

以黃庭堅「字中有筆」觀點試析禪意書風況味

Analysis on Zen-Calligraphy of Huang Ting-chien with his Calligraphy Theory

袁啓陶

Yuan Chi-Tao

國立臺灣藝術大學書畫藝術學系研究所博士班

摘要

黃庭堅用「字中有筆，如禪家句中有眼」一語概括了他「以禪論書」的書學思想，他說：「字中有筆，如禪家句中有眼，直須具此眼者，乃能知之。」意謂書法中生機盎然的筆意，就像禪師開悟學者時的禪語點化。宋朝以後的文人士大夫很多都有某種程度的參禪經驗，從蘇軾、黃庭堅甚至到明朝的董其昌，都有以禪論書，並且用禪的話頭、境界來解釋禪與書法的聯想或體悟，禪書(禪意書風)在書法史的發展過程中，的確占有非常重要的地位；禪與書法，看似抽象的思維卻與書法理論、藝術美感相結合，最終在妙心契合處散發無限的韻味。

本文藉由黃庭堅的參禪經驗與其自身書法創作觀點的輝映，試著整理禪宗思維提供書家感悟的思想覺知，以及如何印證其創作心源，並進而分析禪意書風所投射出的書家書寫狀態，藝術風貌及特質，透過禪宗思維在書法藝術美感呈現特殊風格的探討，進而歸納出參有禪宗思維的書法藝術況味。

【關鍵字】 字中有筆、句中有眼、以禪論書、禪意書風

前言

北宋時期，禪宗益盛，參禪風氣一時蔚為風尚，其思維方式，也逐漸滲透於文人士大夫的思想及藝術創作和理論中。歐陽中石在《書法天地》一書中說了一段禪宗與宋代書風的關係，他說：

禪宗之所以征服了中國士大夫，是因為它在一定程度內以審美的態度對待人生和世界的，這種性質是禪文化與中國藝術發生聯繫並滲透的內在基礎。禪宗的思維方式滲入文人士大夫的藝術創作，使中國傳統藝術越來越強調「意」——蘊藏於作品形象中的內在情感與哲理，越來越追求創作構思時的自由無羈，求其「得意忘形」。¹

黃庭堅不只參禪，也深受禪宗影響，並自覺地「以禪入書」，成為一位成功的「以禪論書」的書家。由於黃庭堅的「以禪論書」建立在他對禪和書法都有透徹理解的基礎上，因而禪對他的書學觀點的影響是自然而然的、文情交融的，其書學理論也因而更具說服力。

一、黃庭堅的「以禪論書」

(一) 書論部分略舉

黃庭堅「以禪論書」的理論是主張「字中有筆，如禪家句中有眼」，對於黃庭堅「字中有筆」與「禪家句中有眼」的關係論述，在北宋朝當時是很新鮮的。其在〈題跋帖〉及〈自評元祐年間書作〉都反覆的提到：

¹ 歐陽中石等著，《書法天地》（台北市：台灣商務印書館，2002年12月），頁296。

字中有筆，如禪家句中有眼，直須具此眼者，乃能知之。²

字中有筆，如禪家句中有眼，非深解宗趣，豈易言哉。³

另外，黃庭堅也說了：

蓋字中無筆，如禪句中無眼，非深解宗理者，未易及此。⁴

凡作一文，皆須有宗趣，始終關鍵，有開有合。⁵

從字面上來看，「字中有筆」就是指在書寫過程中或書法作品中，能看到筆意，也可以理解為書法作品中能看到書寫者的用筆痕跡。而「字中有筆」與「禪家句中有眼」兩者之間又有什麼關聯呢？

就禪學的意思而言，禪宗的「眼」有兩種意涵，一是指「句中眼」，乃為語言文字中的微妙處，就是指禪句中有明心見性的成分，這樣就與「字中有筆」有了相通性；「字中有筆」即字中體現出對筆法的透徹理解，也就是字中對筆法的明心見性。另外一個意思是指「具眼人」，黃庭堅認為只有「具眼人」才能深諳知之，所以說了非深解宗趣，豈易言哉。此「眼」華嚴宗稱為「法界觀」、禪宗稱作「正法眼」，其根本精神就是視萬法平等，從而圓融無礙。這兩種含意的「眼」其實是統一的，只有「具眼人」才能明白「句中眼」。

