

SHUFA JIAOCHENG SHUFA JIAOCHENG

书法教程

——简史、技法、赏析

公共艺术与人文素养丛书
GONGGONG YISHU YU RENWEN SUYANG CONGSHU

李建春 编著

人类文明史上先后出现过许多种文字
但真正能将其书写发展成为艺术的
却只有我们中国古老而年轻的汉字
博大精深、形神俱佳的中国书法艺术已有几千年历史
其独特的艺术魅力让无数中外书法爱好者为之神往
本书作者是在高校任教多年的书法专业教授
但他同时也是一位自学成才的资深书法爱好者
他以自己亲身走过的书法学习之路及丰富的教学经验
将在本书中为你细细讲述
中国数千年的书法艺术简明发展历史
文房四宝、书法姿势与笔法、临摹与创作
行书、楷书、隶书各书体的书写步骤、技法、诀窍
书法艺术欣赏方法、历代优秀书法作品赏析
也许你会为之倾倒，也许更会心醉神迷

西南师范大学出版社
XINAN SHIFAN DAXUE CHUBANSHE

J292.1/56

2007

公共艺术与人文素养丛书
GONGGONG YISHU YU RENWEN SUYANG CONGSHU

李建春 编著

书法教程

——简史、技法、赏析

西南师范大学出版社
XINAN SHIFAN DAXUE CHUBANSHE

图书在版编目 (CIP) 数据

书法教程/李建春编著. —重庆: 西南师范大学出版社,
2007. 9
(公共艺术与人文素养丛书)
ISBN 978-7-5621-3952-2

I. 书… II. 李… III. 汉字—书法—教材 IV. J292.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第137720号

选题策划: 周 松
责任编辑: 周 松 张渝佳
封面设计: 王玉菊
版式设计: 张 宏

公共艺术与人文素养丛书

GONGGONG YISHU YU RENWEN SUYANG CONGSHU

书法教程——简史、技法、赏析

李建春 编著

出版发行: 西南师范大学出版社

网址 www.xscbs.com

地址 重庆市北碚区天生路2号

邮编 400715

电话 023-68254353

经 销: 全国新华书店

印 刷: 重庆康豪彩印有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 12

字 数: 235千字

版 次: 2007年9月 第1版

印 次: 2007年9月 第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5621-3952-2

定 价: 25.00元

序

从小字就写得差，谁知偏偏就喜欢书法。二十多年来，上学时练，当知青时也练，工作了还练。苦于无师指教，一直在门外徘徊。幸好有图书馆作伴，于是结识了钟繇、王羲之和颜真卿等大家的墨宝。书看得愈多，反愈觉自己的字写得差，于浩瀚书海中就愈觉得自己渺小。好在与世无争，不图名不图利，只图个高兴。1994年有幸到大学任专职书法教师，教学相长，转眼十多年就过去了，积累了点教学的心得体会，现斗胆将它们编辑成册。如果能使书友从中受点益，那就知足了。

此书的编写整理时间较长，从1999年到现在已历时近十年。其中，书法发展简史部分必须尊重史实，不敢有半点编造。因此，参阅了部分先生学者的著述，如欧阳中石先生的《书法教程》、黄惇先生的《书法·篆刻》、邱振中先生的《书法艺术》和《中国书法史图录简编》等，在此表示感谢！书中绝大部分内容，是自己在大学书法教学中的体会；技法部分力求能使初学者也可以看懂，故难免累赘。但根据自己的自学经历，又觉得对技法的讲解分析不能太简单。先弄懂“笔法”是学习书法最重要的一环，在编第四章《姿势与笔法》时，笔者以实景相片作为示范插图，目的是想让读者一看即明白。在编此书的技法部分时，自己还有一个重要目的，即尝试着让学习者通过对毛笔书法的学习而融会贯通，做到对钢笔和粉笔书写技法的提高，以达到“三笔”练习同步提高的目的。因此，在毛笔字范例旁边都安排了相应的钢笔字和粉笔字范例。楷书部分虽然只对颜真卿的《多宝塔》例字进行了仔细的分析，但颜、欧、柳、赵的结字规律是相通的，这一点自己在多年的教学实践中体会很深。第九章《书法欣赏漫谈》由自己公开发表的五篇文章组成。为了加深书法爱好者对“书史”内容的了解，笔者还特编写了第十三章《书法基础知识问答》。

