

这位老人练书法练出名堂

# 自编7本篆书教材教学生

退休后应该干些什么?从忙碌到空闲,每个退休的人都会经历一段时间的失落和迷茫。今年77岁的王尔仁选择了一条独特的退休生活之路——寄情书法。他苦练书法,作品多次获奖;他担任篆书老师,编写7本教材教学员……他把退休生活过得丰富多彩,有滋有味。

文/记者 杨天娇  
图/记者 吕世银



王尔仁现场示范教学。



《千寿图》

### 坚持就有收获,作品获奖无数

持之以恒地苦练和精益求精地追求,使得王尔仁的书法水平不断提升。2008年,为了庆祝北京奥运会的举办,他精心设计和书写了一幅“福”字20米长卷;2010年,在第二届“中国老年艺术节”中,他的书法作品获全省一等奖、全国展览铜奖;2017年,他的作品被收入《湖北省首届老年书法展作品集》;从2010年至今,在湖北省举办的历届中老年才艺大赛中,他的作品多次获奖。

王尔仁告诉记者,书法水平的提升与自身的努力和学习方法密不可分。“从每个字中找规律,从每根线条中找笔力,从枯燥无味中寻找乐趣;从先会识篆到模仿再到形似,最后做到创作”,这就是王尔仁的学习方法。

### 突发灵感,创作12米长卷《千寿图》

2009年,王尔仁突发灵感,用近10天时间书写了一幅12米的长卷《千寿图》。这幅作品由1000个不同写法的“寿”字组成,代表着美好的祝福。

问起王尔仁未来的打算,他坚定地告诉记者:“只要我还能写,就一定不会放弃。”如今,他的身体硬朗,作息规律。每天早上6点30分准时起床,不上课的日子就在外打门球,下午在家写字、备课,晚上10点准时睡觉。他说:“写字让我心静,现在我一天不写字就感觉心痒痒。”

王尔仁说,他把退休以后的生活比喻为“黄金年代”。享受生活,寄情书法,养心养身,健康而愉快地度过“黄金”之年,是自己最大的愿望。



### 自幼爱好书法,在镇上小有名气

提起王尔仁对书法的喜爱,要追溯到1950年。王尔仁是郧阳区柳陂人,上小学时,学校要求每位同学用毛笔写字,每天必须临摹一张字帖。从那时起,他接触到了书法,并爱上这门艺术。

“小时候每晚都临摹毛笔字帖,写的是楷书,然后第二天交给老师。如果老师觉得哪个字写得好,就会用红笔圈出来。我是班上写得最好的学生,作业上经常画有好几个圈。”回忆起往事,王尔仁觉得很难忘。他第一次提笔写得并不好,起收顺逆、提按顿挫看似简单,真正写起

来很难。但是王尔仁不灰心,每天坚持认真练习,慢慢地,他的字写得越来越好。

“有一天,老师把我们的毛笔作业发下来。我一看,我的作业本上被老师画了好多个红圈,开心极了。”王尔仁笑着说,那是印象最深的一次。为了得到更多夸奖,他下定决心练好字。后来渐渐地,他在写字中找到了乐趣,沉浸其中不能自拔。

上中学后,学校不再强制要求练毛笔字了,但是王尔仁的字写得好,在镇上已经小有名气。“中学的学习任务重,不能每天抽出时间练字,只

能在每年学校办五一、十一墙报时,才有机会练习。”王尔仁告诉记者,那时候学校办墙报,文字都由他负责书写。“一面墙报高3米,宽10米,分成一个个小版块。我就按照内容,分别在每一个版块内填上文字。”

办一次墙报,需要提前10天开始准备。这对于别人而言,可能是一件“麻烦事”,但对于王尔仁来说,却是一个不可多得的机会。为了按时完成任务,王尔仁经常牺牲晚自习的时间练字、书写墙报,有时一干就到晚上12点。

### 担任篆书班老师,11年编7本教材

后来,他从学校毕业参加工作,一直干到2002年底,正式退休。工作期间,他一直很忙碌,很少有机会拿起笔来练字。尽管自己的书法作品广受称赞,但在王尔仁的心里,始终遗憾于自己没接受过专业的书法培训。

2003年元旦,王尔仁在儿子的支持下,卖掉老家的房子,带着老伴一起到十堰生活。“我一到十堰,就赶紧报名参加书法班。当时十堰市老年大学的书法课程只开设行书班和草书班,最终我选择了草书班。”王尔仁说,在草书班里,从学习草书符号到学会写草书,整整花了3年时间。

“实际上,我更喜欢篆书。我认为,一个有着悠久历史的书体,不应该被遗忘。”王尔仁说,在学习草书的过程中,他还购买了10多本篆书字帖。他不仅苦练书法,还大量自学书法理论知识。

2005年,在十堰市纪念抗日战争胜利60周年老年书画展上,王尔仁拿出一幅草书作品和一幅篆书作品,其中篆书作品获一等奖。“没想到自己的作品拿了一等奖,太荣幸了。”王尔仁说,当年,市老年大学决定开设篆书班。经过筹备,2009年市老年大学篆书班正式开课,王尔仁是篆书班的老师。

4月24日,记者来到位于市老龄办6楼的市老年大学书法班课堂。还没走进教室,就听见里面一片欢声笑语。走进教室,只见王尔仁正在示范书写“知足常乐”4个篆书大字。

70多岁的王大爷是市老年大学篆书班学员。他告诉记者:“王老师跟别的老师教学方法不一样,他先教理论知识,再现场展示。他的教学常常结合自己编排教材的心得和自身练习的经验,具有很强的指导性和实用性,让我们少走弯路,而且他讲课生

动有趣,学起来有意思。”

“我认为,理论知识和实操同样重要。”王尔仁介绍了自己的教学方法:用半节课的时间讲解理论知识,让学员们在脑海里形成一个系统的概念,随后再从偏旁部首、笔法、字法、章法和作品布局等方面教学,最后配上现场示范。

从2009年到2019年,王尔仁的篆书班从最初的30个学员、1个班级,发展到现在的初级班、中级班和装裱篆刻班,共上百个学员、3个班级。

开班11年来,王尔仁对自己的要求不断提高。他说:“只有先当好学生,才能后当好老师。”四处找资料学习、在家临摹,对于王尔仁来说是家常便饭。“我陆续为学员们编写7本教材,里面包含了我多年的经验与想法。希望通过这些自编教材,让学员们都能学有所获。”王尔仁说。

## 《我的退休生活》栏目征集线索

年轻的时候,你也许为支援十堰建设,从全国各地来到十堰。在工作岗位上,你兢兢业业,为十堰的发展贡献了自己的青春。退休后,你的生活依然精彩;你也许是一名摄影爱好者,用镜

头记录十堰的每一天成长;你也许是一名旅行家,用脚步丈量十堰的每一处美景;你也许还是一名志愿者,在街头劝导行人文明出行。

老年是人生的重要阶段,是仍

然可以有作为、有进步、有快乐的人生时期。为记录老年人的幸福退休生活,本报《老年周刊》征集“我的退休生活”故事,反映老年人退休后生命不息、追求不止的良好风貌,展示老年人发挥余热,

为社会、为人民作出的新贡献。欢迎老年人踊跃分享自己退休后的故事,您可以把自己的故事写在纸上,送到十堰晚报《老年周刊》栏目,也可以通过邮件发送到14920067@qq.com。