

多米格

中国书法教程

编著·鸿蒙



多米格完美的解决了笔画结构的精准定位问题，是研究文字结构，精准临帖的最佳选择。

大唐西京千福寺多宝佛塔感
應碑文南陽岑勛撰朝議郎判
尚書武部貲外郎琅邪顏真卿
書朝散大夫檢校尚書都官郎
中東海徐浩題額粵妙法蓮華
諸佛之祕藏也多寶佛塔證經

新华出版社

多米格

中国书法教程

编著·鸿蒙



不练基本功，终究一场空。多米格习字法就是一种扎扎实实打好书法基本功的好方法。

大唐西京千福寺多宝佛塔感
應碑文南陽岑勛撰朝議判
尚書武部貲外郎琅邪顏
書朝散大夫檢校尚書都
中東海徐浩題額粵妙法蓮華
諸佛之祕藏也多寶佛塔證經

新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

多米格中国书法教程/鸿蒙编著.

北京: 新华出版社, 2015. 9

ISBN 978-7-5166-2043-4

I. ①多… II. ①鸿… III. ①汉字-书法-教材

IV. ①J292. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第221220号

多米格中国书法教程

编 著: 鸿 蒙

出 版 人: 张百新

责任编辑: 郑建玲

装帧设计: 玄谷文化

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号

邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhuaapub.com>

<http://press.xinhuanet.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010-63077122

中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 上海玄谷文化艺术有限公司

印 刷: 上海普顺印刷包装有限公司

成品尺寸: 210mm×285mm 16开

印 张: 8.75

字 数: 13 千字

版 次: 2015年9月第一版

印 次: 2015年9月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-2043-4

定 价: 68.00元

图书如有印装问题请与印刷厂联系调换: 021-56554748

目 录

第一章 多米格习字法	001
第一节 什么是多米格.....	001
第二节 怎样使用多米格	002
第三节 汉字的结体规律及原则.....	003
第四节 使用多米格应注意的事项.....	005
第五节 笔法	007
第六节 章法布局.....	008
第二章 多米格书法字帖部分	010
第一节 颜真卿《多宝塔碑》	011
第二节 欧阳询《九成宫碑》	060
第三节 柳公权《玄秘塔碑》	081
第四节 赵孟頫《五柳先生传》	102
第五节 宋徽宗《牡丹诗帖》	118
第六节 王羲之《兰亭序》	126
第七节 张旭《李清莲序》	130





第一章 多米格习字法

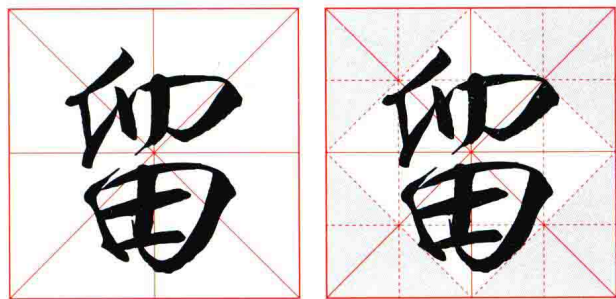
练习书法最大的心结就是投入巨大精力，却不见效果，但是，学习书法是没有秘诀的，如果有，那么书法家的后人岂不都是书法家？清朝朱和羹在《临池心解》中说：“临池之法不外结体用笔。结体之功在学力，而用笔之妙关乎性灵。”意思是说学习书法，不外乎结体，用笔。结体的功夫体现在学习的刻苦程度上，而笔法的奥妙却关乎每一个人的天赋，是人的感情的自然流露。学书法必须要有铁杵磨针、滴水穿石的精神，切不可一曝十寒，如果那样，纵使天资聪颖也无法成功！因而，只有正确的方法加上刻苦临池才是成功的唯一途径！

第一节 什么是多米格

多米格是文字书写结构定位格。它以传统米字格为基础进行优化调整，增加辅助线，进行分区，中间菱形为主体区，周边四个三角形为辅体区，文字的笔画长短、走势，依据在各区位的大小关系以及同各条主、辅线的相对关系进行定位参照，然后，依样把字临摹到多米格专用纸上。多米格分区科学，可以使笔画定位更加精准合理，让学书者短时间内掌握汉字的结构布局，并且学会依势分析，不走弯路，正确入帖，加上笔法训练，能够几乎和原帖写的一模一样，为书法训练打好基础。

多米格字帖和多米格书法专用纸作为一个整体，构成多米格书法训练的核心。

传统的米字格或其他类型的辅助格，定位空间过大，对比参考线不全，无法纵横贯通，很难一下做到定位精准，学书者要经过漫长时间的反复训练和领悟，才可慢慢掌握文字的结构原理和笔画布局。文字的结构布局，成为很多初学者迈不过去的门槛，以至于失去信心放弃训练。这是因为笔法可以决定文字的精神气质，结构却可以决定文字是否



传统米字格 定位空间过大

多米格 分区科学 定位精准

健全，正如一个人的骨架是否端庄，这就是历代书家首先强调文字的结构布局要有正大气象，不可猥琐小气。学书者一旦经过长时间训练仍结体无方字形不佳，便容易失去信心，但是，每一个学书者必须扎扎实实打好文字结体这一基本功，将来无论在软笔或硬笔上皆做到一通百通。

学习书法的关键不在时间长短，关键要方法正确。在临帖时不要不厌其烦的对一个字反复临摹研究，这时的关键就是要正确的重复或者是越来越正确的重复，只有方法正确才能取得事半功倍的效果。多米格习字法就是帮助学书者顺利进入准确临摹阶段的有效方法。它是最科学、最方便、最准确的练字辅助方法之一，每一个学书者都会在书法训练中迅速体会到多米格带来的巨大帮助。

