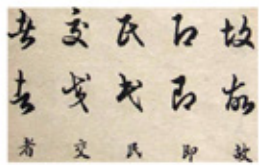
(三) 二字近似



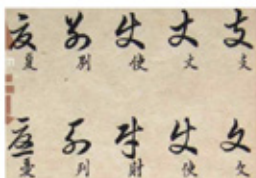
(四) 三字近似

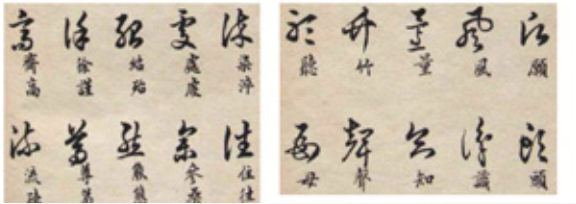
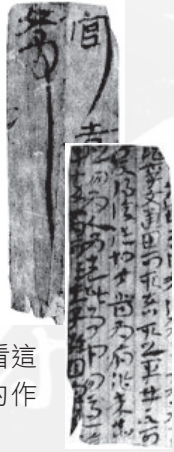


(五) 四字以上近似

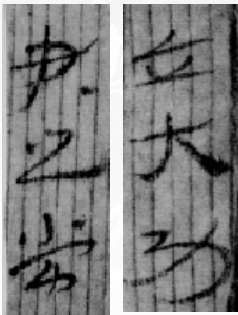



(六) 同字異寫

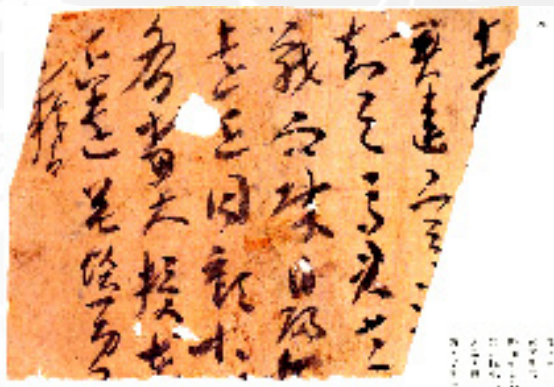


| | | | |
|--|--|---|--|
| | <p>(七) 異字同寫 (八) 特殊結構</p>  <p>三、說明學習草書應有的基本原則： 草書的學習不須過度強調技法，但要注意一些基本觀念，觀念正確方有助於草書藝術的提升。分為五點，略述如下：</p> <p>(一) 生動的線條</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 線條的力感。 ◆ 線條的節奏感。 ◆ 線條的呼應感。 <p>(二) 多變的結構</p> <p>(三) 完備的章法</p> <p>(四) 豐富的墨韻</p> <p>(五) 適性的碑帖</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節「王羲之尺牘《得示帖》」的內容和目的。</p> <p>A-8-1 二、口頭提問各種草書的寫法。</p> <p>A-8-2 三、口頭提問學生喜歡什麼風格的草書碑帖。</p> <p>B-8-1 四、鼓勵回答積極的學生。</p> <p>B-8-2 - 第二單元結束 -</p> <p>第三單元 漢代簡牘草書欣賞及臨摹 -- 敦煌漢簡</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼漢簡草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹《致將軍書》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放敦煌漢簡《致將軍書》 (圖一)等圖版。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這幾張草書作品大概是什麼朝代的作品？是漢代或是明代、清代？</p>  | <p>講解可參考 〈草書概述〉</p> <p>20</p> <p>請學生自由發表</p> <p>5</p> <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>5</p> <p>請學生自由發表</p> | |
|--|--|---|--|



