

陈必武先生箴语书法百品

陈必武先生箴语书法百品



陈必武 箴语 集

陈必武养生箴语书法百品

封面题词 朱关田
封底篆刻 叶一苇

颐养集

陈必武养生箴语书法百品

出 版 人 金洪达
监 制 许晓俊
责任编辑 袁卫民
特约编辑 陈兆明
责任出版 戎珊琼
美术编辑 邱阳英

制作 杭州典集文化艺术有限公司 电话 0571/85184181

出版发行 西泠印社（国际）出版社

地址 香港荃湾石围村石莲楼六楼622室

版次 2011年10月第1版 第1次印刷 开本 889×1194 1/16 印张 11

印数 0 001—1500 ISBN 978-988-98595-7-2

定价 180.00元

（典集印艺）

陳山
臥
救
生
賊
誦
書
法
集

朱
美
田
題



朱美田

中国书法家协会顾问、

浙江省书法家协会名誉主席

頤神養壽

武進兄雅囑並乞正正鮑賢倫書



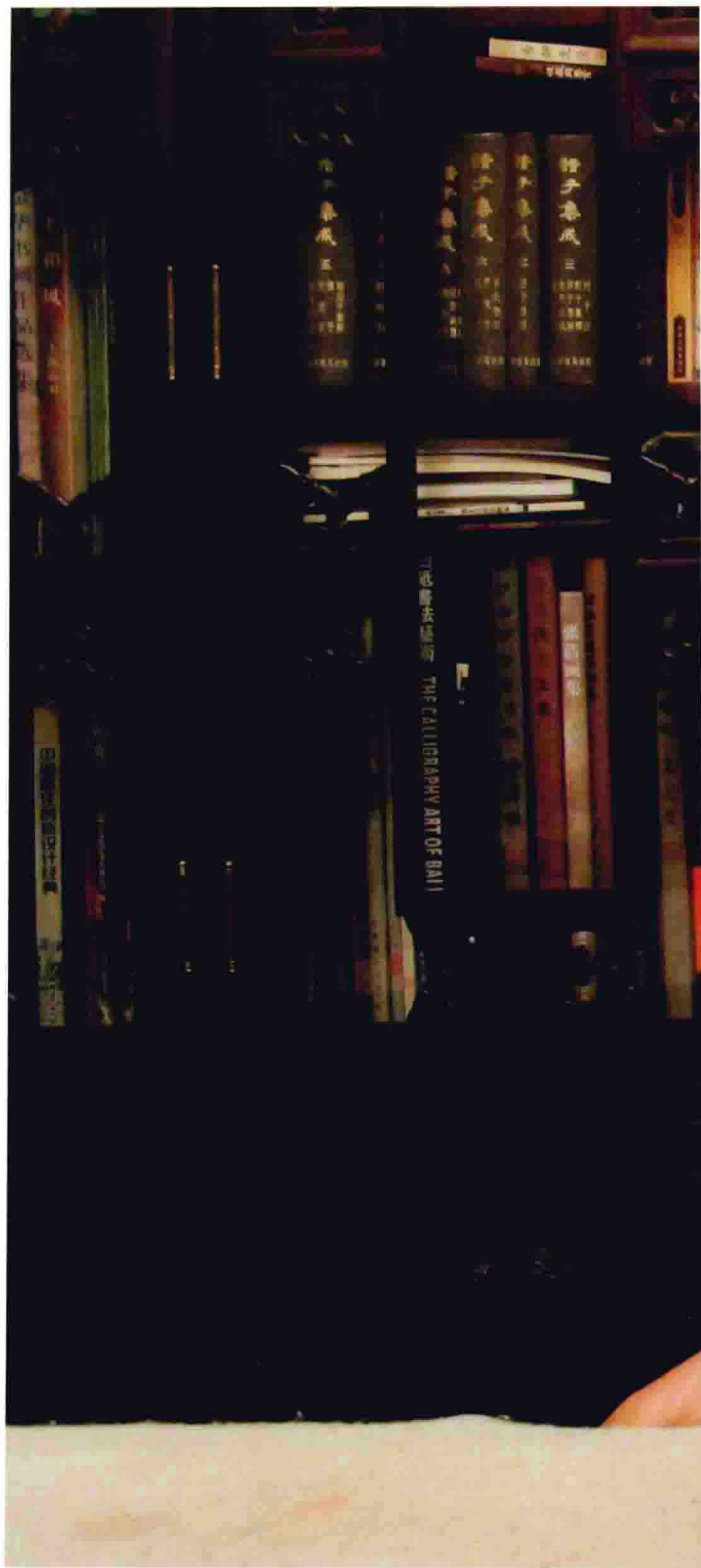
鮑賢倫

浙江省书法家协会主席

陈必武，1947年6月16日生于浙江鄞县。

现为中国书法家协会会员、浙江省书法家协会顾问、中国电力书法家协会理事、浙江四明书画院名誉院长、浙江金秋书画院名誉院长。曾任浙江省文联第四、五、六届委员，浙江省书协副主席，浙江省电力公司总经理工作部主任，浙江电力房地产公司董事长等职。

作品多次入展、获奖于全国性的重大书法展览。2003年以来，先后在杭州西湖美术馆、中国美术馆、杭州通宝艺术城、上海美术馆和杭州和平国际会展中心举办个人书法展。作品被北京人民大会堂、国家博物馆、中国美术馆、上海美术馆等机构收藏。多次出访韩国、台湾参加展览和学术交流。主要著述有：《陈必武书法集》《陈必武书法艺术》《陈必武居室装饰书法作品集》《陈必武上海书法展作品选》《陈必武西湖景诗草书作品集》《颐养集——陈必武养生箴语书法百品》。





对养生之道的提炼和概括，老子有三宝，孔子有三戒，吕不韦有五道，陶弘景有十要，龚居中有六慎，等等。我在综合古人论述的基础上，根据人类养生的客观规律，把养生之道归结为六个字，即：“德、静、动、释、节、乐”。在此六字中，德为百行之本，静、动乃文武二法，节为万事之度，释、乐乃舍得二道。如能固本、得法、守度、知道，做到厚德、静心、动形、释怀、节俭、寻乐，则可长生也。



