

# 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、張子，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，重新開掘王羲之內擲法的傳統，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擲，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）

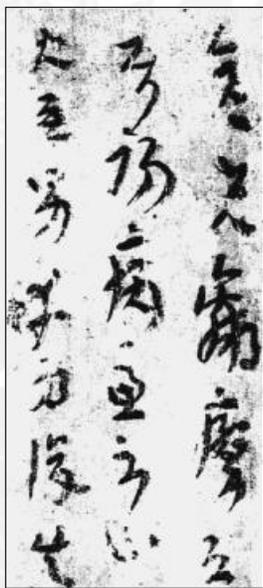
於章草與今草之間，用禿筆書寫，圓渾鈍厚，偶有散鋒，於含蓄中見精神。點畫大多沒有回收的筆勢，結束時橫向逸出，屬於章草遺法。橫畫較短，結體縱長，上下字之間沒有牽絲連貫，字字獨立，但每個字俯仰傾側，頗有奇趣。

#### （四）王羲之《十七帖》

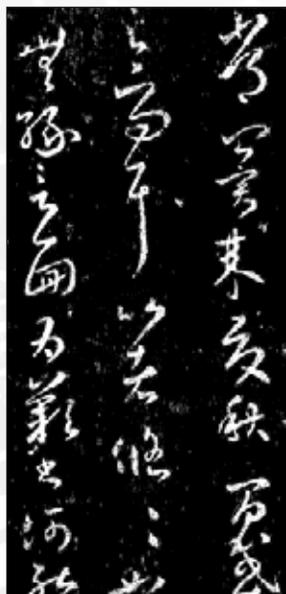
東晉王羲之（西元 303-361 年）書。《十七帖》（圖 7-4）點畫和結體的特徵主要有三：第一是結體為內擻，以方筆方折為主，造型上轉角比較多，沈尹默稱之為「骨勝」之書。第二是簡潔，起筆收筆沒有過多的牽絲纏繞，中段行筆直挺有力，點畫好像經過了千錘百煉，沒有一點雜質。第三是結體穩當，大小參差隨字形結構作自然變化。欣賞這種作品，清雅之氣油然而生，爽朗無比。

#### （五）孫過庭《書譜序》

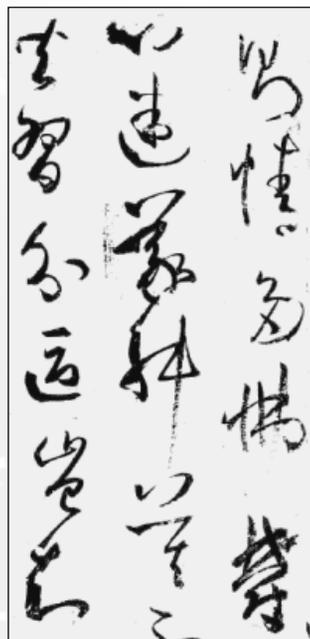
唐孫過庭（西元 648-703 年）書於垂拱三年（西元 687 年）。《書譜序》（圖 7-5）的書法創作貫徹了文章的思想，表現出要掙脫二王束縛，走變法創新之路的願望。全文字字獨立，有許多字的結體造型來自王羲之的《十七帖》。細看作品的後半部分，筆致開始放縱，中鋒、側鋒、藏鋒、露鋒，交相輝映，甚至偏鋒破筆也不嫌棄。線條的粗細、字形的大小、章法的欹側，各種對比關係充分展開，精氣神躍然紙上。



● 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》

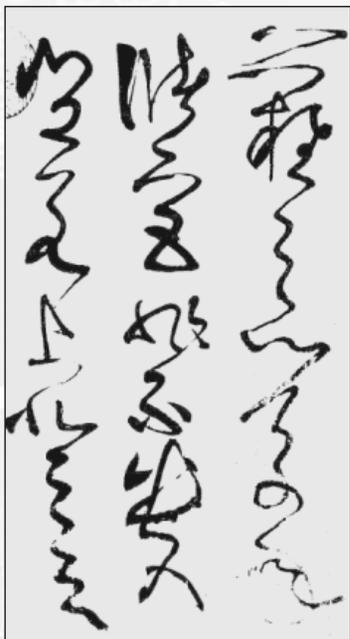
唐張旭（約西元 658-747）書。《古詩四帖》（圖 7-6）中，用筆提按強烈，頓挫分明；結體雄渾開張，跌宕瑰奇；章法奔蛇走虺，龍騰鳳翥；通篇以巨大的氣魄、高美的精神，展現了一幅生氣勃勃、雄偉壯觀的境界。