| | | |
|--------------|---|---|
| <p>C-8-1</p> | <p>(三) 說明本圖版是漢代簡牘，寫在木片或竹簡上的草書，近代出土。</p> <p>二、說明《致將軍書》特色：</p> <p>(一) 此簡的書寫速度較快，筆畫簡略，所有的點畫在過程中，都發生變形，橫畫不平、豎畫不直，看不出橫和豎，但點和線抑揚起伏，節奏感比較強。</p> <p>(二) 最難能可貴的是，兩行字上下左右的大小和疏密關係處理得非常好，對比強烈，但又和諧統一。</p> <p>三、《致將軍書》臨摹習寫。</p> <p>(一) 從《致將軍書》中挑選「立大功，君之常」六字，引導學生觀察這六字的字形結構、粗細變化及豐中銳末的現象。</p> <p>(二) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。過程中不用強調筆法，線條自然即可，尊重學生的創作特色，大小、粗細、濃淡、乾溼等技巧不拘，重點是布局效果。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>二、適時鼓勵勇於創作的學生。</p> <p>- 第三單元結束 -</p> <p>第四單元：漢代簡牘草書欣賞及臨摹 -- 居延漢簡</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼漢簡草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹《永元器物簿》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放居延漢簡《永元器物簿》(圖二)等圖版。</p> | <p>5</p> <p>30</p> <p>5</p> <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> |
| <p>A-8-1</p> |   | <p>5</p> |

| | | | |
|-------|--|-----------------|----|
| C-8-1 | <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這幾張草書作品大概是什麼朝代的的作品？是漢代或是明代、清代？</p> <p>(三) 說明本圖版是近代出土的漢代簡牘，是寫在木片或竹簡上的草書。</p> <p>二、說明《永元器物簿》特色：</p> <p>(一) 《永元器物簿》編印在《居延漢簡》，是東漢和帝永元五年的作品。此簡綴連成冊，在漢簡中相當罕見，字跡非常清楚，寫得熟練且有節奏感。</p> <p>(二) 短線簡潔有力，點的筆勢在重按之後，手指一撥，具有跳動感，兩點之間的呼應顯得顧盼有情。有些長線條刻意長，或流暢直下，或曲折重按。點線雖兩極分化，但相互輝映，顯得既跳蕩又流暢。</p> | 請學生自由發表 | 5 |
| A-8-1 | <p>三、《永元器物簿》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從《永元器物簿》中挑選「明言之，八十八枚釜」八字，引導學生試著讀讀看，尤其是「八十八」。</p> | | 30 |
| A-8-2 | <p>(二) 觀察這八字字形結構、粗細變化及點的重按挑出。</p> | | |
| B-8-1 | <p>(三) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再自行掌握線條特色寫在宣紙上大膽創作。</p> | | 5 |
| | <p>參、綜合活動</p> <p>一、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>二、具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p>- 第四單元結束 -</p> | | |
| | <p>第五單元：晉代草書作品欣賞及臨摹</p> | | |
| | <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼晉代草書的書法作品。</p> | | |
| | <p>貳、發展活動：臨摹王羲之《十七帖—遠宦帖》</p> | | |
| | <p>一、引起動機</p> | | |
| A-8-1 | <p>(一) 播放《樓蘭殘紙》(如下圖)、陸機《平復帖》(圖三)、《二王尺牘》(圖四)……等圖版。</p> | 教學 ppt 釋文揭示牌 | 5 |



- (二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這三張草書作品大概是什麼朝代的的作品？是漢代或是晉代、宋代？
- (三) 說明《樓蘭殘紙》是西晉字跡，寫在紙上的草書，足證當時已大量使用紙張。《平復帖》經考證是陸機所書，是法帖之祖。《二王尺牘》是王羲之、王獻之的書信。

請學生自由發表

二、說明《樓蘭殘紙》、《平復帖》、《二王尺牘》的特色：

- (一) 《樓蘭殘紙》是西晉的作品，近代於新疆樓蘭出土。寫法上延續漢簡草書，點畫貫暢，字字相應。
- (二) 陸機《平復帖》字體介於章草與今草之間，用禿筆書寫，圓渾鈍厚，偶有散鋒，在含蓄中又非常有神采。
- (三) 二王尺牘以王羲之《十七帖》為例，點畫和結體的特徵主要有三：第一是結體為內擲。第二是簡潔。第三是結體穩當。欣賞這種作品，清雅之氣油然而生，讓人爽朗無比。

