

李优良 ◎著

学书心得

中石送



人民日报出版社

学书心得

李优良

李优良 〇著



图书在版编目(CIP)数据

学书心得/李优良 著. —北京: 人民日报出版社, 2009.1

ISBN 978-7-80208-767-5

I.学… II.李… III.①汉字-书法-研究②中国画-研究-中国 IV.J212.052

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第006312号

书 名: 学书心得

著 者: 李优良

责任编辑: 安 申

封面设计: 刘 冰

出版发行: 人民日报出版社

地 址: 北京金台西路2号

邮 编: 100733

发行热线: 010-65369527 65369529

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京时捷印刷有限公司

开 本: 16开

字 数: 200千

印 张: 8.25

印 数: 1-5000册

印 次: 2009年1月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-80208-767-5

定 价: 60.00元



目录

序一	1
序二	4
第一部分：学书心得	
一、临与摹	9
二、学书妙途	9
三、学书步骤	9
四、艺术的丑与俗	10
五、学书当择笔墨	10
六、书法不是杂技	11
七、书法的标准	11
八、汉字是书法的艺术符号	11
九、以书焕采 切时如需	12
十、书法简要	12
十一、书画同源	12
十二、书法创作的软、硬伤	13
十三、任何艺术都是多种艺术综合	13
十四、书画题款的重要性	14
十五、字画名人与名人字画	14
十六、无知而无畏	15
十七、书法欣赏的角度	15
十八、自欺欺人	15
十九、艺术创作功夫和水平不成正比	16



二十、书法字典与字汇	16
二十一、学近原迹	17
二十二、博学精一	18
二十三、工欲善其事，必先利其器	18
二十四、学有所长，自有所取	19
二十五、繁简字书写一定要准确	20
二十六、临帖要领	20
二十七、艺术家的前后与左右	21
二十八、现代书法与新文人画	21
二十九、有容不为大	22
三十、因有内涵而美	22
三十一、赏心悦目	23
三十二、认清途径，路正功深	24
三十三、传统非正统	24
三十四、继承与开拓	25
三十五、说说漫画	25
三十六、艺术不是现实生活的刻板写照	26
三十七、名片、名骗乎	26
三十八、别拿书法不当回事	27
三十九、班门弄斧	27
四十、评论不分彼此	28
四十一、艺术当为社会服务	28

四十二、以情于画、艺自动人	30
四十三、书画家首先是文人	30
四十四、我说国画	31
四十五、答记者问	31
四十六、书法的审美	32
四十七、艺术的属性	33
四十八、艺术家的“三养”	34
四十九、吹漏了，别人都烦了	34
五十、由原生态歌唱想起的艺术的民间性	35
五十一、幽默与谦虚	36
五十二、碑与帖的临习	37
五十三、思考比练习重要	38
五十四、学书要用头脑	39
五十五、与事实基础相吻合的理论才能有效	39
五十六、研究创作规律	41
五十七、书法是留给后人的文化遗存	42
五十八、书法从孩子抓起	43
五十九、书法的雅与俗	44
六十、临帖与创作的问题	45
六十一、神来之笔，不是胸有成竹	47
六十二、别人不喜欢，就让他仍掉	47
六十三、辩证的去学习	49

六十四、笔法谈	50
六十五、补题画款	52
六十六、题与书	53
六十七、说说永字八法	54
六十八、傅山的“四宁四毋”	56
六十九、王羲之《兰亭序》何以天下第一	57
七十、书画家与吉尼斯纪录	59
七十一、草书创作的几个要素	60
七十二、说说书法的金石之气	62
七十三、中国书法中的“三大行书”	65
七十四、重书亦重人	67
第二部分：知识趣闻	
七十五、汉字史话	71
七十六、张坚与甲骨文	73
七十七、甲骨四堂	74
七十八、甲骨闲话	76
七十九、说比忆好	76
八十、张作霖手“黑”	78
八十一、《芥子园画传》的由来	79
八十二、《三希堂法帖》的由来	81
八十三、纸的起源	83
八十四、中国四大名笔	84

