

# 练书法的感悟收获(优质5篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

## 练书法的感悟收获篇一

硬笔书法是中国传统文化中的一颗璀璨明珠，它以其朴实、优美的艺术风格，吸引着无数人投身其中。作为一名学习者，我从学硬笔书法中汲取了许多知识和智慧，也收获了相应的感悟和体会。本文将从学习的初衷、坚持的意义、技艺的提升、墨色的生命以及心灵的平静这五个方面，为大家分享我在学习硬笔书法过程中的感悟和心得。

首先，我们来谈谈学习硬笔书法的初衷。在当代社会中，无论是学术研究还是工作生活，人们通常都倾向于追求现实利益和物质利益。而学习硬笔书法，对我而言，则是一种对传统文化的追求和对精神世界的寻求。通过学习硬笔书法，我可以接触到古人的智慧和墨迹间的历史沧桑，感受到这一门艺术带给我的美感和宁静，同时也可以提升我自身的审美能力和艺术素养。因此，学习硬笔书法成为我修身养性的一种方式。

其次，坚持学习硬笔书法的意义在于它所带来的人生启迪和精神享受。在学习的过程中，我发现了一些重要的道理，如“耐得住寂寞方能守得住繁华”、“水滴石穿”等。这些教诲使我有更为坚定的信念和面对挑战的勇气。同时，书写的练习也让我体验到了心无旁骛和全神贯注的乐趣，感受到了时间与空间的极致凝聚，这种纯粹的精神享受是其他活动无法给予的。

其次，学习硬笔书法对技艺提升来说是重要的。囿于创作限制的缘故，我曾对自己的写作能力感到困惑。然而，通过学习硬笔书法，我不仅学到了基本的字体和构图技巧，还领悟到了字体魅力与笔墨之间的奥秘。通过不断的练习和摸索，我意识到提高写字技艺的关键在于“以墨培笔”，即掌握好笔墨的使用，使之成为自己思考与表达的工具，而不仅仅停留在纯技巧的层面。这样的追求不仅点亮了我的艺术灵感，也深深地感染和激励着我的创作之心。

继而，墨色被我视为书写中的生命。在学习硬笔书法的过程中，我深深感受到墨色的凌厉、质感与活力。墨色是硬笔书法作品中最重要的一环，它是文房四宝中最有生命力的。墨汁透过笔尖，与纸张相互交融，共同构成了一个个立体的汉字或画面。墨色的浓淡、深浅或婉约或奔放，彼此交织，形成了一种个性化的风格。我从中领悟到，墨色是书法作品心灵的延伸，是作者情感表达的载体。不同的墨色所传达出的信息和情感也截然不同，这是书法魅力的重要组成部分。

最后，学硬笔书法给我带来的是内心的平静与宁静。撇开喧嚣和纷扰，专心致志地投入到书写的过程中，我能够暂时舍弃一切杂念和烦恼，心思得到了净化和放松，我仿佛能够与自己的内心对话，更深层地了解自己。在这种平静和宁静中，我找到了生活的真谛和自己内心的平衡点。这样的心境带给我力量，让我更加坚定地面对生活的起伏和挑战。

总的来说，学习硬笔书法是我生活中一段难忘的旅程。通过学习，我除了汲取了文字造诣和艺术灵感之外，还亲身感受到了中华文化的博大精深和传统笔墨艺术的魅力。在这个过程中，我收获了很多，包括对传统文化的向往和执着、精神世界的提升和完善，以及内心的宁静与平静。我深信，在日常的学习和实践中，我会继续保持对硬笔书法的热忱与致力，用自己的实际行动，传承和发扬着这个千年悠久的中华文化瑰宝。

## 练书法的感悟收获篇二

1、学习书法，不论楷、行、草、篆、隶哪种书体，都应当“师出有名”，也就是要从碑帖法书中汲取营养。若是急于求成，背离法帖而信手成体，就会造成“先天不足”。

2、学书临帖，先要应规入矩，写得越像越好，这就是“先与古人合”。如果不恪守法度，未得其妙就急于求变，势必会“畸形发育”。当临帖到相当程度，再须融入己意，化古为我，这就是“后与古人离”。如若循规蹈矩而无新意，一成不变地写下去，那就成为“书奴”了。

