# 书法体会心得(精选8篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-08-19

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧书法体会心得篇一书法是我一直非常喜爱的艺术...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**书法体会心得篇一**

书法是我一直非常喜爱的艺术形式。每一次用毛笔在纸上书写，我都能感受到一股深深的流淌在心底的感觉，那种感觉让我感到平静和满足。然而，书法并不仅仅是一种艺术形式。在书法的过程中，我学到了很多有价值的东西——专注力、耐性、创意、领悟力和品行。

第二段：专注力

书法需要深厚的专注力，细微的笔划需要认真且耐心的去描绘。学习书法的过程中，我在通过反复书写同一个字、同一行字的形式来提高专注力。尤其是完成一行优美而完美的书法，我可以感受到自己的专注力在不断磨砺和提升。

第三段：耐性

书法行笔必须细致耐心，也需要一定的时间来练习。通过不断练习和掌握基础知识，我的耐性在逐渐增强。努力呈现每一个笔画，每一个韵律，以最好的姿态呈现在纸上，这个过程也帮助我充分发挥出自我毅力，愈加坚决地去追求我的目标。

第四段：创意

写字是无穷的创意，不仅需要技巧还需要有创意的输入，才能写出优美的作品。书法不仅仅是习得手法和笔画，在掌握一定技巧的同时，我不断地探寻自己独特的创意和风格，并不断运用大量的记忆和实践，来丰富自己的创意。不论是什么样的风格和类型的字，我都能够写得优美圆润。

第五段：领悟力和品行

书法艺术还是有一定内涵的，书法是可以从内中看出一个人的品行的。在书写的过程中，我能够体悟出生活中的诸多道理，如耐心、谦卑和诚实等品质。并且，学会书法不仅仅是一门艺术，更是能够使我体悟生活以及修身养性的过程。

总之，学习书法不仅仅是一种艺术形式，还是一种终身探索和成长的过程。在这个过程中，我不仅学到了书法的技巧和方法，更难能可贵的是学习到了如何提高自己的专注力、耐心、创意和领悟力。我相信，书法这门艺术会伴随我一生，带给我更多的惊喜和成长。

**书法体会心得篇二**

之前很少接触书法，现在经过两个多月的练习，我终于领悟到了书法也是门很美的艺术，它是有精神和灵魂的。

听别人说学好书法也是需要花很多时间的。果真这样。，但经过两个多月的书法练习我也学到了很多。至少我们学习它可以了解更多的书法知识写字技巧。还能了解一些历代书法家和书法家的作品。特别是能锻炼一个人的毅力与耐性。

学书法，如果真的投入当中的话，你可以感受很多的乐趣。果真没错，我们起初接触到的是篆书，然后过度到隶书，接下来是楷书，每种书法字体都有它的特点。我觉得篆书的笔画是非常优美的，隶书是比较柔和的，只有楷书是挺拔有力，有气势的。而且我个人比较偏爱楷书，特别是颜真卿的楷书。因为我能感受到它的神，所以每次我写的时候，都能胸有成竹的写好每个笔画的形，写的时候我都没想到要怎样的顿笔，收笔，提笔什么的，但只要心中有它的形就比较容易掌握了。

要真的学好某种字体风格，也就是说某个历代书法家的书法风格也是不容易的。首先你得对所历代书法家和他的作品要有一定的了解，然后要掌握他的书法特点和运笔技巧。其实书法的境界确实是无穷大的，你要学好它，真的得花时间，我们要花时间去领悟某种字体风格，多去了解些书法家的时代背景和他作品诞生的背景。只有这样我们才能全面的掌握某种书法风格。学书法，我认为我们最好还是得从临摹开始，我们要注意向他人学习，向他人的优点学习，把他人的好东西吸收过来，才能高自己的书法水平，如果不向他人学习，就不能丰富和造就自己。

当然在临习前人的作品时也不能盲目的临，要慢慢形成自己的风格，要注意对名帖进行研究，要取其长去其短，为我所用，通过不断的实践和探索慢慢形成自己的风格和特点。

最后，我觉得学好书法，也得有一定的审美要求，写出来的作品要有美感。要在追求美的风格中不断超越自我。在书法学习和创作中，追求美的风格，看一幅书法作品美不美，既要看每个字的形体结构，也要看整幅作品中是否有变化，结体、点划不雷同，肥瘦适当，肥而能秀，瘦而能腴，风姿潇洒，达情尽性，神采飞扬。由于每个人爱好和审美观的不同，必然有各自不同的看法、要求和追求。由此形成了各自不同的艺术风格。从某种意义上讲，形成了个人的艺术风格，不断地超越别人、超越自我，才能从容地走进这一人类书法艺术的殿堂。

