



書



法

教學

國民小學團體活動

99學年度識字與寫字教學工作坊參考教材之②

教育部國語文課程與教學輔導諮詢團隊

施永華 老師作

教育部國語文課程與教學輔導諮詢團隊

99學年度識字與寫字教學工作坊參考教材之②

國民小學團體活動

教學

書法

施永華 老師作

國民小學團體活動書法教學目錄

✓ 第一篇 書寫工具的性質與運用

- 一、筆 〇〇一
- 二、墨 〇〇二
- 三、紙 〇〇三
- 四、硯 〇〇四

✓ 第二篇 書寫要領

- 一、姿勢 〇〇七
- 二、執筆 〇〇七
- 三、用筆 〇〇九

✓ 第三篇 書家碑版書跡介紹

- 一、甲骨文與墨書陶片 〇〇一
- 二、大盂鼎銘 〇〇一

三、石鼓文·····	〇一二
四、法律答問簡·····	〇一三
五、楚的金文和竹簡·····	〇一四
六、嶧山刻石·····	〇一五
七、馬王堆帛書戰國縱橫家書·····	〇一六
八、乙瑛碑·····	〇一七
九、禮器碑·····	〇一八
十、史晨碑·····	〇一九
十一、曹全碑·····	〇二〇
十二、張遷碑·····	〇二一
十三、天發神識碑·····	〇二二
十四、蘭亭序·····	〇二三
十五、中秋帖·····	〇二五
十六、饜寶子碑·····	〇二六
十七、饜龍顏碑·····	〇二七
十八、鄭文公碑·····	〇二八
十九、張猛龍碑·····	〇二八
二十、歐陽詢及其碑帖·····	〇二九
二十一、虞世南及其碑帖·····	〇三二

二十二、褚遂良及其碑帖	〇三三
二十三、書譜	〇三六
二十四、張旭及其碑帖	〇三七
二十五、顏真卿及其碑帖	〇三八
二十六、懷素及其碑帖	〇四二
二十七、柳公權及其碑帖	〇四三
二十八、蘇東坡及其碑帖	〇四六
二十九、黃庭堅及其碑帖	〇四七
三十、米芾及其碑帖	〇五〇
三十一、趙佶（宋徽宗）及其碑帖	〇五一
三十二、趙孟頫及其碑帖	〇五三
三十三、鮮于樞及其碑帖	〇五四
三十四、祝允明及其碑帖	〇五六
三十五、文徵明及其碑帖	〇五七
三十六、徐渭及其碑帖	〇五九
三十七、董其昌及其碑帖	〇六一
三十八、張瑞圖及其碑帖	〇六三
三十九、黃道周及其碑帖	〇六四
四十、倪元璐及其碑帖	〇六六

四十一、王鐸及其碑帖	〇六八
四十二、傅山及其碑帖	〇六九
四十三、朱耷（八大山人）	〇七一
四十四、鄧石如及其碑帖	〇七二
四十五、伊秉綬及其碑帖	〇七四
四十六、何紹基及其碑帖	〇七五
四十七、趙之謙及其碑帖	〇七七
四十八、吳昌碩及其碑帖	〇七八
四十九、齊白石及其碑帖	〇八〇
五十、于右任及其碑帖	〇八一

✓
第四篇 常用的書法術語

一、筆位	〇八三
二、筆鋒	〇八四
三、中鋒	〇八四
四、側鋒	〇八五
五、回鋒	〇八五
六、逆鋒	〇八六
七、逆入平出	〇八六
八、藏頭護尾	〇八七

九、藏鋒·····	〇八八
十、露鋒·····	〇八八
十一、轉、折·····	〇八九
十二、蠶頭雁尾·····	〇八九
十三、懸針、垂露·····	〇九〇
十四、一波三折·····	〇九〇
十五、疾、澀·····	〇九一
十六、牽絲·····	〇九一
十七、筆勢·····	〇九二
十八、向勢·····	〇九二
十九、背勢·····	〇九三
二十、計白當黑·····	〇九三
二十一、屋漏痕·····	〇九三
二十二、折釵股·····	〇九四
二十三、畫沙印泥·····	〇九四
二十四、筆意·····	〇九四
二十五、意在筆先·····	〇九四
二十六、筆斷意連·····	〇九五
二十七、顏筋柳骨·····	〇九五

二十八、帖寫字

〇九五

二十九、楹聯

〇九六

三十、落款

〇九六

✓ 第五篇 書法欣賞之指導

一、釋義

〇九九

二、書法之美

〇九九

三、如何指導欣賞

一〇六

✓ 第六篇 書法故事

一、臨池的由來

一〇九

二、書聖王羲之

一〇九

三、寫經換鵝

一一〇

四、退筆成塚的智永

一一〇

五、臥觀名碑的歐陽詢

一一一

六、芭蕉葉上練字的和尚

一一一

七、筆法諫政

一一二

八、草顛張旭

一一三

九、愛石成痴的白居易

一一三

十、性僻的米襄陽

一一四

十一、觀蛇悟筆法	一一四
十二、擅長章草的宋克	一一五
十三、大器晚成的書法家	一一五
十四、寧醜勿巧的傅青主	一一五
十五、六分半書的鄭板橋	一一六
十六、濃墨宰相	一一七
十七、練書忘我	一一七
十八、甲骨文傳奇	一一八
十九、金石家吳昌碩	一一八
二十、草聖于右任	一一九

第七篇 中國書法概要表

附錄

一、台中市國教輔導團寫字科輔導教學簡案	一四七
二、國立台灣美術館教案設計	一四九
三、台灣省國民教師研習會教學活動設計	一五一
四、楷書基本常識	一五五
五、楷書教材	一五九
六、隸書淺介	二一一

七、隸書教材

一一三

徵引書目

二六五



第一篇 書寫工具的性質與運用

書法常用的工具，一般以「筆、墨、紙、硯」——文房四寶為主，而書法和文房四寶，可稱是關係密切，千秋共存，因此成爲人類文化史上的瑰寶。所以，想要學習書法，對文房四寶一定要詳加了解其性質，進而要懂得如何選用和保養。

一、筆

毛筆相傳是秦代蒙恬將軍所發明的，然而據現有的考古材料，可以追溯到約六千年前的新石器時代的仰韶文化。在仰韶文化遺址的彩陶上，可看到毛筆線條所描繪的流暢紋飾，由此可推斷當時即有毛筆的存在事實。而毛筆是書法藝術最關鍵工具，其最重要的部分是筆毫，筆毫的用料和式樣，關係到書法的效果，筆毫性質約略分爲三大類：

一、硬毫：筆性較硬，其毛料有狼毛、兔毛、（因兔毛顏色較深，又稱紫毫）、狸毛、馬鬃、牛耳毛等；市面上所售豹狼毫、蘭竹筆、山馬筆等都是此類。寫出來的字比較勁利，但也比較飄忽單薄。

二、軟毫：筆性柔軟，主要以羊毫爲主。寫出來的字比較渾厚含蓄。缺點是常失之軟弱，不易提按。

三、兼毫：筆性剛柔並濟，雜用兩種或兩種以上毫性不同的毛料製成。如市面上出售的白雲、如意、長流之類皆是，適合初學者使用。

我們了解筆毫性質之後，應如何挑選一支好的毛筆呢？根據前人的經驗，一支好的毛筆必須具有「尖、圓、齊、健」等四德。

尖——筆毫聚攏時，筆鋒成尖銳狀，可使鋒力富有精神。

齊——筆毫化開壓平，見毫毛長度整齊劃一，可使毫力均勻。

圓——毛筆腰身豐實渾圓，含墨飽滿，運筆圓轉稱手。

健——筆腰彈性佳，提按自如，揮灑縱橫。

發筆時應全部發開，尤其寫大字用的大楷筆，如此含墨量才夠，墨趣變化多。發筆時最好用冷水，切記不能用熱水，否則容易傷害筆毛。使用完畢，應立即清洗乾淨，洗淨之後，將筆毫上的餘水吸乾，理順後掛於筆架或平放易吸水的紙張上，不可置入筆套，免除筆毫潮濕發臭，導致筆毫爛掉。

二、墨

與毛筆相互為用的是墨，墨的起源至今尚渾沌未明，古人傳說：「墨始造於黃帝之時」，假設墨的定義就黑，這句話是可以成立的，因為史前彩陶即有黑的線條。但是否與現代的墨同一物質，則待考證。

第二說是周朝邢夷用石質墨磨粉製成墨塊，是為後世用墨的開始。而另有一種說法為後漢韋誕所發明。

墨從品牌分，可分為兩大類，即油煙和松煙。

油煙墨是用油燒煙（主要是桐油，並和以麻油、豬油等），再加入膠料、麝香、冰片等製作。新製之墨膠質較重，存放一段時間，膠性略退後，效果更佳。

松煙墨則是用松樹枝燒煙，再配以膠料、香料而成。其色黑但缺少光澤，膠質較輕。

我們選擇墨的標準是：

一、質地堅細，堅即是緊實，細即是磨出的墨顆粒細潔。

二、色澤黑亮，以黑得泛紫為最上乘（所謂「紫玉光」即取此意），其次為純黑、青黑。

三、膠質適中，膠質太重粘筆，太輕則不濃，以適中為宜。

磨墨需注意將墨垂直，順時針方向磨，不要換向，磨時需要輕重適宜。清水逐漸加入，較易發墨。用完墨後應擦乾，放進盒子或包上紙張讓其自然陰乾，忌潮濕也忌曝曬。如使用保管得當，可防止墨條損壞。

至於平日練習，用墨汁亦可，但要選擇不要沈澱者，還要注意其味道，不要選用會嗆鼻的，尤其寫大字，用墨量大，時間上較經濟，但使用墨汁較易損及筆毛，因此應該寫完後，馬上將毛筆徹底洗淨，用剩墨汁不可用倒回瓶內，防止墨汁變質。

三、紙

造紙是我國古代四大發明之一。中國古老的造紙術對世界文明作出了巨大的貢獻。相傳紙是東漢蔡倫所發明，近一年（一九三三年之後）在大陸出土西漢時的紙張，推測產量應是不大，質地亦有待提高，所以直到蔡倫於元興元年（西元一〇五年）造出一批紙獻給朝廷後，才是較大範圍用紙書寫的開始。

書法所用的紙張大致可分練習用和書寫作品用紙，練習用紙，大都以竹漿為主要原料製成的毛邊紙，和稻草纖維製成的元書紙（台灣較少見），質地和竹紙相仿，紙質都是較粗糙，但吸墨仍好（可用反面練習，比較不光滑），適合初學者練習使用。

書寫作品用紙，則以宣紙和棉紙為佳，宣紙選柔韌細密，光潤適中，吸墨適度的紙。另外可因字擇紙，寫筆順流利的草、行書以薄的宣紙較易顯出墨韻，寫端莊厚重字體則以厚的宣紙較佳。另有一些處理過比較特殊的紙張，如泥金箋、蠟箋等，紙面較光滑，不易吸墨，因此墨落紙上，不易漫開，乾了以後，墨色呈湛湛亮光，別有墨趣。

使用宣紙或毛邊紙時保持潔淨，底下要舖上吸水墊紙或毛毯、墊布，寫完後等紙陰乾才收。

紙可存放，且存放一段時間後再使用時品質更佳，但應注意受潮，紙受潮易於變質，也不可暴晒陽光下，最好用油紙包裝好，放置於乾爽的地方。

● 宣紙因主要產地在安徽的宣城，故得名。

● 毛邊紙乃明朝毛晉用以印書者，因書的天地極寬，紙質精良，宜於寫字，人們購買書籍時，將天地裁起來練習寫字，因取毛晉印書紙之邊，故稱「毛邊紙」。

四、硯

「硯，研也，研墨使和濡也」，只要能研出墨的工具，都可稱之為硯，由於需要研出墨，所以需要研出墨，所以太光滑（如大理石），或太硬的表面就無法磨出墨來。宋朝歐陽修說：「硯可以了一世，墨可以了一歲」，可見一方硯台往往可以陪你一輩子，因此選擇好硯台是十分重要的。

而硯的起源甚早，據清末出土甲骨上殘留之墨跡考之，則殷商之時，筆、墨、硯概已出具，初期可能用筆直接在石墨上蘸而書之，後因不便，或是無法作大字，乃於堅硬物上研墨成汁，如石玉、陶磚、銅鐵皆可使用，據考證，殷商時期，青銅、陶石隨處可見，此說法應可信。

製硯的材料，大都是石材，質地須細潤而能發墨者為佳，種類及性質如下：

一、端硯：約在唐武德年間問世（西元六一八～六二六年），產於端州（今廣東肇慶）而得名，其中石質最佳者為水岩老坑，質溫性潤，貯水不涸，使用時特點之一為不損筆毫，二為發墨質細。

二、歙硯：出現唐開元年間（西元七一三～七二四年），產於歙州（今安徽歙縣），其石呈青灰色，質地較端石為嫩，質細紋密，易於發墨。

三、螺溪硯：產於台灣南投信義鄉螺溪上游，質堅性純，彰化二水為製造螺溪硯的地方。

四、其他：磚硯、瓦硯、陶硯、銅硯、鐵硯、玉硯、泥硯等。

選擇硯台應選質純性潤，紋理細密，聲音清純，手摸冰涼，易發墨，色澤佳的硯，至於形狀，長形、方形、圓形皆可，不過以貯墨較多的圓形硯台較為實用。

保養硯台有二方面要注意：

一、注意不要用有硬雜質的墨來磨，以免損傷硯面。

二、用畢後洗淨，並置些清水於硯池內，可保持硯的潤性。

其他文房用具：

- 一、文鎮：以雅緻的石材或木材製成，用來壓紙。
 - 二、墊布：用以防止墨汁滲透紙背，弄污紙張或桌面，以不吸墨的毛織類為佳。市面上有販賣不織布的墊布。
 - 三、筆架：用於懸掛洗淨的筆，使筆內水份易於流出而蒸發，防止筆毛腐爛掉毛。
 - 四、筆筒：筆毛乾了後或新筆均可放入筆筒。
 - 五、筆卷：攜帶毛筆時，最好以竹簾片做成的筆卷包卷，可保護筆毫免於受損。
 - 六、筆洗：盛水洗筆用的容器，以易清洗為佳。
 - 七、水滴：裝放磨墨用清水的容器。
- 另有印章、印泥…等，視個人學習進度而添購。

總之，工欲善其事，必先利其器是千古不易的道理，相信有了周全的工具準備，在學習書法的道路上，就已經是踏出了一大步。



第一篇 書寫要領

一、姿勢

寫字時重要的姿勢是自然平衡和心平氣和，心平氣和則可以心手雙暢。至於自然平衡則要懂得上三點和下三點取得平衡，下三點指兩足與臀部成三點，形成足安身上。上三點指兩手與背肩成三點，上下平衡使之集中力量。詳細地說，寫字的姿勢是兩足掌平行，隨腿自然開度與肩同寬，臀部平坐於椅之前緣，腰背挺直，胸部距桌邊約二—三寸，頭部稍前曲，不可太低，右手臂能自然使力，保持自然即可。

至於寫大字或篇幅較大，以及行草書，最好能用站姿書寫，否則寫大字時會使字產生變形，而寫另二項時會照顧不了全局，很難渾然一體，氣韻亦難於生動。站姿要求雙腳自然踏地，身體前傾，略彎腰，左手按紙，右手執筆，而雙腳不一定擺齊，可分開前後略錯，以舒展為宜，但不能扒在桌面上書寫。

總之，不管坐姿、站姿，雖不能強求劃一，但以不影響身心健康為前提，使周身舒展、自然為要務。

二、執筆

有關執筆要領，唐朝陸希聲所傳的五字訣：「擗」、「押」、「鉤」、「格」、「抵」，最為歷來多數書家所認可採用，其方法如下：

- (一) 擗：大拇指第一節肉墊用力向外按住筆管。
- (二) 押：食指向內押，與拇指相對用力，固定筆管。
- (三) 鉤：中指第一節肉墊向內鉤住筆管。
- (四) 格：即是抵的意思。用無名指指甲上方與肉交際處抵住筆管，令筆向外，與鉤的力量相調和。

(五)抵：中指內鉤力量強，而無名指外揭的力量弱，因此小指得貼住無名指，暗中協助無名指來制衡中指內鉤的強力。

如能依上述方法執筆，每個指頭各盡本職，一齊著力，便是「五指齊力」，亦是「指實」。另外所謂「掌虛」，便是指執筆時，手指屈曲後，與手掌造成的空間要大，掌虛運筆則能靈活，沒有拘滯的現象。因此運筆時無名指和小指不可漸行漸鬆弛，否則造成掌不虛，掌不虛整枝筆被抱死，毫無迴旋活動餘地，所有筆劃使直不直、彎不彎而造成諸多敗筆。

上述方法又稱雙鉤法，另有其他方法：

(一)單鉤法：以食指環鉤住筆，與拇指相對，其他三指置於管下方，有如鉛筆執法，此法適合書寫小楷。傳宋朝蘇東坡即用此法，造成寫出的字向左可伸展向右便拘滯不前，被時人所譏。

(二)握管法或撮管法：寫斗大以上的榜書，因所用的筆筆管粗大，雙鉤法是拿不來的，故又須用此法。此外在書寫時，又有枕腕、提腕和懸腕三種不同的方式。這三種方式與所書寫字體大小有關。

枕腕可用於寫二、三分內大小的字，筆鋒活動範圍不大，以枕腕書寫便可。此法是將手腕枕在桌上，腕肉貼在桌面或將左手掌墊在右手腕下，把右手腕給枕起來。

提腕可用於寫五、六公分大小的字。此法是把肘貼在桌面，將腕提起，如此可使運筆更靈活，筆力更易表現。懸腕可用於寫八、九公分以上的大字。此法是将整個肘與腕予以懸起，用整個肘來寫字。

初學懸腕，手臂難免會有顫抖、酸痛及不聽指揮等現象，或是寫出的字比不懸腕時難看，這些都是過渡期，練習一段時間之後，自然習慣，便不成問題；懸腕寫字，才能夠縱橫使轉，海闊天空，各盡字的體勢。尤其寫行草書，若欲求其飛逸暢快，盡態極妍，便非懸腕不可。

總之，不管使用何種方法，只要保持易於使力、運筆而不受牽制即可。

三、用筆

元朝趙孟頫說：「用筆千古不易」，也就是說，用筆的原則是千古不能改變的（各家各體的具體方法有所不同）我們認為，這一觀點是正確的。

由於書法的工具是毛筆，而且呈現紡錘狀（或稱圓椎狀），因此所能表現出的線條一定比硬筆或是扁形排筆更豐富，端看使用者能否靈活用筆。至於用筆方法粗略歸納起來，有下列數種：

(一)中鋒：下筆後筆勢挺起，力量集中筆鋒，不偏不倚，因此厚重而有力量，寫完後，線之二邊的墨先乾，中間一線後乾。古云：「錐畫沙」、「屋漏痕」即是此法。

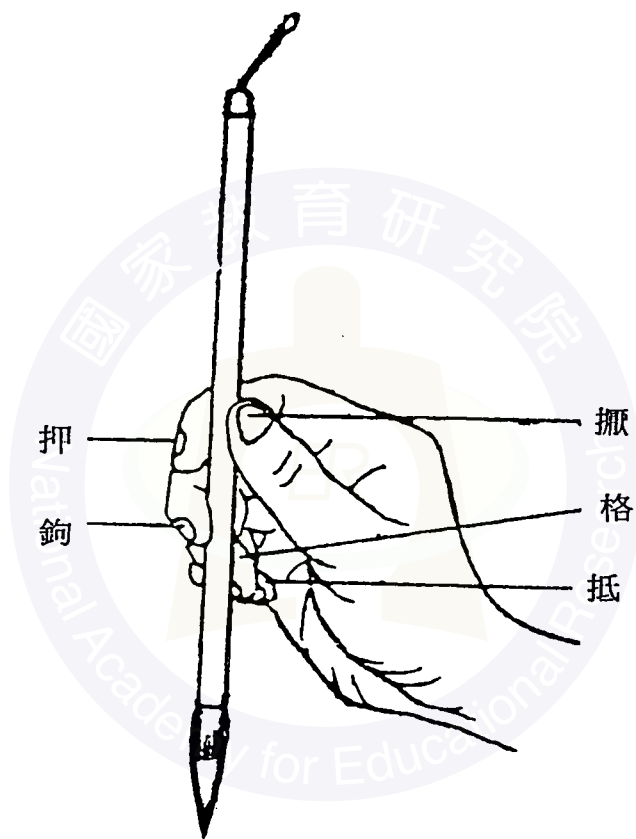
(二)側鋒：用筆在字的轉折處，軸心不轉，只用筆毫的一面，用筆稍傾，可增加字的妍媚姿勢，但如再傾斜，則成爲偏鋒，那是敗筆，不可不慎。

(三)露鋒：用露鋒入筆或出筆，雖可增加字姿態的美，但往往鋒芒太露少含蓄，宜少用。

(四)迴鋒：用筆伸展至盡處而稍頓後，筆鋒迴向而收。

(五)藏鋒：筆入紙前，將筆鋒逆藏後取勢入筆稱之，與露鋒相對，功能亦是。

此外尚有裹鋒、帶鉤鋒等，是需要反覆學習，至熟知筆性後即可綜合靈活用，日久自能融會貫通，隨心所欲，表現書法絕妙姿態。



法筆執

第三篇 書家碑版書跡介紹

一、甲骨文與墨書陶片 約西元前一四〇〇年（盤庚遷殷）

簡介：

中國最早的文字應是甲骨文，甲為龜甲，以腹甲為多，骨是獸骨，以牛骨為主，也有少數鹿骨、羊骨等。這些甲骨主要用來占卜吉凶及紀錄占卜結果的。方法是先用火灼，察看表面裂紋，從裂紋情況判斷吉凶，並將占卜之事刻于甲骨上，作為紀錄貞卜之用。

由於甲骨文出土較晚，兼以可用文字少且深奧難解，因此從事甲骨文創作的書家不多，有董作賓、羅振玉、簡經綸、陳其銓等較有成就。

賞析：

從甲骨文中可知中國人很早便特別重視「對稱美」此外在一些斷片文字上，也能看出美的均衡。

二、大盂鼎銘，約西元前一〇七〇年（西周康王）

簡介：

西周康王時器銘，傳此鼎乃清道光年間在陝西眉縣



文骨甲

禮村出土。大家。銘文十九行，二百九十一字。現藏大陸歷史博物館。

賞析：

大孟鼎是西周金文中的代表作之一，在書法藝術中占有重要地位。

(一)文字本身結構嚴謹，各部分安排妥貼，無一處有荒率隨意之感。通篇行列整齊，疏密得當。

(二)線條蒼勁、含蓄、凝練、樸茂、渾厚、圓潤、飽滿、充分表現出書寫的氣韻，以及澆鑄、墨榻所造成的氣勢。



銘鼎孟大

三、石鼓文 西元前三七四年（戰國秦獻公）

簡介：

亦稱「獵碣」、「岐陽石鼓」、「陳倉十碣」、「雍邑刻石」等，為中國現存最早的刻石之一。無年月，刻石年

代爭論很大。唐初發現於陝西鳳翔三時原，文刻於十個鼓形石上，高一百公分，直徑六十公分。每石環刻四言韻文詩一篇，記述秦國君田獵之事。現藏北京故宮博物院銘刻館。

賞析：

石鼓文在書法史上具有承先啓後的重要地位，是典型的秦國書風，對後來秦國小篆的出現產生很大的影響。

(一)結體方正勻稱，舒展流暢，線條飽滿圓潤，筆意濃厚。

(二)用筆、結字、章法已脫離金文的影響，已經沒有象形圖畫的痕跡和符號結構。

(三)從唐迄今，贏得歷代書家一致讚賞，篆書高手大都受其影響。



文鼓石

四、法律答問簡 約西元前二七〇年（戰國晚期秦國）

簡介：

法律答問簡爲雲夢睡虎地秦簡之一。書寫年代在戰國晚期，屬於古隸。

賞析：

法律答問簡是很有個性的字體，保留著許多篆書的意味，而運筆卻表現出明顯的節奏。

(一)由於美的追求，在字裏可以看到明顯的波挑和掠筆。

(二)橫向運動筆勢中，筆畫之間的映帶出現，有時更以減筆來完成。

(三)字形呈現一定角度的上傾，造成視覺上的動勢，這與後來的楷書有某種類似，頗能值得玩味。



簡問答律法

五、楚的金文和竹簡 約西元前三三〇年（戰國楚幽王）

簡介：

楚在戰國時代，占有南方廣大土地，文化本身具有崇敬神巫的神秘氣氛，因此有濃厚的宗教意識形態，楚除了金

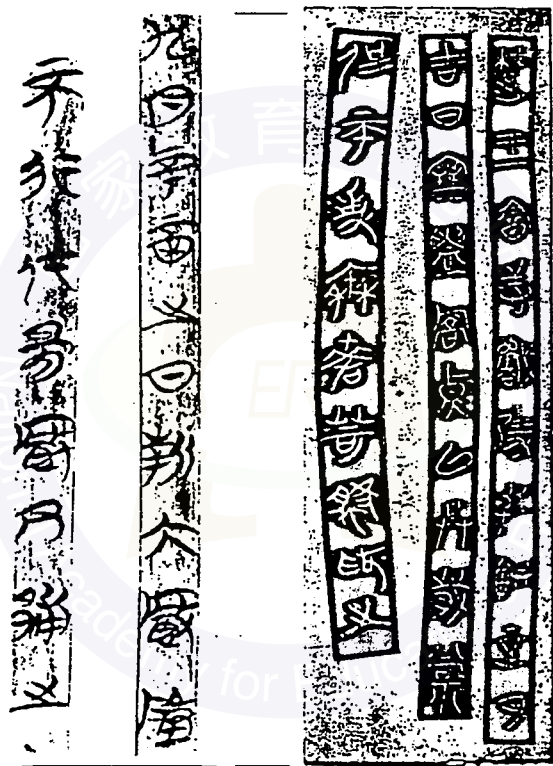
文、竹簡之外，另有帛書出土，這在文字或書法研究上提供了前所未有的珍貴資料。

賞析：

楚文字有明顯的地方色彩和獨特面目，與西周金文是完全不同的風格。

(一) 結體扁形，左右開張，具有良好的穩定性。

(二) 線條流暢蕭灑，方筆圓筆並用，充分表現出書寫的趣味，尤其弧線運用更是精彩絕倫。



楚的金文和竹簡

六、嶧山刻石 西元前二二九年（秦始皇二十八年）

簡介：

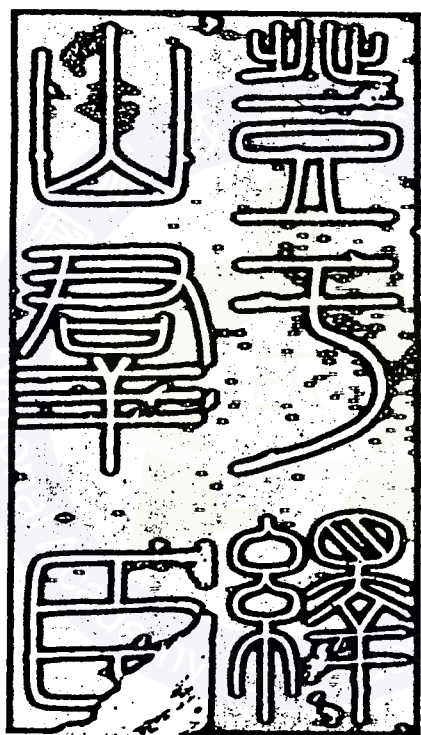
又稱嶧山碑，秦始皇東巡登嶧山而立。小篆。傳李斯書。石原在山東鄒縣嶧山，久佚。今存摹刻本。清王昶（金石萃編）記：石高八尺八寸，廣四尺三寸，兩面刻石，一爲九行，一爲六行，行十五字。

賞析：

秦小篆是在威嚴統治下的一統產物，因此理性成分比感性較多。

(一) 結體瘦長，空間均勻，充分表現出威嚴性；線條對稱及平衡，營造理性的視覺空間。

(二) 筆畫粗細相同，毫無變化，但屈曲的繚繞卻又有一股神秘幽深的意境，讓人不自主地肅穆油然而生。



秦·嶧山碑刻石

七、馬王堆帛書戰國縱橫家書 約西元前一九五年（西漢早期）

簡介：

一九七三年在是沙馬王堆三號墓出土。絹高約二十三公分，長約一九二公分，共三百二十五行，行三、四十字不等，總計一萬一千多字，出土時斷爲二十四片。內容記載蘇秦的書信和談話內容。

碑、禮器碑並稱孔廟三碑。碑高七尺八寸五分，寬三尺七寸。隸書。

賞析：

東漢隸書發展到桓、靈兩代，篆意既失、隸法又變，分勢成熟，奇麗多姿，以乙瑛碑為代表，是隸書的高峰期。

(一)骨肉勻稱，波磔分明兼具變化，筆畫粗細對比，輕重變化，頗多妙趣。

(二)結體端莊大方，字形呈現扁方整齊，方正沈厚之感，堪稱宗廟之美，是學習隸書的最佳範本。



東漢·乙瑛碑

九、禮器碑 西元一五六年（東漢永壽二年）

簡介：

全稱「漢魯相韓勅造孔廟禮器碑」、亦稱「韓勅碑」、「修孔子廟器碑」、「韓明府修孔廟碑」等。碑高七尺一寸，寬三尺二寸。隸書。

賞析：

此碑分四面，有碑陽碑陰之分，更有碑側，爲東漢碑中之絕品，近人隸聖丁念先得力於此。

(一) 筆畫較細，然細而不弱，似鐵畫銀鉤，率直而蘊藉。

(二) 雁尾、捺畫大多是方形，讓人感受到按頓筆毫的力道，以及翻鋒向上和接續向右方出鋒時收筆的灑脫。

(三) 結體方而勁挺，並能結合筆勢的動靜、向背、俯仰，和諧地彷彿彈奏出一曲優美的小提琴協奏曲。

(四) 碑陰結字變化極大，用筆不拘一格，充分表現出浪漫之美。



東漢禮器碑

十、史晨碑 西元一六九年（東漢建寧二年）

簡介：

碑刻二面，前碑刻「魯相史晨祀孔子奏銘」，通稱「史晨前碑」；後碑刻「魯相史晨饗孔子廟碑」，通稱「史晨後碑」。碑高七尺，寬三尺四寸。隸書。

賞析：

史晨碑是東漢晚期的產物，其時隸書規範已臻頂峰，因此帶有理性、節制的中和美學觀。

(一)結字方正井然有序，整篇佈局統一和諧。

(二)用筆平和，波磔分明，中鋒圓筆，逆入平出，輕重提按皆循一定規矩；在點畫間疏密安排勻稱，運筆從容不迫，讓人有端莊典雅之美感，但變化不多為其美中不足。



碑晨史·漢東

十一、曹全碑 西元一八五年（東漢中平二年）

簡介：

全稱漢郃陽令曹全碑。隸書。碑高二五三公分，寬一二三公分。明萬歷初在陝西郃陽舊城出土。現在陝西西安碑林。

賞析：

隸書是我國書法藝術寶庫中一種主要的書體，最初產生於春秋戰國時期，至東漢末期已臻成熟，期間經過五百多年的發展和演進，體勢、結構、造型和布局形成一套完整的規律。曹全碑是其中佼佼者之一。

(一)用筆以圓筆，圓潤秀麗；中鋒用筆，藏頭護尾，波磔分明，轉折處皆提按，在漢隸中獨樹一格，與石門頌一脈相傳。

(二)結字是扁平之狀，體態綽約，中宮緊縮，精氣內含，風格統一而不失變化，有麗日清風，行雲流水之感懷。



碑全曹·漢東

十二、張遷碑 西元一八六年（東漢中平三年）

簡介：

全稱「漢故穀城長蕩陰令張君表頌」。亦稱「張遷碑」。碑原在山東東平縣，現在山東泰安岱廟。隸書。高二七〇公分，寬一一五公分。

賞析：

張遷碑書風主要特點為堅實、樸茂、稚拙、倔強，並將此特點傾注於「斂」的發揮。

(一)用筆以方筆為主，力勁沈著，折接處用「內含方式」，因此造形也跟著形成方整雄厚，可說是將線質與造型冶於一爐。

(二)碑文中筆畫特別少的字，表現出線條粗重而字形較小，筆畫特多的字，則用纖細線條和較大字形，巧妙地克服了呆板的弊病。



碑遷張·漢東

十三、天發神讖碑 西元二六七年（三國吳天璽元年）

簡介：

又名「天璽紀功頌」、「紀功頌」、「吳孫皓紀功碑」、「三段碑」、「三擊碑」，傳為皇象書。其書本就山刻石，其石圓長，環而刻之，非碑也，而俗稱「天發神讖碑」。

賞析：

天發神讖碑以怪誕離奇聞名。結體用篆法，而字形取方，筆法多雜有隸意，此種創意正契合現代多元化表現的思維和多向度的審美觀。

- (一) 起收皆以方筆爲之，而豎畫爲尖垂形最爲奇特，猶如書論中之懸針矣。
- (二) 線條中不論曲、直都隱隱地表現出弧線、橫畫作俯勢，豎畫作背勢，於是方整昂健的字形便躍然其上。



天發神讖碑

十四、蘭亭序 西元三五三年（東晉永和九年）

簡介：

蘭亭序又名蘭亭宴集序、蘭亭集序、臨河序、禊序、禊帖。東晉永和九年三月三日，王羲之與謝安、孫綽等四十一人，在山陰（浙江紹興）蘭亭修祓禊之禮，作詩興樂，詩集序文蘭亭序爲王羲之所作。草稿爲行書，書成後，數度再寫，均不及草稿，遂不再謄寫。

唐太宗極好王羲之書法，盡力蒐集，後知蘭亭序爲辯才和尚所秘藏，不肯獻出，太宗乃命蕭翼喬扮書生騙取蘭亭

，此為後人流傳之故事——蕭翼賺蘭亭。太宗在世時，屢命侍臣摹榻以賜近臣，所摹者使刻之於石柱，或使臨摹傳之於世。由於臨摹者面目各異，又再三臨摹，所以種類繁多。但以定武本蘭亭和神龍本蘭亭較為世人稱道。至於真蹟則與太宗同葬昭陵，永遠佚失。

賞析：

蘭亭自唐以後，一直被奉為王字行書的代表作，由於王羲之在太宗的力捧中，地位不斷提昇，歐、虞、褚開始，大凡名家無不臨寫此帖。

(一)由於現行摹本或刻本皆是唐人所作，因此可說蘭亭的肉是唐人的，而其骨則是王羲之書法的精神所在。

(二)骨力寓於姿媚之中，自然中又蘊涵匠心，內擲的筆勢，遒勁的線條，圓融中和的體態，不管任何時代，都引導著無數崇拜者競折腰，然而如不深入王羲之的人生本質內探討，只在點畫形質上仿摹，那是容易跌入粗俗的陷井中。

世稱賢乎至少長咸集此地
有峻嶺茂林脩竹又有清流激湍映帶左右引以為流觴曲水
列坐其次雖無絲竹管弦之盛一觴一詠亦足以暢叙幽情
是日也天朗氣清惠風和暢仰

序亭蘭·之義王

十五、中秋帖 無書寫年月

簡介：

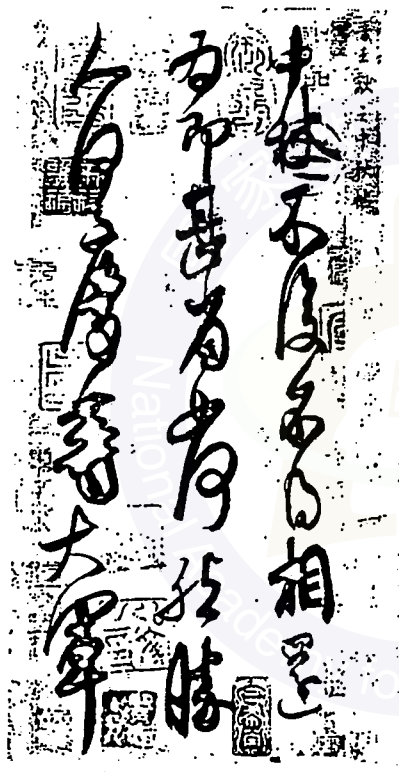
東晉王獻之書（西元三四四—三八八年），宋米芾臨墨跡紙本。二十八公分×二十二公分。行草書，凡三行，二十二字，前後皆有闕文。

賞析：

獻之是羲之的第七個兒子，天份極高，有時會對父親優美整然的草書發出反筆，因此其字較為放縱。

(一)此帖字字連綿，筆勢一瀉千里，線條所造成的氣勢和精神讓人懾服。

(二)中秋帖之前的行書大都表現古法典雅之美，至此，獻之突破了禁忌，凸顯浪漫主義的精神，影響至今，歷久不衰。



帖秋中·之獻王

十六、爨寶子碑 西元四〇五年（東晉大亨四年）

簡介：

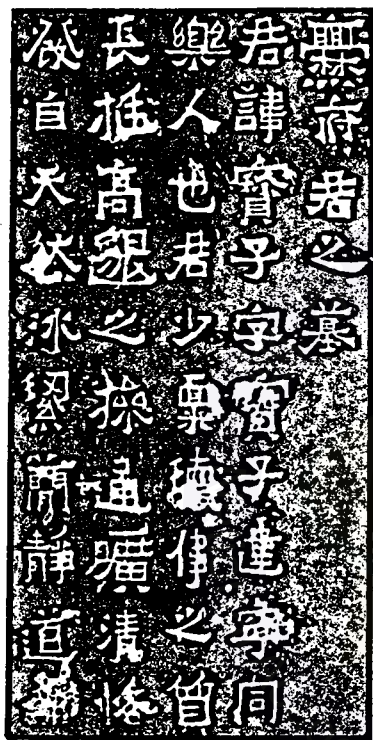
全稱「晉振威將軍建寧太守爨寶子碑」。清乾隆四十三年（一七七八年）雲南曲靖城南七十里的楊旗田發現，與「爨龍顏碑」並稱二爨，為雲南碑刻中之瑰寶。碑高一八三公分，寬六十八公分。正書。

賞析：

此碑文字簡古，介於漢分唐楷之間，結構奇巧，形象古拙、筆法嚴謹，含蓄凝練，書寫者可能尚不懂「三過折法」，在不懂此法的幼稚筆勢，概皆如此，這是值得兒童書法教學探討的有趣問題。

(一)筆法具有隸意，橫畫末端都保留著隸書向右上波挑的筆勢；另外在折接處也用隸法，筆斷再另起的筆法是其特色。

(二)字形大小不一，參差錯落，但不失純真個性，觀之體勢多變，奇姿百出，保持了古樸的書風。



爨寶子碑

十七、爨龍顏碑 西元四五八年（劉宋大明二年）

簡介：

全稱「龍驤將軍護鎮蠻校尉寧州刺史邛都縣侯爨龍顏碑」。爨道慶撰文。劉宋大明二年（四五八）九月立。碑舊在雲南陸良東南二十里的負元堡。碑高三三八公分，寬一四六公分，厚二五公分。楷書。

賞析：

此碑雄渾壯偉的氣度，莊嚴肅穆的氣象，令人肅然起敬。清康有為在「廣藝舟雙楫」言：渾厚生動，兼茂密雄強之勢。其特色如下：

- (一)繼承漢隸精髓，但將波挑收斂，且出現較多如後來楷書的橫畫收筆，以及收筆時向左下方返收的筆勢。
- (二)起筆收筆多方；字的結構和神態也極具變化。大小、方長、疏密、斜正、隨意而適，奇趣橫生。



爨龍顏碑

十八、鄭文公碑 西元五一一年（北魏永平四年）

簡介：

鄭文公碑分上下碑，上碑全稱「魏故中書令秘書監鄭文公之碑」；下碑全稱「魏故中書令秘書監使持節督袁州諸軍事安東將軍袁州刺史南陽文公鄭君之碑」，亦稱「鄭文公碑」。鄭道昭書。上碑在山東平度天柱山；下碑在掖縣雲峰山之東寒洞山。正書。下碑較上碑多三百餘字，字跡略大。二碑文同，只數處字句少異。下碑有額，正書「滎陽鄭文公之碑」二行共七字。

賞析：

鄭文公碑在魏碑中獨樹一格，具有「雲鶴海鷗」悠游閑散，怡然自得的境界，因此愈歷經時間的洗練，愈能展現出其他楷書所無法取代的審美體態。

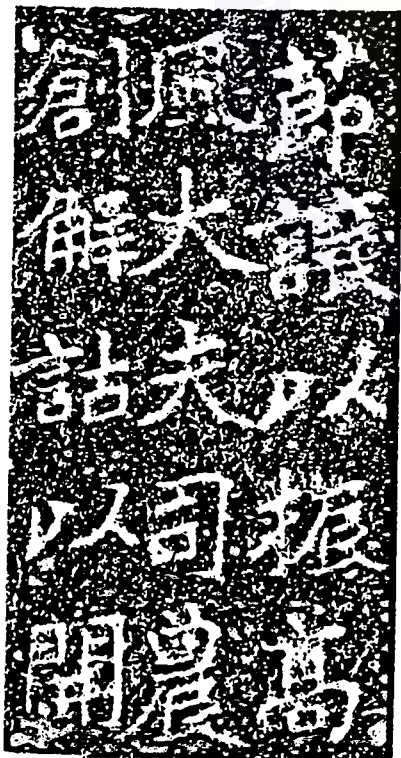
(一)善用圓筆，因為如此，所以我們可以發現筆勢的走向，在字體的形態轉側翻舞中，輕柔舒展，連帶地使姿態又極具自然，彷彿無心中深藏著用心。

(二)用筆使轉，往往方中帶圓，圓中帶方，使筆勢縱橫而無狐野猙獰之習，是其他楷書常失之一隅所無法比擬的。

十九、張猛龍碑 西元五三二年（北魏正光三年）

簡介：

全稱「魯郡太守張府君清頌碑」，北魏正光三年（



碑公文鄭

五二二）正月立。正書。碑高一九二公分，寬一一一分。碑在山東曲阜孔廟。

賞析：

此碑是北魏碑刻中的名品，用筆沈著痛快，如斷金切玉，是方筆的代表；結字險峻而富有變化，隨字賦形，往往密處縮得很緊，並將某些點畫伸長，如此伸縮，結體便更靈活變化。

(一) 結字不單考慮於一個單字，而考量上下左右的關係。

(二) 如從單字看並不四平八穩，整體看則又和諧平衡、生動活潑。

這種返樸歸真的精神與童稚的純真是毫無二致的，值得兒童書法教學者探究。



張猛龍碑

二十、歐陽詢及其碑帖

生平：

南朝陳武帝永定元年（唐太宗貞觀十五年（五五七）六四一年，八十五歲）。潭州臨湘（湖南長沙）人。字信本。唐高祖時為官給事中，後至青光祿大夫、太子率更令、弘文館學士，封渤海縣男。其書學二王及北齊三公郎中劉珉

，勁險刻勵，平正中見險絕，自成面目，人稱「歐體」。與虞世南、褚遂良、薛稷並稱初唐四大家。

傳世書跡賞析：

(一)化度寺碑：全稱（化度寺故僧邕禪師舍利塔銘）。唐貞觀五年（六三一年）立。楷書。用筆瘦勁、結體內斂，法度隸嚴。

(二)九成宮醴泉銘：唐貞觀六年（六三二年）四月刻。楷書。為歐陽詢最為著名的代表作品。

此碑表現出肅穆安祥、神清氣爽，融合南朝之清雅秀麗和北碑之遒勁雄強，剛柔並濟。點畫組織法非常精密，毫無鬆懈之處，尤其用筆更特別慎重。

(三)溫彥博碑：全稱「唐故特進尚書右僕射上柱國虞恭公溫公碑」。唐貞觀十一年（六三七）十月立。楷書。

此碑為歐陽詢八十一歲書，比其他碑字形小，用筆結構更為平和、穩實、老練，達到雍容婉麗，中和清雅之境界。比化度寺易學，比皇甫君平和，亦為學歐書最佳範本之一。

(四)皇甫君碑：全稱「隋柱國左光祿大夫宏議明公皇甫君之碑」。無書寫年月（約六二七—六四九年間）。

此碑最能代表歐書險峭的風格面貌，一絲不苟。字形瘦長縱勢；用筆方圓兼施，但仍以方筆為主，凝重有力；結構嚴謹，平正中見險勁；而章法疏朗，空靈透氣。

切	異	其	性	隨	乎	之	維
勞	軌	道	通	之	九	月	貞
而	類	者	幽	仁	成	皇	觀
寬	聚	三	洞	壽	之	帝	六
要	群	教	微	宮	宮	避	年
文	分	殊	端	也	此	暑	蓋
跡	或	源	宗	冠	則	者	夏