本书的编著，得到了西南师范大学出版社艺术教育事业部主任周松副编审的悉心指导和帮助，在此特表谢意！由于编者水平有限，书中难免会出现纰漏，肯望各位专家学者批评指正。

李进书



目 录

第一章 绪论	2
第一节 为什么要学书法	2
第二节 学习书法的意义	3
第三节 学习书法要有信心和恒心	4
第二章 书法发展简史	5
第一节 先秦	6
第二节 秦朝	8
第三节 两汉	10
第四节 魏晋南北朝	11
第五节 隋唐五代	15
第六节 宋朝	18
第七节 元朝	20
第八节 明朝	21
第九节 清朝	22
第三章 文房四宝	26
第一节 笔	27
第二节 墨	29
第三节 纸	30
第四节 砚	31
第五节 垫毡、镇纸、水盂、印泥	31
第四章 姿势与笔法	33
第一节 基本姿势	34
第二节 笔法	36
第五章 楷书基本技法	40
第一节 颜体《多宝塔》基本笔画分析	41
第二节 笔顺与笔画的呼应关系	50
第三节 颜体《多宝塔》结字分析	51
第四节 楷书欧体介绍	75
第五节 楷书柳体介绍	83
第六节 楷书赵体介绍	89
第六章 隶书基本技法	95
第一节 《曹全碑》基本笔画分析	96
第二节 《曹全碑》结构分析	100
附：特殊结构的隶字	109
第七章 行书基本技法	112
第一节 行书概念及其特点	113
第二节 王羲之《兰亭序》介绍	114
第三节 《兰亭序》基本笔画分析	114
第四节 《兰亭序》的单字结构分析	117
第五节 钢笔、粉笔行书快写法	123
第八章 临摹与创作准备	126
第一节 临摹	127
相关阅读——历代著名楷书碑帖	129
相关阅读——历代著名行书碑帖	130
相关阅读——历代著名汉碑（隶书）	131
第二节 创作准备	131

於 是 吳 興 趙 孟 頫 復
象 偉 然 始 與 殿 稱 矣
之 虞 受 百 靈 之 朝 氣
關 之 奏 可 以 鳴 千 石

君 諱 遷 字 公
方 陳 留 己 吾
人 也 君 出 走





第九章 书法欣赏漫谈	135
第一节 书法欣赏与笔法	136
第二节 书法欣赏与墨法	137
第三节 书法欣赏与章法	138
第四节 书法与节奏	139
第五节 书法与自然	141
第六节 书法中的“补救”	142
第七节 岳飞书《出师表》赏析	147
第十章 历代优秀楷书作品欣赏	149
第一节 《九成宫醴泉铭》	150
第二节 《勤礼碑》	151
第三节 《玄秘塔碑》	153
第四节 《三门记》	154
第五节 《灵飞经》	155
第六节 《千字文》	156
第十一章 历代优秀行书作品欣赏	157
第一节 《兰亭序》	158
第二节 《韭花帖》	161
第三节 《土母帖》	162
第四节 《前赤壁赋卷》	163
第五节 《松风阁》	164
第六节 《苕溪诗卷》	165
第十二章 历代优秀隶书作品欣赏	166
第一节 《乙瑛碑》	167
第二节 《袁宝子碑》	168
第三节 《史晨碑》	169
第四节 《张迁碑》	170
第五节 《西岳华山庙碑》	171
第六节 《泰山经石峪金刚经》	172
第十三章 书法基础知识问答	173
第一节 先秦时期	174
第二节 秦朝	175
第三节 两汉时期	175
第四节 魏晋南北朝时期	176
第五节 隋唐五代	177
第六节 宋元时期	178
第七节 明清时期	178
第八节 综合知识	179
第十四章 古代书论举要	181
第一节 蔡邕的《笔论》	182
第二节 蔡邕的《九势》	182
第三节 钟繇的《用笔法》	182
第四节 卫铄的《笔阵图》	183
第五节 王羲之的《书论》	184
第六节 萧衍的《观钟繇书法十二意》	184
第七节 古代书家学书体会摘句	185