### （七）懷素《自敘帖》

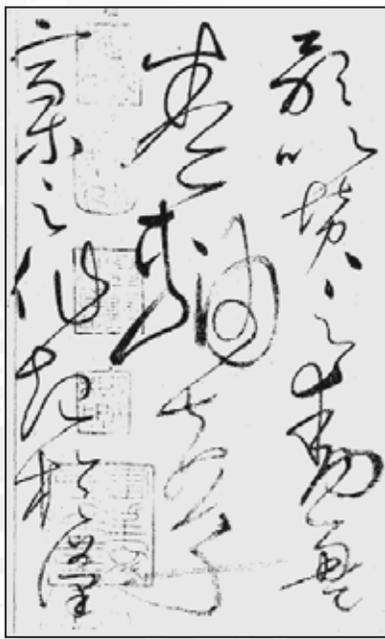
唐釋懷素（西元 725-785 年）《自敘帖》（圖 7-7）書於大曆十二年（西元 777 年）。全帖七百餘字，一氣貫之，洋洋灑灑，筆意縱橫，如龍蛇競走，激電奔雷，書法藝術的韻律美，從《自敘帖》中得到淋漓盡致的表現。儘管《自敘帖》給人迅疾駭人的感覺，但每字點畫體勢都準確地體現了草書法度，顯示出作者精深的功力。明代安岐謂此帖：「墨氣紙色精彩動人，其中縱橫變化發於毫端，奧妙絕倫有不可形容之勢。」

### （八）高閑《草書千字文》

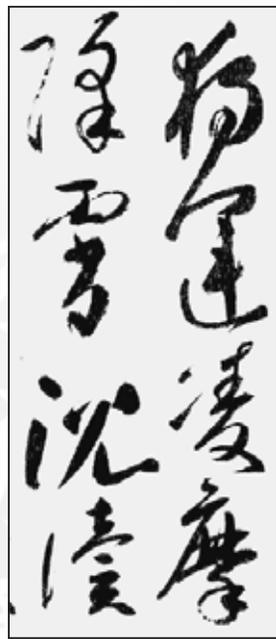
高閑（生卒年未詳），唐僧，浙江湖州人。《草書千字文》（圖 7-8）寫得神采奕奕，筆力雄健，結字奇宕簡練，氣勢洞達，給人以酣暢淋漓之感，十分精彩。其草書不同於懷素以中鋒提運的筆法，而兼用側鋒方筆，故點畫勁利，而豐腴雄渾之氣撲人眉宇，鮮于樞曾評其書曰：「高閑用筆粗，十得六七耳」，這正是其獨特的風格。



●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》

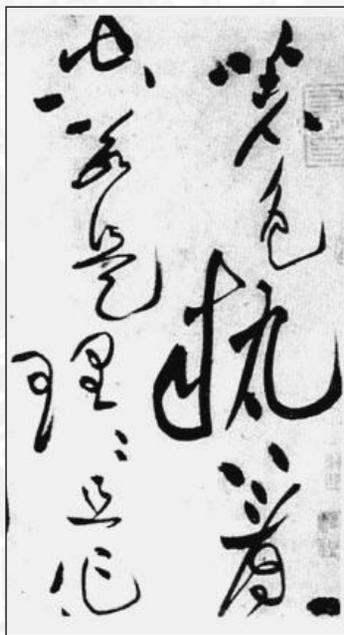
宋黃庭堅（西元 1045-1105 年）書。《諸上座帖》（圖 7-9）是黃庭堅為其友李任道用大草寫五代文益禪師的《語錄》。通篇結字雄放瑰奇，筆勢飄動雋逸，如輕雲緩行，凌霄萬變。儘管如此，仍筆筆周到，不離法度。正如他自己認為的「楷法欲如快馬入林，草法欲左規右矩。」此外，黃庭堅在行書中顯示的鋒芒險勁、韻度飄逸的特點，在草書中得到更為充分的發揮。雖運筆於尺素之間，但草書無行間字距的約束，橫斜高下，揮灑自由，無不如意。

### （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》

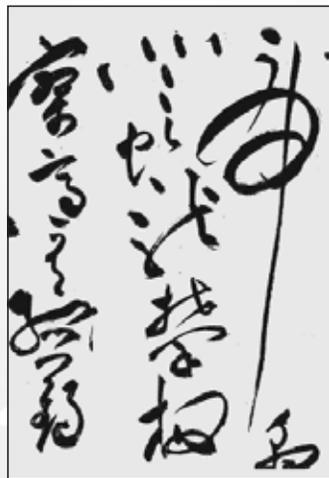
明祝允明（西元 1460-1526 年）書。草書《赤壁賦》（圖 7-11）之點畫線條盤旋蹦跳，穿插避讓，結體雄奇跌宕，大小俯仰，章法上沒有行和列的區別，上下連綿，左右穿插，



● 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》

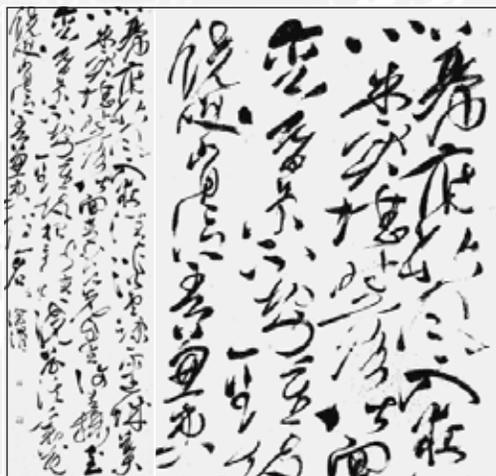
明徐渭（西元 1521-1593 年）書。《草書詩軸》（圖 7-12）點畫縱橫隳突，狂放不羈，結體寬博開養，變幻奇崛，章法大小傾斜，參差錯落。作品中線條的技巧都喪失了原有的地位與價值，不計工拙，一切服從於整體的審美效果，讓人通篇只看到線條的纏繞和點的迸濺，感受到作者那種憤懣的傾瀉、痛苦的呼號和血淚的揮灑，進而為作者那勃然不可磨滅的氣慨而肅然起敬，為英雄失路、托足無門的命運而拔劍四顧。

