

书法不能自学

——我的学书感言

□ 陆砚波

作者简介

陆砚波 笔名逸，男，汉族，云南鹤庆县人。专业从事书法教育工作。现为大理州书法家协会会员、大理州书法家协会书法教育委员会委员、丽江市书法家协会会员、鹤庆县书法家协会副主席，担任丽江师范学院文学与传媒学院书法课程客座教授、书法社校外指导教师。曾师从梁春、李上智、李双阳、陈少君等书法名家。2022年参加第四期云南省书法家协会会员综合培训班，2023年参加中国书法家协会第五期临摹与创作研修班。书法学习过程中始终以古为师，追寻魏晋笔法，多次参与省、市、县各级书法展览。

我小时候被父亲逼着写字临帖，或许名字里带的“砚”字，本身就藏着父亲的期许；写着写着，字慢慢变得好看，书法也渐渐成了融入我骨血的爱好。字写好看后，我只懂怎么用毛笔写字，却不知道真正的书法究竟是什么，很长一段时间，我不过是在用毛笔写字罢了。

后来我认识一位朋友，和他聊起书法、毛笔、笔法，聊书法的意趣韵味，聊性格与书法的种种关联，真有种听君一席话胜读十年书的豁然。我因此下定决心重新拜师，先后跟随中国书法家协会的梁春老师与李上智老师学习，重新认识书法、学习书法、钻研笔法。之后我又报名参加了中书协李双阳老师的课程，如饥似渴地在古人碑帖中钻研学习。改旧习气的过程十分痛苦，用笔时稍不留意，旧毛病就会复发；费了

九牛二虎之力，我才终于改掉旧习惯，真正走上了学书正道。为了纪念这段重新出发的学书时光，我专门刻了一方印，印文为“四十学书”。

学书路上，我始终坚持习古为上，以古为师的原则。最开始以二王（王羲之、王献之）的法帖为宗，后来又临习钟繇、苏轼、孙过庭等大家的作品，一直追寻魏晋笔法，如今个人书风基本定型，以小行书和小楷为主。

从十岁接触书法到现在，近四十年过去了，我自认成就平平，对人对己都有惭愧。近年来我补读了不少之前未曾读过的书，思想层面有所进益，写字也比过去更得法，感悟比从前更深，收获良多。正如俗语所说，活到老，学到老，我从不敢有一日松懈，坚持每日临帖，不敢懈怠自满。

功夫不负有心人。近年来我陆

续参加了多项展览与赛事，包括第二届四州市书法联展、大理州廉政书法作品展、鹤庆—上海浦东惠南镇两地迎春书画展、“俊仁杯”大理州第二届临书作品展、丽江第二届书法临帖展、鹤庆县第三届临书展、丽江“玉河春声”书法邀请展、丽江市璧润怀山十二人书法作品展、第四届滇西四州市书法联展、丽江大理书法联展，获得大理州应急管理书画摄影一等奖。

2025年4月，我被丽江师范学院文学与传媒学院聘请为书法客座教授兼书法社校外指导教师。现在我在丽江开办了“丽江市砚池书法培训学校”，希望能把自己半生所学的笔法和对毛笔书法的理解倾囊相授，让喜欢书法的孩子不要再走我当年“自学可以成才”的弯路。

（以下图片均为陆砚波书法作品）

