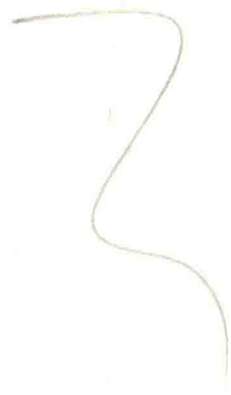




何 震 宇

书 法 精 品 集



图书在版编目 (CIP) 数据

何震宇书法精品集 / 何震宇著. -- 南京 : 江苏凤凰美术出版社, 2014.11
ISBN 978-7-5344-7853-6

I. ①何… II. ①何… III. ①汉字-法书-作品集-中国-现代 IV. ①J292.28

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 248733 号

责任编辑 郭 渊
樊旭颖
装帧设计 南京品映社文化传播有限公司
责任监印 贲 炜

书 名 何震宇书法精品集
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰美术出版社 (南京市中央路 165 号 邮编: 210009)
出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>
印 刷 南京新世纪联盟印务有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/16
印 张 4.5 印张
版 次 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5344-7853-6
定 价 110.00 元

营销部电话 025-68155677 68155670 营销部地址 南京市中央路 165 号
江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换

何 震 宇

书 法 精 品 集



何震宇

江苏南京人。医学博士，副教授、主任医师、硕士研究生导师。中国书法家协会会员、南京市青年书法家协会主席、江苏省青年书法家协会副主席、南京市书法家协会理事、江苏省国画院特聘书法家。

● 艺术成就

- 1989年 入选“全国大学生书法展”。
- 1998年 获“首届江苏艺术节”铜奖。
- 1999年 入展“第六届中国艺术节国际书法大展”。
- 2000年 入选“全国第八届中青年书法篆刻家作品展”；
书法论文获“第五届全国书学研讨会”三等奖（河北鹿泉）。
- 2002年 “第二届江苏省青年书法篆刻展”获奖。
- 2003年 论文入选《流行书风辨》（中国艺苑出版社）。
- 2004年 参与编写《中华历史三字经》（行书部分）（上海科学普及出版社）；
入展“林散之奖书法传媒三年展”。
- 2005年 入展“中日书法交流展”； 论文入编《墨语》（天津人美出版社）。
- 2006年 入选“全国第四届正书展”，赴日本留学。
- 2007年 上海《书法》“百强榜”书法竞赛获提名奖。
- 2008年 作品入编《江苏省书法研究会10周年作品集》。
- 2008年5月 发生举世震惊的“汶川大地震”，作为江苏省首批“抗震救灾医疗队”
专家，第一时间奔赴四川省江油市进行抗震救灾工作，抢救了大批伤员。
- 2009年 作品入选“庆祝建国60周年作品展”（江苏省书协举办）。
- 2009年9月 江苏电视台专题报道。
- 2010年 与桑作楷、黄征、李泰庆举办“书法篆刻四人展”（南京市美术馆）。
- 2011年 入选“江苏省首届网络书法展”。
- 2012年 参加“墨海弄潮”“南京青年书协主席团作品展”（艺加美术馆）。
- 2013年 参加“墨彩青奥”“南京市青年美协，书协作品联展”。

另有多篇论文发表于《书法研究》《书法》《书法导报》《书法报》《南京日报》等。出版有《何震宇书法作品集》，作品被江苏省美术馆、江苏省国画院、南京江宁博物馆、南京灵谷寺、栖霞寺等多家文化机构收藏。

学书往事（代序）

何震宇

我学习书法的时间可以追溯到上世纪70年代，大约是1975年，7岁的光景，我就正式跟着祖父何慕韩先生学习写字了。他当时是南京古平岗小学的老教师，有些旧学的底子，那时一本颜真卿的《多宝塔碑》，摩挲盘桓了好几年，算是搭起了一生的间架结构，到今天还是觉得受益无穷。

不过快乐的光景总是短暂的，小学毕业时，祖父因患尿毒症不幸去世，这样学习书法就再没有人指路了。于是大约一两年时间，书法写写停停，再没有任何起色，完全是自己身上的包袱，快要卸下了。

今天的人们很难理解在上世纪七八十年代人们学习的条件是多么的恶劣，那时没有网络，甚至没有一本像样的字帖，很多的知识完全靠老师的口传心授，况且书法中门道又多，单单是何绍基头脑发热，搞个回腕法，就把人的头脑搞糊涂了，如果没有人指点，书法之路必定无踪可寻。当初爷爷在世时，也曾教我的一位叔叔和一位表兄学习书法，而且他们当时书法水平比我还要好一些，可是老人去世后，他们便没有了进步的动力，逐渐离开了书法界。