### （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》

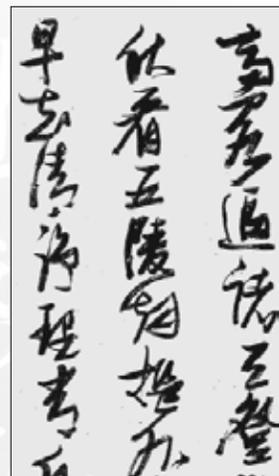
明代張瑞圖（西元 1570-1644 年）書。此件《草書詩軸》（圖 7-14）重新開掘和發



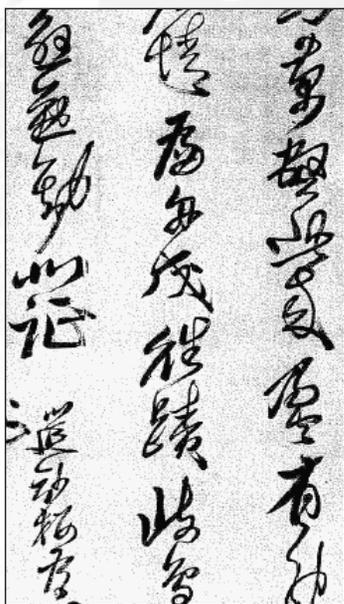
● 圖 7-12 徐渭《草書詩軸》（見《書法觀止》165 頁，上海人民出版社）



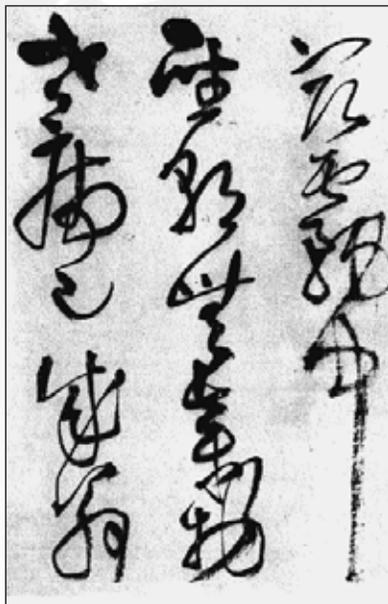
● 圖 7-13 董其昌《試書帖》（見《書法觀止》167 頁，上海人民出版社）



● 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》

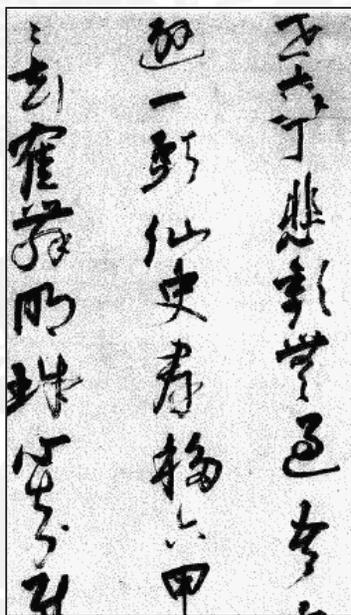
明代倪元璐（西元 1593-1644 年）書。康有為《廣藝舟雙楫》說：「明人無不能書，倪鴻寶新理異態尤多。」《草書詩軸》（圖 7-17）即是這種新理異態的表現，可從兩個方面看：一是用筆剛毅勁挺，沉鬱而有氣慨，線條中段不是一掠而過，有提按起伏和疾澀蒼潤的變化；二是枯筆的大量使用，常常在沒有墨的情況下還要寫，造成強烈的墨色對比。這兩點新理異態對後來的碑學書家啟發很大，也得到了很好的繼承和發揚。

### （十八）傅山《草書詩軸》

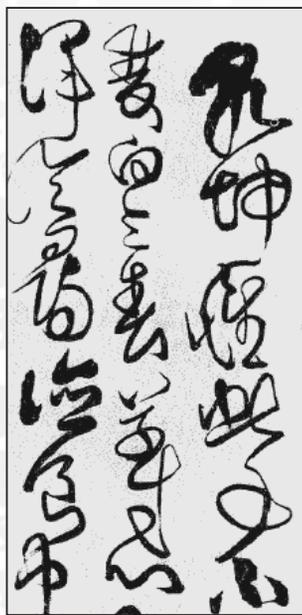
清代傅山（西元 1607-1684 年）書。傅山的《草書詩軸》（圖 7-18）結體左右傾側，大小錯落，從上至下，連綿相屬，一氣呵成。作為特徵來說，尤其強調使轉，線條回環繚繞，矯健暢豁。如果說張瑞圖將王羲之的內擲法推向了極端，那麼傅山就是將王獻之的外拓法推向了頂點，在筆勢、字形和章法上都達到了前所未有的高度。

