

小篆

「守其初心，始終不變。」蘇軾《杭州召還乞郡狀》

寫篆書要慢，行筆中鋒，專注力要求特別高。專注力不是與生俱來的，是後天可以鍛煉的。書法練習就是直接有效培養專注力的最佳活動。