碑寺度化·詢陽歐

銘泉醴宮成九·詢陽歐

春	授	巨	疾	圓	拔	堂	萬
煥	命	鼓	風	儒	節	堂	壽
采	結	鼓	并	墨	飛	盛	高
記	纒	女	世	非	英	德	門
牒	纒	赴	難	馬	壯	定	世
微	纒	難	衙	擅	元	嚴	膺
烈	國	衙	須	奇	况	餘	顯
	英	須	忠	雕		慶	命

碑君甫皇·詢陽歐

碑博彥溫·詢陽歐

二十一、虞世南及其碑帖

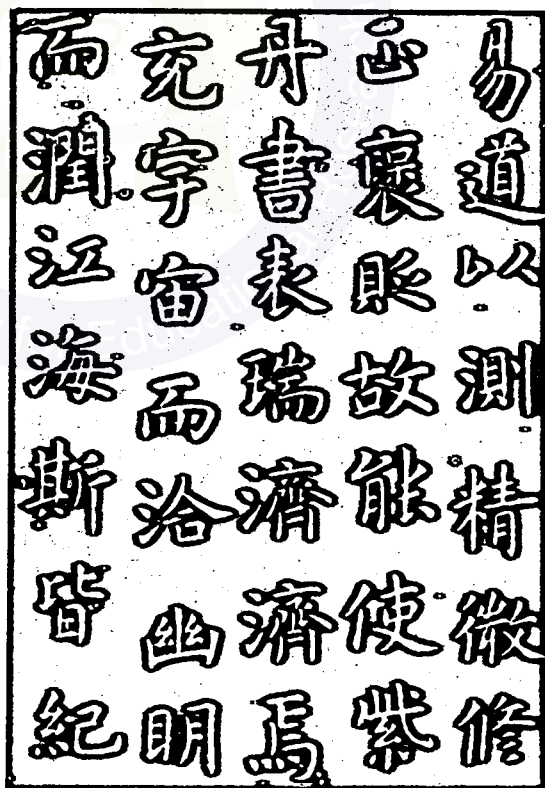
生平：

南朝陳武帝永定二年（唐太宗貞觀十二年）五五八（六三八，八十一歲）。字伯施，越州餘姚人。唐太宗時爲弘文館學士，貞觀七年授秘書監，封永興縣子，授銀青光祿大夫。人稱虞秘監和虞永興。書承智永傳授，得二王法。唐太宗每稱其有五絕：一曰德行，二曰忠直，三曰博學，四曰文詞，五曰書翰。與歐陽詢並稱。宋宣和書譜有段記載：虞則內含剛柔；歐則外露筋骨。君子藏器，以虞爲優。

傳世書跡賞析：

（一）孔子廟堂碑：唐武德九年（六二六）立，虞並撰。傳貞觀年間（六二七—六四九），僅榻數十紙賜近臣，不久石毀。武周長安二年（七〇三）武后命相王且重刻。楷書。此碑鋒芒內斂，氣字軒昂，珠圓玉潤，充分發揮了虞書的特點：含蓄、生動。

關於點畫安排，虞世南和歐陽詢觀念略有不同，虞採取合理的搭配，產生完好的整體效果；而在運筆上則努力求其簡潔，儘量在靜肅的氣氛下運行。這種一反唐代技法本位的書法風格，主要把重點放在精神內容上，而非以書法本身進展爲基礎，著實令人讚嘆不絕。



虞世南·孔子廟堂碑

二十二、褚遂良及其碑帖

生平：

隨文帝開皇十六年（唐高宗顯慶四年（五九六）六五九）。字登善。杭州錢塘人，太宗時，歷官諫議大夫，兼知起居事，中書令等。高宗時封河南縣公，進郡公，人稱褚河南。

其書初學史陵，歐陽詢、繼學虞世南，後宗二王，融會漢隸，變化多姿，自成一家。其字特色為美人嬋娟，但亦能瘦硬通神。

傳世書跡賞析：

(一)伊闕佛龕碑：摩崖刻石。亦稱龍門三龕記。唐貞觀十五年（六四一）十一月立。楷書，高三〇六公分、寬二〇〇公分。碑在河南洛陽龍門石窟。此碑筆畫剛挺堅細，而字形橫扁與右彎勾的寫法，似乎保留隸書遺意。

(二)孟法師碑：全稱「京師至德觀主孟法師碑」，唐貞觀十六年（六四二）五月立。楷書。

此碑從字裏行間透露出些許新意，可說是褚書變法的開始。字形方整嚴謹，筆畫應規入矩，行筆間增有起伏頓挫，具有較強的節奏和韻律感；因此楷法可謂精妙，學褚書若從此碑入手，較容易入門。

(三)房玄齡碑：亦稱房梁公碑。碑額有陽文篆書「大唐故左僕射上柱國太尉梁文昭公碑」。

此碑書寫年月應為貞觀二十二（二十三年（六四八或六四九）。楷書此時書風已變，與前舉二碑大不相同，而與後來雁塔聖教序有類同之處。橫畫已左低右高並俯仰有致，豎畫已明顯呈背勢，結體有收有放，氣勢開張；而且筆力瘦硬，韻味超絕，向為書法界所珍重。

(四)雁塔聖教序：全稱「大唐三藏聖教序」，亦稱「慈恩寺聖教序」。凡二石，唐永徽四年刻（六五三，十月刻序，十二月刻記）。後石刻記，全稱「大唐皇帝述三藏聖教序記」。楷書。

此碑用筆方圓兼施，筆勢變化很多，更以行書之法入楷，流利飛動，猶如入空靈無跡之境。結字於緊密中求變化，中宮收緊，四方放開，舒展大方，俯仰有情；章法疏朗，若字裏金生，行間玉潤。是褚書最高境界，也是學褚者必習寫之碑。

(五)倪寬贊：墨跡本。楷書。此書跡定為褚書很成問題，但其藝術價值高。因為筆法瘦硬挺勁，楷書中摻有行書筆意，筆勢翩翩，秀麗之中透出古厚之氣；結字寬博，章法疏朗，氣息古雅，格調甚高。

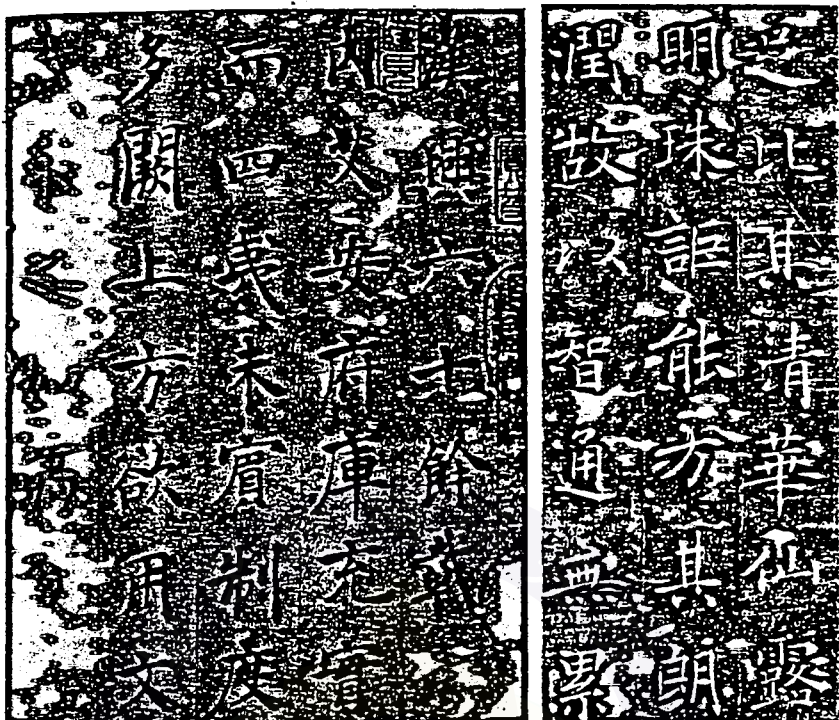
(六)陰符經：墨跡本。與倪寬贊一樣疑偽褚遂良書。此書跡橫豎均在尋求力量的變化和姿態上的衝突。難能可貴的是用蕭散恬淡的筆法，卻創造出中宮凝聚的結體，如此和諧演出，可謂竭盡風流。



碑龕佛闕伊·良遂褚



碑師法孟·良遂褚



贊寬倪·良遂褚

序教聖塔雁·良遂褚



碑齡玄房·良遂褚



經符陰·良遂褚

二十三、書譜

簡介：

墨跡本。唐孫過庭（六四八—七〇三年）書。紙本。草書。二七、二×八九二、二四公分，凡三千五百餘字。此作書於唐朝垂拱三年（六八七年），現藏台北故宮博物院。

賞析：

孫過庭書譜堪稱中國書法史上文、藝雙絕的合璧之作。文章為唐代的代表書論，全書大約可分為四部份，第一部份品第古人書，推許王羲之為首位；第二部分論書體，用點畫、使轉、形質和性情的相對字句，評論楷書和草書表現上之不同處；第三部分所論的技巧，介紹執使轉用之說，繼而進入技法的表現問題；第四部分論學書方法，應年齡、程度高低，分析學書的過程。

至於書寫技巧的特色如下：

- (一)善用各種筆法：書譜具備王字而下所創造的筆法，有中鋒、側鋒、逆鋒、裏鋒、藏鋒、露鋒等；其橫豎各具姿態，如論其點，則無點不備，並兼善篆、隸之筆。
- (二)善用節筆：書譜中節筆甚多，無論是摺紙所致，或是其他因素，都可體會孫過庭用筆之純熟和修練。
- (三)結體和章法和諧組合：書譜字形縱長，近於橢

孫過庭書譜

圓形，但善於利用上半展開，點畫空間大，下半部逐漸拉緊，如此可使其易於和下一字保持連整。另外巧妙地用重心位置和傾斜產生變化。最後因書譜是獨草體，沒有連綿，但各字末畫有充分餘韻，置放適宜的中間拍子連接下一字，肥瘦大小配合適宜，互相呼應，使整體章法具有深度。

二十四、張旭及其碑帖

生平：

生卒年不詳。唐蘇州吳（江蘇蘇州）人。字伯高，人稱張長史。工詩書，尤善草書，傳說張旭每當醉酒，便喜歡提筆揮灑。與懷素並稱，世稱「顛張狂素」。由於嗜酒，與李白、賀知章等為「酒中八仙」。

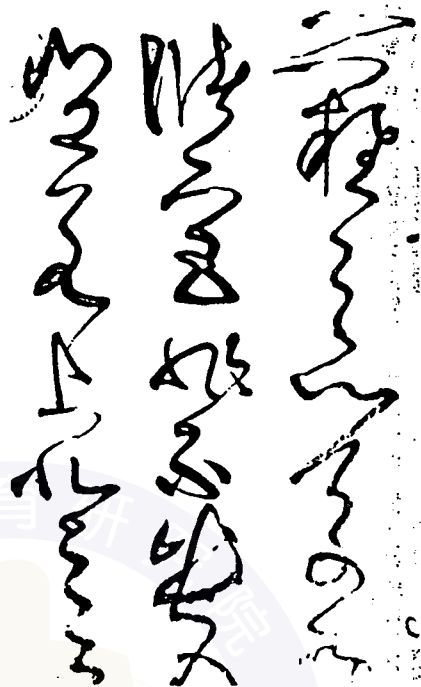
傳世書跡賞析：

(一)古詩四帖：墨跡本。無款。明朝董其昌定為張旭書。五色箋。草書。共一百八十八字。現藏中國遼寧省博物館。

明董其昌跋曰：「有懸崖墜石，急而旋風之勢。」意即此帖在章法布白上大開大合，大收大放，具有雄偉壯潤、生氣勃勃的精神；而用筆善用中鋒，圓轉自如，含蓄而奔放。

(二)肚痛帖：單刻本。傳張旭書。一說僧彥修書。草書。六行，共三十字。宋嘉祐三年（一〇五八）刻本，現藏陝西西安碑林。

此帖傾注了藝術家不可遏止的激情，氣勢連貫，自由暢達，一切隨機，不可預料。尤在每一行中前後都有強烈的轉換對比，正可表現出張旭的開闊胸襟，無拘無束，以及自由隨意的氣質和豐富的想像力。



帖四詩古·旭張



帖痛肚·旭張

二十五、顏真卿及其碑帖

生平：

唐中宗景龍三年（唐德宗貞觀元年（七〇九）七八五）。字清臣。京兆萬年（今陝西西安）人。一說臨沂（山東）人。出任平原太守，世稱顏平原。又封魯郡開國公，也稱顏魯公。

其書初自家學，又與褚遂良、張旭學書，一變古法（此古法可說二王法），自成一格，人稱「顏體」。書風特色為轉折處用暗提，形成所謂「筋」；豎畫為外拓，意即形狀向外拓展；另外捺筆保有隸意，形成蠶頭雁尾；並能善用中鋒，具有篆籀味。

傳世書跡賞析：

(一)多寶塔碑：全稱（大唐西京千福寺多寶佛塔感應碑文）。唐天寶十一年（七五二）立。楷書。現藏陝西西安碑林。

此碑是顏真卿壯年時的作品，結構嚴佳，點畫工整，稱得上端莊大方，雖未有自家風格，卻是學顏字的入門好帖。

(二)祭侄文稿：唐乾元元年（七五八）書。墨跡本。麻紙本。行草。共三百三十四字。

此稿是追悼在安史之亂中犧牲的兄長杲卿和侄子季明，作品中可看出顏真卿將心中頓挫屈鬱之情，表現於筆墨線質之中，而且流露出坦白真率，激情豪邁，不計工拙。所以其線條遒勁而舒合，與沈痛切骨的思想感情融和無間，此尤難能可貴。

(三)麻姑仙壇記：全稱「有唐撫州南城縣麻姑仙壇記」。唐大曆六年（七七二）四月立。楷書。明季毀於火。宋歐陽修「集古錄」云：「此記遒勁緊結，尤為精悍。筆畫巨細皆有法，愈看愈佳。」又「顏公忠義之風皎如日月，其為人尊嚴，剛勁，像其筆畫。」

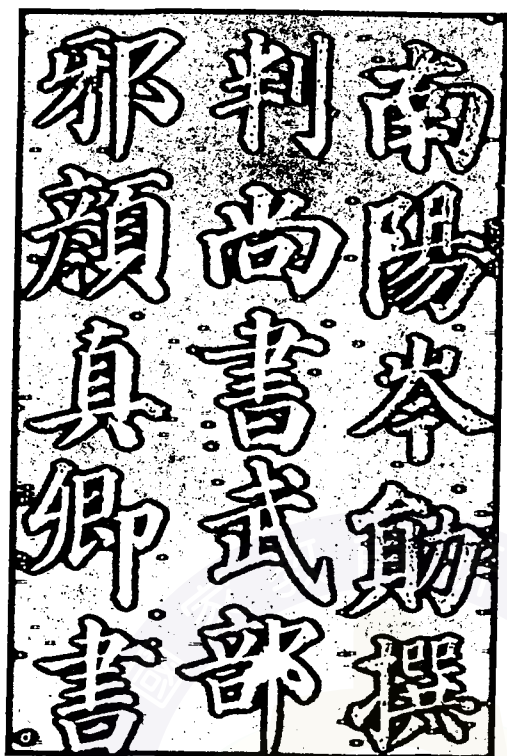
此時，「顏體」正趨於成熟，筆法、結構隨機應變，許多字的結體和用筆近乎醜怪，甚至不強調重心，是魯公表現樸拙的一種典型，這種變法是對二王書法的審美情趣的另類表現，對後代的發展起了很大的變革。

(四)顏勤禮碑：全稱「唐故秘書省著作郎夔州都督府長史上護軍顏君神道碑」。唐大曆十四年（七七九）立。楷書。現藏陝西西安碑林。

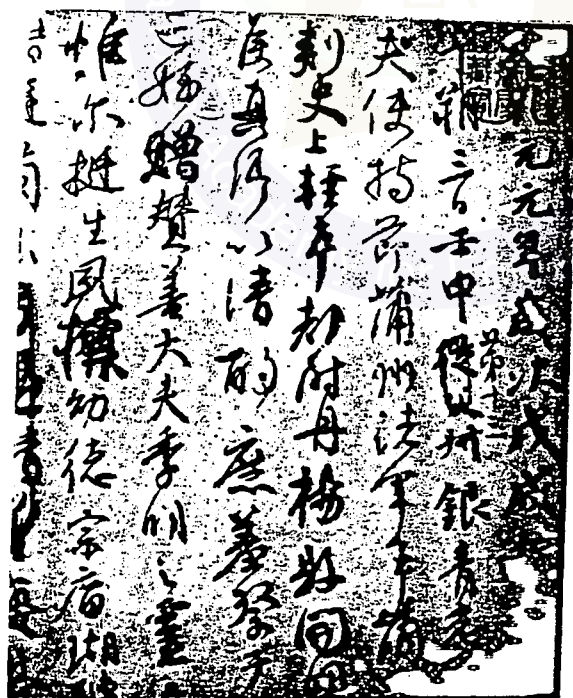
此碑是顏真卿晚年代表作之一，它一變古法，對後世影響很大。結構採上面緊縮，下部舒展，故此碑具有內鬆外緊和下鬆上緊的特色；而筆力深沈、內斂；至於筆法則方圓並施，起筆多圓筆，轉折處多為內方外圓，且不加頓挫而提筆另起，是習顏書的最佳範本之一。

(五)顏家廟碑：全稱「唐故通議大夫行薛王友柱國贈秘書少監國子祭酒太子少保顏君廟碑銘并序」。唐建中元年（七八〇）七月立。楷書。現藏陝西西安碑林。

此碑是顏其卿晚年代表作之一，也最能體現顏書成熟以後的獨特風格。顏書雄渾剛健，氣勢磅礴，可以用「大」、「重」、「厚」、「樸」、「嚴」五字形容，而這些特色都表現在此碑中。



碑塔寶多·卿真顏



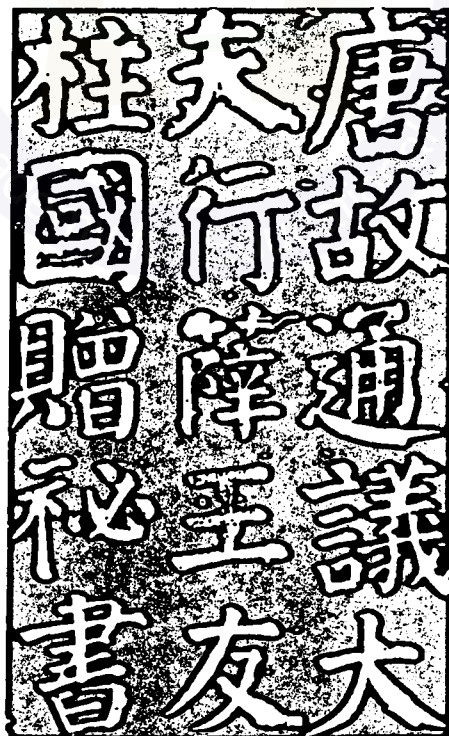
稿文侄祭·卿真顏



記壇仙姑麻·卿真顏



碑禮勤顏·卿真顏



碑廟家顏·卿真顏

二十六、懷素及其碑帖

生平：

唐玄宗開元十三年（唐德宗貞元元年（七二五）七八五年）。字藏真，湖南長沙人。爲玄奘三藏法師之門人，善書，尤好草書。嘗於故里種芭蕉爲紙作書。行徑狂蕩不拘，與張旭並稱「顛張狂素」。

傳世書跡賞析：

(一)自敘帖：墨跡本。紙本。草書。凡六百九十八字。四十一歲書。文中記敘他學書經歷和創作過程，後半段大篇幅是記載「當代名公」，即當代著名人物如顏真卿、戴叔倫等對他草書讚頌的詩作。

自敘帖是對尚法書風的徹底否定。這種否定正是書法藝術、書法觀念向高層次發展的必然結果，並且具有現代精神，這精神充滿著創造性和與前人一爭長短的審美原則，而這些特點再揉和其人格力量，所迸放的光彩耀眼奪目，是中國書法藝術的最高境界。

(二)食魚帖：亦稱（食魚肉帖）。墨跡本。古摹本（即是前人臨摹本）。紙本。草書。共五十六字。現藏青島市博物館。

本帖不作過多思考，信筆爲之，這在懷素往往以力和氣取勝的諸作品中，較爲特殊。因爲懷素對自己的作品是十分愛惜和讚賞的，他在技巧的功夫和自我要求也是很嚴格的，因此，無論如何狂放皆能不失法則，所以此帖正是他徹底顛覆既有的法度，結果完成一個全新的自我，誠爲難得。



帖敘自·素懷

二十七、柳公權及其碑帖

生平：

唐代宗大曆十三年（唐懿宗咸通六年（七七八）八六五），字誠懸。京兆華原（今陝西耀縣）人。官歷中書舍人、諫議大夫、工部侍郎、太子賓客，至太子少師，封河東郡公。工書，尤以楷書著名，世稱「柳體」，與顏真卿並稱顏、柳。

柳體書法總結初唐四家及顏真卿的成功經驗及不足之處，取眾家之長自立門戶，其書有瘦硬之特色。宋朝米芾「



帖魚食·素懷

海嶽名言」云：「……柳公權如深山道士，修養已成，神氣清健，無一點塵俗……」。此一評語允為恰分。

傳世書跡賞析：

(一)金剛經：唐長慶四年（八二四）四月刻。楷書。石毀於宋。有甘肅敦煌唐榻孤本傳世，一字未損。現藏法國巴黎博物館。

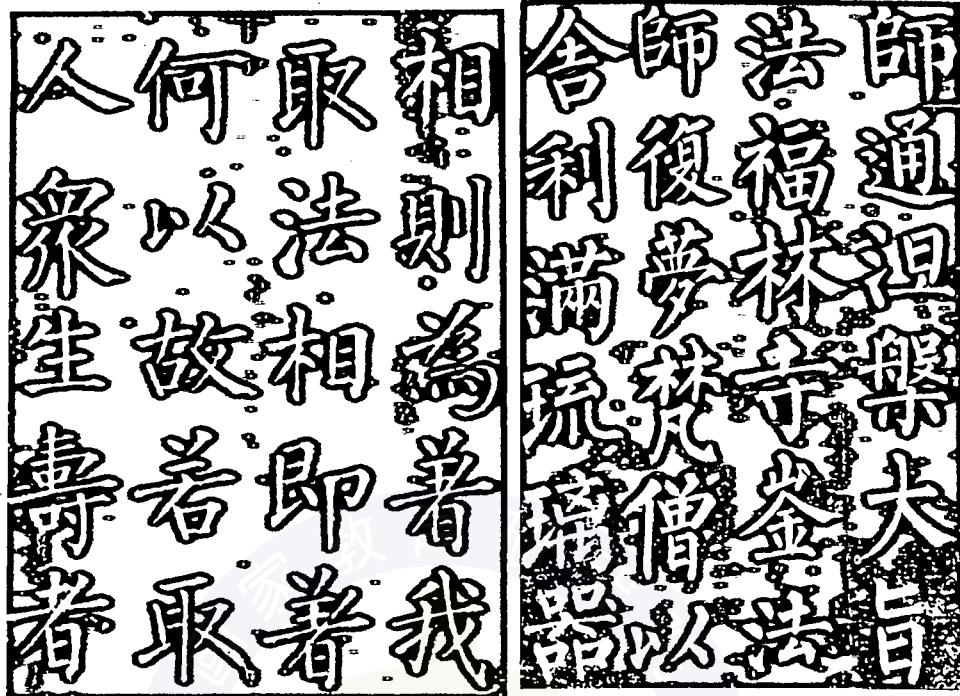
金剛經為柳公權四十七歲時所作，字雖小，但風格鮮明，為柳氏早期重要作品。用筆勁健靈活，結體嚴謹平穩。表現出筆到力到，精神外溢的藝術情調。是學習柳字的最佳範本之一。

(二)玄秘塔碑：全稱（唐故左街僧錄內供奉三教談論引駕大德安國寺上座賜紫大達法師玄秘塔碑銘並序）。楷書。唐會昌元年（八四一）十二月立。

玄秘塔妙在既有「斬釘截鐵」的柳體特性，又富於變化。尤其筆畫粗細的運用，避免了單調。二是用筆靈活，雖然柳字平直的筆畫多，但偶用曲線調和，此亦為其特色，總之，此碑乃柳公權長年修練之正果，充滿自信的氣魄，最能表現柳書之個性。

(三)神策軍碑：全稱（皇帝巡幸左神策軍紀聖德碑並序）。唐會昌三年（八四三）立。楷書。原石久佚。傳世僅宋賈似道舊藏本上半冊，現藏北京圖書館。

此碑是書刻俱佳的楷書精品，不但具有柳字的瘦硬特色之外，並且掃除「露骨」弊病，骨肉勻稱，神態溫雅。而撇捺仍具顏書的意味，尤以長捺在碑中更明顯。本碑是學柳書的最佳範本。



經剛金·權公柳

碑塔秘玄·權公柳



碑軍策神·權公柳

二十八、蘇東坡及其碑帖

生平：

宋仁宗景祐四年（宋徽宗建中靖國元年（一〇三七）—一〇一）人。字子瞻，號東坡居士。眉州眉山（今四川眉山）人。

同朝黃庭堅（山谷集）：「東坡道人少日學蘭亭，故其書姿媚似徐季海，至酒酣放浪，意忘古拙，字特瘦勁似柳誠懸。中歲喜學顏魯公、楊風子書，其合處不減李北海。本朝善書者自當推為第一。」對於蘇東坡可說推崇備至。然而又有人譏諷其用筆不合古法，造成左撇順暢痛快，右捺拗手難伸，俗稱「左榮右枯」。如此弊病對蘇東坡而言，反倒自成特色。所以書法藝術有時是見仁見智的。

傳世書跡賞析：

(一) 黃州寒食詩帖：是東坡遭貶黃州期間，時值元豐五年（一〇八二），四十六歲時書，內容為兩首五言長律。為東坡行草書的最高成就。現藏台北故宮博物院。

本作兼有顏真卿的沈雄，楊凝式的顛逸，李建中的豐潤，為書法史上行草的代表作之一。

(二) 李白詩仙卷：書於元祐八年（一〇九三）七月十日。蠟箋本。行書。日本大阪市立美術館藏。

本卷線條優雅，行氣從容，章法疏密有致，予人一種精美絕倫之感；復加詩意與筆墨渾然一體，自然流露出蘇東坡追求「全人」的淨化心境。

破竈燒滷葦那

知是寒食但人烏

銜 君門深

九重墳墓在万里

哭塗窮死不吹不

起

蘇東坡·黃州寒食詩帖

人生留上第光滅巧妍盡春風
燒榭預日与坐進只知雨露貪不
閑寒苦近我若飛骨時時見
當塗墳青衫霜祖霞縹緲
山下村吹死月魄無復破
驟急念此一脫灑長男終

蘇東坡·李白詩仙卷

二十九、黃庭堅及其碑帖

生平：

宋仁宗慶曆五年（宋徽宗崇寧四年（一一〇四五）一一〇五）。字魯直，號山谷道人。洪州分寧（今江西修水）人。與張耒、晁補之、秦觀俱遊于蘇軾門下，世稱「蘇門四學士」。其詩作奇崛放縱，卓然成家，與蘇軾並稱「蘇黃」，為江西詩派所宗。書法尤精，為宋四家之一。善草書，取法懷素，另闢蹊徑，自成風格。

傳世書跡賞析：

(一)花氣薰人帖：書於元祐二年（一〇八七）。紙本。草書。台北故宮博物院藏。

此帖是一首黃山谷自作七言絕句詩，是詩書兩絕之作，詩句感情平和，書法沈著有力，字與字之間都不牽絲連屬，自成獨草，但氣勢連綿跌宕，詩境與書境十分諧調，予人悠閑靜謐之感。

「國立故宮博物院瑰寶（台北）—帝國的回憶」，在法國巴黎大皇宮國家藝術館展出，日期是民國八十七年（一九九八）十月廿日至翌年（一九九九）元月二十五日；並於（一九九八）八月二十二日至三十日在故宮預展，益見其珍貴。

(二)李白憶舊遊詩卷：無記年。草書。可信為山谷晚年所作。

此書沈雄超邁，豐姿跌宕，豪縱奇逸，與李白這首浪漫抒情的詩文取得了高度的統一與和諧，達到了完美的藝術境界。可見書家為詩意所感染，而其發出的勢烈且奔放的創作激情，正是書藝的可貴之處。

至於用筆寓剛於柔，含蓄而凝煉，似春柳隨風，輕鬆流暢卻又澀勁沈著；而布白則若龍騰蛇走，舒捲自如；其氣韻清華純樸，秀骨飄然，無一點塵俗氣。

(三)黃州寒食帖跋：書於元祐三年（一一〇〇）七月。紙本。行書。台北故宮博物院藏。此跋老筆紛披，點畫生動，給人一種「以側險為勢，作橫逸為功」的筆調風格。

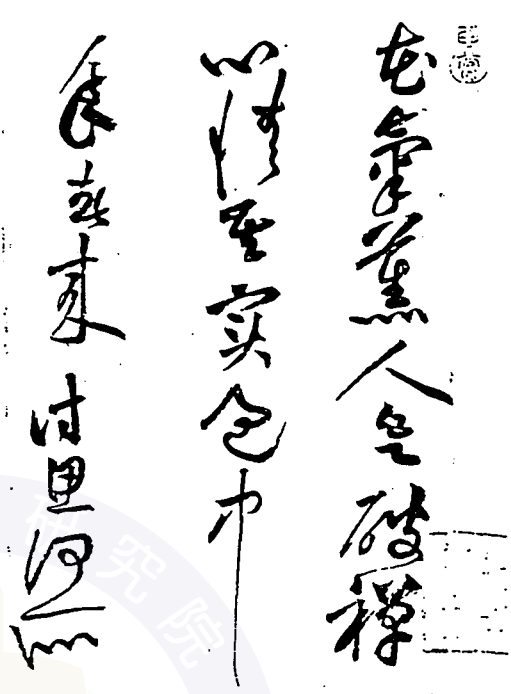
而此筆調貫徹於創作過程，不僅在墨跡的實處呈現，也能顧及虛白的空靈，這種特色在字與字間的安排更能自然顯露，因為往往下一個字直入上一字的空白處，遂形成緊密的契合。

(四)伏波神詞詩卷：書於建中靖國元年（一一〇一）。紙本。行書。現藏東京細川護立氏。

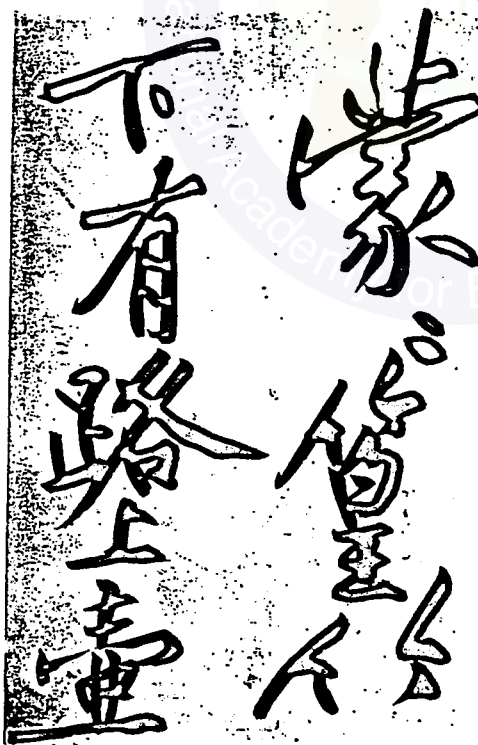
本卷為黃山谷晚年甚為得意之筆。文徵明稱為「雄偉絕倫，真得折釵，屋漏之妙。」真是道破山谷強烈奔放，縱擒自如的筆勢，以及險峻雄偉的布白，和恢宏開張的心緒與爽勁挺拔的風格。



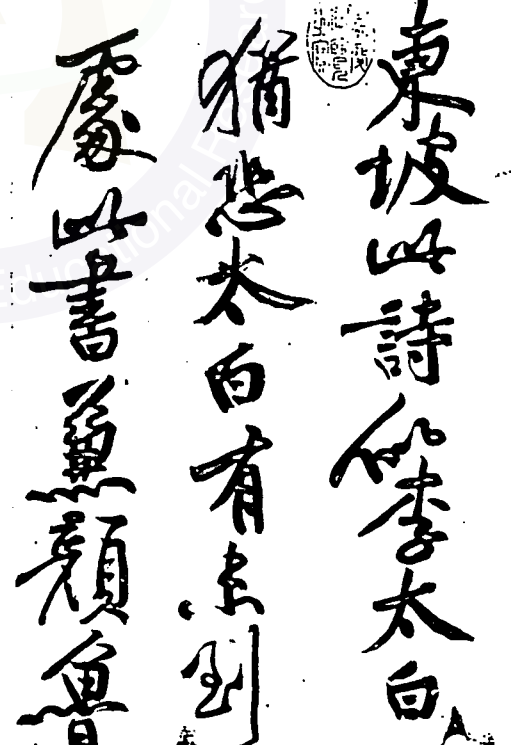
卷詩遊舊憶李白·堅庭黃



帖人薰氣花·堅庭黃



卷詩詞神波伏·堅庭黃



跋卷詩食寒州黃·堅庭黃

三十、米芾及其碑帖

生平：

宋仁宗皇祐二年（宋徽宗大觀元年（一〇五一）—一〇七）原名黻，元祐六年以後改作芾。字元章，號襄陽漫士、海嶽外史、鹿門居士；人稱「米南宮」或「米顛」。祖籍太原，徙居襄陽。其書法與蘇（東坡）、黃（山谷）、蔡（蔡襄，一說蔡京）並稱「宋四大家」，對後世影響很大。

自述學書經歷，少時學顏，後見柳公權緊結而學之，久之，知出於歐（歐陽詢），乃學歐，後再學褚遂良、段季展，最後入晉魏的平淡。並自謂其書為「刷字」。

傳世書跡賞析：

(一) 苕溪詩：書於元祐三年（一〇八八）八月八日。行書。墨跡紙本。現藏北京故宮博物館。

苕溪詩用筆特殊處在於側鋒取勢，突破傳統，蓄意八面出鋒，運其匠心；結體則破壞再重建平衡、對稱之法，獨創欹側的結構，因而取得了活躍的生命力，及其對心靈、性情的敏感反映。

(二) 蜀素帖：書於元祐三年（一〇八八）。絹本，現藏台北故宮博物院。

蜀素帖乃是寫於烏絲蘭白絹上，深得王羲之及六朝人筆法。結體欹側富於變化。所書自作諸體詩，更能相得益彰。如能親臨台北故宮一睹真蹟，可見絹布織紋與筆墨作用的效果，更可體會書藝與工藝相互暉映的感人情懷。

辛歲依情竹三時看好
 花懶傾惠泉酒點盡
 翠源茶主席多同好群
 客伴不詳朝來還窈
 簡役起故學差 余舟辛歲

詩溪茗·芾米

擬古
 青松勁挺姿凌霄
 吐
 屈盤種出枝葉
 連上松端秋花起烽烟
 旆旌室錦殿不
 自立舒光射丸
 相見
 吐子效鶴粒縮頸還

帖素蜀·芾米

三十一、趙佶（宋徽宗）及其碑帖

生平：

宋神宗元豐五年（宋高宗紹興五年（一一〇八二—一一三五）。神宗第十一子，初封端王，後為徽宗。

徽宗雅好書畫，大興書學、畫學，並置書、畫院。工書畫，於山水、人物、花鳥、墨竹無不精工極妍，刻畫入微。書法薛稷、黃庭堅而變其法度，自成一體，筆勢逾逸，號「瘦金體」。「瘦金體」本應「瘦筋體」，以「金」易「筋」是對御書的尊重，此法乃從薛稷所創，趙氏發揚光大。

傳世書跡賞析：

(一)瘦金千字文：係徽宗廿三歲時作。用筆勻整峭拔，但若細察，每一字仍有粗細變化，特別是通過對端點、折點、折筆和一些短畫豎筆的強調，突出了字的筋骨勁挺，使之不因筆畫的細瘦而顯得柔弱無力。

(二)神霄玉清萬壽宮碑：書於宣和元年（一一一九）。是徽宗步入青壯年的作品，雖仍表現瘦金體，但與千字文比較，可見其歷練與成熟，橫、豎、撇、捺都極具悠雅，而非瘦硬風格，古云書格即人格，而書風卻是生活經驗與內在心靈交互作用產生的，因此其特色極具藝術意趣。

巨闕珠璣夜光果珍
菜重芥薑海賦河淡
羽翔龍師火帝鳥宮
始制文字乃服衣裳
遜國有虞陶唐弔民
周發商湯坐朝問道
平章夔育黎首臣伏

宋徽宗·楷書千字文

三十二、趙孟頫及其碑帖

生平：

宋理宗寶祐二年（元英宗至治二年（一二五四—一二三二）），字子昂，號松雪道人。善書畫，專以古人為法，尤以行書專學王字，評價兩極；至於小楷更為子昂諸書第一。

傳世書跡賞析：

(一) 玄妙觀重修三門記：書於大德六年（西元一三〇二）以後。紙本。楷書。日本東京國立博物館藏。

本作品可以說是典型的「趙體」，用筆蒼勁沈穩，線條厚實滋潤，駕馭嫻熟；結體楷行相揉，向背分明；章法布局疏朗，行列空間分明，靜穆雅潔。

(二) 定武蘭亭十三跋：書於至大三年（一三二〇）九月五日至十月七日。行書。紙本。清乾隆間幾毀於火，後經



宋徽宗·霄玉清萬壽宮碑

英和收集燼餘殘片裝裱成冊。

此作線條圓潤飽滿，充分表現用筆的輕鬆技巧，與平常作書類同。而結字行、楷隨意出之，更具老年特色。這正合乎他的書論觀——結字因時而變，用筆千古不易。

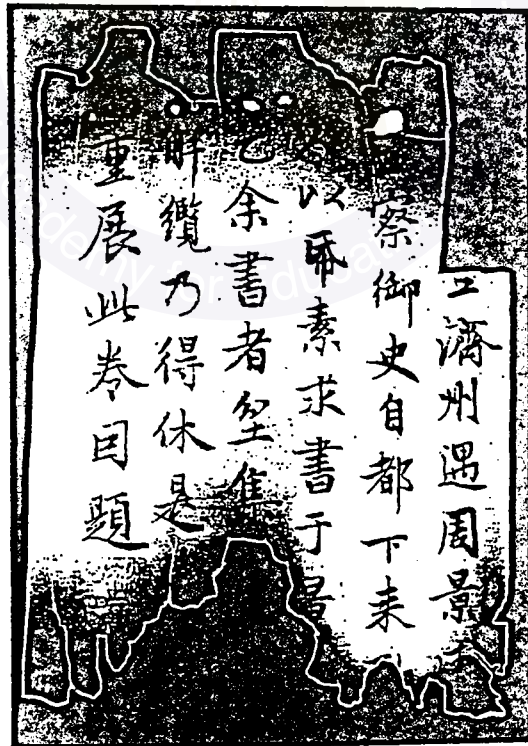
天地闔闢運乎樞
而乾坤為之戶
日月出入經乎黃道而卯

趙孟頫·玄妙觀重修三門記

三十三、鮮于樞及其碑帖

生平：

元憲宗六年（元成宗大德五年（一二五六）—一三〇一）。字伯機。自書一作伯幾，號困學民，亦號直案老人，直奇老人，虎林隱吏。河北漁陽（今河北薊縣）人，居杭州。他學書勤奮，敏於思考，并博採眾家之長，能從時人或前人的傳統中汲取營養，潛心研究。復加文學修養，與趙孟頫齊名。趙孟頫對其推崇有加，在「松雪齋集」云：「嘗與



跋三十亭蘭·頫孟趙

伯機同學草書，伯機過余遠甚，極力追之而不能及。伯機已矣。世乃稱僕能書，所謂無佛處稱尊耳。」

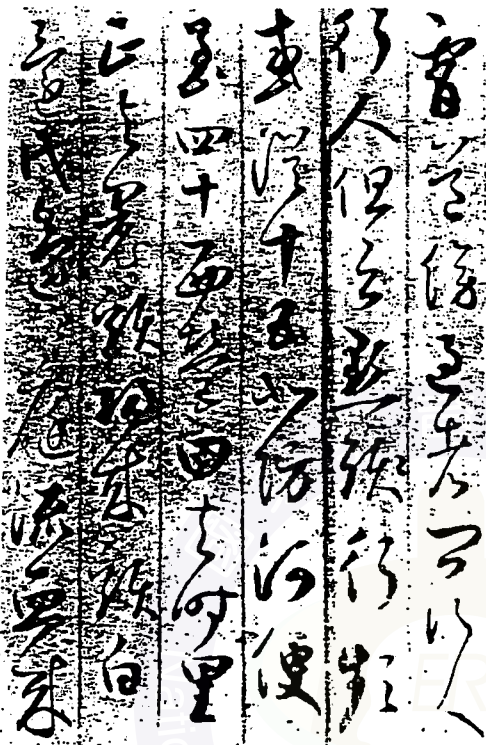
傳世書跡賞析：

(一)唐詩卷：書於元貞二年（一二九六）。紙本。草書。書唐詩五首。

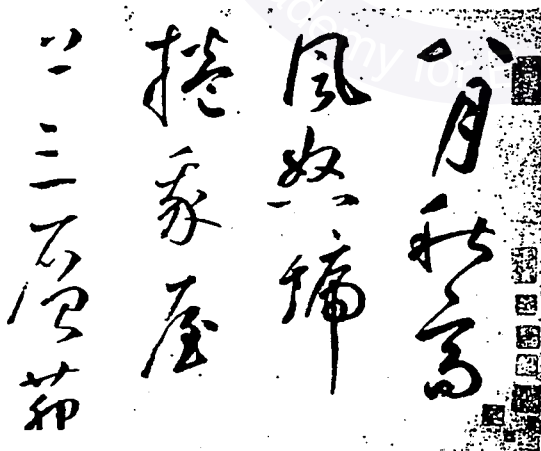
此詩卷結體方面，用筆灑脫；側鋒尖起，轉折健利，骨力強健，行筆活潑多變，頗多米南宮的影響。通篇觀之，能做到調度適宜，粗而不滯，細而不弱。除了能把握住線條粗細，運行自如外，在字體造型方面，也有獨到的面貌。

(二)杜甫茅屋為秋風所破歌卷：書於大德二年（一二九八）。紙本。草書。書杜詩一首。

此幅草書唐人草法為多，用筆圓勁適美，頗具玉骨橫秋、富貴風流的氣象。鮮于樞常喜酒酣之際作草，往往奇態橫生，並於結字內部尋求俯仰、輕重、緩急、提按的姿態變化，因而單字結構皆精妙。然整篇的氣勢、神韻則稍遜一籌，但仍可作為學習行草的初階。



卷詩唐·樞于鮮



卷歌破所風秋為屋茅甫杜·樞于鮮

三十四、祝允明及其碑帖

生平：

明英宗天順四年（明世宗嘉靖五年（一四六〇）—一五二六）。字希哲，因生而右六指，自號枝山，又號枝指生，世亦稱「祝枝山」、「祝京兆」。長洲（今江蘇吳縣）人。與唐寅、文徵明、徐禎卿並稱「吳中四才子」。小楷學鍾、王，狂草師懷素、黃庭堅。

傳世書跡賞析：

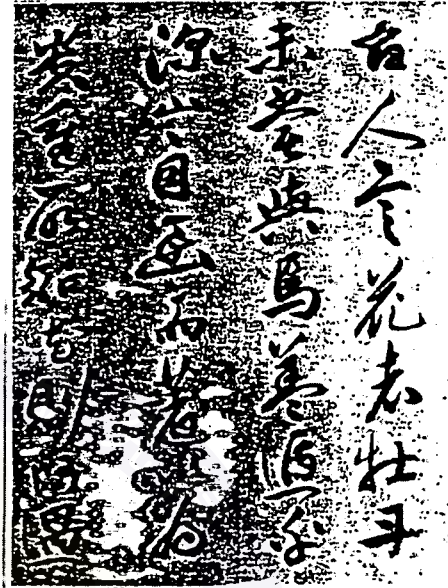
(一) 牡丹賦：書於嘉靖三年（一五二四）。紙本。行草書。北京故宮博物院藏。

此書屬於秀美之作，草法與行書筆意相融，活潑飛動而流暢的筆勢裏流露出的一種清淡、恬靜的美感。用筆亦精湛，點畫也力滿意足，是其努力之作。

(二) 前後赤壁賦卷：大草。書蘇東坡前後「赤壁賦」兩文，是祝允明晚年書作。現藏上海博物館。

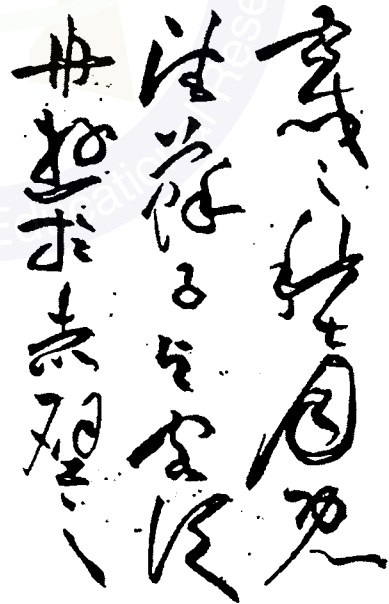
祝允明的草書在明代是大家，在整個書法史上更可與懷素、黃山谷、張旭等草書大家並駕。此幅大草又是他的得意之作，亦可稱為中國書法史上的經典作品之一。在用筆方面跌宕不拘，頗有黃山谷之筆意，結體大小參差，極具變化，而整個佈白則散發出一股縱橫欹側，豪邁不拘的風味。

