

# 一場人生 濃墨

——台北國畫花鳥班體驗

文 / 少聞·圖 / 陳孝友、慧敏



羅秋昭老師，台北教育大學退休副教授，長於國畫，自成一家。



觀摩——不論是講師揮毫，還是彼此的臨摹作品——是上課重點之一。

中華文化因為具有提升人類心靈的真實內涵，所以在世界四大古文明中，唯一被完善保留下來、悠遠維持。琴棋書畫四藝之一的國畫是其獨特的藝術，它重神似、不重形似；強調觀察總結、不強調現場臨摹；運用散點透視法、不用焦點透視法；重視意境、不重視場景……是高度與心境結合的藝術。

福智台北學苑精采人生成長學坊的國畫花鳥班（以花卉、花鳥、魚蟲等為描繪對象的畫），由台北教育大學退休副教授羅秋昭指導，長於國畫的她自許為儒家子弟，結合了其豐厚國學底子的國畫花鳥班，會是怎樣的學習風呢？





畫作少不了題字、落款，所以不但要畫得好，還必須寫得一手好字。

想說擅以毛筆繪畫的人總是氣質芬芳、柔順溫婉，課堂上大都安靜屏息繪畫，一根針掉下地都鏗鏘有聲吧？

沒想到台北精采人生成長學坊的「國畫花鳥班」是個歡樂窩——初次見到羅秋昭老師，就被她大器俐落的風度所吸引，尤其她以爽朗自信的教學方法，帶動學員此起彼落的歡笑聲。這種寓教於樂的方式，還真是獨樹一格的國畫班！

課堂上，老師透過一起觀摩彼此的臨摹畫作，引導學員接納自己和他人作品中的優缺點，最最特別的是，自許為儒家子弟的羅老師，會把長久浸習的儒家文化帶入國畫研習中，學員們學畫的

同時，學習到更多寬愛待人的精神。

這麼與眾不同的國畫學習，與講師學經歷的涵養很有關係。

秋昭老師是抗日英雄羅福星的孫女，看來亮麗樂觀的她，讓人以為自小父母呵護，有著幸福童年；不料老師四歲時父親過世，跟著母親在台東生活，為了三餐，只能跟在媽媽後面去賣菜、幫傭。雖然童年少了和同伴們一起爬樹、玩捉迷藏的時光，但成長後的她比一般人涵藏更多的體貼、包容與熱情。

天資聰穎的秋昭老師，順利從台東師範、高雄師大、北師大研究所畢業。一生以老師為職志，歷經小學、中學和大學的教職；台北教育大學副教授退休後，曾

尖

敏捷

齊

樂群

圓

度大

健

强悍



國畫融臨服裝、盤碟……物品有了另番雅致風味。

擔任志工至巴西等海外地區教授華文；並受聘僑委會編寫華文教材，著有《字族識字活用寶典》等，可謂著作等身。

本身就是活字典的她將儒家思想與國畫接合，體悟到筆的四德「尖、齊、圓、健」（原是指好的毛筆要有「鋒利、齊整、飽滿、暢順」的特點），正與人生道理相應，做人也要有四德：敏捷（尖）、樂群（齊）、度大（圓）、如天行健般自強勇悍（健）。

生活閱歷豐富的秋昭老師，常常順口溜出許多好記的口訣，帶領學生進入國畫天地，並活用於生活之間。有同學畫裡只見一枝孤竹挺拔、其他枝葉稀疏薄立，老師說要「對稱與呼應」；只要有

一樣東西存在，就要留意與他物相互間的關係。人與人的相處不也是這樣嗎？有同學畫中兩竹並茂各據東西，老師說要「大小與協調」：一個團體不能有兩個老大！仔細想想：家庭、職場、政界不都是如此嗎？有同學畫著兩朵方向不同的花，老師說要「相向不要相背」，的確，背對背的生活誰能受得了！