再參考錢鍾書的說法，禪家的「句中眼」是喻為「要旨妙道」⁶，所謂「字中有筆」是泛指書法用筆的微妙處，「字中有筆」的筆不能單看作是某一種特定的筆法或是字體中形成某種的具體筆劃，否則就是緣木求魚了，而且也不符合禪

² 黃庭堅，〈題跋帖〉見《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，2007年），頁355。

³ 黃庭堅，〈自評元祐年間書作〉，《山谷題跋》卷五。

⁴ 黃庭堅，〈論寫字法〉見《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，2007年），頁357。

⁵ 黃庭堅，〈答洪駒父書〉，《黃庭堅全集·正集》卷十八。

⁶ 錢鍾書，《談藝錄》（北京：中華書局，1984年），頁330。

的精神與旨趣。

對於上述的理解，我們還可以透過南宋姜夔的論述，進一步來分析，姜夔在《續書譜》中說：

余嘗歷觀古之名書，無不點畫振動，如見其揮運之時。山谷云：字中有筆，如禪句中有眼，豈欺我哉。⁷

姜夔認為「字中有筆」就是點畫振動，如見作者揮運之時，點畫振動是書法用筆求「活」形成的效果，在黃庭堅看來，這就是活潑禪機所顯發的妙用。

另外，黃庭堅在〈自評元祐年間書作〉，又再一次的補充了這方面的思想：

往時王定國道余書不工，書工不工是不足計較事，然余未嘗心服。由今日觀之，定國之言誠不謬，蓋用筆不知擒縱也。⁸

「擒縱」與禪的思想也是有關，史季溫在注解黃庭堅《次韻吉老十小詩》之四：

「藏拙無三窟，談禪劇七擒。」時說了：

談禪問答之間，譬若孔明之如孟獲，七擒七縱也。⁹

「擒縱」是禪師與學人談禪問答的具體手段，是禪師接人的方便做法，所謂「擒縱」也就是收放擒縱一詞，在黃庭堅的論述中也多次出現，列舉如下：

木刻鷓子，豈解縱擒。¹⁰

⁷ 姜夔，《續書譜》見《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，2007年），頁394。

⁸ 同註釋3。

⁹ 黃庭堅，〈次韻吉老十小詩〉，《黃庭堅外集詩注》卷十三。

為伊業識茫茫，所以一奪一與。¹¹

入泥入水為人，捏聚放開由己。¹²

此外，黃庭堅也以這些話頭來論書法用筆：

蓋用筆不知擒縱，故字中無筆耳。¹³

至元祐末所作書差可觀，然用筆亦不知起倒。¹⁴

除了「擒縱」以外，「起倒」、「與奪」、「縱奪」、「捏聚放開」這些話頭的意思都很接近。禪宗常用木刻鷓子、布袋裏老鴨，比喻根基淺者死於句下。因此「擒縱」、「起倒」、「縱奪」是求「活」的手段。

周星蓮《臨池管見》云：

有擒縱，方有節制，有生殺，用筆乃醒，醒則骨節通靈，自無僵臥紙上之病。¹⁵

黃庭堅正是從禪宗接人的殺活手段中得到啟示，從而使他的書法充滿了蓬勃的生機。他所謂的用筆不知「擒縱」即用筆沒有收放，也就是對筆法沒有透徹的理解，為筆所束縛，因此就會字中無筆了。

(二) 書評部分略舉

¹⁰ 黃庭堅，〈請黃龍晦堂和尚開堂疏〉，《補遺》卷十一，頁 2335。

¹¹ 黃庭堅，〈化氈頌〉卷三，《別集》，頁 1520。

¹² 黃庭堅，〈請郭山長老應霖疏〉，《外集》卷二十四，頁 1442。

¹³ 同註釋 3。

¹⁴ 黃庭堅，〈書韋深道諸帖〉，《山谷題跋》卷七。

¹⁵ 周星蓮，《臨池管見》，《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，1981 年），頁 722。