牡丹賦



賦丹牡 · 明允祝

赤壁賦卷後



卷賦壁赤後前 · 明允祝

三十五、文徵明及其碑帖

生平：

明憲宗成化六年（明世宗嘉靖三十八年（一四七〇）—一五五九）。初名璧，字徵明，以字行，更字徵仲，別號衡山，自稱衡山居士。長洲（今江蘇吳縣）人。工書，楷宗鍾繇、二王，草書師懷素，大字仿黃山谷，行書擬智永與集字聖教序，其中以行書、小楷見稱。

傳世書跡賞析：

(一)顧春潛傳：書於嘉靖二十一年（一五四二）。紙本。楷書。上海博物館藏。

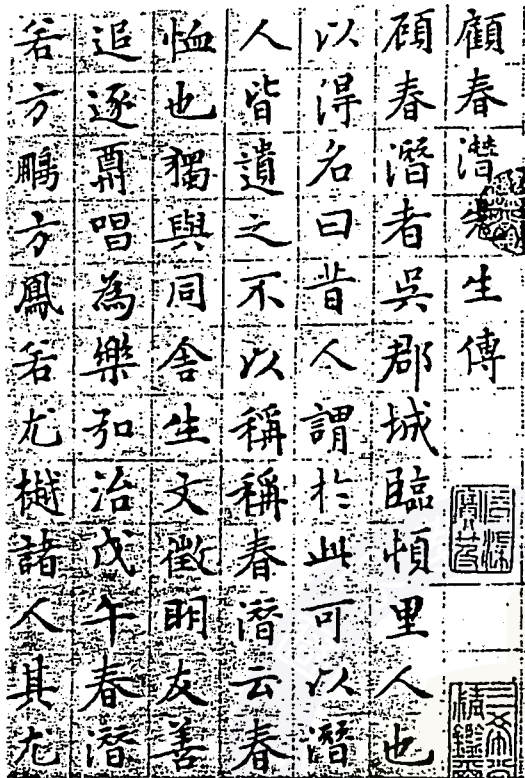
此幅作品骨肉勻稱，神采飛動，結構寬博，用筆老辣，堪稱文氏代表作。整幅作品採縱有行、橫有列的佈局，但通篇氣息相通，渾成一體，毫無板滯之感。

(二)石湖煙水詩卷：書於嘉靖二十九年（一五五〇）。紙本。行書。上海博物館藏。

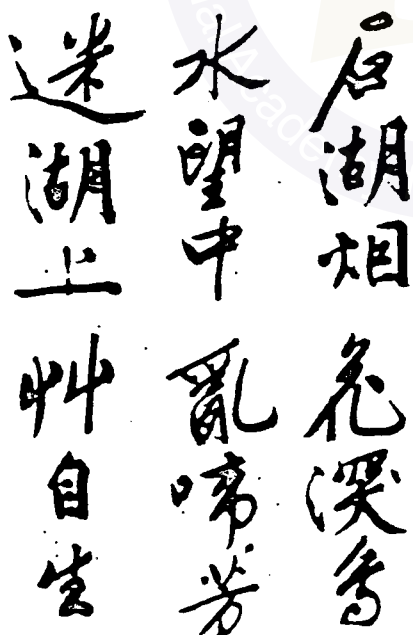
此為文徵明八十歲時所作，我們可看出他對黃山谷書法的刻意追摹，尤其是形態與間架形勢頗為神似。而文氏書法的本色風格是穩健與端整，而黃山谷卻是恣意抖擻，舒展猛勁，由此可知，詩卷之風貌便是在這兩種風格互相激盪中蘊育而成的。

(三)赤壁賦卷：書於嘉靖三十五年（一五五六）。紙本。行書。

此卷書法，用筆遒勁，規模黃山谷而又自出機杼，筆意縱逸，在溫潤中含有蒼勁，在整飾中時出老辣，並能自如駕馭，氣勢流貫，直叫人讚嘆再三。



文徵明·顧春潛傳



文徵明·石湖煙水詩卷

三十六、徐渭及其碑帖

生平：

明武宗政德十六年（明神宗萬曆廿一年（一五二一）—一五九三）。初字文清，改字文長，號天池，或作天池山人，晚號青藤道士，或署田水月，浙江山陰（紹興）人。擅繪事、工書法，能詩文，自稱書法第一，詩次之，文章第三，畫第四。書長於行草，點畫紛披，形章如捲席，滿紙煙雲，懾人心魄。

傳世書跡賞析：

無禁用之
不竭是造
物者之無
畫藏也
而吾與子之
所共適客

枕藉乎
舟中不
知東方
之既白

卷賦壁赤·明徵文

(一)女芙館十詠卷：行書。紙本。上海博物館藏。是徐渭行書中比較醇靜平和的作品。若從淵源所自來看，米芾的影響在此即目可辨。無論結字的欹側，點畫的沈著，都無不透露著米芾書的消息。但徐渭也到底成功地表現了自我。因此兩相比較，米書比徐書沈著痛快，但在狂放恣肆方面，米就不及徐了。

(二)詠墨詞軸：紙本。行草書。五行，共一〇四字，蘇州博物館藏。

徐渭在文人寫意畫上有極為重要的地位，備受人們所推崇，書名遂為畫名所掩。此書軸不拘常法，衝破字距與行間的束縛，揮灑出滿紙跳擲的線條。確有奔蛇走龍，風雨興作之勢，彷彿傾瀉滿腹感情與怨懣。故妙在能於無法度中求法度，於紛繁中求條理。

堪
道
美
人
忽
即
倍
素
爲
秋
清
委
命
伴
林
脂
壁
粉
空
一
樣
連
宵
月
照
今

徐渭·女芙館十詠卷

三十七、董其昌及其碑帖

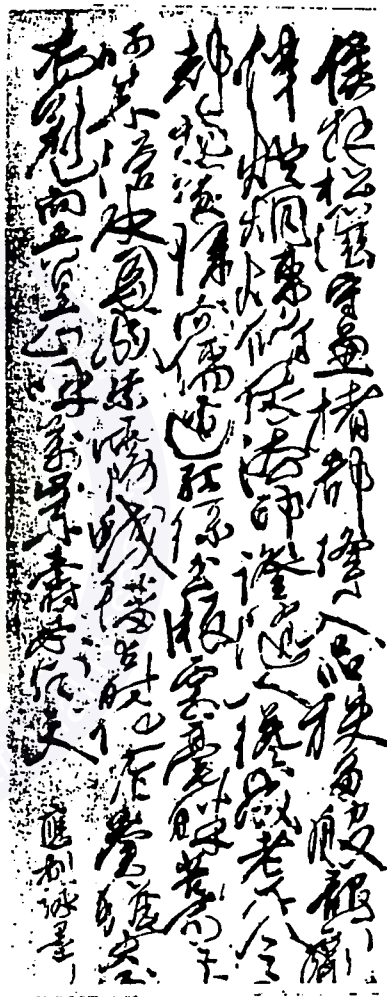
生平：

明世宗嘉靖三十四年（明思宗崇禎九年（一五五五—一六三六）。字玄宰。號思白，香光居士。華亭（上海松江）人。能詩並書畫，亦精於品題。畫擅山水，淵源董源、巨然，以黃公望、倪瓚為宗，力求華墨韻致，風格清潤，但略少丘壑變化；強調「士氣」，標榜「文人畫」，論古代山水畫為「南北宗」，尊「南宗」為文人畫之正宗。畫風及畫論於後世畫壇影響甚著。其書風彷彿畫風，文人氣息頗重，自成一格。

傳世書跡賞析：

(一) 琵琶行詩卷：紙本。行書。北京博物館藏。

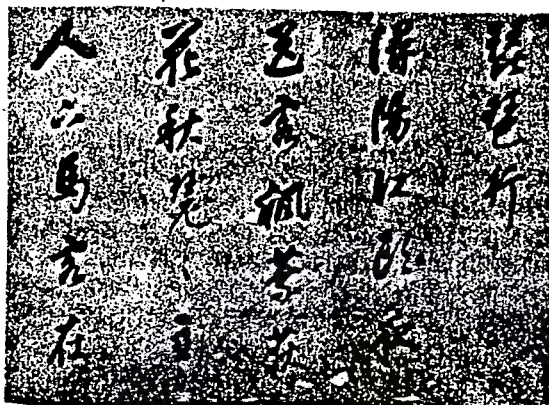
此詩卷結體疏朗有致，點畫間筋骨勁健，血肉均勻，動靜互寓，虛實相生，不失魏晉宗法。作者將自己的藝術修養融合於書寫的形式之中，達到空靈雋永，意居形外，飄逸妍媚。董書布白非常特殊，行距寬大，故有「董三行」之稱，此詩卷即是明證。



徐渭 詞墨軸

(二)前後赤壁賦冊：紙本。行書。現藏台北故宮博物院。從作品中我們可看出淡雅簡約的特點。此特點即董其昌主張的「以動利取勢，以虛和取韻」的審美意識。

此冊的成功之處除了得力於深厚的書法修養與功力外，同時與董氏對蘇東坡此文的喜愛，與獨特理解有絕對有關，它將我們引入一個清風徐徐，明月冉冉詩一般的意境。



行琵琶·昌其董



冊賦壁赤後前·昌其董

三十八、張瑞圖及其碑帖

生平：

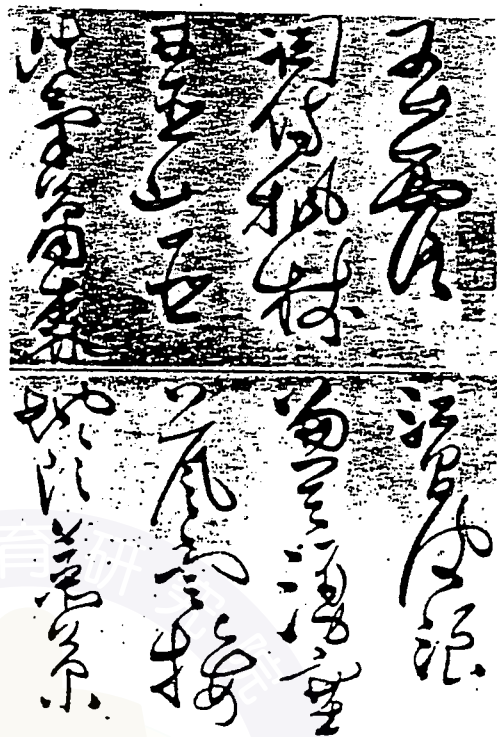
明穆宗隆慶四年（明思宗崇禎十七年（一五七〇）—一六四四），字長公，號二水，又號白毫庵主，晚稱果亭山人。福建晉江人。善畫山水，尤工書，與邢侗、米萬鍾、董其昌齊名，時稱「明四家」。書法奇逸，於鍾、王之外，另闢蹊徑。用筆與眾不同，圓處悉作方勢，折多於轉，於古法中爲之一變。

傳世書跡賞析：

(一)杜甫秋興八首詩卷：行草。紙本。張瑞圖的大草往往易有「狂飄驟雨，一瀉千里」的氣概。其筆勢連貫急促，用筆任意揮灑，不拘於常規，顯得率急自然。這其中可感到受唐僧懷素草書的感染；另外從凝重頓挫的線條變化中，亦可看出其在章草方面醇厚的功力。

張瑞圖以獨特的筆法，結合詩的內含意蘊，引發出悲愴激昂的信念，如此產生的藝術情感極爲和諧，也是人生最真誠的表現。

(二)李白獨坐敬亭山詩軸：草書。紙本。此作不但表現出張氏獨特的折筆之外，更能將書法藝術中的疏密，表現得淋漓盡致；至於氣勢方面則通篇一氣呵成，傾洩而下，絕無拖泥帶水，或是後繼無力之感，如無深厚功力，絕難得臻此境界。



張瑞圖·杜甫秋興八首詩卷

張瑞圖·李白獨坐敬亭山詩軸



三十九、黃道周及其碑帖

生平：

明神宗萬曆十三年（清世祖順治三年（一五八五—一六四六）。字幼平（或作幼玄），一字螭若。福建漳浦人。道周學貫古今，所至學者雲集。精天文、曆數、皇極諸書。擅山水、松石，與詩文皆具面目。尤其書法，峭厲方勁，結體奇特，時作左低右高之斜度安排，儼然自成一家。

傳世書跡賞析：

（一）自書詩卷：書於崇禎五年（一六三二）。紙本。行書。現藏上海博物館。

此行書詩卷，深感結字奇拙，構造誇張，字距茂密而行距疏朗，筆勢墨趣交相輝映。雖然茂密的字距是黃字的特

色，然而在此作品中，我們看到「到」、「入」二字的誇大伸展姿態，確有畫龍點睛之妙，這是高手的神來之筆。

(二)詩翰冊：崇禎十二年（一六三九）書。絹本。楷書。台北故宮博物院藏。

此冊字跡於清勁中有腴潤，秀雅中有剛健，字裏行間透露出學習鍾、王的痕跡，但更為靈動與清秀。在楷法中有其獨特的書風。

(三)山中雜詠帖：行草。紙本。七行，共五十二字。

這件作品是收束與放縱、靜與動的奇妙結合，頗得魏晉南朝書意，字形以及牽縈顧盼之勢態，盡是晉人風範；而黃道周更以「拙」的精神，進行實現他個性化的創作。

山中雜詠

綠嶺百尺小香時不與

猿說後百本地始光

巧力煙以前鏡子隱

帖詠雜中山·周道黃

園香何日更於冷一番

已泓然石削義農色松支

新白髮到 秋遊

盡各在鳥啼前

多入青靛眼 醒來竹

卷詩書自 · 周道黃

野竹宜微雨 山花愛短唐

醉道未見 醉真

石林光鶴怨 平無害鷄栖

四十、倪元璐及其碑帖

生平：

明神宗萬曆二十一年（明思宗崇禎十七年（一五九三—一六四四））。浙江上虞人。字玉汝，號鴻寶。能詩文，工書畫。其書筆致剛毅勁拔，鬱勃而有氣概。行草尤極超逸，清朝康有為「廣藝舟雙輯」云：「明人無不能行書，倪鴻寶新理異態尤多。」

傳世書跡賞析：

(一) 郊行詩冊：崇禎十一年（一六三八）書。紙本。行草書。

冊翰詩 · 周道黃

倪氏書風自然揮灑，純自性靈，格調高雅，逸趣橫生。與元明盛行的姿媚書風形成鮮明的對照，於傳統的書法中能出新意，風格獨特。

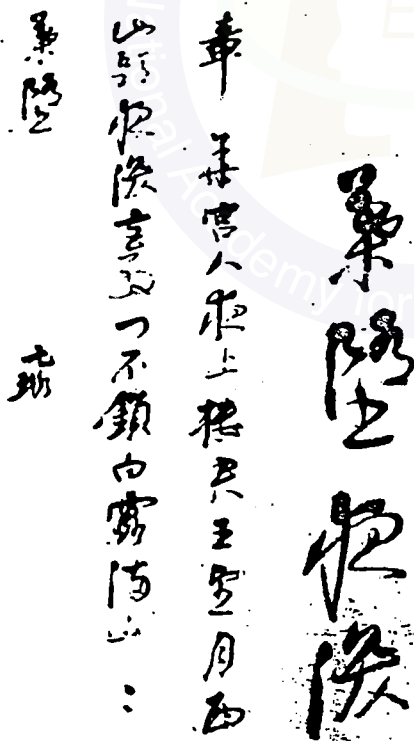
用筆方面，中、側鋒互用，且藏鋒、露鋒之妙不可捉摸；結字方面，中宮緊縮而取縱勢，右上高聳，左下拖長，異態生動；布白方面，字距較密，行氣貫注；整篇充分表現生疏樸茂，勁爽逾健，復加節奏輕重疾徐對比鮮明，形成一氣通貫，進而達到逸宕多變的奇妙境界。

(二)七絕詩軸：行書。凡三行，共三十字。

本作品下筆雄健，萬毫齊發，頓挫有力，粗細富於變化，運筆流暢；結體方面，於險中求穩，任其組合，多姿迷人；章法寬博撐挺，跌宕迴旋，氣魄奇偉，並以橫勢的字形，與適緊收束的縱勢之字大小參差，自然而然地形成一個和諧的整體。



冊詩行郊·璐元倪



軸詩絕七·璐元倪

四十一、王鐸及其碑帖

生平：

明萬曆二十年（清順治九年（一五九二—一六五二））。字覺斯，又字覺之，號蒿樵、石樵、十樵、痴樵、雪山。河南孟津人。詩文書畫皆有成就，尤以書法見稱，工行草，崇尚二王，亦學米芾。當時書壇流行董其昌書，王鐸與黃道周、倪元璐、傅山等人提倡取法高古，於時尚中另樹一幟。

傳世書跡賞析：

(一)杜甫詩卷：書於順治三年（一六四六），時年五十五歲。綾本。草書。遼寧省博物館藏。

王鐸於詩卷中雖然行內字數不多，但其表現依然採取左右欹側，隱含著強烈的波動；結構轉折處大多小於九十度，復加大量點畫呈直線型，單字內部空間收斂性不強，因此與單字外部空間較好融合，作品因此顯得開朗疏濶、氣勢宏大。另外單字外形大小對比強烈，但內部空間與情調的接近，使空間節奏強烈變化時保持了很好的連續性。

(二)枯蘭復花賦：書於順治六年（一六四九）。時年五十八歲。行書。綾本。遼寧省博物館藏。

此卷表現出王鐸雅致的一面。其中具有從容不迫的鋪陳結構，方勁直率的線條與圓轉的線條交互，融貫為一體，這些構成了自然流動的行筆節奏，使得此作品的停頓、藏鋒、提按都能在連續的行筆動作中同時完成，的確確地展現出王鐸的特色。

琅華館藏本
枯蘭復花賦
順治己丑五月高丘肉閣
玄平宋子速予西園白菟
畫中有蘭馥郁來几席

卷詩甫杜·鐸王

四十二、傅山及其碑帖

生平：

明萬曆三十五年（清康熙二十三年（一六〇七）一六八四）。初名鼎臣，後改名山，字青竹，復改青主。山西陽曲人。博通經史諸子和佛道之學，又精醫術，工書畫。入清後隱居不出，傳為美談。

書法仍是明人風格，表現雄強個性，提出「寧拙勿巧、寧醜勿媚」的書學理論，後人奉為圭臬。清人郭尚先在「芳堅館」題跋中云：「先生學問志節，為國初第一流人物，世爭重其分隸，然行草生氣鬱勃，更為殊觀。嘗見其論書一帖云，老董止是一個秀字。知先生於書未嘗不自負，特不欲以自名耳。」可見傅山在行草方面的表現具有生氣與鬱勃，亦即近人所說的渾厚朴滋。

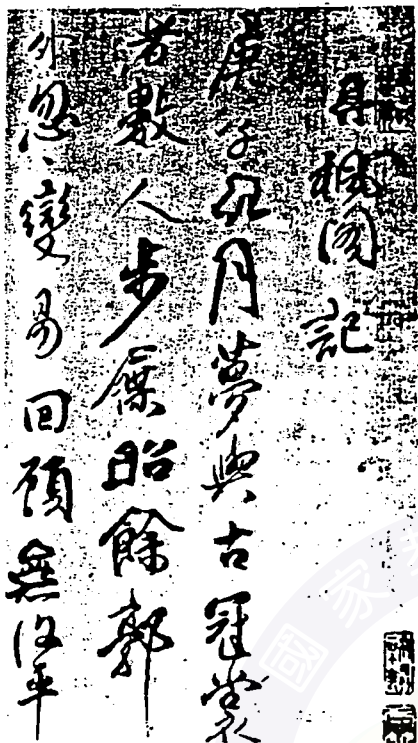
傳世書跡賞析：

(一)丹楓閣記：書於五十三歲。行草書。紙本。遼寧省博物館藏。

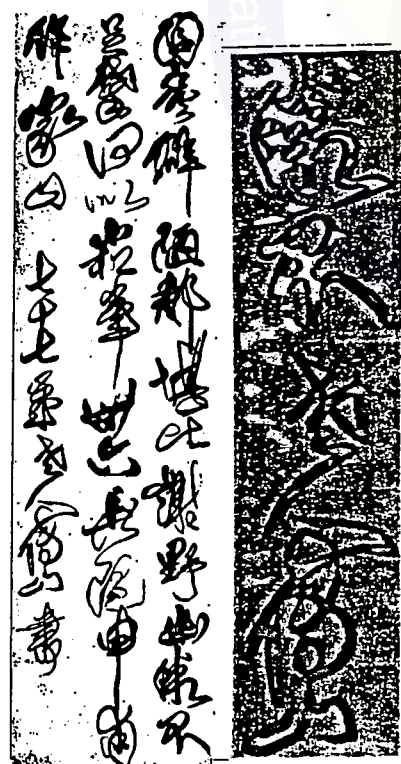
此幅作品與大多數的風格不同，傅山的風格可約分三類，第一類以恣肆放縱的的大草為表現方式，第二類為高古拔挺為依歸，如一篇作品中雜用許多古字，並且表現雄渾氣勢，此類的行書為大宗。第三類即是此件風格，表現出秀逸疏朗的意趣。

(二)草書軸：書於清康熙二十二年（一六八三），時年七十七歲。花綾本。凡三行，共三十七字。廣州美術館藏。

連綿不斷，化虛為實是傅山此件作品的一大特色，也是傅山草書的一貫風格。他將線條迴縈纏繞，猶如山中萬歲枯藤，因此不覺得有滑而軟弱的弊病，這要歸功將線條建立在點畫紮實的基礎上，所以紮實的基礎對一位書家來說是非常重要的。



記閣楓丹 · 山傅



軸書草 · 山傅

四十三、朱耷（八大山人）及其碑帖

生平：

明天啓六年（清康熙四十四年（一六二六—一七〇五））。明朝宗室，寧王朱權後裔。譜名統鑿，字雪箇，號八大山人。僧名傳綦、刃庵……等。道號良月，破雲樵者。江西南昌人。性顛狂且孤介，嗜酒，在書畫藝術上的成就甚高，為一代宗師。清邵長蘅（八大山人傳）：山人工書法，行楷學大令、魯公、能自成家，狂草樸茂，善用篆籀之筆。可見其在書法上兼擅行、楷、草諸體。

傳世書跡賞析：

(一)草書七言聯：（飯疏對客有豪氣，燒葉讀書無苦聲）此草書聯用篆籀之筆，使整件作品呈現穩重的感覺，而在結字方面卻力求險勁，因此這篇是在穩重、險勁衝突中求取平衡，真不愧是一代大師。

(二)行楷千字文：（榮寶齋出版社，一九九四年，北京）。本千字文是八大山人典型的風格，作品中夾雜行書和楷書，線條採取輕鬆自在的節奏為之，而結體卻用欹側的方式，造成視覺上的律動感，在平凡中不呆板，而且處處透露出八大的匠心獨運。



聯言七書草· 朱耷

果弥李晏棠重芬薑海
馮河洪鱗潛羽翔龍師上帝
鳥官人皇始制文字乃解衣裳
推位讓國有虞陶唐弔民伐罪
周發殷湯坐朝問道垂拱平章
愛育黎首臣伏戎老遐不作體

文字千楷行· 奔朱

四十四、鄧石如及其碑帖

生平：

清乾隆八年（嘉慶十年（一七四三—一八〇五））。初名琰，字石如，避嘉慶帝諱，遂以字行，後改字頑伯，又號完白山人。安徽懷寧人。工書。

清康有為（廣藝舟雙楫）云：「本朝書有四家，皆集大成以為楷。集分書之成，伊汀洲也；集隸書之成，鄧頑伯也；集帖學之成，劉石庵也；集碑學之成，張廉卿也。」即說明了鄧石如在隸書上的成就。至於同是清人楊守敬（學書邇言）中云：「頑伯以柔毫作篆，博大精深，包慎伯推為直接二季，非過譽也。」在此又推崇了鄧在篆書上的崇高地位。可見鄧石如在篆隸方面的成就不但有清一代獨佔鰲頭，在整部書法史上也是鳳毛麟角。

傳世書跡賞析：

（一）經鉅堂雜志軸：無書年款。隸書。紙本。天津藝術博物館藏。

此幀書軸用筆中鋒，自然遒勁，尤其轉角收筆處多用籀法，圓潤流暢。體勢呈偏長，但表現寬博大方，不落俗套。至於布白縱有行、橫有列，但微妙的收放變化，體現著參差錯落的情趣，可用「平和簡靜，渾然天成」形容其境界。

(二)贈仲甫先生六條屏（白氏草堂記）：書於嘉慶九年（一八〇四）。篆書。紙本。

用筆大抵用圓，但亦有方筆之處，此乃鄧之突破；至於線質飽滿豐腴，達到精而密，婉而通的美學境地；而結體布局極盡他書學理論——疏可走馬，密可藏針。

讀義理書學灑然字激心靜
益及清談水酌半釀洗琴種
聽琴既竊焚香煮茶泛舟觀
寓竈基奔馳有他樂吾不易矣
經鉅堂禱志

鄧石如·經鉅堂雜志軸

南楚石澗爽澗可古
枯柴糝亦僅十尺圍
高不知築百尺樟柯
臭雨腥枝拂瀟如檣

鄧石如·贈仲甫先生六條屏

四十五、伊秉綬及其碑帖

生平：

清乾隆十九年（嘉慶二十年（一七五二）—一八一五）。字組似，號墨卿、默庵。福建汀州寧化人。三十六歲進士，授刑部主事，遷員外郎，出爲廣東惠州知府，揚州知府。以廉吏善政稱於世。喜繪畫、治印、亦工詩文。善書，尤擅隸書，愈大愈佳，有高古博大的氣象，是清朝大書家。

傳世書跡賞析：

（一）七言對聯：隸書。紙本。日本「書道全集」二十四著錄。

伊氏隸書以勁健高古、厚重樸實見稱，然此聯一改風貌，呈現出蕭散蒼勁，清高空靈的氣息。曾自謂：方正、奇肆、恣縱、更易、簡省、虛實、肥瘦，毫端變幻，出乎腕下，應和凝神造意，莫可忘拙。因此伊氏極力實踐方整但不呆板，高古但有生機的美學理論。

（二）節臨衡方碑：隸書。紙本。

伊秉綬眞書從顏體，隸書則出衡方碑，所以此臨書愈能看出伊氏隸書的精髓根源。

大陸書家陳顯銘就此評語：作品整體性極強，穩重舒展，儀態敦厚，行筆方整滋潤，以重頓的收筆，精壯古拙，輕重疏密徐疾妥帖自然，骨氣洞達有神韻，格調高雅呈富貴氣。：雖屬意臨，反映了原碑溫潤古拙中帶有秀勁的特點，卻又是書家自身的精神氣度。化古出新，溶就了伊氏的藝術個性。

文字奇

伊秉綬 七言對聯

三千餘年上下古
一十七家文字奇

樂道

伊秉綬 臨衡方碑

樂道
間濡
斯亦
行矣
諸貧

四十六、何紹基及其碑帖

生平：

清嘉慶四年（同治十二年（一七九九）一八七三）。字子貞，號東州，又號蝮叟。湖南道州人。道光十六年進士，授編修，歷典福建、貴州、廣東鄉試，四川學政。工書，楷、行草、篆無一不精，是晚清書壇最有影響的書家之一。

（蝮叟自評）：「余學書從篆分入手，故於北碑無不習，而南人簡札一脈，不甚留意。」我們從其作品推敲，大致可知其楷書兼學歐陽通道因法師碑與顏體精神；行書根基於顏而滲入篆籀之法；隸書學張遷，但時有己意。總之不管行草或篆、隸之中，都可深深體會到諸體溶為一爐的韻味。

傳世書跡賞析：

(一)馬臻題畫詩軸：書於咸豐五年（一八五五）。紙本。行草書。京都國立博物館藏。

此幅行草，線條凝練，以「筋」見長，正是何書的一大特色，這大概與迴腕執筆法所致有關；結體方面還是一貫風格，只是在某些單字的末筆豎畫刻意拉長，直接影響到整篇佈白的視覺效果；綜合言之，此幅正是不經意中為之，益顯其自然瀟灑。

(二)鄧石如墓誌銘：書於同治四年（一八六五）。紙本。楷書。北京故宮藏。

這件作品以顏為底，但卻能自出新意，雍容飽滿，或許是對前賢書家的尊崇，因此筆調捨棄奇特的線條顫動，使字裡行間充塞著一股含蓄、肅穆氣氛。

山水蒼寒起烟霧
 沙邊樹柳出青
 江波新漲魚
 寒鴉水繞柳
 東家翁
 未晚
 乙卯年
 馬臻
 題

何紹基·馬臻題畫詩軸

篆刻及隸古書弱冠為童子
 為篆隸嚮諸市梁聞山先生
 鳳聞見而賞之介諸江寧梅
 為文稹公孫多蓄古金石文
 藏以資觀摩木齋先生歿既
 台廡宏編覽黃山三十六峯

何紹基·鄧石如墓誌銘

四十七、趙之謙及其碑帖

生平：

清道光九年（光緒十年（一八二九）—一八八四）。初字益甫，號冷君。後改字搗叔，號悲庵，別號無悶、憨寮。浙江會稽人。性兀傲。善書畫、篆刻。初法顏真卿，後專意北碑。篆、隸師鄧石如，加以溶化，自成一派，能以北碑寫行書，尤為特長。

清康有為在「廣藝舟雙楫」中評趙氣體靡弱，天下多言北碑，盡為靡靡之音，則搗叔之罪也。近人馬宗霍（雲嶽樓筆談）云：「搗叔書家之鄉原也，其作篆隸，皆臥毫紙上，一笑橫陳，援之不能起，而亦自足動人。行楷出入北碑，儀態萬方，尤取悅眾目，然登大雅之堂，則無以自容也。」皆是對趙之謙負面評價，然日本大書家西川寧卻推崇備至，佩服地五體投地，因而刻有印章：「寧為趙家之犬」，可見藝術是見人見智的。

傳世書跡賞析：

(一)贈景之仁世丈七言聯：紙本。行書。日本（明清書道圖說）著錄。

作品風格是趙氏早期書作，明顯帶有顏真卿筆意，但卻有「生」、和「拙」的感覺。如果仔細觀察，可查覺已透露出趙氏後期風格之端倪。

(二)篆書五言聯：書於同治十一年（一八七二）。紙本。篆書。中華書畫出版社（悲盦臚墨）著錄。

此篆書作品逆勢入筆卻不出勢，反而用頓挫收筆，於是將眾多使轉的曲線所造成的流美之姿，轉變成如曲鐵般地暗裹著無窮的勁道。

楊柳亭臺凝晚翠

芙蓉簾幙扇秋紅

趙之謙·贈景之仁世丈七言聯

四十八、吳昌碩及其碑帖

生平：

一八四四年—一九二七年，原名俊、俊卿，字昌碩，號缶廬、苦鐵、破荷、老缶、大聾，七十以後以字行。浙江安吉人。青年時曾從楊峴、俞樾習辭章、訓詁、書藝；並與名收藏家、書畫家遊，多見古彝器及歷代名跡，廣開眼界，因而書、畫、篆刻俱有不同凡響的造詣。成爲一代大師。



聯言五書篆·謙之趙

稽顙不知何事舞

稽顙不知何事舞

赤鯉騰出如有神

李昌碩年八十二

聯兄仁成裕贈·碩昌吳

四十九、齊白石及其碑帖

生平：

一八六三年（一八五七年）湖南湘潭人。原名純芝，後更名璜；字渭清；號瀕生、白石老人、木居士、寄萍、老萍、借山翁、三百石印富翁等。少為牧童、木匠、得王湘綺之提攜，詩文、書畫、篆刻俱成大家。

書法得力於三公山碑、天發神識碑，並略擬米芾，功力深厚，蒼勁豪邁，尤以篆書更是獨步書壇。

傳世書跡賞析：

(一)贈冷厂畫友先生詞軸：書於甲戌年（一九三四）。紙本。行書。

此作行書略似米芾體勢，用筆老辣，尤其豎畫一瀉千里；行氣間或離或斷，或開或合，或收或放，縱橫八荒，任其自然，氣勢貫通，蒼茂雄健。

(二)致秀儀女弟聯：書於一九五一年，時年九十一歲。紙本。篆書。

齊白石篆書得力於三公山碑，此件作品亦篆亦隸，更可窺見其孳乳源頭。用筆多隸法而少參篆法，但轉折大都方

筆，然而卻能收篆隸相互應用，溶爲一體，渾然天成；至於起筆則較重，而且逆鋒與順鋒兼用，不守死法；結體則疏密相間，對比強烈，給人一股老辣道勁，凝重剛健的美感。

聽離哥疑子嘉佳
 幸康仲 伯詞

多之盟聞何聽離哥疑子嘉佳
 後集个清波 幸康仲 伯詞
 齊白石 贈冷厂畫友先生詞軸

五十、于右任及其碑帖

生平：

一八七八年～九六四年，原名伯循，字右任，以字行，號騷心，又號髯翁，晚號太平老人。陝西三原人。詩書俱佳。光緒二十九年（一九〇三）舉人。後入同盟會，追隨孫中山先生從事民主革命活動。曾任國民政府監察院長。

其書初從趙孟頫入手，旋改攻北碑，以魏碑爲基礎，溶入行、草，獨樹一格。於一九三二年發起草書研究社，首倡「標準草書」，整理字形，方便學者，是近代大書家，也是書法史上不可多得的奇才。

考侯世弟向居年引九十一歲
 晉者淵藪

今門南樓逢

齊白石·致秀儀女弟聯

書于京平年城面白石五卷四

傅世書跡賞析：

(一)贈曝冬先生聯：紙本。行書。

此作品有磅礴的氣勢，千鈞筆力溢於字裡行間。古人云：書者，散其懷抱。從作品觀之，正印證了好的書法不但要有高深的功力，而且要有書寫者的真性情，二者兼之，不但蕩人心弦，更可窺見書格與人格錯綜複雜的交互作用，讓人體會書法的最高境界。

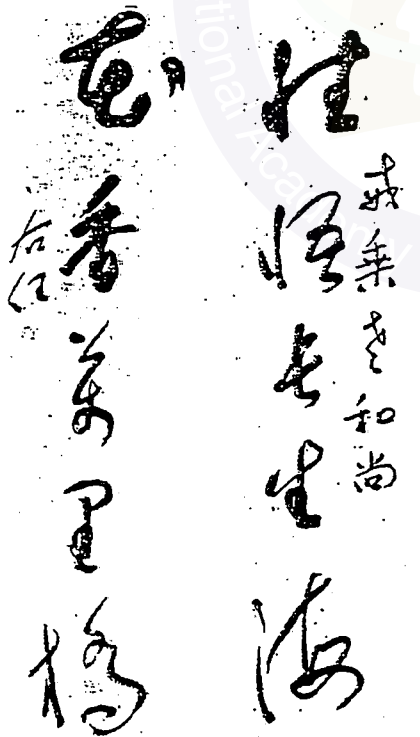
(二)贈戒乘老和尚草書聯：紙本。草書。

于右任之標準草書（或可只稱草書）乃源自於懷素小草千字文，是于氏晚年也是傲視書史的創意書體。其用筆以圓，圓筆易滑而媚，然而因有北碑為其根基，所以便能去其病；而筆圓使轉能靈活矯捷，用之於草書如魚得水，再加上于氏多年錘煉功夫，遂成一代草聖。

此作飽墨、渴墨相濟；線條的粗細應用更是變幻萬千；至於布白則大小參差、渾然天成，堪稱震古爍今的名作。



于右任·贈曝冬先生聯



于右任·贈戒乘老和尚草書聯

第四篇 常用的書法術語

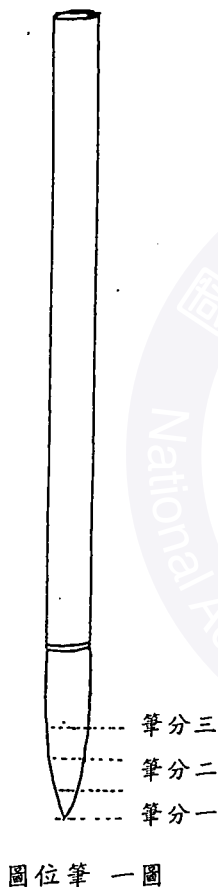
中國書法歷經幾千年，淘盡多少書法界英雄好漢，但也留下無數名碑與墨跡，其中更延生出許多書評與書論。在這些記載中，有些淺顯易懂，但更多艱澀難解的專有名詞，再加上時空隔閡，雖再三讀之，仍不得其要領與真義，現錄常用術語數則，稍加注釋，期能方便個人進修和指導學生之用，讓前人的心血結晶發揮作用。

一、筆位

手執筆桿高低位置，叫「筆位」。另位筆頭深淺的尺寸，也叫「筆位」。

唐代書家盧攜在「臨池訣」中說：「把筆深淺，在去紙遠近，遠則浮泛虛薄，近則搵鋒體重。」意即執筆過高，筆力不易貫注毫端，行筆不穩，也難以掌握筆的重心。執筆過低，運轉不靈活，氣勢無法展開。按規律是草三，行二，楷一（此乃指將筆桿分三等分，手執筆桿的位置離筆頭距離而言）。這只是一個通則，如何運用，得依自己習性而斟酌。

筆頭深淺部份，也分三段，筆端的地方叫「一分筆」；筆腰處叫「二分筆」；筆根處叫「三分筆」。這是根據前人經驗而分。然而筆頭應用到什麼部位為宜？初學者寫楷書，或是要寫篆隸者，應使用一分半到二分較適當，如能遵此，行筆頓挫提按便易於使筆力貫注，得勢自然。



二、筆鋒

筆毫的末端處有一段透明或發淡青的地方就是筆鋒。此外，字的鋒芒也叫筆鋒。

毛筆本身的彈性是由「鋒」決定的。筆鋒愈長，彈性就愈強，而且含墨量也愈飽滿，書寫出來的點畫線質較能粗細自如，流暢圓潤。至於運筆時一提即直，一按即倒，又如點畫的頓挫，字與字的縱橫交錯相連等，都是「筆鋒」作用而成的。

三、中鋒

用筆法之一。作書時鋒在正中，左右不偏叫「中鋒」。

中鋒運筆，就是讓筆鋒在點畫正中運行。這種運筆方法，是用筆的主要法度。清代笄重光「書筏」中說：「能運中鋒，雖敗筆亦圓，不會中鋒，即佳穎亦劣。優劣之根，斷在於此。」可見中鋒之可貴，所以至今書法用筆仍以中鋒為尚。

中鋒用筆是書法好壞的關鍵。鋒正能骨立血豐，神采奕奕。當然，筆法千變萬化，不可能筆筆都是中鋒。但不管如何變化，筆畫末端必收到中鋒，這是初學者應該要學會的。



圖二 中鋒

四、側鋒

側鋒是運筆的一種方法和筆勢。

朱和羹「臨池心解」說：「正鋒取勁，側鋒取妍，王羲之書蘭亭取妍處時帶側鋒，余每見秋鷹搏兔，先於空際盤旋，然後側翅一驚，翩然下攫，悟作書一味執筆直下，斷不能因勢取妍也。」此語明示側鋒在用筆法度中的重要性。

側鋒，在永字八法論中注：「側不得平其筆，當側筆就右爲之。」側筆就右，便包含以側取勢之意。若從側鋒來說，不僅是把「點」稱爲「側法」而已，如「天」、「利」、「近」等字的撇、捺、勾、挑等均是「側鋒」。側鋒方勁犀利，神采外放，所以凡是出鋒的點畫，多用側鋒，能與中鋒各司其功，相得益彰。

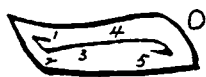


圖三 側鋒

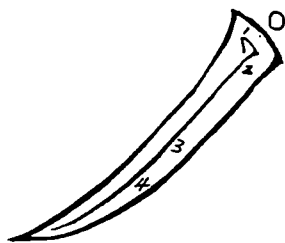
五、回鋒

回鋒是筆法的一種，意思是指筆畫終了時往回收。如點、橫、豎、撇、捺等，都要有往有回。

回鋒運筆的作用，是助以點畫的圓滿沈穩，筋骨不外露，骨肉豐滿。尤其初學者開始書寫楷書，可以說筆筆都需要回鋒，不可忽略。但回鋒時應注意行筆間的疾徐和輕重。回鋒不可太快，用筆也不可太重，如何掌握其要點則需要時間錘練。



鋒回 四圖



鋒逆 五圖

六、逆鋒

逆鋒也稱折鋒，是一種筆法，起筆時筆鋒逆入。「逆」即是反其道，欲下先上，欲右先左，欲左先右。逆鋒運筆多見精神，比露鋒下筆沈雄厚重，並能增強筆畫的力感，而且筆畫是否多樣變化，端賴逆鋒使用得宜而定。

七、逆入平出

逆入平出是運筆法之一。「逆入」見第六——逆鋒。而「平出」則隨轉鋒行筆，使筆毫平鋪而出，空勢收鋒，但不能使鋒毫漲出點畫之外，而是有回勢取鋒之意。

狹義的逆入平出指隸書橫畫的筆勢而言，下筆時藏鋒而結尾不收鋒，形成所謂「蠶頭」和「雁尾」。推而廣之，任何書體的行筆基本上是不可「行而不收」，即使行草書亦是，祇不過不明顯罷了。所以，「平出」

就是我們常說的「空勢收鋒」，也可解釋為「意到筆不到」。



八、藏頭護尾

藏頭護尾是用筆的一種。蔡邕「九勢」中說：「藏頭，圓筆屬紙，令筆心常在點畫中行；護尾，畫點勢盡，力收之。」見圖四。

這種運筆法源於篆書，後人遂得其法度。前人的經驗大都認為，若露筋骨，乃見病氣，運筆直來直往，必然力敗，因此筆力須藏於點畫之中，方顯風神。

具體地說，此法就是作一點要隱其鋒；作一橫畫則「無往不收」；作一豎畫必「無垂不縮」；作一波須三過其折，使其點畫「存筋藏骨，鋒芒不外露」，達到中國儒家強調的中庸之道。

九、藏鋒

與「露鋒」相對稱。指筆鋒藏在點畫中間而不外露者。漢蔡邕「筆論」云：「藏鋒，點畫出入之跡，欲左先右，至回左亦爾。」唐徐浩「論書」云：「用筆之勢，特須藏鋒，鋒若不藏，字則有病，病且未去，能何有焉？」「藏鋒」、「逆鋒」、「藏頭」意義相同，筆法也類似。見圖五。

十、露鋒

指露出筆鋒之收筆動作，亦稱「出鋒」。

一般評論對露鋒大多負面，因為出鋒者，末銳不收，由於不收，則未能含蓄、蘊藏筆力。但露鋒也能表現神采，清、蔣和「書法正宗、筆法精解」云：「……運筆之法，斜正上下，平側偃仰，八面出鋒，始筋肉內含，精神外露，風彩煥發有神。」可見露鋒也有正面的功能。



鋒露 七圖

十一、轉、折

轉和折是相對的筆法，但卻常合併使用。

轉有二義：1. 與「折」相對而言，圓筆多用之。2. 指字中轉角曲折之處，亦稱「圓轉」。

折亦有二義：1. 與「轉」相對而言，方筆多用之。清、朱履貞「書學捷要」云：「方者，折法也，點畫波撇起止處是也。」2. 筆畫「┌」稱爲折。

行、草、篆書用筆大多用轉，楷、隸書用筆則較多折；轉筆多則顯出流暢，折筆多則較方整沈穩。



折、轉 八圖

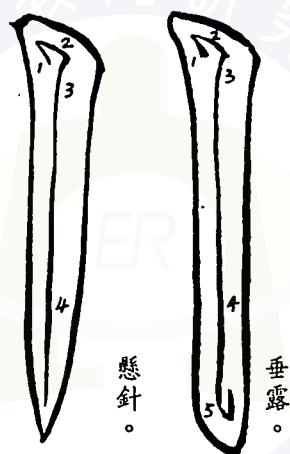
十二、蠶頭雁尾

蠶頭雁尾是形容筆畫的特徵。一般泛指隸書的橫畫和捺畫。起筆處由於著紙遲笨，而且外形類似蠶的頭，故稱之。而收尾處如雁之尾巴，渾圓飽滿，因外形酷似，因此命名。見圖六下。

