

【書法養生與禪】講座

日期：5月4日（週六） 時間：下午3-5時

紐約藝術館為非牟利機構 501(C)(3)

New York Arts Center is a 501(C)(3) non-profit corporation

由於社區反應熱烈，參與嘉賓多次要求，紐約藝術館董事與書法家梁君度老師開會討論後，決定於5月4日週六加場，再次舉辦【書法養生】講座，第二場主題：【書法養生與禪】講座，由梁君度老師主講，內容為：什麼是書法與養生、怎樣學習修練等，讓參與嘉賓一同踏進養生大道。

紐約藝術館、香港養生書法研究會、香港中國書畫會、廣州妙蓮藝術館等機構主辦，星島日報、中文電視、綜合新聞協辦的【粵港養生書畫展】的特別項目【書法養生】講座，於4月21日舉行。紐約州參議員華人代表、社區名人等到賀，場面熱鬧。

書法養生講座由梁君度老師主講，內容圍繞：傳統書法的特質、真善美的表達手法、書畫練習養生之道、書畫練習領悟禪意等，帶領來賓進入藝術殿堂，認識國粹之美。梁老師更即席揮毫，讓參加講座朋友，學以致用，通過對傳統的筆法、筆氣、筆意的介紹，使學員基本掌握書法內勁的運用和練習方法，調理身心健康，達到養生之效。

梁君度老師指出，世界四大文明古國只有中國能保留遠古文字到今天，書法不能離開文字，文字要求美，書法要守法，古人總結楷書的基本筆畫和這些筆畫的寫法有八種：側（點）、勒（橫）、努（直）、趯（勾）、策（仰橫）、掠（長撇）、啄（短撇）、磔（捺）。這八種筆畫和筆法剛好可以用「永」字來集中表達，人稱「永字八法」。所有點畫的迎來送往、聚散開合都彼此關情，凝神於一處。所以，傳說有很多練書法的人，幾乎每天都要寫幾十遍「永」字。

書法有兩樣，第一是傳統，第二是創新。古人的傳統可以由一種書法字體演變成另一種書法字體，好像有草書演變成金草書，從一種字型的觀賞美學至另一種字型的觀賞美學。古書法家王獻之的筆法就是從父親王羲之而成，這就是承傳與創新。這種傳統、創新與今天的不一樣，今天的書法界出現一種醜字體，其法則並不是由美而美，而是由美變醜，顛倒中國文字的審美觀。寫書法好像練習氣功一樣，要求：平息、專心、入定，進而達成修心養德之境界。



梁君度老師講解書法心得，參與嘉賓細心聆聽。



梁君度老師與嘉賓交流。



梁君度老師講解書法養生要點。



梁君度老師即席揮毫李白《清平調》。



書畫家即席揮毫送與嘉賓合影。



書畫家與嘉賓合影。



書畫家與社區名人岑卓槐合影。



書畫家李信良老師致送墨寶與岑卓槐。



書畫家孫春桂老師即席揮毫「厚德載物」。



梁君度老師講解書法不可推廣丑書。