七 法教程

第一章 绪论



第一章 绪论

第一节 为什么要学书法

书法是我国艺术殿堂中的一大瑰宝，它以汉字为书写对象，几千年来，在人类艺术史上闪烁出了灿烂的华光。汉字从诞生之日起，就和炎黄子孙的命运紧紧相连、息息相关。它给人们的生活添加了无穷的乐趣。作为一个中国人，对汉字书写艺术的了解和掌握很有必要。

首先，书法艺术是东方文化艺术的代表之一，在群星荟萃的东方艺术长廊里，书法以它独有的特点独占鳌头，独领风骚。有人把书法艺术比喻为“中国的金字塔”，这话一点不过分。表面上看，书法艺术似乎只是个文字书写技巧问题，实际上它的内涵却博大精深，并且还有一种特殊的诱惑力。从古到今，无数书法家满怀信心和希望在这座“金字塔”里探秘，试图找到一个完整的答案。然而，它里面的秘密似乎总探不尽，给人的答案永取不完。不但中国人厚爱它，就是许多外国朋友，也对它非常喜爱。据载，大约在唐代，书法艺术就肩负着历史使命，以“友好使者”身份漂洋过海，传到日本，在异国他乡定居，以至结果和繁衍。如今，就连东南亚诸国的各种书法社团也有很多，这为我国书法艺术走向世界，进一步发扬光大，奠定了必要的基础。随着社会的不断发展，东西方文化的相互渗透影响，使书法有机会在西方各国一展英姿，国外许多豪华宾馆的大厅里也常有书法作品出现。书法以其独特的艺术魅力吸引了无数西洋艺术大师，使他们大感相见恨晚。1977年4月3日，美国举办了首届国际书学史讨论会，世界各地有200多人参加，其中有篇《中国书法对现代画家影响》的论文很受与会者青睐。有的西洋艺术大师干脆直言不讳地宣称，自己的画风来源于受书法艺术中节奏旋转的启迪后获得的灵感。可见，虽然语言不通，但东西方在艺术上却有默契，能相互感染和渗透。1980年中国的书法教学也走向了世界，浙江美术学院接收了第一位公派来华留学学习书法专业的日本学生，中野遵是日本文部省派来留学的，这不能不说没有重要意义。可以想像，书法这颗东方艺术明珠将在不远的将来走向世界艺坛，并放射出更加夺目的光彩。

其次，书法艺术的书写对象汉字是人们日常生活中每天都要打交道的，而书法艺术又是在汉字几千年的漫长演变过程中发展成熟起来的。要字写得好看一点，就必须带一点艺术性。但是，如何才能做到文字书写既好看又实用呢？这就是我们写字追求的目标。要处理好书法的实用性和艺术性的关系，必须学点书法基础知识。作为中华民族的子孙，更有义务对祖国古老文化的普及和发展尽一点微薄之力。

新中国成立后，传统的书法艺术得到继承和发扬，但在解放初期，我国对书法艺术的推广和发展重视不够。周扬同志在中国书法家第一次代表大会开幕式上的讲话中指出，“过去偏重于戏剧、绘画和音乐，对书法遗产没有足够重视。”近年来，随着我国政治、文化、经济的发展和对外开放，加上西方审美意识的感染及书法姊妹艺术的群起变新，书法界终于觉醒了，愈来愈多的人开始关心书法的命运和出路。不管是工人、农民，还是妇女、学生，都纷纷拿起笔，书写时代的风采，歌颂华夏民族的精神；各种书法报刊应运而生，为这场轰轰烈烈的书法运动助威呐喊；中国美术学院率先培养书法硕士和博士生，把当今学书法的热潮推向一个前所未有的高峰。是的，我们这一代应该担负起这个历史重任，把书法艺术发扬光大。

