

谈书法学习

王存海

(邢台职业技术学院环保系 河北邢台 054000)

书法是我们中华民族一门悠久的传统艺术。而更多的人已开始关注书法,毋庸置疑,21世纪是电子时代,微软拼音、智能ABC、清华紫光、五笔等输入法不断升级翻新,中国人书写汉字的机会越来越少。因此书法是否如同京剧一样脱离现代生活走向纯艺术化呢?她会离我们越来越近,因为随着社会的进步,人们会普遍趋向高雅、追求艺术,学会一门或几门艺术来美化自己的生活,而书法是最简便易行的,她就在每一个人身边,作为一个大学生更应以学好书法为己任。通过书法学习,将汉字写得正确、清楚、美观,使书写水平跟自己的知识水准相符,这应是每一个大学生对自己的起码要求。若能在此基础上有所提高,具有一定的创作能力,那么对大家走向社会成就事业是大有好处的。因为书法与其它学科关系甚多,其本身理论也相当丰富,因此我们学习书法首先要练好基本功,书法的基本功有两个方面:一是要熟练地掌握书法技法,通常书法界称为“字内功”;二是要不断地提高自身文学艺术素养,通常书法界称为“字外功”。

我们首先来谈怎样练好“字内功”。大家知道,学习书法往往出于对这门艺术的喜爱,这是引发学习书法的一种动机,当然也有其它种种动机,但是不管出于何种动机要学好书法取得成就,都要有一个漫长的过程。俗话说“字无百日功”学好书法绝非是一蹴而就的事情,因此要求学书法的人:其一要有恒心。要安排好时间,持之以恒,天天练习一到两个小时,做到“冬练三九,夏练三伏”,切忌三天打鱼,两天晒网,高兴起来提笔练,不高兴时三天两天不动笔,一曝十寒,学习是不会稳步提高的。甚至有时出现反复。其二要有毅力。在漫长的学习书法过程中,不可能不遇到各种困难,工作、学习环境的改变,时间难以保证,特别是学习中的困难,初学书法一笔一画练起来是比较枯燥的,尤其是练到一个多月的时候,手腕酸痛,拿笔不稳,自己感觉写字反而退步了,这时要有毅力,要坚持下去酸痛会逐渐消失,并且这是一个转折点,这是写字水平快速提高的开始。每天练字十个到二十个,只要自感有所得、有所乐、不疲劳,此即为适度。其三要有钻研精神。学习书法和做其它事情一样要善于观察,勤于思考,切忌被动

地学习,特别是学习初期,在临摹阶段,一笔一画地照范本临摹,似乎可以不必太费脑筋,其实不然,如何临摹并通过临摹掌握技法,在练习基本功过程中态度是积极还是消极,其效果是不大相同的,后者效果差,进步慢,甚至影响学习书法的兴趣和信心。

总之,我们有了一个正确的学习态度和科学的学习方法,练习一到两年,就会使自己的书写水平大大改观,而且时间长了使临摹成为一种习惯一种需要,就会觉得其乐无穷。既是一种艺术的享受,又使身心得到了锻炼,这就形成了一种爱好。

临摹碑贴是学习书法的重要方法,也是学习书法的必由之路。学碑能壮其气,增其力。学贴能增其巧,见其秀,历代书法家没有不从临摹碑贴入手的,而且十分刻苦用功,背贴和用贴等五个步骤,其中摹贴和临贴是最基本的步骤。摹出来的字,较容易得到原迹的结构位置,但会失去原迹的笔意,而临出来的字,较容易写出原迹的笔意,但往往失去原迹的间架位置。因此在学习书法过程中,必须把两者结合起来。取长补短,既要摹贴,又要临贴,只有这样,才能真正学好书法。

选择一本合适的碑贴,是初学者学习书法的首要问题。选贴如求师,名师出高徒。选择字贴是一门学问,最好能得到老师或行家的指导,千万不要草率决定,被今人普遍推崇的有颜、柳、欧、赵四大家,当然还有其它名家,根据自己的喜好选择一家碑贴作范本认真临摹。每个学书者的性格、爱好、情趣和修养各不相同,应根据自身特点来选择不同的字贴,不宜一味强求,比如喜欢笔力雄健、刚劲挺拔的选择颜体、柳体,喜欢笔画圆润、流利隽秀的选赵体。一旦选中不要轻易更换,要做到熟练地掌握一家书体的结构、笔法、形态、神韵作为基础,然后再吸收各家书体的长处,掌握其特点博采众家之长进行创新,但在开始临习阶段,不能朝秦暮楚。

说到字外功,其涵义其实是很广泛的,跟书写实践关系最密切的当然是技法理论,因此,学书法的人应该对书法史、书法美学有一个基本的了解。阅读一些现代学者写的书法史专著与论文,经常参与一些书法活动。书法知识丰富了,就必然给创作实践带来益处。除此之外学书法者必须广泛地吸收各种

