

纪念邯山区建区二十周年



二〇〇〇

任集國畫法外墨集

任集題



任景園書法作品集

旭宇題

庆祝邯山区成立二十周年 任景园书法展

前言

邯山区到今年十月已满二十周岁了，进入了年富力强的新阶段，回眸往事，历历在目，邯山区由比较后进过渡到如今在市属区、县的前茅，财政收入三年来年超千万元，可歌可贺。邯山区是我的生命之源，我在一九七八年右派平反后分配到邯郸市缝纫机架厂工作，一九八〇年邯郸市市区划分为邯山、丛台、复兴三个区，我分到邯山区。一九八二年调区职工教育办公室工作，一九八七年离休。离休后十四年来，在邯山区领导关照下老有所养，丰衣足食，饮水思源，在她的生日我送点什么礼物以示回报呢。我在邯山区的培育下从事书法活动十几年来临池未懈，取得了一些细微成绩，想搞个书展向领导汇报，但惟恐我的造诣不高深感踟躇。后来我想一个人的才能有大有小，对社会的贡献也有大有小，大者安其大而不骄于小，小者安其小也不卑于大，一个人如果最终不能结个果子那就做一朵鲜花，如果最终绽不开花蕾那就作一片绿叶，人才是有层次的，星星绝不因月亮的存在而失去价值。为此把我这几年来在书法上取得的点滴收获在邯山区建区二十周年的日子里向领导做一个汇报。把100余件拙作在庆祝大会上展出，并在此基础上辑印一册书法作品选集作为纪念品赠给邯山区有关部门和领导同志、书法同好，以兹留念并请批评指正。



作者近影

简介

任景园，一九二七年十月生，笔名：督亢一民，室名偕老斋，男，汉族，民革党员，河北省高碑店市人，华北人民革命大学毕业，江苏无锡书法艺专毕业、研究生班修业，一九四九年参加工作，一九八七年离休。现任民革邯郸市文史委员会主任，曾任邯郸市老年大学书法系主讲教师，邯郸市图书馆高教自考辅导学校校长，邯郸市邯山区政协常委。

现为中国老年书画研究会会员，河北省书法家协会会员，邯郸市书法家协会艺术顾问，邯郸市老年书画协会副主席。

自幼酷爱书法，初学颜体，后遍临历代名家碑帖，几十年临池不辍，用心甚笃，擅楷书，善行草，通篆隶，其书用笔沉着，结构严谨，十几年来在邯执教书坛，市内数千人次聆听书教，其所教学生有职工、有干部、有学生，在年龄上有七、八岁的儿童，有七、八十岁的老人。他教学认真，以身示范，被管理部门连续评为先进教师，省工会积极分子，市双文明先进分子，党派组织中连年评为先进党员。

其书法作品多次参加省市及全国性展览，并有多幅作品在各次比赛中获奖，其书法理论文章散见于全国各省、市级报刊杂志，有的书法作品被多家单位收藏，有部分作品流于港、澳、台及美、英、法、日等国家和地区，有部分作品人编各类书法集及地方志书。其艺绩被载入多种书家辞典，一九九五年被中国中外名人研究会授予国际艺术交流特别奖，一九九七年被授予世纪末艺术成就奖。一九九九年《老人世界》书画展获金质纪念章，获文化部、烟台文化艺术城《名家创作奖》金质奖章，其业绩被收入世界人物辞海。



作者在书房留影



全家照



辅导儿童学书法
(孔令伟 李栋 安玲 陈文芳)



作者青年时留影

我的感慨……

邯郸市邯山区建区二十周年，在此工作多年的任景园老先生欣然献上自己创作的百幅书法作品以表祝贺，并自费编印此书法集赠送友人交流留念。任老言：『了却平生一桩心事』。闻之，令人感慨良久……