形式 草书斗方组合之一
内容 德
尺寸 68×68cm
用纸 白色宣
钤印 上善若水 陈必武



形式 草书斗方组合之二
内容 静
尺寸 68×68cm
用纸 白色宣
钤印 幽静 玉壶斋 陈必

自序

养生文化是中华优秀传统文化的重要组成部分。从《周易》所述的“颐卦”开始,到《道德经》、《庄子》、《论语》、《荀子》,从先秦的《黄帝内经》、《吕氏春秋》,晋汉的《抱朴子》、《淮南子》,到明清的《遵生八笺》、《四库全书》等等。其横亘数千年,浩瀚如烟海的传世典籍中,无一不论及养生之道。今选取儒、释、道、医等诸子百家各种文献中关于养生的精辟箴语,荟萃成集,取名为《颐养集》。

书法同样也是中华民族的国粹,她作为一个以汉字为唯一表现对象的视觉艺术,自古以来,纪事、写景、抒情、言志的诗词歌赋一直是书法内容的主流。今天,我把养生名句作为书写对象,似乎有点偏离主流,但是以下二点是激发我这次创作尝试的动因:其一,让书法走进养生,给养生名言赋以书法的艺术形态,这种内容与形式的融合,把书法艺术与养生文化这两个中华灿烂的文化瑰宝有机地统一在一件作品里,既弘扬了书法艺术,又宣传了养生文化,客观上能起到珠联璧合的作用,这是一件一举两得的事。其二,当人们面对这样一件作品时,可以在观赏书法的同时,了解、领悟中华养生的精髓;在品读养生箴语的同时,又可以感受书法艺术的魅力,从而可望获得养生之道和艺术审美的双重收益,有助于颐神养性,延年益寿。

中华养生文化是一个完整的博大精深的思想体系,历代先哲们从不同角度作了高度概括总结,如老庄的“天人和一”、“虚静无为”的养生思想,孔子、荀子的“仁德”、“乐观”的养生见解,东晋葛洪的“我命在我”、“宝精行气”的养生理论,南朝陶弘景的“动静结合”、“中和适度”的养生主张,明代高濂的“形神兼养”、“导引延年”的养生方法,还有明代万全的《养生四要》、清代张英的《致寿四道》等等。这里,我将养生归纳、提炼为“德、静、动、释、节、乐”六个字,并按此把本集分为“厚德”、“静心”、“动形”、“释怀”、“节俭”、“寻乐”六个部分。另外,增设“求道”一章,编入养生学习方法的哲理名句,列于最后。