但是，多米格习字法仅仅只是一种练字的辅助方法，并不是一种秘笈，我们不可迷信它依赖它，而一定要驾驭它，用好它，充分发挥它的功效，为我们写好书法提供强大支持。

第二节 怎样使用多米格

1. 认识多米格(多米格形成示意图、主辅线名称、分区示意图)

1.1. 在传统米字格的基础之上增加增加四条斜线，构成白色主体区和灰色辅体区。

1.2. 在主体区和辅体区的基础上增加四条辅助中线，形成由四个小米字格组成的多米格，多米格内线条纵横交错，形成三横、三纵6条直线和32个小三角形，它们可以根据需要自由组合任意拼接形成无数个形体。

1.3. 在多米格内找到主体区核心点和四个辅体区辅助点。标准多米格绘制完成。

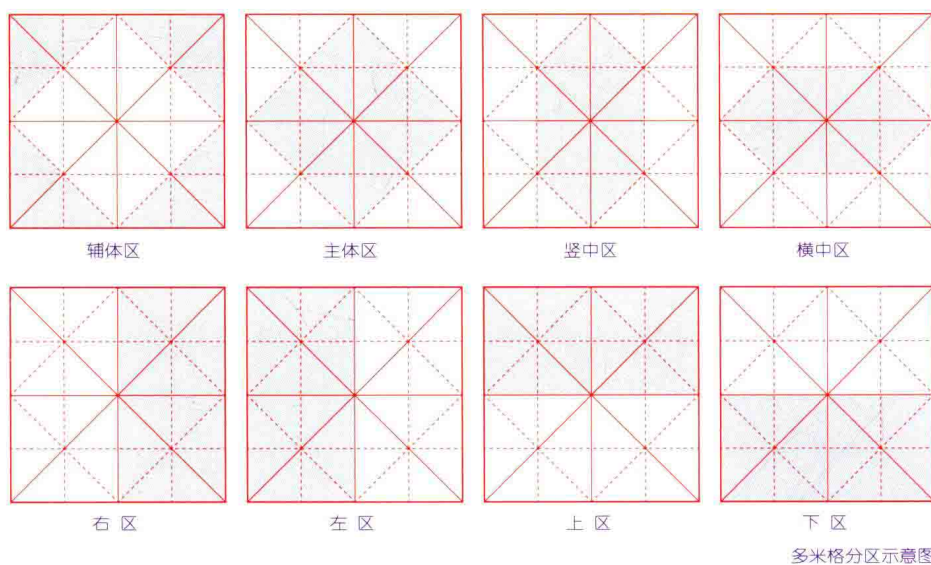
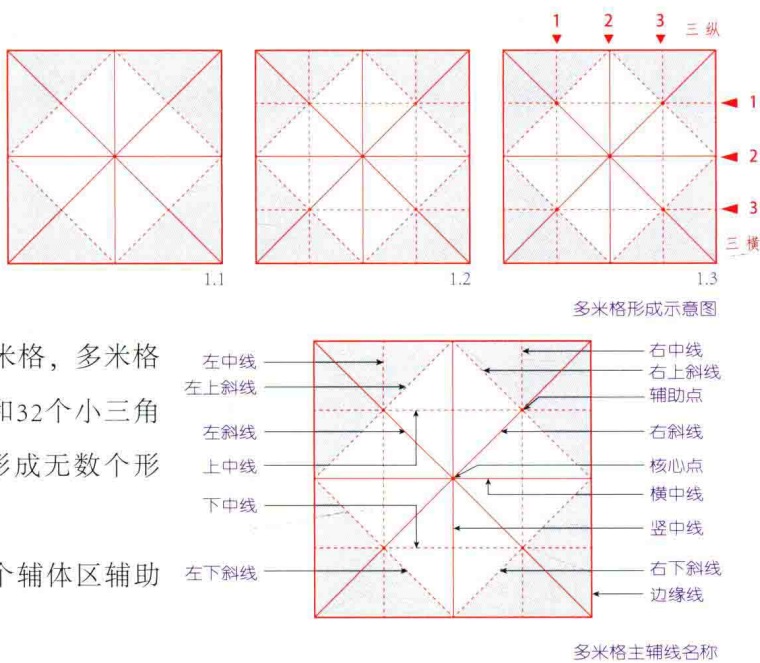
掌握分区原则并记住多米格每条线的名称，也就理解了分区法和辅线法的原则，在实践中要灵活运用。

2. 多米格原理及使用方法

多米格原理就是在方块内按照连线必须贯通，分区务必科学的原则进行定点连线细分区域，连线和分区要契合汉字的结体规律，使每一个汉字的笔画、部首都能在多米格内找到对应位置，用分区或线条为其提供参照，学书者可以在多米格专用纸上依样进行对临。掌握多米格习字法的关键就是利用多米格来研究分析汉字的结体原则，按照整体、局部、整体的观察顺序，利用分区法、辅线法，按照拆分、对比、参照、呼应的原则对文字进行分析研究，找准每一个笔画的位置，并且记住、消化、理解，最后找到文字的结体规律，熟练掌握文字的间架结构，首先迈过文字结体这一关，为深入学习笔法深刻领悟笔墨神韵扫清障碍。