我与任老相识于八十年代初开始的书法热中，其时，因受文联委托筹建邯郸市书协，我有幸结识了一批令人尊重的老书法家，并在多年的交往中，同不少老先生成为忘年之交，景园先生亦是其中之一。任老一九四九年毕业于我党创办的华北人民革命大学，后因政治风云变幻，在反右扩大化中蒙难，几十年来历经坎坷，一九七八年始得落实政策，解脱精神枷锁，被安排到邯山区工作，面他此时已年过半百；在这之后的二十多年间，任老以一个老知识分子对党和国家以及民族传统文化化的热爱，以一种追回以往失去时间的态度，勤奋工作，努力学习，不断充实自己的学识修养，除在自己担负的区职工教育管理工作兢兢业业外，尤其以自己擅长的书法艺术积极为社会服务。一九八三年以后，任老和长女桂芬（现名桂子）双双成为市书协的重点作者，并以自己的佳作多次参加省内外各大展，以他们精湛的书法活跃于燕赵书坛，任家父女书法家在古城邯郸传为佳话。时下，在任老儒雅家风中培育成长的桂芬，已担当领导河北女子书坛的重任，这也是让任老感到欣慰的事。

谦虚、诚恳，治学严谨，是任景园先生的一大特点，他虽书法功底深厚，但从不能满足于己有知识，在探索书法艺术真谛的道路上，他一方面而日日临池不辍，从先贤名帖中汲取营养，同时还挤出时间坚持学完了无锡书法艺专毕业及研究生班的全部课程。他精楷书、擅行草、通篆隶，其书行笔沉着，结构严谨，重传统而不时饶有新意，在诗词联赋方面也有相当造诣，从此次汇集的百幅作品

中，我们可以看到他既『老辣』而又『年轻』的心。诚然，如所有书界同道一样，在艺术探索的道路上，有时终其一生也难以达到完美无瑕，但能在他那字里行间让我们看到一种不甘墨守成规的『变』意，就足以让同道们受到启迪了。任老曾说：『一个人的才能有大有小，对社会的贡献也有大有小，大者安其大而不骄于小，小者安其小而不卑于大』。『星星绝不因月亮的存在而失去价值』。他正是以自己这种对社会的认识和态度，实现着自己的价值。

办事认真，一丝不苟，是任老的又一特点，同许多他那个时代过来的老知识分子一样，任老对他所负责的事，总是那样细致入微，毫不马虎，他从事书法教学近二十年，在他为教学整理编集的诸多口诀、挂图、教案中，我们不难看出他为之付出的心血。多年来，他先后为邯山区、市工人文化宫、市老干部大学以及许多大专院校举办的书法班授课，受到教育的学生包括了老、中、青、少各不同年龄的书法爱好者，人数不胜枚举。他以自己卓有成效的工作，为我市书法艺术队伍的壮大，创造了良好的基础，正是由于这些突出的成绩，他多次被有关管理部门评为先进教师，并曾荣获省工会积极分子，在民革组织中也连年被评为先进党员，并当选为邯山区政协常委。任老以自己高尚的人格和无愧于社会的工作，赢得了人们的尊重。

『滴水之恩，当涌泉相报』。做为一个已是七十四岁高龄，一生饱经磨难，且患有糖尿病多年的离休老人，任景园先生从未为自己几十年所受的委屈和不公正待遇有所抱怨，而总是感觉得到组织上太多，而自己为国家、为社会贡献太小，在他晚年之际，将向原工作单位奉献自己的书法作品和编印这本书法集做为久久萦怀的『心事』，我们难道不是可以从中看到一颗金子般的心吗？

我没有给别人写序言的经验，如果可以，权且把我这些感慨做为这本书的序言吧！

王旭东

二〇〇〇年六月

三定起步力闯三关

谈谈怎样学好书法

怎样学好书法，这个题目，看来比较简单，可说起来却是比较复杂而且内容又是相当丰富的，学好书法是我们民族的广大人民的愿望，尤其是有一定文化的各行各业的职工、干部，就连高级知识分子阶层中大学教授和各方面的专家、学者，谁不愿意有一笔好字呢？过去有俗语说：『一笔好字、两口二黄、三杯美酒、四季衣裳、五官端正、六国留洋……』这六条概括了一个仪容端庄的、有学识的、文质彬彬的外交场面的中华民族特色的理想人物。这个理想人物的特色首列到书法功力上，这一方面由于笔前加一顺理成章，再一方面也是一笔好字属于头等重要和达到一笔好字也是难度较高的说明。那么怎样学好书法呢？首先弄清下面几个问题：

