

刘兆彬
著

書法新論

白謙慎題

筆法何須『神授』？

結字自有至理！

本書告訴你筆法、結字和章法的秘密。

用傳統的解釋學方法重新詮釋古代書法基本理論
並在此基礎上作系統的理论提升。

山東人民出版社

全國百佳圖書出版單位 國家一級出版社

潍坊学院博士研究生基金项目（编号 2011BS16）

刘兆彬 著

書法新論

白謙慎題

全國百佳圖書出版單位
國家一級出版社
山東人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

书法新论 / 刘兆彬著. — 济南: 山东人民出版社,
2015.4
ISBN 978-7-209-08547-2

I . ①书… II . ①刘… III . ①汉字—书法—研究
IV . ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 012672 号

责任编辑: 王海涛 王媛媛

书法新论

刘兆彬 著

山东出版传媒股份有限公司

山东人民出版社出版发行

社 址: 济南市经九路胜利大街 39 号 邮 编: 250001

网 址: <http://www.sd-book.com.cn>

发行部: (0531) 82098027 82098028

山东临沂新华印刷物流集团印装

规 格 16 开 (170mm × 240mm)

印 张 21

字 数 300 千字

版 次 2015 年 4 月第 1 版

印 次 2015 年 4 月第 1 次

ISBN 978-7-209-08547-2

定 价 36.00 元

如有质量问题, 请与印刷厂调换。 (0539) 2925888

技进乎道（序一）

2002 年和 2003 年是书法网络迅速发展的年份。当时“中国书法网”“中国书法江湖”“中国书法家论坛”三大书法网先后建立。这三个网站各有特点，也各自聚集了一批爱好书法的网友。由牛子、得之、山居读易生、霹雳火建立的书法江湖网，学术讨论的气氛最为浓厚，并敢于顶住各方压力，发表对当代书坛一些乱象的批评，最具有独立的精神。远在太平洋彼岸的我，因为研究书法史和喜欢写字，一直关心着国内书坛发生的事情。所以，常常访问书法江湖网。通过这个网站，我结交了不少年轻的朋友，如书法江湖的四位创办人、玉叩（王家葵）、圆悟克勤（贺宏亮）等。在海外研究书法，容易闭门造车，可正因为有了这些网友，让我不再感到寂寞。网上的争论也好，口水战也好，灌水帖也好，滤去其中广告性和情绪性的语言，还是能够感受到大多数发帖讨论者热情认真的投入。当时书法网络上的种种辩论以及对我的著作和书法的批评，总的来说给予我有益的启发。

大约在 2004 年的一天，我收到了老友周师道（网名奈尔）的一封电子邮件，介绍活跃在书法江湖网的刘兆彬与我联系。从此，兆彬和我一直保持着学术上的交往。我因齿长，他称我老师，其实我们之间更多的是平等地交流。那时，兆彬还在银行工作，因为喜欢临池，钻研书法理论，在书法江湖担任“书法篆刻理论研讨”栏目的版主，主持学术讨论，发表了很多具有原创意义的帖子，对加强书法江湖网的理论讨论氛围有积极的贡献，并因此被推为该网站的总版主。

虽然那时兆彬有着一份稳定且收入不错的工作，但他的志向却是学术。为了给自己创造更好的学术条件，他自学英语，报考博士研究生，最终成为山东师范大学杨存昌教授的学生。杨教授是著名美学家周来祥先生的弟子，兆彬在读博期间，参与了杨教授主编的《中国美学三十年》的撰写工作。上世纪 80 年代初，我

还在北京大学读本科生时，受美学热的影响，读过周先生和其他一些研究美学前辈学者的著作，所以对美学一直有兴趣。我最早读到的关于书法的美学论著，就是宗白华先生《中国书法里的美学思想》一文。当时最深刻的印象就是，宗先生在阐述中国书法的哲学意义时，花了很大的篇幅来讨论书法的用笔、结构、章法。后来接触中国古代书论多了，又有了西方艺术理论的参照，愈发觉得，中国文人艺术讲究精神境界的追求，但自古以来论及书法时，文人们常对具体的技术问题予以极大的关注。今天，读兆彬的书法论著，见他在运用美学理论来阐释中国古代的书法的同时，对技艺作了详尽细致的解析，深感他的研究和中国古代书论一脉相承，和前辈的书法美学研究也多有契合。