用笔方法、偏旁部首的具体写法可参照很多正确的基础类教材进行刻苦训练，不要误入歧途（因为同类教材很多，本文不再赘叙）。一旦掌握了用笔方法，在多米格上很容易和字帖写的一样，再经过一段时间的巩固，便可入帖了。按照此方法进行书法训练，即使是没有书法基础的人也会很快入门，有基础的书写者可以利用多米格准确的找出原来自己书写的差距或错误，进行强化训练，直至酷似原帖，结构生笔法，古人云：初学临书，先求形似，间架未善，遑言笔妙。

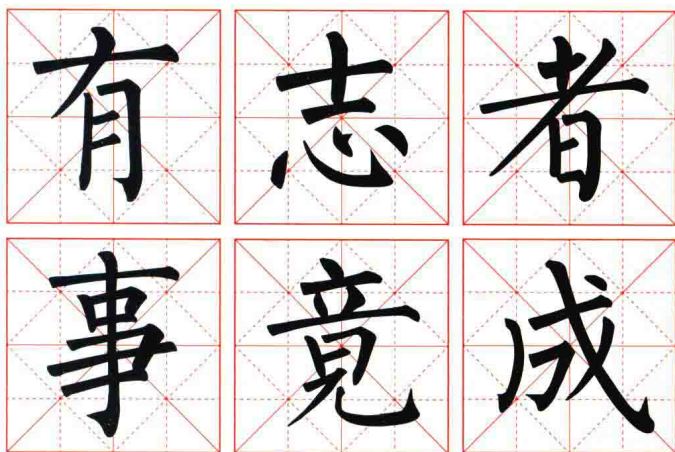
用笔方法、偏旁部首的具体写法可参照很多正确的基础类教材进行刻苦训练，不要误入歧途（因为同类教材很多，本文不再赘叙）。一旦掌握了用笔方法，在多米格上很容易和字帖写的一样，再经过一段时间的巩固，便可入帖了。按照此方法进行书法训练，即使是没有书法基础的人也会很快入门，有基础的书写者可以利用多米格准确的找出原来自己书写的差距或错误，进行强化训练，直至酷似原帖，结构生笔法，古人云：初学临书，先求形似，间架未善，遑言笔妙。



临池原则：严格按照多米格字帖上的汉字，“宁可一字千遍，不可一日千字”，一字千遍是书法的强化训练，一日千字是抄书，不是书法训练。一字千遍的前提是正确的重复，错误的重复只会加深错误的固化，甚至无可救药。当单字书写达到形神兼备时，再进行其他文字的练习。有时单字临写遍数太多会产生疲劳和乏味，这时可换字进行训练，但是一日最多三、五字即可，再多就起不到强化的效果。

临池小窍门：临池不必循规蹈矩地从字帖的第一页第一字开始，可以在字帖中首先挑选三五个自己喜欢的字入手，反复临写、强化训练，直至默写如原帖。当你能够认认真真写好十几个字的时候，你已经悄然踏入书法艺术的殿堂了！

小知识：汉字的数量并没有准确数字，大约将近十万个，日常所使用的汉字约为几千字。据统计，1000个常用字能覆盖约92%的书面资料，2000字可覆盖98%以上，3000字时已到99%，简体与繁体的统计结果相差不大。毛泽东所有的著作仅含3136个汉字。孙中山《三民主义》用了2134个汉字。《骆驼祥子》用了2413个汉字。



第三节 汉字的结体规律及原则

随着人类文明的进步发展，世界上产生了多种文字，但是只有中国汉字发展到了书法艺术的高峰，甚至成为一种独立的艺术形式而存在于世，这是因为中国汉字独有的特点决定的。每一个汉字由独立的笔画按照一定的结体规律，在一个虚拟的方块里组合穿插而成。虽然是一个小小的方块，却因为每一个书写者综合修养的不同而千变万化，也有了高下之分，有的成为了书法艺术，有的仅仅起到记录标识的基本作用。我们因别人的漂亮书法心生羡慕，也因为自己的下笔无方而羞于示人。其实，每一个中国人都有写好中国字的要求。

写好汉字一定有方法，找到方法就可达到事半功倍的效果。中国文字经过几千年的发展，已经形成了系统的书学理论并且出现了大量的优秀书法作品。尤其到了唐朝，颜真卿、欧阳询、柳公权三位大家创立的颜体、欧体、柳体成为至今无人逾越的楷书里程碑，众多学书者都从唐楷入手开始了书法之路。唐楷之所以优秀，首先是因为它们都有一个共同的规律，那就是结体正大，法相端庄，毫无猥琐小人之气。这也是千百年来后人一直追随其后的主要原因。

结体正大归根结底就是笔画布局合理、中正大气，法相端庄是因为笔画布局合理再加上笔法的多姿多彩而呈现出来的一种精神气质。既然谈到笔画布局我们就可找到其结体规律，主要如下：**布局合理、穿插有序、长短相较、高下相倾、呼应顾盼、重心平稳**。我们用多米格结合部分字例来进行详细阐述：

1. 布局合理

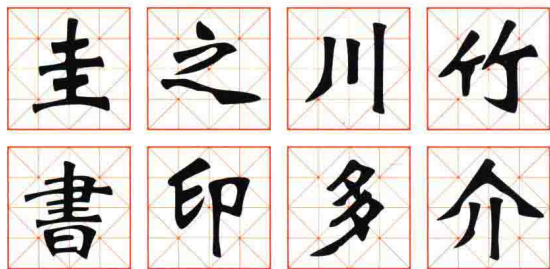
注意每一个笔画、部首的大小、长短、高下，用分区法和辅线法在多米格中种找到对应的位置关系。笔画布局的基本原理：疏密合理、横竖得当，每一笔画的位置基本固定，如果偏离就会导致笔画挤