一、什么是书法，它的概念是什么？书法这个词从字义上讲是书写汉字的方法，这其中包括着用笔、结体和章法等技法，但这并不是书法的全部含义，因为书法是一门艺术，中国书法家协会名誉主席舒同同志在全国第二次书法家协会代表会上讲道：『书法作品是书法家凭着深厚的功力和创作的激情，创造性的艺术劳动成果，要繁荣艺术创作，首先要提高对书法创作的认识，由于书法既有实用性也有艺术性，因而一直存在着写字和书法艺术界限不清的问题使人误以为书法只是写：毛笔字或者认为书法只是一种写字技巧，因此在不少场合把书法创作曲解为技巧表演，甚至宣传左右开弓、脚书、舌书等，似乎这些卖弄技巧的表演比书法本身更重要，这是一种严重的误解，我们有责任强调指出，书法不只是写字而是一门独立的艺术。只有大力强调书法的艺术属性，才能使各方面了解和尊重书法创作，才能克服粗制滥造和急功近利的偏向，使书法艺术严肃地健康

地发展。欧阳中石也强调说我们不能作一个半文盲的书家，半文盲怎么能是书法家呢？充其量也不过是一个书匠，像墨猴一样的工具而已，我们不能到那里就大笔一挥只是写已经练就的几个大字，于是就以书家自命，人家修建了一个公园，请为亭子取个名字，请写个抱柱楹联能不能既景生情，导人人胜，贾宝玉到大观园还能说几句，我们总不能成了刘姥姥。

二、怎样学书法，这个题目近代书家李铎同志连续地讲过，他讲的是叙述性的，包括的内容是多方面的，不容易几句话说得清楚。中国书画函授大学刘夜峰同志讲怎样学书法有五句话是高度概括了的，即：临帖是入门，楷书是基础，笔法是关键，勤苦是通途，博学是阶梯。

三、为什么要学书法，我们要成为一个真正的人，我们每一个人，每一代人都有自己的历史责任，这个历史责任反映到各个方面就是在各个方面的承先启后，继往开来，在书法上也是这样的，就有实在资料可据的文献看殷商的甲骨、周代的鼎彝、嬴秦的小篆、两汉的隶书简帛、魏晋的行草、六朝的刻石、唐代的真楷，以至宋、元、明、清历代的名家手迹，汇成了一个书法艺术的宝库，这是我们的民族的财富，我们没有权力亵渎它，我们有责任把它继承下来，有责任恢宏出去才无愧于前贤，才可对将来。这就是我们学习书法的历史责任，这就是我们学习书法的意义。

四、我们要当一个什么样的书家：一九八五年十一月河北省召开了首届书法教育经验交流会，会上全国书协副主席、省书协主席黄绮教授讲道：书法教学不单是传授书写技巧，而更重要的是通过书法教学达到书法教育的效果，经过书法教育使我们的书法爱好者或者书法家具有不愧于当今时代的做人品格，这个品格他没有具体地讲，欧阳中石讲了；他说我们希望我们的书家首先是热爱炎黄中华、热爱中国共产党、道德高尚，正直耿介，修养有素，自珍自重，艺术境界高远，文学造诣较深，揖让进退之间，彬彬有礼，能够为我们当今的时代献出自己的艺术力量，这才是我们今天所要求的书家，前边几个概念明确了，现在来讲我们要讲的主题即怎样学好书法，怎样学好书法关键是一个好字，我认为学习书法开始要走三定的路，然后在三定的路上闯三关。

所谓三定即一定定时间，在你每天生活、工作学习和家庭事务的安排上和你的精力方面，认为在什么时候练书法为宜时间多少经常下来确有保障，有的人在晚睡前练功，有的人在早起练功都可以，三班的职工可在上下班前后，把这个时间固定下来，保证住，坚持下去，有的同志说我晚睡前是看电视，早晨不愿意起，其他时间有家务，那我说你可以不学书法，你要学就得挤出时间和精力，这就是『有所为就必须有所不为，有所不为才能有所为』的道理。

二定是定书帖。定了时间就要定书帖，你在各种字体中，真、草、隶、篆你打算先学那种字体，或者说你喜欢那种字体，一般的初学先学楷书，因为楷书是书之楷模，即汉字的标准形体，楷书有了基础再学其他字种容易掌握住形体和结构，但不愿先学楷书也可以先学隶书或篆书、草书。定了书种再定法帖比方楷书是学颜、学柳，还是学欧，这是二定。初学在选帖时要本着取法乎上上溯本源的精神：真书欧、颜、柳，行书是二王，隶书追两汉，草书怀与张，小篆法二李，大篆溯周商。