作为一本讨论书法基本理论的书，《书法新论》涉及书法的学习、创作、技法、书体、鉴赏和工具诸方面，其中对执笔法、运笔法、结字等均提出了新的见解，是曰“新论”。关于执笔法，历来有单苞法、双苞法的争执。从空海执笔图，唐、五代和宋朝的绘画看，古人用“单苞法”，但是只有绘画资料仍不够，还需要文献资料。兆彬在韩方明《授笔要说》中发现他主张“双苞法”，但明言“世俗皆以单指包之”，又发现卢携（一作卢隽）《临池诀》提到“永字论”为“单苞”，确认唐以前“单苞法”是主流。同时，分析苏轼字形，断定他的字右下角缺一块是单苞法、斜执笔、据案书写往右后方拉动不便所致，确认在使用高桌子时如何使笔管直立是“单苞法”向“双苞法”转变的诱因。

在关于运笔法的思考中，兆彬首先列举了林蕴、沈尹默、马叙伦三种不同的观点。林蕴讲推、拖、捻、曳“四字法”，其中“捻”就是“指运”，必须有“指运”才能“捻”；沈尹默讲“拨镫五字法”，观点源于林蕴等人，但否定“指运”；马叙伦则与沈尹默意见相左，强调“指运”。三者之间的矛盾，促使兆彬回头研究了拨镫法、永字八法等古代理论，肯定古人是“运指”的，是指、臂、腕“齐运”。

在结构方面，兆彬梳理了历代主要结字理论，对结字方法做了进一步概括，将字的形体和九宫方位结合起来谈其“斜正如人”。类似的发现在《书法新论》中不胜枚举，而兆彬的研究也体现出他对技术细节和物质材料的关注。

“技”固然是形而下的具体操作手段，但是，在中国古代的哲学和艺术理论中，技又可以是进乎道的途径，所谓“技可进乎道，艺可通乎神”。世间万事，形态各异，但穷究一个事物或现象，便可发现，即使在极为特殊的微观世界里，也有着和更宏观的世界相关的事理。兆彬在讨论具体技法时，总是对其中蕴含的规律性的问

题加以阐发。他扎根于经典理论著作诠释，在诠释的基础上做概括性的论述；他特别关注古代书论中那些原则性比较强的观点，对其作进一步的剖析和归纳。由于他始终有意识地游走于技与道之间，故其技之分析不失琐碎，道之阐发不失空疏。

兆彬获得博士学位后，到潍坊学院美术学院教美术理论，同时担任潍坊市书法家协会副主席、潍坊市青年书法家协会的主席，理论探索和艺术实践继续在他的知识与艺术生活中构成有张力的两极。兆彬年富力强，心无旁骛，更多的学术新论是可以期待的。

白谦慎

2015年元月撰于波士顿云庐

白谦慎 美国耶鲁大学艺术史博士、波士顿大学艺术史系终身教授，2004年度美国古根汉研究奖金获得者，当选《书法》杂志社评出“2004年度‘中国书法界年度十大人物’”。

执着沉潜于书法艺术之渊（序二）

兆彬来济南，不仅赠我足见其精进的长卷书作，还带来了他刚完成的《书法新论》稿件，说是即将出版，要我读一读并为这本书写几句话。我虽然对兆彬的书法创作、教学和研究情况都还算有较多了解，也读过他撰写的不少有关书学的单篇论文，看着这部沉甸甸的书稿仍觉得甚是兴奋和喜悦，便欣然答应了。

