

穿衣打扮

掌握临摹四贴士 书法学习方有成

现如今，初学书法的中老年爱好者很多，但对于书法的具体学习方法，大多数人还不太了解。这些初学者在学习书法的过程中常会遇到许多困惑和问题。如果这些问题得不到及时解决，就难以获得身心上的收益，也难以保持对书法的热忱，最终可能放弃这门艺术。

太大

很多人告诉初学者，刚开始一定要写大字，否则可能会遇到一些困难。但是如果大家稍微思考一下，就会发现王羲之可能从来没有写过大字。同样，颜真卿的大字作品也并不多见。在历史上，大部分经典书法作品的字，大小都在3厘米见方以内。

因为初学者很难把字写得跟原作一样大小，所以可适当写得大一些。然而，如果超过原作的一倍大小，那么书写的方式就会与原作有所不同，这就属于一种创作而不是学习了。

太慢

如果书写速度变快了，可以尝试增加写字的难度，加入一些复杂的笔画或字体，挑战自己的速度和准确性。另外，可以通过练习手腕和手指的灵活性，以及提

高书写技巧和笔法的熟练程度来提高写字的速度。在保持字迹清晰的前提下，逐渐提高写字的速度，但也要注意不要牺牲字迹的美观和准确性。

太杂

古人学字都是把单字重复书写多遍来学习的。这种方法很有效，因为通过反复书写同一个字，可以更好地掌握字形和结构，提高字的书写水平。

与之相反，如果初学者每天写一千个不同的字，或者经常换帖，可能十年也无法取得成就。这是因为频繁地切换字体和写作方式会分散注意力，导致无法深入学习和掌握每个字的要领。如果一味追求速效，只想掌握很多字，最终可能导致无所成就。因此，学习写字的过程中，初学者不必过于担心。只要专注于每个字的练习和掌握，写得好的字就会逐渐稳定下来，而写得不好的字也会在后续的练习中自动跟进。这种持续的学习

和反复练习，才是真正提高书写水平的关键。

太高

初学书法临帖时，可以多选择一些适合自己水平的作品进行练习。可以从一些简单的碑帖开始，比如《兰亭序》《蜀素帖》等，这些作品在书法史上有一定的地位，但并不意味着只有通过临写这些经典之作才能学到真正的书法技巧。

在选择临帖时，可以根据自己的兴趣和喜好，选择一些内容更简单、结构更清晰的作品。可以通过书籍、网络等渠道了解更多适合初学者的书法临帖，如一些简单的行书、楷书作品。

另外，初学书法临帖时，更重要的是掌握正确的书写姿势和笔画结构，而不仅仅是复制作品的外观。可以参考一些书法教材或者向书法老师请教，了解正确的书写方法和技巧。

□墨缘

段子时间

【天衣无缝】

那天晚上我正在看电影《天衣无缝》，小孙子一见打出的片名就喊道：“爷爷，错了，谁说天衣无缝？天衣要是没有缝，那雨和雪是怎么下来的呢？”
□宫锡进

【自然美】

老婆问老公：“我长得美吗？”
老公说：“你长得很美。”
老婆又问：“我长得合不合乎规矩。”
老公说：“你长得随心所欲，是自然美。”
□李云贵

【当然不一样】

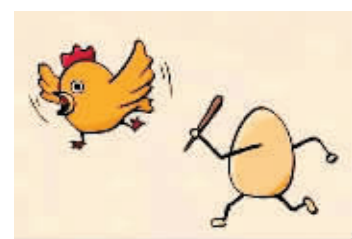
外孙做作业时，忘了苏洵的“洵”字怎么写。
我告诉他：“洵”是“三点水”再加上一个年过七旬的“旬”。
外孙还是直摸脑袋，不明白年过七旬的“旬”到底是哪个字，我只得在纸上写给他看。
没想到，外孙看后大声叫道：“外公，这不是年过六旬的‘旬’吗？”
我说：“年过六旬的‘旬’跟年过七旬的‘旬’不是一个字吗？”
外孙不服气地辩解：“相差十岁呢，当然不一样啊！”
□明伟方

智慧树

【趣味益智题】

- 1.为什么大家都喜欢坐在电视机前看电视？
- 2.鸡鹅赛跑，鸡比鹅跑得快，为什么鹅先到了终点？
- 3.老王家和老张家相距20米，两家都没有电话，老王想找老张又不想出门，怎么办？
- 4.什么虎吓人但不吃人？

【看图猜成语】



(以上答案见“银发圈”版)

穿衣打扮

中老年男士相亲 加分穿搭看过来

有些中老年男士相亲时，常常不注意细节，认为随意穿穿就行。虽说中老年男士不需要过多打扮，但是邋里邋遢、不够整洁的形象，肯定容易让女方失望。想要获得对方的好感，中老年男士在穿搭技巧上需多花点心思。

适合自己最重要 在穿搭上，只要把自己收拾得干净利索就好，千万别为凸显个性而刻意追求另类时尚，容易适得其反。休闲西装、衬衫是约会时比较保险的着装，如果一定要穿休闲服的话，最好选择质地优良的面料。

单品体现个人风格 如果你是一位爱好文艺的中老年人，潮流印花短袖、干净整洁的衬衫搭配黑色直筒裤或者斜纹卡其裤，都是不错的选择。如果你是一位热爱运动的中老年男士，卫衣搭配牛仔裤和运动鞋，简单干净，会让你看起来阳光有活力，也会给对方留下不错的印象。

重视颜色搭配 衣服的颜色选择也很重要，颜色过多的搭配反而容易减分。同时，衣服颜色要适合自己的肤色，比如一身黑或一身白，虽然这两种颜色是万能色，但皮肤比较黑或偏黄的中老年男士，穿一身黑看起来会显得没精神，可以考虑明朗一些的颜色，比如蓝色、墨绿色等。

另外，冷色系和深色系服装是中老年肥胖男士的首选，这些颜色的衣服会给人一种视觉上的收缩感，让肥胖人士看起来比实际要瘦一些。常见的黑、蓝、灰等是肥胖人士可以大胆选择的颜色。
□刘小燕

我们结婚啦

2023.9.17 星期日 农历 癸卯年八月初三

姜巍 新郎 新娘 于睿菡



公元
2023年
9月17日
正式结为
夫妻
特此登报
敬告亲友
亦做留念

喜结
良缘

“家有喜事”热线：15590882367