三定是定任务，第一定了时间，第二定了书帖，这时根据你试学的情况在这个时间里每天写多少字。据我的体验我在每天一个小时的定时间里写大字八开纸四—五张即四十八至六十个大字，天天如此。写行草或写小楷可以定页数、字数都行，开始时任务可灵活，保时间也可以按时起止绝不马虎，有了这三定在学书法方面开始起步了，起步了要向前走，在向前走的过程中必须过三关才能达到书法艺术的高深境界。

第一关，开始练书法了家里人有意意见，说你干活少了，墨臭了，屋里脏了等等。这个好克服，勤洗一下笔砚，自己多付出些辛苦，多说几句好话就过去了，可是自己练了一段时间，感到手、臂酸痛了，自己又觉得练书法又没人给加班工资还自己受苦，从此罢休，这第一关没有过去。为了继承祖国的书法艺术传统，想到自己的历史责任，排除了各方面的干扰，克服了个人的苦痛，继续学下去，在家中习以为常了，学书法成了个人生活中必不可少的一部分，慢慢地手也不疼了，这就第一关过去了，由必然到自然，由不介入到成为一种生活内容，第一关可以叫『适应关』，也可以叫『兴趣关』，

由一时的爱好变成热爱书法的真正兴趣，把一时的感情冲动变成自己生活中一个重要组成部分。

第二关，过了第一关接着便是第二关，这一关是比较难过的一关又是最长的一道关，用屈原的话说是：『路漫漫其修远兮，吾将上下而求索』。用陆游的话即是：『山重水复疑无路』的阶段，这就是在学书法漫长的道路上最难走的一段路，在这个阶段考验你的是，进步不显著，自己对自己的习作通不过，写完想撕掉，有时觉得今不如初，愈写愈难看，什么时候能写好呀，一年二年、三年五年还是十年难以确定，于是自卑起来，认为自己没有写好字的素质，不是书法家的料，这时难、泄气、不进步等等相继向你冲击，这时你失去了向前探索的勇气，停止了，半途而废，这第二关没过去。假如你没有被困难、进步慢等等考验吓退，顽强的战斗下去，你这时安静下来，把开始写的和现在写的比较一下就发现有明显的不同。那么又为什么总看着自己没有进步呢？这是因为你每天在进步，每天要求也在提高，所以看自己的作品就觉得不进步了，同时你临的书帖是一代书法宗师的法书，总想和他相比较，那当然就显得慢了。宋代书法家王安石讲过：『看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛』，请你在困难面前不要失去了战斗力，要继续练功、读帖，向人家请教，从各方面汲取力量顽强地走下去，所谓『功到自然成』，这就是由渐变到骤变、由量变到质变的道理，如艾思奇在他的《大众哲学》里讲的『雷锋塔的倒塌』的故事一样，大家喜欢郑板桥画的竹子吧，你知道他怎样练功的吗？他写到：『四十年来画竹枝，昼间挥洒夜间思。剔去繁冗留清瘦，画到生时是熟时。』苏东坡对学书法的人说过：『笔成冢，墨成池，不及羲之及献之。』这说明你不是写不好字，而是你没有花费练好字的时间和精力，顽强的练吧，当你一天清晨起来，看到自己的书法作品确实写好了，和你临习的书贴不仅形似而且神似了，张在墙上远远望去确实又好看又有力，又有神采，和电影明星的肖像并列而无逊色了，这就是过了第二关，这一关叫做苦战关吧！还要强调一点是通过这一关时还要结合三定中的定书帖，同一种书帖进行下去有时涉及别种，但必须以所定的书帖为主强攻，否则如八三年高考作文题那样，一个人打井这里没有水再换个地方换来换去打的深度不够浅尝辄

