

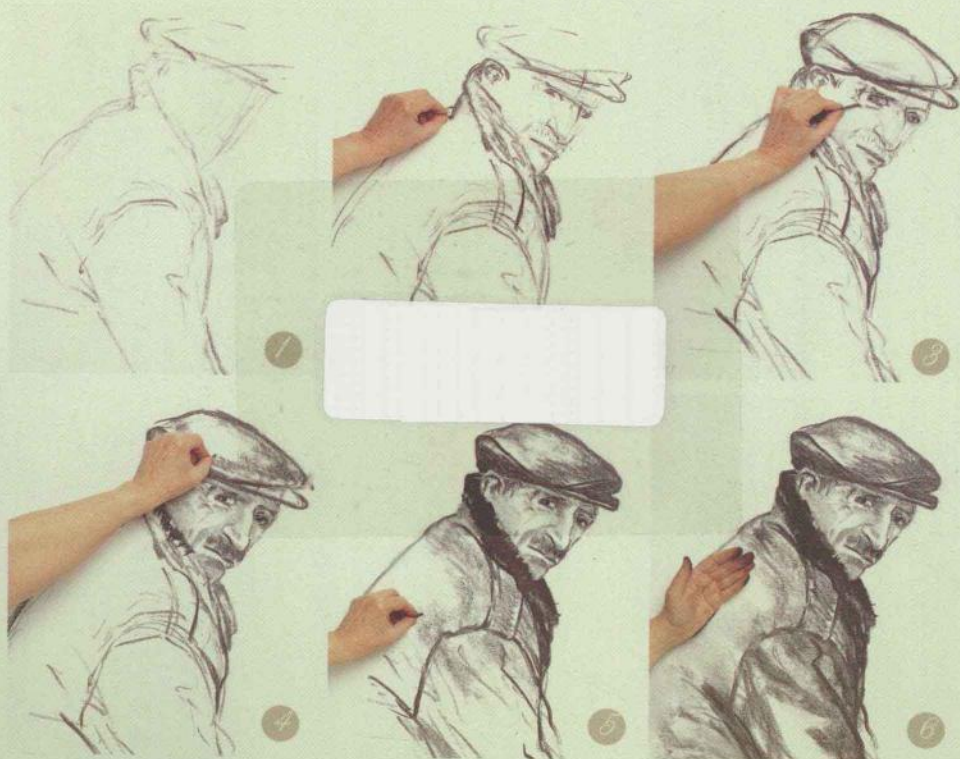
万莉译

(英) 莎拉·霍格特 文森特·米尔恩 著



绘画自学三月通

怎样画人物





绘画自学三月通

——怎样画人物

(英) 莎拉·霍格特 著
(英) 文森特·米尔恩 译
万莉 译



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

绘画自学三月通. 怎样画人物 / (英) 霍格特, (英) 米尔恩著; 万莉译. — 北京: 中国华侨出版社, 2013.5

ISBN 978-7-5113-3583-8

I. ① 绘… II. ① 霍… ② 米… ③ 万… III. ① 人物画技法 IV. ① J211.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 099184 号

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2013-3074

THE HUMAN FIGURE By Sarah Hoggett & Vincent Milne

Copyright © Anness Publishing Ltd.2008

Simplified Chinese edition copyright © Beijing Zhongzhibowen Book Publishing Co.,Ltd,2010

This edition published by the arrangement with Anness Publishing Ltd.

All Rights Reserved

绘画自学三月通——怎样画人物

作 者: (英) 莎拉·霍格特 (英) 文森特·米尔恩

译 者: 万 莉

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 茂 素

封面设计: 李艾红

版式设计: 李 倩

文字编辑: 文 娟

美术编辑: 张 诚

经 销: 新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 17.5 字数: 256 千

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

版 次: 2013 年 7 月第 1 版 2013 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-3583-8

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815875

传真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



每个人都希望画得一手好画，尤其是画出一张完美的肖像画或人体写生是其一生的追求。这样不仅能给平时的生活增添不少情趣，还能不时在家人朋友面前露上一手，试想，如果自己能为家人或朋友画像，那该多么有意义啊！然而初学者经常认为画人物是所有绘画中最难的一种，这不光需要长时间专业的训练，还需要一些天分。其实不然，只要掌握了正确的方法，在短短三个月内你就可以从入门到精通，成为令人惊羡的绘画达人。

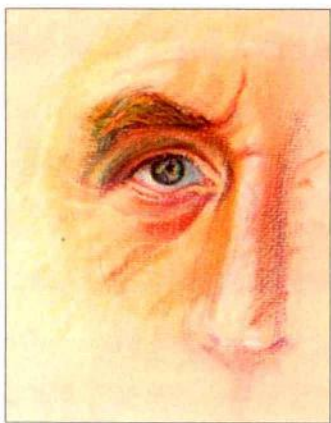
这是一本适合初学者的入门指导书，由专业画家教你怎样画好人物。书中化难为简，无论你是毫无绘画基础，还是热爱绘画却没时间学画画，都可以在书中学习到由浅入深的知识，快速提高你在素描、速写、构图、色彩等方面的素养，教你学会使用铅笔、炭笔、粉彩、水彩、丙烯颜料、油画颜料和水粉颜料描绘人体，画出栩栩如生的人物。