作一团或松散无章法，也接就是老子讲的居善位。布局合理是学书者一生都要体会、琢磨、研究的课题。小到单字结体，大到章法安排都是在布局合理的范畴内进行无穷变化，否则就会流入粗野怪俗，作品不堪入目。

2. 穿插有序

各种笔画在文字中或搭接、或穿插，搭接穿插处称之为节点，是文字间架结构的重点之处，必须合理，在一定范围内可以稍作移位，如果过之，则字形丑陋。另外还有部首之间的穿插互让，也要合理有序，不可随意乱摆。

3. 长短相较



长短相较

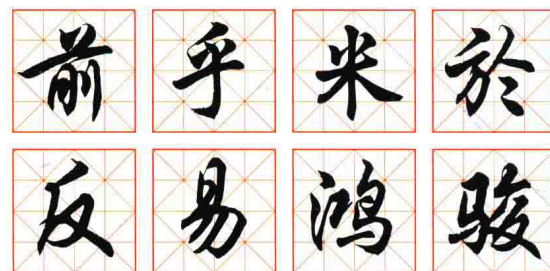
有很多汉字，或重复笔画、或重复部首，遇到此种情况，一般的处理原则是：在平行的基础上，笔画可以有一些角度、疏密、长短、形态的变化，遇到主笔可以加粗加长予以强调。诚如孙过庭在《书谱》中云：“数画并施，其形各异。”重复的部首就要有主次、肥瘦、大小、高矮之分，但是，肥瘦、大小、高矮要有一定分寸，和笔画一样，是在相对空间里进行调整、夸张、变形，但是切不可过之，过则谬也。

4. 高下相倾

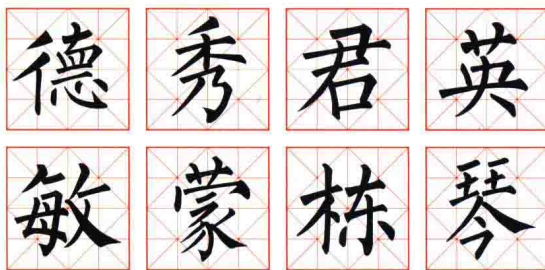
有很多文字是左右结构或左中右结构，除了少部分重复部首的文字如朋、赫等字的左右形态、大小基本相当外，大部分左右或左中右结构的字或齐上或齐下，或左高右低或左低右高，或左居中或右居中，或肥瘦相间，书写时注意特点，不可写的呆板无趣。



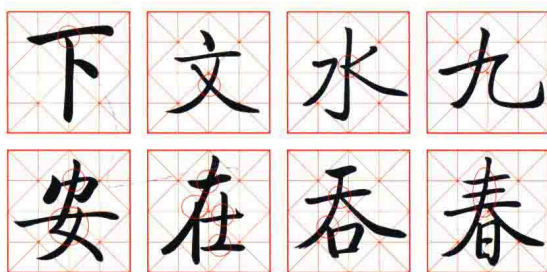
高下相倾



呼应顾盼



布局合理



穿插有序

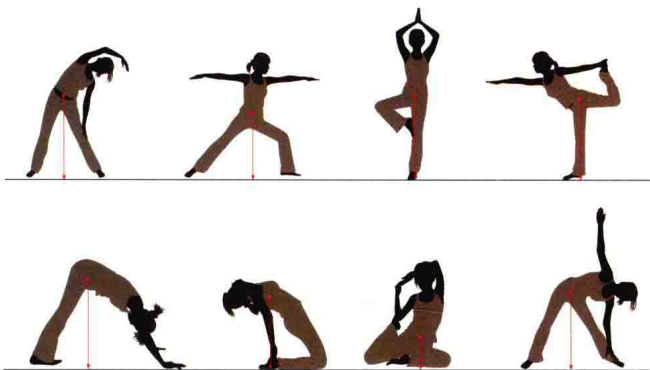
有很多汉字，或重复笔画、或重复部首，遇到此种情况，一般的处理原则是：在平行的基础上，笔画可以有一些角度、疏密、长短、形态的变化，遇到主笔可以加粗加长予以强调。诚如孙过庭在《书谱》中云：“数画并施，其形各异。”重复的部首就要有主次、肥瘦、大小、高矮之分，但是，肥瘦、大小、高矮要有一定分寸，和笔画一样，是在相对空间里进行调整、夸张、变形，但是切不可过之，过则谬也。

5. 呼应顾盼

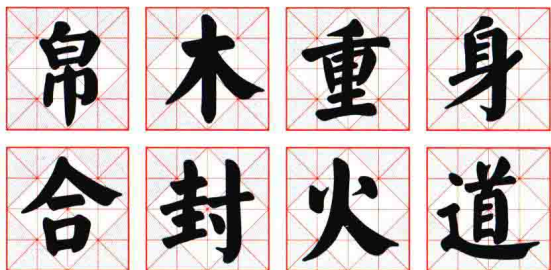
汉字中每一个笔画都不是孤立存在的，而是点画呼应、前后顾盼的，从第一笔开始到最后一笔结束，如果把笔在纸上、空中的行进路线连接之后画出来，每个字都是一个独立完整、优美动人的弧线系统图，或直或曲、或长或短、或急或缓，恰如彩练当空舞。这种形态在行书、草书中更突出，如果是行书、草书，那么字与字之间也要有呼应顾盼之势，书写者要精心体会、细细研磨其中的节奏、韵味给汉字所带来的特有美感。