第二节 学习书法的意义

写好汉字对任何一个中国人来说都是最起码的要求，因为在人们的工作、学习、生活中时时都离不开汉字。对各行各业的中国人来说都是如此，特别是大专院校毕业的学生，大多数是到中小学任教。俗话说，字是教师的“打门锤”，作为未来的中小学教师，如不掌握好这个“武器”，并充分利用它去更好地发挥自己的专业才能，那就必然当不好教师。现在的知识更新较快，社会对教师的要求，已从“单能”变为“精”和“广”的“多能”。一个学习成绩优秀而其他能力差的大学生，并不算一个合格的学生。只有通过了社会这所特殊大学检验的，才是好的大学生，否则就会被社会淘汰。现在愈来愈多的学校开始注意到了“多能”这个问题。在学校里、社会中，字写得好也是一种特殊能力的体现。

近几年，从许多分配到中小学去当老师的学生反馈回大学的信息表明，中小学教师书写水平大都达不到要求，很令学生们失望。有人曾做过一个专门调查，中小学里，当一个新教师走上讲台后，有很大一部分学生的注意力首先是集中在教师的黑板上。往往，学生们对一个新教师的“行”还是“不行”的判断，就是从这个“打门锤”上开始建立的。漂亮的板书，必然会引起学生的视觉快感，进而使其产生对新教师的钦佩和敬意。字好看，能使学生得到一点心理平衡；反之，如果教师第一次上讲台就写出东倒西歪的字，必然会引起学生的反感。因此，要当好一个合格的中小学教师，不仅要学好专业知识，还得过好写字这一关。从某种意义上讲，中小学教师在搞好专业教学的同时，还肩负着发扬光大祖国汉字书写艺术的特殊使命。

目前，已有许多师范院校把书法基础课定为必修课，这无疑对提高大专院校师范生素质有非常重要的意义。现在社会各行各业也开始重视人才的书写能力，有的企业和单位招工也要测试钢笔字书写水平，这也说明书写能力逐步得到社会

的重视。

第三节 学习书法要有信心和恒心

俗话说，“书无百日之功”。学好书法，不是短时间内能完成的，学者心理上首先要有个长期奋战的准备，才不会半途而废。学写字不像学音乐那样有趣，一开始是摹帖、临帖、笔法、墨法、基本笔画等枯燥的东西，往往练一“点”几天都写不像。许多在开始时信心十足的爱好者，在最初学习阶段这个“枯燥区”就退了下来。一些人刚开始那两天兴趣浓，一天到晚都在练，可写不了几天，看看进展不大，就丧失了再继续学习的信心。还有的人，一开始学就想一步登天，操之过急，这种态度也是学不好书法的。故树立信心是学好书法的第一个关键，但只有信心还远不够。有的人信心很足，可是学习没有规律，今天有时间就练一整天，明天忙就搁下算了，这种“三天打鱼，两天晒网”的方法也同样学不好书法。书法学习应有连续性，决不能东抓一把、西抓一把。有了信心后必须坚持勤练，这是学好书法的最基本的也是最重要的条件。在学习过程中，由于各自的能力不同，也许有的人要快一点，有的人要慢一点，但只要自始至终坚持勤练，夜以继日，月积成年，就一定会收到满意的效果。有人想找学习书法的秘诀，以便走捷径，这种学习态度是学不好书法的。东晋时期王献之向其父王羲之要学书秘诀时，王羲之告诉他，学习书法没有什么捷径、秘诀，你每天写字用水研墨，等你把院中的十八缸水用完时，你的字就练出来了。从古到今，这类例子举不胜举。书法家米芾为创一种风格，几十年寒窗苦练，连楼也不下；唐太宗李世民为了学习“二王”体，得到《兰亭序》后日夜把灯学习；毛泽东在出访苏联时，身边还带着《三希堂》法帖。这些都是我们学习的榜样。

书法学习除了练字还得“练意”。“意”是当人遇到阻碍后，“进”与“退”两种思想反复激烈斗争的过程中对人意志的考验。人的意志要么在阻碍中加强，要么在阻碍中减弱。在学习书法的最初阶段，由于好奇心的驱使，人容易产生不同程度的兴趣，这种兴趣是短暂的，不加以巩固就有可能消失，故实际练习比想像难得多。宋代姜夔在《续书谱》中有一则故事：三国时韦诞写“凌云台”三个字时，由于字既高又大，故一般人听了都咋舌，只有韦诞成竹在胸、信心十足。后来韦诞克服重重困难，终于把字写成功了，由于站的时间太长，此时他已“须发皆白”。这与其说是写字，不如说是“练意”。此故事告诫人们，学习书法要有韦诞这种精神和意志，字一定就能写好。

