書法名家話傳承：學靜定，先學寫字

“想學一兩個月就去參賽或展覽，根本不可能，無捷徑可走。”

◀梁君度老師教導小朋友書法技巧。

「大家記住了，書法講求筆法、字法、章法，學習書法首先是筆法，第二是字法，第三是章法。小朋友初學要先從筆法學起，中國的文字雖然有十幾萬個，但全部都是由點、橫、豎、撇、捺、折、鈎、剔八種筆畫組成的。」年近八旬的書法家梁君度邊在宣紙寫下「永」字八法的不同筆畫，邊對三名7至14歲的學生細心地講解各種筆畫的運筆方法。

在書法界早享盛名的梁君度，多年來在粵、港開班授課，推廣書法教育不遺餘力。為了讓書法走入校園，2021年他和同儕攜手創辦香港獅子山文藝協會，向社會和學校多渠道推廣書法教育，陶冶青少年性情，培養年輕人對中國傳統文化的認同。

掃一掃有片睇

大公報記者
盛德文（文、圖）
盛德文、融媒組（視頻）

「留意了，毛筆是軟的，落筆書寫時，運筆書寫時要有提、按、頓、挫才能將字寫好，另外就是學會執筆。」梁君度手把手地教學生執筆，「筆要垂直向下，掌要豎起掌心向外，手腕要平。」

創辦團體 推廣中華文化

梁君度對大公報記者表示，學習書法意義非凡。心粗氣浮，百事無成；書雖小道，亦須靜定。「書法不只是把字寫好這麼簡單，對任何人都有很正面的作用。」小朋友練習書法可以培養專注力、耐力和韌性，學書法沒有幾年是學不好的，要坐得定、夠專心，才學得好，這對年輕人來說是很好的訓練。

學書法不是容易的事，初學者要反覆不斷勾臨字貼，以體會古人的用筆和方法，好多人嫌麻煩和枯燥，半途而廢。只有專心和持之以恆的人，才能學好，想學一兩個月就可寫好一幅字去參賽或展覽，是根本不可能的，無捷徑可走。

書法是我國的傳統文化和藝術，做好中國人就要寫好中國字，「如果我們不學好，怎麼做好中國人？小朋友學書法絕對有好處，我和其他書法家在學校推廣書法時，經常向學生們強調這點。」

三年前梁君度和書法家李堃銘及方平教授共同創辦「獅子山文藝協會」，希望在青少年中傳播和推廣中華傳統文化。數年來，他們巡迴到學校如李兆基中學、獅子會中學、中華基督教會基華小學等，推廣書法及講解《弟子規》，「我和其他書法家專門講書法、講文字，由甲骨文講到篆、隸、行、草到楷書，教學生執筆、用筆，揮毫表演。」

此外，協會亦經常受邀到一些慈善機構和公司團體舉辦的親子活動上，向家長和小朋友演示書法和講解《弟子規》。多次和保良局合作，到銅鑼灣的留宿兒童處，為小朋友講授書法和教畫。下一步，協會將與保良局轄下的學校合作，推廣書法進校園活動。

梁君度表示，多年來參加不少全港中小學生書法比賽和頒獎典禮，作為評判和嘉賓，發現香港很多小朋友的作品都寫得不錯，可惜是大部分人未能持之以恆。有的學習一段時間後，嫌枯燥而改學其他興趣課程，「香港小朋友有太多的東西要學，好易令人分心，有的可能則是因家長的安排而改變。」

學好書法 有利社交工作

他指出，字是人的衣冠，學好書法不但陶冶性情，對社交、工作、提升自信都大有好處。「我常跟學生說，寫得一手好字，同學會對你另眼相看，會很羨慕你，老師也會對你更青睞。評卷的老師也容易加分，出來社會工作，會讓人覺得你做事踏實、放心，所以字寫得好是應該的。」

