

楊公凝式筆跡雄傑，有二王顏柳之餘。不為時勢所汨沒者。

蘇軾



中國碑帖名品

〔六十九〕

楊凝式法書名品



上海書畫出版社

中國碑帖名品

〔六十九〕

楊凝式法書名品



上海書畫出版社

圖書在版編目 (CIP) 數據

楊凝式法書名品/上海書畫出版社編——上海：上海書畫出版社，2013.8

(中國碑帖名品)

ISBN 978-7-5479-0666-8

I. ①楊… II. ①上… III. ①漢字—法帖—中國—五代 (907~960) IV. ①J292.24

中國版本圖書館CIP數據核字 (2013) 第186822號

中國碑帖名品「六十九」
楊凝式法書名品

本社編

責任編輯 孫稼阜
釋文注釋 俞豐
審定 沈培方
責任校對 郭曉霞
封面設計 王崢
整體設計 馮磊
技術編輯 錢勤毅

出版發行 ②上海書畫出版社

地址 上海市延安西路353號 200050

網址 www.shshuhua.com

E-mail shcph@online.sh.cn

印刷 上海界龍藝術印刷有限公司

經銷 各地新華書店

開本 889 × 1194mm 1/12

印張 5

版次 2013年8月第1版

2015年7月第2次印刷

書號 ISBN 978-7-5479-0666-8

定價 40.00元

若有印刷、裝訂質量問題，請與承印廠聯繫

版權所有

翻印必究

《中國碑帖名品》編委會

編委會主任

盧輔聖 王立翔

編委（按姓氏筆畫爲序）

王立翔 沈培方

胡傳海 孫稼阜

張偉生 馮磊

盧輔聖

本冊責任編輯

孫稼阜

本冊釋文注釋

俞豐

本冊圖文審定

沈培方

前言

中華文明綿延五千餘年，文字實具第一功。從倉頡造字而雨粟鬼泣的傳說起，歷經華夏子民智慧聚集、薪火相傳，終使漢字生生不息、蔚為壯觀。伴隨著漢字發展而成長的中國書法，基於漢字象形表意的特性，在一代又一代書寫者的努力之下，最終超越其實用意義，成為一門世界上其他民族文字無法企及的純藝術，並成為漢文化的重要元素之一。在中國知識階層看來，書法是中國人『澄懷味象』、寓哲理於詩性的藝術最高表現方式，她净化、提升了人的精神品格，歷來被視為『道』『器』合一。而事實上，中國書法確實包羅萬象，從孔孟釋道到各家學說，從宇宙自然到社會生活，中華文化的精粹，在其間都得到了種種反映，書法無愧為中華文化的載體。書法又推動了漢字的發展，篆、隸、草、行、真五體的嬗變和成熟，源於無數書家承前啓後、對漢字美的不懈追求，多樣的書家風格，則愈加顯示出漢字的無窮活力。那些最優秀的『知行合一』的書法家們是中華智慧的實踐者，他們彙成的這條書法之河印證了中華文化的發展。

因此，學習和探求書法藝術，實際上是瞭解中華文化最有效的一個途徑。歷史證明，漢字及其書法衝破了民族文化的隔閡和時空的限制，在世界文明的進程中發生了重要作用。我們堅信，在今後的文明進程中，這一獨特的藝術形式，仍將發揮出巨大的力量。然而，在當代這個社會經濟高速發展、不同文化劇烈碰撞的時期，書法也遭遇前所未有的挑戰，這其間自有種種因素，而漢字書寫的退化，或許是書法之道出現踟躕不前窘狀的重要原因，因此，有識之士深感傳統文化有『迷失』、『式微』之虞。書法藝術的健康發展，有賴對中國文化、藝術真諦更深刻的體認，彙聚更多的力量做更多務實的工作，這是當今從事書法工作的專業人士責無旁貸的重任。

有鑒於此，上海書畫出版社以保存、還原最優秀的書法藝術作品為目的，承繼五十年出版傳統，出版了這套《中國碑帖名品》叢帖。該叢帖在總結本社不同時段字帖出版的資源和經驗基礎上，更加系統地觀照整個書法史的藝術進程，彙聚歷代尤其是今人對不同書體不同書家作品（包括新出土書迹）的深入研究，以書體遞變為縱軸，以書家風格為橫綫，遴選了書法史上最優秀的書法作品彙編成一百冊，再現了中國書法史的輝煌。