二 少 法 教 程

第二章 书法发展简史

第二章 书法发展简史

第一节 先秦

从远古到秦始皇统一六国这段漫长的历史称为先秦。汉字的起源历来众说纷纭，没有定论。有人认为文字起源于人类始祖伏羲氏时代，另有人认为文字起源于“鸡犬之声相闻，老死不相往来”的无怀氏部落时代。东汉许慎在《说文解字》中说到结绳记事和仓颉造字的传说，“事大，大结其绳，事小，小结其绳。”《易经》中有记载，“上古结绳而治，后世圣人易之以书契。”“圣人”是谁呢？大概就是许慎提到的黄帝的史臣仓颉。后世还有史皇、沮诵造字之说。这些说法是否真实，我们暂且不论，我国古代著名的思想家荀子说：“好书者众矣，而仓颉独传者，壹也。为稼者众矣，而后稷独传者，壹也。”说明了造字类似于种庄稼，绝不是一个人的功绩。鲁迅先生也在《门外谈文》中说：“在社会里，仓颉不止一个，有的在刀柄上刻一点画，有的在门户上画一些画，心心相印，口口相传，文字就多起来，史官一采集，便可以敷衍记事了，中国文字的由来，恐怕也逃不脱这个例子的。”“文字的成就，所当绵历岁月，且由众手，全群共喻，乃得流行。”

据我国考古记载，文字大约萌发于6000年之前的新石器时代。原始文字的雏形是“图画”文字，这就是我们所指的“先文字阶段”。人类早期只有非常简单的语言而没有文字，仅靠画图记事给人们交流思想感情带来极大的阻碍。为了适应社会发展的需要，人类在“图画”文字的基础上创造了象形文字，它们的造型分别取自天地、动物、人体、植物和物件。如“月”、“羊”、“口”、“木”、“井”等几个象形字 .

后来人们发现抽象的概念难以用图画来表示清楚，于是在象形文字的基础上另加一种标记来帮助人们理解。如“上（）”“下（）”和“刃”等，它们不是具体实物，故难模拟，只能采取在象形文字的基础上另加一种符号来表示，这即是指事文字。

但对既无形象又“无事可指”的东西更难以理解了，于是人类又发明了会意文字，即用两个或两个以上象形字组合而成，如“武”字只能用会意“止戈为武”来表示，而“信”只能用“人言为信”来会意。

仅仅如此，还不能满足人类社会的发展和需要，如虚字本身没有意义，不表示一定的概念，很难用象形、指事、会意等方法造字。于是聪明的祖先们在此基础上又发明了“假借”，即把现成字形当中语音相同或相通的拿来当作一个新字用，如“主（）”，本来是个“炷”字，但是被拿来当“主”字用。

由于汉字音节少，字义多，一个音节本来就要表示很多字义，如果在字形上还不能加以区分，任凭同音、同形、不同义的字大量存在，势必要影响汉字准确地表达和区别意义。所以滥用假借也是汉语和汉字特点所不容许的。于是出现了形声字，它由两个部分组成，一个部分表示意义，称“形”，或称意（义）符；一个部分表示读音，称“声”或称声符。如“江”、“河”二字，“氵”是形，是意符，表示这两个字的概念都与水有关；“工”、“可”是声，是声符，表示这两个字的读音。后人对“转注”的认识分歧很大，有“主形派”、“主义派”和“主声派”之分，两千多年来众说纷纭，没有统一认识。