在体例上,除注有书法作品所具备的形式、书体、尺幅、用纸和钤印之外,还对所书养生箴语的内容注明原文,并附白文释义,力求通俗易懂,图文并茂。“知道者”,可“度百岁”。懂得养生的人,可活过百岁。本集作品取百为数,以示圆满、吉祥之意,更祝读者朋友们都能健康延年,寿度百岁。

陈必武

2011年6月16日
于杭州九龙山庄玉壶斋



形式 草书斗方组合之三
内容 动
尺寸 68×68cm
用纸 白色宣
钤印 大吉祥 浙西山人 陈必武

养生六字

德

德

静

静

动

动

释

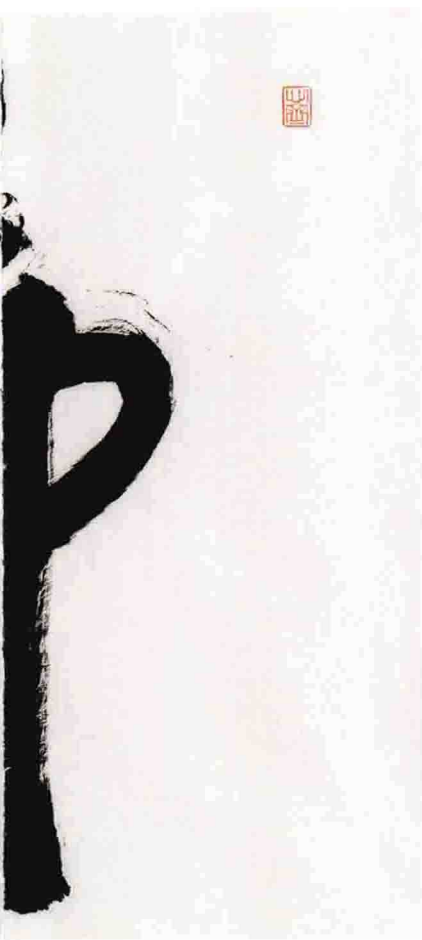
释

节

节

乐

乐



形式 草书斗方组合之六

内容 乐

尺寸 68×68cm

用纸 白色宣

钤印 一笑天下 九龙壁园 陈必武



形式 草书斗方组合之四
内容 释
尺寸 68×68cm
用纸 白色宣
钤印 大壑 九龙壁园 止庐



形式 草书斗方组合之五
内容 节
尺寸 68×68cm
用纸 白色宣
钤印 心斋 玉壶斋 陈必武

目录

作品图板

厚 德

- | | | |
|----------|----------------|----|
| 1. 篆书条幅 | 孔子《中庸·知天篇》句 | 21 |
| 2. 楷书中堂 | 《周易·颐卦第二十七》句 | 23 |
| 3. 草书斗方 | 《荀子》句 | 25 |
| 4. 隶书中堂 | 《管子》句 | 27 |
| 5. 楷书中堂 | 孔子《论语·雍也篇第六》句 | 28 |
| 6. 行书横披 | 陆贾《新语·道基篇》句 | 29 |
| 7. 草书斗方 | 《管子》句 | 30 |
| 8. 篆书中堂 | 庄子《南华真经·刻意篇》句 | 31 |
| 9. 草书斗方 | 孙思邈《千金要方》句 | 32 |
| 10. 草书横幅 | 老子《道德经·第六十七章》句 | 34 |
| 11. 隶书中堂 | 《荀子》句 | 35 |
| 12. 草书中堂 | 刘安《淮南子·诠言训》句 | 36 |

静 心

- | | | |
|----------|----------------|----|
| 13. 隶书条幅 | 庄子《南华真经》句 | 39 |
| 14. 行书斗方 | 冷谦《修龄要旨》句 | 40 |
| 15. 草书斗方 | 万全《养生四要》句 | 41 |
| 16. 行书斗方 | 庄子《南华真经·刻意篇》句 | 42 |
| 17. 篆书对联 | 老子《道德经·第十六章》句 | 43 |
| 18. 草书中堂 | 《黄帝内经·上古天真论篇》句 | 44 |
| 19. 行书横披 | 高濂《遵生八笺》句 | 46 |
| 20. 草书斗方 | 《吕氏春秋》句 | 48 |
| 21. 隶书中堂 | 庄子《南华真经》句 | 49 |
| 22. 草书条幅 | 《管子·内业第四十九》句 | 50 |
| 23. 行书中堂 | 佛家《顿悟入道要门论》语 | 51 |