止,也就是十事之半通不如一事之精通。

第三关(创新关)过了第二关,你的书法已经进人门庭户院了,但这个门庭户院不是自己的,只能是某一家的合格门徒了,书法艺术反对奴书,讲究有自己的风格,郭沫若同志讲到鲁迅的书法时候说道:「鲁迅的书法是师古而不泥古,推陈又能出新,因此说你学书法过了第二关是有了很大的成绩,但这只是临摹的成功,未出别人窠臼,有人过了第二关,过不了第三关就像李尔重同志讲的『古今多少英雄泪,困死窠臼未见天』这就是指过了第二关过不了第三关讲的,第二关是学习书法不走样也即是:按图索骥照猫画虎;好像蚯蚓吃泥土拉泥土以无我的精神去学、去摹、去临。怎样闯过第三关,这就是要求你在专的基础上求博,要像蜜蜂一样,采百花之粉酿成自己的蜜,取百家之长,创出自己的风格,如能以自己的独特风格怒放艺术的百花苑中,为人们所赏识,这就是过了第三关,达到了书法艺术的高度境界了,那时你的愉快心情将是无可比拟的,同志们我讲的是否有用,请不妨试之。

上面讲的是关于怎样学好书法中有关认识上意志上学习过程的设想,至于怎样才称好,有关书法欣赏和各种书体的学习方法步骤在下一篇『怎样学好书法之二』中再叙,限于稿者水平,错误之处在所难免,望方家、爱好者、学员们批评指正。

中国书协河北分会会员 任景园

一九八六年四月二十六日

让书法艺术之花常开

河北省首届书法教育经验交流会上的发言材料

前言

我的书法只是在日常工作中用毛笔写写汉字而已，如写写会标，写写机关部门的岗位责任制，春节写写对联，有时写个条幅等。如果把书法作为一门艺术来说，我还是个门外汉，是个小学生，是个探索者，但从我对书法这门艺术的感情来说，我倒是一个热恋者，这种热恋之情可以说是：『梦寐以求，求之不得，展转反侧』的。

谈到书法教学我觉得这属于对初学者的启蒙教育。自己虽然水平不高，但教些基础的东西自己还敢当一个与同学们互教互学的小先生，进行书法教学，我经过组织和任教，前后十二个班次了，接触的学生约六百人左右，其中有职工，有干部，有教师，有学生，有中青年，还有老年和儿童，在这几个班次的教学中有经验，也有教训，但都不是成熟的，为了交流探讨，我还是可以谈谈我的肤浅的体会，做为向大家学习取经的晋见礼。

先谈一下书法教学对我诱发的远因和近因。我自小喜欢书法，但由于没有人教导，看不到学习书法的路径，不懂得书法的源流、变迁、书种、流派，更不知道书法在祖国的传统艺术中和在世界艺苑里的地位，而中了班超的『大丈夫立志于四方，安能久事于笔砚之间』的偏见毒害，使我长期放弃了书法专业的探索和进取，参加革命做了九年大丈夫后，变成了右派，风风雨雨二十年，由于情绪低沉，条件和环境较差也没有和书法结缘，党的十一届三中全会后，政治上得到了平反，精神

上焕发了青春，感念党的光荣、伟大，愿贡献自己的有生之年于祖国的两个文明建设、更由于三中全会后各条战线呈现了繁荣景象，文化上真正的贯彻了双百方针，在书法这门民族的传统艺术方面也枯木逢春，花开满枝了，这就使自己对过去没有认识的东西，得到了认识，清洗了做大丈夫的思想污垢，在完成本职工作的前提下而奋发投入到书法艺术的洪流中去，自己专心学习，也愿意使广大爱好者和同路人一起共同学习，尤其是回忆自己童年时爱好书法没有成长起来，是由于当时没有师授，没有远见，因而缺乏动力，这是我自己愿意搞书法教学的远因。

几年来自己在书法学习和参加书法活动中如参加书法表演活动或参观书展中不断遇到好青年对我提出问题，如「怎样才能学好书法？」有的在展厅提问：「哪幅作品好？」「哪种书体好？」表现了广大青年对祖国书法艺术的热爱和对书法知识的渴求我应该也有责任支持和满足他们的要求，这是诱发我搞书法教学的近因。在这两种因素的激发下，我决心要进行书法教学的探索，我的本职工作是搞「职工教育」，搞书法教学也有便利条件，于是从一九八三年开始在文化学习招生中同时招收书法学习班。