為了更方便讀者學習與品鑒，本套叢帖在文字疏解、藝術賞評諸方面做了全新的嘗試，使文字記載、釋義的屬性與書法藝術造型、審美的作用相輔相成，進一步拓展字帖的功能。同時，我們精選底本，並充分利用現代高度發展的印刷技術，精心校核，原色印刷，幾同真迹，這必將有益於臨習者更準確地體會與欣賞，以獲得學習的門徑。披覽全帙，思接千載，我們希望通過精心編撰、系統規模的出版工作，能為當今書法藝術的弘揚和發展，起到綿薄的推進作用，以無愧祖宗留給我們的偉大遺產。

簡介

楊凝式（八七三—九五四），五代書家。字景度，號癸巳人、虛白、希維居士、關西老農。涉之子。華陰（今屬陝西）人。居洛陽。歷仕五代，官至太子少師。體雖叢眇而精神穎悟。工行、草書，宗法歐陽詢、顏真卿，加以縱逸，宛然成家，是唐宋之際繼往開來的一代大師。喜遨遊佛道祠院，遇山水勝概，輒顧視援筆，且吟且書，洛川寺觀粉壁之上，題記殆遍，時人以其縱誕，呼爲「楊風子」。存世主要書跡有《夏熱帖》、《神仙起居法》、《韭花帖》、《盧鴻草堂十志圖跋》及刻本《新步虛詞》等。

《夏熱帖》，紙本。行草書。縱二十三點八釐米，橫三十二釐米。此帖有晉人法度，雖恣肆而不狂惡。間有顏、柳筆意，屬楊書中「筆勢雄傑」的一種風格。此帖有趙孟頫、項元汴、曹溶、納蘭成德和乾隆、嘉慶內府等鑒藏印記。現藏故宮博物院。《珊瑚網書跋》、《式古堂書畫彙考》、《平生壯觀》、《石渠寶笈初編》等書均有著錄。

《神仙起居法帖》，紙本。文凡八行，草法奇矯恣肆，老筆紛披，用筆遒勁酣暢，天真縱逸，不拘成法，而法度俱在，黃庭堅稱其爲「散僧入聖」。現藏故宮博物院。

《韭花帖》，紙本。行書。七行，六十三字。書法古茂遒麗、風度凝遠，行字間疏朗淡雅。明董其昌云：「楊書筆勢雄傑，有二王、顏、柳之概。」鈐有「端本家傳」、「紹興」、「御書之寶」、「松雪齋」、「何良俊印」、「清森閣書畫印」、「項元汴印」、「陳定」等鑒藏印。帖後有張晏、賈希朱、陳繼儒等跋。現以羅振玉藏本、無錫博物院藏本（此爲清內府藏本，雖爲摹本，但體例格式保持了原帖全貌，極具參考借鑒價值）、及《戲鴻堂帖》刻本合併刊出，以供欣賞、學習和研究。