我认识兆彬，算起来有十年了，而且一直联系密切。还是在2004年时，我的一位大学同学——当时已是知名青年书家的张其凤兄向我推荐兆彬，说他毕业于银行学校，在银行工作已数年，特别衷情于书法艺术，喜欢读书，欲报考山东师大的文艺学研究生。老实说，我当时口头上感谢老同学的荐才之意，内心里对兆彬是否会参加考试和能否过关并无把握：一则觉得兆彬并未接受过美学、文艺学及相关学科专业系统的学校教育；二则认为银行的工作收入不错，已经熬出一定资历的他决意断然辞去已经到手的热饭碗改坐人文社科领域的冷板凳，也是需要勇气的。但2005年文艺学硕士研究生复试结束时，我才真被他说服了，因为这个看上去有点温吞和腼腆的小伙子，不但顺利通过了初试，参加了复试，而且学科组老师一致给了高分。入学后师生互选时兆彬选择我为指导教师，我与他从此结缘。

兆彬是为书法的创作和研究读研的，根据其年龄、阅历、家庭及其自述的读书情况，申请硕博连读比较好。但学科组也有老师像我此前一样，因其经历担心他的学术积累是否扎实。两年攻读中，他的勤奋、踏实、刻苦、精进以及在同学中所起的作用，再一次说服了我。兆彬在同学中虽然年龄较长又有专长，却也是一位颇“听话”的学生，比如受我的导师著名美学家周来祥先生的影响，我对美学、文艺学研究生的培养较为重视思维方法的训练，他便很认真地一遍遍啃逻辑学和黑格尔、马克思著作等大部头，并在讨论课上现身说法激励大家一起读。我

本来不主张硕士生接着报考同一导师的博士生的，以为换个学校和导师攻博，对一个人的学缘关系建构和学术成长来说都会更好些。但当兆彬提出提前考我的博士生时，我还是没有犹豫就答应了。正好这一年我的另一位出身工科、擅长古体诗文创作和研究，同样靠自学成才的硕士生于永森也应届报考，于是2007年我不但破己例而且破校例，同年度招收了两位自己的硕士生为博士生，事后证明这一选择对我的研究生培养乃至学术研究都产生了不小的影响。有他二人作为依靠，我便起意带着这个年级的博士生和硕士生干点大事，三年中我们完成了120万字的学界第一部研究改革开放以来当代中国美学学术史的《中国美学三十年》，于他们毕业前夕问世，在国内外产生了较大影响，先后获得中国新闻出版总署“三个一百”学术出版创新工程奖、华东地区优秀人文社科图书一等奖、山东省刘勰文艺评论奖等多项荣誉。与此同时，兆彬不改初衷，选择并出色地完成了近30万字的博士学位论文《康有为书法美学思想研究》，从哲学、美学的高度对康有为先生的书学思想溯源、梳理、分析、概括、定位、阐释和评价。中国书法讲究技道两进，兆彬在生活的顺境和创作的最好年华里毅然拿出宝贵的5年时间读硕攻博，深造美学、文艺学，博观东西、广阅经史，旁涉哲学、逻辑学、文艺学和艺术史，想必在他的心中，定有一个最终指向书法创作和理论研究的雄心勃勃的蓝图和愿景。常言说厚积薄发，这样看来他此后在书艺创造和书学理论研究上的精进，其来有自。

如果用几个词来概括十年来我对兆彬为人为学为艺上的评价，那就是：诚恳、坚定、执着、沉潜、持之以恒。这不仅表现在家庭生活中他对父母、兄弟、妻儿的关爱上，研究生生活中与老师、同学、师兄师姐的相处中，更表现在他的书法创作、学术研究和此后的教学中。攻读博士学位期间兆彬不得不减少书写实践，但他还是倡议成立了山东师范大学研究生书法研究会，通过开展活动促进书法艺术在研究生中的练习、推广和提高。毕业后兆彬被潍坊学院艺术学院引进，作为教师他又全身心投入书法创作和艺术理论的教学。他借鉴我的做法，充分利用现代信息交流和传播条件，创办了“书法课堂”师生学术交流群，除了正常上课外，通过网络虚拟空间与学生时时在一起，朝于斯暮于斯，循循善诱、无微不至。几年下来，经他指导和训练的学生进步明显，有几位还获得了省级以上的奖励。