下面谈一下我搞书法教学的主要做法和几点粗浅的体会。

一、教学目的和课程设置

进行书法教学对我来说是个新的课题。达到什么目的，设置什么课程，心中无数，同时书法教学也没有标准教材，更没有教学大纲。课程怎样设置，教学怎样安排，只能靠自己的主观能动性和想像力去作，我安排的课程是这样的：

（一）、「三定」起步，力闯「三关」怎样学好书法浅谈，通过这个单元的学习，使大家明白学习好书法的路径是曲折的，是「春花秋实」而不是「朝花夕实」，只有三定（即定时间、定任务、定书帖）的基础上「闯三关」（即兴趣关、人帖关、创新关）才能学好书法。

（二）、理通、力遒、形美、韵胜，浅谈书法欣赏。

通过这一章的学习,使大学认识到书法欣赏和品评书法的标准,以提高他们的欣赏水平。

(三)、书法源流和汉字变迁 通过这一章使大家认识到书法变化的脉络在头脑中对书法源流有个概括性的了解。

(四)、历代书法家简介。重点介绍四大楷书家颜、柳、欧、赵,如果女生占半数以上时,再加一节介绍历代女书法家的内容。

通过这一章学习使大家对书法变迁过程中的有代表性的书法家,重点了解和熟悉欧、颜、柳、赵四家及不同风格。

(五)、书法家应有的修养,介绍字外功,如文学、文字学、史学、诗词的简单知识。

(六)、文房四宝

通过这一章学习使大家知道文房四宝的优劣、性能、用法、保护方法的一般知识。

(七)、书法技法:站法、坐法、身法、眼法、手法、五字执笔法、永字八法,通过以上几章的学习,把在大家从思想上引导到书法意境中去,使他们在书法的天地间遨游、到书法的海洋中去游泳。

(八)、楷书基础:基本笔画六十四法(以标准习字帖柳体讲),间架结构九十二法(黄自元九十二法,河北省银行学校注释的教材为基础用颜体讲。)

(九)、隶书的结体和用笔。

(十)、行、草书的结体和用笔。

(十一)、篆书和篆刻。

(十二)、实用书法:(美术字、宋体字和硬笔书法)。

(十三)、章法和题款。

(十四)、装裱介绍。

这十四个单元的课程,基本上可归纳为两部分,前七个单元的课程是有关书法的理论和常识,

后七个单元是书法技法和实践,通过这十四个单元的学习,使学员在理论、常识上有一个粗浅的但又比较全面的认识,在技法上对真、草、隶、篆四种字体和篆刻的初步掌握住运笔和结体的规范,重点楷书的基本笔画和间架结构的初步技巧,打下进一步深造的基础,其他书体作为一般的学习。

二、教学方法和课时分配

上面谈了书法学习班的教学目的和课程设置,现在谈一下这些课程的教学方法和课时安排。根据这十四个单元的课程所需时间的不同我们是这样分配的。

我们办的这几期书法学习班,学习期限为三个月,共十三·五周,每周一、三、五、日讲课,二、四、六自习。一、三、五每天上两节课。星期日上三节课,共九节课。总课时为一百二十一节。书法常识七个单元用两周十八节课讲完。

楷书基本笔画六十四法用两周十八节课讲完,间架结构九十二法用三周二十七节课讲完。行、草、隶书的结体和用笔讲练共用三周二十七节课时讲完,篆书书写和篆刻技法实践练习共用三周二十七节课时讲完,章法、题款、装裱简介用四节课讲完,经过实践,基本上达到了预期的目的。但时间感到紧迫因此教材要精练。

在教学方法上是这样进行。书法常识课是采取了课堂讲授,重点用板书写下来,学生作笔记,同学们有疑问当堂提问,共性的及时解答,个别单独解答不占全班时间,在讲技法中采取了讲练结合的方法,如讲基本笔画和间架结构时采取讲中有练,练中有讲,精讲多练,在讲练中为了多给学生练的时间,老师在课下写好示范字(字要写的大些能使整个教室的学生看清),这要比用板书示范效果好,在讲运笔路线时可在黑板上写出,一些注释和解答内容用板书写成,在大家练字时,老师要有计划,有路线的巡回指导、示写,在这个阶段中并给大家改判作业以掌握住大家的现时水平和进步情况。

在讲行、草、隶、篆诸体的用笔和结体时也本着讲练结合的原则,要重点讲出各书体的相互区