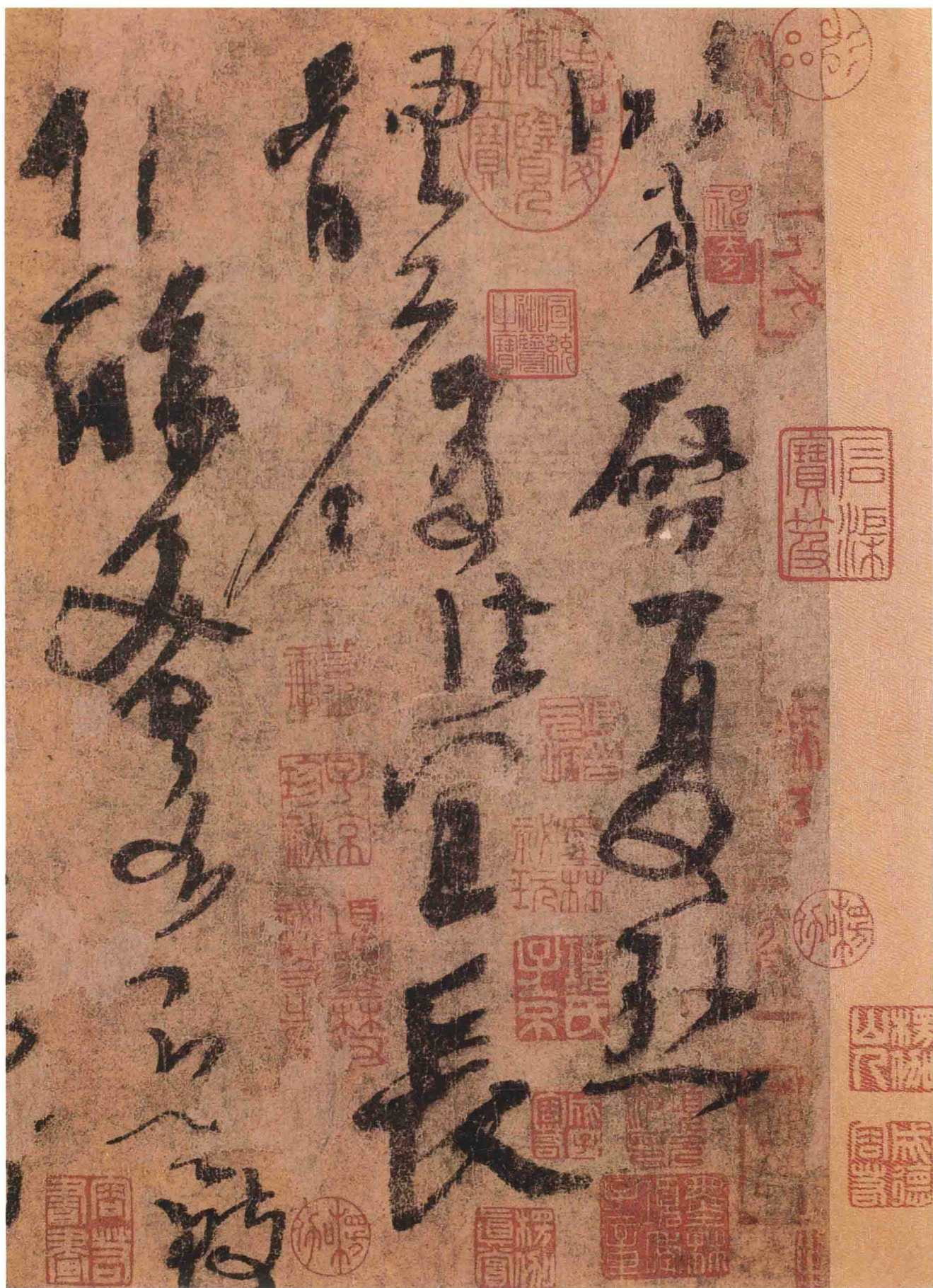
《盧鴻草堂十志圖跋》，紙本。行書。八行，七十七字。書法雄厚古樸，逸態橫生。曾經趙子固、嚴嵩、項元汴、張則之、高士奇及內府等收藏。現藏臺北故宮博物院。《清河書畫舫》、《石渠寶笈續編》等有著錄。