三、王羲之《遠宦帖》臨摹習寫：

- (一) 從王羲之《遠宦帖》中挑選「念足下懸情，遠宦足下兼懷」十一字，引導學生觀察這十一字的字形結構及粗細變化，並請學生依序以書空方式摹寫一遍。

請學生自由發表



C-8-1

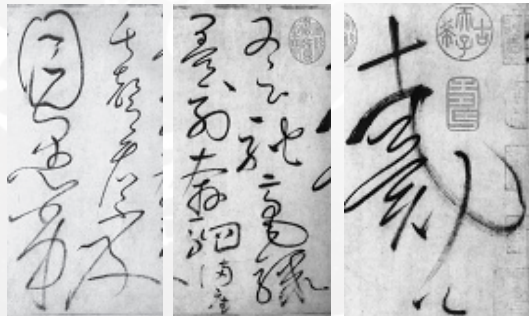
30

| | | | |
|--|--|-------------------------------|-------------------|
| <p>A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2</p> | <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說自己的發現？有沒有重複的字？在哪裡？是什麼字？揭示釋文指導學生認讀。</p> <p>(三) 教師提問：這十一個字是什麼意思？</p> <p>(四) 教師說明這是一封想念遠方好友的信。</p> <p>(五) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。過程中不必強調筆法，只要學生能注意字與字的呼應及線條的流轉自然順暢即可，如果能留意行氣更好。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節相關書帖的作者、朝代、書體及如何運用在生活上。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>二、適時鼓勵積極發表，勇於創作的學生。</p> <p>- 第五單元結束 -</p> | <p>請學生自由發表</p> <p>請學生自由發表</p> | <p>10</p> |
| | <p>第六單元：隋、初唐草書作品欣賞及臨摹</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼隋、初唐草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹孫過庭《書譜序》</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> | <p>5</p> |
| <p>A-8-1</p> | <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放智永《真草千字文》(如下圖)、孫過庭《書譜序》(圖 7-5)……等圖版。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這二張草書作品大概是什麼朝代的作品？是隋代或是唐代、宋代？</p> <p>(三) 說明智永的生平，講述「筆塚」、「鐵門檻」的故事，《真草千字文》是楷書與草書並列的作品。孫過庭《書譜序》是書法與文章雙璧的傑作，也是第一部書法美學的名著。</p> <p>二、說明智永《真草千字文》、孫過庭《書譜序》的特色：</p> <p>(一) 智永師承王羲之《十七帖》草法，《真草千字文》以正書與草書相互對應分列兩行，以真書對釋草書，既方便於初學者識讀草字，又能讓人同時欣賞到真書和草書兩種書法藝術。通篇寫得循規蹈矩，字字獨立，筆筆不苟。</p> | <p>請學生自由發表</p> <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> <p>5</p> |

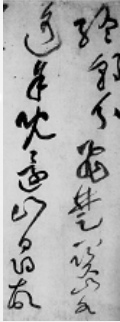
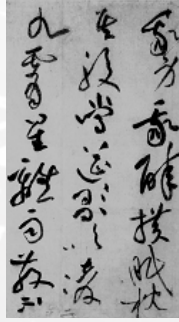




| | | | |
|--------------|---|---|-----------|
| <p>C-8-1</p> | <p>(二) 孫過庭《書譜序》全文字字獨立，有許多字的結體造型來自王羲之《十七帖》。細看作品後半部，筆致開始放縱，中鋒、側鋒、藏鋒、露鋒，交相輝映，甚至偏鋒破筆也不嫌棄。</p> <p>三、孫過庭《書譜序》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從孫過庭《書譜序》中挑選「夫質以代興，研因俗易，雖書契之作，適以記言。」十八字，引導學生觀察這十八字的字形結構及粗細變化。不用強調筆法，線條自然即可，注意字與字的呼應，線條流轉的脈絡。</p> | | <p>20</p> |
| <p>A-8-1</p> | <p>(二) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上在布局上，尊重學生的創作，大小、粗細、濃淡、乾溼等不拘，提醒行氣要清楚。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、指導學生臨摹習寫孫過庭《書譜序》後完成學習單。</p> | | <p>15</p> |
| <p>A-8-2</p> | <p>二、引導發表學習單內容。</p> | | |
| <p>B-8-1</p> | <p>三、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> | | |
| <p>B-8-2</p> | <p>四、踴躍發表及具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> | | |
| <p>C-8-1</p> | <p>- 第六單元結束 -</p> <p>第七單元：中、晚唐草書作品欣賞及臨摹</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼中、晚唐草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹懷素《自敘帖》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放張旭《古詩四帖》(圖 7-6)、懷素《自敘帖》(圖 7-7)、高閑《草書千字文》(圖 7-8)……等圖版。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這三張草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>請學生自由發表</p> <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |

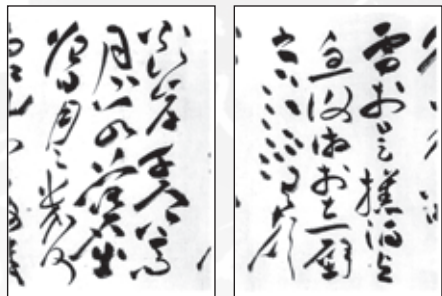
| | | | |
|--------------|---|----------------|-----------|
| <p>A-8-1</p> | <p>(三) 說明張旭、懷素與高閑的生平及相關故事。</p> <p>二、說明張旭《古詩四帖》、懷素《自敘帖》、高閑《草書千字文》的特色：</p> <p>(一) 張旭《古詩四帖》用筆提按強烈，頓挫分明；結體雄渾開張，跌宕瑰奇；章法奔蛇走虺，龍騰鳳翥；通篇以巨大的氣魄、高美的精神，展現了一幅生氣勃勃、雄偉壯觀的場面。</p> <p>(二) 懷素《自敘帖》七百餘字，一氣貫之，洋洋灑灑，筆意縱橫，如龍蛇競走，激電奔雷，書法藝術的韻律美，從《自敘帖》中得到淋漓盡致的表現。儘管《自敘帖》給人迅疾駭人的感覺，但每字點畫體勢都準確地體現了草書法度，顯示出作者精深的功力。</p> <p>(三) 高閑《草書千字文》寫得神采奕奕，筆力雄健，結字奇宕簡練，氣勢洞達，給人酣暢淋漓的感覺。</p> | | |
| <p>C-8-1</p> | <p>三、懷素《自敘帖》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從中挑選懷素《自敘帖》中「戴公又云：馳毫驟墨列奔駟，滿座千聲看不及，目愚劣。」二十一字，引導學生觀察這字群的字形結構及粗細變化並試著讀讀看。</p>  | <p>請學生自由發表</p> | <p>30</p> |
| | <p>(二) 教師提問：哪一位同學知道「自敘」是什麼意思？</p> <p>(三) 教師說明「自敘」就如同現在的「自傳」，懷素《自敘帖》其實就是懷素用草書書寫自己的創作理念。</p> <p>(四) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。提醒學生注意節奏輕快，運筆速度保持流暢。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>三、具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p>- 第七單元結束 -</p> | <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |

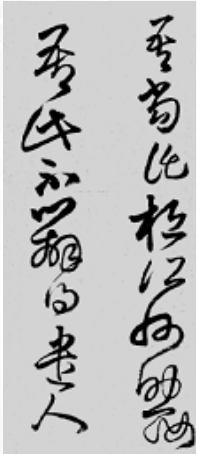


| | <p>第八單元：宋代草書作品欣賞及臨摹</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼宋代草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹黃庭堅《李白憶舊游詩》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放黃庭堅《諸上座帖》（圖 7-9）、吳說《游絲書》（圖 7-10）……等圖版。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這二張草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> <p>(三) 說明黃庭堅與吳說的生平及相關故事。</p> <p>二、說明黃庭堅《諸上座帖》、吳說《游絲書》的特色：</p> <p>(一) 黃庭堅《諸上座帖》是黃庭堅用大草書為好友李任道寫五代文益禪師的《語錄》。通篇結字雄放瑰奇，筆勢飄動雋逸，如輕雲緩行，凌霄萬變。</p> <p>(二) 吳說《游絲書》作於紹興十五年（西元 1145 年），現收藏於日本藤井有鄰館。「游絲書」說穿了就是將懷素《自敘帖》的線條統一化、纖細化，有如一條柔絲在晴空中飛舞飄揚，翩翩自得，優雅出塵。</p> <p>三、黃庭堅《李白憶舊游詩》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從黃庭堅《李白憶舊游詩》中挑選「我醉橫眠枕其股，當筵歌吹凌九霄，星離雨散不終朝，分飛楚關山水遙。」二十八字，並引導學生一邊書空，一邊觀察這二十八字的字形結構及粗細。</p> <div data-bbox="664 1093 973 1413" style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>(二) 教師提問：這一幅作品有什麼特別？是不是更自由？更奔放？</p> <p>(三) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。在用筆及布局上，強調跳脫字的結構，儘量揣摩創作者求新求變的風格，放膽練習。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>三、具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p style="text-align: center;">- 第八單元結束 -</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>請學生自由發表</p> <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> <p>5</p> <p>30</p> |
|-------|--|---|-----------------------------|
| A-8-1 | | | |
| A-8-2 | | | |
| B-8-1 | | | |
| B-8-2 | | | |
| C-8-1 | | | |