许慎建立的“六书学说”至今仍受到文字学研究的高度重视。汉字从萌芽到成熟，有一个漫长的孕育过程。现在所能见到的成系统的早期文字，只有殷商时代的甲骨文（见右图）。19世纪末在河南安阳小屯村发现的甲骨文，是商朝统治者崇尚迷信，在祭祀、征伐、田渔、出入、年成、风雨、疾病时时刻刻在龟甲兽骨上的卜辞及有关占卜的记事文字。共出土达20余万块。它是一种相当成熟的文字，除了象形文字，还有会意、假借和形声字。由于是刀契刻成，故显得刚劲有力。它呈长方形，基本符合“黄金分割”原则。结构上讲求横平竖直、平衡对称和疏密变化，用笔有方有圆，方笔劲峭、圆笔婉转，形成了多彩的风格。人们已注意到了文字的美。

除了甲骨文，先秦时代流传下来的还有西周时期的金文和春秋战国时期秦国的石鼓文。

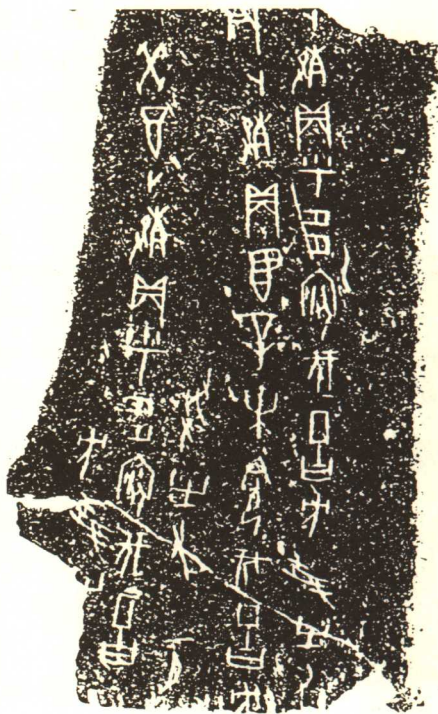
西周是我国古代文明发展和繁荣时期，冶炼工业发展很快，人们在钟和鼎两种青铜器上刻铸分封、赏赐、征伐和祭祀等文字（如司母戊鼎文和《散氏盘》），形



司母戊鼎文

成了西周时期的特有文字，即金文，又叫钟鼎文。钟和鼎都是殷周时期

的器物。钟是一种乐器，酒器也叫钟。鼎主要是作为祭器，三足两耳，像个香炉，大小不同，最重要的为传国之宝。所谓九鼎，传说就是夏禹收九州之金属来铸成的。后世发现的钟鼎多为青铜器，钟和鼎上的铭文，有的字下凹，有的字上凸。凹下的阴文称“款”，凸出的阳文叫“识”。西周金文风格分早、中、晚三期，早期



笔画厚肥，结体方整，章法错落，给人以雄健的感受；中期笔画纤瘦圆润，结体规整，章法求工而少灵气；晚期笔画均匀，无肥笔，结体多变。殷代金文和甲骨文相近，到战国末期却和小篆类似。

大篆是从甲骨文演化而来的一种书体，也称籀文。《说文解字》中说：“（周）宣王太史籀著大篆十五篇，与古人或异。”大篆的出现，是汉字书体的第一次改革。

石鼓文是春秋战国时期秦国刻在石鼓上的颂辞，是我国最早的刻石文字。石鼓共十件，分别刻着十首各为一组的四言诗，内容是记述国君游猎的情况。唐代初年在陕西凤翔（今宝鸡市）出土，经五代之乱后一石鼓字已磨灭，其余九鼓之文多有损残。到了宋



《散氏盘》

代，人们把它收集起来，从凤翔运到东京（今河南开封），放在保和殿里。金人破宋，把它运到燕京（今北京）。石鼓在宋代时已损一石，被乡里人取以为臼，宋仁宗皇祐四年（1052年）被搜访得之，并以石补之，刻文纪事其上。宋徽宗大观年间诏以金填其文，金人运至北京后去所填之金，由于年代太久，文几乎不能辨认。郭沫若在《石鼓文研究》中认为石鼓文乃秦物，石鼓文的书体属大篆的体系，可与甲骨文和金文媲美。康有为说：“石鼓文如金细落地，芝草团云，不烦整截，自有奇采，它是小篆的祖先。”（石鼓现藏于北京故宫博物院）