“梅花香自苦寒来”。我相信只要我们付出了努力就一定能够学好书法的。

**书法体会心得篇三**

鲁讯曾说：“我国文字具有三美：意美以感心，音美以感耳，形美以感目”。可见，书法是门艺术，不是简简单单地能写好字就是学好了书法，是需要用“心”去学，花时间去学的艺术。仅仅一中午的时间，老师们基本功的扎实、精彩的课堂及对如何让学生来充分的感受这门艺术所激起的浪花，让我身为一名语文老师而自惭形愧。

初入独树小学，走道旁边展示的一幅幅学生书法作品在悦耳的轻音乐中如一个个跳动的音符流淌入我的心扉，顺着这些灵动的汉字我来到了手握钢笔的孩子们身边，孩子们规范的坐姿、认真观察的眼神让我对展板的上的作品有了大概了解。步入会议室，陈老师和准备上课的学生已然准备好，桌子上放好的字帖更是吸引我的眼帘，情不自禁的和同事快速翻开，“哇，这是陈老师自己写的？真是行云流水、字字珠玉啊！”“学生练得是自己老师写出的字？”“这里的书法学习氛围可真好。”一声声赞叹不绝于耳。

因为有了汉字，“母亲”于是仪态万方、超凡脱俗，因为有了汉字；“母亲”于是姿容卓绝、倾国倾城；因为有了汉字，“母亲”于是美轮美奂、艳光四射。汉字无愧是我们中华民族的瑰宝，虽然每一位语文老师都明白，但是我们怎样让学生爱上这门艺术？让这门艺术在我们的手中传承下去并发扬光大，却是一直没有进行深入的研究。通过一中午的学习，让我更深刻的了解到书法不是一朝一夕就能练就的，需要长时间的坚持不懈，需要花费大量的心思和精力，这也是我们参加培训的老师普遍达成的共识。

作为教师，特别是语文教师，平时要坚持练字，掌握这一专业技能，不仅仅是一次对专业知识的学习，更重要的是会给自身增加底气，给学生们营造一种更好的学习氛围。另外通过丰富多彩的教学方式让学生主动去勤学苦练，产生兴趣。俗话说：字无百日功。对学生讲，并不是练一百日的字就能成为书法家，而且要持之以恒通过勤学苦练。我们可以充分利用每节语文课中十分钟的写字环节，严格的要求，由易到难地进行有计划、有步骤的具体指导和训练。然后，每天的家庭作业留几行练字来提升学生的手上功夫。逐渐养成良好的书写习惯。等学生的功夫日益加深，运笔日益娴熟，兴趣也就日渐提高。接着可以结合学校的假日活动、兴趣小组，调动学生练习书法的积极性和主动性，在班级形成一种勤学苦练的好风气。学生的字写的漂亮，可是一直藏着，没有表现自己的机会，这对学生学习书法兴趣会大打折扣。学生也不能够认识到自己的优点。所以，老师要在适当的机会为学生进行优秀作品的展览或参加书法竞赛活动。学生在活动中充分地表现和展示自己，心理得到满足，尝到自己的劳动成果，会更有信心的继续努力，才会发愤地练好书法。

**书法体会心得篇四**

书法是一门古老而又神奇的艺术，它以墨迹、纸张、笔法组合而成，通过艺术的形式来表达情感和思想。我是一个对书法十分热爱的人，在学习和实践中，我有着许多关于书法的心得体会。

首先，书法需要内外兼修。书写好一幅作品需要虚心学习前人的传统，又需要与时俱进，不断创新。书法没有终点，只有不断进步的过程。在学习书法的过程中，我懂得了需要不断提升自己的书法基本功，掌握好笔画的顺序和结构，理解每一个字的内涵和含义，同时也要关注当下社会的发展，吸取新的艺术元素，注重个性化表达。通过内外兼修，我们可以才华横溢，给人耳目一新的感觉。

其次，书法是一种心灵的修行。用心去书写每一个字，通过观察和揣摩每一个笔画的灵动美感，我们可以使我们的思绪也跟随着书写的步伐而安静下来。书法不仅可以让我们感受到文字的美，还可以让我们更好地调整自己的情绪和心态。每次写字，我都会进入一种全神贯注的状态，身心放松，思绪纯净，仿佛进入了一个小小的天地。在这个小天地里，我可以尽情地表达自己，尽情地感受到书法带给我的宁静与愉悦。