在诗、书、画、戏曲、园林等中国传统艺术里，书艺是最平凡、最独特又最高深的一种，堪称中国古典美学对世界美学最为独到的贡献。在世界诸古老文明中，

不仅唯我中华民族将书写发展成为一门源远流长的艺术创造，而且一方面它是古代文人日常生活最平常的部分，另一方面又最为体现文人精神的高明。对今人来说，年世渺邈，声采靡追，书法艺术更显得如渊之深，如海之阔，哪怕在创作或研究上的某一点突破，都需要长期执着地沉潜、遨游其中。可以看出，兆彬这部《书法新论》正是他长期沉潜于书艺之渊，寻觅、爬梳、思考、体会、总结，所获得的一个成果。

兆彬这部《书法新论》力图在批判借鉴已有研究成果和诠释古代书论、图片资料乃至新出土文物的基础上，把古人关于书法的感性认识提升到理性认知的层面，同时把古人已有的理性思考进一步系统化和结构化。这是一项辛苦而艰巨的任务，也是开发古代书法理论矿藏的一次有益尝试。自鸟迹代绳，文字始炳，中国历史上关于书写、书法、书艺、书道的文字、图像、实物资料浩如烟海，又散乱于各处，或尚待发掘，历史上早就有很多书法理论家作过将感性认识提升为理性认识、将已有的散乱的理性认识加以分析和综合，以形成系统理论的努力，不乏真知灼见和高论宏构。按照作者的意思，他重新做这样一项工作有两个理由：一是文化环境的改变使得重新解读这些古代理论成为需要和可能，因为语言表达方式的变化，只有对已有的古代书论作一个重新解读，以当代的语言再次加以表述，才方便当代读者理解那些古代的典籍。第二，古人的理论精深博奥，珠玉生辉，但还是品、评、笺、注或编纂集成的形式多，终究与现代理论体系、学科要求不太相符。因此，在准确把握和深入理解的基础上，挖掘其思想、提炼其精华，作一种现代理论体系建设的努力，对书法基础理论研究来说不仅是必要的、可能的，也是书学研究的当务之急。我同意他的这些想法。

兆彬读研期间我们曾专题讨论陈寅恪先生概括静安先生首倡的“二重证据法”的发展：一曰取地下之实物与纸上之遗文互相释证；二曰取异族之故书与吾国之旧籍互相补正；三曰取外来之观念，以固有之材料互相参证。这种方法被认为是20世纪中国历史学、考古学和考据学的圭臬，从《书法新论》这部书中可以看到，兆彬是在努力实践这种方法的。本书作者力图较全面地占有相关资料，立足于古代书论的梳理、辨析、解读和深入诠释，再加以系统化和理论提升。中国古代有很多书法理论著述，有一些早已沉入史海，需要作钩沉辑佚的工作。如有些著述在《四库全书》编成后，一部分后来以单行本出版过，另有一些则没有出。特别是有一些重要著作只有清代的刻本，自20世纪以来没有整理再版，至今寻找起来

已属不易。兆彬在这方面下了苦功夫：一是四库全书著录的书法理论著述尽可能一本也不放过，或者利用文渊阁四库全书影印本的电子版，或者通过各种方式极力搜求。二是四库全书不曾著录的著述也尽量通过各种渠道去辑佚。这样就为本书对中国古代书论的深入诠释提供了较扎实的学术基础。