### （十九）黃慎《草書詩軸》

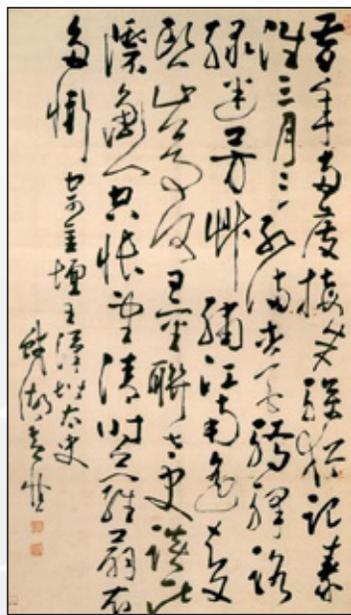
清代黃慎（西元 1687-1768 年）書。《草書詩軸》（圖 7-19）源於章草，更多地融入自我的書法意趣，給人以狂怪難識之感。在清祚中期揚州書法家中，黃慎的書法頗有特色。書法點畫紛披，結字奇古險絕，散而有序，字間連帶折轉自如，標新立異，表現出書法極強的個性。



● 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》

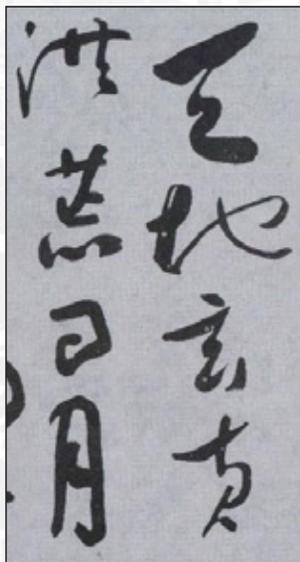
近代于右任（西元 1879-1964 年）書。于右任五十歲以後，始習草書。他以懷素《小草千字文》為基礎，集歷代章草、今草、狂草及流沙漢簡之大成，並以六朝碑版強化草書的骨氣，而成一代草書大家。所作《標準草書千字文》（圖 7-20）沉雄簡靜，風格超逸，為書法史上成功調融「碑路」和「帖路」臻達高度圓滿成就的先驅者。

## （廿一）林散之《草書詩軸》

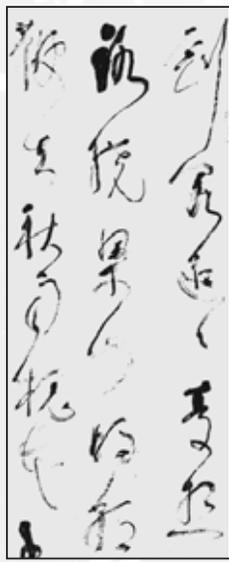
近代林散之（西元 1898-1989 年）書。《草書詩軸》（圖 7-21）以長鋒羊毫，先蘸水，後舔墨，力運筆端，墨注紙上，水墨交融，滲化泅暈，仍見行筆之跡。長鋒蓄墨量多，從泅到濕，從濕到乾，從乾到枯，逐漸變化，能體現時間的流轉和運動的過程，產生節奏感。並且「潤如春草，枯似秋藤」，枯潤強烈的對比關係，頗有繪畫的感覺。這種變化及其效果古人已經有所認識，但在林散之的筆端得到進一步的強調和誇張。

## （廿二）王蘧常《草書跋》

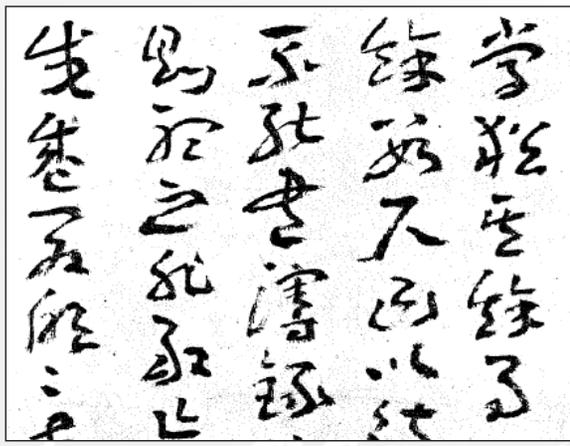
王蘧常（西元 1900-1989 年）書。王蘧常師從沈曾植，受他影響，致力於「古今雜形，異體同勢」的探索，晚年時期的書法融碑版與漢簡於一體，取得了極大成功。《草書跋》（圖 7-22）用筆取法碑版，逆鋒頂著紙面澀行，點畫渾厚沉雄、蒼茫老辣，而且起筆收筆不強調逆入回收，點畫既厚重又舒展。結體取法漢簡中的草書，並強調橫勢，顯得十分大氣，而且根據漢簡草書的構字方法，處理今草的連筆與簡略，一反平常形態，顯得奇譎詭異。