有人認爲顏真卿的楷書也有相似的筆法。

十三、懸針、垂露

懸針和垂露是比喻兩種不同的豎畫。凡豎畫下端出鋒的，其鋒如針懸著，稱為「懸針」；不出鋒的，其圓如露水之垂，叫做「垂露」。懸針使用時機是豎畫為該字最後一筆時；至於垂露，因具映帶功能，此豎畫寫完之後，仍須寫下一筆時，通常用垂露法。



九圖 懸針、垂露

十四、一波三折

一波三折，指用筆法。波是書法中的捺；折是轉換筆鋒的方向。這話是形容寫字筆法的曲折生動。若寫一橫，直走無返；若寫一豎，一瀉直下；若寫一捺，率然逕去，則易於呆板，無法生動。

因此，要使點畫直而有曲勢，神采飛動，就必須注意運筆的緩、急、曲、直、頓、挫、輕、重等不同的變化，才能表現出書法的線條之美。

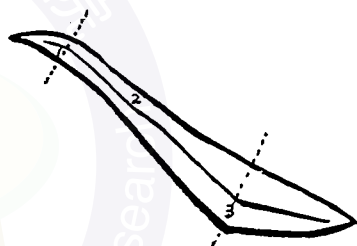
十五、疾、澀

疾、澀指的是用筆方法。「疾」指運筆的快勢，即得勢奮進，迅速而無法阻礙。「澀」則如逆水撐舟，逆筆推行。蔡邕「九勢」中說：「書法有二，一曰疾，二曰澀。得疾澀二法，書妙盡矣。」可知疾、澀在行筆中的重要性，太疾則筆畫飄忽無力，太澀則點畫呆板。如何掌握其中之技法與奧妙，必須憑藉手下鍛練功夫。

十六、牽絲

牽絲，書法專有名詞，指筆勢往來牽帶之纖細痕跡，也稱「引牽」、「引帶」、「映帶」。
牽絲是書法行筆中上字與下字，以先後點畫之間相牽引的一種主要表現手法。往往是根據筆勢的往來送之和牽引，從而使作品產生自然流暢的韻味。

牽絲運用時應注意其粗細，不能超過點畫，要「寧細勿粗」，否則會造成點畫混淆，損及作品的藝術效果。



圖一十 一波三折

十七、筆勢

筆勢是指每一種點畫依著各自特殊的形體姿勢的寫法。因點畫在字的結構中功能、位置不同，加上各書家用筆結體特點殊異，因而產生多種面貌。

「筆勢」與「筆法」不同，筆法是一種共同遵守的根本方法。「筆勢」因人之性質，時代風氣而有所差異。肥瘦、長短、曲直、方圓、平側、巧拙之別乃是筆勢不同使然，由此即可約略了解筆勢之意涵。

十八、向勢

指兩豎同時運用相同之寫法。向勢能表現寬博雄偉之姿勢。顏真卿即多用此法。



絲牽 一十圖



勢向 二十圖

十九、背勢

與「向勢」相反，但也是兩豎同時用相同之寫法。背勢的視覺效果為緊湊，結體密實。柳公權、歐陽詢等人常用之。



二十、計白當黑

布白原則之一，「當」，作「為」或「當作」；指將字裏行間的空白處，當作實畫（黑的線條）一樣的安置安排，務使二者相應。

此語出自清朝鄧石如：「字畫疏處可以走馬，密處不使透風，常計白以當黑，奇趣乃出。」後人書寫時奉為圭臬。

二十一、屋漏痕

屋漏痕，乃形容用筆的方法，也是對豎畫的用筆要求和藝術效果之比喻。即行筆不可一瀉直下，而須手腕微微時左時右頓挫行筆，猶如屋漏雨水沿牆壁蜿蜒而下。如此則筆畫圓活生動，自然有致。

所以，我們書寫任何書體的點畫，都必須有往復、頓挫之意，才能使點畫躍起精神。

二十二、折釵股

對轉折處用筆的要求及書法藝術效果的比喻。

指筆畫轉折時，筆毫平舖，鋒正圓而不扭曲，如釵股，雖經曲折但其體仍圓。

二十三、畫沙印泥

此語出自宋朝黃山谷：「如錐畫沙，如印印泥，蓋言鋒藏筆中，意在筆前。」

所以錐畫沙，如錐鋒畫進沙裏，中間凹成一線，以形容書法的「中鋒」和「藏鋒」；印印泥，和錐畫沙意思一樣，並有一絲不走樣之意，形容下筆既穩且準。

二十四、筆意

書法藝術注重筆法、筆勢，而更注重「筆意」，這是書法藝術的一個最顯著特色。

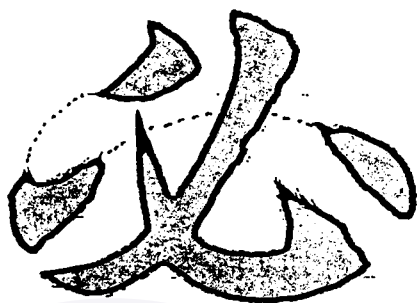
何謂筆意，就是依靠書者強烈的思想、情感、活動和豐富的想像，經由書者的運筆技巧，使得書法筆畫、造型、布白呈現出各種動態、神情、風韻、氣勢，因此有的表現出雄強，有的古樸，或是清秀……等。

二十五、意在筆先

意在筆先，指的是作書方法。

王羲之「書論」說：「凡書貴乎沈靜，令意在筆前，字居心後，未作之前，結思成矣。」意即作書之前必須深思熟慮，考慮如何安排作品的整個布局，並預想字形大小、長短疏密、離合正側、偃仰平直、令筋脈相連，意在筆先，然後作書，方可取勝。

趣。
二十六、筆斷意連
筆斷意連，是形容書寫時，點畫外形雖然已斷，但筆意、筆勢仍然相連貫。如此作書，則能表現作品的神采和意



連意斷筆 四十圖



顏真卿



柳公權

骨柳筋顏 五十圖

二十七、顏筋柳骨

顏筋柳骨，是針對顏真卿和柳公權書法藝術風格的一種評價。

顏真卿的書法風格是以筋取勝，而柳公權則以骨來詮釋其書法特色。此語乃用二人不同風格來作對比形容。

二十八、帖寫字

所謂帖寫字乃與現代標準國字相對而言。

古人書寫時，常爲了美觀或其他原因，有時會增加或減少筆畫，甚至更動位置，此種字體我們稱爲帖寫字。



師

字寫帖 六十圖

二十九、楹聯

楹聯，通稱「對聯」，又叫「對子」。（見圖十七）

楹聯相傳起源於五代後蜀主孟昶，他在寢門桃符板上的題詞「新年納餘慶，嘉節號長春」，稱之「題桃符」。至宋代推廣在楹柱上，後人普遍用於喜慶喪吊裝飾之用。

由於楹聯可以應景生情，因人製句，再加上優美的書法，然後精美裱裝，可美化裝飾，讓人有美的藝術享受。

三十、落款

「落款」也稱「題款」，是整幅作品中的一部分。它對整體畫面有充實、穩正、烘托氣氛，陪襯主題，造成藝術意境更有情趣。

落款，一般分上款與下款，長款與短款。

上款記述詩、詞名稱或記述被贈與的人名；下款記述書者姓名、年、月、作書地點等。無上款者稱「單款」。至於「長款」與「短款」之分，乃書者根據篇章的虛實多少而酌定的。

落款時應注意幾方面：1 不能喧賓奪主，應妥為安排。2 落款字體與正文一致或相容。如寫篆隸應用行草書；寫

楷可用楷書與行書；寫行書用行書或行草。3 短款易疏散而乏力，長款易擁擠，書寫時應作周密的考慮，使疏而不散，密而不擠。

總之，落款時之書體、大小、位置都應與正文相調和和恰當為宜。

高
崎
南
疆
地
靈
人
傑

雄
藩
寶
島
物
阜
民
康

歲在癸亥六月十日

翁方綱書

款單

抄
趣
千
篇
挂
鈴
角

古拙聲先生

兼
金
一
舸
逐
鷗
夷

寶景松書贈出

款雙

月
青
不
知
香
釋
塵

悟塵先生方家出言白驟陳紙素考

因集少陵太白句以應亞北不足

夏
令
相
傾
山
可
語

副佳楹幸乞進而教之

辛未錢春日陳延壽家

款長

款落 七十圖

第五篇 書法欣賞之指導

一、釋義

莊子好美樂道，有一天東郭子問：「道在那裏？」莊子回答說：「無所不在。」由此短短對話裏，我們可以引申爲：「美在那裏？它無所不在。」

美是事物之單純、自然的精髓，是理想的啓示，宇宙的機心，能表現怡悅、高尚的仁愛和生命的高潮。所以孔子說：「志於道、據於德、依於仁、游於藝。」此之道指的是真理，德、仁是善行，游於藝則是美感的飽參。因此美是包含在道之中，而道則是真、善、美的統稱。凡事先歷真與善，最後以美爲依歸，進而達到完美、圓滿。

美的現象包含有表相的形式美和內層的內容美，亦即外在美與內在美，但有時卻是無法硬生生地被分割的。

二、書法之美

中國書法，綜合眾妙，通於自然，爲中華文化藝術的結晶。它不但能表現出外在的用筆點畫與線條、間架結構、章法布白的美感，（點畫線條運行，輕重緩急、俯仰迴旋，通於音樂節奏與舞蹈韻律；間架結構與建築、雕塑原理相通；章法布白與天地四時運轉，宇宙萬物變化，皆以自然爲典範的道理不謀而合。）更可呈現書者的內在情感和想像，繼而流露出真、善、美的崇高境界，進入天人合一，明代書法家祝村山曾說：「情之喜怒哀樂，各有分數；喜則氣和而字舒，怒則氣粗而字險，哀則氣鬱而字斂，樂則氣平而字麗。情有輕重，則字之斂舒險麗，亦深淺，變化無窮。」正是明例。

茲舉數家論點說明書法之美：

一、蔡崇名在「書法及其教學之研究」書中提出書法美之範疇。

- (一) 剛與柔之美
 - (二) 藏與露之美
 - (三) 質與妍之美
 - (四) 正與奇之美
 - (五) 疏與密之美
 - (六) 濃與淡之美（編者按：此指墨色）
 - (七) 雄厚與清勁之美
 - (八) 飄逸與嚴謹之美
 - (九) 整齊與參差之美
 - (十) 實與虛之美。
 - (十一) 書與情之融會
- 其中可概括線條、間架結構、章法布白、風格與作者性靈之表現。
- 二、金學智「書法美學談」中揭示書法藝術的形式美包含
- (一) 用筆、點畫的美

1. 逆鋒落筆

落筆採取逆勢，因為逆勢在靜態藝術中尤為重要，要化靜為動，非借助逆勢不可。

2. 「行」與「留」

書法是時間藝術，由於它本身就是動態藝術，必然要避免「浮是動」。因此用筆之妙處在於走處有留，急處有緩。

3. 「曲」與「直」

曲、直是書法線條的三大系統，在視覺上各具特性，「曲線」讓人有陰柔韻致之感，「直線」則令人興起陽剛氣勢。

(二) 結構、章法的美

1. 「違」與「和」

當針對結體的美而言，「違」就是在單字裏，很多點畫並列一起時，要表現多樣而不雷同，豐富而不單一，要互為差異，各自矛盾，參差不齊，但又和諧共處於一結字中。

至於對章法的美而論，「違」就是一篇作品中每個字都要各異其形，為體互乖，尤其在楷書中不但要求勻稱整齊，同時也得隨字轉變，各盡其姿態之美，促使大小斜正，長短闊狹，天然不齊。

反之，「和」在結構、章法中，一語以蔽則是「協調」、「和順」、「整齊」、「秩序」、「一致」等。

2. 「主」與「次」

所謂「主」、「次」在單字結構中應區分安排主要筆畫和次要筆畫；而在章法中亦應安排輕重與粗細、大小不同的單字，使整篇作品富有節奏感。

3. 「欹」與「正」

「欹」為不正、歪斜、偏側之意，與「正」相反。在書法結構、章法中一個字或通篇作品不能太過平正，亦不能斜側不堪，總之不管點畫、結構、章法都要有變化，「欹」、「正」互用，方成佳作。

4. 「虛」與「實」

由於書法是由線條所組架結構而成，自然形成空間，空間大則「疏」，空間小則「密」，由於疏密產生虛實；此外線條之輕重也是促成虛實的因素之一，至於墨色的乾、濕、濃、淡，更是虛實的視覺效果不可或缺的重要因子。

所以一件好作品必然存有「虛」與「實」的相對性。

5 以「氣脈連貫」收束

氣脈是人的生命所繫，書法亦然。而氣脈在行草書中更易顯現；用之楷書，主要強調在於單字中之線條運行前後互相折搭，筆勢回顧；至於單字與單字間之氣韻則要前後貫穿，瞻前顧後，果真如此，則字字活潑，通篇暢然。

三、祝敏申談書法美的原理

(一)書法美的表現形式

1. 線條本身的美

作為書法的線條，盡管外形不一，有筆畫、書體、流派各種因素差別，但凡能給人以美感之線條，都是一種有力度的線條，這種力度，在傳統書學中稱為「筆力」。判斷有無筆力，也就是書法線條的審美標準，首先是看線條是「圓」，其次是「澀」。

「圓」是一個立體而不是平面的概念，它使線條顯得飽滿、結實、有立體感和浮雕感，從而表現出充實的力度。「澀」是線條衝破紙面阻力的一種現象，它具有掙扎奮進的藝術效果，頗有「欲語還休」的意趣，耐人尋味。

2. 線條組合的美

書法是線條的造型藝術，但它不光以單一線條形式呈現，而是以成組的造型表現，因為線條本身的美固然是造型美的基礎，但唯有當成組的線條按照一定的規律構成完美的整體時，書法的美才最終地完成。

然而線條本身的美，在書法中仍是具有重要地位，如蘇東坡〈論書〉中所指的「骨」與「肉」即是指線條本身的美，因此書法中的線條美具有多重性，它是群體組合的，亦可單一存在，甚至為求變化，特別強調其一部分，進而意識地使之突出擠壓其他部分，致使其他部分避讓，或打破某種協調均衡以達到新的、更高級的協調均衡，因而產生強烈的藝術感染力。

線條組成字或成篇時，傳統書學稱「結構」和「章法」。其遵循的基本原則，是呼應和對比二項。

(1) 呼應

呼應的作用，在於將各個原來獨立的線條，貫穿為有機的統一體。有呼應的線條，就像「氣」在流動，使他們「活」起來，就像被賦予生命一樣，此即「氣」或「行氣」的作用。

(2) 對比

對比的作用立於產生變化，形成節奏和韻律。書法中的對比手法主要有：

- ① 主次對比：在構成一個漢字的一組線條中，往往有一兩條線條的份量最重，這就是常說的「主筆」。
- ② 大小不對比：這種對比是指字與字的關係，也可以說是一字之間主次對比的擴大，在一行之中安排「主字」和「餘字」。
- ③ 縱橫對比：縱橫對比是將相鄰的字的體勢一作縱向拉長的誇張，一作橫向放寬的誇張，使整體產生強烈的效果。
- ④ 向背對比：這種對比是筆勢運動方向和重心位置變化所產生的。
- ⑤ 偏正對比：一般而說，書法的線條宜平正，超出了常見的平正標準，就認為是偏。但是，有意識地將某些線條置正，某些線條置偏，使之對此，則可從整體上獲得險中求穩的藝術效果。
- ⑥ 疏密對比：疏密對比是把某些線條與線條之間安排疏鬆，某些線條與線條之間安排得密集，這樣便有了虛實和黑白分布的變化和節奏。

(二) 書法美的本質特性

1. 書法美的形象性和抽象性

關於書法究竟是「形象藝術」或「抽象藝術」問題，我們看法是，在書法美學領域中，形象性和抽象性是統

一的，線條造型是形象的表達，而意境和情趣是抽象的，這兩者互為依存。

2. 書法美的時代性

書法美的時代性，主要有三個社會因素造成。

- (1) 社會使用文字的習慣。
- (2) 社會對一定書風的提倡。
- (3) 社會上時代審美觀念的影響。
- (4) 書法美的獨創性和規則性。

獨創性，是一切藝術作品共有的審美要求。但是，書法美的獨創，又必須遵循一定的法度，即眾所公認的規則，首先，線條必須遵循筆力的審美標準，如中鋒行筆，有「圓」、「澀」之感、骨肉勻稱得當等。如果離開了這些準則去「創新」，那就會適得其反。其次，線條之間的關係安排，即結字與章法，必須遵循漢字結構的基本規則，不能將原來的漢字結構任意篡改。

(三) 書法的審美範疇

1. 端莊雄偉

端莊雄偉的審美感覺，能引起欣賞者對自然界中種種具有非凡氣勢的壯觀景氣的聯想。其表現特點是線條渾厚剛勁，行筆沉著凝重，結體端正平穩。

2. 飄逸秀麗

這個範疇的審美感覺是清秀、輕鬆、優雅、恬靜、明麗。其表現特徵是線條比較瘦勁，力度內蘊如綿裏裹針，行筆比較跳躍輕盈，結字疏朗，並常以左右傾斜取勢。

3. 縱橫奇倔

這一範疇的審美感覺是豪放、奇恣、無拘無束，使人感到有股不可抑制的生命活力。其表現特徵是線條潑辣，行筆跳躍大，特別強調各種對比手法，以奇險取勝。

4. 工整精細

此範疇的審美感覺是精緻、完美、協調，使人發出巧奪天工和恰到好處的愉快讚美。其特徵是用筆細膩精緻，結構嚴謹，行款齊整，但其中不乏各種對比變化，優秀的工整精細作品，正善於把不協調的東西引向一致，達到更高級的協調。

四、陳師奇川在中國美學論集「談書道美」論文中，明確區分書道美為外在美與風神二種。

(一) 間架的妥貼

1. 重心平衡

(1) 筆路重心的把握

(2) 重心位置的調整

(3) 重心角落的運用

2. 空間的平衡

3. 比例的平衡

(二) 穿插的協調

1. 左右揖讓

2. 上下貫串

3. 前後呼應

(三)風格的和諧

1. 剛與柔
2. 方與圓
3. 濃與纖

書道的內在美（風神）

(一)動態的

1. 如王羲之的雄逸灑脫，集眾美於一身。
2. 如蘇東坡的豪邁雄渾。
3. 如懷素的狂逸。

(二)靜態的

1. 如劉墉的端凝蘊蓄。
 2. 如虞世南的典麗虛和。
 3. 如彭醇士的莊穆秀雅。
- (三)陽剛與陰柔。

書法之陽剛與陰柔都具有美感，且各具不同的特色，其最大關鍵在作品的類型。（例如隸書與行草書的表現方式不同，隸書是左右橫式的美感經驗，行草書是縱的連綿，甚至講求通篇一體的美學），其次和作者性向、學養也有關係。

三、如何指導欣賞

欣賞任何事物，總要找出它的好處與美點，欣賞書法也不例外。當你面對一件書法作品時，能感受到作品所傳達出的訊息，並能明確指出美在那裏，特色是什麼，就可以說能夠欣賞書法了。

那麼在自己欣賞或指導學生欣賞時，應用那些步驟，首先是憑直覺說出自己的感受，因為在人們欣賞審美活動中，每個人都有著自己的特點，有自己的選擇和偏愛，並根據自己的審美觀點、審美理想、審美趣味作出相應的審美判斷。這種藝術欣賞的個性差異，集中體現在欣賞者的個人偏愛上。這種個人偏愛，是藝術欣賞中不可避免的正常審美活動現象，反映了欣賞者的精神世界的豐富多彩。因此任何美學觀點都應給予認同，如此必可培養欣賞知能，提高欣賞能力與層級。

第二步驟針對作品中外在的形和內在的神兩方面作分析欣賞，而書法之美在前文已詳述諸方家論點，梗概分爲五項——點畫線條、墨色表現、間架結構、章法布白、書品風格。而陳丁奇於「書道教育概說」書中明示鑑賞基準爲六項，與前五項大致雷同外，另增臨摹，其意爲臨摹雖難成爲鑑賞之基準，但可視爲研究創作或表現之預備方法，因爲臨摩是藉模寫他人之作品，探究其法則，提供鑑賞與創作預備。因此在作欣賞活動時便可依此六大準則，雖不中亦不遠矣。

此外，具備文字學之知識，了解書法史的演進，進而增進鑑別碑帖的常識，考察書家創作之背景，以及陶冶藝術之涵養都是欣賞書法的重要課題，唯因小學階段，尚屬萌芽及啟發期，如何斟酌取捨，端視學生程度而定。

第六篇 書法故事

一、臨池的由來

張芝爲在漢敦煌酒泉（今甘肅省）人，字伯英，號張有道。他不但通達史經，且是對書法頗有貢獻的書家。東漢時，政府屢徵召他爲官，都被其婉拒，是位人品極爲高尚的人。

張芝勤學苦練，對於練字的紙筆很能活用，就是筷子也在桌上比劃，有時連家中做衣服用的布帛，也拿來書寫，之後，再將它染色才使用。他相當重視書寫的姿勢，經常對著銅鏡來糾正、改進自己書寫的姿勢。

今人把練字說是「臨池」，其實是源於張芝學書的故事。由於勤學書法，他在自家門前鑿一頗大的洗硯池。日子一天天的過了，每當他書寫完畢，他的毛筆和硯台的餘墨洗淨了，卻染黑了他池裡的水。

張芝雖擅長隸書、行書、草書和飛白書，卻以草書成名。被三國韋誕稱爲「草聖」，東晉王羲之父子的草書，受其影響頗深。

二、書聖王羲之

王羲之，字逸少，山東琅琊人，遷居會稽山陰，官至右將軍，故又稱王右軍。

王羲之生於兵荒馬亂的年代，出身豪族，名聲良好。四十五歲時，在會稽任官，已展露其才，但其仕途並不順利。東晉穆帝永和十一年，時年四十九，即誓墓辭官。

東晉永和九年時，王羲之便有出世的思想。會稽風景秀麗，羲之常和名士遊山玩水。當年農曆三月初三，他宴集司徒謝安、右司馬孫綽等文人雅士於會稽山陰的蘭亭，舉行修禊之禮（當時江南流行的臨水洗滌，拔除疾患與不祥的禮節）。在天朗氣清的時節，朋友們聚集在崇山峻嶺、叢林茂密的清流兩岸，開懷暢飲、酒酣賦詩，共計三十七首詩

篇，王羲之酒興之餘，揮筆寫下了千古留傳的「蘭亭集序」。

蘭亭集序不僅是文學作品，也是書法的佳品；文中充分反映王羲之當官的心境，書法藝術更是登峰造極之境。他吸收前人豐富的優點，且相同的字變化多樣，如二十個「之」字，七個「不」字，五個「懷」字……等，都呈現不同的特徵，真是嘆為觀止。

三、寫經換鵝

王羲之自幼學書，對書法藝術的領悟力特別強烈，他的觀察力敏銳，對大自然萬物有豐富的聯想力。如他見鵝的優美體態而悟得筆法，也因此他愛鵝成癖。

當王羲之任職會稽內史、右軍將軍時，與兒子獻之乘舟同遊名山勝跡。船剛靠岸，便見一群可愛的白鵝，屁股一扭一扭，伸長脖子，嘎嘎地高歌著，一時喜出望外，不知覺跟隨鵝群，並看上兩隻格外美麗的鵝，想買下她們。於是來到附近寺院，打聽之下，原來為道士所有。王羲之一見道士，便坦白其來意，道士早認這位大名鼎鼎的書法家，心想：自己夢寐以求的墨寶就在眼前了。道士不露聲色地示意著，他的鵝是不賣的，若能求得先生所書「道德經」，將以白鵝相贈。王羲之愛鵝心切，欣然答應，道士亦驚喜地磨起墨來，不到半日，一卷端莊博大的「道德經」，就此完成，王羲之也就抱著喜愛的白鵝，飄然而歸。

由王羲之「書換白鵝」的故事，可見他書法藝術魅力頗為當時人所喜愛。

四、退筆成塚的智永

傳說隋朝的書法家智永，是王羲之之七世孫。早年出家當和尚，為了繼承祖法，隱居永欣閣（古人紀念筆祖蒙恬而建的寺院）上，勤學苦練，整整三十年之久。

智臨摹王羲之的字帖，數十年如一日，久而久之，他的硯石磨得凹陷，尤其禿筆堆滿數十個大竹簍子，便在永欣閣院前的空地，掘一深坑，將所有的禿筆埋入土中，堆成墳冢，人稱「退筆冢」，成為後人贊揚智永的美談。

「鐵門限」爲智永另一美譽。智永臨書三十餘年，終究形成自己的獨特風格，而爲我國一著名的書法家，爲求得其墨寶的人，多得踏破寺內的木門檻，以至用鐵皮裹起木門檻，人稱「鐵門限」。可見其苦練的精神，眞令人驚嘆不已。

智永晚年寫了八百本千字文（我國舊時的啓蒙課本），分發到江南各寺院，至今仍爲學習書法的範本。

五、臥觀名碑的歐陽詢

歐陽詢字信本，潭州臨湘（今湖南長沙）人。官至太子率更令、弘文館學士。書法以楷書最著名。尤其晚年（貞觀六年）書寫魏徵所撰的碑文「九成宮醴泉銘」，爲最具典型的代表作，是古今讚不絕口的作品。

每個成功的書法家，都有刻苦用心的經歷。歐陽詢頗醉心魏晉六朝人的書法，有一回，在旅遊中，發現路旁有一塊碑，上面刻有西晉書法家索靖的章草書。於是，他停下馬來，細細地研究那古樸的字體，許久才離去，不料，走了數百步，又折回，下馬佇立在碑前，反覆地比劃著，暗自揣摩其中的筆法、結構，後來乾脆舖起毯子，坐臥在碑前，專心地摸索，直至領悟到索靖用筆的精神所在，他才離去，就這麼精研足足過了三天。

歐陽詢如此提高自己的藝術修界，努力開創書法藝術境界的精神，眞令人感佩。

六、芭蕉葉上練字的和尚

懷素字藏眞，俗姓錢，湖南長沙人，生於唐玄宗開元時。他的身世正和東晉王羲之相反，王羲之生於兵荒馬亂的年代，出身豪族，懷素則生於開元盛世，出身貧寒，幼年即好佛，年輕時就在「綠天庵」剃度爲僧，誦經之餘，便勤學書法。

由於出身布衣之家，根本買不起紙張。懷素從從古人「芭蕉葉上題詩」而得靈感，就在寺院周圍的幾十畝空地上，種了萬株芭蕉樹，等樹長成，將大片的芭蕉葉摘下，充當練字的紙，日復一日，他就這樣在芭蕉上研寫翰墨，不知覺將芭蕉葉堆滿整間屋子。

芭蕉葉的成長，趕不及懷素的勤學，又捨不得摘下小葉片，只好帶著筆墨來到芭蕉園，在嫩葉下書寫，不管寒風刺骨或夏日炎炎，都阻擋不了懷素的苦學，他自豪、忘我的樂此不疲。

懷素將自己心靈的感動，寄託在筆端。後人只要談到草書的藝術，無不提及懷素。「懷素自敘帖」是他代表典型「狂放」的風格。

七、筆法諫政

柳公權，字誠懸，東北華原（今陝西耀縣）人，生於唐代宗大曆十三年，出身書香之家，晚年以太子少師的官位退休，年八十二歲，他的書體，在中國書法史上的地位十分重要，與顏真卿並稱「顏柳」。

柳公權仕途並不順利，唐穆宗即位時，他僅任職夏州司記官，掌管地方文書工作，由於穆宗很賞識其書法造詣，就任命他為右拾遺侍書學士，但仍為一低職位。

唐朝在得到穆宗當政時，由於昏庸無能，社會漸趨不安定，朝政腐敗，朝臣極不滿君王奢侈放縱的生活。穆宗很欣賞柳公權的書法，有一次，他請教柳公權筆法，柳公權答道：「心正則筆正，乃可為法。」穆宗一聽，頓時面容失色，心裡明白柳公權是借論筆法來諷諫他，便裝出不以為意，認為柳公權是開他玩笑，事實上，柳公權對當時的朝政確不滿意，只好趁機繼續解說書法的藝術之道，說明「書如其人」，認為一切藝術作品，都反映作者的精神，雖不能從其一件作品顯示他的人格風貌，但他大部份的作品，可以見到作者的心靈世界，因此，從書法作品表現了書法家的精神、氣質，若人品不高，則落墨就無法。穆宗聽後，不得不承認柳公權對他的直諫。

柳公權一生雖仕途不順，但不求功名，潛心書藝。「心正筆則正」一時成為佳話。書法與人品相關連，也成為中國書法史上一個品評的標準。

八、草顛張旭

張旭，字伯高，吳郡（今江蘇蘇州）人。初任常熟縣尉，掌管一縣的治安，後為金吾長史，率府長史，人稱張長史，因善於草書，也有人稱草聖，據說嗜好飲酒，每遇酩酊大醉，必呼叫狂走，然後在牆上揮毫，有時還以頭髮濡墨書寫，因此更有人稱為張顛。

張旭性格豪放，看似粗線條，其實細膩之致。他對事物觀察入微，見山水崖谷、鳥獸蟲魚、草木的花實，風雨水火、雷霆霹靂等等天地萬物之變，都能應用在書法的變化，曾經外出遊玩，路旁見一書生與擔夫爭道，而悟出草書線條飛騰跳躍之中所形成流暢生動的美感。

在唐代「尚法」的框框裡，張旭的書法富有原創性，是藝術的，而非實用的。他的創意來自對萬物敏銳的觀察力和感受性，其狂放浪漫的書法風格，影響了不少書法家。

九、愛石成痴的白居易

白居易，字樂天，晚號香山居士，又稱醉吟先生，原籍下邳（今陝西渭南），與柳公權同為中唐時代的人。因為詩名太大，以致一般只知他是個詩人，而較少人知道他書法的成就。

白居易因愛石，曾把洞庭湖的醜石當為知己。他是古代以詩論竹的第一人。唐朝畫竹名家蕭悅，把他珍貴的作品送給白居易，白居易以一首「畫竹歌」作為感謝的回報。

白居易從小就喜愛詩歌、書法，十六歲便能寫詩，如「賦得古原草送別」便是。他曾帶著自己的詩作，拜訪當時的書法大師顧況，頗得顧況的賞識，從而給予他在詩文創作和書法學習很大的鼓勵。他曾在信上告友人，二十年來，白天寫詩，晚上練字，經常為推敲一字一詞而廢寢忘食。他努力不懈，刻苦鑽研，數十年如一日。

白居易當官時因被貶，而棄官篤信佛教，持素修行，享年七十五歲，所寫的詩作，多得不可勝數，可惜他的書法遺留不多，由歷代書法論著中，可知他的書法主要宗師魏晉前賢，但不受役於前賢，自有其筆趣。

十、性僻的米襄陽

米芾，字元章，祖籍太原，後遷居襄陽（今屬湖北），故稱米襄陽。官至禮部員外郎。生於宋仁宗皇祐三年，是宋代四大書法家之一，以行書最佳。

米襄陽自幼生活在宦宦中，但並不以富貴為願。極有才華，能詩文，其性格古怪，癖好很多。有潔癖、善觀古硯、怪石，每當賞玩怪石，可達三日不釋手，甚至和怪石稱兄道弟。經常裝瘋賣傻，嘲弄自己，也嘲弄他人，詼諧成癖。據說臨摹古書的功夫唯妙唯肖，難辨真偽。他收藏古書畫成癖，每每陶醉在自己收藏的書畫中到忘我的地步。古人稱他「米顛」。

有一次，米襄陽在船上和友人蔡攸相遇，兩人觀賞湖光山色，並欣賞名人墨跡，當蔡攸出示東晉王羲之的「王略帖」時，米襄陽喜愛之至，便要求友人賣給他，或以別的字畫交換，蔡攸自己也喜歡而捨不得，並未答應，米襄陽頓時發起顛來，呼喊著：「你若不答應，我立即投河自殺。」蔡攸見狀，知道米襄陽可非說著玩的，急忙阻止他，趕緊把「王略帖」交給米襄陽，搞得蔡攸真無可奈何。

米襄陽看似「顛」，其實他是藝壇的通才，有多方面的成就與貢獻，尤其書法對後世影響甚大。

十一、觀蛇悟筆法

文同，字與可，自號笑笑先生，宋朝梓州永泰（今四川鹽亭東）人，擅寫墨竹。

他生平很喜歡竹，自己栽植很多青竹，天天憑窗仔細觀察，品評竹葉和竹枝在每個季節、每個氣候的變化和不同的姿態，日久，對竹的各種變化和姿態非常熟悉，無怪乎有「畫竹大師」的美譽，文同在他的「竹」論中有：「畫竹必先得成竹在胸」之句。後來，人們常把事先有充份的計劃，很有把握去應付或解決的事，稱「胸有成竹」。

唐朝草書大家張旭，見公孫大娘舞劍，悟出草書的筆法，創出狂草的獨特風格。文與可也在觀察兩條蛇互鬥的動態中，領悟了草書的筆法，創出他書法生動，有力的線條。

十二、擅長章草的宋克

宋克，字伯溫，長洲（今江蘇吳縣）人。元末明初的書法家。

宋克自幼博覽經史，經常騎馬射箭，體格十分壯碩。年長後，喜歡四處遊歷，可惜始終未逢志同道合的朋友。偶立下志願攻研書法。拜師學習，每在課堂時，總聽老師提及趙孟頫。

宋克聽了很不以為意，便下定決心，要贏過趙孟頫。從此，宋克以鍾繇和王羲之的書法為準則，不間斷地苦練，縱使生病也不罷休，甚至妻子相勸也不聽，他抱病繼續寫著，說道：「千淘萬漉雖辛苦，吹盡狂沙始成金。」數十年有成，宋克終於以章草崛起於明初的書壇，影響後世頗深。

十三、大器晚成的書法家

文徵明，原名璧，字徵明，與宋克同為長洲人。人窮志不窮，不愛財、不畏權。明代著名書法家。

唐代以來，科舉取士制度注重書法，考生若書法成績未達標準便不被錄取，文徵明就是其中之一。

文徵明因書法不及格而名落孫山，受很大的打擊，此後，發奮圖強，苦練書法。他以隋朝書法家智永的真草「千字文」為本，每天必練習十遍，作為日修，就這樣日日夜夜，一年又一年，終於苦練有成。

文徵明晚年才創出自己的風格，可說大器晚成，是個苦學成功的大書法家。

十四、寧醜勿巧的傅青主

傅山，字青竹，更字青主，初名鼎臣，後改名山，山西太原人，明朝末年的書畫家。

傅山為人孤傲，從不輕易送人畫作，鄙視沒骨氣的文人，即使送上千金，也得不到他一筆字，每遇品德高尚者，往往主動送他作品。對於書畫，他重質不重量，實為真正的藝術家。曾有好友要求他寫李白的「靜夜思」，他直率地表明，自己作畫前必定經一番醞釀，等靈感一來，便動筆。於是答應等中秋佳節，秋高氣爽，明月皎潔，當為之揮筆

到了中秋夜晚，果然天朗氣清，明月高掛。朋友與沖沖提著一大壺美酒，宴請傅山，並磨好墨、備好紙筆，退出客房，讓傅山獨自靜靜地作畫。

友人對這位古怪的藝術家頗為好奇，悄悄地躲在門外，窺視其作畫的模樣，正當他入神的看傅山提筆揮毫的當兒，傅山忽而放下筆，手舞足蹈，狂奔亂叫起來。朋友一時不知究竟為何；慌忙抱住傅山，讓他往床上坐下。傅山頓時夢醒般，責怪朋友為何破他美夢、敗他畫興，說著扔下筆將自己的畫作揉成一團。

朋友無法領會傅山作畫的忘我境界，而破壞好事，遺憾地抱著那未完成的作品，欲哭無淚。

十五、六分半書的鄭板橋

鄭板橋，揚州八怪之一，字克柔，名燮，號板橋道人，江蘇興化縣人。清代著名的書畫家和文學家。有「詩、書、畫」三絕的美譽。

鄭板橋當官十年，為官廉潔，最後放棄朝廷的官位，流寓在揚州，以賣畫為生。他對時勢很有敏銳的感受，從他的詩作和題畫文字中可見諷諭之意。他最著名的是「六分半書」，也就是「板橋體」，這是他以自己的審美觀，將多種書體趣味溶為一體，而獨創一格，從此拓寬創作的領域。鄭板橋又是畫竹高手，有「竹翁」的美稱。

鄭板橋喜刻閒印，是用印最多的書畫家，每方印章都有其深刻的意義或哲理。

「恨不得填滿了普飢債」是鄭板橋感慨其當官時，民不聊生，為了救濟災民，將公糧借給難民救急，免遭死亡，卻得罪上司，因而罷官而去。便刻下這方印章。

「青藤門下走狗鄭燮」，是鄭板橋對明代書畫家徐渭的崇敬之心，有意向徐渭學習的決心，「青藤」為徐渭的別號。

「所南翁後」也是敬仰南宋末年書畫家鄭思肖而刻的印章。鄭思肖別號為「所南」。

十六、濃墨宰相

劉墉，字崇如，號石庵，山東諸城人。清代書法家，善學前賢書法，但不受役，自成一格，以楷書爲最。

翁方綱，字正三，號覃溪，直隸大興（今屬北京）人。書法注重古意，謹守法度，與劉墉正好相反。翁方綱的女婿又是劉墉的學生。

有一天，翁方綱的女婿來拜訪岳父，順便借董其昌法帖，翁方綱不巧讀到卷末劉墉的跋語，便請女婿帶話給他的老師，問問他所寫的字，那一筆是古人的。不多久，翁方綱的女婿再帶回劉墉的問話，問問岳父大人，他寫的那一筆是自己的。

由這則故事讓我們了解，學前賢求古意是正確的，歷代的書法大家，那個不臨摹而終生不倦的？只是他們後來都創出自己的風格。由此觀之，並非死板的臨摹，學習者必在臨摹的過程中，多加思索，善用自己的理解和批評，漸漸創出自己的新風貌，如此方稱得上有藝術價值的好作品。

十七、練書忘我

吳歷，字漁山，號墨井道人，江蘇常熟人，明末清初的書畫家。性喜遊歷，遍尋名碑，以鑽研碑文的筆法和墨韻。有一天，吳歷應好友的邀約，前往湖州遊玩，當他到達時，正逢友人外出，便留下便條，逕自到外頭遊覽，走著走著，卻來到一寺院，正是王羲之七世孫——隋朝書法大師智永和尙居住四十多年的永欣寺。據說寺院內很多歷代大師題刻的詩文，吳歷高興極了，像尋寶似的，一件件的欣賞著，其中他在廟宇壁間發現一塊蘇軾手書歐陽修「醉翁亭記」楷書巨碑，便當場備好筆墨紙硯，專心地臨習起來。

當吳歷的友人回到家後，不見吳歷，只見桌上留下的便條，就在家等候吳歷，那知天都黑了，還不見吳歷人影，主人擔心吳歷迷路或遭意外，便派人四處尋找，整整找了三天，終於在永欣寺找到吳歷。

主人一見吳歷，便責怪起他來，吳歷卻一臉莫名其妙的表情，經友人提起便條的事，吳歷這才恍然，立即愧疚地表示歉意，好友見吳歷痴狂勤學書法的精神，不得不感佩而拜他爲師。

十八、甲骨文傳奇

甲骨文是我國最早被發現的文字，也就是今天我們能看到的最早的文字，現在的漢字都是由甲骨文演變來的。甲骨文的發現是這樣的：

清朝末年，考古學家劉鶚，有個住在北平的朋友，名叫王懿榮，是個金石收藏家。有一天，他得了瘧疾，請了醫生到家裡來看病，醫生開了藥方後，由家人到一家達仁堂藥舖買回，然後一包包和藥方核對，王懿榮發現其中有藥名爲「龍骨」（龜板）的，上面似乎刻有文字，由於王懿榮是金石收藏家，劉鶚又是考古學家，兩人對此特別敏感且有興趣研究，仔細看了後，果然和古代的篆文一樣，於是將「龍骨」一片片挑出來，且尋遍各地藥舖，買回所有的「龍骨」，原來這些「龍骨」都是藥店老闆從河南安陽縣買來的，當初藥商並不知「龍骨」是殷商時代的古物。經兩人進行考查，此後，陸續挖掘不少殷商古物，單是「龍骨」至今出土的就有十萬餘片。

甲骨文的發現，對殷商時代的社會制度、禮節、歷法等考證，實有很大的幫助。

十九、金石家吳昌碩

吳昌碩，初名俊，中年後更字昌碩，浙江安吉人，晚清傑出的藝術家，精通詩、書、畫、篆刻，臨寫「石鼓文」（我國最早的刻石文字）最爲著名。他的書法，早期以楷書爲主，晚年以篆隸作狂草。他治印數量很多，其中有一方銘文爲「安吉朱硯濤考藏金石書畫章」的白文多字印，不是用刻刀刻成，而是用鐵釘鑿成。

有一天，吳昌碩到蘇州拜訪老友朱硯濤，宴客後，主人取出一方舊藏壽山白芙蓉凍石，請吳昌碩爲他刻印，吳昌碩見印石材質良好，潔白無瑕，晶瑩剔透，且在眾多客人面前，也就直爽的答應了。當吳昌碩在印面上寫完篆文後，才發覺身邊並沒有刻刀，正巧主人家也沒有，使得會場顯得掃興極了，這時，有人不知從那兒拾來一根大鐵釘，交給

吳昌碩。吳昌碩接過大鐵釘，很鎮定地將雙手一舉，胸有成竹地鑿起印來。

沒多久，吳昌碩果然完成一方絕妙的印章，由於其功力深厚，雖為鐵釘所鑿成，卻不失強勁的篆刻刀法。他曾說：「寫字頂要緊，寫字主要是學篆，篆不好，印怎麼能刻得好呢？」實無愧在中國篆書史上佔一席之地。

二十、草聖于右任

于右任，是近代的書法家，又是愛國的政治家、詩人及教育家。他學識淵博，所寫的詩詞都為愛國憂民。

于右任善寫行、草書，一生為人寫很多字。寫字對他雖是件快樂的事，但有時也哭好友的去世，如晚年多為亡友寫墓誌。他認為書法的實用性重於藝術性，因而立下「易識、易寫、準確、美麗」四大準則，編出「標準草書」一書，為書法喜好者獲益不淺。

由於于右任的人品、書品、詩品良好，墨跡獲眾多喜愛。有一天，他見自家牆外常有人小便，就以行書在宣紙上寫：「不可隨處小便」，張貼在牆上。那知剛貼上不久，連漿糊都未乾，字條就不見了。原來有位欣賞于公書法已久的張姓讀書人，發現這珍貴的墨跡，趁機悄悄地撕下來，欣然帶回家去。

之後，每碰到友人，便得意地誇耀得有于公的真蹟，引得不少訪客，特地前來一睹為快。然而，當大家一看，表情都愣住了，張生知所以然，便要友人回家，過幾天再來。當朋友再來時，見門上掛著「小處不可隨便」，都不約莞爾而笑，驚嘆張生的點子，虧他將于公的字倒裝排列後裝裱，成了一幅絕妙的字畫。


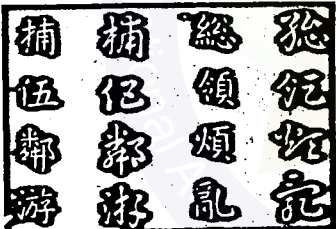


第七篇 中國書法概要表

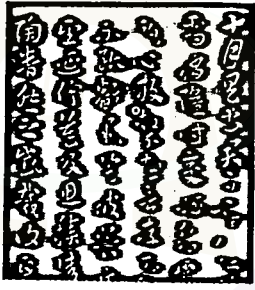
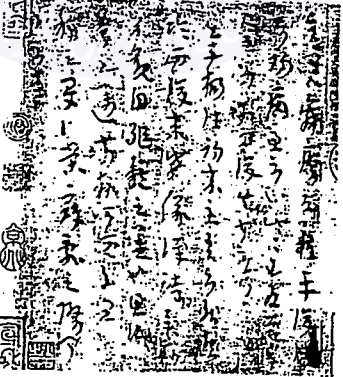
<p>西 周</p>	<p>殷 商</p>	<p>朝 代</p>
<p>約西元前一 一〇〇年</p>	<p>約西元前一 四〇〇年</p>	<p>時 (西元)間</p>
<p>青銅器銘文。 青銅器包括兵器(戈、鉞、劍)、炊器(鼎、鬲、甗)、食器(簋、盨、簠)、酒器(爵、觚、尊、觥)、水器(盤、匜、盂、鑿)、樂器(</p>	<p>甲骨文。朱、墨書陶片</p>	<p>書家(書體)代表作品</p>
<p>銘鼎克小</p> 	<p>片陶書墨與文骨甲</p> 	<p>碑 版 書 跡</p>
<p>稱大篆 鼎文(鐘 文)亦</p>	<p>甲骨文</p>	<p>附 註</p>