我的书法之路又在何方呢？

上世纪80年代的人们精神生活匮乏，书法热那是真的热。江苏省美术馆、南京鼓楼公园每次搞书法展，都是人山人海，而且会持续到展览结束，完全不像今天，开幕式完了，展厅都是空空荡荡，观众都是微信招来的。那时观众的热情会让你觉得写好字是莫大光荣的事情，于是，林散之老先生的展览我和小伙伴们去看，费新我、金尘僧的展览也去看，懵懵懂懂，一股脑儿，也不知吸收到了什么。

但还是没有老师指点。1983年的夏季，事情有了转机。一个非常偶然的的机会，我和当时学习书法的小伙伴们去镇江焦山拓《瘞鹤铭碑》，一位南京的游客见了好奇，和我们闲聊了起来，他允诺回南京后介绍一位书法老师和我们认识，于是认识了我书法道路上一位非常重要的老师——方耀生先生。

人生的路常常需要回顾，不要低头一直往前走。回顾可以让我们总结过往的得失，很多的价值是在回顾挖掘的过程中自然凸显的，也许当时你看它并不重要，甚至可有可无，但时间这把尺子最终会给每个人的历史一个完整的交代，这也是我今天想写这段文字的一个最重要的原因。

方先生比我大10岁，出生在激情澎湃的1958年。严格意义上说他并不是职业书法家，那时他也在和别人学着书法，但这并不妨碍他热情地指导我们，很像一个大男生带着一群小弟弟，仔细地研习着书法和书法以外的人生。

他曾经全家下放，在农村待过好些年，我们认识他的时候，他已经返城，住在东井亭下面的华电厂宿舍。每周五晚上去他那里，都像要打一场仗。我常常简单地吃点东西，然后要赶往中央门，再坐8路公交车前往他的宿舍，到他那里时常常已是晚上7、8点钟了，接下来是点评作业，老师示范，到了10点左右，他又催着我们上路回家，因为再晚就没有公交车了。经过这样的辗转，往往到家已是半夜，母亲总为我守门，很晚很晚才能睡觉。说实话，我都不知道哪里来这么大的热情，事实上，同去的小伙伴们因为各种理由渐渐都没有了踪影，只有我一直坚持到1985年。再后来，因为要准备高考，和方先生的联系逐渐少了。

在他的斗室里，他教会了我们《龙门二十品》的写法，为我的书法学习打开了一扇大大的门。书法发展到清中叶以后，由于一帮文人的提倡，碑学的思潮渐渐兴起，到了清末康有为写下《广艺舟双楫》，以《龙门二十品》为代表的一批工匠刻字、民间书法登上了大雅之堂。但是用柔软的毛笔表现其雄强的气势却绝非易事，而且又要写出一点点写心抒情的味道，有别于“文革”时期刷大字报的“新魏碑体”，就更加困难了，这需要一点一画地推敲，所以想想这三年的光景其实就是掌握了合理运用笔势的过程。在方先生那里，我们第一次对书法的工具“笔墨纸砚”有了系统的认识，知道了如何选择合适的工具进行书法临摹和创作，知道了为表现创作思想而合理地组织运用书法语言。这样的学习效果很快也得到了验证。

更重要的是学到了许多良好的品格和习惯。方先生气质儒雅，为人清高，从他的言谈举止中知道了“方正”的含义，知道了君子有所不为。他的小屋永远都是一尘不染，东西收拾得井井有条。那时的人们经济条件都有限，我却在他那里见到了收藏级的湖州王一品的一套笔“劳动最光荣”；制工精良，带有眉纹的歙砚和洁白如玉的寿山石印章。

他经常和我们谈谈家常，也说些字外功夫的话题。有一次，他的单位组织去黄山游玩，次日又去了太平湖。

回来后他激动地说着黄山的美景，还从口袋里拿出一支小小的口笛，告诉我们他在黄山的后山上吹奏笛子曲《百鸟朝凤》，引来百鸟欢歌和鸣，听得我们入神了，他也在他的小屋里吹了一段，果然是天上才有的清音，是我从未听过的雅曲。可以说少年时期的我，处处对他进行模仿，这种改变已经浸入了我的灵魂，成就了我今天的气质。

在方先生那里，书法是高雅的艺术，是他内心的独白。有一次，一位从北京来的书法界朋友过访，方先生也和他进行了交流，北京朋友送他一副对联：“大道多自悟，高山少知音。”他在屋里挂了很久，看得出他喜欢这幅字的内容和苍劲有力的魏碑书风，或许暗合了他心中某种悲悯的心思。这种高蹈的气质也注定了他日后会选择一条远离世俗的道路，只在暗处默默前行。