● 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）

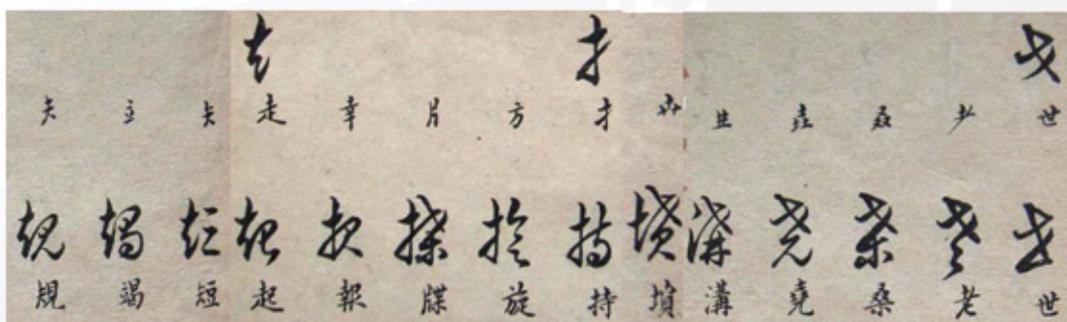
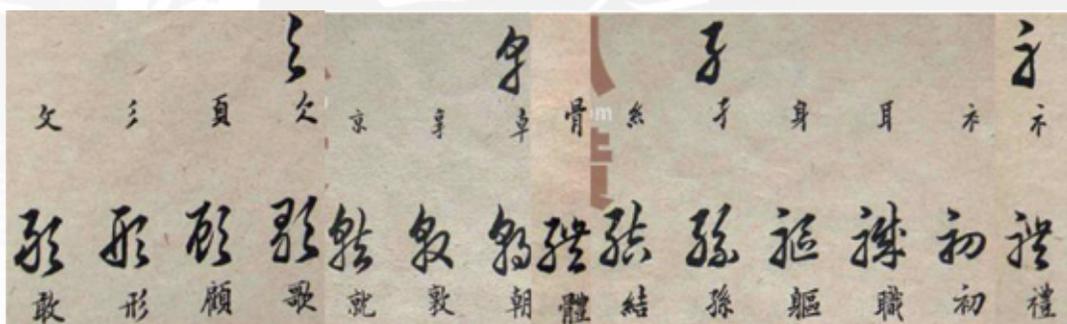


● 圖 7-21 林散之《草書詩軸》（見《書法觀止》174 頁，上海人民出版社）

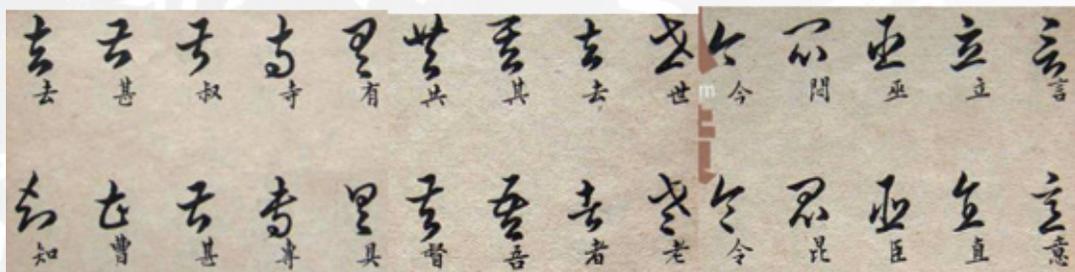
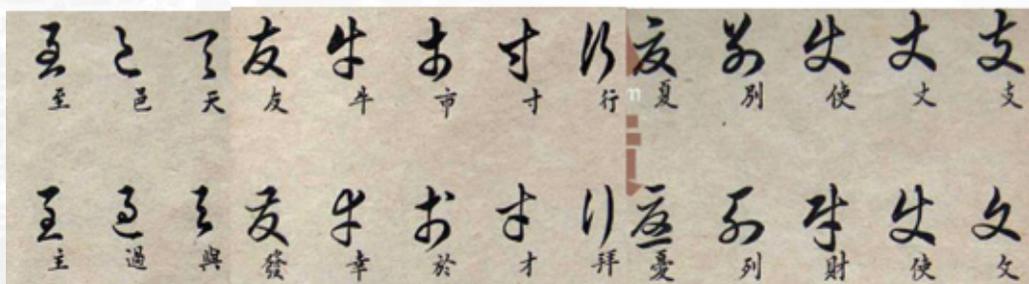