《新步虛詞》，刻本。該帖爲楊凝式行草書代表作，風格近《神仙起居法帖》，因字數多，因而爲學習和研究楊凝式書法提供了方便。現據朵雲軒藏《戲鴻堂帖》刻本影印出版。

夏
熱
帖

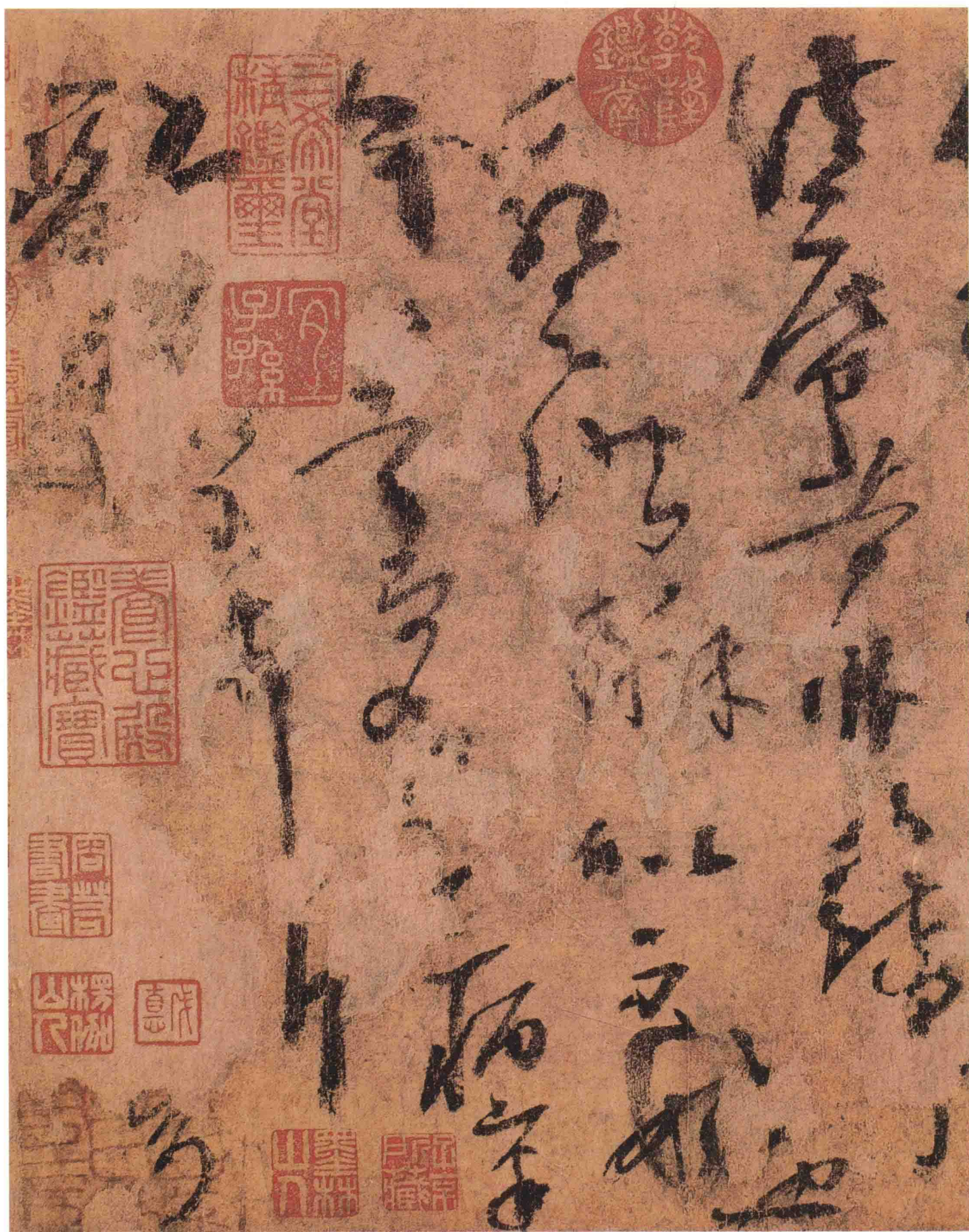
體履：身體和步履。指生活起居。按：「體履佳」是問句，即詢問對方身體是否安好的意思。

酥蜜水：用酥酪與蜂蜜調製的水。酥蜜亦可作藥用或製糕餅。《法苑珠林》卷十五：「（太子）安雁膝上，以妙滑左手擎持，右手拔箭，即以酥蜜封其瘡。」《宋史·禮志五》：「祭北方天王於北郊迎氣壇，用香、柳枝、燈油、乳粥、酥蜜餅、果。」按：我國唐宋時期即有食用乳製品的記載，皇室並有采製乳製品的專門機構。《舊唐書·職官三》：「主酪五十人，令掌牧雜畜，造酥酪、脯臘，給納之事。」《宋史·職官四》：「乳酪院，掌供造酥酪。」