1985年，江苏的书法界有一件重要的事情正在发生，那就是《周末》报举办了“银牛奖”书法大赛。这是书坛的一次盛会，而且这次展览的评委会主席就是林散之先生。据后来我听说，凡是获奖作品都经林老首肯，不知是真是假。那一年我17岁，悄悄投了稿，居然中了佳作奖，很快名字就见了报。事情在学校里传开，我受到了校长的表扬，也有一些沾沾自喜的味道。

等到我去方先生那里，向他说明事情的原委，他向我表示了祝贺，但同时非常委婉地告诫我：学习书法绝不是为了参加展览从而出人头地，书法是一种生活方式，它是栖息心灵的地方，是我们个性中神秘密码的符号，更多的时候用于和自己内心进行对话；而浮现于外，供人评说的，可能已经失去了书家的本意。

说实话，他对少年时期的我说这番话，我是似懂非懂。这些道理，需要人生经过历练后才能体悟。

再后来，我考上了大学，离开了方先生。工作后，我曾经试图再联系他，可是他已经成家，搬离了原来的住所，虽然我们同在一座城市生活，却彼此再也没有见过面。

（原文刊登于2014年8月22日《扬子晚报·繁星》副刊。）

坐松论道

甲午
震宇



坐松论道

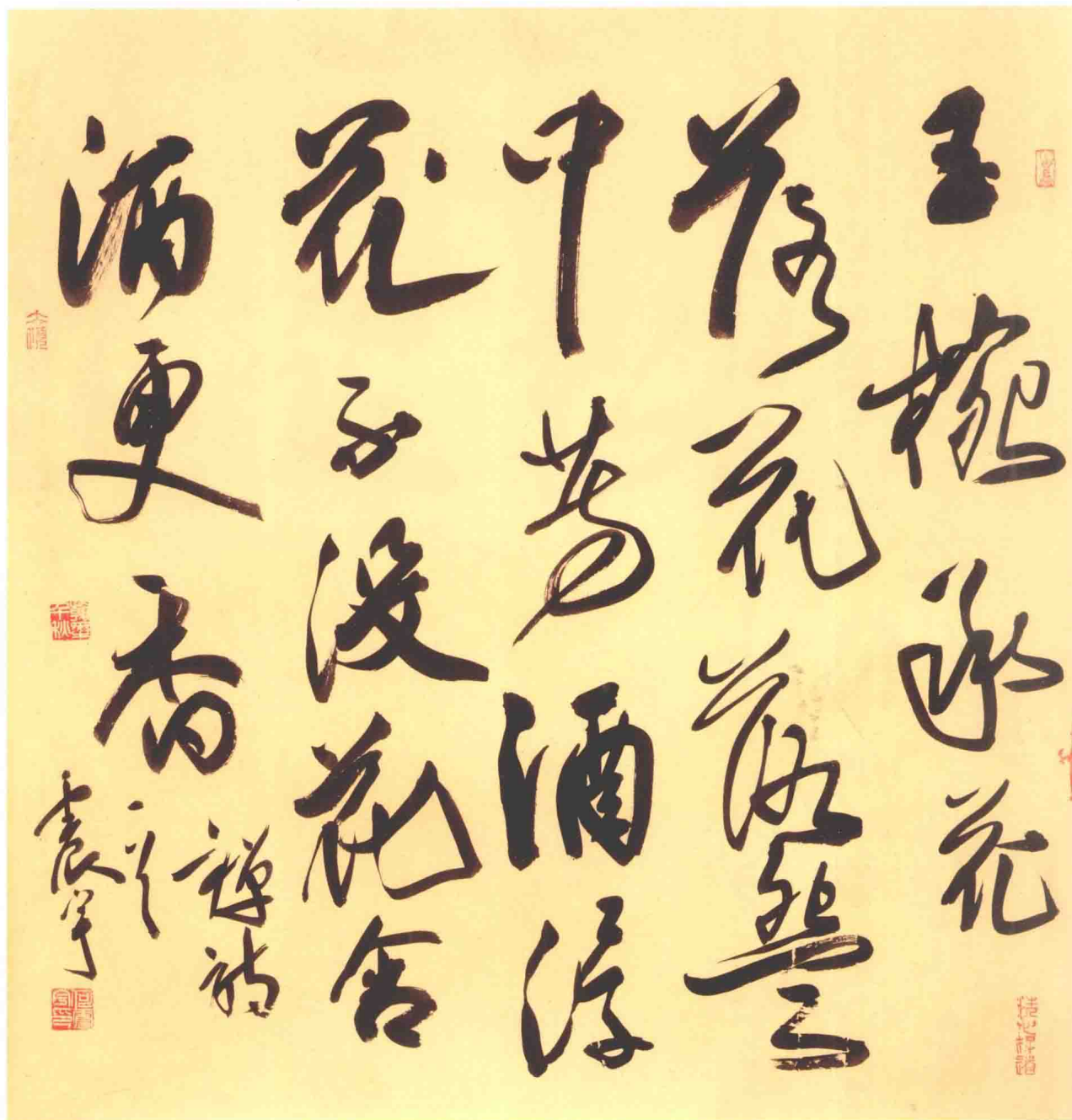
横批 34 × 138cm

挂席东南望 青山水国遥
轴牖争利涉 来往任风潮
问我今何适 天台访石桥
坐看霞色晚 疑是赤城标

何震宇

《舟中晓望》

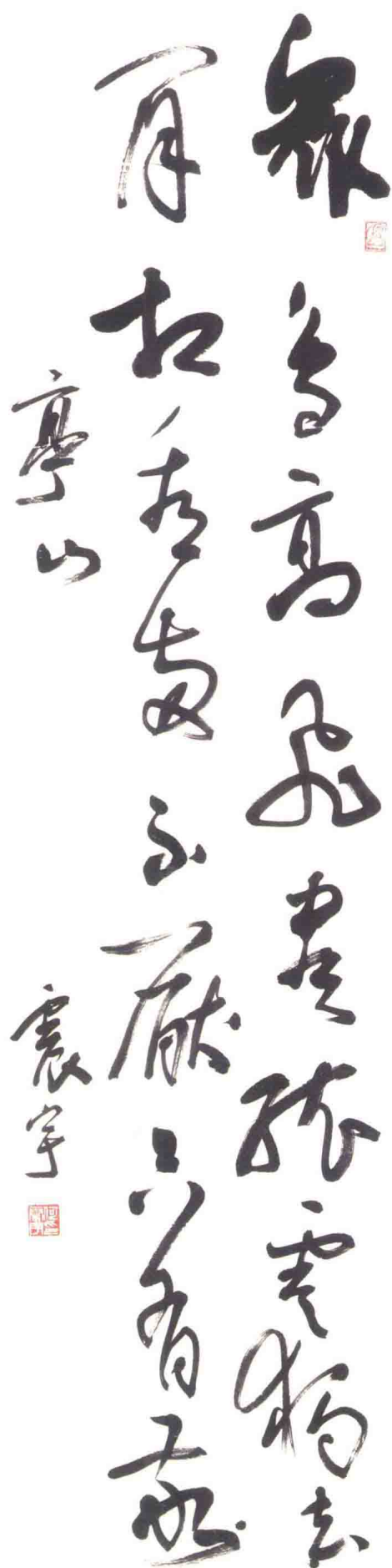
挂席东南望 青山水国遥
轴牖争利涉 来往任风潮
问我今何适 天台访石桥