古語云「一封家書抵萬金」，現代社會大部分人不再執筆寫信，即使逢年過節，也是草草地在賀卡寫上祝福語，或在手機打幾行字發張電子賀卡就代替了書寫，書法被日漸冷落，令他感慨不已。

幾年前，他去美國紐約和大西洋城的藝術館展覽書畫作品時，發現不少參觀的外國人都非常喜歡中國書法，「認為這是流動的線條和藝術，好美。」也有不少外國人將中文作為藝術紋在身上，「他們雖然不懂中文，卻對中國書法好有興趣，令我感觸好深。」

因此，梁君度認為更應該在年輕一代中推廣和承傳書法。他表示，讓書法進校園是創辦協會的宗旨，作為專門推廣傳統文化的非牟利機構，他希望可以與更多的學校展開合作。

▲在「書法進校園」活動中，梁君度老師為九龍塘基華小學的師生講解學習書法要點及即席揮毫。

中華人民共和國香港特別行政區維護國家安全法
第一章總則
第一條 為堅定不移、全面準確貫徹一國兩制、港人治港、高度自治的方針，維護國家安全，防範、制止和懲治與香港特別行政區有關的分裂國家、顛覆國家政權、組織、實施恐怖活動、勾結外國或者境外勢力危害國家安全等犯罪，保持香港特別行政區的繁榮穩定，保障香港特別行政區居民的合法權益，根據中華人民共和國憲法、中華人民共和國香港特別行政區基本法和全國人民代表大會關於建立健全香港特別行政區維護國家安全法律制度和執行機制的決定，制定本法。
第二條 關於香港特別行政區法律地位的香港特別行政區基本法第一條和第十二條規定，是香港特別行政區基本法的根本性條款，香港特別行政區任何機構、組織、個人行使權利和自由不得違背香港特別行政區基本法第一條和第十二條的規定。
第三條 中央人民政府對香港特別行政區有關的國家安全事務負有根本責任，香港特別行政區負有維護國家安全的憲制責任，應當履行維護國家安全的職責。香港特別行政區行政機關、立法機關、司法機關應當依據本法和其他有關法律規定，有效防範、制止和懲治危害國家安全的行為和活動

▶梁君度老師有關國家安全法的作品。

學童迎難而上 勤練習添信心

培養興趣

讀一年班的鄭姓小妹妹和讀二年班的德仔是剛開始學書法的小朋友，兩人拿着筆邊寫邊向記者說道，毛筆是古人寫字用的筆，是用毛做的，要點墨水來寫，寫起來軟軟的，在執筆和寫字上和圓珠筆、鋼筆完全不同，鋼筆是斜着執筆，毛筆是握直來寫。書寫時，鋼筆同圓珠筆也要比毛筆容易，「學毛筆好難，要多練才能習慣。」

兩位小朋友表示學校沒有書法課，是由父母帶過來學的，「書法真是有趣，我鍾意毛筆字，有信心會寫好，如果學校有書法課會就好了，如果學校有書法比賽，我肯定會參加的。」鄭小妹妹眨着大眼睛說道。

14歲的中三學生阿曦表示，中國文字有4000多年歷史，書法由甲骨文傳承至今，歷經了數千年，真是好神奇。學校每年都有書法比賽，自己也參加了學校的書法班，「我對傳統文化和書法充滿興趣，雖然是剛開始學毛筆字，相信在老師的教導下，有信心學好書法，參加學校的下屆書法比賽。」

▲梁君度老師的書法作品《難得糊塗》。

生活忙碌 仍每天練習書法兩小時

孜孜不怠

現年78歲的梁君度，早年以理科學士、碩士畢業於廣州中山大學，父親是著名的版畫家，母親是音樂家，自小受家庭藝術薰陶，四歲開始學畫，六歲發表作品。1961年，15歲的他跟隨兄長拜嶺南書法大家、為貴州茅台酒題字的麥華三先生為師，由麥先生親自教授書法。啟蒙課就是反覆臨摹老師為自己寫的名字，先是雙勾，繼而單勾，各做300遍，每天樂此不疲練寫四五個小時。功多藝熟，梁君度至今還記得麥老師寫給他作範本的七言絕句，「當時好難找到字帖，我拿着那幅字反覆臨寫，後來再臨老師寫的王獻之（王羲之的兒子）《玉版》十三行，我很慶幸拜到這樣的名師和嚴師。」