3、有人夸赞某写家：“他太有才了！写谁像谁！”我却不以为然。唐代李邕早就说过，“学我者死，似我者俗”。学谁像谁，这容易做到。然而我们学书的目标是博采众长而自成一体。如果一辈子也没形成自己的风格，模仿得再像，充其量也只是“书匠”而已。

中，斯为下矣”。倘若选取当代人还并不成熟的书作为范本，岂不是“斯为下下矣”？

5、学习书法究竟先从哪种书体入手？尽管古人早有定论，可当前书界似乎仍众说不一。有的主张先学篆，有的主张先学隶，还有的则主张先写行草。然而宋人苏轼却说：“书法备于正书，溢而为行、草。未能正书，而能行、草，犹未尝庄语，而辄放言，无是道也。”你看那些楷书功力不佳的人，写出的行草书是多么的“营养不良”！更有甚者简直就是“畸形儿”。

6、习书练字的过程应当是：“始于摹拟、终于变化”。而书法的境界由低到高的进程则是：技——法——道。技，即书写的能与技巧；法，即书体的法度与法则；而道，则是在掌握了技巧、法度基础上的化古为我、书入我神的融合，是水到渠成的变化，是从心所欲的挥洒，是无法有法、有法无

法的创新，是我中有书、书中有我、人书合一的最高境界。

品质、品位也。心正笔正，人品重于书品。“气”者，气韵、气质是也。腹有诗书气自华。神，乃神采、精神也。“书之妙道，神采为上”。那些没有内涵、没有品位、没有气韵、没有神采的书作，无异于抄写公文。

8、书法，既是高深的艺术，又是大众的艺术；既要继承传统，发展个性；又要为大众服务，为大众所欣赏。如若丢掉传统而一味追求怪异，那势必误入歧途，失去读者和观众；这便成了无源之水，无本之木。

9、创作要师古出新。师古，即学习古法、继承传统。古人云：“法心师古，意从我出”。师古但不泥古，即所谓出新。出新，就是创新。怎样才能算是“新”？这不能自己说了算。自己认为写的字与古人不一样就算是“创新”了？这不可能。创新是在对古代优秀传统文化的继承中有新的突破和发展。它要接受专家内行的鉴定，要得到社会的认可，要经得起历史的检验。有些人既不习名碑法帖，又不懂书法艺术本质，任笔为体，聚墨成形，有胆无功，信手乱画，还美其名曰“自成一家”，真乃亵渎艺术。

法和章法三部分组成。这三部分既各自独立，又相互关联。其中包括执笔、运笔、点画、间架结构、篇章布局等，都要讲究一定的法则和规矩。清代朱履贞在《书学捷要》中说：“学书未有不从规矩而入，亦未不从规矩而出。”学书先要“法古”，即先要临摹效法古代名家之法帖，也叫法书，从中掌握书法的基本技法及规律，即应规入矩，“先与古人合”。而后化古为我，书入我意，在“师古”的基础上进行创新，即“后与古人离”，“从规矩而出”，形成自己的风格。则“法”是“书”之本业，不讲法则，不合法度，而乱“变”一通，势必误入歧途。

书以“学”为贵。“学”者，学问、学识、学养也。中国书

法是一门综合艺术。真正的书法艺术家，不仅要有精致的书法技艺，丰富的书法知识，高深的书法理论，同时还要具有书法以外的宽博的知识和深厚的素养。这就是古人所讲的“字外功夫”。学，即学问、学识；养，乃素养、修养也。前者是指书家必须善于学习，积累学问，后者则指把学得的知识融于自己的人格之中，修身养性以提高自身的素质。不“学”则无以“养”，不“养”则徒然“学”。二者相互依存，相辅相成。苏东坡云：“退笔如山味足珍，读书万卷始通神”。只有学养深厚，才会有超凡脱俗的气质，才能在较高的精神层次上形成书法的品格。这就是书法艺术家与“书写匠”的根本区别所在。