黃庭堅用很多充滿頓悟式的機鋒妙語，來反映在書法題跋中，他對一些書家的評論，也常以禪學為喻：

余嘗評近世三家書：楊少師如散僧入聖，李西臺如法師參禪，王著如小僧縛律。恐來者不能易予此論也。少師此詩草，余二十五年前嘗得之，日臨數紙，未嘗不嘆其妙。¹⁶

在其〈跋法帖〉又云：

余嘗論近世三家書云：王著如小僧縛律；李建中如講僧參禪，楊凝式如散僧入聖，當以右軍父子為標準，觀予此言，乃知遠近。¹⁷

另外，大家更耳熟能詳的是例子是〈跋東坡書寒食詩〉：

東坡此詩似李太白，猶恐太白有未到處。此書兼顏魯公、楊少師、李西臺筆意，試使東坡復為之，未必及此；它日東坡或見此書，應笑我於無佛處稱尊也。¹⁸

在〈跋西園草書〉則云：

西園草書，如散聖說禪，人不易識。若逢本分，鉗鎚百雜碎。¹⁹

從上面的評論中，黃庭堅盛讚楊凝式的書法，稱之為「散僧入聖」，意謂楊凝式的書法在蕭散無法之中富有韻味之特點。而對於亦師亦友的蘇軾，論其書法

¹⁶ 黃庭堅，《黃文節公正集·題楊凝氏詩碑》（成都：四川大學出版社，2001年），頁756。

¹⁷ 黃庭堅，〈跋法帖〉，《山谷題跋》卷四。

¹⁸ 黃庭堅，《黃文節公別集·跋東坡書寒食詩》（成都：四川大學出版社，2001年），頁1608。

¹⁹ 黃庭堅，《黃文節公正集·跋西園草書》（成都：四川大學出版社，2001年），頁687。

造境之高遠，具有顏魯公、楊少師、李西臺筆意，大大推崇蘇軾的書法應為當朝第一。面對自己的老師晦堂祖心則讚譽為「散聖說禪」，如禪師點化，不落位階、不著痕跡，因而人不易識，只有遇見本色衲子，一超直入如來，或著如九方皋相馬，遺其玄黃牝牡，才能洞見真實面目。

黃庭堅的書學思想與禪宗關係至深，他自覺性的「以禪論書」，開闢了書法理論的新視野，在黃庭堅之前，雖不乏討論書學與佛學、禪學關係的理論現象，但達到黃庭堅書論與禪理高度密合者卻少見，這自當是黃庭堅在書學與禪學兩個領域都有所徹悟，才能具備如此的滲透力。

二、黃庭堅書禪相融的現象

黃庭堅有著深厚的禪學修養，他以禪學的感悟來觀照書法藝術創作，追求自由心性的表達。在他傳世的書法作品中，不乏帶有強烈的個性特點，這和臨濟宗黃龍派的「放任自由」、「無往而非道」的思想是有關的，黃庭堅的書法具有不受外在任何約束的格調意趣，許多的行草作品也充分說明禪意書法的本質，同時也點出了禪宗的精神。清人笄重光說：涪翁精於禪悅，發為筆墨，如散僧入聖，無裘馬輕肥氣，視海岳、眉山別立風格，他認為黃庭堅的書法不落窠臼，率真自然，極富禪意。列舉書作略說明如下：

(一)、從黃庭堅〈李白憶舊遊詩卷〉中(圖 1)，可看出其心靈奔放自在、意念自適的動感形質及結體盤錯。禪宗的教學方法，要學人「悟道」，更直接、更內在、更真實、更合乎人的本心，它的妙法在於不即不離又若即若離，真教人欲窺其高妙之堂奧。