● 圖 7-22 王蘧常《草書跋》（見《書法觀止》175 頁，上海人民出版社）



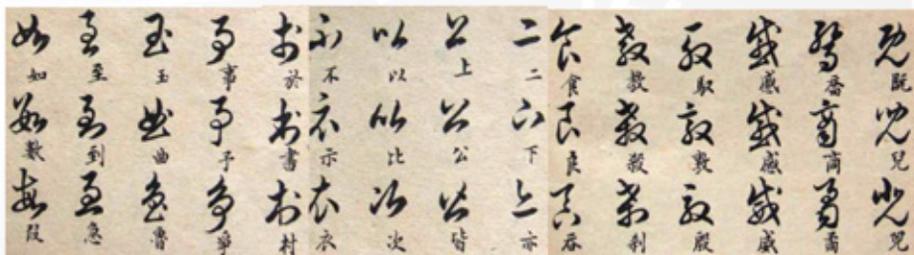


### 3、二字近似

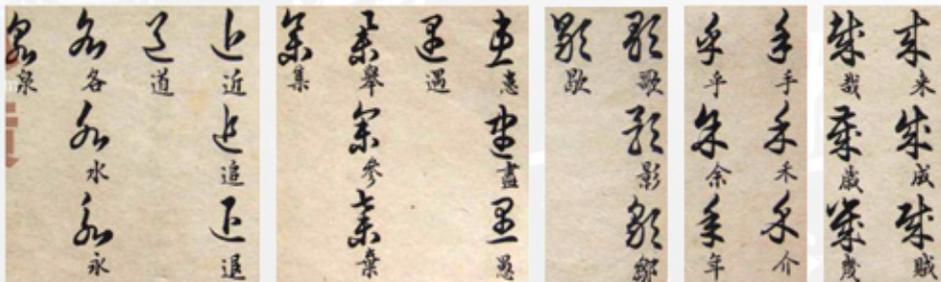




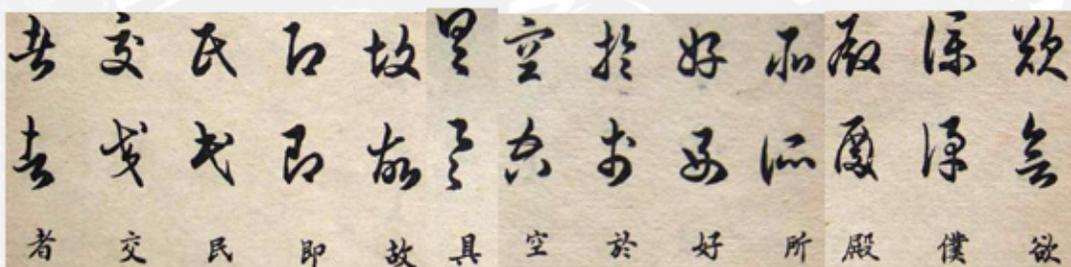
#### 4、三字近似

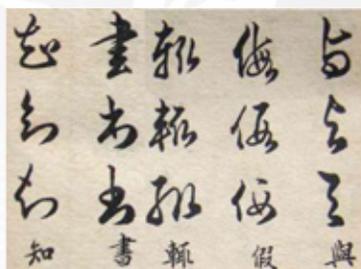


#### 5、四字以上近似



#### 6、字異寫

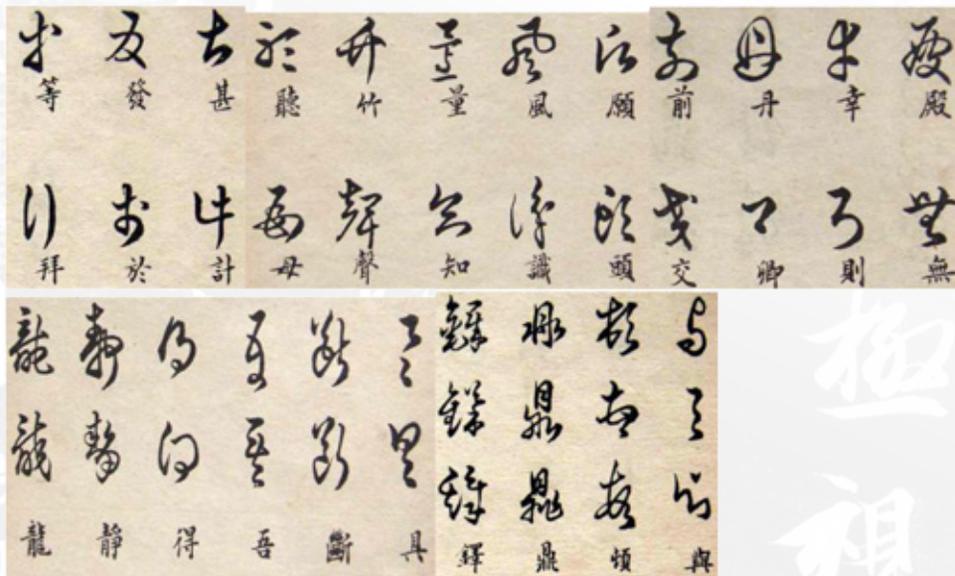




7、異字同寫



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

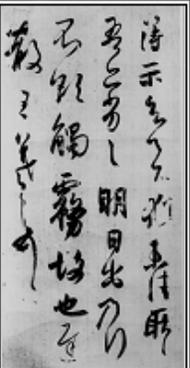


<p>A-8-1 A-8-2 B-8-1</p>	<p>三、說明草書的起源與發展：</p> <p>(一) 草書的起源：與楷書、行書一樣，都是由隸書的自由書寫逐漸演變而來。</p> <p>(二) 草書的發展：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 戰國時代：楚簡中有一些簡便的寫法（如：「其」、「為」），只能稱之為「草體」。</li> <li>2. 秦代：相對於秦篆的草體，潦草程度不大相同，秦始皇時把它叫做隸書，隸書就是當時的草體。</li> <li>3. 漢代：草體進一步發展，越寫越簡便，為了區別不同的簡便等級，於是草書這個名稱出現了，成為當時一種流行的書風。</li> <li>4. 晉代： <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 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。</li> <li>◆ 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。</li> </ul> </li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ol> <p>參、綜合活動（學習評量）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、教師口頭發問，請學生即席回答。</li> <li>二、獎勵踴躍發言及認真的學生。</li> </ol> <p>- 第一單元結束 -</p> <p><b>第二單元：草書的寫法與基本原則</b></p> <p>壹、準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機、作品釋文揭示牌</li> <li>二、學生：筆記簿、筆</li> <li>三、情境布置：於教室布告欄張貼草書的書法作品。</li> </ol> <p>貳、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、引起動機</li> </ol> <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