| | | | |
|---|--|---|--------------------------------------|
| <p>A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2</p> <p>C-8-1</p> | <p>第九單元：元、明中期以前草書作品欣賞及臨摹</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼元、明中期以前草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹祝枝山草書《赤壁賦》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放鮮于樞、康里巎巎、祝枝山(圖 7-11)、徐渭(圖 7-12)、董其昌(圖 7-13)等人之書作。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這幾張草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> <p>(三) 說明鮮于樞、康里巎巎、祝枝山、徐渭、董其昌等人的生平及相關故事。</p> <p>二、說明祝允明草書《赤壁賦》、徐渭《草書詩軸》、董其昌草書《試書帖》的特色：</p> <p>(一) 祝允明草書《赤壁賦》點畫線條盤旋蹦跳，穿插避讓，結體雄奇跌宕，章法上沒有行和列的區別，上下連綿，左右穿插，節奏如狂風驟雨，震電驚雷，有橫掃千軍之勢。</p> <p>(二) 徐渭《草書詩軸》點畫縱橫狂放，結體寬博開養，變幻奇倔，大小傾斜，參差錯落。作品中線條的技巧都跳脫了原有的地位與價值，呈現空前的整體審美效果。</p> <p>(三) 董其昌草書《試書帖》用筆沒有強烈的提按頓挫，化折為轉，線條粗細基本一致，圓潤細勁，委婉閑暢。它的節奏和旋律宛轉悠揚，好像江南絲竹那麼清純亮麗，創造了空靈清新的藝術風格。</p> <p>三、祝允明草書《赤壁賦》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從祝允明草書《赤壁賦》中挑選「於是攜酒與魚，復遊於赤壁之下。江流有聲，斷岸千尺；山高月小，水落石出。」二十九字，引導學生觀察這二十九字的字形結構及粗細變化。</p> <p>(二) 教師提問：請大家數一數，這二十九字中哪裡的「點」最多？怎麼讀？</p> <p>(三) 教師揭示釋文，帶領學生對照認讀並解釋句意。</p> <p>(四) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。提醒學生摒除分行和分列的慣性布局，儘量揣摩上下左右穿插的變化。</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>請學生自由發表</p> <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>30</p> |
|---|--|---|--------------------------------------|




| | | | |
|--|--|-------------------------|----------|
| <p>A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2</p> |  <p>參、綜合活動 一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。 二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。 三、具有創意的學生，適時予以鼓勵。 - 第九單元結束 -</p> | <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |
| <p>A-8-1</p> | <p>第十單元：明末、清代草書作品欣賞及臨摹 壹、準備活動 一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機 二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙 三、情境布置：於教室布告欄張貼明末、清代草書的書法作品。 貳、發展活動：臨摹王鐸《瓊蕊廬帖》 一、引起動機 （一）播放張瑞圖（圖 7-14）、黃道周（圖 7-15）、王鐸（圖 7-16）、倪元璐（圖 7-17）、傅山（圖 7-18）、黃慎（圖 7-19）等人之書作。 （二）教師提問：哪一位同學可以說說看這幾張草書作品大概是什麼朝代的作品？ （三）說明張瑞圖、黃道周、王鐸、倪元璐、傅山、黃慎等人之生平及相關故事。 二、說明張瑞圖、黃道周、王鐸、倪元璐、傅山、黃慎等人書作的特色： （一）張瑞圖《草書詩軸》重新開掘和發展內擲的傳統形式。起筆與收筆拋棄藏頭護尾的傳統戒律，斬截爽利，鋒芒畢露，英氣凜然。 （二）黃道周《草書詩軸》的用筆，沉著痛快，有北朝的剽悍之氣；結字左低右高，寓欹側於平正，有宋人影響。橫畫多用內擲，筆勢跌宕，豎畫則改用外拓。 （三）王鐸《草書詩卷》的線條強調上下提按，因此線條飛騰跳擲，有強烈的運動感；又由於折筆產生出許多角，而且上下筆畫的間隔距離很小，加上這些折角特別突顯，使結體造型的外向張力特別大。</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> | <p>5</p> |
| | | <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |