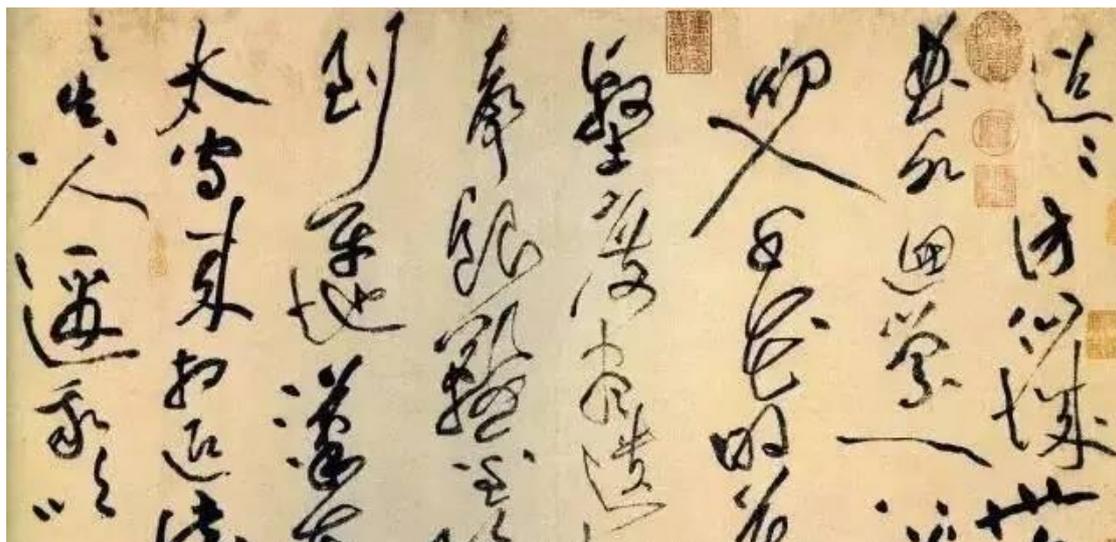


圖 1 〈李白憶舊遊詩卷〉局部 墨跡紙本 縱37厘米，橫392.5厘米，日本京都藤井齋成舍有鄰館藏。

(二)、接著來看〈松風閣〉(圖 2)，此作品為黃庭堅五十七歲留居荊南之作，與朋友游鄂城樊山，途經松林間一座亭閣，在此過夜，聽松濤而成韻。黃庭堅晚年為新黨排斥，謫居四川期間，書法大進，自謂觀當地船夫盪槳而悟筆法，故晚年運筆多如划槳撥水，節節澀進頓挫。此卷筆勢開闊，如長槍大戟盪漾空際，昂藏傲岸，韻味自適，筆法精妙。

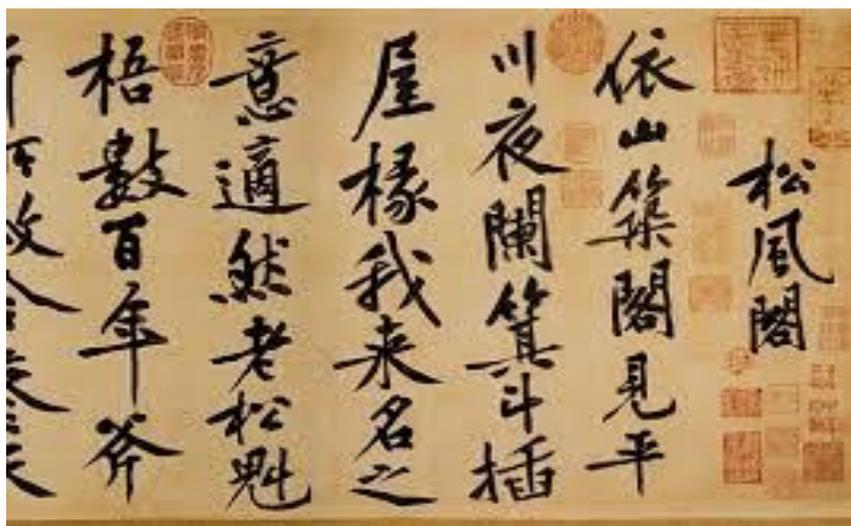


圖 2 〈松風閣〉局部 墨跡紙本，縱32·8厘米 橫219·2厘米，台北故宮博物院藏。

(三)、黃庭堅寫〈經伏波神祠〉(圖 3)，洋洋數十行，揮灑自如，筆筆精到，氣勢開張，結體舒展，黃庭堅晚年書法大成，心手調合，筆墨又如人意。卷後自題記：「持到淮南，見餘故舊可示之，何如元祐中黃魯直書？」這句話寫得自信，因是其得意之筆，認為此時作品已臻圓熟，與往昔書法截然不同。