书以“品”自高。“品”者，品质、品格、品位也。清人朱和羹《临池心解》中云：“学书不过一技耳，然立品是第一关头。品高者，一点一画，自有清刚雅正之气；品下者，虽激昂顿挫，俨然可观，而纵横刚暴，未免流露褚外。”人有丑俊，性情各异，书有工拙，品有高低。“书如其人”之说，古来有志，现代笔迹学也证明，任何人的字都是其性格的一种表现，心直则笔正。

## 练书法的感悟收获篇三

书法，就是书写的方法。书法，是一种艺术，更是一种陶冶情操的方式。

书法拥有悠久的历史和高深的文化内涵。按书写工具，可分为软笔书法与硬笔书法；按字体，可以分为篆书、隶书、楷书、行书、草书等。

可能从文字出现开始，人们就在琢磨如何让字更美观，于是就有了历朝历代不可胜数的书法家的身影。晋代的王羲之被后人称为“书圣”，他的行书行云流水，潇洒飘逸，飘若游云，矫若惊蛇。他的《兰亭集序》被誉为“天下第一行书”，成为前无古人、后无来者的绝世之作。唐朝的张旭被成

为“草圣”，杜甫在《饮中八仙歌》中赞美到“张旭三杯草圣传，脱帽露顶王公前，挥毫落纸如云烟”。我个人偏好楷书，因为我喜欢楷书那种挺拔有力、力透纸背的阳刚之美。

书法令人赏心悦目，而练习书法却是相当不容易的。其中，最重要的一环是临摹。通过临摹，可以快速地学习名家的优点，取其所长，为我所用。

比如临邹慕白的字帖，就能学到他的“捺”的特点：自然飘逸、豪放大气。还有他的字中，如果有几个横，虽然长度相差无几，但显得十分匀称、特别美观。

临颜真卿时，能学习到字的整体布局的方法，有板有眼、用笔肥厚、丰泽厚实、笔力雄健。而柳公权的字，则要学习他字字严谨、一丝不苟的风格了。

我现在练的字更近于欧体，笔力险劲、结构独异、内紧外松、左收右放，因刚劲而显挺拔，于规矩中见飘逸。

当然，临摹不意味着完全照搬照抄，而应该有自己的独特风格。在某种意义上讲，形成个人艺术风格，不断超越自我，才能从容步入书法这一人类艺术的殿堂。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”只要我们掌握方法，付出努力，就一定能练好书法，让这一国粹在我们这代人身上，发扬光大。

## 练书法的感悟收获篇四

第一段：介绍学习硬笔书法的背景和目的（约200字）

学习硬笔书法是一门古老而充满魅力的艺术，为了丰富自己的课余生活，提高写字的美观度，我开始了学习硬笔书法的旅程。一开始，我对硬笔书法的认识几乎为零，只知道它是

一种发展于西方的书法形式，使用的是钢笔或者铅笔。学习硬笔书法的初衷是希望通过这门艺术提升自己的审美能力和书写水平，更好地表达自己的情感和思想。

## 第二段：初学硬笔书法的困难和体会（约300字）

初学硬笔书法是一项需要耐心和毅力的任务。在拿到钢笔的那一刻，我意识到了这个艺术的挑战之处。首先，控制钢笔的角度和力度需要细致且熟练的技巧，笔尖与纸张的接触要得当，才能产生流畅的线条。此外，硬笔书法中的字形结构和字体要求也是我初学时面临的难题。尤其是固定字体样式的训练让我感到“呆板”和乏味。然而，逐渐地我明白了这些挑战背后的意义：只有通过不断的练习，才能够克服困难，逐渐形成自己独特的书写风格。

## 第三段：学习硬笔书法中的收获和体会（约300字）

逐渐地，我在学习硬笔书法中收获了很多。首先，学习硬笔书法培养了我的耐心和细心。在不断练习的过程中，我无时无刻不在关注每一笔每一画，力求将每一个字写得美观、规范。这样的练习不仅令我在书法方面取得了进步，更提高了我的专注力和细致观察力。其次，学习硬笔书法使我培养了对美的追求。通过欣赏名家的作品，我学会了品味和鉴赏艺术之美。同时，通过不断练习和磨练，我的书法功力逐渐增强，我逐渐掌握了用笔的技巧，实现了我个人对美的追求。