終生為師，練就了靈動的教學方法，神畫講師讓學生進步神速。

秋昭老師畫國畫已三十多年，以花鳥畫為主，寫出了梅蘭菊竹文人畫的風韻。畫風如人，個性爽朗睿智的她上課氣氛輕鬆，學生們多圍坐在老師桌旁，依序拿出前週的回家習作給老師點評，



師生同享成果發表的喜悅。



老師總能因材施教、給予不同程度的同學不一樣的教導。遇到害羞怕被批評的同學，老師先給予肯定，提升他的自信心，再徐徐指引；有些同學比較大方勇於表現，老師更不藏私、非常仔細的提出需改進之處和進步的訣竅。

有時老師會故意畫壞，大方示範如何救起一幅畫，讓學生增長信心，同時帶出技巧也提點同學容易犯錯的地方。老師也鼓勵大家多畫，每堂課結束後老師會把自己的畫借給同學帶回家臨摹，下一週帶來交作業。老師舉前總統蔣經國先生畫梅的例子，說別人作業交二、三張，經國先生總是交二十、三十張，所以經國先生的梅花越畫越有神韻。

勤能補拙、壞的畫可以救起、朽木也可以雕琢，在老師的善巧教授之下，同學們回家後都樂於習作、每週都認真交不只一份畫作。

秋昭老師說學佛之後更明瞭學佛常欲歡喜緣，所以總是想著如何讓學生歡喜學習。沒學過的新人要給他希望，幫他找到優點，讓他產生好樂，歡喜來學習。曾學過畫的人，要讓他跟別人相互包容。老師說：「每一個人都要跟很多人學習，我也是跟著大家學習，教學相長。」國畫班的同學有的年紀稍長，人生經歷豐富，但老師鼓勵大家要常學、長學，活到老學到老，這才是最精采的人生。



收起畫紙，綠葉上桌——慈心理念課登場，綠手指義工的分享，大家聽得津津有味。

## 理念 一種生活態度

幽默爽朗、節奏明快的秋昭老師，除了將儒家精神自然融入畫作教學中，也因親和的個性，常謙虛自嘲，帶給大家歡笑；常誇讚他人，展現觀功念恩，因此許多代人著想等精采人生成長學坊特有的理念課程，就在輕鬆氛圍中呈現。

秋昭老師「自然融入」的功力，不只心靈層面的教學，連認識有機等慈心內容也毫無切割、斷層感。「有健康才有的人生……」就這麼一句話，學員自自然然的開始觀賞「有機菜的身分證」影片，且專注態度不亞於專業課程的學習呢！甚至還有人親身來個實作分享，頓時「酵素清潔劑」妙用話題，又炒熱了整間教室。

國畫花鳥班，風雅中的一種生活態度——實踐更快樂的生活。

# 一畫一世界

文 / 李禾

七十多歲的公婆相繼中風，我義無反顧扛起照護的責任。然而當腦栓性中風的公公伴隨失智後，照護就不再單純——公公出現了精神病狀中的被害妄想、被偷妄想……所以只好請外傭接手照護。

但事情並未就此畫下句點，因為關注父母遺產的小姑，對失智父親訴苦的內容非常在意。「阿妮(外傭)打我」、「阿娟(媳婦)偷了我的錢」……都成了戰火延燒的點點星火，即便沒和公婆住在一塊，我還是得聽到小姑聯合婆婆、小叔，對我所有的尖酸粗鄙、不堪入耳的批評責罵。

那些苛薄至極的話語，字字刺痛我心。我好不甘願，為何我為婆家做了這麼多，竟落得毫無尊嚴！為何我沒有做的事，他們為了遂其所願，要這樣扭曲我！哀怨不平的奔騰思緒，讓自己白天揪心垂淚、夜晚輾轉難眠。看著我日漸憔悴，向來孝順沈默的外子，除了勸我忍耐，也束手無策。

