

赤壁賦

劉致慶*

我小學五年級時曾跟薛志揚老師學習書法一年，後來就未曾提筆揮毫。2020年間偶然聽了郭晉銓老師介紹書法美學演進的演講，心中蟄伏已久對書法的喜愛頓時爆發，於是自2020年7月起跟郭老師學習書法，郭老師推薦我學習元朝大書法家趙孟頫的楷書，那是我首次接觸趙孟頫的書法，一開始就像孩童學步般歪歪扭扭，但在老師指點字型結構、布局及運筆技巧後，我越發喜愛趙孟頫的字，也透過實際操作對傳統書法的美學更有概念，體會到透過觀察書法家的字體，可以發現他學習書法的路徑以及創新之處，這些知識也有助於我欣賞書法作品。

我對學習書法的心得如下。首先，寫字的過程可以讓自己的心靜下來，專注在字帖與筆尖，進入類似冥想的狀態，這對鍛鍊心性

很有幫助，讓自己遇到難題時更顯沉穩冷靜。其次，學習書法一開始進步較快，遇到瓶頸後，必須透過仔細讀帖、思考及不斷練習，才能有所突破，這時候若有老師在旁提點問題所在，則會進步得更快，這種透過努力突破瓶頸的感覺令人著迷。再者，若所臨的字帖是自己喜愛的書法家，偶爾會有跟書法家隔空對話的奇妙感覺。

封面是我臨摹趙孟頫的行書作品「前赤壁賦」。趙孟頫的行楷被許多書法家公認為是書法史上技巧最好、結構及線條質感毫無瑕疵，他的字技巧洗鍊，開合有度，透露著高雅的文人氣質，獨霸當代及其後四百年。我的技巧有待精進，但很高興跟大家分享這件作品，也將趙孟頫介紹給大家。

* 本文作者係執業律師，全國律師聯合會律師業務發展委員會主任委員。