艺术营养,拓宽知识领域,尤其是加强文、史、哲方面的素养。书法作为一种以汉字为造型基础的抽象艺术,其创作水平的高低除了要求技术娴熟,基本功扎实之外,更重要的是取决于悟性和修养的高低,所谓悟性其实是指艺术的敏感性,捕捉和提炼美的能力。从书中学、向自然学、师古人、题造化。古代大书法家张旭见公孙大娘舞剑,就把那优美的舞姿融会到了字里面去。艺术有许多共通的地方,除书法外还有音乐、舞蹈、绘画、戏剧等等,这些艺术并不是互相孤立的,彼此间都有内在的联系。任何一个艺术家都是善于从姐妹艺术中去汲取营养,开阔自己的眼界,丰富自己的内涵,以提高自己的艺术水平。由于他们的艺术思维比较活跃,思路开阔,胸襟博大,其书法作品在节奏、布局、意境、格调方面都比一般书法家要高出一筹。历来大书法家都是某一领域有造诣的学者,至少传统文化知识是十分广博的,眼界宽了,知识底蕴厚了,言谈举止儒雅了,就会将书法放在整个文化传统与人类精神活动中去运作。这样书法作品就会除却浅薄之气,而有了深广的传统文化与人文精神气质作为背景的韵味。书如其人,书法能反映人的个性气质乃至道德情操,已为历代书者所公认,柳公权的名言“心正则笔正”,至今书法家仍不敢忘记,可见除了读书求知外,还应提高各方面的

道德情操修养,从而使自己的书法作品流露出较好的气质。反之一个人其人品不好,即使书法水平很高,也不会被世人认可,比如宋朝奸臣秦桧,写得一手好字,可他是害死岳飞的罪魁祸首,卖国求荣的内奸,从古至今没有人学习他的书法,可见书法家要有高尚的人品。

最后所要说的就是书法家要有创新精神,我们学书法首先从临摹开始,但临摹是学习的方法,而不是最终的目的,学习书法的目的是为了继承和发展书法艺术,要创作出具有自己独特风格的书法作品来,如果我们学柳公权或是颜真卿,学得特别像,就像复印的一样那么又有什么意义。那种只知模仿,不知提高的人历来被人们称为字奴。清朝有个书法家叫张裕钊,他自秦汉碑刻学起,后学魏晋诸家,把篆书的圆劲,隶书的方硬融为一体,创出一种独特的书体,因为他的代表作是《重修南宫县学记》,因此人们就把他独创的字体称为“南宫碑”。这种字体,今天不但在我国而且在日本也有着较大影响。只要出作品就要有创新,可见,要提高我们的书法水平,提高我们书法作品的品位就要求我们读万卷书,行万里路。到名山大川去游览,听听松涛看看瀑布,望尽奇峰怪石,领会大自然之美,再把这些体现在书法上,使书法艺术进一步升华。

(责任编辑 黄立志)

~~~~~  
(下接第 76 页)

作者的两个主张的。

书山有路勤为径,学海无涯苦作舟。其实学习就一定需要痛苦吗?需要不愉快吗?非也!生命的愉悦性本质要求学习应当愉悦一点,满足人类兴趣的学习即使“苦”也是乐,而违背学生生理规律的学习即使被教育者认为是“乐”的事也让学生觉得“苦”!因此,转变教育观念,根据生理科学安排学生的学习活动,再从心理学等角度激发学生学习兴趣,则学习也就不是苦差事,而乐在其中了。教育生理学则是为我们教育者提供了这样的理念支撑。因此,这是为师之道上应当读的一本书。

一方面,从作为师范教育应当设置的课程看,该书提出《教育生理学》是基于生理科学规律之教育的科学,以人体生理的发展为基础,分析教育的生理基础及人体生理科学规律其对教育活动设计的规定性作用,探讨教育对个体生理的适应促进作用,是教育

科学与生理科学的交叉学科。因而它构成了教育学各专业的专业必修基础课程,为师范生学习心理学和其他教育学课程奠定基础;另一方面,从作为教师必读的一本书来看,阅读该书应是有助于完善教师的职业知识与智能结构,通过教师对生命价值观的认识与实践渗透则有助于教书育人,对较为微观的生理规律的认识与运用则有助于科学地安排教育教学活动。

当然,笔者以为有些篇幅较短则许多内容余味未尽,页面较小则插图效果不够理想,存有个别文字校对错误等。优点与缺点相比,显然是瑕不掩瑜。无论怎样,“奠定师范教育一基石、补教师素质一堂课”,应当说该书的出版是对师范教育的一个重要贡献。

(责任编辑 李文藻)