兆彬读研期间对辩证逻辑和学术研究方法下过一番苦功夫，这在本书中也能体现出来。例如在草书结构、章法的问题上“归纳法”的巧用，作者从《王右军题卫夫人笔阵图后》“欲学草书，又有别法，须缓前急后，字体形势，状等龙蛇，相钩连不断，仍须棱侧起伏。用笔亦不得使齐平，大小一等”的表述中敏锐地抓住了“钩连不断”“棱侧起伏”和“参差错落”三个原则性见解，结合孙过庭《书谱》所言“草以使转为形质，点画为情性”和姜夔《续书谱》的观点等，归纳出草书章法处理的一些原则。这些原则既是古人提出的，又经过了作者的新综合。事实上，古代书论中本来就有很多“原则”性意见，但是在古人的陈述中往往是和感性的描述、评点、体会、经验混合在一起的，需要具备敏锐的眼光和明确的意识主动地、有意识地去梳理总结，才能把它们拎出来构成进一步思辨的基础和更完整的理论系统的有机组成部分。兆彬通过前人经验的分析归纳，从中发现相关的原则，再通过思辨，整合为一个能自圆其说的、有机的书法基础理论的系统，其中包括书法的学习、创作、技法、书体、鉴赏和书写工具等。可以看出，作者是有雄心的，所以，才会走出这一步。这一步走出了，就为以后进一步完善这一书法基础理论体系奠定了基础。

兆彬具有很强的问题意识，在本书中提出并聚焦于书法理论和技法上一些重要的问题，敏锐地提出来并通过自己的研究探讨给以回答。如关于执笔法，兆彬从现存的矛盾现象入手，探索其背后的原因。在当代书坛，“双苞执笔法”理论上最为流行，且在实践中为大部分书家采用。而在流传下来的很多图画资料所记载描绘的，则多为“单苞执笔法”，这背后肯定有一个原因，这一原因便成了作者的思维起点。当然此前就已有书家关注、思考过这类问题，像孙晓云女士《书法有法》一书所展现的那样，她已经对此作了非常深入的思考。但是兆彬仍然觉得有工作可做，而且做得不错。除了孙女士发现的绘画材料，兆彬又发现了一些新的图像和文献资料作为佐证。尤其值得重视的，是兆彬找到了更关键性的文献资料：其一是韩方明《授笔要说》中所说的“世俗皆以单指包之”，其二是卢携《临池诀》提到的“永字论”为“单苞”。有了绘画新资料再加上这些关键性的文献

资料，兆彬断定唐以前以“单苞执笔法”为主流，便有了更可信的支撑。兆彬还通过分析苏轼书法的字形，断定他的字右下角缺一块是单苞、斜执、据案书写往右后方拉动不便所致，进一步断定在使用高桌子的条件下如何使笔管直立这一需要是“单苞法”向“双苞法”转变的诱因。本书对问题的解答也常常是颇为机智的，例如在质疑沈尹默先生“五字执笔法”的时候，能抓住关键分析回答。沈先生“五字执笔法”反对“指运”，即反对用手指来运笔作书，兆彬对此有异议，如何有效地进行反驳才有说服力呢？他从沈先生理论的渊源入手讨论问题。沈说源于唐代的林蕴、卢肇等人，而林蕴“拨镫四字诀”是推、拖、捻、曳，兆彬便抓住“捻”字来做文章，指出必须运用手指才能“捻”动笔管，也就是说只能采取“指运”的方式。如此沈先生就与其所信奉的前辈理论家的观点相左，结论与理论基础自相矛盾。作者要证明的是：沈尹默忽视了林蕴“四字诀”中的“捻字诀”，所以才反对“指运”，如果他注意到这一点，就不该反对“指运”。沈论的这个二律背反，对于解决问题具有关键性的意义。我认为，这样的论证至少是能够自圆其说的。

《书法新论》没有辜负一个“新”字，读来常觉得新意迭出。这些新意得力于兆彬所谓思辨的综合、深度的诠释和系统化的追求。在综合上，兆彬对“结构”的分析是一个不错的例证。中国古代流传下很多研究书法结构的理论，如《笔势论十二章》，智果《心成颂》，欧阳询《书法》《书法三昧》，陈绎曾《翰林要诀》《欧阳率更书三十六法》，李淳《大字结构八十二法》等等。兆彬对这些理论进行逐一分析解剖的前提下提炼出一种新逻辑。此逻辑以欧阳询提出的字体形势“斜正如人，上称下载，东映西带”为纲领，以“九宫”方位为辅助手段，综合了九宫格、米字格、回宫格、九宫新式、小九宫格等观点，提出一个简明地确定笔画位置的方法，以安排字的中宫、中亭、首尾、双肩、两足、聚散、方圆、长短、大小、斜正、疏密等。还用现代理论语言将字的结构关系归纳为“中央与地方的关系”“覆盖与被覆盖的关系”“承载与被承载的关系”等二十一条。这样的归纳当然是“不完全归纳”，但与许多流行书法教科书谈字的结构时不断重复古人的间架结构理论相比，我觉得还是把字的基本结构关系说得比较清楚全面的。同时《书法新论》还超出单纯的书法艺术，而在更广阔的文化领域中进行理论的整合。如在谈书写节奏的时候，作者借用经义理论和文学理论中的起、承、转、合概念来揭示书法各部分之间的内在逻辑结构。这样的做法超出了单纯的书法理论，又没有远离书法实践和理论的实际，因为书法理论中所说的起、行、收的书写过程，本身就包