圖 3 〈經伏波神祠〉局部 墨跡紙本，33.6×82.6厘米，日本東京細川護立氏藏。

之後，於〈自評元祐年間書作〉又言：往時王定國道余書不工。書工不工，是不足計較事，然余未嘗心服。由今日觀之，定國之言誠不謬，蓋用筆不知擒縱，故字中無筆耳。此時，已是反省友人王定國對自己當時的告誡，而對以前的否定則是為了對現在的肯定。

(四)、黃庭堅〈諸上座帖〉(圖 4)，是為友人李任道所錄寫的五代金陵僧人文益的〈語錄〉，全文係佛家禪語。此書學懷素的狂草體，筆意縱橫，氣勢蒼渾雄偉，字法奇宕，如馬脫韁，無所拘束，尤其能顯示出書者懸腕攝鋒運筆的高超書藝。黃庭堅曾自云：

在書家自省與觀照中最真實也最直接的一面。

三、禪與書法

藝術是一種直覺的活動，其包含的內容與形式非常廣泛，當我們企圖對它的內容或精神作出理性或具體的解釋時，總只能抓住其中一部分，很難將其產生、創作思想或欣賞等問題作全面性的闡釋。從禪學思想和書學理論或書法創作的角度出發，整理禪與書法契合關係的當下，進一步尋求禪與書法兩者得以了悟的契機，為禪與書法的研究整理出較清晰的說明，此篇論文就目前所蒐集到的禪與書法兩者關係的文獻資料，略述及分類如下：

(一)禪書是一種境界

蔣大康說：

禪是洞徹生命的哲學，教人識心見性，將人的生命宇宙化、自然化；書法是表現生命的藝術，任人寫心寫性，將漢字生命化、情感化。禪家見性而忘情，書家得意而忘形，但兩者都以對自心自性的徹悟來觀照人生和宇宙之心——通與真如，遣除雜念與執著的瞬間，所頓現的自我真心與宇宙之心融為一體，我就是佛，生命進入一個心體亦空，萬緣俱寂的自在之境，這既是哲學的禪的境界，又是審美的、藝術創造的妙境，是心靈得以虛靜和解脫的人生至真、至善、至美與至樂的理想境界。²²

禪書是一種個人理解後內化的藝術表現，但這裡要再強調的是，禪書不是空中樓閣，沒經過傳統書法技藝的修習、研究、揣摩、體悟，是很難領會禪書的真味，沒有傳統書法基礎及技巧的鍛煉，無法心手如一，也無法得心應手的展示內心書

²² 蔣大康，〈禪道與書道〉載吳平編《名家說禪》（上海：上海社會科學院出版社，2002年），頁237。

學印跡，傳達出這種個人意識的況味。

(二)禪書是一種「入定」觀

湯其根認為，王羲之在（題衛夫人筆陣圖後）中所說的「凝神靜思」的書法創作狀態，正是書家作書之前調心練意，排除雜念，萬神歸一進到「入定」之時。由此而產生智慧、靈感，產生廣闊的形象思維。這個由「入定」而產生的思維範疇絕不僅僅是字形大小、偃仰、平直、振動等等。對一個成熟的書家來說，「入定」的妙用，往往能出現意想不到的神來之筆，所謂「奔雷墜石之奇，鴻飛獸駭之姿」皆出於「入定」後而產生的形象思維。當然，書家的「入定」與禪僧的入定既有相似的一面，又有很大的區別。對此，湯其根分析說：