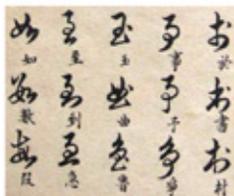
(二) 共用偏旁



(三) 二字近似



(四) 三字近似



(五) 四字以上近似

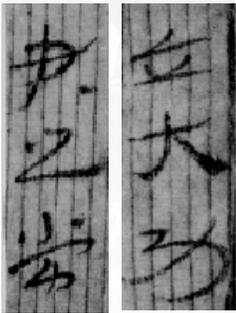


(六) 同字異寫

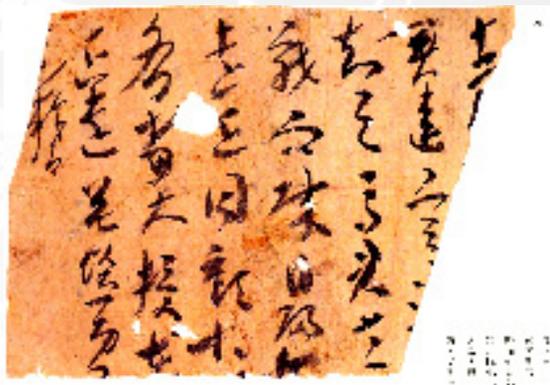


	<p>(七) 異字同寫                      (八) 特殊結構</p>  <p>三、說明學習草書應有的基本原則： 草書的學習不須過度強調技法，但要注意一些基本觀念，觀念正確方有助於草書藝術的提升。分為五點，略述如下：</p> <p>(一) 生動的線條</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 線條的力感。</li> <li>◆ 線條的節奏感。</li> <li>◆ 線條的呼應感。</li> </ul> <p>(二) 多變的結構</p> <p>(三) 完備的章法</p> <p>(四) 豐富的墨韻</p> <p>(五) 適性的碑帖</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>二、口頭提問各種草書的寫法。</p> <p>三、口頭提問學生喜歡什麼風格的草書碑帖。</p> <p>四、鼓勵回答積極的學生。</p> <p style="text-align: center;">- 第二單元結束 -</p> <p><b>第三單元 漢代簡牘草書欣賞及臨摹 -- 敦煌漢簡</b></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><b>第四單元：漢代簡牘草書欣賞及臨摹 -- 居延漢簡</b></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> <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>		5
A-8-1	<p><b>第五單元：晉代草書作品欣賞及臨摹</b></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> <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。

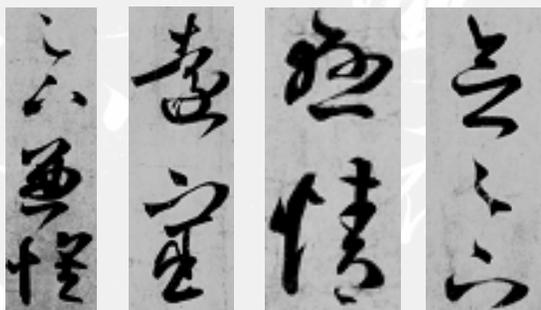
C-8-1

30

#### 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

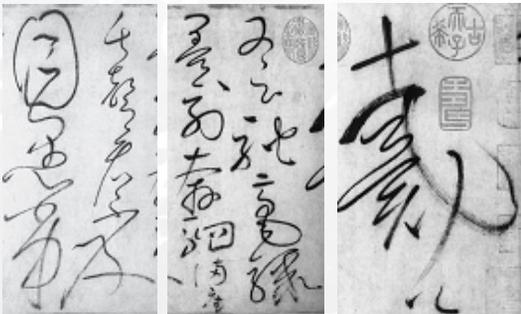


<p>A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2</p>	<p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說自己的發現？有沒有重複的字？在哪裡？是什麼字？揭示釋文指導學生認讀。</p> <p>(三) 教師提問：這十一個字是什麼意思？</p> <p>(四) 教師說明這是一封想念遠方好友的信。</p> <p>(五) 指導學生在毛邊紙上練習，熟練後再寫在宣紙上。過程中不必強調筆法，只要學生能注意字與字的呼應及線條的流轉自然順暢即可，如果能留意行氣更好。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、複習本節相關書帖的作者、朝代、書體及如何運用在生活上。</p> <p>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</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>A-8-1</p>	<p><b>第六單元：隋、初唐草書作品欣賞及臨摹</b></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>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>教學 ppt 釋文揭示牌</p> <p>請學生自由發表</p>	<p>5</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><b>第七單元：中、晚唐草書作品欣賞及臨摹</b></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>