6. 重心平稳

汉字书法最忌四平八稳毫无生机，在讲究重心平稳的同时追求生动灵活，不可僵化。汉字的重心基本在汉字的竖中心线处，重心点就是整个汉字的重力集中点，就好比一个人双脚在肩宽位置垂直站立时，重心在两脚之间，当一个人打开双臂单脚站立时，重心落在单脚处，如果重心不稳，人即摔倒。在此可以看一些图例加深对重心平稳的理解。



像帛、木、重等字，重心线和文字的竖中线重合，因为比较直观，相对好掌握，可以称为实体重心线。像身、合、封、火、道等字的重心线在哪儿呢？基本在文字的左右

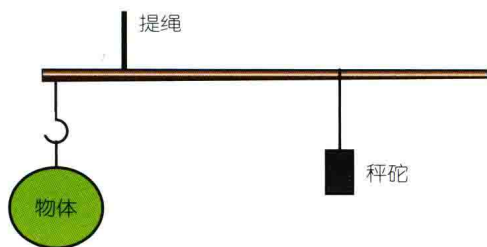


重心平稳

中心线处，因为没有实体笔画，只是重力的集中处，是虚的，所以可以称为虚体重心线。

重心线在力量的均衡处，就好比一杆秤，由秤杆、秤钩、提绳、秤砣组成。称物时，秤砣因为所称物体的重量大小而决定其位置离提绳远近，提绳之处就是一杆秤的重心之所在，秤砣虽小，力压千斤，书者要从中仔

细体悟，找准每一个汉字的重心，不可僵化理解。掌握了这一原则，书写时则可以追求奇正、变化多样而不失均衡，在平稳中求变化，在变化中求冒险，在冒险中归平稳，也就是复归其根，万变不离其宗。



第四节 使用多米格应该注意的事项

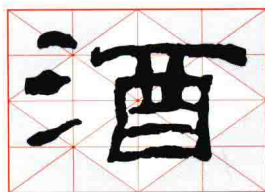
1. 一种工具

多米格仅仅是一种辅助工具，一种帮助学书者快速、正确入帖的辅助工具。利用多米格习字法，一般初学者可以很快上手，甚至效果巨大。但这绝不是目的，切记不可沾沾自喜！临帖要进十步退八步，不停地回过头来对写过的汉字反复对临、默临，把字形深深印到大脑里，尽快熟练掌握笔画特点、结体规律，把多米格从纸上转到脑子里，在没有格子的纸上仍能随心所欲，纵横挥洒，神形兼备，才算真正入帖。多米格的最高境界就是掌握书法的结体原则和规律，最终忘掉多米格。

2. 一个阶段

用多米格训练时有一个阶段是不可逾越的，就是按照多米格字帖对临一段时间后，感觉写的越来越差，和原帖总是有差距，甚至越来越大，但是第二天不看原帖，单看所临汉字时，又觉得还可以。这是因为经过一段时间的训练，对照原帖，眼已跑到手的前面，变得眼高手低，双眼可以明察秋毫，洞若观火，一眼就会发现所书作品同原帖的不同，哪怕一点点错误也难逃训练有素的法眼。

这就是学书到了关键阶段，好比一个登山者到了艰苦的半山腰，向上看不见峰顶，向下又不见来路，这时唯有坚定信心，勇攀高峰，无论多苦多难都要坚持再坚持，只要向上攀登，哪怕一小步也会离峰顶近一点，挺过这一段，辉煌的胜利一定会到来。反之，稍有泄气，就会重新跌入谷底，回到起点。



多米格在隶书中的应用

3. 一以贯之

一旦选好字帖，准备临写，就要下定决心，在没有真正入帖的前提下，决不可轻易换帖，朝秦暮楚只会徒劳无功！临帖要有踏石留痕、抓铁有印的精神才能有所收获，一帖不精，绝不言他。

4. 自我矫正

在没有格子的纸上写完汉字，可以自行按照多米格原理在写的汉字上绘制多米格，和原帖进行比较，正误一目了然，及时进行改正提高，自己可以做自己的家庭教师。



多米格在篆书中的应用

5. 出帖容易入帖难

不要担心在一种书体上穷尽自己所有的精力，当你把一种书体真正写到炉火纯青的时候，一定会有很多感悟，并且找到一种普遍规律，再换一种书体练习时，必会缩短入帖时间。

不要相信入帖容易出帖难的理论。出帖难，那是因为学书者没有入帖，没有真正理解和掌握所练书体的精髓，只是囫圇吞枣式记住了所练书体的表面用笔特征或结体形式，在创作时进行夸张式的书写，实际是“病态书法习气”的表现。

一个人如果没有入帖，根本谈不上出帖，不入虎穴焉得虎子，要想出虎穴容易，只有对虎穴充分了解，才能轻松出虎穴。连虎穴都未入，就嚷着出虎穴不易，岂不笑哉！所以临帖务必要像，先得其形，后会其意，形之不存何谈其意，要临就临的真假难辨，要跑就跑的无影无踪！这也是多米格的最高使命。

6. 有我无我

一种书体要写的形神兼备，有的人要十年八年，也有的人只需三年五年，这要看个人的苦学精神和天赋才智，不可强求或人云亦云。

当达到形神兼备时，便可考虑换一种书体重新进行临摹，临摹时仍要忠实于原帖，不可有我，有我便俗，不可把上一种书体的表面特征强行带入新临的法帖，否则，无法得到新帖之精髓。