相同處，雙方都是通過靜慮的方法，守其一定點，刨根究底，產生頓悟，而發出智慧的光芒。不同的是，佛家的入定是為了排除妄念產生頓悟，以求得六根清靜，明了一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電。以至達到斷除煩惱而成佛道的目的。而書家之「入定」，則是為了高度的集中思想，思慮通審，在此基礎上展開廣闊的形象思維，產生頓悟，使書法達到入妙境地。²³

心既然靜了，思慮也當然清靜，在書寫的當下，知道眼中所見、眼見之跡，如大小、粗細、長短、枯潤等，如同水中之月無有定實；知道手中之筆隨所覺觸，如輕重、快慢、澀滑等，亦如同夢影幻化似真又非真。

(三)禪書是一種禪味書法

楊諤認為：

²³ 湯其根，〈禪定與書法〉，《書法研究》（1987年第4期），頁104～105。

所謂的禪味書法，就是主要依據禪宗思想創作的，注重表現書家禪家式心靈的書法。²⁴

文章還將禪味書法歷史地劃為三個時期：萌芽期、鼎盛期、蛻變期，涵蓋從魏晉至民國的書法發展史。此外還探討了禪味書法的特徵，並將之歸為三類：1.空寂絕塵 2.清麗瀟灑 3.狂放縱逸。

所以，禪書不離禪味，可以這麼比喻：禪味如茶，至味無味，冷、奇、清、淡等滋味、可觀賞的味道不只是表面，內在省視才是要素，它重在清淨、自然不做作；也可以說是形中無常、意中不滯、法中不拘、心中無住，依此可作為審美、欣賞禪書況味的途徑。

(四)禪書是一種本心論

安民認為：

禪與書法，都十分強調心的重要作用。禪學的真心一元論（也稱心物一元論）的思想，即認為人的本心是永恆的、絕對的、無所不在的、靈明不昧的，它是世界的本原，宇宙的實體。世間的一切都是由它派生的，只要頓悟產生，人就會「即時豁然，還得本心」。²⁵

安民還例舉一些古代書家的言論，認為書法亦是旨在表現書家的本心。例如清代劉熙載說：

筆情墨情，皆以其人之性情為本，是則理、性、情者，書之首務也。²⁶

²⁴ 楊諤，〈禪與書法——淺論禪味書法〉，《書法研究》（1991年第1期），頁64~77。

²⁵ 安民〈禪宗與書法藝術〉，《西北第二民族學院學報》（哲學社會科學版），1997年第3期，頁89~91頁。

所以寫字者，寫志也。他又說：

楊子（楊雄）以書畫為心畫，故書也者，心學也。²⁷

因此，禪與書法都是注重本心。而禪書不求唯美，只求與心相應，與真心相近，至於心內為何境、是否合於世俗的審美標準，不是禪書創作的直接目的。

(五)禪書是一種禪與書的不二說

何勁松在《禪與書法藝術》一文中說：

從古至今，中國人的心態、思維方式、審美情趣，都擺脫不了禪的影響。我們分析禪與書法的關係，正是因為禪的思想，貫穿了整個書法藝術的領域。不僅隋唐以後的書法，深染禪的影響，就是隋唐以前的書法也暗合了禪的精神：禪與書法是一而非二，是二亦不二。²⁸

從上所述，這裡可以這麼說：藝術與禪同樣是追求心靈自由的過程，透過禪的理解與生活實踐，運用在書法的書寫表現上，提升生命情感與書法之間的成熟高度，進而在書法藝術創作上的體悟得以如禪般的解脫自在，自由奔放而盡情揮灑，或傳達出內心世界的靜謐空寂，不隨世人逐波而流且人云亦云的自我個性。

由上分析，在禪宗的影響下，禪書呈現出有別與儒家的美與善的中和、道家的與自然大化合一，而崇尚「道由心生」、「見性成佛」以排除法的束縛，主張當下「頓悟」表現個人獨特個性，並尋求解脫與自在。書家透過參禪後虛靜的心靈，不執著技巧、體悟書寫法度之外的法、與身外的萬事萬物的內在本質，將自