第三，书法可以提高个人的气质和修养。书法注重的是气势，是意境，是形神兼备。通过用笔的豪放或细腻，每一个字都能在纸上透出我们内心的独特韵味。书法是一种心情的流露，也是一个人个性与情感的展示。在写字的过程中，我们会慢慢磨练出自己的气质和独特的个性。同时，书写也需要耐心和细致的心态，这种耐心和细致会在我们的生活中展现出来，给人留下深刻的印象。

第四，书法让我懂得了尊重和崇敬。在传统的书法中，每一位大师都有自己独特的风格和特点，他们用汗水和努力，用生命的精华写给后人一幅幅优美的作品。通过学习他们的作品，我懂得了作为一个书法爱好者应该如何尊重和崇敬前辈的努力和成就。同时，书法也教会了我如何欣赏他人的作品，学会从中领悟到创作的智慧和美感。书法不仅是一种艺术表现形式，更是一种心灵的交流和传递。

最后，书法让我获得了一种不断精进的动力。每一次的练习和创作都是对自己的一次挑战，也是对传统文化的一种承载。在书法的世界里，我懂得了做事情需要持之以恒的努力，需要不断追求进步和超越。书法的魅力在于不断学习和进步的过程，每一次练习和创作都能让我更加心无旁骛，更加专注于自己的艺术追求。这种精神也渗透到了生活的方方面面，让我变得更加坚韧和有耐心。

总的来说，书法给我带来了很多美好的体验。通过书法，我不仅学会了技巧，也收获了心灵的安宁和人生的智慧。在书法的世界里，我找到了自己的归属，也找到了一种让自己与世界和谐相处的方式。书法不仅是一种艺术，更是一种人生态度和修养的体现。我将继续用心去书写，用美好和智慧去丰富自己的生活。

**书法体会心得篇五**

大家都知道读帖，也都有自己的方法和心得。也有人是走马观花，不能细致入微。这样一来，眼睛看不到微妙的东西，自然手上表现就趋于直白。

在下面技法方面要具体讲，不多赘述。

很重要，选不好，就走弯路。现在大家选帖概率最多的是《兰亭序》，目光都盯在这里，而且是非兰亭不写，非宣纸不用，这就不好了。《兰亭序》是经典，是千古不朽之作，完美到了无以复加的地步了，王圣人用的纸上有涂布（唐以前），现在的宣纸根本无法表现。再者就是，那不是我们能参透的，历代大家都想解决都没法解决，而我们，不论才情、功力、学养，连历史上的二流大家都没法靠近，《兰亭序》的神秘就连王圣人都不能重现，我们就根本没法梦见。但一些人根本看不到这种差距，就象是幼儿园的孩子矢志不渝地在研究“歌德巴哈猜想”。

象祭侄稿、寒食、蜀素都是这样，象精美的元青花，我们可以喜欢它，欣赏它，但把它打碎了，再造一个出来，是完全不可能的，所以，利用空间几乎为零（董其昌评蜀素如狮子捉象，是何等的生猛，我们也没有鲁公的悲愤和东坡受贬的凄寒，时过境迁啊）。古代大师们留传下来的东西很多，手札、诗册，相对性情的东西要多很多，可利用、再造的空间也很大，这才是我们要学的。

1、吃猛药。一天10000字，连续一周的效果比一天写100个字写半年管用，大脑存盘也牢固。时代的约束，我们只有“三天打鱼，两天晒网”，只有晒好了网，才能打到大鱼。

2、相对专一，集中突破。在一段时间内，一定要专一，集中力量找规律、抓特点。比如，学米，半年之内就学米，别的先放下，要大量的临帖，最好一天要从前到后趟一遍，第二天选重点（自己喜欢的，容易上手的，难度特别大的）进行精临，做到细致入微。这样日复一日，即使进入视觉疲劳期也不要停（非常关键，正是上台阶的时候），挺过去，半年后再看（不要半年），每个月在手法、认识上都会有大的飞跃，也牢固。千万不要朝三暮四，看别人获奖、入展就得红眼病，就跟风，这样只会毁掉您辛苦建立起来的原有体系，就象电脑染了病毒，有百害而无一益。另外，别人适应，您不一定适应，就像臭水河的鱼虾，换到清水中就会死掉。