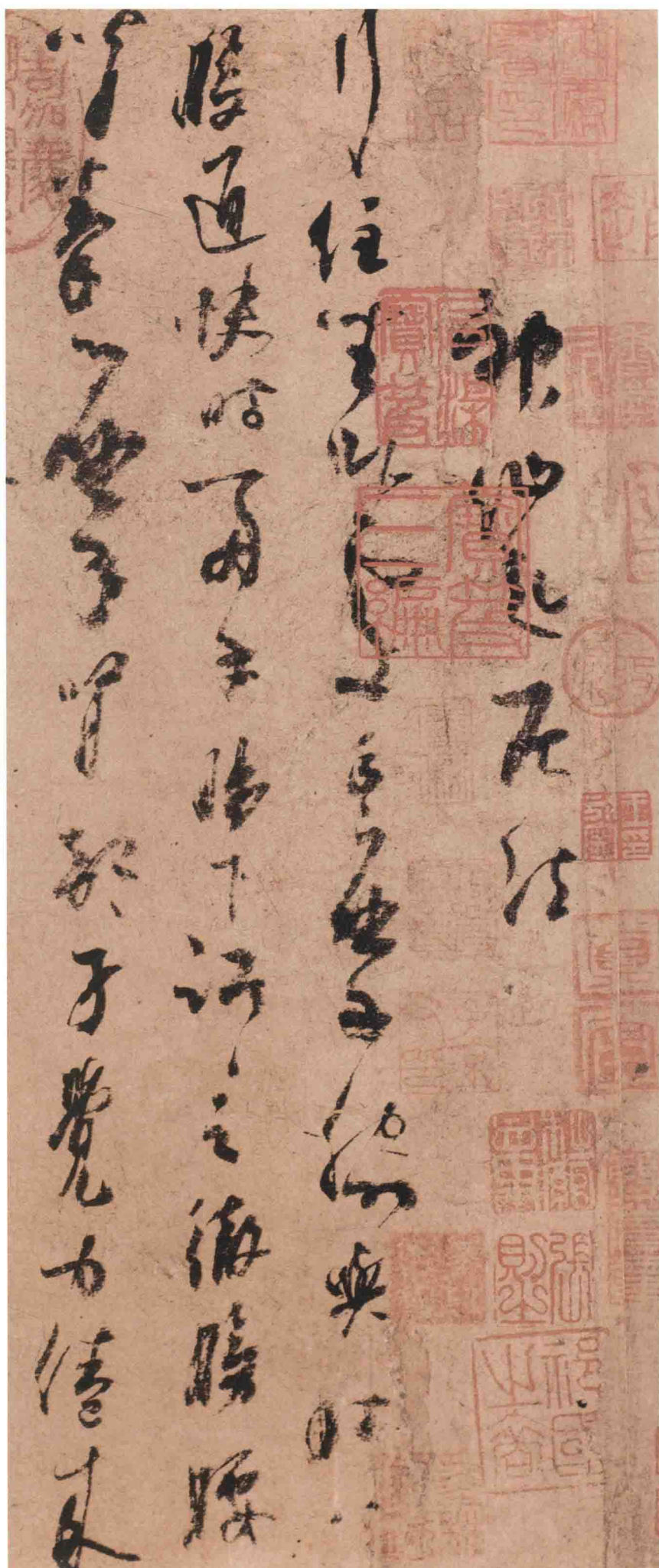
凝式啓：夏熱、體履佳？宜長飲酥蜜水，即欲致、

法席：講解佛、道之
 者的座席。用作對脩行
 者的敬稱。



法席，若非□□□／乳之供酥，似不如也。／□□□□□病筆／書□頓首。／

神仙起居法



神仙起居法：日常生活作息中的養生修仙方法。

背拳按摩腎部：用拳背按摩腎部。

神仙起居法。

行住坐臥處，手摩脅與肚。心、腹通快時，兩手腸下踞。踞之徹膀胱、背拳按摩腎部。才覺力倦來，

脅：兩腋下肋骨所在的部分。

踞：本義是兩腿張開伸直而坐。

此處引申為叉開兩手。

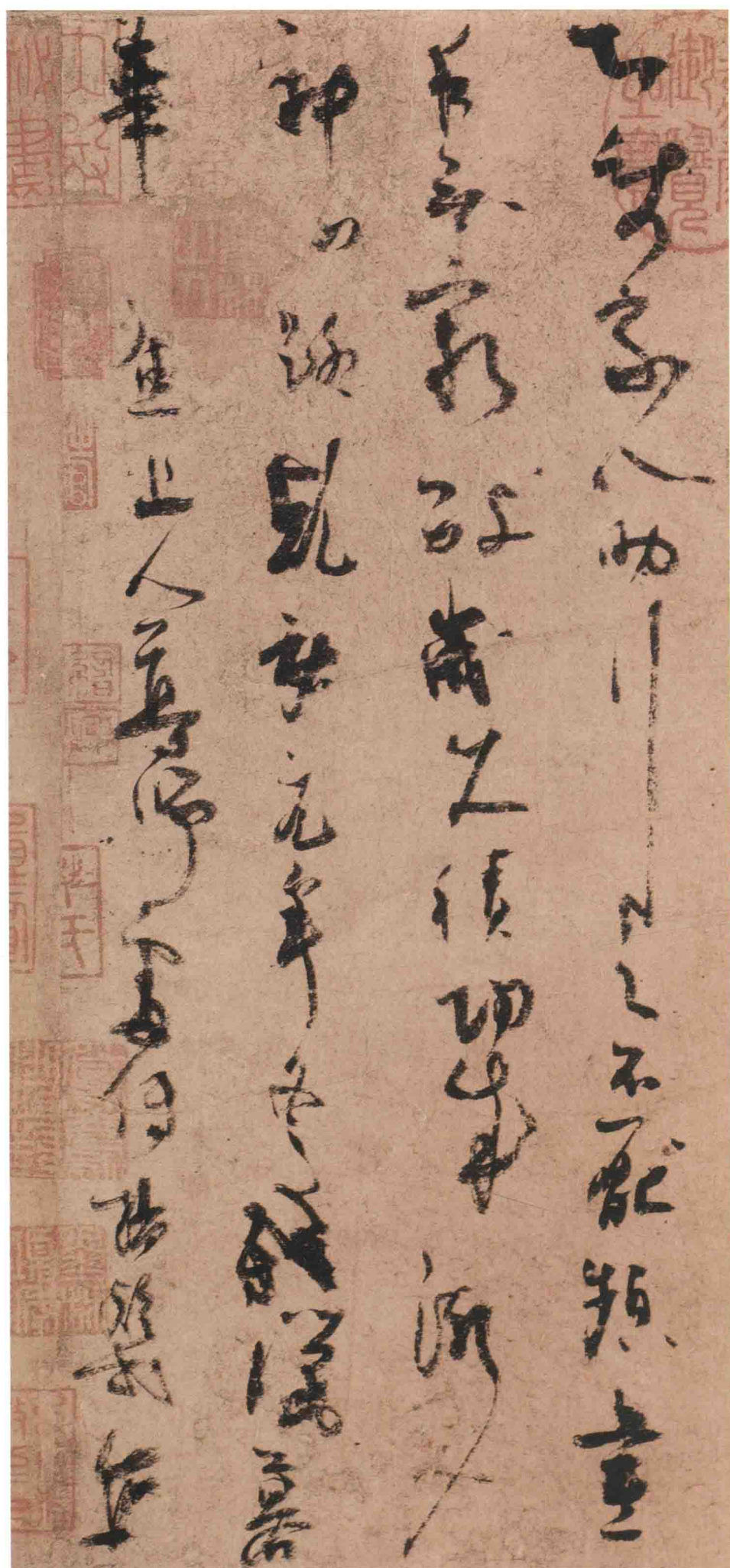
徹：通達。膀胱：腰肋部分。膀，

本義為「脅」。此句大概是說叉開兩手在腹下至腰肋間輕按一周。