<p>秦</p>	<p>東周（春秋戰國）</p>	
<p>西元前二二一—二〇六年</p>	<p>約西元前七〇〇年</p>	
<p>李斯（？）西元前二〇八年） —泰山刻石（西元前二一九年）、嶧山刻石（西元前二一九年）、琅琊台刻石（西元前二一九年）、會稽刻石（西元前二一〇年）等。</p>	<p>王孫遺者鐘銘、石鼓文、候馬盟書、陳曼簠、楚竹簡、雲夢睡虎地秦簡。</p>	<p>鐘、鐃。毛公鼎、散氏盤、大孟鼎、頌鼎、大小克鼎等。</p>
<div data-bbox="131 843 299 1132" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="158 1146 278 1180">石刻稽會</p> <div data-bbox="123 1218 303 1483" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="137 1497 289 1529">石刻台瑯琅</p>	<div data-bbox="337 874 488 1483" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="357 1497 476 1529">書盟馬侯</p> <div data-bbox="504 1111 645 1483" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="530 1497 619 1529">簠曼陳</p>	<div data-bbox="744 799 1018 1007" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="817 1017 938 1049">銘釜純陳</p> <div data-bbox="677 1084 1072 1490" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="832 1504 924 1536">盤氏散</p>
<p>小篆</p>	<p>大篆</p>	

<p>西漢</p>	
<p>西元前二〇六年</p>	
<p>馬王堆帛書（西元前一七九—一五七年）、楊量買山地記（西元前六八年）、五鳳元年木簡、五鳳二年刻石（西元前五六年）、居延紀年簽（西元前二八—一九年）、武威木簡（約西元前三二—七年）。</p> <p>史游（生卒年不詳）——急就章</p>	<p>程邈（生卒年不詳）——古隸。</p> <p>權量、銘詔版、帛書、竹簡等。</p>
<div data-bbox="409 767 686 1084" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="459 1093 636 1128">石刻年二鳳五</p> <div data-bbox="409 1137 686 1490" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="472 1499 623 1534">居延紀年簽</p> <div data-bbox="195 846 396 1490" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="201 1499 390 1534">武威王杖詔令冊</p>	<div data-bbox="762 820 1115 1190" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="875 1428 1001 1464">秦權量銘</p> <div data-bbox="724 1208 1152 1420" data-label="Image"> </div>
<p>隸書（隸書之草寫出現）</p>	

<p>新</p>	<p>東漢</p>
<p>八年</p>	<p>二十五年</p>
<p>新莽銅嘉量銘(篆)。 萊子侯刻石(隸)。</p>	<p>許慎(生卒年不詳)——說文解字(篆)。 蔡邕(一三三—一九二年)——熹平石經(隸)。 張芝(?)——一九二年——金人帖(章草)、急就章(草書)。 劉德昇(生卒年不詳)——相傳行書及飛白為其所創。 崔瑗(七八—一四三年)——章草。 三老諱字忌日記(五二年)——開通褒斜道刻石(六三年)。 袁安碑(九二年)(篆)。 袁敞碑(一一七年)(篆)。 祀三公山碑(一一七年)(篆)。 北海相景君銘(一四三年)。 石門頌(一四八年)。 乙瑛碑(一五三年)。 禮器碑(一五六年)。</p>
 <p>銘量嘉銅</p>  <p>石刻侯子萊</p>	 <p>碑安袁</p>  <p>頌狹西</p>  <p>經石平熹</p>
	<p>東漢為隸書的黃金時代</p>

	<p>三國（魏、蜀、吳）</p>
	<p>二二二年</p>
<p>封龍山頌（一六四年） 西嶽華山廟碑（一六五年） 鮮于璜碑（一六五年） 衡方碑（一六八年） 史晨前後碑（一六九年） 夏承碑（一七〇年） 西狹頌（一七一年）——仇靖書 鄒閣頌（一七二年）——仇紉書 楊淮表記（一七三年） 魯峻碑（一七三年） 婁壽碑（一七四年） 韓仁銘（一七五年） 曹全碑（一八五年） 張遷碑（一八六年）</p>	<p>鍾繇（魏·一五一—二三〇年） ——宣示表、賀捷表（二二九年）、薦季直表（二二二年）、力命表等。 皇象（吳·生卒年不詳）——急就章、天發神讖碑（二六七一年）、文武帖等。 魏—— 受禪表（二二〇年） 上尊號奏（二二〇年） 孔羨碑（二二二年）</p>
	
<p>開通褒斜道刻石 韓仁銘 華山廟碑</p>	<p>急就章</p>
	
<p>北海相景君銘 張遷碑 鮮于璜碑</p>	<p>天發神讖碑</p>

<p>東晉</p> <p>三二七年</p>	<p>西晉</p> <p>二六五年</p>	
<p>衛夫人(二七二~三四九年) —筆陣圖。</p> <p>王羲之(三〇三~三六一) —姨母帖、樂毅論、蘭亭敘(三五三年)、平安帖、何如帖、奉橘帖、快雪時晴帖、行穰帖、喪亂帖、孔侍中帖、十七帖、黃庭經、東方朔畫贊等。</p> <p>王獻之(三四四~三八六年) —鴨頭丸帖、洛神賦十三行</p>	<p>索靖(二三九~三〇六年) —月儀帖、出師頌、七月帖。</p> <p>陸機(二六一~三〇三年) —平復帖。</p>	<p>三體石經殘石(二四〇~二四九年)</p> <p>吳— 谷朗碑(二七二年) 禪國山碑(二七六年)</p>
 <p>黃庭經</p>	 <p>月儀帖</p>	 <p>三體石經殘石</p>
 <p>平復帖</p>	 <p>石分帖</p>	
<p>行草書已臻完備</p>		

<p>南朝（宋、齊、梁、陳）、北朝（魏、齊、周）</p>	
<p>四二〇年</p>	<p>、中秋帖、廿九日帖、鵝群帖、地黃湯帖等。 王珣（三五〇—四〇一年）——伯遠帖。 李柏文書（三二八年） 王閻之墓誌（三五八年） 廣武將軍碑（三六八年） 饗寶子碑（四〇五年） 好大王碑（四一四年）</p>
<p>陶弘景（梁，四五六—五三六年）——瘞鶴銘（五一四年）。</p> <p>王遠（北魏，生卒年不詳）——石門銘（五〇六年）。</p> <p>鄭道昭（北魏，？—五一六年）——鄭文公碑（五一一年）、論經書詩（五一一年）、雲峰山石刻等。</p> <p>宋—— 爨龍顏碑（四五八年） 劉懷民墓誌（四六四年）。</p>	<p>義之頓首表亂之極 先墓在難荼毒迫 惟恐其備兼據此 痛費心所病者矣 帖亂喪</p>  <p>誌墓之閻王</p>  <p>碑子寶饗</p>  <p>帖秋中</p>
<p>楷書已由隸書轉化而成，筆法變化豐富，北朝造像、墓誌盛行。</p>	



銘鶴瘞



碑公文鄭

<p>隋</p>	
<p>五八一年</p>	
<p>智永（生卒年不詳）——真草千字文。 丁道護（生卒年不詳）——啓法寺碑（六〇二年）。 龍藏寺碑（五八六年） 信行禪師銘塔碑（五九四年） 董美人墓誌銘（五九七年） 蘇孝慈墓誌銘（六〇三年） 寧贊碑（六〇九年）</p>	<p>北魏——中嶽嵩高靈廟碑（四五六年）。 刁遵墓誌銘（五一七年） 崔敬邕墓誌銘（五一七年） 司馬 墓誌（五二〇年） 張猛龍碑（五二二年） 高貞碑（五二三年） 張玄墓誌（五三一年） 東魏—— 龍門二十品 敬使君碑（五四〇年） 北齊—— 泰山金剛經</p>
<div data-bbox="129 807 308 1102" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="129 1111 308 1146" data-label="Caption"> <p>碑塔銘師禪行信</p> </div> <div data-bbox="333 820 522 1472" data-label="Text"> <p>平章愛育黎首臣 才之生靈育黎首臣</p> </div> <div data-bbox="129 1155 308 1472" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="129 1490 308 1525" data-label="Caption"> <p>銘誌墓慈孝蘇</p> </div> <div data-bbox="333 1481 522 1525" data-label="Text"> <p>文字千永智</p> </div>	<div data-bbox="548 784 812 1120" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="604 1128 756 1164" data-label="Caption"> <p>誌墓邕敬崔</p> </div> <div data-bbox="825 784 1089 1084" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="900 1084 1026 1120" data-label="Caption"> <p>碑顏龍爨</p> </div> <div data-bbox="548 1181 812 1508" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="567 1517 787 1552" data-label="Caption"> <p>一之品十二門龍</p> </div> <div data-bbox="825 1128 1089 1525" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="913 1525 1008 1561" data-label="Caption"> <p>銘門石</p> </div>
<p>開啓唐楷之鑰</p>	

唐

六一八年

歐陽詢(五五七~六四一年)

—化度寺碑(六三一年)、

房彥謙碑(六三一年)、

成宮醴泉銘(六三二年)、

虞恭公碑(又稱溫彥博碑、

六三七年)、皇甫君碑(六

二七~六四一年)、夢奠帖

(六二七~六四一年)等。

虞世南(五五八~六三八年)

—孔子廟堂碑(六二六年)

、汝南公主墓誌(六三六年

)。

褚遂良(五九六~六五八年)

—枯樹賦(六三〇年)、伊

闕佛龕碑(六四一年)、孟

法師碑(六四二年)房玄齡

碑(六四九~六五五年)、

雁塔聖教序(六五三年)、

倪寬贊(墨跡)、陰符經(

墨跡)等。

唐太宗(五九九~六四九年)

—晉祠銘(六四七年)、溫

泉銘(六五三年)。

殷令名(生卒年不詳) — 斐鏡

民碑(六三七年)

陸柬之(生卒年不詳) — 文賦

(墨跡)

歐陽通(?~六九一年) — 道

為心憂勞成疾
同是肌之如脂
甚足為之肝旺

九成宮

佳通幽洞微端宗
其道者三教殊源
與軒頰聚群分或
勿勞而宜要文

化度寺

蓋聞三儀
覆載以合

雁塔聖教序

獨為高門世爵顯金
堂堂盛德包餘慶
振帶飛無此兄
圓防墨非為世守雕

溫彥博碑

痕風林世擊真忠
巨彭北赴擊衝須
校命結繩殉國英
聲煥兵節勝微刻

皇甫君碑

馬超七百萬吳王狀
皇帝欽明睿括衆天
聖迴神九文九武

孔子廟堂碑

因法師碑（六六三年）、泉
男生墓誌（六七九年）。

武則天（六二四—七〇五年）
—昇仙太子碑（六九九年）

孫過庭（六四八—七〇三年）
—書譜、草書千字文。

薛稷（六四九—七一三年）
—信行禪師碑（七〇六年）

懷仁集字聖教序（六七二年）

李邕（六七八—七四七年）
—葉有道碑（七一七年）、李

思訓碑（七二〇年）、麓山
寺碑（七三〇年）、法華寺

碑（七三五年）。

唐玄宗（六八五—七六二年）
—鶴鶴頌（墨跡）、石台孝

經（七四五年）。

魏棲梧（生卒年不詳）—善才
寺碑（七二五年）。

張旭（生卒年不詳）—郎官石
記（七四一年）、古詩四帖

（墨跡）、肚痛帖、自言帖
（七一四年）。

顏真卿（七〇九—七八五年）
—夫子廟堂記殘碑（七五二

年）、多寶塔碑（七五二年）
—、東方朔畫贊碑（七五四



碑齡玄房



晉祠銘



溫泉銘

文賦
余安觀村士之作竊有以得其用

心夫其放言達辭良多矣其
其情恒忘意不稱物亦不逞意蓋

非知之難能之難也故作文賦
以述先士之感藤因論作文之利
文賦



碑師法孟



道因法師碑



信行禪師碑

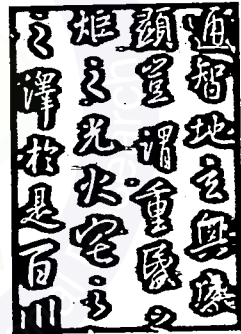
信行禪師碑

信行禪師碑

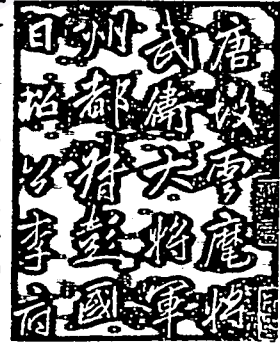
信行禪師碑

出現與王
氏一脈不
同的書風
，另闢蹊
徑。

年)、祭侄文稿(七五八年)、爭坐位稿(七六四年)、郭家廟碑(七六四年)、大唐中興頌(七七一一年)、麻姑仙壇記(七七一一年)、蔡明遠帖(七七二年)、顏勤禮碑(七七九年)、顏家廟碑(七八〇年)、劉中使帖、斐將軍詩等。
 懷素(七二五、七八五年)——自敘帖(七七七年)、聖母帖、苦筍帖、小草千字文(七九九年)、食魚帖等。
 李陽冰(約七一、二、?年)——樓先瑩記(七六七年)、三墳記(七六七年)、般若台記(七七二年)、滑台新驛記(七七四年)。
 柳公權(七七八、八六五年)——金剛經(八二四年)、太唐迴元觀鐘樓銘并序(八三六年)、符麟碑(八三八年)、玄秘塔碑(八四一年)、神策軍碑(八四三年)、魏公先廟碑(八五二年)。
 杜牧(八〇三、八五二年)——張好好詩(八三四年)——高閑(生卒年不詳)——草書千



顏字集聖教序



李愬將軍碑

鶴鶴頌 俯同親光
 朕之兄弟唯有一人
 方伯歲一朝見

古詩四帖
 行草書法，筆勢流暢，字體連貫。



顏家廟碑

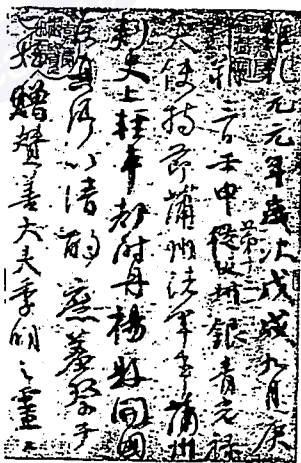


多寶塔碑

字文書（墨跡）。



麻姑仙壇記



祭侄文稿



金剛經



玄秘塔碑



神策軍君碑

神策軍君碑
 公以五年佐
 以善教舞未與
 後一歲公鎮宣
 好、好宣城、好上
 詩好張



<p>北宋</p>	<p>五代</p>
<p>九六〇年</p>	<p>五〇七年</p>
<p>歐陽修（一〇〇七—一〇七二年）——集古錄跋尾（一〇六四年）、上恩帖（一〇七二年）、夜宿中書東閣詩、付書局帖。 蔡襄（一〇一二—一〇六七年）——山居帖、皇祐二年自書詩卷（一〇五一年）、別已經年帖、萬安橋記、謝賜御書詩。 蘇軾（一〇三七—一一〇一年）——前赤壁賦卷、歸去來去辭卷（一〇八二年）、黃州寒食詩帖（一〇八二年）、醉翁亭記（一〇九一年）、李白仙詩卷（一〇九三年）。</p>	<p>楊凝式（八七三—九五四年）——韭花帖、神仙起居法（九四八年）、盧鴻草堂十志圖跋。</p>
<div data-bbox="264 772 463 1128" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="274 1137 453 1173">黃州寒食詩帖</p> <div data-bbox="569 765 685 1097" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="573 1107 680 1137">萬安橋記</p> <div data-bbox="888 765 1064 1137" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="938 1143 1026 1173">韭花帖</p> <div data-bbox="245 1199 485 1490" data-label="Text"> <p>無窮挾飛 明月而長終 得託遺響</p> </div> <p data-bbox="308 1508 428 1543">赤壁賦卷</p> <div data-bbox="504 1155 743 1490" data-label="Text"> <p>臣襄伏蒙 陛下特遣中使賜 御書一軸其文曰</p> </div> <p data-bbox="548 1499 699 1534">謝賜御書詩</p>	<div data-bbox="787 1190 1140 1490" data-label="Text"> <p>右覽前香墨 亦舊傳履法 上十志盧本名祖 系書善製衣 隱手當上不用 諫議大夫不受</p> </div> <p data-bbox="863 1508 1102 1543">盧草堂十志圖跋</p>
<p>蔡襄、蘇東坡、黃庭堅、米芾為北宋四大家。一說蔡襄應為蔡京。</p>	<p>開啓尚意書風。</p>

黃庭堅(一〇四五—一〇五

年)——花氣薰人詩帖(一〇

八七年)、李白憶舊遊詩卷

(一〇九四年)、黃州寒食

詩跋(一一〇〇年)、伏波

神詞詩卷(一一〇一年)、

松風閣詩(一一〇二年)、

褚上座帖(一一〇五年)、

廉頗藺相如傳。

米芾(一〇五一—一〇七年

)——吳江舟中詩卷、蜀素帖

(一〇八八年)、苕溪詩卷

(一〇八八年)、多景樓帖

、研山銘帖、虹縣詩。

宋徽宗(一一〇八—一一三五

)——瘦金書千字文(一一〇

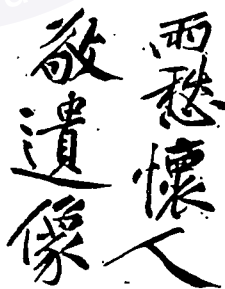
五年)、神霄玉清萬壽宮碑

(一一一九年)、草書千字

文卷(一一二二年)。



李白憶舊遊詩卷



伏波神詞詩卷

青松勁挺婆娑凌霄耻

屈盤種出枝葉上穿

連上松端秋花起蜂烟

旖旎室錦殿不羞不

蘇合綠交駐字家為典

未向留荆水話襟四十

峯間過村如尋戴遊果

空賦秋涼秋堪畫畫又

苕溪詩卷

蜀素帖

中庸勞謙

鑒兒辨色

祗植省躬

殆辱近取

見機解組

沈默寂寥

道遠欣奏

宋徽宗千字文

<p>元</p>	<p>南宋</p>
<p>一二七九年</p>	<p>一二二七年</p>
<p>鮮于樞(一二五六)一三〇一年) 顏魯公祭侄文稿跋(一二八八年)、王安石雜詩卷(一二九一年)、唐詩卷(一二九六年)、杜甫茅屋為秋風所破歌卷(一二九八年)。 張雨(一二七七)一三四八)</p>	<p>米友仁(一〇八六)一一六五年)、范成大(一一二六)一一九三年)、朱熹(一一三〇)一二〇〇年)、(王庭筠(一一五一)一二〇二年)張即之(一一八六)一二六三年)、吳瑠(生卒年不詳)。</p>
<p>汲黯傳 汲黯字長孺潯陽人也其先有寵於古之衛君至黯七世為潯大夫黯以父任孝景時為太子洗馬以孫見憚孝景帝崩太子即位黯為謁者東越相攻上使黯往視之不至吳而還黯曰越人相攻固其俗然不足以為天子之使河內失火燒千餘家上使黯往視之還報曰家人失火至止是亮不之憂也臣聞可斬</p> <p>汲黯傳 黯性剛直無所畏吳王孫在位物女姓字分為部不種居用口而少味懷主知力躬必必多志清也至言宗臣在宗子才術甚高史步周子秋始始心反居世而好老弟二弟若菜菜少房都利執濁謹謹數家新菜菜的室室</p> <p>急就章</p> <p>今誰子 後曩誰</p> <p>杜甫茅屋為秋風所破歌卷</p>	<p>吳瑠 七言絕句詩</p> <p>青山鳥啼</p> <p>如是我聞一時國祇樹給孤獨並策千二百五時世尊食時若舍衛大城乞食次第已已遂至</p> <p>張即之金剛般若波羅蜜經</p>
<p>趙孟頫(一二五四)一三二二年) 一玄妙觀重修三門記(一三〇二年)、急就章(一三〇九年)、完武蘭亭十三跋(一三一〇年)、膽巴帝師碑(一三一六年)、汲黯傳(一三二〇年)、趵突泉</p>	<p>南宋書家大都承襲北宋，較無甚創意。</p>

明

一三六八年

康里子山（一二九五）一三四五年）。

楊維禎（一二九六）一三七〇年）。

柯九思（一二九九）一三五二年）。

倪瓚（一三〇一年）一三七四年）。

宋克（一三二七）一三八七年）。

——唐宋詩卷（一三六〇年）。

——急就章卷（一三八七年）。

沈周（一四二七）一五〇九年）。

——落花詩卷（一五〇三年）。

——化鬚疏卷。

祝允明（一四六〇）一五二六年）。

——出師表（一五一四年）。

——和陶淵明飲酒二十首（一五二〇年）。

——赤壁賦卷（一五二一年）。

——杜甫詩軸、臨黃庭經等。

文徵明（一四七〇）一五五九年）。

——陶淵明飲酒二十首（

張雨題畫詩

仙人空知陽際

康里子山

此詩在子山所題畫中，四此亦見於其畫中，其筆法亦與此詩相類，其詩人畫大之字，其筆法亦與此詩相類，其詩人畫大之字，其筆法亦與此詩相類。

作於明二年九月十日

張雨

山人梓

先帝創業未半而中道崩殂，此誠危急存亡之秋也。然侍

祝允明出師表

祝允明和陶淵明飲酒二十首

王冕然無

鬚姚存道

為之告助

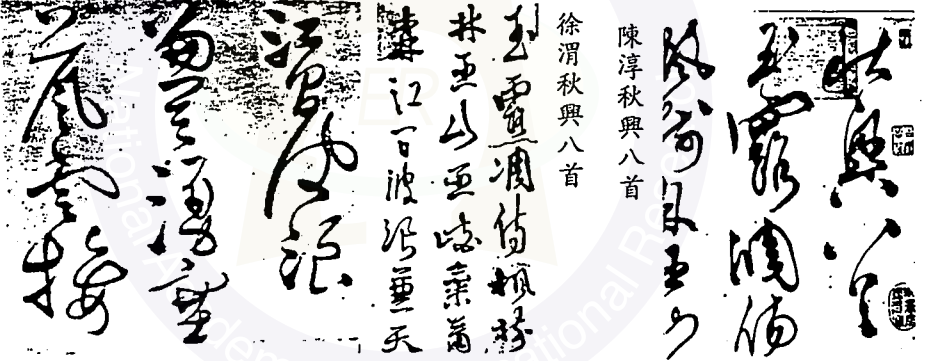
卷詩宋唐克宋

卷疏鬚化周沈

史上稱明朝書風尚態，意即結體姿態變化多端。

- 一五五四年)、千字文(一五四五年)、石湖煙水詩卷(一五五〇年)、赤壁賦卷(一五五六年)。
- 陳淳(一四八三)一五四四年)一草書千字文(一五三五年)、秋興八首卷、李白詩卷(一五四二年)。
- 王寵(一四九四)一五三三年)一琴操十首冊(一五二五年)、千字文卷、古詩十九首(一五二七年)。
- 文彭(一四九八)一五七三年)一漁父詞卷(一五五五年)、採蓮曲卷(一五五九年)、詩卷(一五六二年)、千字文冊(一五六六年)、王勃滕王閣序冊。
- 徐渭(一五二一)一五九三年)一秋興八首冊、女笑館十詠卷、詞軸、詠墨詞軸。
- 董其昌(一五五五)一六三六年)一試墨帖、三世誥命卷(一六二五年)、李白月下獨酌詩卷(一六二六年)、琵琶行詩卷、前後赤壁賦冊、杜甫醉歌行卷、項墨林墓誌銘(一六三五年)。

張瑞圖秋興八首



董其昌赤壁賦

王羲之

壬戌之秋七月既望，蘇子與客泛舟遊於赤壁之下。清風徐來，水波不興。舉酒屬客，誦明月之詩，歌窈窕之章。少焉，月出於東山之上，徘徊於斗牛之間。白露橫江，水光接天。縱橫一氣，萬物莫與為侶。惟江上之空，浩浩乎如憑虛御風。而不知其所止。飄飄乎如遺世獨立。羽化而登仙。於是西望夏口，東望武昌，山川相繚，雲樹蒼蒼。橫看成嶺側成峰，遠上寒山石徑斜。白雲生處有人家，停車坐愛楓林晚，霜葉紅於二月花。杜牧

徐渭秋興八首

林玉山五言律

畫斜

寬月

黃道周山中雜詠帖

清

一六四四年

鄭薰（一六二二）一六九三年

一楊巨源酬於駙馬詩軸（一六八二年）、盧同新月詩軸（一六八四年）、浣溪沙詞軸（一六八八年）、謝靈運石室山詩軸（一六八九年）。

朱耷（一六二六）一七〇五年

一四箴軸（一七〇五）、申時行百字銘。

黃慎（一六八七）一七八六年

一送汪瞻候歸姑蘇詩軸、春夜宴桃李園序卷（一七五〇年）。

金農（一六八七）一七六三年

一隸書條幅（一七三八年）、隸書立軸（一七四四年）、贈懷翁先生漆書軸（一七四五年）。

鄭燮（一六九三）一七六六年

一新修城隍廟碑記（一七五三年）畫竹題記（一七五三年）、臨岫樓碑軸（一七六四年）、判詞冊。

劉墉（一七一九）一八〇四年

一蘇軾秋陽賦、蘇軾游道場山詩（一七九五年）。

鄧石如（一七四三）一八〇五

寵辱不驚，肝木以寧，動靜以敬。心自定，食飲有節，脾胃不沉，沉默。冥言肺腑，自全恬澹，無欲賢，來自足。
全行陰陽或中或外，皆以行持律法，達於心，乃能自足。此語與老子之言，正相合也。朱耷書。

傷又密勿多士寧晉楚更霸
魏困橫假途滅綿詩去會盟

朱奔千字文

能守此守，厥法不用，強之其法，築之果吸，念以天拆，會孫。

黃慎草書

陶峴汎肩江
肩一肩自載
賓客一肩貯
有前進士孟
士孟雲卿布

金農隸書



鄭燮新修城隍廟碑記

法修豈不有，而粗不修，豈在遠音，而心不司，如不果，而心不司，如不果，而心不司。

劉墉臨帖七十

書家朝代
歸類因多
人橫跨二
朝，乃探
眾說。

- 年) | 贈儷生四體書屏(一七九〇年)、四體書帖冊(一七九七年)、草書五言聯(一八〇四年)贈五初七言聯(一八〇四年)。
- 伊秉綬(一七五四)一八一五年) | 節臨唐宋人書屏(一八〇六年)、臨柳公權尺牘軸(一七九八年)、贈詒元九兄世講聯(一八一九年)。
- 陳鴻壽(一七六八)一八二二年) | 隸書八言聯(一八〇四年)、蘇軾北歸度嶺寄子由詩軸。
- 吳熙載(一七九九)一八七〇年) | 贈菡墅大兄書伯五言聯、臨漢成陽靈台碑軸(一八六七年)。
- 何紹基(一七九九)一八七三年) | 莊子逍遙游篇四條幅、致軒世仁弟書冊(一八三五年)、蘇軾和文與可洋州園池詩屏(一八四八)、鄧石如墓誌銘(一八六五年)、行書橫披(一八七一年)。
- 楊峴(一八一九)一八九六年) | 易林語四條屏(一八八四年)、太室銘四條屏(一

明	其	人
小	誨	繩
女	各	攜
孫	弋	抱

書隸如石鄧

性量早
好不孤
狂然少
狂不有
羣器

傳山壽

傳濤山綬秉伊

人
不
卷
景
編
書
後

聯書隸壽鴻陳

徒
潘
氏

吳熙載
崔子玉座右銘

秋歸南浦總姑鳴
霜落橫湖沙水清
雨幽花無限思抱叢寒
建不然情

書行基紹何

惜蓮味荷

八九二年)、隸書五言聯(一八九四年)。
 徐三庚(一八二六—一八九〇年)——贈鐵耕學弟聯(一八四四年)、贈塵遺老道長六言聯(一八七五年)。
 趙之謙(一八二九—一八八四年)——贈文卿仁兄同年大人八言聯(一八六八年)、贈嘯仙司馬尊兄屏(一八六九年)、抱樸子語軸(一八六九年)。
 吳大澂(一八三五—一九〇二年)——贈西泉四兄先生七言聯(一八八九年)、淮南子語軸。
 楊守敬(一八三九—一九一五年)——說文解字序(一九〇一年)、程本立題畫詩軸(一九一〇年)。
 吳昌碩(一八四四—一九二七年)——臨石鼓文軸(一八八五年)、小戎詩條屏(一八八七年)、竹人世講聯(一九二二年)、贈裕成仁兄聯(一九二六年)。
 沈曾植(一八五〇—一九二二年)——贈力農仁兄詩軸(一

新田宜粟上農得穀可以
 服食保全家國神鳥王已
 駕皇為主康於王國使君
 得所福善八門與君相崇
 使我有序
九百一十一年

楊峴隸書

一豕齋兼而下
 侯實縣下是洞臣

趙之謙篆書

桃花漁記
 晉太元中武陵人
 捕魚為業緣溪
 行忘路之遠近忽
 逢桃花林夾岸數

楊守敬敬桃花源記

徐三庚篆書

徐三庚篆書

固
 真
 廟

吳大澂李公廟碑

漢書下酒

秦雲吳河

吳昌碩隸書聯

九二二年。

康有為(一八五八)一九二七年)一行書五言聯(一九二一年)、聽泉軸(一九二三年)、得青島舊提督樓詩軸(一九二四年)。
鄭孝胥(一八六〇)一九三八年)一古詩十九首(一九二一年)。
齊白石(一八六三)一九五七年)一掃地焚香詩冊(一九二二年)、贈胡生鄂公序屏(一九二四年)、致秀儀女弟聯(一九五一年)。

宣統壬子於滬上見元嘉興路列亭補板基
湖新烟柳自餘香識所獨雅枝者即是嘉
非三刻也此本自首頁外竹款字數枚心只
嘉興本同蓋即以元本覆刻者遜齊

識



跋題植曾沈

開張天岸馬

奇逸人中龍

康有為行書聯

甌

儂
儂記本
由更本
痛不商
三聲呼
吾兄
同聲也
白石二

書行石白齊

明月何皎皎
照我羅牀愛愁
不能寐攬衣起

鄭孝胥楷書

屋

一九二二年

孫文（一八六六—一九二五年）——買報館行書信札、致小泉品卓信札（一九二四年）

吳敬恒（一八六六—一九五三年）——行書七言聯（一九四八年）、致平章先生八言聯

章炳麟（一八六七—一九三六年）——贈簿鷗奉使聯（一九二六年）、周易語軸、昔伊尹輟耕軸。

于右任（一八七八—一九六四年）——總理遺囑書軸、正氣歌。（創立標準草書）

李叔同（弘一法師，一八八〇—一九四二年）——法常首座辭世詞（一九二二年）、格言橫幅（一九一七年）、心經四條幅（一九三三年）、大方廣佛華嚴經偈頌集句聯（一九三六年）。

沈尹默（一八八三—一九七一年）——翁詞扇面、泛房公西湖詩軸。

謝元量（一八八四—一九六四年）——感懷詩帖（一九四六年）、夜坐偶詠扇面（一九四九年）。

孫文買報館信札
原報館以捐初慶臨此時之推
吾党有下勝之望而人見不及此
及借貶已成大事之去四初皆已
革治於運劫策師長發
險一發以求一死所及人所

孫文買報館信札

德不孤
有鄰
吳稚暉論語句
民國第一會
吳稚暉

魏師度等合社人
韓奴魏文泰李和

魏師度等合社人
韓奴魏文泰李和
章炳麟對聯

賈薇慶

李叔同臨魏碑

青天萬仞削芙蓉憶踏巨廬
副君仁仲 正之
子姪女士

天池泖筆親留碣石室山僧獨
于右任書

簪萬里旋舟日暫憩草園傍
于右任書

殊浦鴈心常往楚而襄雲路不
于右任書

十九年一月于右任

溥儒唐詩

少知離家老
大田鄉
長路歸
擢思堂
心在溪
書屋河
于右任書

郭沫若(一八九二)一九七八年)一百粵千山聯、論書軸

溥儒(一八九五)一九六三年)一七絕詩軸等。

徐悲鴻(一八九五)一九五三年)贈華度先生四言聯(一九四三年)、豈有只磨聯(一九三七年)。

曹容(一八九五)一九九三年)先齋宮建宮二百周年紀念碑(一九五四)、紅菊律詩四首(一九八三)。

陸維釗(一八九八)一九八〇年)西泠印社成立七十五周年紀念軸。

台靜農(一九〇二)一九九〇年)每懷自有七言聯(一九七四)、酒為詩雜四言隸書聯(一九八五)。

丁念先(一九〇六)一九六九年)臨禮器碑陰(一九六四)。

謝宗安(一九〇八)一九九七年)岐陽石鼓文(一九八六)、古詩四首(一九八七)。

王壯為(一九〇九)一九九七年)山海經句(一九六〇)、

歲稔者感 奮難亦
爰誌其盛 王壯為篆書

曹容楷書碑記

遺西陽樂張普仲堅百故薛令河內盜朱賊
伯琮百故豫州從事蓄加進于高十卒勝
宛張光仲孝二河南雅陽三敬子慎二百董
狼子言

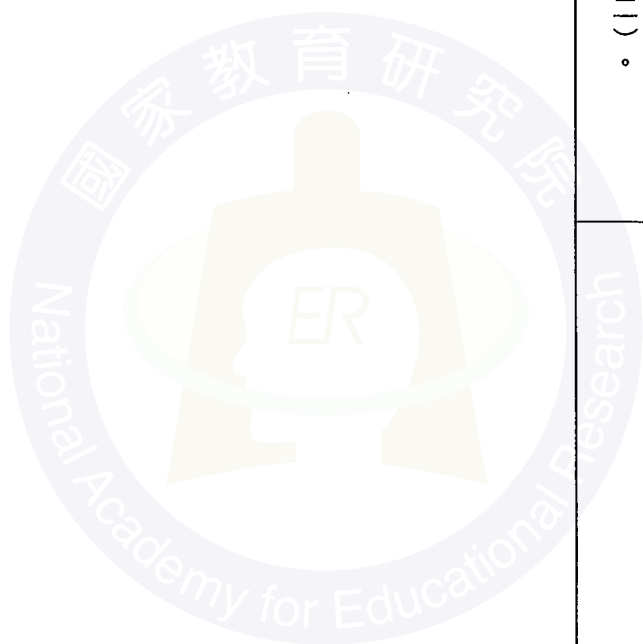
念先臨禮器碑陰

誰知大隱者
迺為不羈人

台靜農隸書

羊落亭風雨
詩成泣鬼神

陳奇行草聯



黃山谷十病軸（一九六三）
、陸放翁閱古亭記（一九八
三）。
陳丁奇（一九一一—一九九四
）——筆鋒劍氣五言聯（一九
九〇）、陶淵明詩讀山海經
（一九九二）。

國立台灣美術館教案設計

單元名稱	美麗的中國字（二個字的指導）		教師	施永華
教學對象	三年級		時間	40分
教學資源	教師準備		學生準備	
	教學媒體	幻燈機、投影機、幻燈片、投影片、書法作品圖片	學習資料	空白紙（A4）一張 鉛筆一支
	工具	筆、墨、墊布、文鎮、硯台	工具	筆（大楷）、硯台、文鎮、墊布
	材料	宣紙四開三張	材料	宣紙四開二張
教學目標	1.能說出中國字的不同造型。 2.能組合不同造型的文字。 3.能寫出具有造型趣味的書法作品。			
教材分析	1.中國文字具有篆、隸、楷、草、行等五種，其造型趣味性質不同。 2.由各種不同造型的文字組合為一件作品，教師事先應提供各種字型的範本或圖片。			
教學活動設計				
教學過程	學習過程	時間分配	指導要點	
引導	1.放映不同造型的文字，說明字體名稱及特點。 2.嚐試利用字型作不同的組合。	6'	1.放映同時說明各種字體的特點。 2.教師可事先示範並說明不同造型文字的組合要點。 3.引導學生作開放式思考，自由發揮想像力。	

製 作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每人發二張四開宣紙。 2. 各人先選擇所需字體造型並作安排。(利用A4紙張)。 3. 選擇安排妥當之後，即開始書寫作品。 4. 作品完成後與教師討論，修正、再行書寫第二張作品。 	20'	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生依自己喜愛的造型作一安排，格式除直式外亦可作橫式。 2. 允許學生作各種不同的造型安排，並予以鼓勵嚐試。 3. 書寫時畫面上的字型大小，參差錯落應作妥善布局。 4. 共同討論是教學進程中非常重要活動，在師生互動中儘量以學生的思考或創意為主。
欣 賞	<ol style="list-style-type: none"> 1. 蒐集作品並加懸掛。 2. 各人發表意見。 3. 提供對他人作品的意見。 4. 綜合討論。 	10'	<ol style="list-style-type: none"> 1. 懸掛作品應注意背景及合適性。 2. 意見發表時應明確指出，不能太過籠統或概括性。 3. 針對重點引導學生作分析欣賞。
整 理	<ol style="list-style-type: none"> 1. 作品彙整或發還學生。 2. 收拾用具，清理環境。 3. 課後張貼優秀作品，以利觀摩學習。 	4'	<ol style="list-style-type: none"> 1. 作品彙整後，應建立資料，以便作檢討之參考。 2. 資料可整理作成簡單報告。 3. 清洗用具要確實指導，並具正確性，以延長工具使用壽命。 4. 應指導善後作品。(如裝裱或其他方式)

縣 鄉 國小 科教學活動設計

附錄三 臺灣省國民教師研習會教學活動設計

教學單元	橫畫練習(一、三、二、工)	教材來源	自編		教學	
			日期	時間	日期	時間
教學年級	三	設計者	施永華	教學者		八十 分鐘
教 學 研 究	教 材 分 析	學 生 經 驗 分 析	教 學 重 點		教 學 準 備	
		一、本單元著重於橫畫不同形態之學習。 二、橫畫包括長橫、短橫、左尖橫。 三、練習橫畫應注重粗細、輕重和俯仰。 四、本教材單字都是獨體字。	一、一、二年級有書寫硬筆字之經驗。 二、已學習執筆法和書寫姿勢。 三、大多是第一次用毛筆寫字。	一、讓學生體會毛筆具有彈性，能寫出粗細、輕重的線條。 二、引導學生歸納，分析短、長橫的不同功能。 三、比較說明俯、仰的不同。 四、考量學生個別差異，並作個別指導。		一、範字、投影片、投影機。 二、文房四寶。 三、磁鐵、文鎮。
單 元 目 標	認知： 1. 能了解短橫、長橫的差異和形態。 2. 說出短橫、長橫的書寫要領。 技能： 3. 能寫出俯、仰的線條。 4. 學會書寫短橫長橫的方法。 情意： 5. 培養欣賞鑑別作品的的能力。	具 體 目 標	1-1 能指出短橫、長橫。 1-2 能說出短橫、長橫的特徵。 2-1 能說出短橫的書寫要領。 2-2 能說出長橫的書寫要領。 3-1 能書寫向下彎的俯勢筆畫。 3-2 能書寫向上彎的仰勢筆畫。 4-1 會寫出具有俯勢的長橫。 4-2 會寫出具有仰勢的短橫。 4-3 會寫出具有左尖的短橫。	4-4 會正確利用所學筆畫書寫單元內容。 5-1 能說出別人和自己作品的優點。 5-2 能指出個人作品的不同特點。		
單元目標	具 體 目 標	教 學 活 動	教 學 資 源	教 學 分 鐘	評 量 標 準	
1	1-1	一、準備活動： 教師：投影機置於適當位置，投影片依先後順序排放。 學生：文房四寶準備妥當。 二、發展活動： (-)說明與討論 1. 將範字「一」、「三」用投影片放映，讓學生指出長橫和短橫。	投影片、投影機。	10'	能正確分別指出長橫和短橫。	
2	1-2 2-2 2-2	2. 說明長橫和短橫的特點。長橫具有俯勢(向下彎)，短橫則具有仰勢(向上彎)。 3. 指出並說明書寫長橫「一」時應注意起筆和收筆處必須放慢速度。 4. 強調書寫「一」時，			從活動中評量。	

單元目標	具體目標	教學活動	教學資源	教學分鐘	評量標準
	2-1	起筆地方要頓挫，而收筆時也要輕駐。			
	2-1,2-2	5.說明寫短橫時仰勢的書寫方法。並附帶說明平勢的寫法。 6.強調寫「三」時，橫畫因為形態不同，所以起筆的方法也不同。 7.說明「三」的第一筆起筆稍輕，收筆處頓挫，但作仰勢。 8.第二筆作平勢（接近水平），長度與第一筆接近，但起筆角度稍有不同。 9.第三筆與長橫「一」同。 10.說明之後，讓學生討論發表。			
1,2		(二)示範與練習			
3	3-1	1.教師示範書寫「一」，並一方面強調重點。（亦可請學生跟著書空練習）	毛筆、紙、墨汁。	20'	能作正確的書空動作。
	4-1	2.學生在自己的毛邊紙上練習「一」。			能寫出俯勢的姿態。
3,4	3-1,3-2,4-1,4-2,4-3,4-4	3.教師巡視行間，並作個別指導。 4.教師示範「三」，並請學生書寫空練習。 5.學生在紙上自行練習寫「三」。 6.教師巡視行間，並作個別指導。 7.巡視行間，如發現學生有共同或多數人共有的缺點時，則要求停止練習，並作說明後再繼續教學活動。			能作正確的書空動作。 能寫出長、短橫，並具有俯、仰姿勢。
		(三)說明與討論			
1,2	1-2,2-1	1.將「二」、「工」用投影片放映。 2.說明「二」的書寫方法與重點。 3.第一筆為仰勢，第二筆為俯勢。	投影機、投影片。	10'	從活動中評量。
1,2	1-2,2-1	4.說明「工」的重點和書寫要領。 5.第一筆短橫為仰勢，第二筆作斜線，但不可太直而顯得生硬，務必表現弧度，並能把握下筆位置。 6.第三筆長橫與「一」			

單元目標	具體目標	教學活動	教學資源	教學分鐘	評量標準
4	3-1, 3-2	的寫法同。 (四)示範與練習 1.教師示範書寫「二」，並說明書寫要點。學生可跟著作書空練習。 2.學生在自己紙上練習「二」。			能作正確的書空動作。
	4-1, 4-2, 4-3	3.教師巡視行間，並作個別指導。 4.教師示範書寫「工」，並強調三筆組合要領，並指出各筆角度的重點。學生作書空練習。			能寫出具有俯、仰勢的長、短橫。
4	4-1, 4-2, 4-3	5.學生自行練習「工」。			能作正確的書空動作。
	4-4	6.教師巡視行間，並作指導。 7.要求學生將練習過的四個字寫在一張紙上。			照說明正確寫出。
5	5-1	三、綜合活動 (一)將學生作品張貼黑板上。	磁鐵	5' 10'	取採全班常模評量分數。
	5-1, 5-2	(二)請學生說明出自己作品的優缺點。 (三)請學生針對別人作品提出看法。 (四)教師綜合說明，並口頭獎勵優秀學生，共檢討應改進之缺點。 (五)優秀作品擇時張貼教室成績欄，以收觀摩學習之效。 (六)收拾用具，整理教室桌椅，維護整潔。			至少能說出二點。
		~本單元完~		5'	能說出任何一點看法。

楷書基本常識

東漢之後的三國至魏晉南北朝，是隸書向楷書的過渡時期，這個時期的書體，表現出半隸半楷的「過渡型」，如三國吳鳳凰元年（二七二）谷朗碑，東晉大亨四年（四〇五）爨寶子碑。

在過渡時期中，傑出的書法家開風氣之先，促使新書體之成熟。如三國魏人鍾繇（一五一—二三〇），字元常，官至太傅，故世稱「鍾太傅」，善書，尤以楷書見長，後代奉為楷法之祖，與晉朝王羲之並稱「鍾王」，傳世有「宣示表」、「賀捷表」、「薦季直表」。

王羲之（三〇三—三六一）東晉人，字逸少，官至右將軍，會稽內史，故世稱「王右軍」。早年從衛夫人學書，後廣泛學習張芝、鍾繇等名家書寫的優秀作品，繼往開來，於楷、行、草書均有創造性的貢獻，是中國書法史上一位劃時代的人物。傳世楷書有「黃庭經」、「樂毅論」等。

歷代尊崇王羲之為「書聖」，從歷史的觀點來看，並非王羲之的書法造詣登峰造極，不可超越，而是肯定他在隸和楷過渡時期，促進楷書確立的歷史功蹟，並且為中國書法史提供了前人沒有的楷法和行草韻緻。