3、适时递进，见异思迁。上面提到的专一只是相对的，当写到一定程度后，就要及时换帖。如何换帖，不要盲目，最好是找相近体系的东西，千万不要作大的变动。比如：学米，可参考宋人的东西（其他三家的东西，陆游、吴琚父、蔡三家、苏老泉等等）。同时，为了丰富笔法可涉猎二王、书谱等东西，也可学习赵松雪的手札、董其昌的手卷题跋等，近亲繁殖，在吸收借鉴的基础上保持纯度，就象盖大楼，一层一层往上垒。

4、朝花夕拾。过一段时间再回来，拾遗补漏，会有新的发现，及时调整。重点精临，定型。

5、吃千家饭，穿百衲衣，集腋成裘，裂锦成衫。与古为徒，广涉博取，集古字。有了上面的定型，学什么都可以，尽量走的远些、深些，不要怕回不来。

王羲之一本字帖，两千多年来，大家都在看，都在学，但成功的屈指可数，当然有悟性的成分。大家在参考上古经典时，每个人的着眼点不同，理解的深度不同，所以抓住的信息也不一样，这从临作中都能表现出来。尽量一个字一个字看，一笔一笔看，对每一个细小的变化都不要放过。要练就差别人所不能察的本领，对观察到的东西最好用不同彩笔涂一下，临帖的时候多注意，要准、狠。

手势决定了一个字起始转换，决定了行气的贯通，决定了整幅作品的气场。一笔一势，顾盼生情，不理解这个关系，作品就会支离破碎，形成气阻，或各自为政，既没有道理，也不合生理，即使有性情，也是低级的小趣味。

大家每谈行笔节奏，必谈提按，这其实是最简单的一种见解，古人的东西不只提按所能解决的。

开始阶段最好形象，学一家重点在找规律，特质的东西，然后再参入其他东西，当对点画有了相当深的理解后意象就自然出来了，不能刻求，一味谈感觉，有时感觉会害人。

**书法体会心得篇六**

书法，很美的一种艺术，闲暇之余，练练书法，也是一种修身养性的好办法。

学好书法也是需要花很多时间的。果真这样，但经过一段时间的书法练习我也学到了很多。至少我们学习它可以了解更多的书法知识写字技巧。还能了解一些历代书法家和书法家的作品。特别是能锻炼一个人的毅力与耐性。

学书法，如果真的投入当中的话，你可以感受很多的乐趣。果真没错，我们接触到是楷书，书法字体有它的特点，特别是颜真卿的楷书。

要真的学好某种字体风格，也就是说某个历代书法家的书法风格也是不容易的。首先你得对所历代书法家和他的作品要有一定的了解，然后要掌握他的书法特点和运笔技巧。其实书法的境界确实是无穷大的，你要学好它，真的得花时间，我们要花时间去领悟某种字体风格，多去了解些书法家的时代背景和他作品诞生的背景。只有这样我们才能全面的掌握某种书法风格。学书法，我认为我们最好还是得从临摹开始，我们要注意向他人学习，向他人的优点学习，把他人的好东西吸收过来，才能高自己的书法水平，如果不向他人学习，就不能丰富和造就自己。

当然在临习前人的作品时也不能盲目的临，要慢慢形成自己的风格，要注意对名帖进行研究，要取其长去其短，为我所用，通过不断的实践和探索慢慢形成自己的风格和特点。

最后，我觉得学好书法，也得有一定的审美要求，写出来的作品要有美感。要在追求美的风格中不断超越自我。在书法学习和创作中，追求美的风格，看一幅书法作品美不美，既要看每个字的形体结构，也要看整幅作品中是否有变化，结体、点划不雷同，肥瘦适当，肥而能秀，瘦而能腴，风姿潇洒，达情尽性，神采飞扬。由于每个人爱好和审美观的不同，必然有各自不同的看法、要求和追求。由此形成了各自不同的艺术风格。从某种意义上讲，形成了个人的艺术风格，不断地超越别人、超越自我，才能从容地走进这一人类书法艺术的殿堂。“梅花香自苦寒来”。我相信只要我们付出了努力就一定能够学好书法的。

书法艺术是国人的骄傲，我们要一直骄傲下去！

**书法体会心得篇七**

书法是我非常喜欢的一门艺术，从初中开始，我就开始接触书法。在这几年的学习中，我获得了不少书法字心得体会。今天，我想分享一下我的感悟，以期能够将这份爱好分享给更多人。