²⁶ 劉熙載，〈藝概〉見《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，1981年），頁715。

²⁷ 同上，頁714。

²⁸ 同註釋25，頁90。

己獨特的個性、生命情調與審美態度，透過各種書法表現形式或技法自在的表現出，呈現一種風貌獨特的韻致，這也是禪的精神在藝術高度上之展現。

四、試析禪意書風的況味

禪意書風的「意」，可以當作「韻味」、「韻致」體會，是一種抒情寫意的投射，既可以「隨手寫去」、「得筆外意」、「得意忘形」、「別立風格」。禪學體驗的本質特徵就在於直覺，在於「非思量」，它以非理性超越理性，以神秘的直覺超越邏輯的思辨，以體悟超越推理，以審美的思維超越理性的思維。如此說來，禪意書風不就是不可言說了嗎？其實我們不必在書法的書寫過程中或欣賞書中，尋求哪一筆、哪一劃是禪意，因為刻舟求劍和緣木求魚都不是欣賞藝術品味的途徑。在此試著分析禪意書風可嗅出的況味：

（一）蕭然淡遠之境

禪宗重視「心性」，亦即「明心見性」。要求人們追求心的明淨，不隨波逐流，以自身的真如來審視觀察一切，「我心即佛，佛即我心」，以至梵我合一。在黃庭堅〈書家弟幼安作草後〉可看出他雖經歷宦海浮沉，但卻「未嘗一事橫於胸中」，其云：

幼安弟喜作草，攜筆東西家，動輒龍蛇滿壁，草聖之聲，欲滿江西。來

求法於老夫。老夫之書本無法也，但觀世間萬緣如蚊蚋聚散，未嘗一事橫於胸中，故不擇筆墨，遇紙則書，紙盡則已，亦不計較工拙與人之品藻譏彈。

譬如木人，舞中節拍，人歎其工，舞罷則又蕭然矣。幼安然吾言乎？」²⁹

²⁹ 黃庭堅，〈書家弟幼安作草後〉見《歷代書法論文選》（上海：上海書畫出版社，2007年），頁356。

對上述內容的體會，蕭元在《書法美學史》則認為：

其（禪）出法點是對世界的根本認識，即把世間萬事萬物的發生與滅亡都視作一種緣——一種超現實、超意志的存在，遠在你認識他之前就存了，並將繼續延著既定的方向運行，他不可捉摸而又無法抗拒，「如蚊蚋聚散」，也並無所謂生命的意義，因此大可不必將此無意義的存在「橫於胸中」，因此「故不擇筆墨，遇紙則書，紙盡則已，亦不計較工拙與人之品藻譏彈」。³⁰

經由蕭元的闡釋，更明白了最後萬緣終將盡歸於虛幻，無須計較其優劣得失。

（二）法度之外又妙合法度

禪宗不立文字，雖不立文字，卻常藉文字傳達禪宗的思想。不立文字，蓋擔心人們溺於語言文字之末，困於入海算沙，而昧其本來面目。但傳播既廣，禪宗亦須再藉文字以記載參禪，因此禪宗既否定文字又應用文字。禪宗書法也因此種思維，表現出既非反對追求成法的美感，更重要的在於追求非法的意韻。探求法的本源是無法，探求禪的本源是無心，雖無法從不違逆法的精神，雖無心從不違逆心的諦視。所以，書家透過參禪後虛靜的心靈，不執著技巧、體悟書寫法度之外的法、與身外之身的萬事萬物的自性本質。

（三）因自我意識而呈現自我面貌

禪修在生活態度上、創作上是對形色不執著，在書法創作上依賴的幾乎不是技巧，而是強烈的自我意識心。試著從米芾這句：「吾書無王右軍一點俗氣」來看看，王羲之的書法會俗氣嗎？當然不會，只是學的人多了，而且學的有點像的