東晉以降，南北朝碑刻受到清人康有為極力推崇，並提出十美予以讚揚，此十美可歸納幾個共同優點：一、點畫渾厚豐滿，筆法方便險勁；二、筆勢飛動，相互呼應；三、結字自然，氣勢開張，給人以古樸粗獷的原始美感。但是畢竟楷書尚未完全成熟，多少帶有隸意的產物。復加有些出於下層書匠之手，因此有的作品難免流於粗糙疏率。

到了六朝，隋的楷書作品中，保存了南北朝的開張洞達，而日趨精緻，隸意更少乃至消失，在南北朝到唐朝過渡中，起了承先啓後的作用。此期代表有智永之「真草千字文」，著名碑刻「龍藏寺碑」（開皇六年，五八六）「董美人墓誌」（開皇十七年，五九七）傳世。

楷書的發展到唐朝可說是登峰造極，名家輩出，不論初唐、盛唐或是晚唐諸書家都在書法史上佔有一席之地，因此我們習以為常地稱呼「唐楷」。

初唐有歐、虞、褚、薛四大家，都以楷書見長。

歐陽詢（五五七～六四一），字信本，官至太子率更令，故歐字又稱「率更體」，筆力遒勁，結構險中求穩，法度森嚴，為後世歷代所推崇，楷書代表作有「九成宮醴泉銘」、「化度寺碑」、「皇甫誕碑」和「溫彥博碑」等。

虞世南（五五八～六三八），字伯越，官至秘書監，封永興縣子，故又稱「虞永興」。他的書法外柔內剛，點畫圓滿，結字平穩，給人以恬淡之氣，時稱「戈法」為最妙，代表作有「孔子廟堂碑」。

褚遂良（五九六～六五八）以擅書見重於唐太宗，官至諫議大夫，中書令，吏部尚書，封河南郡公，故稱「褚河南」。早期字體像虞世南，但結體比較寬博，代表作為「孟法師碑」，後期的字日趨俊逸秀美，甚得媚趣，代表作為「雁塔聖教序」。

薛稷（六四九～七一三）官至禮部尚書，太子少保，故稱「薛少保」，學褚而筆道直硬，代表作有「信行禪師碑」。

初唐除四大家外，尚有歐陽通（歐陽詢之子）人稱「小歐」，字學其父，筆力倔強，結字更為險峻，但不如乃父雍容大度，有「道因法師碑」。另有敬客的「王居士磚塔銘」，張旭的「郎官石記」。

唐朝後期最重要的書法大家是顏真卿和柳公權兩人。


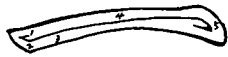
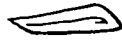




顏真卿（七〇九～七八五）字清臣，官至平原太守，吏部尚書，太子太師，封魯郡開國公，故世稱「顏魯公」。他傳世碑帖有七十多種，開創了顏體，成為書壇革新領袖，是中國書法史上繼王羲之之後的又一位劃時代的人物。傳世碑帖有「多寶塔碑」（四十四歲）、「東方畫贊」（四十六歲）、「郭家廟碑」（五十六歲）、「顏勤禮碑」（六十歲）、「大字麻仙姑壇記」（六十三歲以後）、「顏家廟碑」（七十二歲）以及傳世墨跡「自書告身」。後人從肯定的角度稱他「雄秀獨出，一變古法」。從否定角度批評他將古意「漸滅盡矣」。總之，他的確形成了書法史上獨特的面目。

柳公權（七七八～八六五），他的書法融揉歐、顏，筆力險勁似顏而結字緊湊又似歐，後人以「顏柳」並稱，或稱「顏筋柳骨」。傳世有「玄秘塔」、「神策軍碑」、「金剛經」等。

從唐之後，能獨創自己面目的書法家微乎其微，但也有重大成就者，諸如五代楊凝式；宋朝蔡襄、蘇東坡、宋徽宗、趙佶、張即之；元朝趙孟頫；明朝祝枝山、文徵明、王寵；清朝翁方綱、錢南園、何紹基，以及現代沈尹默等，都是名重一時的楷書大家。



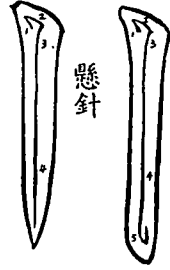
楷書教材

	<p>橫</p> <p>長橫</p>     <p>短橫</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 逆筆作起筆。 2 向下頓按而稍停。 3 筆鋒轉正後向右進筆。 4 運筆時視情況表現出弧度和輕重。 5 至定點後回鋒作收筆。 <ul style="list-style-type: none"> · 適用於單獨橫畫或是主要橫畫時。 · 俯勢筆畫較具有彈性，是柔性筆法。 <p>1—5 運筆方法與長橫相同，只是筆勢不同。</p> <ul style="list-style-type: none"> · 書寫短橫時，中段要保持飽滿。
	
	

豎

垂露

懸針



- 1 逆筆後向右方輕按。
 - 2 頓按後轉筆。
 - 3 筆鋒轉回中鋒後向下進筆。
 - 4 迎筆至約三分之二時，筆畫呈現飽滿。
 - 5 筆至定點，微微向左下按頓，用筆鋒收筆。
- 垂露豎由於作回鋒收筆，故可作為映帶之用。
 - 懸針不同處在第4處保持飽滿後漸漸收筆。
 - 懸針適用於該字最後一筆。

士



正

十

十

上

	<p>撇</p>  <p>短撇</p>  <p>斜撇</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1 逆鋒入筆後向右上按頓。 2 筆鋒轉回為中鋒。 3 迅速地向左下方撇出。 4 至撇的三分之二時輕撇出去，鋒尖端力量均勻。 <p>直撇應和右側部分保持調和。</p> <p>直撇</p>
	
	

 <p style="text-align: right;">本</p>	<p style="text-align: right;">捺</p>  <p style="text-align: right;">斜捺</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 輕用筆鋒起筆。 2 向右下45度角運筆，一面運筆一面加粗。 3 運筆到定點再往右方漸漸收筆。 <p>適用於「人」、「天」等第一折須藏入其他筆畫中的字。</p> <p>平捺：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 逆筆後向下輕按作方頭，其餘運筆與斜捺同。 <p>適用於「入」等第一折露於外面的字，俗稱「方頭捺」。</p>
	
 <p style="text-align: right;">足</p>	

	<p>點 上點 右下點</p> <p>顧盼點</p> <p>上點： 1 逆筆起筆後，向右頓按。 2 轉鋒回正。 3 向下運筆，如寫豎畫。 4 回鋒收筆。</p> <p>左下點</p> <p>1 筆鋒輕入作起筆後按筆。 2 向右下方運筆。 3 運筆到定點回鋒收筆。</p> <p>左下點運筆方法與右下點相同，唯方向相反。</p>

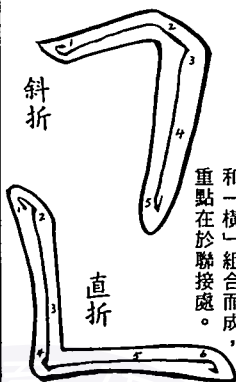


	<p style="text-align: right;">挑</p> <p style="text-align: right;">撇挑</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 筆鋒逆入作起筆。 2 然後向下頓筆後將筆鋒轉正。 3 向右上角方向用推，到快結束時再迅速推出。 · 注意第三個動作，在推時前三分之二必須緩緩推行，並表現彈性。 1 逆筆起筆後停頓。 2 轉正筆鋒向下方進。 3 連接第2的動作後作另一逆筆之筆勢。 4 轉正筆鋒向右上挑出 5 緩緩收筆。

折

- 1 筆鋒逆入輕頓後向右運筆。
- 2 定點時向右上輕提後向右下頓筆成折。
- 3 轉筆回中鋒。
- 4 中鋒運筆。
- 5 到定點後輕輕回筆作收。

豎折其實是由「豎」和「橫」組合而成，重點在於聯接處。



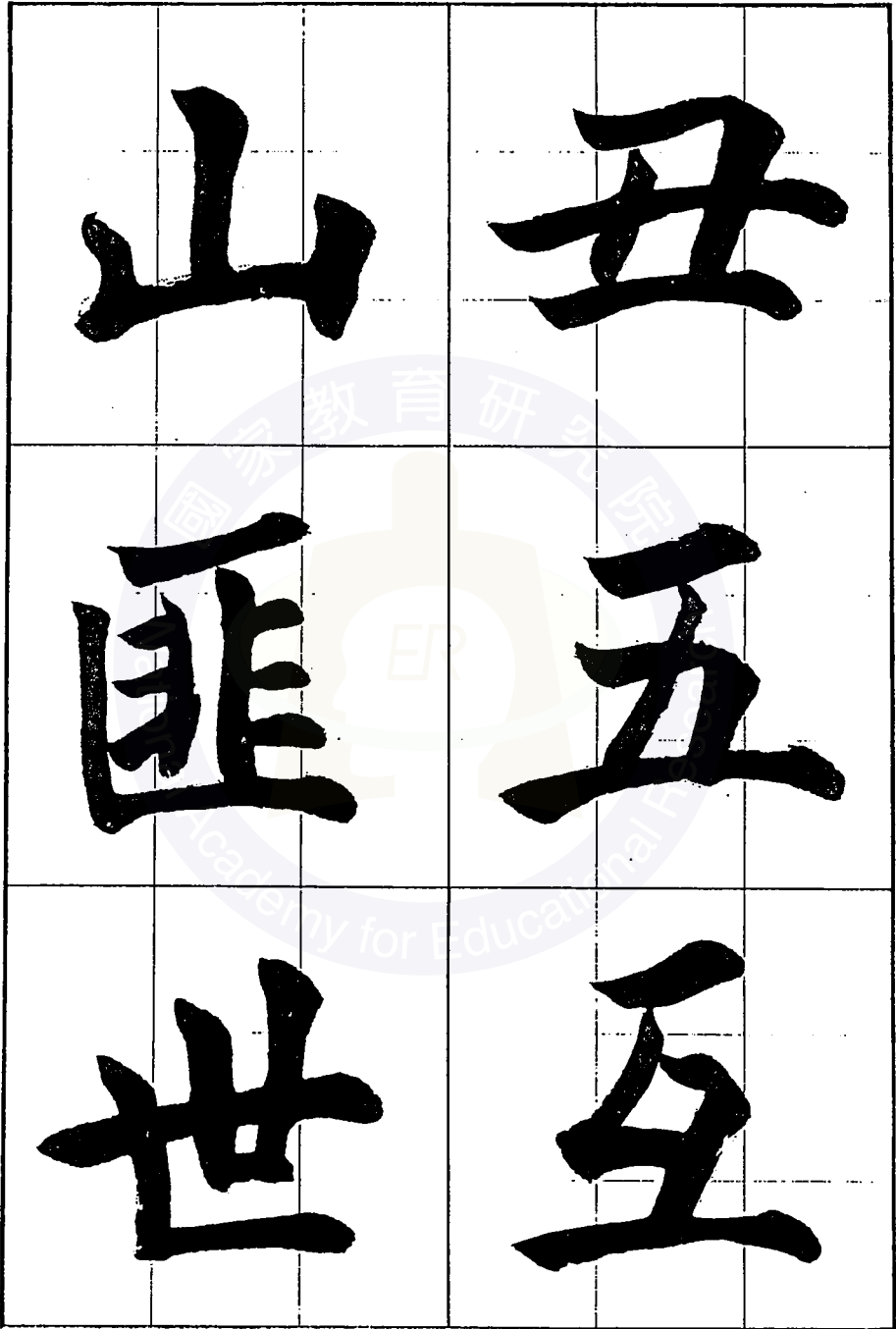
言

重

中

日

百



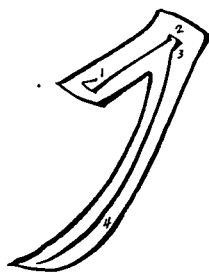
折撇

1 筆鋒輕輕逆入作頓按後，轉筆逆筆作橫畫。

2 折筆處往右頓後稍停。

3 轉筆稍微向左推，使「夾角」較小才能顯出緊湊。

4 撇出時，中段要保持飽滿，並控制撇出的角度。



名

泉

反

又

夕

豎挑



1. 逆鋒入筆。
 2. 向右稍壓後轉正筆鋒。
 3. 向下行筆。
 4. 到定點後向右上用力頓按。
 5. 向右上推出。
- 推出時要將筆力送到終點。

鹿

改

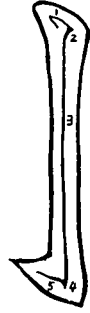
長

懷

食

懷

直勾



- 1 筆鋒逆入，向斜上進後向右方頓按，形成起筆。
- 2 轉筆向左下方前進，使筆又回中鋒。
- 3 順勢運筆如寫豎畫，但要稍成背「勢」。
- 4 輕轉筆鋒向左，到定點回鋒停筆調整筆干。
- 5 漸漸推出到鈎的三分之二處，再迅速挑出。

於

於

利

可

東

事

豎彎勾



- 1 輕輕向上入筆後向右下方輕按。
 - 2 稍停後向下行筆。
 - 3 行筆間作弧線，並且漸行漸粗。
 - 4 到定點稍停後向左緩緩推出。
- 注意弧度，必須能立得住。

介

介

子

于

真

乎

享

橫勾



1 逆鋒入筆。
 2 向右下約45度角
 方向輕按後轉鋒
 向右行筆。
 3 到定點後稍向右
 上方輕提後向
 下方按，再用側
 鋒向左下方方
 撇出。
 撇出時不可太快
 收筆。

室

帝

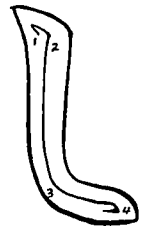
家

安

雲

雲

彎脚



1. 逆筆起筆後稍頓。
 2. 轉正筆鋒往下行筆，漸行漸細。
 3. 在最輕的地方將筆鋒轉向右，漸行漸粗。
 4. 在結束時稍頓回鋒收筆。
- 在第3轉彎處要輕而且較圓。
 - 彎的角度要自然，不可勉強。

深

流

匹

七

此

浮鵝勾



1. 逆筆入筆，向右方輕按。
 2. 稍頓後轉鋒向下方稍偏左行筆，漸行漸提。
 3. 轉處處要輕提，轉過之後向右方行筆，漸漸加筆壓。
 4. 到定點折筆向上，漸提漸收筆。
- 注意 3—4 這段要稍微成水平才能穩定。

也

視

元

亂

亂

光

彎勾



- 1 輕輕入筆後向下方行筆，一邊行筆，一邊加筆壓，並且要有弧度。
 - 2 到定點後挫筆向左上方推出。
 - 3 漸漸收筆。
- 弧度和加筆壓都要採取漸進方式，才不致於太唐突。

億

應

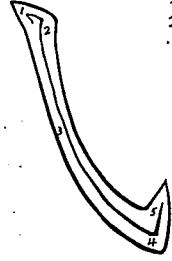
德

德

心

思

戈勾



- 1 筆鋒逆入，向斜上進後向右方頓按。
- 2 轉筆鋒回正後向右下方運筆。
- 3 運筆時要漸細和漸彎並行，通過中段後變成漸粗和漸彎並行。
- 4 運筆到定點後，筆鋒輕輕回挫，蓄足力道。
- 5 漸漸推出到鈎的三分之二處，再迅速挑出。

我

戰

戰

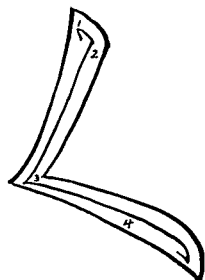
戈

戲

戲

氏

撇點



1. 逆鋒入筆。
 2. 稍按後轉鋒向左下方作弧度，並且漸行漸收筆壓。
 3. 輕輕連接上一筆勢，向右下方行筆。
 4. 漸行漸加筆壓，並作弧度，到定點後回鋒收筆。
- 注意弧度和兩筆間的夾角。

如

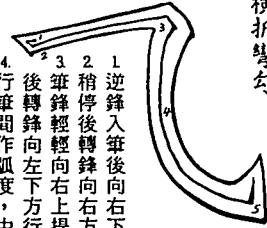
每

威

女

妻

橫折彎勾



- 1 逆鋒入筆後向右下方輕按。
 - 2 稍停後轉鋒向右方行筆。
 - 3 筆鋒輕輕向右上提後向右下方按，然後轉鋒向左下方行筆。
 - 4 行筆間作弧度，中間較輕，過中段後向右下方行進，並漸加筆壓。
 - 5 到定點後挫筆向右上推出。
- 弧度要表現彈性。

抗

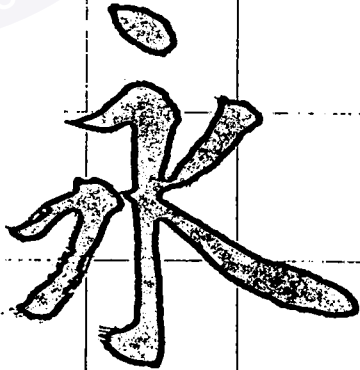
氣

氣

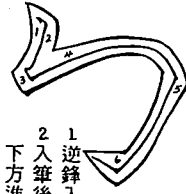
九

飛

風

	<p>橫折直勾</p>  <p>橫折斜勾</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. 逆鋒起筆，向下方輕按。 2. 稍停頓後轉鋒向下方進筆。 3. 筆鋒輕轉向右上提後向右下按，然後轉鋒向下運筆。 4. 到定點後稍向左加筆壓後，向左上方推出作鉤。 <p>· 注意豎畫應有弧度，太直則呆板。 · 橫折斜勾在3—4時方向改變而已，其餘相同。</p>
	
	

斜包勾



- 1 逆鋒入筆。
 - 2 入筆後頓按後轉鋒向左下方進筆。
 - 3 到定點向右下方按後作折。
 - 4 轉鋒向右行進。
 - 5 稍作弧度並稍加用力。
 - 6 到定點時用力向左上角推出作勾。
- 勾時要將筆力送到終點。

		<p>Diagram and stroke order instructions for the '斜包勾' stroke.</p>

橫折折勾

- 1 逆筆起筆後輕頓。
 - 2 向右上方推進。
 - 3 向右下方頓後轉鋒向左下方撇出，筆勢不斷。
 - 4 連接(3)之筆勢後向右下方作弧度運筆，邊行邊加重筆壓。
 - 5 行筆至定點後，直接向左上方推出。
- 在第(5)推出時要用力，而且筆力要送到終點。



阿

陳

陰

陰

都

那

那

橫折折撇

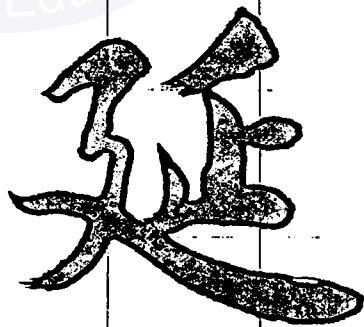
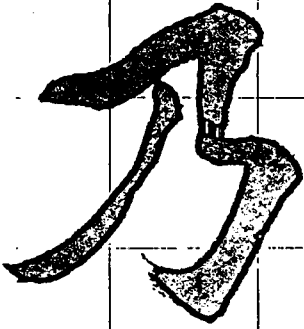


橫折折勾



1 1 4 寫法與橫折折勾相同。
4 轉筆鋒後作弧線向左下方進
5 漸漸收筆。

- 1 逆鋒入筆後向右下方輕按。
- 2 轉鋒向右方行筆。
- 3 輕提後向右下方按，轉鋒作折後向左下方進筆。
- 4 到定點處向右下方行進在(5)處輕按後向左下方進。
- 5 輕按後轉鋒向左上方推出。

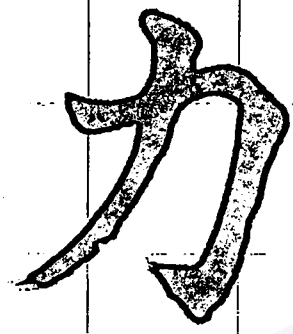
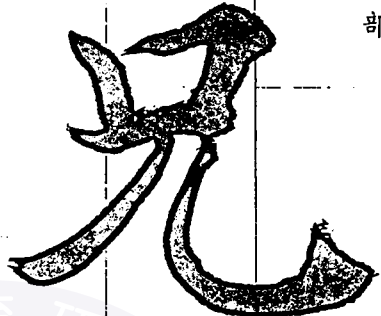

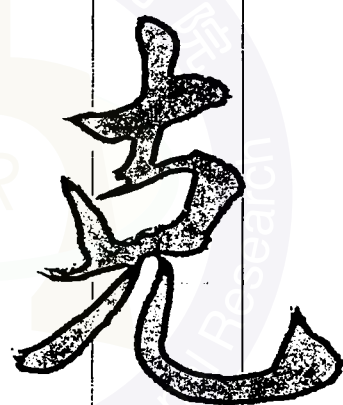





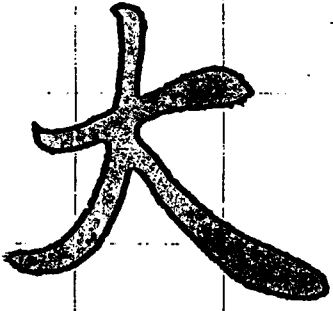

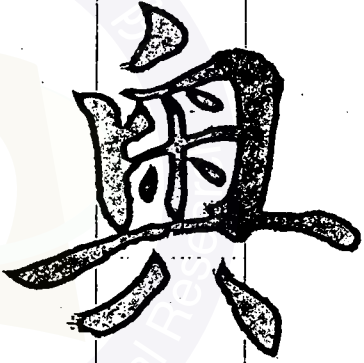

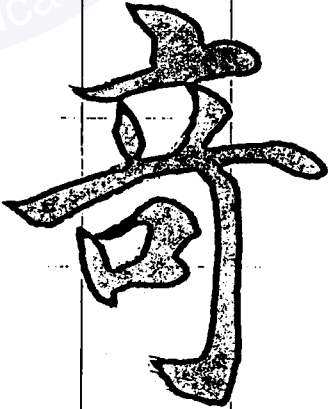
<p>到</p>	<p>人部</p> <p>仁</p>
<p>創</p>	<p>信</p>
<p>前</p>	<p>傷</p> <p>傷</p>


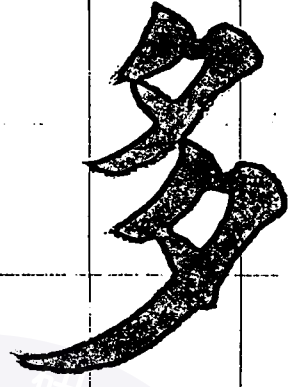




刀部

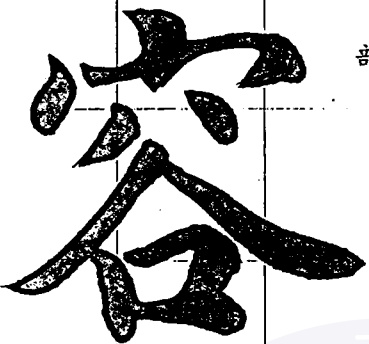
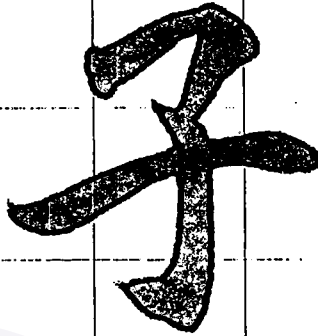
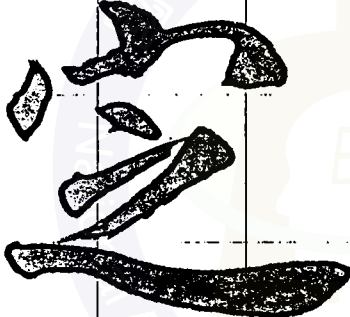

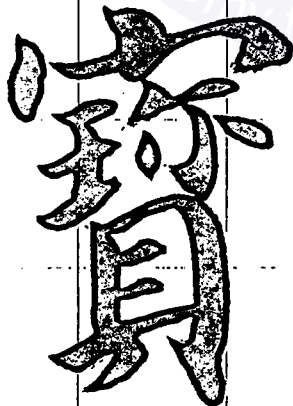

人部


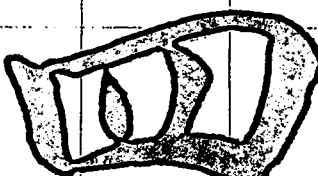

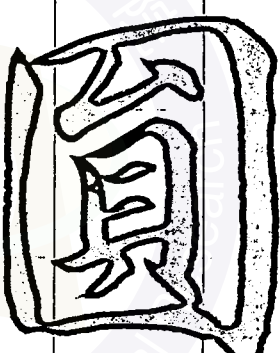
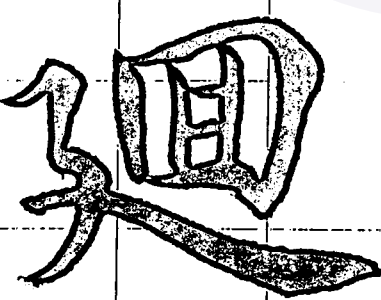
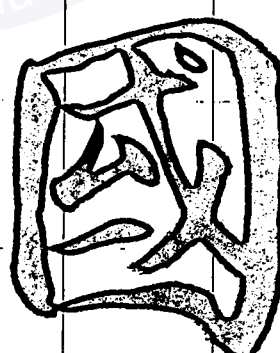
傷







 <p>力部</p>	 <p>儿部</p>
	
	 <p>充</p>

 <p>女部</p>	 <p>大部</p>
 <p>媿</p>	
	 <p>奇</p>

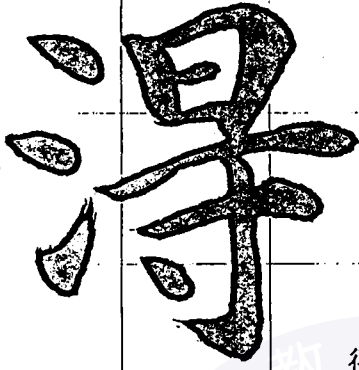
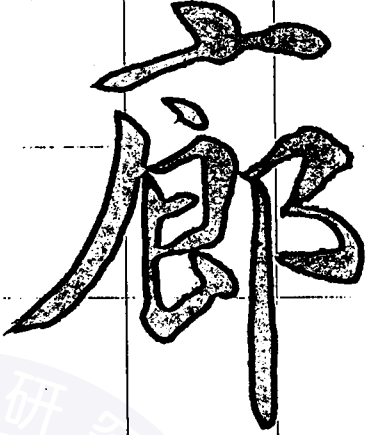



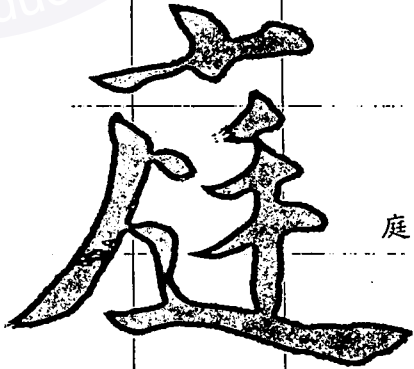
 <p>土 部</p>	 <p>夕 部</p>
 <p>塞</p>	
 <p>塵</p>	




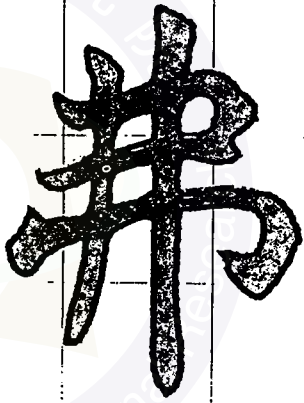


 <p>宀部</p>	 <p>子部</p>
 <p>定</p>	 <p>孤</p>
 <p>寶</p>	 <p>學</p>




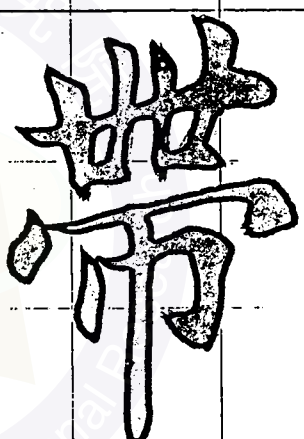
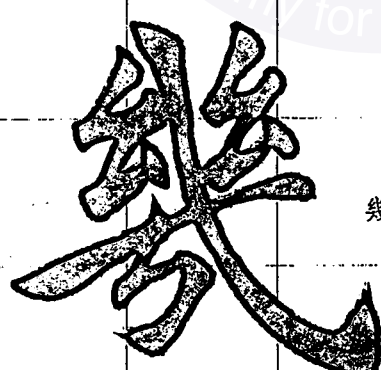

 <p>廷</p>	 <p>口部</p>
 <p>建</p>	 <p>圓</p>
	 <p>國</p>

	<p>尸部</p>  <p>寸部</p>
	 <p>對</p>
 <p>屬</p>	 <p>將</p>


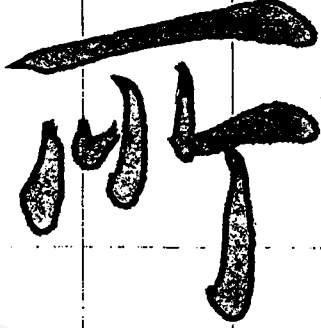




<p>水部</p> <p>河</p>	<p>山部</p> <p>岸</p>
<p>沉</p>	<p>嶺</p>
<p>濟</p>	<p>嶽</p>


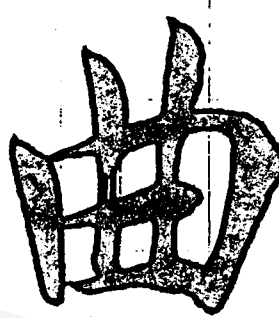




 <p>彳 部</p> <p>得</p>	 <p>广 部</p>
 <p>從</p>	
 <p>後</p>	 <p>庭</p>

 <p>彡 部</p>	 <p>弓 部</p>
	
	 <p>強</p>

 <p>幺部</p> <p>幼</p>	 <p>巾部</p> <p>師</p>
	 <p>帶</p>
 <p>幾</p>	

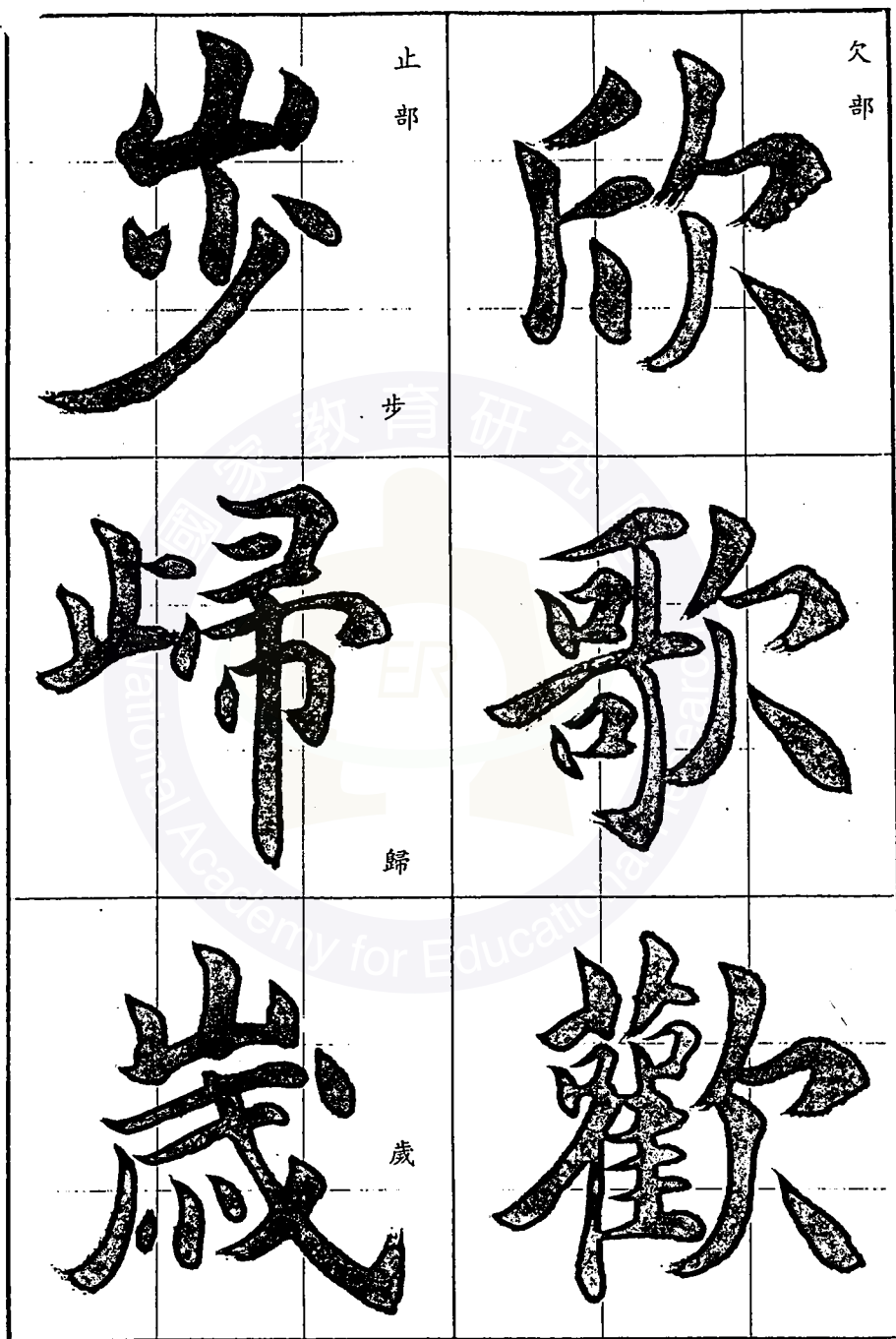
<p>故</p> <p>女部</p>	<p>指</p> <p>手部</p> <p>指</p>
<p>敢</p>	<p>拜</p>
<p>教</p>	<p>抱</p>



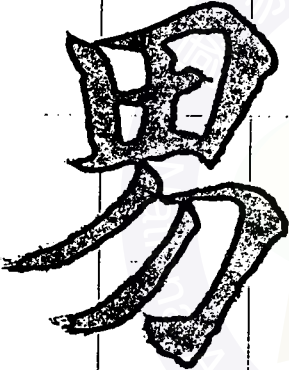



<p>心 部</p> 	<p>戶 部</p>  <p>所</p>
	
	


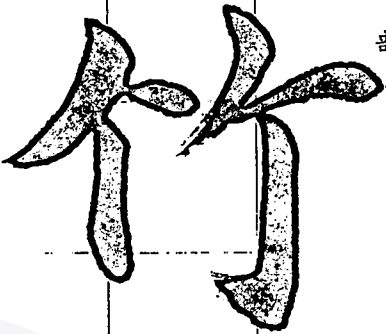



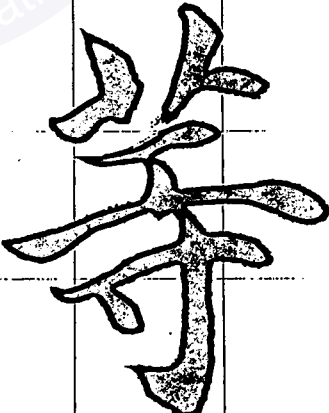
 <p>犬部</p> <p>狀</p>	 <p>日部</p>
	
	







<p>斤部</p> <p>斯</p>	<p>日部</p> <p>是</p>
<p>新</p>	<p>春</p>
<p>斷</p> <p>斷</p>	<p>時</p>

<p>有</p> <p>月部</p>	<p>林</p> <p>木部</p>
<p>望</p>	<p>樂</p>
<p>朝</p>	<p>樓</p> <p>樓</p>



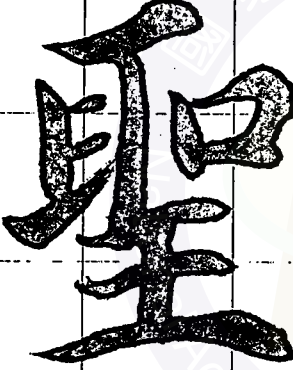
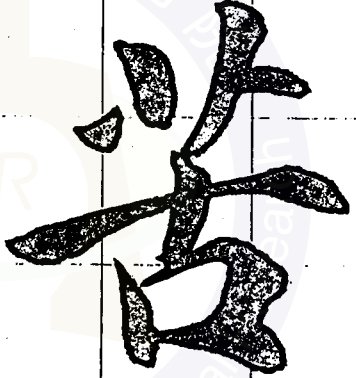

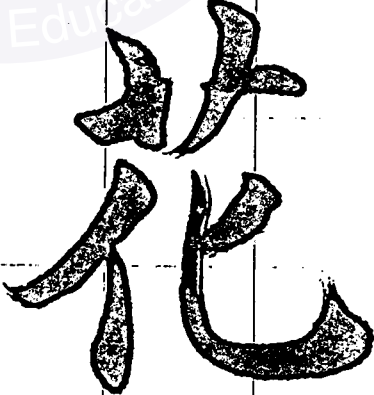


 <p>田部</p>	 <p>玉部 琴</p>
 <p>男</p>	 <p>璧</p>
 <p>界</p>	

 <p>發部</p>	 <p>竹部</p>
	 <p>答</p>
 <p>發</p>	 <p>等</p>

 <p>殳部</p>	 <p>礻部</p>
 <p>殿</p>	
	

 <p>羊部</p>	 <p>糸部</p> <p>絲</p>
	 <p>繫</p>
 <p>美</p>	 <p>經</p>

 <p>耳部</p>	 <p>艸部</p>
	
 <p>聲</p>	

酉部

酒

辵部

過

酌

還

酉

遊

	<p>言 部</p>		<p>門 部</p>
	<p>說</p>		
			<p>關</p>

金部

錢

隹部

雄

雄


鎮





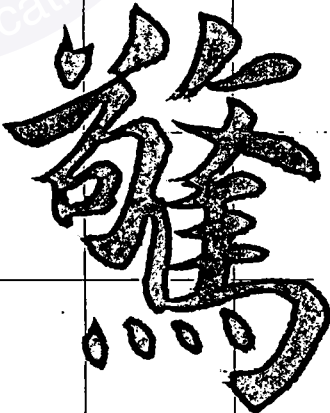
雙

錄

錄

集

 <p>頁部</p> <p>願</p>	 <p>食部</p> <p>養</p>
 <p>頰</p>	 <p>餘</p>
 <p>題</p>	 <p>飲</p>

 <p>鳥部</p>	 <p>馬部</p>
	 <p>駒</p>
 <p>鶴</p>	

附錄六

隸書淺介

隸書是漢朝盛行的一種文字。可是隸書的萌芽卻早在戰國時代即已出現。

一九八〇年四川省青川縣城郊郝家坪發掘的戰國墓葬群中。出土木牘兩件。其中一件字跡清晰可辨。據考證為戰國武王二年之物。先於秦始皇統一中國有六十三年。這是目前所能見到早於秦始皇的隸書。也是至今所見最早的隸書。這些文字的用筆已減省盤屈，化圓為方，有輕重徐疾的痕跡，結字變縱長為正方或扁方，已具隸書雛形，為隸書產生戰國時的說法提供了物證。

一九七五年湖北省雲夢睡虎地出土的一千一百多枚竹簡，是秦始皇統一全國後五、六年的遺物，字型有正方、長方、扁方等不拘，點畫有明顯的起伏變化，特別是其中的「波勢」已具規模，字體是融合篆、隸於一爐，用筆結字拙中見巧。顯得古樸。

由此可知，所謂隸書當指具有別於篆書筆法的「波磔」，只是這種波磔到了漢朝才較為成熟，如西漢的居延木簡，字形寬扁，筆畫秀麗整齊，波勢放縱，已是典型的漢隸。

而漢碑真正的極盛時期應是東漢桓靈之世，此時的隸書藝術已臻於成熟，平時所說的「漢碑」就是指這一時期的碑刻。

傳世的漢碑中，其可觀者達一百七十餘種，這些碑刻隸書的藝術風格多樣，有中規中矩，法度完備，如孔廟三碑；有方整勁挺，筆畫凝重，如張遷碑、鮮于璜碑；有灑脫自然，奇姿縱橫，如石門頌、楊淮表記；有茂密雄強，古樸厚重，如郟閣頌、西狹頌。

隸書在漢朝攀上高峰之後，唐、宋、元、明始終無法另軍突出；直到清代嘉慶道光年間，地下碑版出土漸多，金石考古之學風氣大興，碑學普遍受到重視，從事隸書研究者甚眾，於是隸書又再度大放光芒，其中有伊秉綬、鄧石如、何紹基、陳鴻壽、楊峴、鄭簠、吳讓之、趙之謙、金農等名家，或以用筆、結體、章法、布白各擅其勝。

民國以降，國民黨元老胡漢民得力於曹全碑，書風清新，三十八年渡臺後如丁念先、曹緯初、謝宗安，臺靜農及家師陳奇川，皆為隸書開創新局面，影響所及，蔚為風氣；至於臺灣本土書家大都師承呂世宜一派，呈現另種風格，還有留學大陸返臺者如曹容，成績可觀。時至今日，中青輩繼承延續，並溯及前人無緣所見之簡帛，期能在汲古與創新之中淬取精髓，再造隸書新契機。

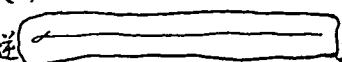


隸書教材

橫車

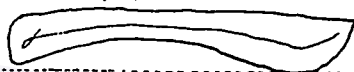
手出

(一) 逆入



隸書的橫車有種。口訣云：雁不雙飛。即「三」字。即是。

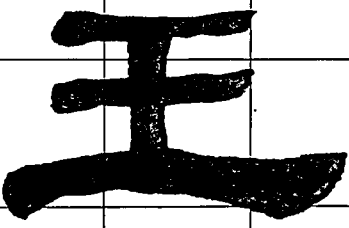

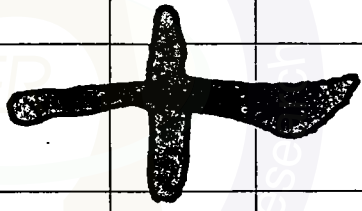
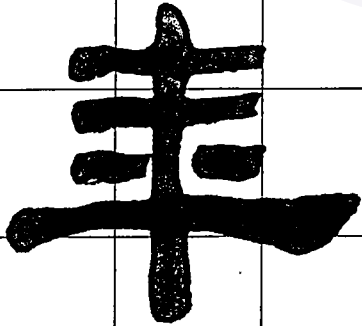
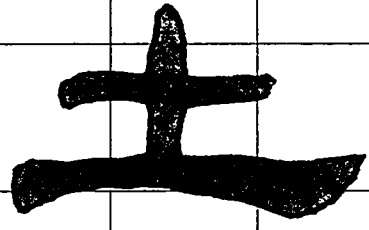
(二)


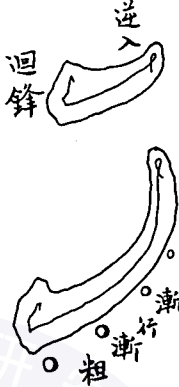
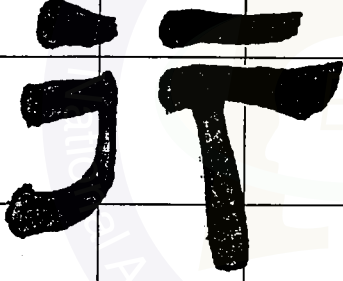
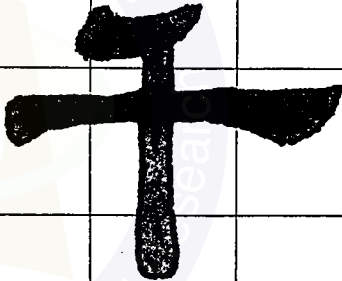
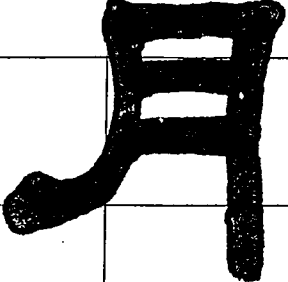
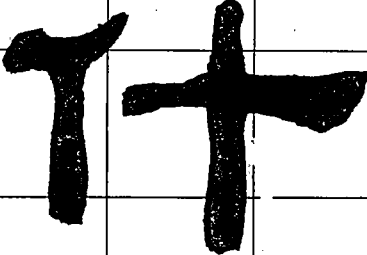






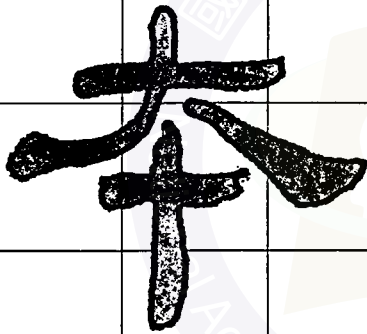
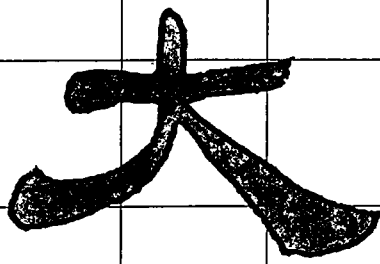
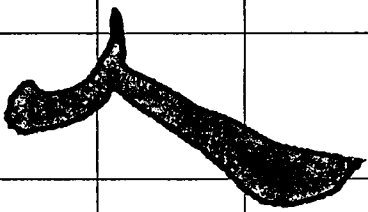
雁頭