7. 取法乎上

古人云：“学楷宜由唐而晋，隶则非汉不可”，“书不入晋，终入野道”。所以，选帖必须取法乎上，不可层级太低，最好以唐、晋、汉法帖入手，唐以后，唯有赵孟頫得其晋意，可以作为临帖入门。如此，才有可能步入正途。在此不是说唐以后便无大家，而是说中国书法作为一种艺术形式在晋唐时期已发展到完美无暇的高峰，艺术规律、表现形式都已尽善尽美，甚至法度森严，自此入手虽然有难度，但是一旦入手，便是正统，便能端正审美观。唐以后有很多书法大家，其作品都是在前人基础之上提炼升华，再加上个人的审美倾向而产生的艺术作品，个人特征明显，初学者极易上手，一旦上手，终身难摆脱其程式化恶习。我们并不拒绝其作品，而是强调最好不要从其入门。每一个学书者当到达一定水平

和境界之时，要想登上书法高峰，必须遍临天下名帖，取其精华去其糟粕。在此基础之上，书者可以根据个人性情、学识、修养求新求变，找到属于自己的艺术语言和表现形式，才不会误入村野怪俗之流，更不会以丑为美，贻笑大方。

8. 当空临摹

多米格字帖另一个用法就是在没有毛笔时，可以按照多米格原理对多米格内的每一个汉字进行目测研究，看看每一个笔画同多米格的对应关系，笔画之间的呼应关系、整体关系、局部关系、整体同局部的关系都可细细体会。这时可以用手指比划空临，长此以往，必有巨大收获。

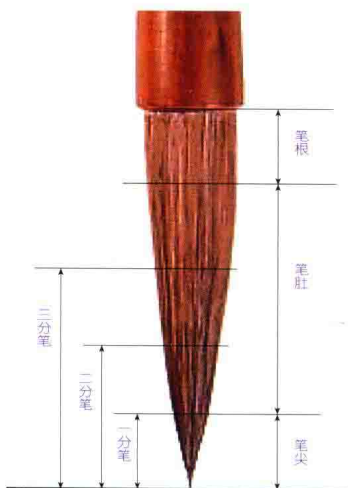
9. 一通百通

毛笔书法，是中国的文化精粹，是人类文明的宝贵财富，书法对提高人们的审美能力和文化品质具有重要作用。现在的书法有软笔、硬笔之分，要想写好书法，最好从毛笔字练起，一上手，就取法乎上。毛笔字写好了，钢笔字一定能写好，但是：钢笔字写好了毛笔字不一定写的好。为了方便，可以从小楷、中楷练起，写小楷、中楷的好处是工具简单，一支毛笔一本字帖，即可进行练习，非常方便。临摹字帖时，所临的字要和原字同大或者略大一点较合适。太大或太小都不利于初学者掌握。本字帖多米格为六厘米，临摹时宜选用中楷毛笔和七厘米左右的多米格书法专用纸进行训练。



多米格在草书中的应用

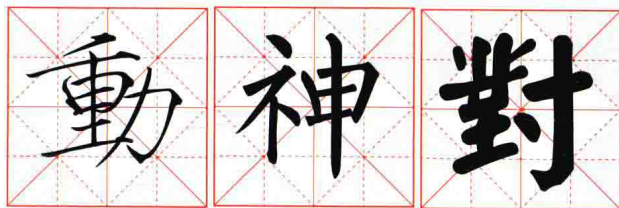
第五节 笔法



笔位示意图

用笔方法最重要的就是起笔、行笔、收笔的过程掌控。基本原则如下：下笔时，一般有一个空中逆势动作，要仔细体会笔尖和纸张接触的一霎那时的感觉，笔锋入纸的方向不是一成不变，根据需要可以八面入纸，第一笔就把文字的精气神提起来，让整个字都显得生机勃勃，切记不可呆板僵化，毫无生机，写成“死字”。万事开头难，开头很重要，写字的第一笔更重要！书法讲究中锋为主，这一般是指行笔过程，但是，笔锋在入纸和文字的启承转折处却是灵活多变，笔杆和纸面的角度一定不是九十度，甚至歪笔动作很大，形成侧锋逆锋，但是侧锋逆锋时间不宜过长点到为止，否则容易形成病笔。

写书法时有一个重要的关联动作，那就是提、按，用提、按来控制笔锋接触纸张的面积，形成所谓的一分笔、二分笔、三分笔，随着按的力度加大，笔画会变得越来越粗，反之，随着向上提笔，线条会越来越细。粗笔细笔形成了文字的主要形态，或纤细、或健美、或柔弱、或刚强。另外在收笔处，一定要意在笔锋前，意到笔到，意重笔轻，缓慢提笔，笔在空中继续有一段行进回锋动作，不可轻率飘浮。当结体练到熟练准确、美观大方之时，笔法自然也就有了体会。



一分笔

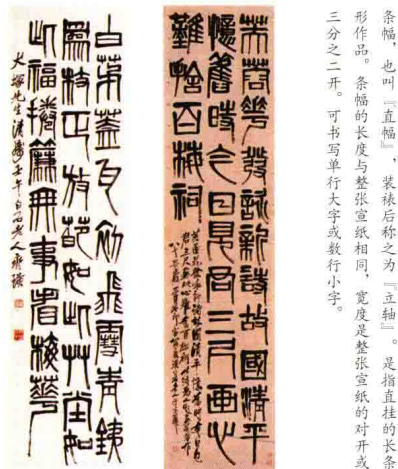
二分笔

三分笔

关于笔法和结构的先后问题有不同的理解，笔者认为先有结构，后有笔法。古人仰观宇宙，俯察大地，揣摩世间万物，提炼出长短线条、点画钩捺，又按照一定比例关系和结体规律，造出各种汉字，在以后的书写实践中，根据形态变化慢慢赋予了精神气质，使每一个汉字有了生命，于是产生了笔法。结体好比盖房子，笔法好比装潢，一样的房子，因为人的审美不同，装潢结果亦会千差万别，层次亦会有高下之别。中国书法最神奇之处，就是用软毫在硬纸上书写，一个力大无比的汉子写的书法不一定有力，一个无缚鸡之力的先生却可以力透纸背，笔法表现出来的力量可以撑起千钧巨鼎！此等感觉只可意会，无法言表，更较真不得。