《石鼓文》

我国先秦时期的文字，笔和刀并用，以甲骨和金石为书刻材料，勾摹铸造，或因为年代久远、风化磨损而生出斑驳趣味，丰富了书法的内容和外在形式美。可以说，我国书法与文字几乎同时诞生，从商朝到现在经历了几千年的漫长历程，而商周的甲骨文、金文、石鼓文等可谓中国书法的源头。

第二节 秦朝

秦王嬴政统一六国，自称始皇帝，建都咸阳，但其寿命不长。公元前209年爆发了以陈胜、吴广为首的农民起义。经过数年的农民战争，到公元前206年，

秦朝为项羽、刘邦领导的起义军所灭。



《泰山刻石》

秦始皇统一中国后，由于六国的长期分割，文字书写不一，文字在书写速度上也跟不上人们生活的需要。许慎说，“秦书八体：一曰大篆，二曰小篆，三曰刻符，四曰虫书，五曰摹印，六曰署书，七曰殳书，八曰隶书。”由于文字不统一，影响了发展，秦始皇进行了文字的改革，专门命丞相李斯“废除异体字”，迅速将各种不同文字进行统一（左图为李斯所书小篆《泰山刻石》，是秦始皇东巡登泰山封禅时所书），加快了秦朝的发展，这是秦朝当时强盛的原因之一。公元前213年，秦始皇同意丞相李斯的建议，实行“焚书坑儒”，使我国的大批古代典籍被烧毁。

李斯是秦朝最著名的书法家，相传秦朝的金文、刻石大都是他的手笔，秦始皇玉玺上面“受命于天，既寿永昌”鱼鸟形大篆就是他写的。秦始皇虽极端专制，但在文字改革上有不小的贡献。其一便是改大篆为小篆，李斯作《仓颉篇》，赵高作《爰历篇》，胡毋敬作《博学篇》，合称“三仓”，秦朝以识字课本的形式颁布全国，作为习字典范。汉字从商周甲骨文、大篆演变成为小篆，经历了一千五六百年，这是我国书体的第二次变革。小篆是古文字的最终形态。这次文字改革，对后来汉字的发展有深远的意义。另一方面，传说秦始皇把当时关在牢里的囚犯程邈放了出来，负责整理古隶书，从这可以看出秦始皇改革文字的决心。秦时战争频繁，公文增多，一些官吏感到抄写篆书太不方便，遂开始使用古隶书。古隶书的出现，对我国书法艺术的发展起了巨大的推动作用。

秦代的书体有大篆、小篆、刻符、虫书、摹印、署书、殳书和古隶书八体。秦代最著名的书法家是李斯。秦代小篆刻石代表作有《泰山刻石》（相传是李斯所书）、《琅琊刻石》（称“小篆第一代表作”）、《峰山碑》、《会稽刻石》等。秦代隶书墨迹有《云梦睡虎地秦简》、马王堆帛书《老子》乙本等。



《老子》乙本

第三节 两汉

刘邦战胜了项羽后，登帝位，国号为“汉”，史称西汉，西汉与随后的东汉共称“两汉”，约400年。

两汉对隶书很重视，当时称隶书为“史书”，国家招贤纳士都“以书取人”，加上汉代政治、经济、文化、哲学和教育等空前发展，其社会风气很利于书体的发展。隶书是汉代的主要书体，得到了普遍推广，不少帝王也善书。汉元帝“多才多艺，善史书”；孝成许皇后“聪慧，善史书”。当时曾有这样的说法：“何以礼义为，史书而士宦。”即只要能写好隶书，就可以为宦做官。东汉时期汉灵帝曾“征天下工书于鸿都门，至数百人”，而且下诏以“鸟篆”作为考试的内容，故东汉末，篆书突然盛极。汉代书法能有如此成就，跟统治者的重视和提倡是分不开的。汉代书体总的说在向两个方向发展，一个是汉隶向章草、今草、大草发展；一个是汉隶向楷书、行书过渡，此外这两个分支还相互交叉发展。

东汉顺帝以后，隶书达到了成熟阶段。其字形“以八字势，有偃波”，据其形态命名为“八分书”，所谓“八分书”即是成熟定型了的汉隶。汉隶在书法史上占有极其重要的地位，上承周秦篆书，下启魏晋南北朝隋唐楷书。汉代各种书体都已具备，汉以后只是对各种书体进行逐步完善而已。