八十五、当代书画家斋号趣谈	86
八十六、毛笔溯源	88
八十七、说宣纸	89
八十八、中国古墨溯源	91
八十九、中国四大名砚	92
九 十、国画常见的形式	94
九十一、妙联趣话	96
九十二、砚之史话	98
九十三、中国三大篆刻印料	100
九十四、中国画的四大种类	102
九十五、妙趣横生的扇文化	103
九十六、哪些字画最具收藏潜力	105
九十七、浅谈中国印章艺术	106
九十八、中国书画题跋中的时令称谓	109
九十九、书法伴我人生路	110
一零零、家乡名胜——千唐志斋	114
一零一、欧阳中石先生的“四不”	115
一零二、举办书展 学书之途	118
后 记	123

序一

为书画集子作序，实在不是我所能胜任的。我不会画画，字也写得不好，对书画更没做过研究，对它自然就缺少话语权。也正因为如此，我对书画家从来就只有欣赏的份儿，欣赏他们的成就，更欣赏他们的精神。

李优良是我的朋友，书法创作又有不俗的成绩，学书过程更有值得称道的精神，读过本书书稿，觉得写点感想也是有话可说。一位靠悟性和勤奋，书法日渐成熟，并取得成功的年轻人，其刻苦精神让我心存敬意。

他不是靠家学起步的人，父亲是个普通教师，在书法上没有对他施加过什么影响。只是一个偶然机会，在外祖父家的一个柜子顶上，发现一个破旧的纸盒子，内藏五幅书法作品——孔子第57代传人孔令贻的书法。一种天然的悟性，使他对书法产生了浓厚的兴趣。从此，他密切关注村里的对联，到处观摩荒冢断碑、园林题刻，刻苦练习写字。没钱买字帖就向人借，没钱买纸就捡废纸写，甚至在水泥地上练习……就靠这种功夫，他的书法赢得了乡里人的认可，书写春联成了他每年春节的营生。悟性加勤奋，更加上故乡洛阳的浓厚文化氛围，使李优良与书法结下了割不断的情结。大学毕业以后，他又拜识了许多书法名家，从他们那里得到许多教益。

约略知道他的点点经历，便明白他的成绩来之不易。他练了右笔书法，又练左笔书法，并都写出了特色。这并非对书法艺术及其学问浅尝辄止之人所能做到的。现在，在总结多年艺术实践的基础上，他又完成了这部书稿——一部对书画

艺术及其现象的点评式的著作。看得出，他又在向另一个层次攀登了。

书法的爱好者，在我国所有艺术门类的爱好者中，论人数怕是数一数二的，但能够脱颖而出有所成就，成为真正意义上的书法家者，并不是很多。人人都想成为书法家，除了悟性这一点不是谁都具备之外，功夫下得不够是重要原因。书法史上的成功者，无一例外都是苦练而成的。东汉的张芝，几天练秃一支笔，每天洗毛笔，染黑了后院的整塘池水。东晋的王羲之，每天走路时用手指在身上写字，常把衣服写破。他儿子王献之学写字，写了几年功夫用了3大缸水，才学到父亲的点滴书风，“惟有一点似羲之”。史家记录的这些带有劝世意味的传说，都在说明书法家的成功，并非一朝一夕所得。

时下，在书法爱好者这个广大群体中，时有浮躁之风泛起。或急于成名，或渴望发财，于是走旁门左道，用奇术怪招，制造离奇“书法”，美其名曰“创新”；更有一些不地道者，造假行骗，欺世盗名，浑水摸鱼，获取暴利。此风不仅在书法爱好者中存在，书法界里业内人也有利欲熏心者混迹其中。究其原委，盖因为利所驱，又不肯花时间，费力气，沉下心来，狠下苦功夫，于是图省事，走捷径。此风既有违书家传统，也有悖时代精神。不思进取和不劳而获，是必须克服和抵制的不良行为。