依然是個睜眼心悸、翻來覆去的未眠夜，我突然想到了白天國畫花鳥課羅秋昭老師的優雅從容、氣定神閒，這是心亂如麻的我何等想要契及的心境！於是，我起身作畫……

夜半時分，我靜靜的準備水墨毛筆，鋪上層層宣紙，端坐凝神構圖，思惟老師教授的口訣：「一筆定江山、二筆交鳳眼、三筆破鳳眼……」專注於作畫的我，心情漸漸平穩，慢慢走進了花鳥世界的意境中，忘卻痛徹心扉的紛紛擾擾，霎時熱惱化做清涼。

開朗樂觀的國畫老師，常將書畫運作的鋪陳與做人處世的道理相融，所以，我很自然的跟她分享眼前的困境。老師好言寬慰、叮嚀身體優先，讓我面對痛苦時，有了取捨依靠。國畫班的同學常在我透不過氣時，溫馨陪伴、同理傾聽、給予各種建議和安慰，讓我感受到比家人更親的情誼。

集體成果發表展、穿著自己畫作的衣服……這些有形的成就令人喜悅，但賦予心靈善美的成就更令我感動——感慨在家庭中被糟蹋，感恩在這裡找到家的感覺；讓在壓力鍋下的我，情緒有個出口，雖然事情依然沒有解決，但我有走下去的力量！



# 親子共繪 跳tone也美

文 / 花媽

社區的媽咪們多才多藝又好學，透過彼此交流長才、連袂上才藝班，我也有了十八般武藝：插花、烘焙、烹飪、串珠、布盒子、讀書會、畫國畫……當初學國畫只是為了陶冶性情，沒想到講師富含哲理的教學內容，我在潛移默化下，竟幫助自己走出了生命的幽谷。

**幽谷，來自孩子上學的這條路。**

我有三個孩子，老大從小成績優異，卻念了三個大學，一個興趣不合、一個被二一；慶幸的是，喜愛學習的她自願負笈日本深造。老二成績亮眼卻拒學(症)，國三畢業後就在家自學，長期考驗我的包容力；慶幸的是，他自己想辦法通過高中學力鑑定，並考上大學。老三成績平平，但乖乖上學；相形之下，他讓我覺得好慶幸。

**苦盡甘來，我還以為從此慶幸。**

不料，去年九月起，三個孩子的在校問題紛沓而來。先是老二，仍然無法適應學校生活，新學年再度上演休學記。接著，老老實實讀到高三的老三，學測百日前壓力過大硬是不再到校。我驚愕之餘，老大再拋出最後一根稻草——從日本來電表示不讀了！

**風雨後的青天霹靂，更煎熬。**

我幾乎崩潰，卻勉力撐持，理智的

關顧先生的心，隨順老二的抉擇，飛到日本接回女兒，好言勸發不為所動的老三……但感受一點都騙不了人，我天天食不下嚥、難以成眠。直到有天打開冰箱，赫見它空空如也，才驚覺自己失去動力的生命，也變得空空洞洞！

**「快樂就是藝術！」國畫講師話語，轟地敲進我心。**

渴求快樂的我開始搜尋講師饒富心靈層次的字字珠璣：「鏡開人壽(心鏡一開，人快樂就長壽了——羅老師訪攝影大師郎靜山時獲贈的佳句)」，原來是我沒打開心鏡，只膠著自心的苦樂，沒體會孩子的憂懼。霎時，我看到孩子們品行良好，雖不適應體制，卻樂於學習！

我策勵自己站穩腳跟，面對紛擾試煉，助緣隨之而來：國畫班有位教師退休的同學，親至校園與老師互動後，老三很快回校上課，目前等著當大學新鮮人；接著，讀書會好友推薦老二就職；老大不久也投入職場發揮所長。

「不容荊棘不成蘭，外道天魔冷眼看，門徑有芳還有穢，始知佛法浩漫漫。」講師指導畫蘭的啟思，助我跨越艱難，找回快樂。不同的，以前的快樂，難掩亮麗；現在的快樂，充滿謙卑。