## 第四段：在学习硬笔书法中的心得和体会（约200字）

在学习硬笔书法的过程中，我逐渐明白了艺术给我带来的喜悦和快乐。每当我深入地投入到书写的过程中，我会感受到一种与世隔绝的平静，因为只有我的笔触和纸张间的互动在这一刻重要，我感到自己仿佛进入了一个完全属于我的世界。我发现自己在不知不觉中变得更加自信和坚韧，面对生活中的挫折和困难时，我会想起在学习书法中取得的成绩和进步，

从而勇敢地面对并克服困难。

第五段：结尾总结（约200字）

学习硬笔书法是一场思想和心灵的旅程。在这个过程中，我不仅提高了写字的技巧和水平，更培养了自己对美的追求和对艺术的热爱。通过与纸和笔的交流，我找到了一个能够展现自己独特魅力的方式。这个过程中的每一刻都是独一无二的，让我享受到了学习和创作的乐趣。我相信，无论是在学习中还是在生活中，通过学习硬笔书法所得到的经验和收获，都将与我相伴并受益终生。

总字数：约1200字

## 练书法的感悟收获篇五

第一段：引言（120字）

学硬笔书法是一种古老而精妙的艺术形式，通过使用硬笔和墨水，人们可以在纸上展示出自己独特的书法风采。我自从开始学习硬笔书法以来，深深地感受到了其中蕴含的智慧和美感，同时也收获了诸多心得和体会。在这篇文章中，我将分享我对学硬笔书法的感悟和体会，期望能够与更多热爱书法的人分享交流。

第二段：从练基本字开始的历程（240字）

学习硬笔书法的开始可能有些枯燥，因为需要一遍又一遍地练习基本字。然而，正是通过刻苦的练习，我真正体会到了“字如其人”的道理。字体的工整、用笔的稳定、布局的合理，这些都反映了一个人的内在修养和性格特征。通过专注地练习和观察，我慢慢培养起了细致入微的观察力和耐心，而这些品质也渐渐反映在我的书法作品中。



### 第三段：意境与创作（240字）

硬笔书法不仅是一种技巧和手艺，更是一门艺术。在练习基本字的基础上，我开始学习如何加入意境和创作元素。在作品中体现着自己的情感、态度和心境，这就需要有丰富的内涵和思考。通过学习名家作品和参观展览，我渐渐开始明白，书法是一门以感悟为基础的艺术，而这种感悟需要源于自己的生活与体验。在我的作品中，我尝试加入一些自然景色、人物形象等元素，使其更具有生命力和表现力。

### 第四段：书法与人生（240字）

学习硬笔书法的过程中，我深刻体会到书法与人生的相通之处。练习书法需要耐心和恒心，成功的作品来自于不断的尝试和坚持。同样，在人生中取得成功也需要我们拥有这些品质。书法也教会了我谦逊和自律，因为只有保持良好的心态，才能提升自己的水平和修养。而且，书法也让我更加注重细节和品质，这种追求卓越的态度不仅在书法中体现，也会影响到我的生活和工作中。

### 第五段：传承与发展（360字）

学习硬笔书法不仅是自我修养的过程，也是对这门古老艺术的传承与发展。我们有责任继承和传承书法的精髓，同时也应该以创新的精神来发展这门艺术。在现代社会，硬笔书法与电脑的普及有着一定的矛盾。然而，正是通过传统与现代的结合，我们才可以开创出更多的可能性和表现方式。因此，在学习硬笔书法的同时，我们也需要思考如何让其与当代社会相结合，为其注入新的内涵和生命力。

### 结论（120字）

通过学习硬笔书法，我不仅收获了技巧与艺术的提升，更重要的是内心的成长和修养的提升。书法教会了我坚持、耐心

和品质追求的重要性，也让我思考如何将传统与现代相结合，发展这门古老而珍贵的艺术。我相信，只要我们用心去学习，用心去感悟，硬笔书法定会给我们带来更多的惊喜和收获。