含着起承转合的结构关系。这种打通对于建设书法文化学，也是有意义的尝试。兆彬对赵孟頫“用笔千古不易”说的讨论，体现了他对古代书论的诠释上付出的艰苦努力。早在2007年他就开始思考这一问题，至今其思维和探究不断深化的迹象也是明显的。对比他2011年发表于《书法》杂志上的《张冠李戴的“用笔千古不易”说》，这部《书法新论》又提出了进一步的思考。兆彬认为赵孟頫所谓“千古不易”的东西其实是“拨镫法”和“永字八法”，因为它们是易与不易、有法与无法的统一。在这个问题上我没有作过深入考察，也没有发言权，但考虑到赵孟頫珍视的《书法三昧》讲“用笔”的部分主要是讲“八法”，而“八法”又是“拨镫法”的具体运用，或许作者正在接近事实，即赵孟頫所谓的“千古不易”的东西是“笔法”，古人讲“用笔”就是在讲“用笔之法”。无论如何，这样一种敢于质疑传统理论从而提出新解释的学术勇气，是值得肯定的。

总之，兆彬是个有性情、有学识、有恒心、有勇气、能动脑、能动手、肯牺牲、肯卖力的书海泳者，《书法新论》值得一读，也是兆彬学术之路上的又一个驿站。借用《周易》乾卦的爻辞，如果说此前的长时期摸索探究属于“潜龙勿用”的话，这部《书法新论》可说是“或跃于渊”，希望兆彬一如既往、面壁图破，“君子终日乾乾，夕惕若”，或有一日终将“飞龙在天”，领略博大精深的中国书法艺术更奇妙的风光。

当然，作为兆彬曾经的老师，我知道我对他和他的书的评说，是带着感情的。加上我长期从事的是美学、文艺学理论的教学和研究工作，虽然对书法、戏曲也充满了兴趣，却并非专攻。事实上谈到书法我算是兆彬和各位书家的学生，在很多具体问题上并无发言权。之所以拉拉杂杂说了这么多，无外乎想表达对于像兆彬一样不计名利、执着沉潜于书艺之渊的同道们的敬佩。毋庸讳言，对于立足传统试图建设一个科学的现代书法基本理论系统的目标而言，《书法新论》在内容和表述上尚需进一步推敲、修正、润色、完善的地方还很多，期待书界方家和广大读者提出批评和教诲。

是为序。

甲午岁末杨存昌写于济南历下烟雨楼之望南山斋

杨存昌 博士、教授，现为山东师范大学文学院博士研究生导师。

目 录

技进乎道（序一）	/ 1
执着沉潜于书法艺术之渊（序二）	/ 4
绪 论	/ 1
一、本课题研究现状及选题意义	/ 2
二、主要内容和创新之处	/ 5
第一章 “划道道”	/ 8
第二章 执 笔	/ 19
一、执笔法简述	/ 19
二、执笔法的关键	/ 26
三、执笔的高低、斜正、力度	/ 27
第三章 运 笔	/ 30
一、永字八法	/ 30
二、拨镫法	/ 35
三、一生二：内擗与外拓	/ 38
四、法无定法	/ 40
第四章 点 画	/ 42
一、点、画概念	/ 42
二、点、画之关系	/ 44
三、如何写好点、画	/ 46