有人把“左笔书”也列为浮躁现象之一，如此笼统归类似有不妥。“左笔书”在书法史上其实不乏其人，它也有其自身的传统。在当代，因右臂有疾改用

左笔的，多有成功者。费新我就是一例。双臂健全而主攻左笔并取得成就者，人数也很不少。看它是否属于浮躁，要看它是否出于跟风，作者是否把它当作艺术活动，是否下功夫进行创作。哗众取宠和艺术创作，读者是区别得出来的。李优良因一次意外，右臂受伤，三月不听使唤，于是试练左笔，又是悟性加勤奋，他又有所成就，可谓因祸得福。他显然与浮躁无关。

我把本书称为“点评式的著作”，因为它大都是提纲挈领，谈论或介绍与书法有关的种种话题，讲了观点，没有怎么展开。在这些点评式的言论中，可看出作者对书坛种种的关注。其中有谈书法的学习、传统的继承、现状的评述，有对当代名家书风和思想的弘扬，有对当下不良现象的批评，等等，内容颇为丰富。笔到之处，批评是直率的，观点也是鲜明的。细细品味，多有给人启发处。可惜的是，许多话说得过于简约，作为一本书，完全可以放得开一些，道理谈得透一些。不过，以他勤奋的个性，想必不会就此刹车。——或许，在不久的将来，作者会贡献出第二或第三本著作来。我深信如此，我也期待着。

郑荣来

2008年6月18日

（作者为人民日报海外版原副总编辑）

序二·浓情所寄是书香

优良兄命我写一篇评论兼作序言。这是个难题——第一我不是评论家，第二我还不具备为人作序的年龄和资历。但是为优良兄写文章是我的义务，怎么用则是他的权利，无可奈何！这么说，听起来好像不太情愿。其实不然！我很愿意说说对优良兄的印象。

说起来，优良兄是我的校友，都在北京师范大学中文系求学过，只是我虚长他几岁，未曾同时在校商量研讨。也许是这种学缘上的关系，我对优良兄的许多追求，感觉上都很熟悉。他曾在一篇文章中说：“在欣赏启功先生的书作时，通常会有一种涤荡心胸的感觉。”就很容易引起共鸣，因为我们共同沐浴过启功老在北京师范大学遍洒的德泽。他到马来西亚展览，费了半年多心血创作，却在展出后将收益全部捐助给当地的华裔失学儿童，这与当年启功老用笔墨所得设立奖学金的作风相似，不管是受到陶染还是天性使然，客观上都不能不说是继承了北师大的一个“优良”传统，构成他继承这个传统的内容的还有由他具体组织的每年一度的“首都书画家向西部贫困失学儿童捐助活动”等。

优良兄是个北方汉子：个高，嗓门大，碰到喜欢的事情无论做起来还是说起来都搂不住，用他太太写他的标题叫做“执着勤奋并快乐着”，而我的印象则是“情浓”！

因为彼此工作都忙，他并不怎么找我，但是一找我，肯定是在某一方面有了新计划或新成功。比如，在历史博物馆举办“殷都杯”书画展，他共找我两

次，前一次是写字，后一次是送书，都很急切而且兴奋，说得眉飞色舞，令你 cannot 不受感染。说什么呢？说他为什么要办这件事，至于办这件事可以预见的各种麻烦，则一句也不提，仿佛根本就不存在。通过这件事，他为家乡成功申报“殷墟”世界文化遗产做出了自己的贡献。但他不停留，“功成而弗居”，再次见到我时，这件事就不再提起，而是热烈地说别的计划了。这样持续了多年，等他因为别人的请求而把做过的事情都汇总起来时，大家都吃惊：这家伙怎么有精力做这么些事情？而且是件件漂亮，事事“优良”？！接触多的朋友很容易回答：因为他情浓。