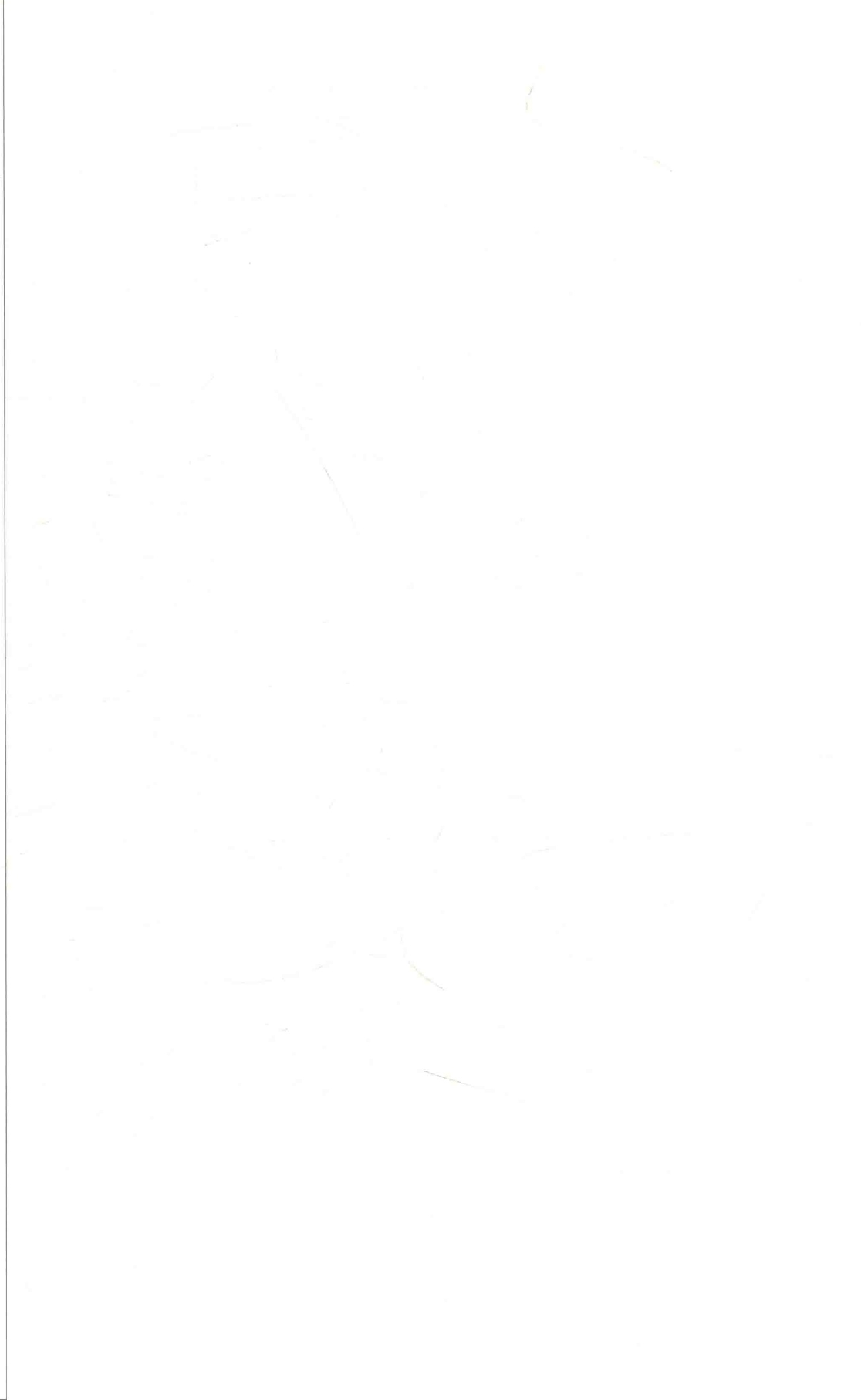
乾祐：五代後漢年號。乾祐元年為九四八年。

冬殘臘暮：冬季將盡的十二月末。

即使家人助。行之不厭煩，晝、夜無窮數。歲久積功成，漸入、神仙路。乾祐元年冬殘臘暮，、華（陽）焦上人尊師處傳，楊凝式。



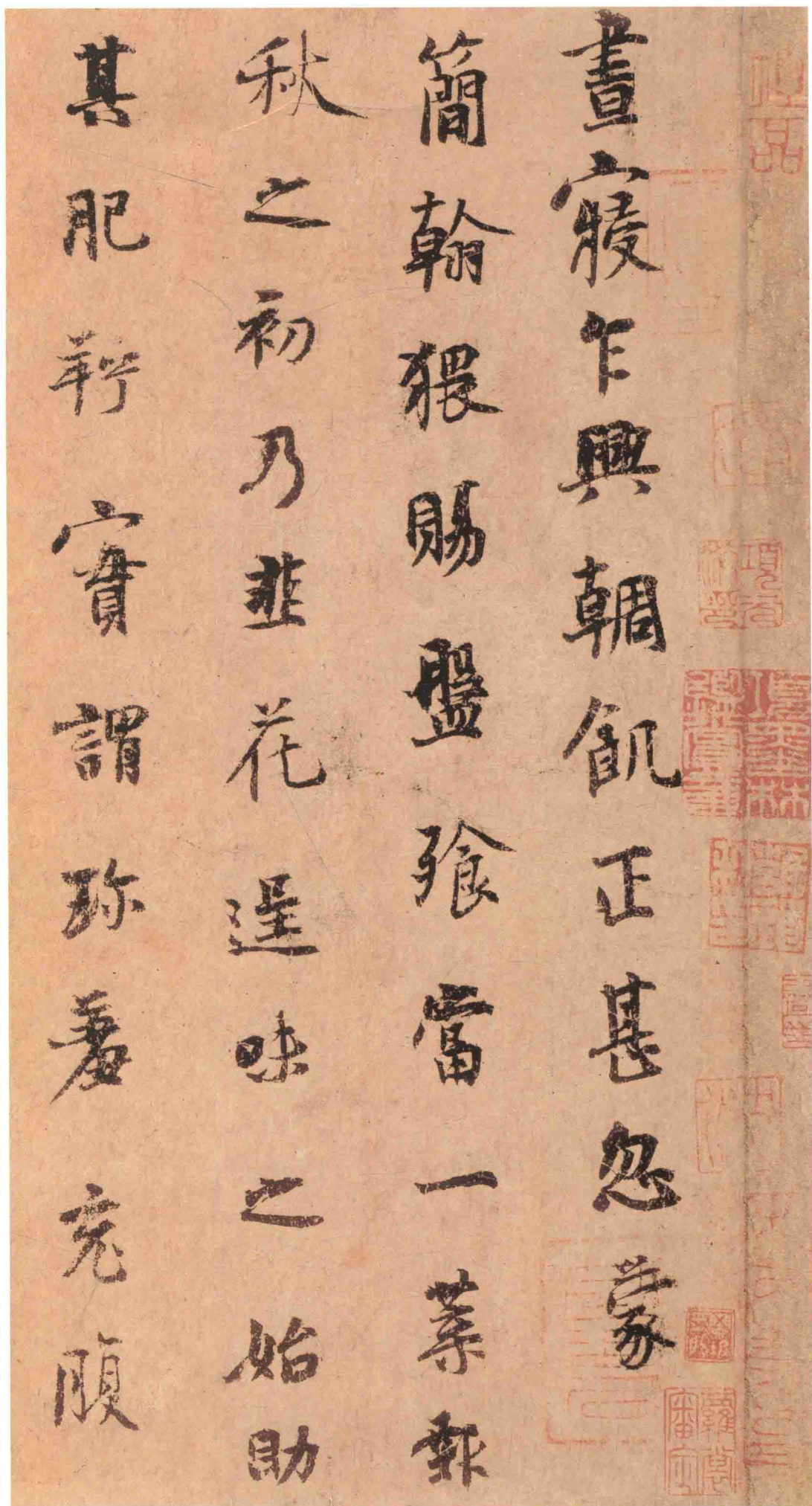
韭花帖



晝寢乍興：午睡剛起來。

朝飢：同「朝」。朝飢，本指早晨空腹時感到的飢餓，此處引申為午睡後的飢餓感。語出《詩經·周南·汝墳》：「愁如調飢。」調，通「朝」。按，「朝」字不見於經典。典籍中將此字寫作「朝」。唐陸德明《經典釋文》卷五：「調，張留反，朝也。又作朝，音同。」據此，後世遂以「調」、「朝」、「朝」三字通用。此字或本應作「朝」，典籍傳寫訛作「朝」。《說文》：「朝，重也。從車周聲。職流切。」