章草，即隶书的快写体，是由汉隶（八分书）演化而来。西汉的书法家史游最早作《急就章》，因此被看做是章草的创始人。唐代张怀瓘在《十体书断》中说：“汉元帝时，史游作急就章……损隶之规矩，纵狂奔逸，赴速急就，因草创之意，谓之草书。”明代的赵宦光在他的《金石林绪论》中说：“草书起于列国，天下有事，急就为之，或起草他简，然后正书，皆不暇致详而作。”即草书是由于“救速”、“赴急”、“急就为主”而产生的。

今草，由章草演变而成。唐代张怀瓘在《书断》中说：“呼史游为章，因张伯英草而谓也”，故有今草创于张芝之说。唐代张怀瓘尊其为“草圣”，它“字之体势，一笔而成，偶有不连，而血脉不断，及其连者，气脉通于隔行。”今草脱离了章草的面貌，体势由扁而变为狭长，波笔消失而纯以锋尖线条运笔，字间多是牵丝相连。

行书，是介于楷书和今草之间的字体，即楷书的快写体。唐张怀瓘在《十体书断》中说：“行书者，后汉颍川刘德升所造也。”赞其“非草非真”。宋《宣和书谱叙论》中说：“真几于拘，草几于放，介乎两间的行书有焉。东汉之末，有颍川刘德升者，实为此体。”由此可见，行书产生于两汉，而刘德升是创始人。由于行书的书写速度加快，又不像草书那么潦草，故很受后人喜爱，就是在我们今天日常生活中，也数行书最受欢迎。

汉字由隶书变成楷书主要是受草书的影响，人们利用草书流转的笔势，去掉隶书的波势、挑法，并适当加以简化，就成了楷书。东汉后期及三国时期，隶书中有了“侧”、“掠”、“啄”，这是隶书向楷书过渡的半隶半楷阶段。现存年代最早的楷书作品是三国魏人钟繇写的。楷书又称为“正书”和“真书”。

汉代的书法家主要有史游、杜度（又叫杜操）、崔瑗、张芝、蔡邕、师宜官、梁鹄、刘德升、王次仲。

蔡邕（132—192），是汉代最著名的书法家，字伯喈，陈留圉（今河南杞县南）人，献帝时曾拜左中郎将，故后人也叫他“蔡中郎”。工篆、隶，学李斯、曹喜之法，以隶书造诣最高，相传他还创有“飞白书”。《熹平石经》是他用“八分书”亲自书写，刻于碑石上，刻成后参观者络绎不绝。梁萧衍称他的书法“骨气洞达，爽爽有神”。蔡邕的笔法后来传给其女蔡文姬，文姬又传于后人。蔡邕著有《笔论》和《九势》，《笔论》是蔡邕一生的用笔经验总结，对魏晋时期的书法用笔有很大的影响。

在“碑碣云起”的东汉，石刻最为盛行，其中大部分是在坟墓上立的碑碣，这主要是门生故吏竞相为府主歌功颂德所致。汉代的主要碑碣《华山庙碑》、《乙瑛碑》、《曹全碑》、《张迁碑》、《西狭颂》、《石门颂》、《鲜于璜碑》、《熹平石经》和《封龙山碑》均为隶书体；《祀三公碑》、《嵩山少室》、《延光残碑》和《袁安碑》则为篆书体。

汉代的铭刻书法有砖铭和瓦当铭，多用来纪年和铭刻吉祥语，文多为篆体。

清末以来在我国新疆陆续发现了《流沙坠简》、《居延汉简》等两汉遗留下来的珍贵墨迹。



《熹平石经》

第四节 魏晋南北朝

从曹魏的建立到隋的统一，这三百多年中，政权频繁更替导致的社会长期分裂和混乱并没有阻碍书法艺术的发展，相反，晋代的书法艺术在我国书法发展演变过程中却算得上一个高峰。故古人有“唐诗晋字汉文章”之说。

魏吴蜀三国中魏书法影响最大。魏武帝曹操就很喜欢书法，《书品》曰：