

为什么说业余时间练练书法

为什么说业余时间练练书法

《p style="text-align: center;">《img
src="/album/upload/1000/2021/12/11/1073_2020320.jpeg" alt="书画" width="320" /》《br
/》《/p》《p》一、缓解压力，调节情绪《/p》当代社会，工作压力大，容易在我们心中产生压抑情绪。我们会寻找缓解压力方法。书法则是所有方法中最为养生的一项。心情低潮时大笔一挥，心思浮躁时小楷落纸，一笔一划，让心思沉淀，让心灵静放，工作的烦恼和负面情绪都在刚柔并济的笔尖中渐渐消散。《br /》二、修身养性，调心静气《br /》从古到今，为什么大多书法家都长寿？因为练书法陶冶心灵，对身心优化有很好的帮助，通过练习书法，让我们身体舒适，让我们心情愉快，久而久之，你在同事前的气质，你的工作面貌都会得到改善。《br /》三、提升自信，肯定自我《br /》我们回想起身边朋友或同事，那些能写手好字的人，大多才华出众，常被人夸作“才子”“才女”，而这样的才气，通过书法很容易实现。你也可以写一手好字，多一项技能，多一份才气，让你获得更多自信。这样的你，与领导相处更从容，在同事面前昂起头，甚至还会成为同事们的偶像呢！《br /》四、提高素养，滋养情怀《br /》练习书法，是一次高尚经典文化的修行，在这过程中，你还广为汲取古典诗词、文学、历史、美学等文化养分，提高你的文化素养，数千年中华文化精华滋养心中。《br /》五、实惠划算，便利优美《br /》业余生活也要考虑成本，难怪梁启超早就说：“书法是最优美最便利的娱乐工具”。对于当代人而言，主要成本就是资金和时间，而练书法，可以在碎片化的时间里完成，提笔就写，想停就停；至于费用就更低了，只需要花费一次进酒吧的费用，足够供养你半年的书法用具成本了。甚至在我们周边，也不乏有悟性好的、将书法练到一定火候而获得“外快”的案例。《br /》《p》所以，建议你在业余时间里练练书法。

《/p》《p style="text-align: center;">《img
src="/album/upload/1000/2021/12/11/1073_2022100.jpeg" alt="书画" /》《br /》《/p》百年历史告诉我们：雄狮觉醒，民族复兴，巨龙腾飞同样需要有双隐形的翅膀。对于我们每个中国人来说，这双隐形的翅膀就是：写好中国字，做好中国人！

(http://www.roadfire.com/bbs/book_view.aspx?siteid=1000&classid=773&id=290)