第六节 章法布局

“练兵千日，用兵一时”，写好书法的目的是进行实用或进行书法创作。只要是书法创作，就要考虑谋篇布局，使其成为完整作品，或实用或欣赏。安排章法时，应能根据书体的特点，精心构思，立意要新。在创作时，要注意正文与落款的主次关系。落款要错落有致，自然生动。落款可写在末行正文的下方，布局时应留出余地。款的底端一般不以正文平齐，以避免形式的死板。也可在正文后面另占一行或两行，上下均不宜与正文平齐。印章要小于款字，盖印一般需离开一字以上位置，也可盖在款字左侧。书法作品的形式主要有：条幅、横幅、对联、屏条、中堂、斗方、镜心、匾额、长卷、扇面、册页、报头、题签等。



条幅，也叫“直幅”，装裱后称之为“立轴”。是指直挂的长条形作品。条幅的长度与整张宣纸相同，宽度是整张宣纸的对开或三分之二开。可书写单行大字或数行小字。



横幅，也叫“横披”。是指横向悬挂的形式，宽度大于高度，宽度与整张宣纸相同，高度是整张宣纸的对开或三分之二开。可书写单行大字或数行小字。



扇面，这里专指折扇扇面，它是一种特殊的形式。由于扇面上宽下窄的形状，使得折纹与折纹之间也是上宽下窄。这种独特的样式，就要求我们在创作时，做出恰当地安排。



中堂，是竖行书写的长方形的作品。尺寸一般为一张整宣纸（分四尺、五尺、六尺、八尺等）。



对联，又称“楹联”。应用广泛，艺术性强。对联分为上下联，用两张相同的长条纸，左右对称。有单联和长联两种形式。

在此实例说明多米格的具体用法，书者可以触类旁通并且自由发挥，充分灵活的运用好多米格这一习字方法。在多米格中，菱形主体区的四边斜线、三横、三纵六条直线对分析字形结构带来的定位帮助是巨大的。



三条横线走势聚向一点

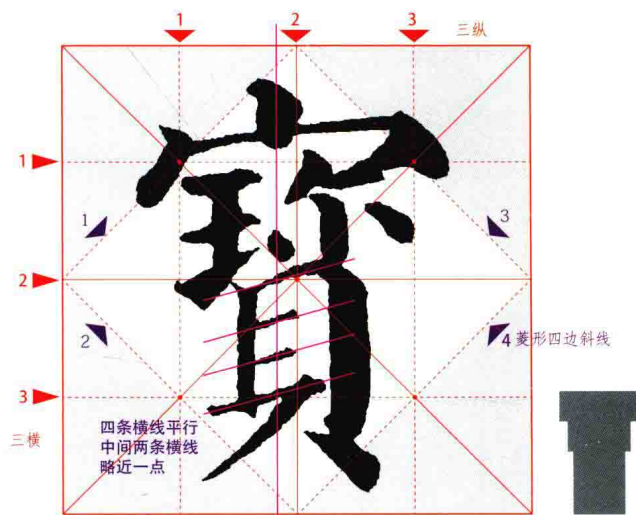
二条横线平行
二条竖线走势聚向一点。



齐上不齐下

欧阳询书“郡”

1. 观察“郡”字在主体区所占的位置，注意菱形四边斜线同笔画相交的节点。
2. “郡”为左右结构，左为主右为辅，左高右低，基本属于齐上不齐下结构，左右两个部首均衡的布置在菱形格子的左右两边。笔画主要集中在上中线和横中线周围。一竖的位置对整体结构的均衡态势，起到了关键作用。
3. 左中线、右中线同左右两个部首或相交或避让。



1

2

3

三横

三纵

4 菱形四边斜线

四条横线平行
中间两条横线略近一点



层层覆盖

颜真卿书“寶”

1. 观察“寶”字在主体区所占的位置，注意菱形四边斜线同笔画相交的节点。
2. “寶”为上中下结构，从上至下，层层覆盖。宝盖头两边同两个辅助点相交并略微突破左中线和右中线，其它笔画集中在竖中区。贝字底基本在中横线以下稳居竖中线之位，同上部两个部首形成奇正之势，注意宝盖头一点和贝字底短撇的呼应关系。
3. 注意观察三条横线同上中下三个部首的对应关系。



高低错落

柳公权书“街”

1. 观察“街”字在主体区所占的位置，注意菱形四边斜线同笔画相交的节点。
2. “街”字为左中右结构，三个部分别同左中线、竖中线、右中线相对应，形成高低错落之势，右边一竖突破右下角斜线。
3. 注意观察上中线、横中线、下中线同文字的对应关系。
4. 通过“街”字可以看出，在汉字中，竖画基本上是垂直的，但是收笔取势要根据字形需要而定。街字两个短撇可以当横画来看，只不过是从右向左行笔。横画的角度就丰富得多，但是基本上都是向右上角斜势用笔，有的角度大，有的角度小，或平行或相交取势。



上窄下宽

赵孟頫书“为”