第一段：认识书法的重要性

书法在中国有着悠久的历史文化底蕴，而在现代社会，书法作为一种艺术形式，不仅具有美学价值，更可以让我们训练日常的心理素质，更能带给我们精神上的愉悦。在书法中，我们需要关注笔画的运用，注重字形的美感，这些都需要我们用心的去体会每一个细节。这不仅能帮助我们提高审美观，更可以锻炼我们的耐心和细心。

第二段：如何学习书法

学习书法不难，但是也不能太随便。首先，我们需要了解笔的分类和使用，笔是书法的核心。在选择好笔之后，我们就可以开始进行描红和写字训练了。书法的训练需要长期的坚持，每天坚持练习可以有效的提高我们的书写水平并且让我们慢慢的感受到书法的魅力。

第三段：书法有益于身心健康

除了学习书法本身的艺术意义之外，书法还有益于我们的身心健康。在写字的过程中，我们需要专注于每一个笔画的书写，这样可以帮助我们减轻身体和心理的紧张状态，有些人甚至可以通过写字来发泄自己的情绪，从而达到心理平衡的效果。

第四段：书法可以增强自信心

在书法的课程中，我们不仅可以结识很多志同道合的朋友，更可以让我们学会了如何自然的表达自己。在完成一张书法作品之后，我们会从中获得成就感，这样会让我们更加坚信自己的才华和实力，从而增强我们的自信心。

第五段：结尾

总之，学习书法是一件非常有意义的事情。在学习过程中，我们不仅可以提高自己的艺术素养，更可以让身心愉悦。在将来的日子里，我希望可以将自己的爱好传播给更多的人，让更多的人可以感受到书法的魅力。

**书法体会心得篇八**

之前很少接触书法,现在经过两个多月的练习,我终于领悟到了书法也是门很美的艺术,它是有精神和灵魂的.

听别人说学好书法也是需要花很多时间的.果真这样.,但经过两个多月的书法练习我也学到了很多.至少我们学习它可以了解更多的书法知识写字技巧.还能了解一些历代书法家和书法家的作品.特别是能锻炼一个人的毅力与耐性.

学书法,如果真的投入当中的话,你可以感受很多的乐趣.果真没错,我们起初接触到的是篆书,然后过度到隶书,接下来是楷书,每种书法字体都有它的特点.我觉得篆书的笔画是非常优美的,隶书是比较柔和的,只有楷书是挺拔有力,有气势的.而且我个人比较偏爱楷书,特别是颜真卿的楷书.因为我能感受到它的神,所以每次我写的时候,都能胸有成竹的写好每个笔画的形,写的时候我都没想到要怎样的顿笔,收笔,提笔什么的,但只要心中有它的形就比较容易掌握了.

要真的学好某种字体风格,也就是说某个历代书法家的书法风格也是不容易的。首先你得对所历代书法家和他的作品要有一定的了解,然后要掌握他的书法特点和运笔技巧.其实书法的境界确实是无穷大的,你要学好它,真的得花时间,我们要花时间去领悟某种字体风格,多去了解些书法家的时代背景和他作品诞生的背景.只有这样我们才能全面的掌握某种书法风格.学书法，我认为我们最好还是得从临摹开始，我们要注意向他人学习，向他人的优点学习，把他人的好东西吸收过来，才能高自己的书法水平，如果不向他人学习，就不能丰富和造就自己。

当然在临习前人的作品时也不能盲目的临，要慢慢形成自己的风格，要注意对名帖进行研究，要取其长去其短，为我所用，通过不断的实践和探索慢慢形成自己的风格和特点。

最后，我觉得学好书法，也得有一定的审美要求，写出来的作品要有美感。要在追求美的风格中不断超越自我。在书法学习和创作中，追求美的风格，看一幅书法作品美不美，既要看每个字的形体结构，也要看整幅作品中是否有变化，结体、点划不雷同，肥瘦适当，肥而能秀，瘦而能腴，风姿潇洒，达情尽性，神采飞扬。由于每个人爱好和审美观的不同，必然有各自不同的看法、要求和追求。由此形成了各自不同的艺术风格。从某种意义上讲，形成了个人的艺术风格，不断地超越别人、超越自我，才能从容地走进这一人类书法艺术的殿堂。

“梅花香自苦寒来”。我相信只要我们付出了努力就一定能够学好书法的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn