领略书法之美，铺垫书法之路

——暑期书法培训班的感受与分享

今年暑假，我有幸参加了常州市第十四期书法教师培训班，在严峻的疫情形势下，书法培训变成了钉钉线上培训，作为数学老师、书法小白，系统学习中国书法艺术，这是一次难能可贵的机会。为期八天的培训内容安排非常充实，我聆听了书法界知名专家的精彩讲座，徜徉于书法界艺术的历史长河，欣赏历代书法大家的神品杰作，体会书法艺术之精妙，感受中国书法文化之博大精深。

随着课程的进行，我越来越感受到自己对于“书法”二字理解的狭隘，从智永千字文、欧阳询九成宫、怀仁集王羲之圣教序到乙瑛碑、曹全碑，从楷书、行草、隶书到篆书，分别由张亚明老师、杨旭、李国强等名师执教讲解。他们或引经据典、或朴实贴地的讲课，再加上或温润、或清秀、或飘逸的书法范写，开阔了我的眼界，让我意识到“书法”绝不只是一些笔法、技巧等，“书法”也不止是一门技能。

书法，是审美能力的提升。书法是中国特有的一门艺术，书法作品主要表现的不是书写的内容，而是通过点、线、结构、章法等，再加上粗细、疏密、轻重等，展现的是书写者的精神积淀、情感体验等，体现的是书法家在人格、学术、艺术等各方面的综合素养。所以，学书法、不是把字写美、写好而已，而是要提高自己的审美能力，才能努力让自己的字，如张亚明老师所说的“既要有书写性，又要有艺术性的表达”。

书法，是传统文化的传承。芮新丰老师的课与其说是书法课，不如说是文学课、文化课。在他的授课中，我鲜明地感受到：学习书法必须回归到中国的传统文化中去，因为中国书法是植根于中国传统文化的历史脉络中的，具有丰厚的文化滋养与积淀。而学习书法，就是通过写字，来理解古人的思想、理解先贤的情感、追求等。所以只要读懂书法作品中文字的内容、形式的意蕴，才有可能真正读出书法中的万千气象，也才有可能写出其内涵来。否则，如果不读书，而是仅仅依着字帖上的字临摹、练习，那么最多也只能是一个“书匠”罢了。

书法，是治学态度的锤炼。孙冬良老师说：练字，要从基本点画进行书写，哪怕一个点，也要找出它的不同形态，把每一个形态都练熟了，再进行字的组合练习、字与字的组合板块练习；陈运东老师提出了书法的五个步骤，第一步就是“精临”，精细地、精致的临摹，草书看似潇洒肆意，其实就是一个使转的不同，可能字就不一样了……这不就一种严谨的治学态度吗？而且，要想练好书法，还需要静下心来，一遍遍不断地揣摩思考，思考笔画的行走路径、字与字之间的呼应、板块与板块之间的布局等，要追求练习的效率。所以，书法练习，是对心性的打磨，也是对自我学习思维、态度的一次反思、调整与锤炼啊。

暑期书法培训班提供给学员的内容非常丰富，让我在短时间内“博览群书”书法课的教学要略、书法欣赏和相关文化等各方面都进行了强化培训，如此全面和系统，视频教材也便于我之后反复回看和学习，满满的收获，非一言以蔽之，我再浅谈我的心路历程。当书法培训课程开展到第四天，回顾刚开始接触书法的战战兢兢，想想还有点好笑，因为两位厉害的书法老师都不约而同且随意谈了一句话，把以前学过的方法都忘掉，把自己当做一个不会写字的人重新开始学习，更因为书法老师们细致入微的讲解和演示，我对书法不再抱着惧怕的想法，而是享受书法大家们字的瑰丽、有趣。

从第一天的智永、褚遂良，到第二天的欧阳询和魏碑，每种字体既有差异又相互联系，第三天的钟繇楷书、颜真卿，层层递进，我确确实实感受到了字体转换间的深奥幽玄。我见识到了什么叫秀丽苍劲，什么叫遒劲妍媚，什么叫典雅端庄！  
 时间虽短，经过这几天的学习和练习，我会处理一些勾画毛糙的问题，重新训练每一个基础笔画，如“顺入、侧切、藏锋”等，还有一些手腕僵硬的问题也得到了改善，尤其是纠正了以前临帖的错误观念，现在我知道了临帖之时，不能主观上被帖套住，只注意字形的控制是远远不够的，要学会读帖，要随时想到整体的关系，更要注意单个字的整体、角度、笔划之间的配合，从大方向把握好尺度，细节上要逐渐深入，潜心钻研，以前我对朋友曾说过一句戏言：我的目标是六十岁靠卖字画为生。现在想想，汗颜了，书法之美可能要穷尽我的一生也仅仅窥之一斑，不过我会一步一步走下去，谁让它确实美不可言呢！

练字的人，虽然不可能人人成为书法家，但人人都可成为一个书法艺术爱好者。在学习书法的同时，不能急于求成，更不能一曝十寒，它是一个长期的细水长流的过程。既要注意人品的修养，要不务虚名，不好高骛远，还要富有刻苦踏实的学习作风，只有这样才能不断进步。

总之，此次书法培训学习不仅提高了我的书法水平，修练了我的涵养素质，也对今后在学校进一步开展书法教育活动具有十分重要意义。书法是一门艺术，不是一朝一夕练就的，需要花费大量的精力和心血。对于初学者来说，8天的内容信息量很大，在今后一段时间中，我会尽量挤出时间，静下心来认真思考，积极行动，尽快地消化和吸收培训的知识，尽快达到培训的目标和要求。

以上是我暑期参加书法培训的一些感受分享给大家，浅薄之言望大家见谅。