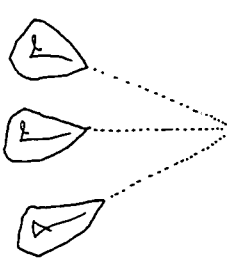
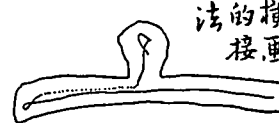


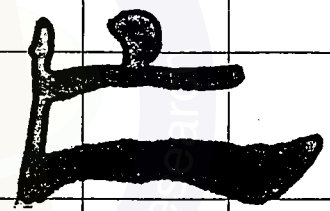
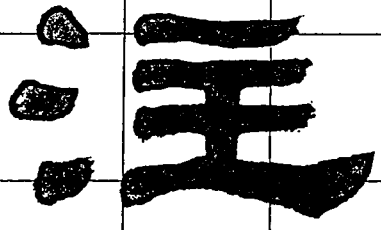
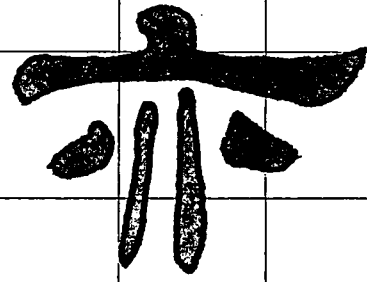
雁尾

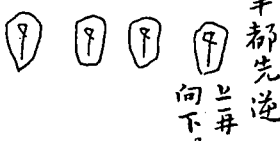
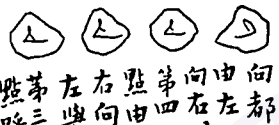
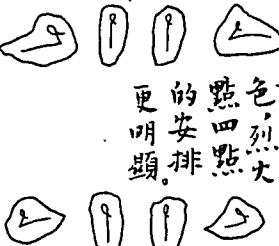
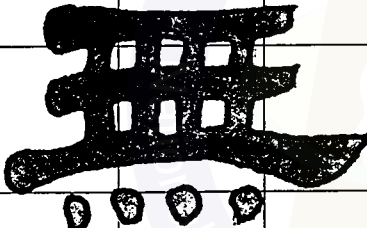

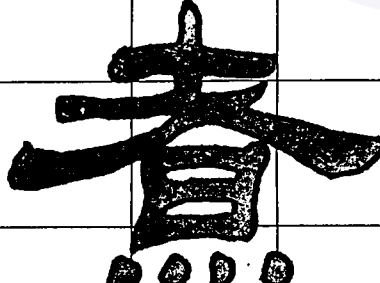

		<p>橫車</p> <p>手出</p> <p>(一) 逆入</p> <p>隸書的橫車有種。口訣云：雁不雙飛。即「三」字。即是。</p> <p>(二)</p> <p>雁頭</p> <p>雁尾</p>


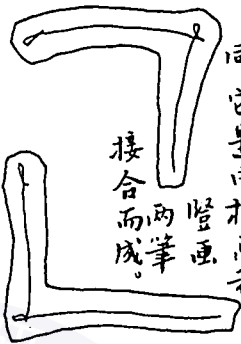
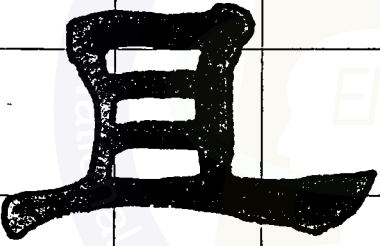
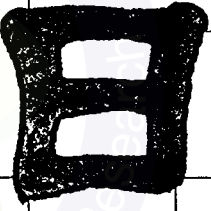

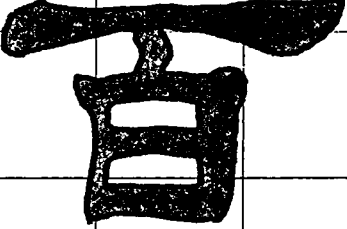
	<p>豎画</p> <p>隸書的豎画具 垂直現象，但不 可生硬，以致失去 古味。</p> <p>逆入 平出</p> <p>兩筆粗細表現方法 不同，但皆具有穩 定性。</p> <p>平出</p>
	
	

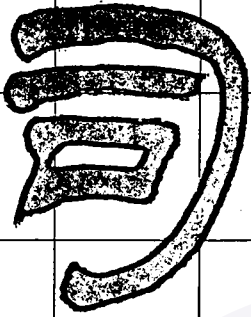

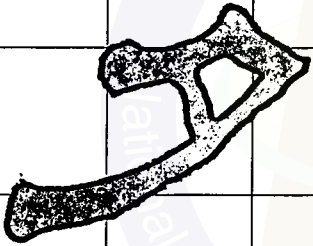
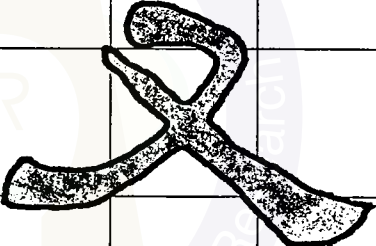
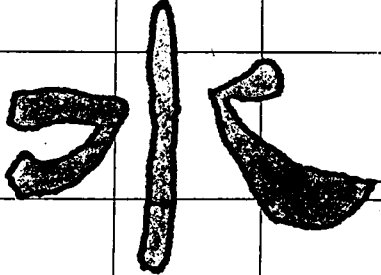
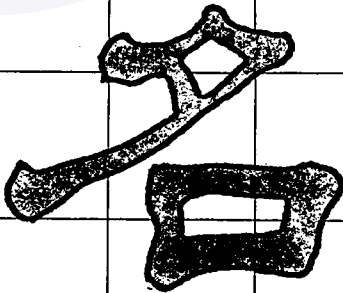
	<p style="text-align: right;">撇</p> <p>東漢時期的隸書，撇的起筆處細，漸行漸粗，收筆處用迴鋒，較重方式與唐楷截然不同。</p> 
	
	

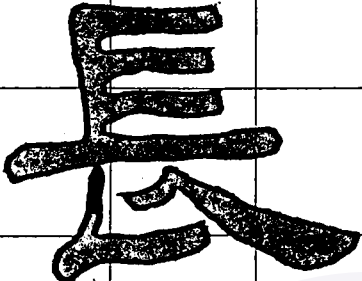
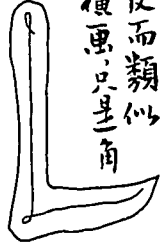

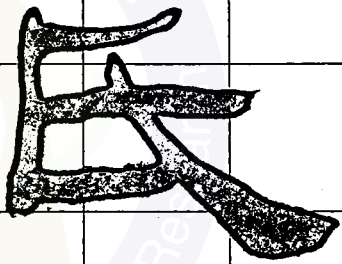

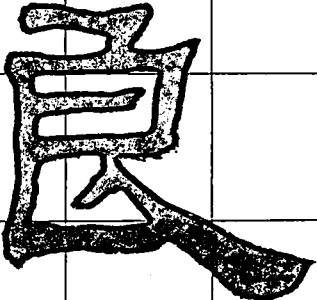
			<p>捺</p> <p>隸書的捺筆 可分二段，可稱 二折。與楷書 三折不同。 第一段的波 勢接近直 線。</p>  <p>逆入</p> <p>中鋒 出筆</p>		
					
					
					

<p>散水點 在此點的寫法與前面相同，但要注意方向的控制。</p> 			<p>點 點與橫的接法</p>  <p>逆入 平出</p>  <p>左右二點 形成對稱</p>		
					
					

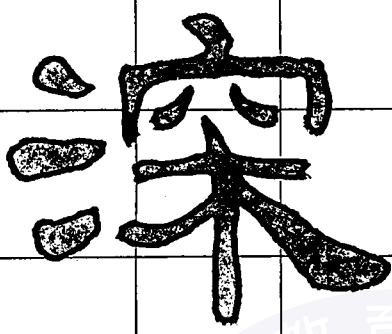

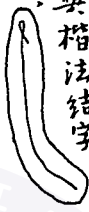
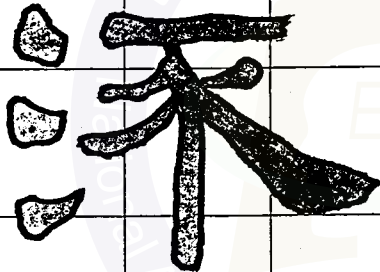
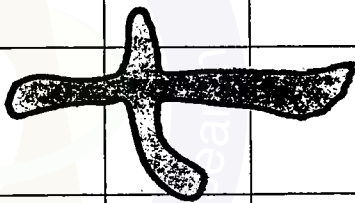
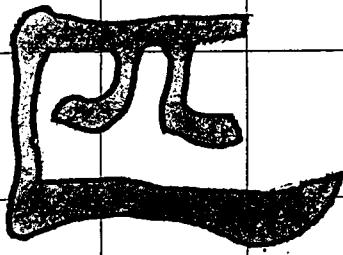
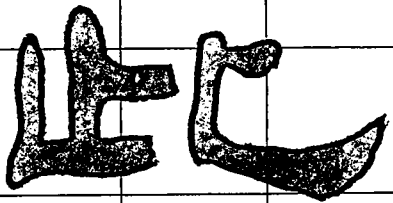
<p>此四點行 筆都先逆 上再 向下。</p>  <p>前三點 行筆方 向都 由左 向右 第四 點由 左向 右與 第三 點呼 應。</p> 	<p>烈火點</p> <p>對稱是隸 書一大特 色，烈火 點四點 的安排 更明顯。</p> 
	
	

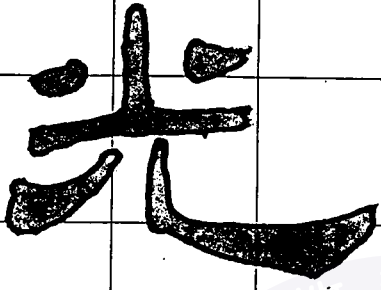

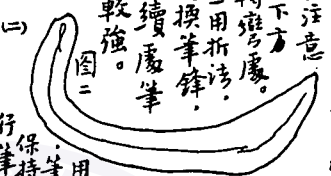
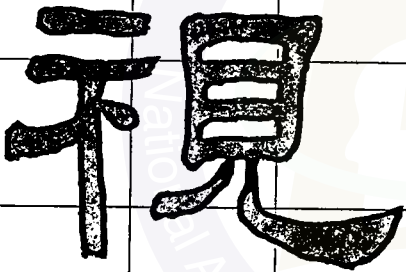

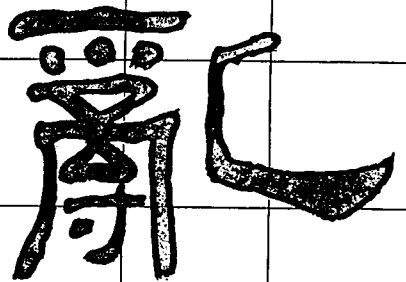
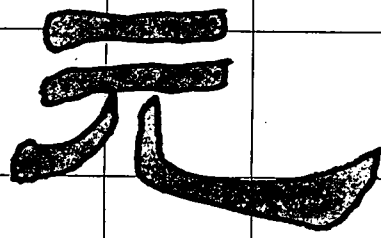
	<p>接筆</p> <p>隸書的接續處與楷書的肩角完成方式不同，它是由橫畫和豎畫兩筆接合而成。</p> 
	
	

	<p>左彎勾 轉與折是兩種不同的筆法。「司」和「又」用轉筆，必須一氣呵成，并具有篆意。</p>  <p>「名」夕「水」則是一筆接一筆，較近似折意。</p>
	
	

	<p style="text-align: right;">豎挑</p> <p>此筆豎畫部分與單獨豎畫寫法相同，而挑的筆法並非呈現三角形，反而類似橫畫，只是角度不同。</p> 
	
	

	<p>右弧</p> <p>這個筆畫在楷書中是豎勾，但隸書殘留篆意，所以使用轉筆完成。</p> <p>出鋒</p> <p>回鋒</p>

	<p>彎脚</p> <p>隸書的彎脚與楷書類似轉彎之處要保持圓潤。</p> <p>「此」字為求隸書特色，強調了雁尾部分。</p> <p>「流」字與楷法結字相去甚遠，彎脚也不見了。</p>  
	
	

	<p>右彎勾 起筆與豎畫相同，收筆與雁尾一樣。此筆要注意。</p> <p>右下方轉彎處。圖一用折法，轉換筆鋒，接續處筆力較強。</p> <p>圖二用轉法，保持中鋒行筆。</p>  
	
	

	<p>(一)</p> <p>彎勾 逆入起筆後，向右下 方行筆，漸行漸壓，空點 筆尾收 雁尾般 向右上收 筆法同。 圖二則增加 第一段，寫 法與豎畫 相同。</p> <p>(二)</p>

戈勾

隸書戈勾的寫法與右彎勾相同，只在於斜度稍有區別。



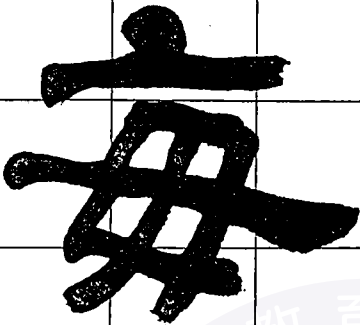
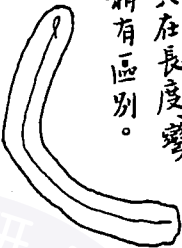

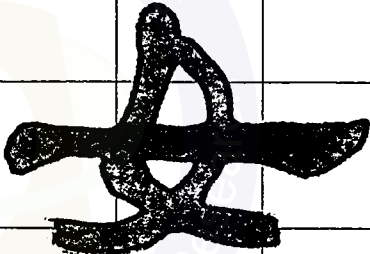

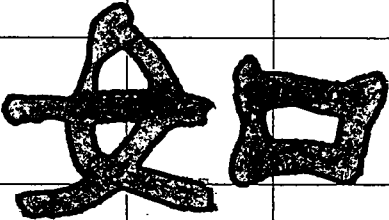
戔

戔

戔

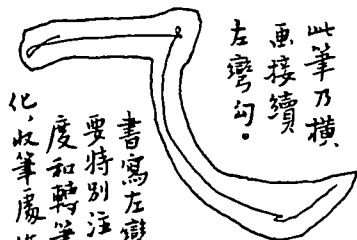
戔

戔

	<p>左彎</p> <p>隸書有許多筆法 具有篆意。 此筆法與彎脚相 同，只在長度、彎 度稍有區別。</p> 
	
	

橫接左彎勾

此筆乃橫
畫接續
左彎勾。



書寫左彎勾時
要特別注意弧
度和轉筆的變
化，收筆處作雁尾。

抗

氣

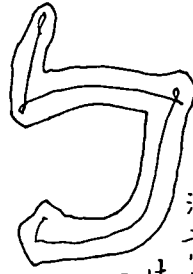
丸

志

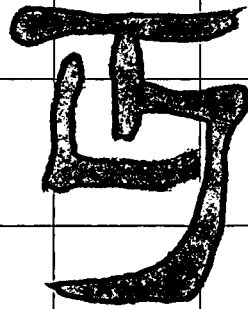
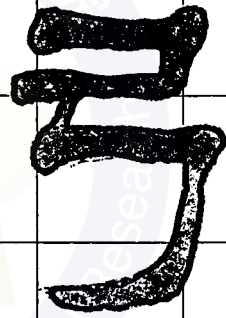
風

連續接筆

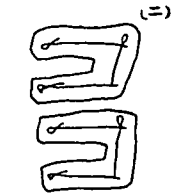
此筆由豎畫、橫畫和右彎勾連接而成。書寫時必須把握上列三筆的寫法。并注意連續筆法的連貫性。



貫性。



重右彎



連續彎筆
要注意接
筆。
圖一的筆法
遠有篆意
用轉筆。
圖二的結構
其篆法，筆
法是多筆
接續。

阿

陳韻

陰丹

多重接筆

此筆有二個接續，由於都是同向，所以要注意變化的變化，切忌雷同。

主部隸書與楷書寫法不同，「近」、「道」二字的點畫方向可作變化。

近

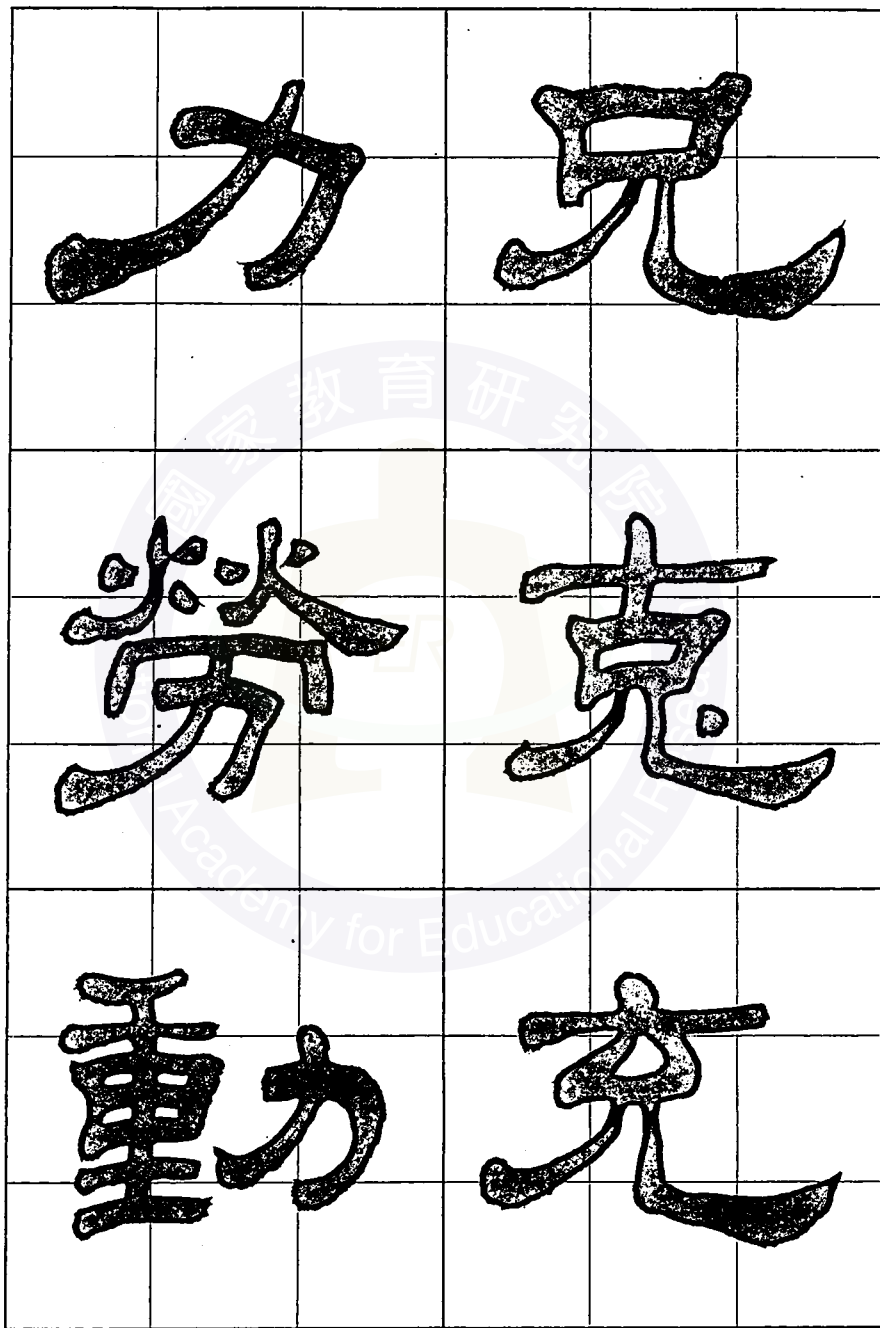
近

乃

道

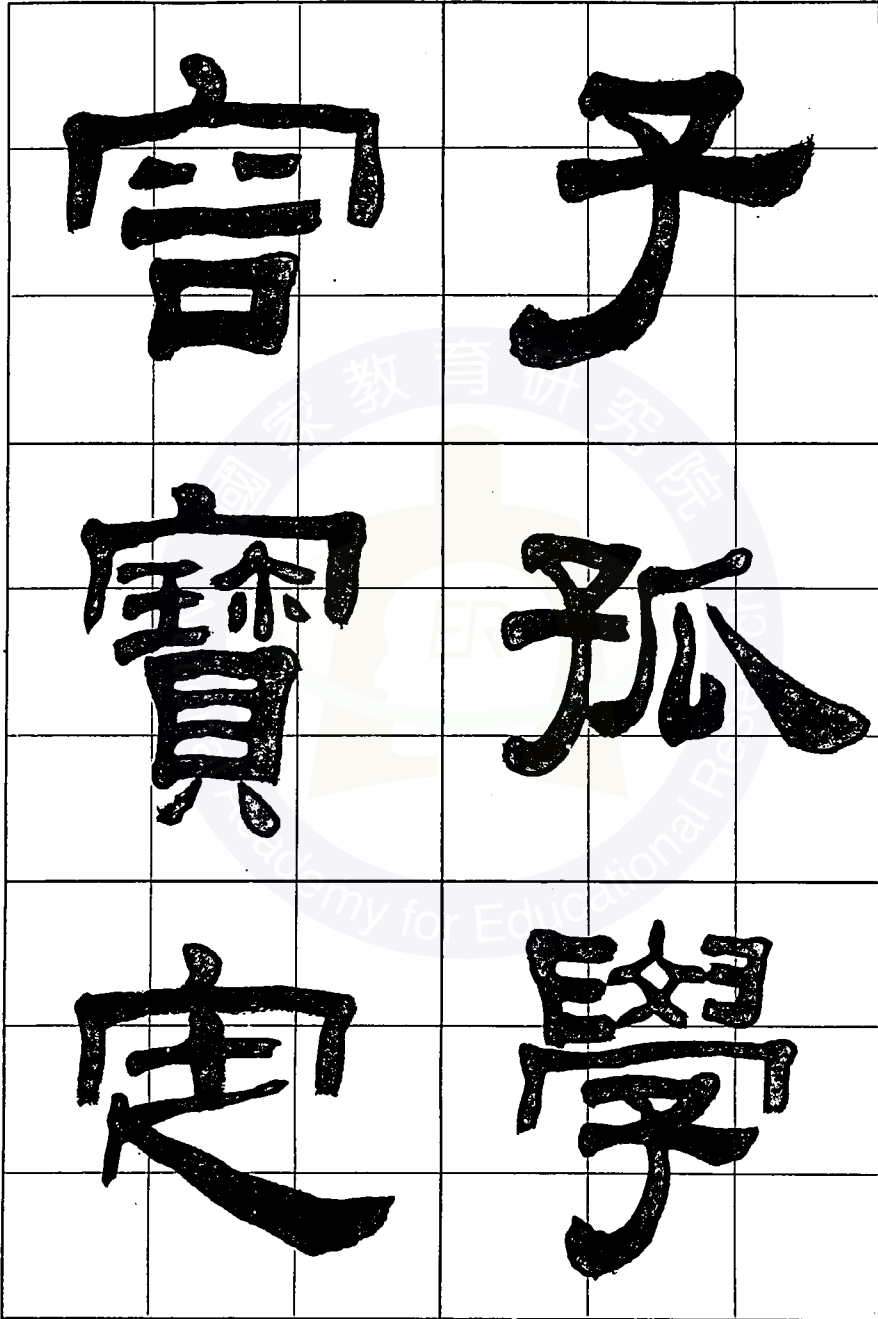
及

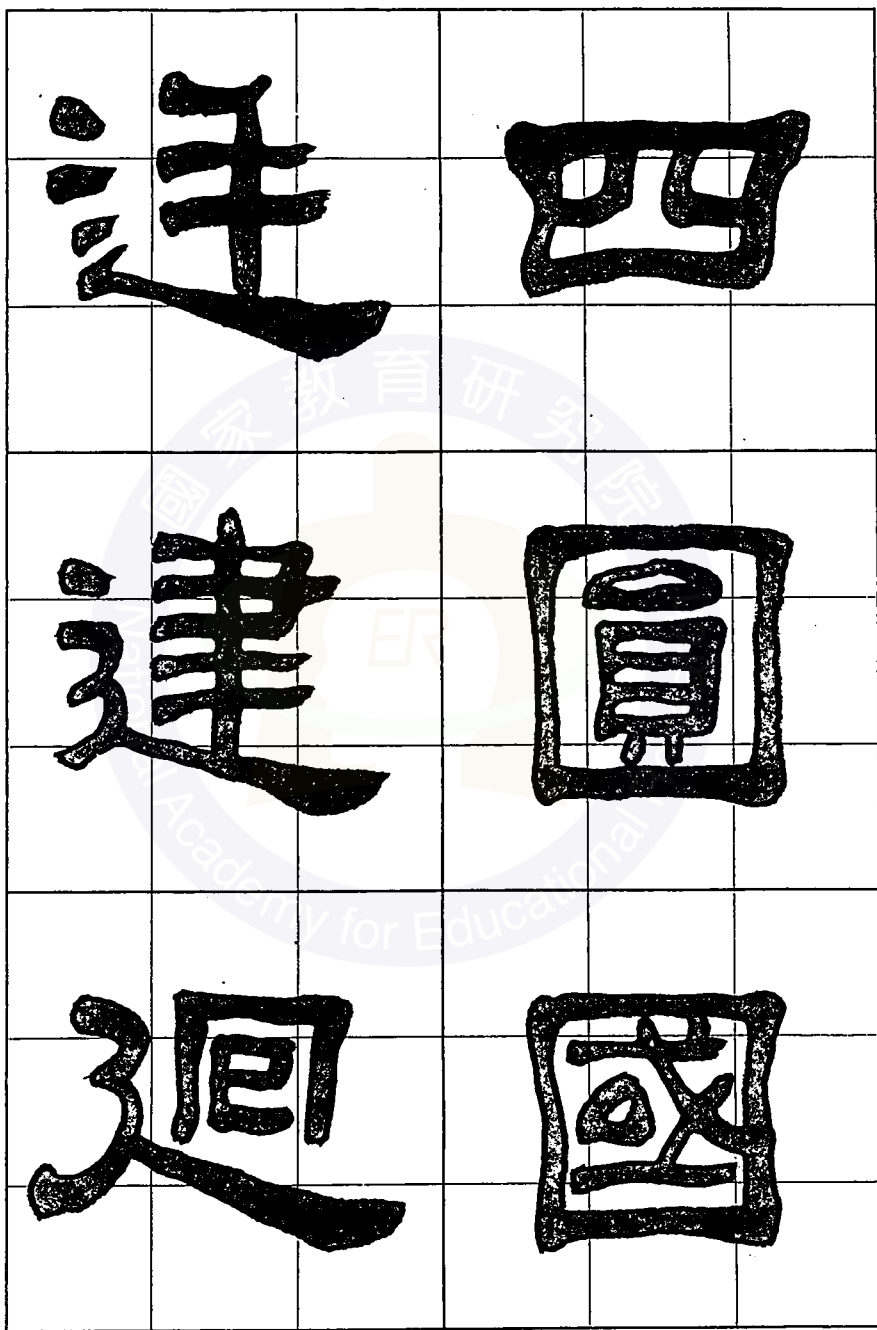
至	仁
創	信
前	儻



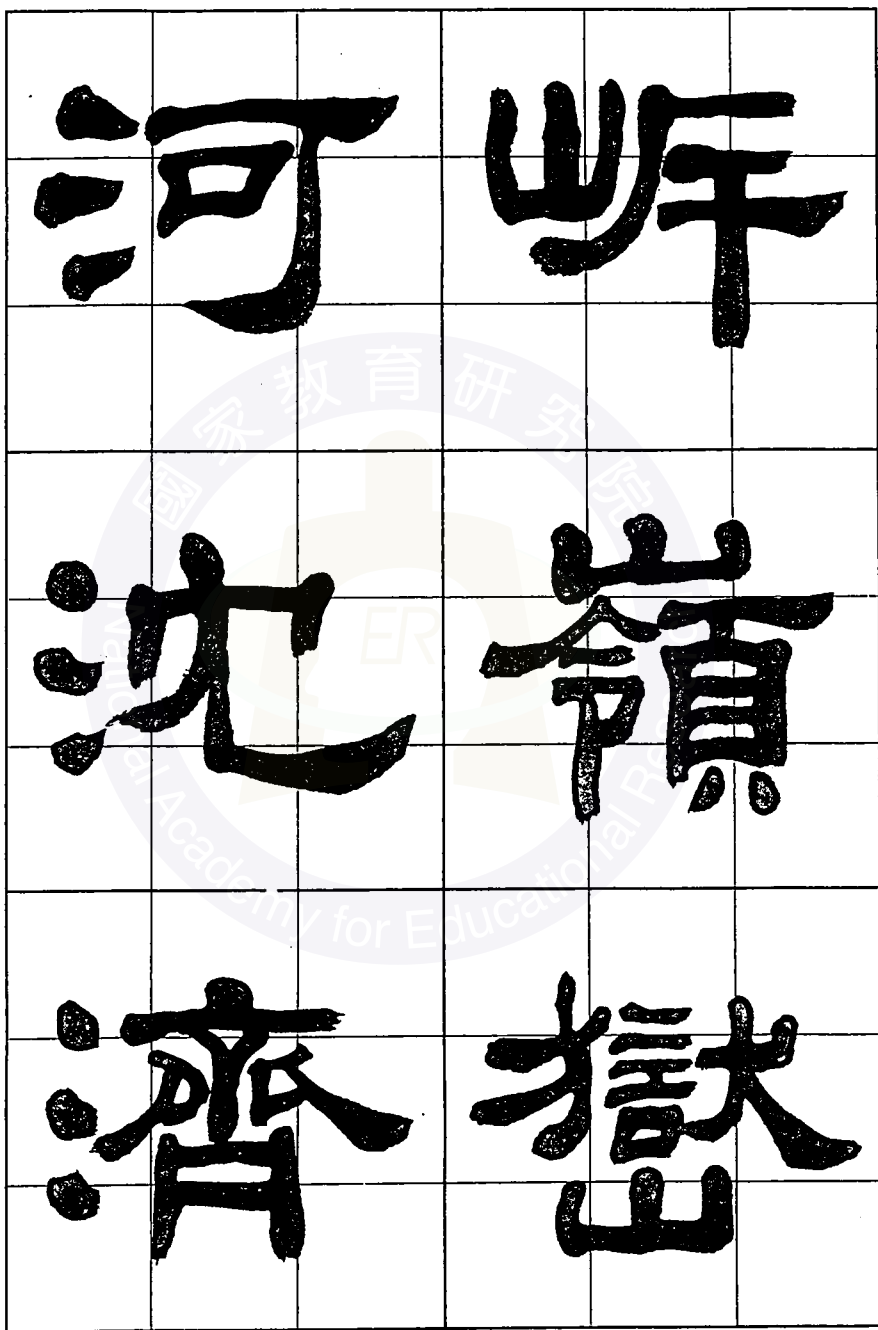




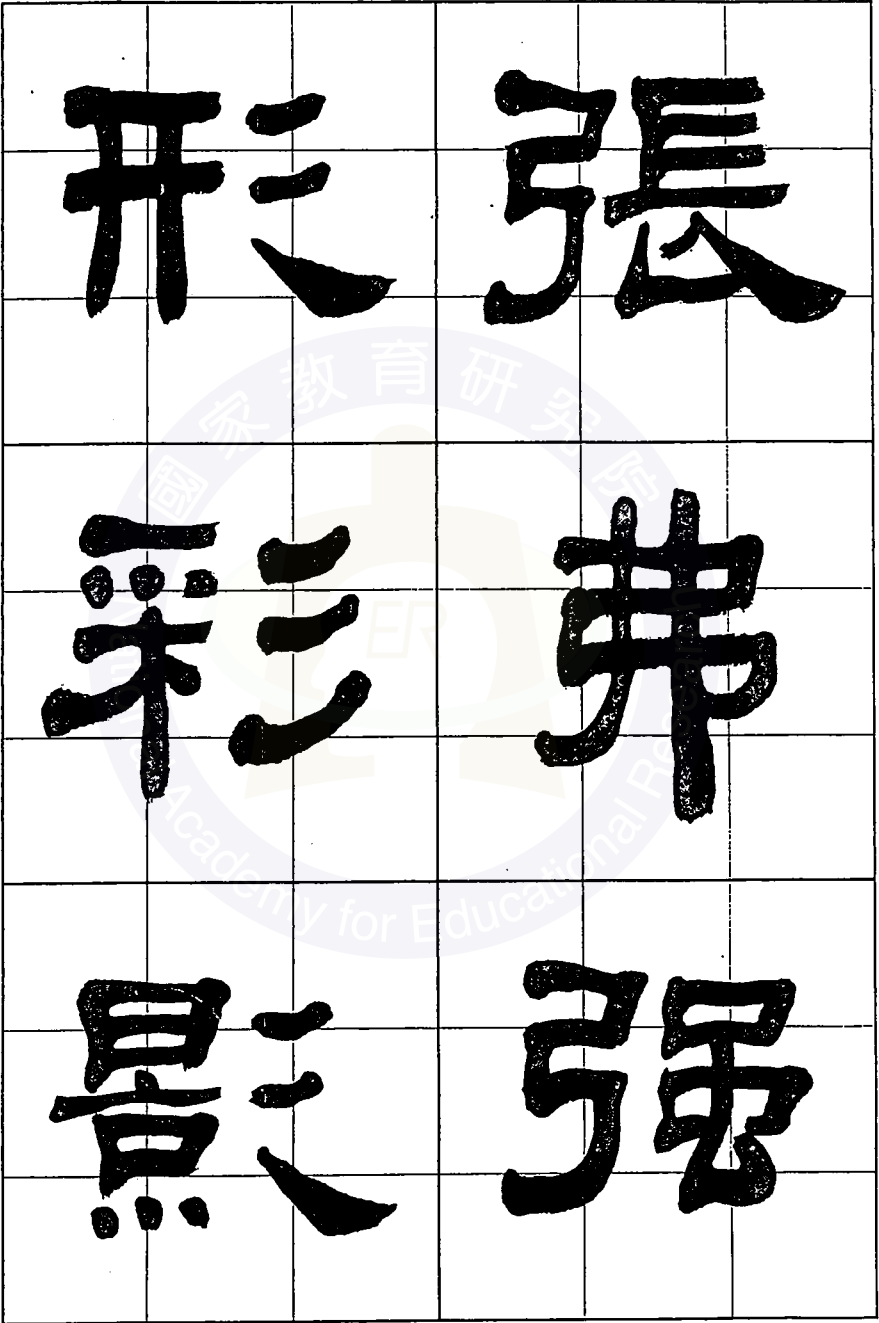




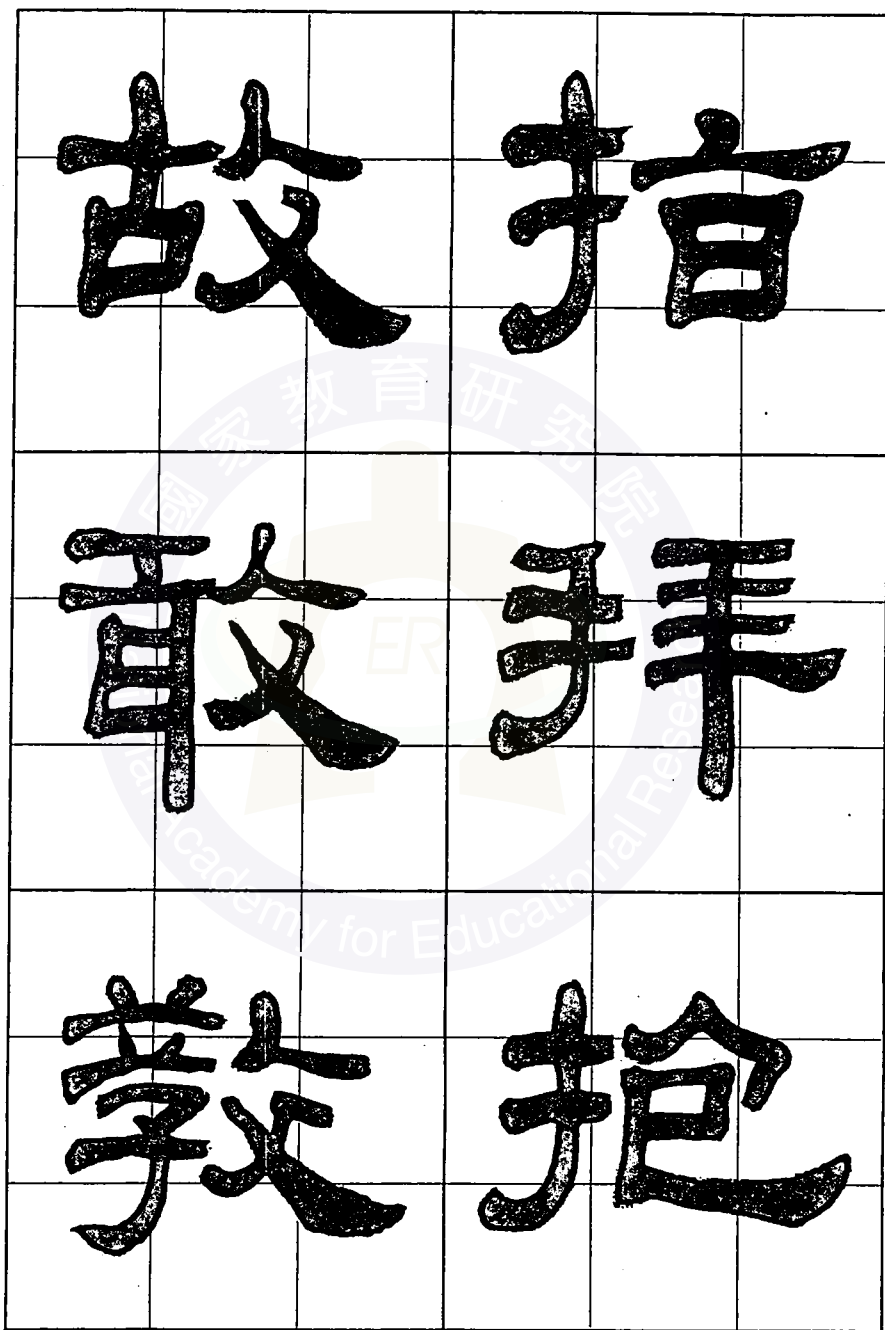
屋	尋
居	對
屬	將

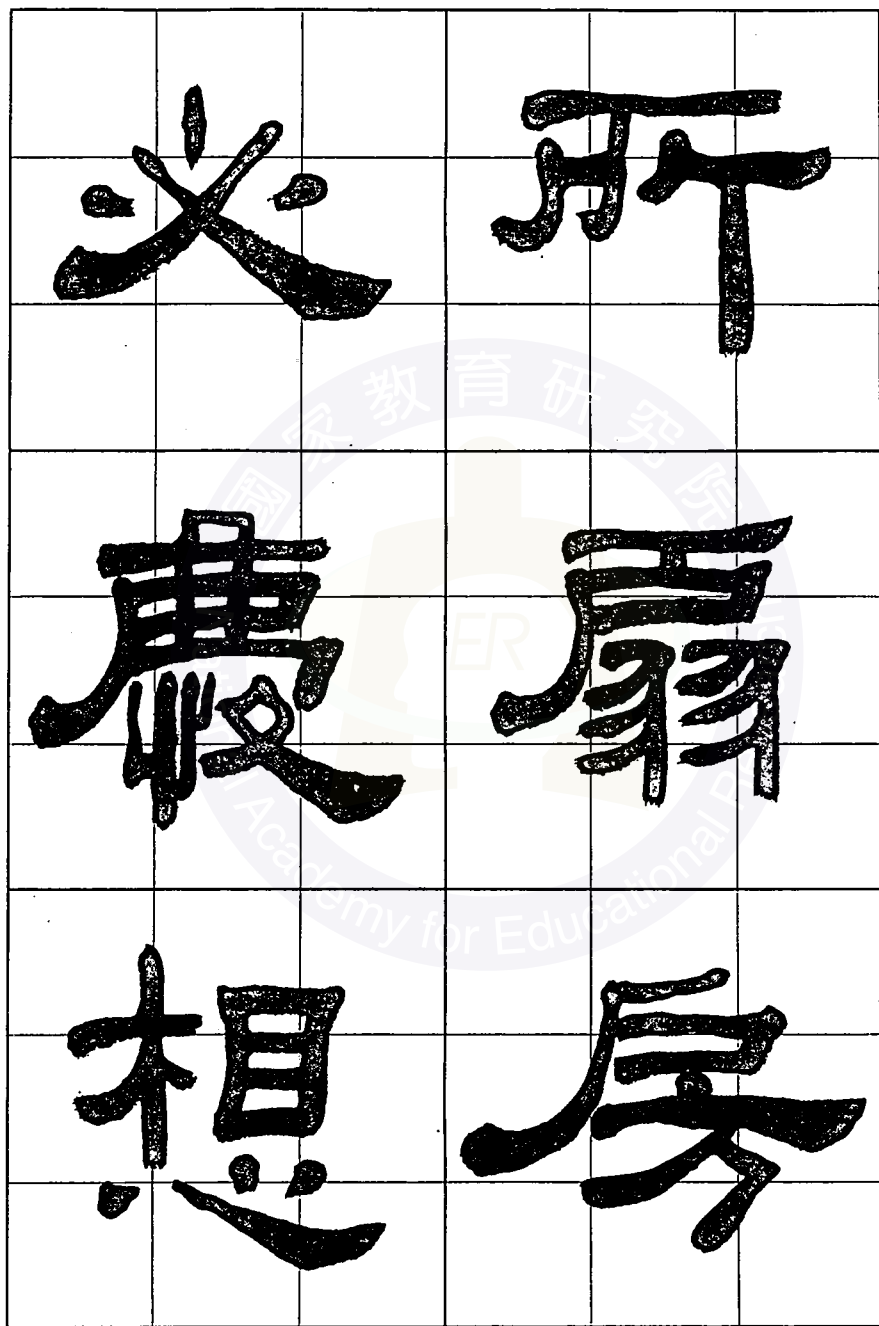


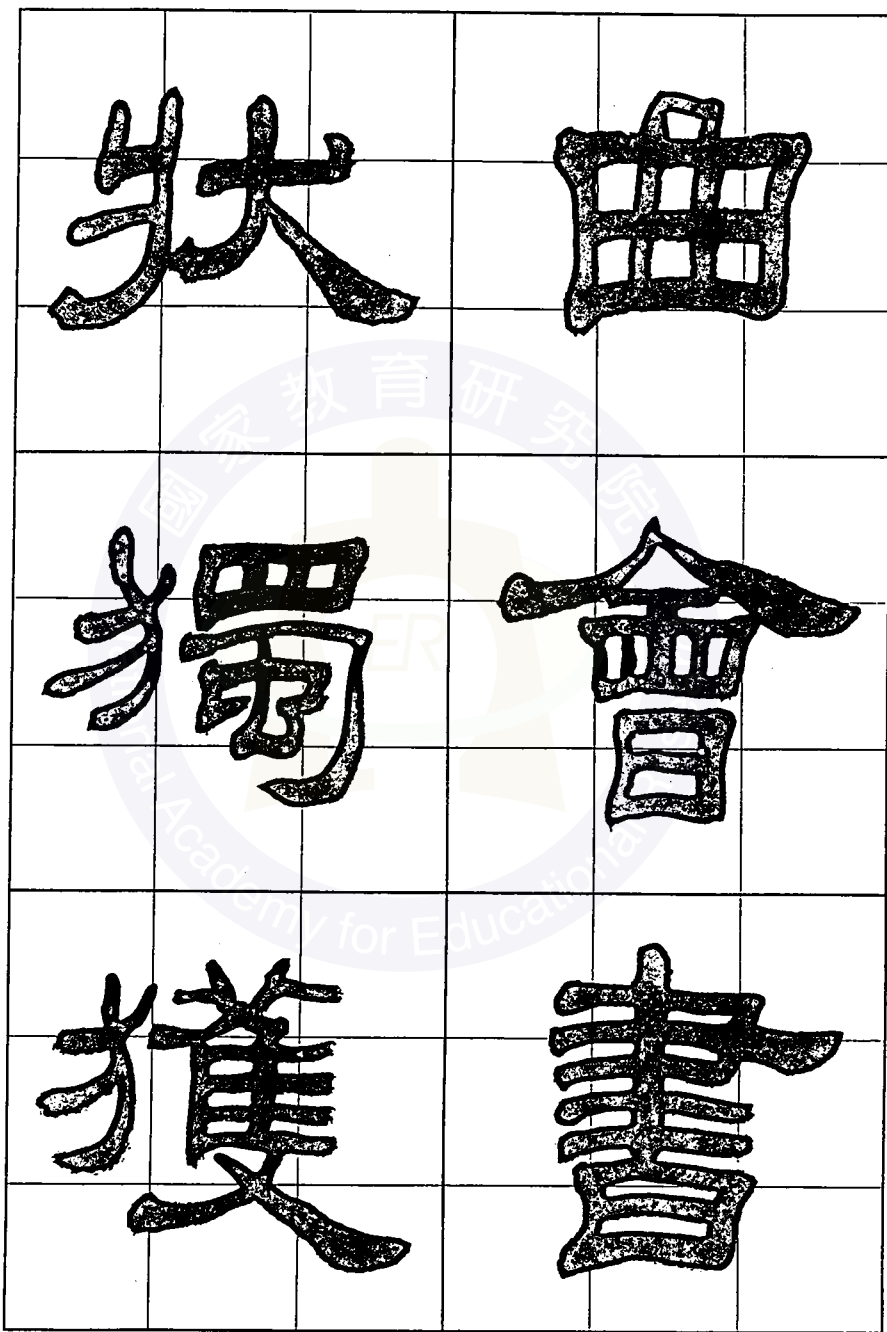






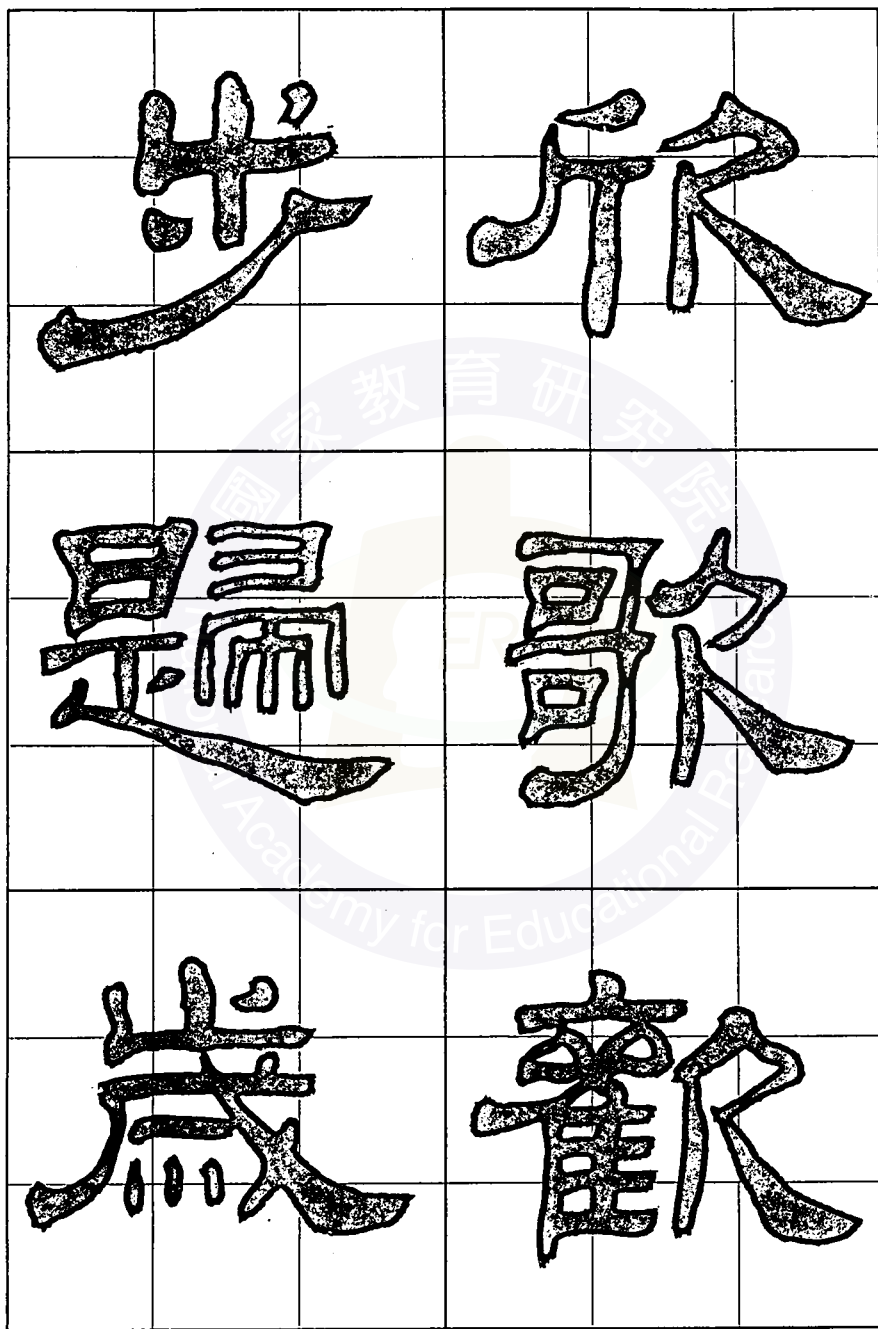




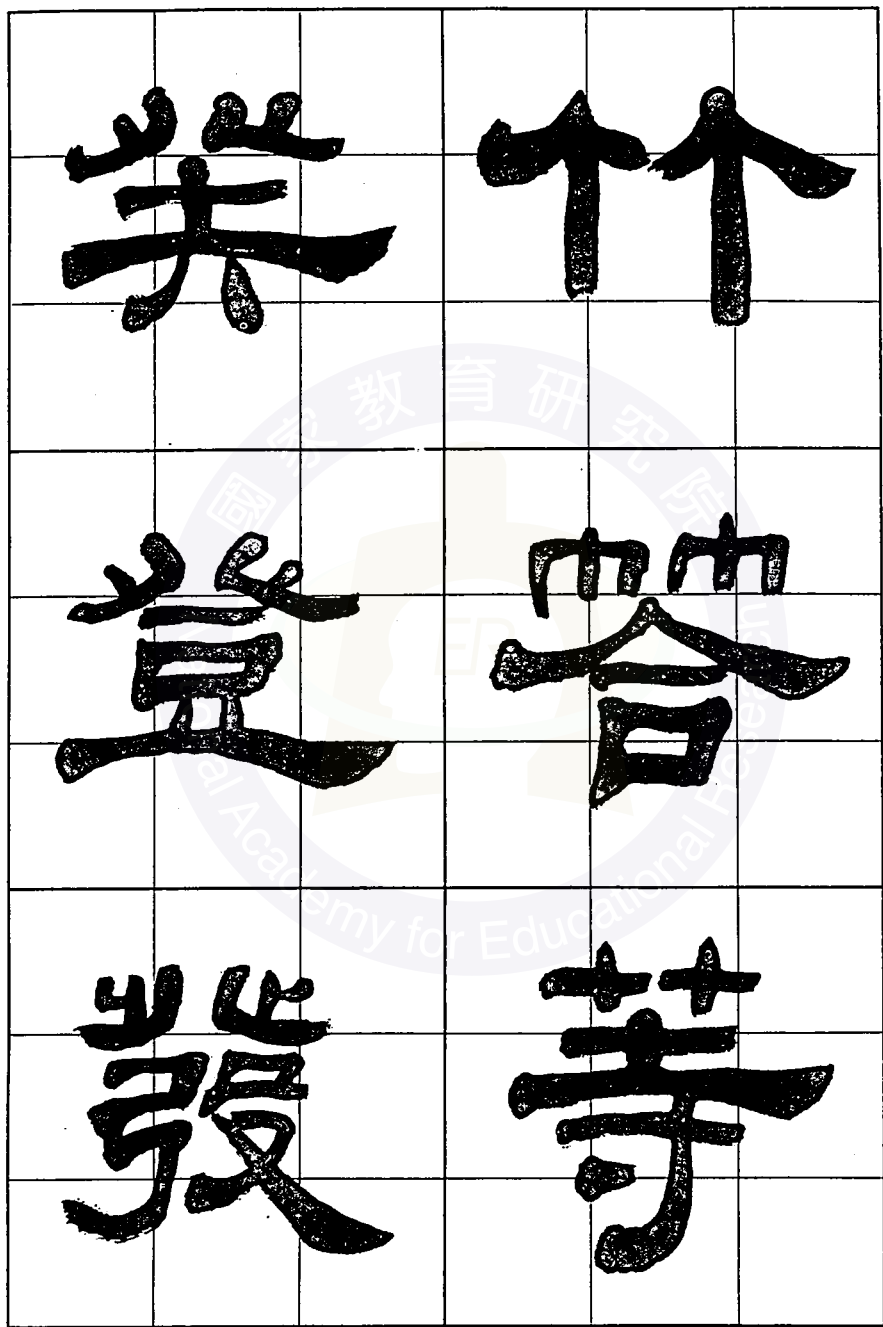


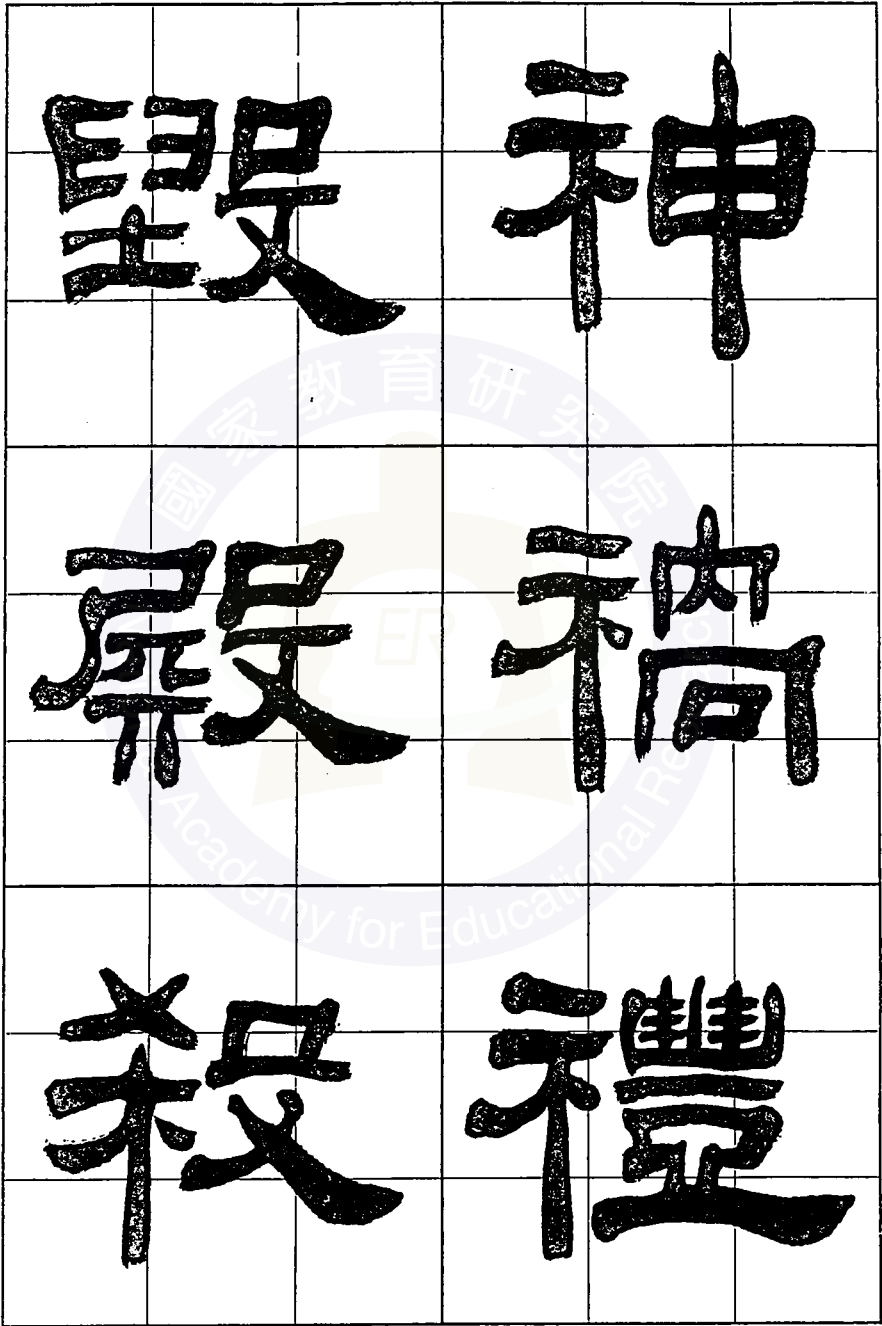
斯	是
新	晉
斷	時

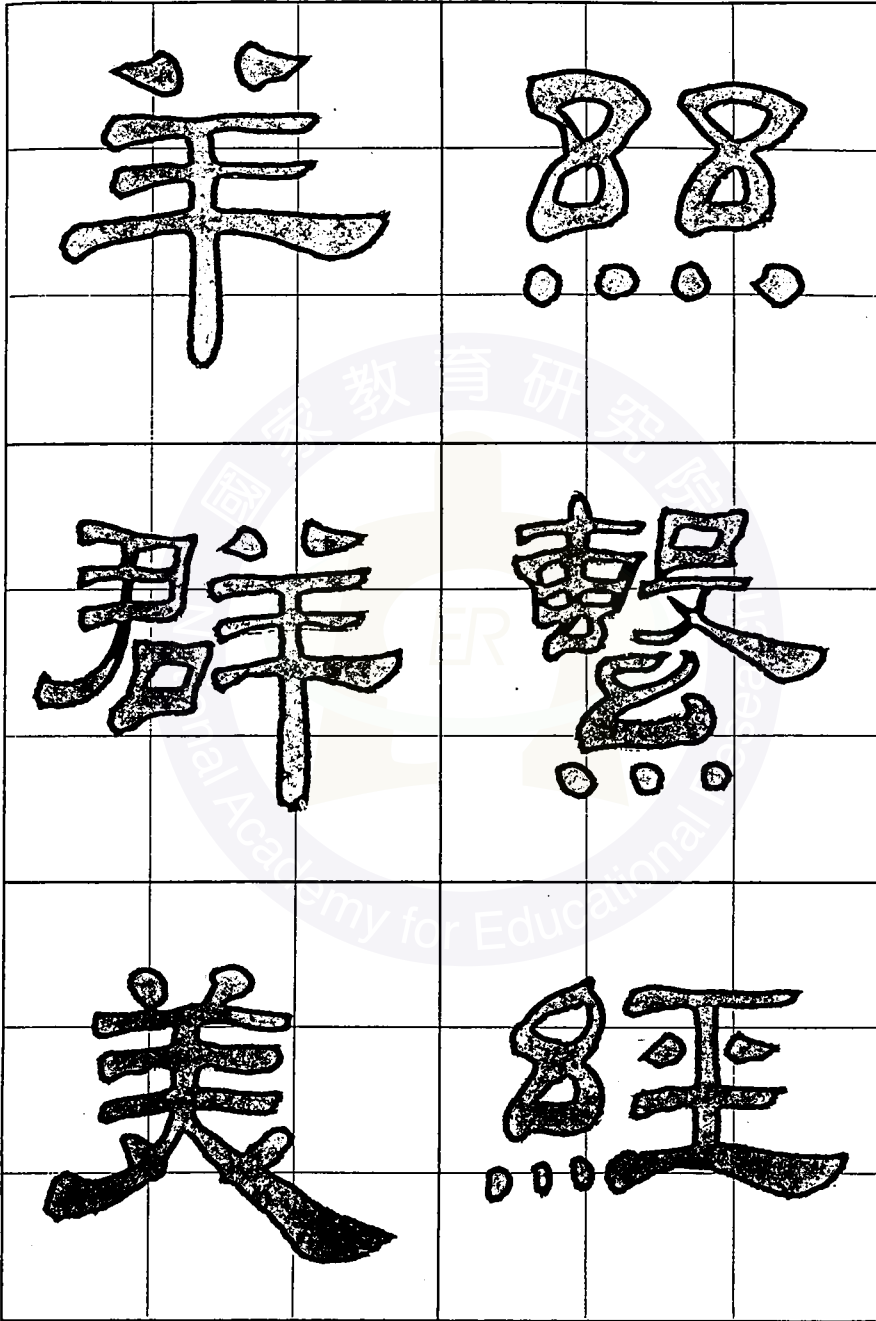


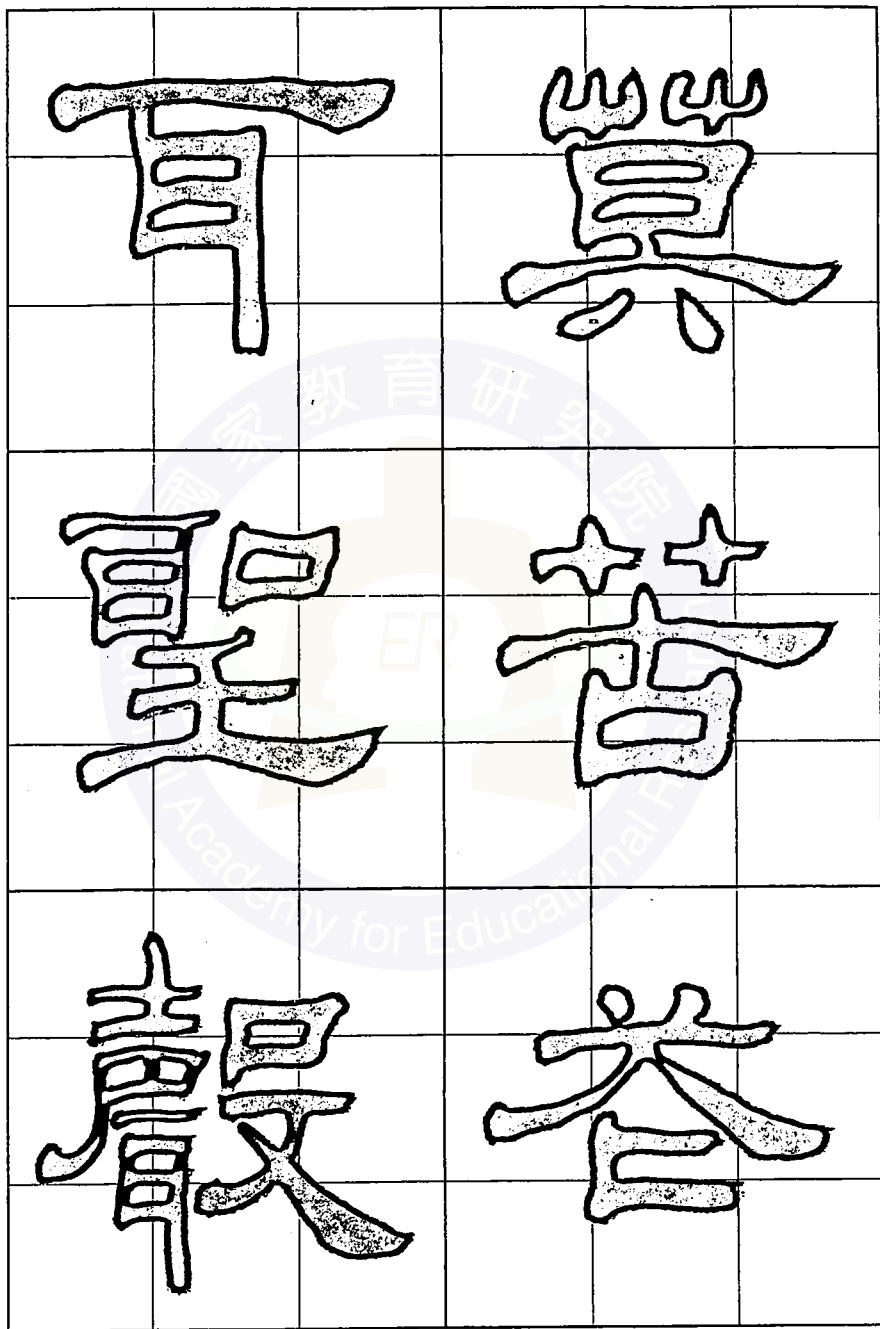


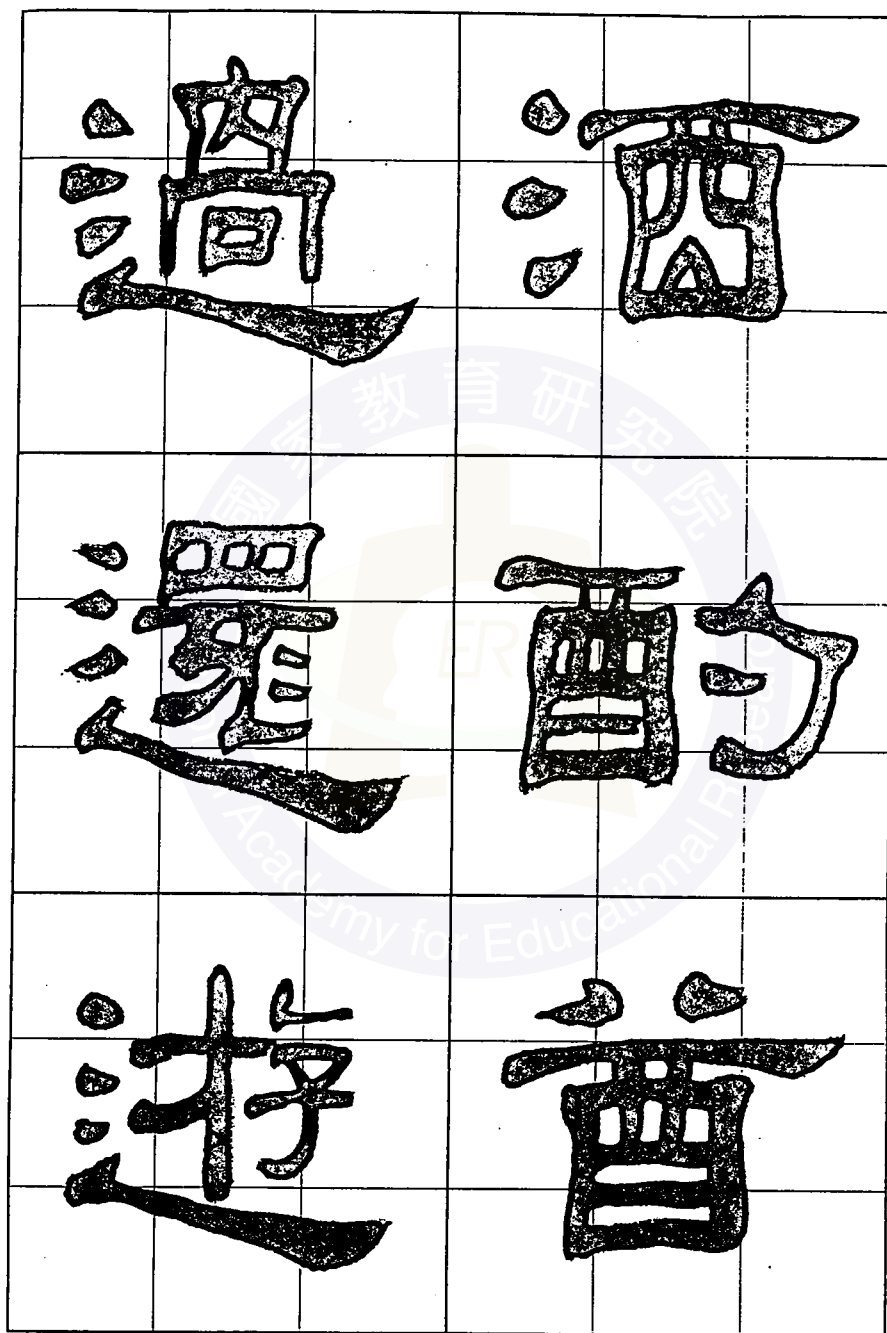


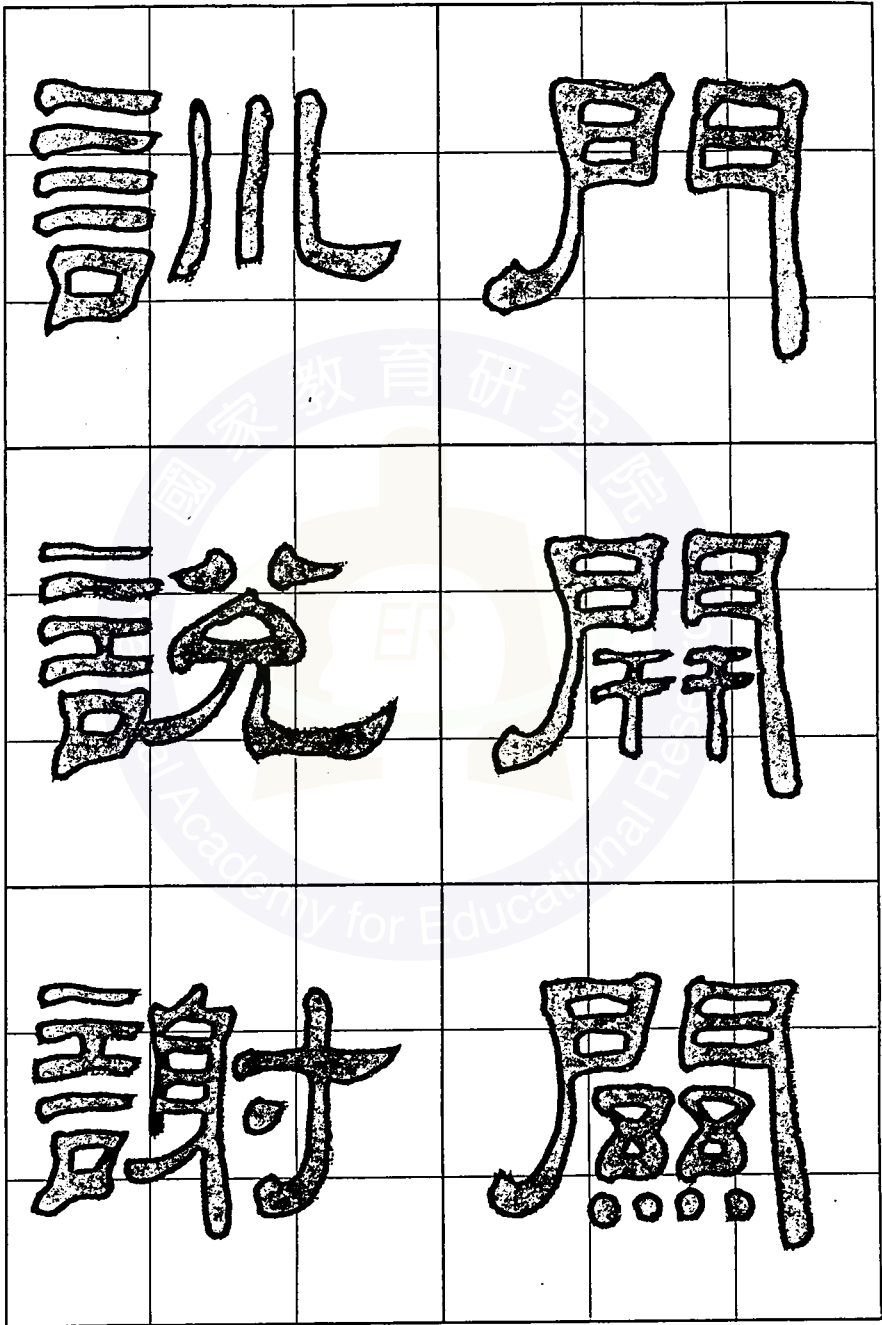


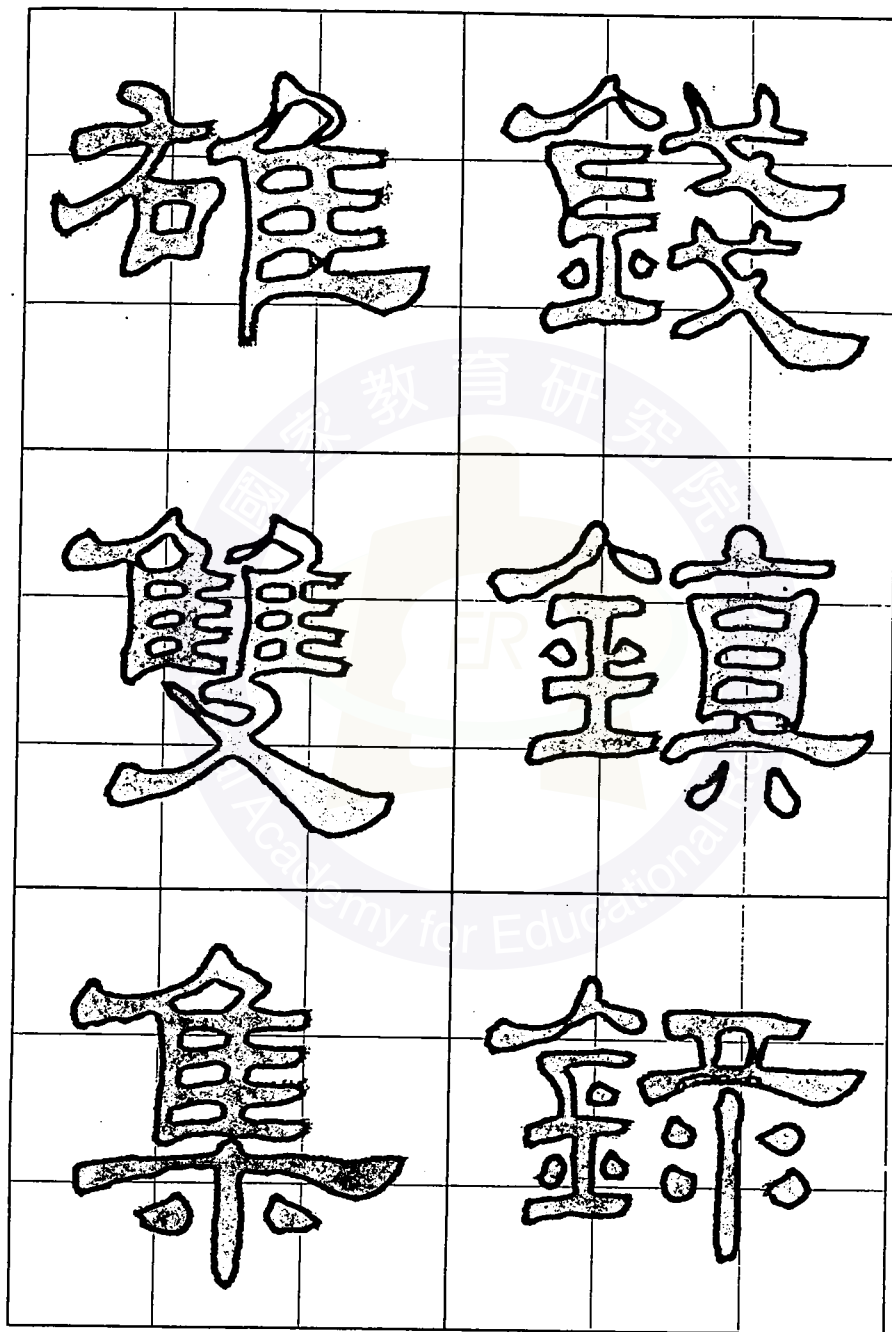


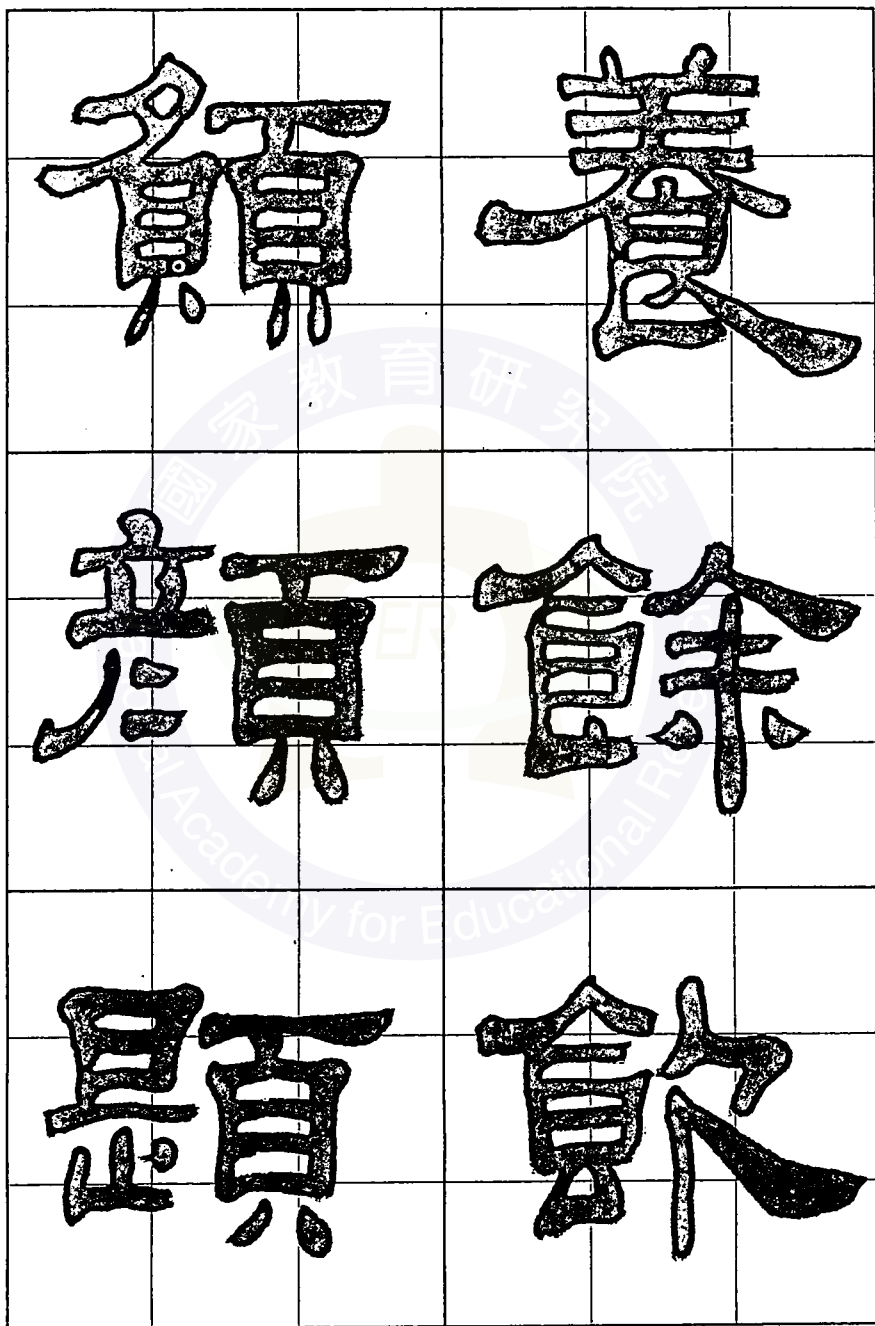


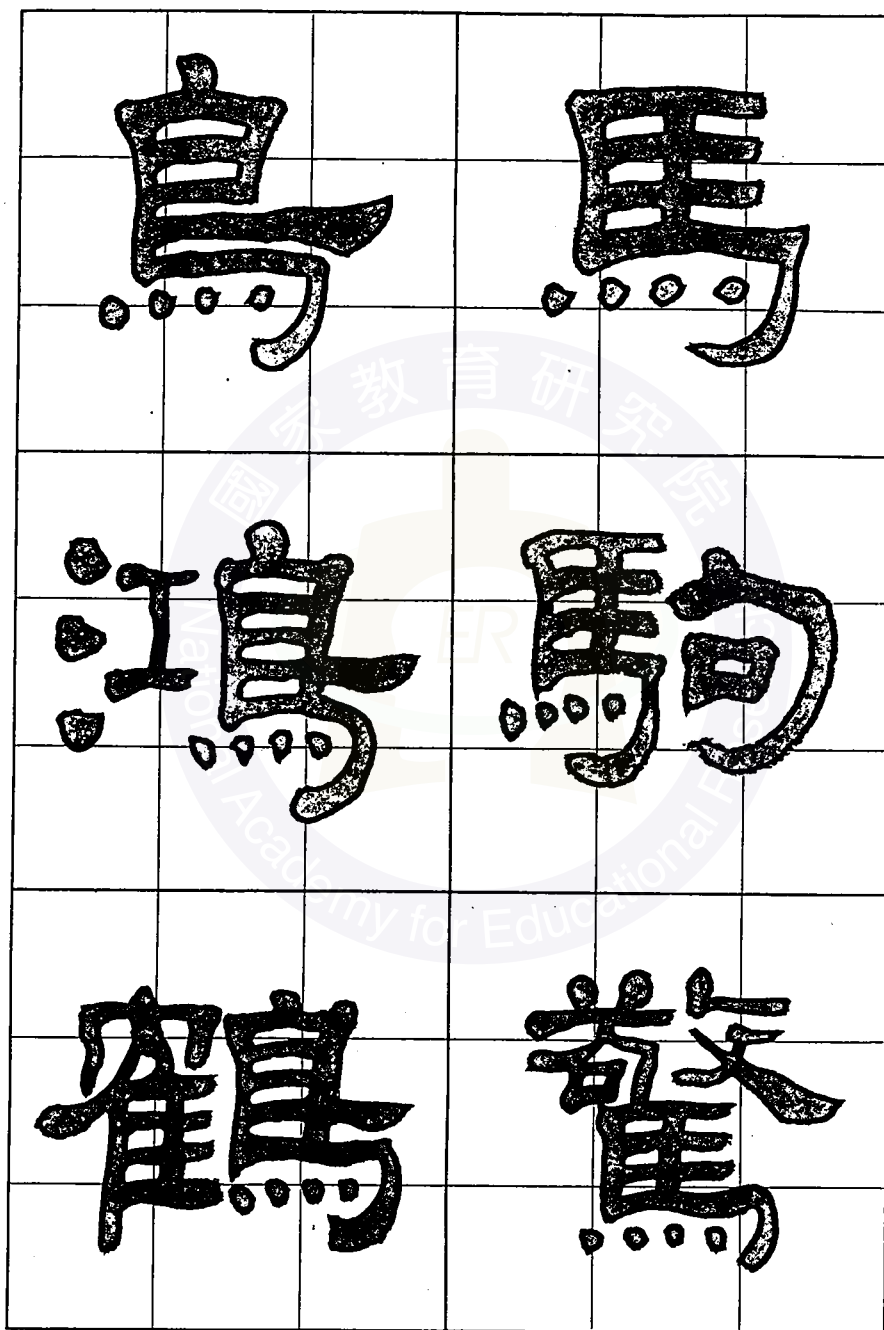












相見六無事

官見清人厲太鴻書聯相見亦無事不來勿忘名

復見江中先主志此聯依樣畫葫

不來常思君

每當冥思孤燈之下便想起此聯更讓人感到悲憤

甲戌深秋之夜 施正壽 書



顛	小	陵	邊	寓
奉	渭	煙	晴	閣
金	川	檻	開	逼
仙	早	外	萬	諸
	知	任	井	天
	清	秦	樹	豈
	淨	嶺	愁	臨
	理	窗	翰	近
	常	中	五	日

岑參登德持閣
 詩意
 圖

信書，
誰知洛陽楊風子，
下筆硬
如金，
誰知洛陽楊風子，
下筆硬
如金。

芝山評楊於式
各筆嚴筆



門外無人問
羅陰冉冉遍
林鶯啼到無
常叫池塘獨
聽

徵引書目

一、工具書：

- (一) 劉正成等著，中國書法鑑賞大辭典，上下冊，台北，旺文，一九八九年。
- (二) 梁披雲主編，中國書法大辭典，上下冊，香港，書譜，一九八四年。
- (三) 沈堅柔主編，中國美術辭典，台北，雄獅美術，一九八九年。

二、專著：

- (一) 馮振凱編著，中國書法欣賞，台北，藝術圖書，一九九二年。
- (二) 何恭上主編，中國書法史，台北，藝術圖書，一九九一年。
- (三) 張炳煌著，中國書法，台北，華視，一九八三年。
- (四) 趙明著，中國書法藝術，台北，新文豐，一九七六年。
- (五) 蔡崇名著，書法及其教學之研究，台北，華正，一九八六年。
- (六) 閔祥德著，書法百問百答，台北，蘭亭，一九八七年。
- (七) 朱惠良撰，無形之相——書法藝術，美感與造形，台北，聯經，一九八二年。
- (八) 祝敏申主編，大學書法，台北，丹青，一九八六年。
- (九) 陳丁奇著，書道教育概說，台北，蕙鳳堂，一九九七年。
- (十) 戚廷貴著，藝術與欣賞，台北，丹青，一九八七年。
- (十一) 張清治著，道之美——中國的美感世界，台北，允晨，一九九〇。
- (十二) 張光賓編著，中華書法史，台北，台灣商務，一九八一年。
- (十三) 教育部編印，國民小學課程標準，台北，郭為藩，一九九三年。

(尚)華正人編輯，現代書法論文選，台北，華正，一九八四年。

(主)國立編輯，現代書法論文選，台北，華正，一九八四年。

(六)陳其銓撰，談書道美，中國美學論集，台北，南天，一九八七年。

(七)金學智著，書法美學談，台北，華正，一九八九年。

(八)杜忠誥著，書道技法123，台北，雄獅美術，一九八六年。

(九)潘伯鷹著，中國書法簡論，台北，華正，一九八三年。

(十)周芾棠、周燕兒著，中國書法故事，台北，丹青，一九八七年。

(十一)林金城著，書法教學理論與實際，彰化，萬興印書局，一九八五年。

(十二)施永華撰，國小團體活動中的書法教學，國民小學團體活動實施狀況調查研究，台北，台灣省國民學校教師研究會，一九九八年。

(十三)華正人編，歷代書法論文選，上下冊，台北，華正，一九八四年。

三、碑帖：

(一)集帖

1. 國泰美術館編，中國近代名家書畫集，台北，國泰，一九八〇年。

2. 汪文娟編，歷代名人楹聯墨跡，上海，人民美術，一九九一年。

3. 金陸藝術中心編，八老書法聯展，新竹，新竹社會教育館，一九九一年。

4. 台灣省立美術館編，台灣地區前輩美術家作品特展(二)——書法專集，台中，一九九四年。

5. 莊伯和編譯，書道藝術第四卷——顏真卿、柳公權，台北，藝術圖書，一九七六年。

6. 莊伯和編輯，書道藝術第六卷——蘇軾、黃庭堅、米芾，台北，藝術圖書，一九七六年。

7. 尤光先編譯，書道藝術第八卷——祝允明、文徵明、董其明，台北，藝術圖書，一九七六年。

(二)專帖

1. 林綠主編，溥心畬書畫全集，台北，乾隆圖書，一九七八年。
2. 許禮平主編，齊白石法書集，香港，翰墨軒，一九九七年。
3. 李郁周等編，陳丁奇書法選集，台北市立美術館，一九九二年。
4. 蕭大毅編，于右任墨蹟選，長沙，湖南美術，一九八四年。
5. 台靜農作，台靜農書藝集，台北，華正，一九八五年。
6. 駱恒光編，陸維釗楷書字帖，杭州，浙江教育，一九九八年。
7. 沈尹默作，澹靜廬詩牘，上海，上海書店，一九八六年。
8. 謝宗安，隸書秋興八首，台北，天成，一九八五年。
9. 上虞丁念先先生書畫遺墨，出版者不詳，一九七四年。
10. 吳稚暉先生墨蹟，台北，中國國民黨中委會，一九六四年。
11. 金農墨跡二種，北京，榮寶齋，一九九五年。
12. 黃慎草書，北京，榮寶齋，一九九五年。
13. 吳熙載集，東京都，二玄社，一九九〇年。
14. 鄧石如隸書字帖，台北，文化圖書，一九七一年。
15. 何紹基墨跡選匯，出版者及日期不詳。
16. 宋徽宗楷書千字文，出版者及日期不詳。
17. 八大山人行楷千字文，北京，榮寶齋，一九九四年。

國民小學團體活動書法教學

發行人：吳清基

主持人：林萬義

研究小組：何建漳、林秀容、吳國華、吳繡月、施永華、崔德新、張
進德、張寶丹、陳成恭、陳桂枝、陳基金、葉于釧、蘇
焜郎、陳曉康、林正義（依姓氏筆劃順序排列）

撰稿：施永華

封面設計：上鎰數位科技印刷有限公司

發行所：教育部臺灣省國民學校教師研習會

地址：臺北縣三峽鎮三樹路二號

電話：(02) 8671-1111

印刷者：上鎰數位科技印刷有限公司

電話：(02) 2228-8740

中華民國九十九年九月初版二刷

GPN:006C49890193

ISBN:9570265582

(平裝)

89.12 1,000