坐看霞色晚 疑是赤城标
条幅 180 × 34cm



《禅诗》

玉腕承花落 花落盘中芳
酒浮花不没 花含酒更香

斗方 64 × 64cm



《独坐敬亭山》

众鸟高飞尽 孤云独去闲
相看两不厌 只有敬亭山
条幅 138 × 34cm

雪消月 華滿仙 台 萬燭當 樓寶扇 開 雙風云 中扶輦 下 六盤海 上駕山 來 鎬京春 酒沾周 宴 汾水秋 風陋漢 才 君王又 進紫霞 杯



《上元应制》

雪消月華滿仙台 萬燭當樓寶扇開
雙風云中扶輦下 六盤海上駕山來
鎬京春酒沾周宴 汾水秋風陋漢才
君王又進紫霞杯

橫幅 34 × 270cm

行水秋
風隨海
才正
昇
人
采
途
標
王
新
如
震宇

莫可如何
 悔之能獨
 午晚在
 親手
 莫可如何
 悔之能獨
 午晚在
 親手
 莫可如何
 悔之能獨
 午晚在
 親手



《阅时》

横幅 35 × 138cm

朝闻游子唱离歌
昨夜微霜初

度河鸿雁不堪愁
里听雪山

况是客中过
关城曙色催寒

近御苑砧声
向晚多莫是长安

行乐处空今岁
月易蹉跎
震宇

《送魏万之京》

朝闻游子唱离歌 昨夜微霜初度河
鸿雁不堪愁里听 云山况是客中过
关城曙色催寒近 御苑砧声向晚多
空今岁月易蹉跎

镜心 64×46cm



《岳阳楼记》

释文略

成扇 20 × 50cm

十年探学临池 始知王公学卫悲
草圣本须因酒发 笔端应解化龙飞
何震宇

《题怀素酒狂帖后》

十年探学临池 始知王公学卫悲
草圣本须因酒发 笔端应解化龙飞
条幅 138 × 34cm