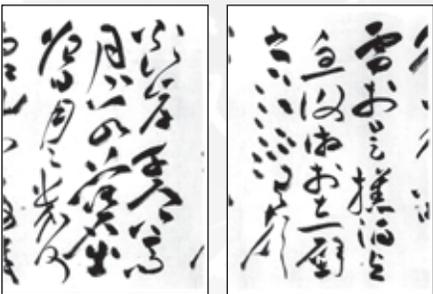
<p>A-8-1</p>	<p>(三) 說明張旭、懷素與高閑的生平及相關故事。</p> <p>二、說明張旭《古詩四帖》、懷素《自敘帖》、高閑《草書千字文》的特色：</p> <p>(一) 張旭《古詩四帖》用筆提按強烈，頓挫分明；結體雄渾開張，跌宕瑰奇；章法奔蛇走虺，龍騰鳳翥；通篇以巨大的氣魄、高美的精神，展現了一幅生氣勃勃、雄偉壯觀的場面。</p> <p>(二) 懷素《自敘帖》七百餘字，一氣貫之，洋洋灑灑，筆意縱橫，如龍蛇競走，激電奔雷，書法藝術的韻律美，從《自敘帖》中得到淋漓盡致的表現。儘管《自敘帖》給人迅疾駭人的感覺，但每字點畫體勢都準確地體現了草書法度，顯示出作者精深的功力。</p> <p>(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>

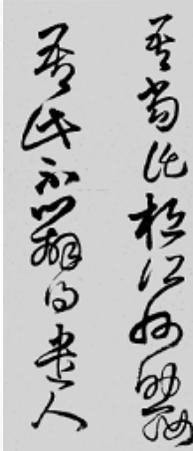


	<p><b>第八單元：宋代草書作品欣賞及臨摹</b></p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</p> <p>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</p> <p>三、情境布置：於教室布告欄張貼宋代草書的書法作品。</p> <p>貳、發展活動：臨摹黃庭堅《李白憶舊游詩》</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 播放黃庭堅《諸上座帖》（圖 7-9）、吳說《游絲書》（圖 7-10）……等圖版。</p> <p>(二) 教師提問：哪一位同學可以說說看這二張草書作品大概是什麼朝代的作品？</p> <p>(三) 說明黃庭堅與吳說的生平及相關故事。</p> <p>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" data-label="Image"> </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>- 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><b>第九單元：元、明中期以前草書作品欣賞及臨摹</b></p> <p>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：於教室布告欄張貼元、明中期以前草書的書法作品。 貳、發展活動：臨摹祝枝山草書《赤壁賦》 一、引起動機 （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。 （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。 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： （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。 （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。 （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。 三、祝允明草書《赤壁賦》臨摹習寫： （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。 （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？ （三）教師揭示釋文，帶領學生對照認讀並解釋句意。 （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><b>第十單元：明末、清代草書作品欣賞及臨摹</b></p> <p>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。</p> <p>貳、發展活動：臨摹王鐸《瓊蕊廬帖》</p> <p>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。</p> <p>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>請學生自由發表</p>	<p>5 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><b>第十一單元：民國草書作品欣賞及臨摹</b></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



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>	請學生自由發表	5
A-8-1 A-8-2 B-8-1 B-8-2	<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>		30
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。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> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、複習本節所示書帖之作者、特色、創作年代。</li> <li>二、張貼學生臨摹之作品，進行欣賞教學。</li> <li>三、發表踴躍及具有創意的學生，適時予以鼓勵。</li> </ol> <p>- 第十一單元結束 -</p> <p><b>第十二單元：應用草書完成一件斗方作品</b></p> <p>壹、準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>一、老師：教學 PPT、電腦、單槍投影機</li> <li>二、學生：書法用具、毛邊紙、宣紙</li> </ol>	請學生自由發表	5

<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

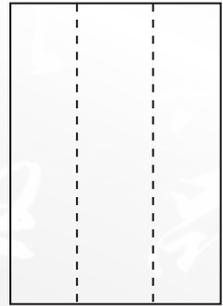
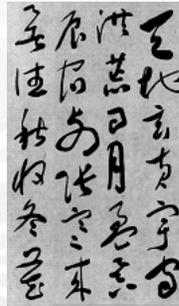
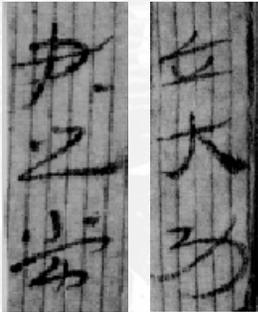
- 二玄社，《中國法書選》60冊，東京：二玄社出版，1998年。
- 二玄社，《書跡名品叢刊》209冊，東京：二玄社出版，2001年。
- 包備五，《中國書法簡史》，上海：上海書畫出版社，1983年。
- 沃興華，《書法觀止》，上海：上海人民出版社，2002年。
- 胡傳海、鄭曉華，《中國書法史話》，上海：上海書畫出版社，2002年。
- 孫寶文，《歷代名家墨跡選》，吉林文史出版社，2006年。
- 徐利明，《中國書法風格史》，鄭州：河南美術出版社，1997年。
- 啟功，《書法概論》，北京：北京師大出版社，1986年。
- 楊飛，《中國書法》，北京：中國文史出版社，2004年。
- 劉志基，《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？