| | | | |
|----------------------------------|---|--|----|
| C-8-1 | <p>(四) 倪元璐《草書詩軸》用筆剛毅勁挺，沉鬱而有氣慨，線條中段不是一掠而過。枯筆的大量使用，常常在沒有墨的情況下還要寫，造成強烈的墨色對比。</p> <p>(五) 傅山《草書詩軸》的結體左右傾側，大小錯落，從上至下，連綿相屬，一氣呵成。作為特徵來說，尤其強調使轉，線條回環繚繞，矯健暢豁。</p> <p>(六) 黃慎《草書詩軸》源於章草，更多地融入自我的書法意趣，給人以狂怪難識之感。在清祚中期揚州書法家中，黃慎的書法頗富個性。</p> <p>三、王鐸《瓊蕊廬帖》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從王鐸《瓊蕊廬帖》中挑選「無將託桓江州助汝，吾此不辨得遣人。」十五字，引導學生觀察這十五字的字形結構及粗細變化。</p> <p>(二) 教師提問：有沒有同學可以讀出三個字以上？有沒有發現相同的字？</p> <p>(三) 揭示釋文，引導學生認讀並解說句意。</p> <p>(四) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。在用</p> | <p>請學生自由發表</p>  <p>請學生自由發表</p> | 30 |
| A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2 | <p>筆上，濃淡、乾溼不拘，在布局上，尊重學生的創作，但提醒注意字和字之間要儘量緊湊。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>三、踴躍發表及具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p>- 第十單元結束 -</p> | | |
| A-8-1 | <p>第十一單元：民國草書作品欣賞及臨摹</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 ppt、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼民國以後草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹于右任《標準草書千字文》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放于右任（圖 7-20）、林散之（圖 7-21）、王蘧常（圖 7-22）等人之書作。</p> | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> | 5 |



| | | | |
|--|---|----------------|-----------|
| <p>C-8-1</p> | <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這幾張草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> <p>(三) 說明于右任、林散之、王蘧常等人之生平及相關故事。</p> <p>二、說明于右任、林散之、王蘧常等人書作的特色：</p> <p>(一) 于右任《標準草書千字文》以懷素《小草千字文》為基礎，集歷代章草、今草、狂草及流沙漢簡之大成，並以六朝碑版強化草書的骨氣，而成一代草書大家。</p> <p>(二) 林散之《草書詩軸》以長鋒羊毫書寫，長鋒蓄墨量多，從溼到乾，從乾到枯，逐漸變化，能體現時間的流轉和運動的過程，產生節奏感。枯潤強烈的對比關係，頗有繪畫的感覺。</p> <p>(三) 王蘧常《草書跋》用筆取法碑版，逆鋒頂著紙面澀行，點畫渾厚沉雄、蒼茫老辣，而且起筆收筆不強調逆入回收，點畫既厚重又舒展。結體取法漢簡中的草書，並強調橫勢，顯得十分大氣。</p> | <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |
| <p>A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2</p> | <p>三、于右任《標準草書千字文》臨摹習寫：</p> <p>(一) 從于右任《標準草書千字文》挑選「天地玄黃，宇宙洪荒。日月盈昃，辰宿列張。寒來暑往，秋收冬藏。」二十四字，引導學生觀察這二十四字的字形結構及粗細變化。</p> <div data-bbox="415 1079 882 1256" data-label="Image"> </div> | | <p>30</p> |
| <p>A-8-1</p> | <p>(二) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。不用強調筆法，線條自然即可，注意字與字的呼應和線條流轉的脈絡。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</p> <p>三、發表踴躍及具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p>- 第十一單元結束 -</p> <p>第十二單元：應用草書完成一件斗方作品</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> | <p>請學生自由發表</p> | <p>5</p> |