1987年，梁君度來港定居。雖然工作、生活忙碌，但他臨池不輟，每日練習和創作書法至少兩小時。他的書法宗於鍾繇和兩王，再上溯魏漢，廣泛涉獵唐、宋名家的行草，以點畫俊朗，筆力凝重沉穩的行楷書風為藝壇所矚目，漸成一家風貌。

梁君度是香港書法家協會副主席，廣東省書法家協會會員，香港獅子山文藝協會會長，以及香港中國書畫會副會長，過去多年來，先後在香港和國內外多次舉辦個人作品展，出版過多部書法作品集。

擬辦國安法主題書法展

明年是香港國安法實施五周年。梁君度正準備與全港書法家舉辦一個以國安法為主題的書法展，並着手以行楷抄寫國安法。他表示，1954年中華人民共和國第一部憲法頒布後，老師麥華三用小楷書寫了全文，交給國務院存檔，意義非凡，「我也想效法他，將國安法全文寫成手卷交給國家和特區政府存檔。」

香港博物館節11·1起舉行 推動多元文化藝術

【大公報訊】記者秦英偉報道：施政報告提出，推動多元及國際化的文化藝術發展。「香港博物館節2024」將於11月1日至30日舉行。今年的博物館節已踏入第十年，繼續以「香港有歷史・藝術・科學・博物館」為主題，於康樂及文化事務署轄下博物館及藝術空間推出約70多項精彩節目。

辦周末同樂日及夜間探索

開幕節目「續Fun博物館嘉年華」於11月2日至3日（星期六及日）一連兩日在尖沙咀的香港文化中心露天廣場、香港藝術館、香港太空館及梳士巴利花園舉行。康文署轄下香港太空館、香港藝術館、科學推廣組、文物修復辦事處、非物質文化遺產辦事處、香港公共圖書館、電影節目辦事處、觀眾拓展辦事處及音樂事務處等多個文化組別將攜手合作，展現香港豐富而獨特的文化歷史和藝術多元面貌。

博物館活動包括「躍動醒獅」表演、「再見木偶」表演和「薄扶林舞火龍巡遊—龍遊十八區」等非物質文化遺產項目表演、攤位活動、互動科學展覽、音樂表演、動畫電影放映、圖書閱讀等。

與此同時，多個博物館會於11月的周末舉辦同樂日及夜間探索活動等，活動詳情可參閱網頁（見表）。

文化博物館展出佛教文物

另外，香港文化博物館今日（29日）舉行「藏域梵珍・佛學之路—徐氏藝術基金捐贈佛教文物展」開幕典禮。香港文化博物館部分珍貴的中國古代文物由已故徐展堂博士捐贈，是次展覽將精選當中70項與佛教相關的藝術珍品，包括唐卡藝術精品、鎏金佛像、法器、經籍等珍罕文物。展覽配合多媒體藝術教育展示區同時展出，以富有趣味的角度演繹唐代中外文化交流過程中佛學進一步傳入的經過和影響。

◀香港博物館節開幕節目「續Fun博物館嘉年華」將於周六及周日（2及3日）在尖沙咀的香港文化中心露天廣場、香港藝術館、香港太空館及梳士巴利花園舉行。

香港博物館節2024

主辦機構：康樂及文化事務署
日期：11月1日至30日
地點：各博物館、藝廊或公共空間
票價：免費入場，部分為收費活動
網址：www.museums.gov.hk/mf2024
查詢：3549 6424