1. “为”字框入菱形主体区，大小基本合适。
2. “为”字为独体字，上窄下宽，右下角的横折钩（横细折粗钩尖），是本字能否取得均衡平稳的关键一笔。注意钩尖方向的取势以及同第一个横折的呼应关系。“为”字有三个横折笔画，两长一短，紧紧罗列，大小合适，松紧适度。
3. “为”字一长撇的角度非常重要，关系到本字写得成功与否，仔细观察这一笔同右斜线的相对关系。
4. “为”字在左上部笔画很多，但是密而不挤。
5. 并排四点当横画看，取势略有弧度。

第二章 多米格书法字帖部分

本书包含了颜真卿《多宝塔碑》、欧阳询《九成宫碑》、柳公权《玄秘塔碑》、赵孟頫《五柳先生传》、宋徽宗《牡丹诗帖》、王羲之《兰亭序》、张旭《李清莲序》七部碑帖，因为篇幅原因，只对原碑帖的前半部分进行了选编，以《多宝塔碑》为主，《九成宫碑》、《玄秘塔碑》其次，赵孟頫的《五柳先生传》、宋徽宗《牡丹诗帖》字数较少，进行了全篇编辑，比较完整。《兰亭序》、《李清莲序》作为扩展性了解，只选编了小部分。根据需要，下一步将有系列的对碑帖进行单册本编辑，请书友关注。

第一节 颜真卿《多宝塔碑》

第二节 欧阳询《九成宫碑》

第三节 柳公权《玄秘塔碑》

第四节 赵孟頫《五柳先生传》

第五节 宋徽宗《牡丹诗帖》

第六节 王羲之《兰亭序》

第七节 张旭《李清莲序》





第一节 颜真卿《多宝塔碑》

颜真卿（公元709年—785年），字清臣，京兆万年人，一说为琅琊临沂人。玄宗开元进士，出为平原太守。肃宗时迁工部尚书兼御史大夫。代宗时官至刑部尚书，累进封鲁郡公。颜真卿家学渊源，精于书法，师承褚遂良、张旭，后自成一格，是唐代的大书法家。

《**多宝塔碑**》此碑首题“大唐西京千福寺多宝佛塔感应碑文”。正书三十四行，每行六十六字。原在唐长安安定坊千福寺，宋代移西安碑林。楷书，高285厘米，宽102厘米，此碑为岑勋撰文，颜真卿书，史华刊石。天宝十一年（公元752年）刻于陕西兴平县千福寺，今存西安碑林。它是流传下来的颜书中最早的楷书作品。

颜真卿四十四岁书写此碑，其时书家正值壮年，体现了颜真卿书风的基本格调，是唐代“尚法”的代表碑刻之一，为后人初学书法的极佳范本。此碑结构平稳端正，严谨庄重，用笔笔笔藏锋、笔笔回锋，临习此碑应注意用笔的提按转折、结构的内紧外松和上紧下松，细心观察，仔细研究其用笔特点及结构规律。

正文：

大唐西京千福寺多宝佛塔感应碑文

南阳岑勋撰

朝议郎判尚书武部员外郎琅邪颜真卿书

朝散大夫检校尚书都官郎中东海徐浩题额

粤《妙法莲华》，诸佛之秘藏也；多宝佛塔，证经之踊现也。发明资乎十力，弘建在于四依。有禅师，法号楚金，姓程，广平人也。祖、父并信著释门，庆归法胤（yìn 后代）。母高氏，久而无妊，夜梦诸佛，觉而有娠。是生龙象之征，无取熊黑之兆。诞弥厥月，炳然殊相。歧（qí）嶷（nì）绝于葶茹，髻（tiáo）髻（chèn）不为童游。道树萌牙，耸豫章之楨干；禅池映（quān）浚（kuài），涵巨海之波涛。年甫七岁，居然厌俗，自誓出家，礼藏探经，《法华》在手。宿命潜悟，如识金环；总持不遗，若注瓶水。九岁落发，住西京龙兴寺，从僧策（lù）也。进具之年，升座讲法。顿收珍藏，异穷子之疾走；直诣宝山，无化城而可息。尔后，因静夜持诵至《多宝塔品》，身心泊然，如入禅定。忽见宝塔，宛在目前，释迦分身，遍满空界。行勤圣现，业净感深，悲生悟中，泪下如雨。遂布衣一食，不出户庭，期满六年，誓建兹塔。既而许王瓘及居士赵崇、信女普意，善来稽首，咸舍珍财。禅师以为辑庄严之因，资爽垆（kāi地势高而燥）之地，利见千福，默议于心。时千福有怀忍禅师，忽于中夜，见有一水，发源龙兴，流注千福，清澄泛滟，中有方舟。又见宝塔自空而下，久之乃灭，即今建塔处也。寺内净人名法相，先于其地，复见灯光，远望则明，近寻即灭。窃以水流开于法性，舟泛表于慈航，塔现兆于有成，灯明示于无尽：非至德精感，其孰能与于此？及禅师建言，杂然欢愜：负畚（bēn）荷插，于囊（gāo）于囊；登登凭凭，是板是筑。洒以香水，隐以金锤。我能竭诚，工乃用壮。禅师每夜于筑阶所，恳志诵经，励精行道。众闻天乐，咸嗅异香，喜叹之音，圣凡相半。至天宝元载，创构材木，肇安相轮。禅师理会佛心，感通帝梦。……

寶

千

大

佛

福

唐

塔

寺

西

感

多

京

朝

陽

應

議

岑

碑

郎

勛

文

判

撰

南