| | | | |
|--------------|--|---|-----------------------------|
| <p>C-8-2</p> | <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼民國以後草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：自運李商隱〈登樂遊原〉的草書作品</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放作者草書作品。</p> <p>「釋文：江城如畫裡，山晚望晴空。兩水夾明鏡，雙橋落彩虹。人煙寒橘柚，秋色老梧桐。雖念北樓上，臨風懷謝公。青蓮居士〈秋登宣城謝朓北樓〉」</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這件草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> <p>(三) 引導學生一起來釋讀這件作品。</p> <p>二、進行作品賞析：這件草書作品以兼毫書寫，線條挺勁，用墨乾溼分明，行氣酣暢，開闔有序。此外，落款及用印甚為妥當，屬平穩之作。</p> <p>三、應用草書自運完成一件斗方作品：李商隱〈登樂遊原〉五絕一首</p> <p>(一) 揭示「向晚意不適，驅車登古原。夕陽無限好，只是近黃昏。」草書參考字例，並引導學生仔細觀察這二十字的字形結構及粗細變化：</p>  | <p>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>請學生自由發表</p> <p>字例揭示牌</p> | <p>5</p> <p>5</p> <p>20</p> |
|--------------|--|---|-----------------------------|



| | | | |
|-------|--|---------|----|
| A-8-1 | <p>(二) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。無論是布局或大小、粗細、濃淡、乾溼，都尊重學生的創作特色，只提醒行氣要流暢。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、指導學生自運李商隱〈登樂遊原〉的草書作品後，完成學習單。</p> <p>二、引導學生討論學習單上之書寫內容，並獎勵表現優異的學生。</p> <p>三、張貼學生自運的作品，進行欣賞教學。</p> <p>四、發表踴躍及具有創意的學生，適時予以鼓勵。</p> <p>- 第十二單元結束 -</p> | 請學生自由發表 | 15 |
| A-8-2 | | | |
| B-8-1 | | | |
| B-8-2 | | | |
| C-8-2 | | | |

參考文獻

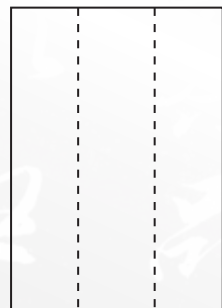
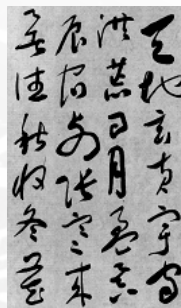
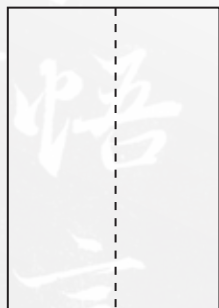
- 二玄社，《中國法書選》60冊，東京：二玄社出版，1998年。
- 二玄社，《書跡名品叢刊》209冊，東京：二玄社出版，2001年。
- 包備五，《中國書法簡史》，上海：上海書畫出版社，1983年。
- 沃興華，《書法觀止》，上海：上海人民出版社，2002年。
- 胡傳海、鄭曉華，《中國書法史話》，上海：上海書畫出版社，2002年。
- 孫寶文，《歷代名家墨跡選》，吉林文史出版社，2006年。
- 徐利明，《中國書法風格史》，鄭州：河南美術出版社，1997年。
- 啟功，《書法概論》，北京：北京師大出版社，1986年。
- 楊飛，《中國書法》，北京：中國文史出版社，2004年。
- 劉志基，《漢字體態論》，桂林：廣西教育出版社，1999年。
- 鄧散木，《草書寫法》，北京：人民美術出版社，1963年。
- 叢文俊、黃惇、華人德等，《中國書法史》，南京：江蘇教育出版 2002年。

八年級草書教學活動學習單〈八上〉

八年_____班_____號 姓名_____ 得分_____

一、這學期我們探討草書的起源、發展、寫法與基本原則後，你認為草書和過去學習過的篆書、隸書、楷書、行書有什麼不同？請把看法具體寫出來。

二、請寫出下列作品圖版的釋文。



三、在我們的生活經驗裡，草書的蹤影經常出現。請你仔細回想，曾經在哪裡看到草書？是哪些字？讓人感覺如何？請你寫下來並與同學分享。



八年級草書教學活動學習單〈八下〉

八年_____班_____號 姓名_____ 得分_____

一、在瞭解了從漢代到民國以來許多草書書法家及草書作品後，請舉出你覺得比較特別或是比較喜歡的作品至少兩件，並說明作者、作品名稱、作品特色及喜歡的原因。

二、學校提供臨摹的九件草書作品中，你比較喜歡哪一件？為什麼？臨摹時有什麼想法和感受？

三、用自運的方式進行草書創作後，你最欣賞哪一位同學的作品？為什麼？