³⁰ 蕭元，《書法美學史》（長沙：湖南美術出版社，1998年6月），頁239。

人更多了，少了個人特殊的面貌，雖好吾不取也。南齊張融更是說了：

非恨臣無二王法，恨二王無臣法。³¹

生於二王之後，何來二王無臣法之恨？只是恨不生於二王之前，我張融所創獲的書法當可影響二王，張融的口氣不可謂不大，然而禪意寫書正需要正種氣度。禪書的書法是非平衡的、非單純的、是禪機交融後自然而然的創見，也就在這樣的風格中表現自我的個性，是充滿一種生機、跳脫的意象，也可以說是個人生命與情感的觀照合一。

五、小結

黃庭堅有著深厚的禪學修養，他以對禪學的感悟來覺知書法藝術創作，追求自由心性的表達，以一顆平常之心來觀照書學思維，從而使自己的作品及論述具有濃厚的禪宗美學意蘊並激盪著藝術生命的內涵。

禪意書風不強調技巧，而強調自我意識，它是這樣原始的、活潑的、跳脫的、強烈的書法風格，對書法中優雅的文人氣質構成了衝擊。優雅久了，容易造成單調乏味的生氣，因為優雅的氣質相對震懾的能量較弱，無法造成變動的結果。優雅有時甚至是創作的負擔，在自己為優雅，在別人可能成了束縛。

當今強調書法追求原創的意識心理，禪意書風的墨跡與禪學修悟的心路參照，或許可以提供書法創作及書學思考的機會。

³¹ 李延壽，〈蘇州府志〉《南史》卷 96 人物 文苑 頁九。

參考文獻

一、書目

- 王鎮遠，《中國書法理論史》，安徽：黃山書社出版社，1996 年 11 月。
- 王世征，《歷代書論名篇解析》，北京：文物出版社，2012 年 5 月。
- 老水番編著，《宋代書論》，長沙：湖南美術出版社，2004 年重印。
- 吳光田編注，《黃庭堅書論全輯注》，石家庄：河北教育出版社，2008 年 6 月。
- 黃庭堅，《黃文節公正集》，成都：四川大學出版社，2001 年。
- 黃簡編輯，《歷代書法論文選》，（海：上海書畫出版社，1981 年。
- 陳志平，《黃庭堅書學研究》，北京：中華書局，2006 年 10 月。
- 張傳旭《黃庭堅》，石家庄：河北教育出版社，2005 年 12 月。
- 楊家駱主編，《宋人題跋上冊》，台北：世界書局，1992 年 3 月。
- 歐陽中石等著，《書法天地》，台北市：台灣商務印書館，2002 年 12 月。
- 錢鍾書，《談藝錄》，北京：中華書局，1984 年。
- 蕭元，《書法美學史》，長沙：湖南美術出版社，1998 年 6 月。

貳、期刊、論文

- 李永忠，〈黃庭堅書學觀點淺析〉，《歷屆書法專業碩士學位論文選》第 1 卷，北京：榮寶齋出版社 2005 年。
- 陳振濂，〈尚意書風鄰視〉，《歷屆書法專業碩士學位論文選》第 1 卷，北京：榮寶齋出版社 2005 年。
- 翁澤文，〈黃庭堅書法藝術論〉，《歷屆書法專業碩士學位論文選》第 2 卷，北京：榮寶齋出版社 2005 年。
- 陳志平，〈從佛禪思想看蘇軾評黃庭堅的三反〉，《古代書法創作研究國際學術討

論會論文集》，南京：南京大學出版社 2010 年 9 月。

林隆達，〈禪意書風探析〉，《書畫藝術學刊》第三期，新北市：國立台灣藝術大學，2007 年。

李曜騰，〈黃庭堅書論分析〉，《書畫藝術學刊》第七期，新北市：國立台灣藝術大學，2009 年。

蔣大康，〈禪道與書道〉載吳平編《名家說禪》上海：上海社會科學院出版社，2002 年。

湯其根，〈禪定與書法〉，《書法研究》第 4 期，1987 年。

楊諤，〈禪與書法—淺論禪味書法〉，《書法研究》第 1 期，1991 年。

安民，〈禪宗與書法藝術〉，《西北第二民族學院學報》第 3 期（哲學社會科學版），1997 年。