簡翰：書信，手劄。



【羅振玉藏本】晝寢乍興，朝飢正甚。忽蒙簡翰，猥賜盤飧。當一葉報秋之初，乃韭花逞味之始。助其肥羴，實謂珍羞。充腹、

猥：謙詞，等於說「辱承」。

一葉報秋：見一片落葉，知秋天來臨。形容初秋時節。語本《淮南子·說山訓》：「以小明大，見一葉落而知歲之將暮，睹瓶中之冰而知天下之寒。」

肥羴：同「食」，食物，熟食。

韭花：即韭菜花。古稱「菁」。《說文解字》：「菁，韭華也。」韭菜於夏秋之際開傘狀花序的白色小花，通常趁其將開未開時採摘，磨碎後醃製成醬食用，其味微辣而有韭香。韭花醬在古代為「七菹」之一。（「菹」即指醃菜、醬。）《周禮·天官·醢人》：「凡祭祀……以五齊、七醢、七菹、三醯實之。」鄭玄注：「七菹，韭、菁、茆、葵、芹、落、菊。」《太平御覽》卷八五五引漢崔寔《四民月令》曰：「八月收韭菁搗醬。」（「搗醬」表

經：小雅·伐木》：「既有肥羴，以速諸父。」

醬實之。鄭玄注：「七菹，韭、菁、茆、葵、芹、落、菊。」《太平御覽》卷八五五引漢崔寔《四民月令》曰：「八月收韭菁搗醬。」（「搗醬」表

示搗碎為醬。一以韭花醬佐食肉類，是傳統的美食方法。元許有壬《韭花》詩云：「西風吹野韭，花發滿沙陀。氣較葷蔬媚，功於肉食多。濃香跨姜桂，餘味及瓜茄。」此帖下文曰「助其肥疴，實謂珍羞」，也正是此種食法。

銘肌載切：刻骨銘心。

脩狀：敘述自己的情況。

之餘，銘肌載切。謹脩狀陳謝，伏惟鑒察。謹狀。一七月十一日，（凝式）狀。一

之餘銘肌載切謹脩狀陳

謝伏惟

鑒察謹狀



兩頰頤

頤頤頤

頤頤頤

頤頤頤

七月十一日

狀