第五章 楷书结字 / 50

- 一、结字原则 / 51
- 二、计量尺度 / 52
- 三、结字方式 / 56
- 四、结构关系 / 61

第六章 行草结构与章法 / 67

- 一、本体 / 67
- 二、结构——因势成形 / 69
- 三、章法 / 70

第七章 临 摹 / 75

- 一、临摹在书法学习中的意义 / 75
- 二、书法临摹的含义 / 77
- 三、书法临摹的类型——“照实临摹”和“非照实临摹” / 79
- 四、临摹中要注意的问题 / 82

第八章 书 体 / 84

- 一、字体和书体 / 84
- 二、书体的分类 / 85
- 三、各种书体的基本构成要素 / 88
- 四、各种书体的特点 / 89
- 五、学习的次序 / 94

第九章 篆 书 / 95

- 一、篆书的内涵和外延 / 95
- 二、甲骨文 / 96
- 三、金文 / 98
- 四、小篆 / 101
- 五、秦代以后的篆书 / 102

第十章 隶 书 / 107

- 一、隶书的产生 / 108
- 二、隶书的成熟 / 112
- 三、汉代以后的隶书 / 114

第十一章 草 书 / 121

- 一、章草的形成 / 121
- 二、今草的形成 / 124
- 三、魏晋以后的草书 / 127

第十二章 行 书 / 131

- 一、汉末魏晋 / 131
- 二、东晋至唐宋 / 134
- 三、元、明时期 / 138
- 四、清代至今 / 140

第十三章 楷 书 / 142

- 一、楷书萌芽和成熟 / 142
- 二、晋代楷书 / 142
- 三、南北朝时期楷书 / 144
- 四、隋、唐、五代楷书 / 148
- 五、宋、元楷书 / 154
- 六、明、清和现代楷书 / 156

第十四章 书体演变 / 158

- 一、什么是“变体” / 158
- 二、“变体”的功能和意义 / 161
- 三、八分：书体创造的关键 / 164
- 四、“变体”归于“正体” / 168

第十五章 书法创作 / 171

- 一、临摹与创作的转换 / 172
- 二、创作的实质 / 174
- 三、工具准备 / 176
- 四、艺术构思 / 178
- 五、创作过程及其影响因素 / 181
- 六、现代书法创作一瞥 / 183

第十六章 作品形式 / 185

- 一、手卷 / 186
- 二、册页 / 187
- 三、条幅与条屏 / 189
- 四、中堂 / 190
- 五、对联 / 190
- 六、扇面 / 191
- 七、手札 / 192
- 八、横披 / 193
- 九、匾额 / 194

第十七章 书法题跋 / 197

- 一、题跋与原作的关系 / 197
- 二、题跋与题跋者的关系 / 203

第十八章 书写工具 / 207

- 一、笔 / 207
- 二、墨 / 211
- 三、纸 / 212
- 四、砚 / 214

第十九章 书写节奏：起、承、转、合 / 216

- 一、概念的提出 / 216
- 二、“起”“承”“转”“合”概念的含义、
特点和方法等 / 219
- 三、起、承、转、合举隅——以黄庭坚《花气薰人帖》
为例 / 223

第二十章 书写节奏：行笔与完型 / 226

- 一、笔画完型 / 227
- 二、单字完型 / 228
- 三、字组完型 / 230
- 四、段落完型 / 232
- 五、整篇完型 / 233

第二十一章 心理定型与生理定势 / 235

- 一、概念的提出和概念的含义 / 236
- 二、心理定型和生理定势在书法中的作用 / 238
- 三、书法心理定型和生理定势的培养与应用 / 240

第二十二章 书法表现 / 242

- 一、书法的“意蕴” / 244
- 二、书法表现的机制 / 247
- 三、书法表现的语言和形式 / 251
- 四、书意表现及领会的局限 / 255

第二十三章 书法境界 / 258

- 一、气象 / 258
- 二、气象是境界的表现 / 262
- 三、气息是境界的光影 / 264