他痴迷艺术，诗词、国画以及书法都尝试。在书法方面，他写篆、写草、写行、写北碑，都有一个特点：老老实实，不搞怪，不逞能。他给我看他的许多临作，米芾、二王、牛橛造像记、急就章等等都有，都十分认真谨慎，难得！像他这样已有许多人激赏而且拥有媒体话语权的人，还肯这样低头走路，真是不容易。之所以如此，或许源于他的认识：“书法的创作大可不必刻意的创新，还是要正本清源，吸取民族传统中正统的典范，多看、多学、多临、多研究，提高对美的鉴赏力。”敢于对“创新”说这种话的，好像不太多了，若非情浓，不会这么清醒的。但是他又有一件十分“创新”的事情——左笔书。这怎么解释呢？原人民日报海外版副总编辑郑荣来说：“李优良因一次意外，右臂受伤，三月不听使唤，于是试练左笔，又是悟性加勤奋，他又有所成就，可谓因祸得福。他显然

与浮躁无关。”我很同意，因为他的左笔书和右笔书一样老实地写，并不借机鼓捣丑怪和大肆宣扬。可见他很清醒：“左右”不是关键，“好坏”才是焦点。

尽管我对优良兄的印象如此“优良”，但却不愿意说他已经怎么怎么好了。原因有两方面：第一，他还年轻，不着急听好话，好话往往是给定型了的（也就是没前途了的）人说的；第二，艺术上远的好说，近的不好说，后来人往往比当局者要清醒。但有一点我相信，现在不说的好话，将来会有很多人说，而且是我有说服力的人会说，原因很简单——情浓如此，其书必香！

叶培贵

2008年8月19日于首师大

（作者为中国书协理事、中国书法文化研究院院长）



第一部分

学書心得

一、临与摹

时常有学习书法的人谈到临摹，往往认为其大都是练习写字基本的一种方法而已，其实真正书法学习中临与摹是完全不同的两种形式，临是把帖置于案头、眼前，看着帖上的字去写，其分背临和面临两种；摹是把薄的白纸覆在字帖上，写下面帖上的字，此种方法等同于古人的描银铁，即现代学生的描红。

二、学书妙途

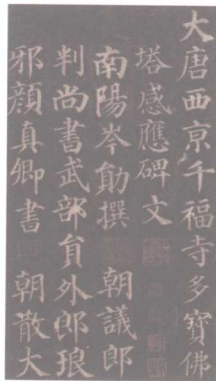
学习书法并非高深难事也，也并非有绝慧天赋，其有此兴趣，功到自然成矣，书法家李铎先生总结学书有八字不可或缺，一曰兴趣、二曰勤奋、三曰悟性、四曰途径。兴趣者，行之动力，勤奋者，勤能补拙，悟性理解领悟，途径则为方法，路径也，此之八字学书之妙途也。



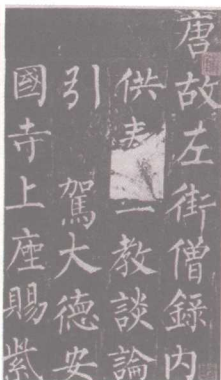
李铎将军为李优良书法展题词

三、学书步骤

书法入门，楷书为先。以楷书练习毛笔的使用技巧，掌握汉字的基本结构，熟练笔墨与宣纸的使用。以形成最基本的书法所具备的笔画、笔法和笔墨功底，从而了解汉字的结构规律，笔墨及线条，其首先以颜体入手，以求字的方整，笔力的沉厚，间架的和谐；柳体仅次，以求字的挺拔骨气，使其在前方整的基础上求得楷书毛画的筋骨所在；欧体为三，在前二者掌握汉字结构和谐与笔画筋骨俊秀的基础上，取其欧体的严谨和险绝，以求其势，平中有险，险中取势。最后



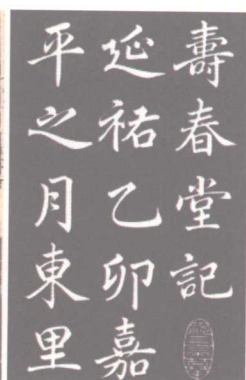
颜真卿·颜勤礼碑



柳公权·玄秘塔



欧阳询·九成宫碑



赵孟頫·寿春堂