《绘画自学三月通——怎样画人物》一书由文森特·米尔恩和莎拉·霍格特两位著名的绘画技法教程编写专家编著，他们有着丰富的绘画实践经验和理论功底，曾经参与多本绘画技法图书的编撰，在世界范围内也有一定的影响力。

全书共收集了 30 多幅习作和 800 余幅人体和肖像的精美图片，各种姿势、各种绘画媒介，无所不包。书中的图例和步骤非常详尽，从常用的绘画材料到人体各部位的绘画技巧的基本练习，再到专业画家的手稿和作品都应有尽有，并提供了一些有助于激发灵感的理念以及一些实用小贴士，读者可以边欣赏名作，边由专业画家手把手教你进

行人物画的创作。这种一步步循序渐近的示范方式使读者更容易理解并掌握大量人物绘画的原则和技巧，并能逐渐养成细心观察的良好习惯，从而提高自己的艺术创作水平。

本书的目的不局限于让读者学会画出书中的案例，更是希望读者通过本书培养兴趣，拿起画笔，在大师的引领下尽情地描绘人物，相信任何人都能成功地表现自己独特的视角和艺术风格。





准备工作：选定合适的绘画材料和工具

- 单色绘画介质 / 2
- 钢笔和墨水 / 3
- 彩色铅笔和蜡笔 / 5
- 粉彩和粉彩笔 / 6
- 水彩颜料 / 8
- 水粉颜料 / 9
- 油画颜料 / 11
- 丙烯颜料 / 12
- 调色板 / 14
- 丙烯颜料和油画颜料添加剂 / 17
- 画刷 / 20
- 其他绘画工具 / 22
- 绘画载体 / 23
- 其他绘画工具 / 29



入门教程：人物画技法综述

- 头部的画法 / 32
- 头部骨骼与肌肉的画法 / 37
- 五官的画法 / 39
- 掌握测量与比例的方法 / 45
- 基本解剖学知识 / 47
- 肌肉的画法 / 50
- 平衡与运动的画法 / 53



人体透视原则 / 55
头发的画法 / 58
手脚的画法 / 61
颜料与调色 / 63
参考模特 / 照片作画 / 68
构图 / 71
光与影 / 74
背景与道具 / 77
个性和情绪的画法 / 80

欣赏与临摹一：裸体

名作欣赏 / 84
速写练习 / 92
半小时粉彩笔速写 / 96
半小时炭笔速写 / 98
水彩与粉彩笔之卧姿裸女 / 100
毛笔速写 / 102
铅笔之男子裸像 / 106
软粉彩之裸女 / 110
水彩之站姿裸女 / 116
油画之卧姿裸女 / 120
炭笔和软粉彩之男子裸像 / 126
水彩之蜷缩的人体 / 130
水彩之坐姿裸女 / 134
孔特画笔之坐姿人像 / 138
软粉彩之坐姿人像 / 142
混合媒介之站姿人像 / 148
丙烯颜料之男性裸体 / 154
油画之强光下的人体 / 160
软粉彩之体现透视原则的人像 / 166



欣赏与临摹二：肖像

名作欣赏 / 174

速写练习 / 182

循序渐进学画双眼 / 186

循序渐进学画耳朵 / 188

循序渐进学画双手 / 190

头肩肖像画法 / 192

丙烯颜料之头肩肖像画法 / 198

彩色底色之油画肖像 / 204

水彩颜料之婴儿肖像 / 210

丙烯颜料之儿童肖像 / 214

软粉彩之祖孙肖像 / 220

炭笔人像画法 / 226

水彩人像 / 232

室内坐姿肖像 / 238

风景与人像画法 / 244

非正式水彩画像 / 250

粉彩笔之一对舞者 / 254

混合介质之攀岩者 / 258

人物速写：绘画中的人们 / 263

人物速写：海滩 / 265

人物速写：午餐 / 267

准备工作：选定合适的 绘画材料和工具

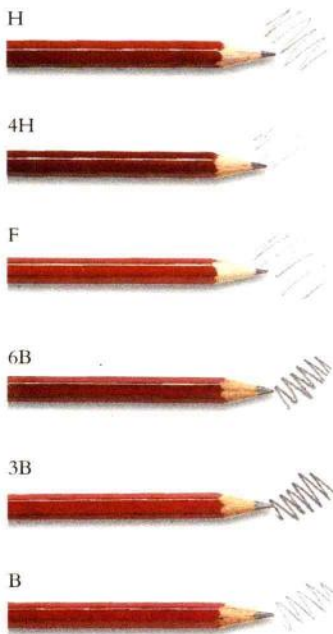
专业的美术用品商店如同阿拉丁的藏宝洞一般，琳琅满目。一箱箱的软粉彩，一盒盒色调齐全的水彩颜料，一排排琳琅满目的管装颜料；成本的画纸，从浅褐色到深绿色应有尽有；出外写生时便于携带的轻巧画具，室内作画时稳定性好的笨重画架。各种绘画用品一应俱全，让人眼花缭乱，置身其中，人们极易失去自制力，忍不住去购买那些自己并不需要，而且很可能永远也不会用到的物品。

本章客观介绍了一些常用绘画材料的优点与缺点，并且为你提供了重要的实用信息，从纸张和画笔的选择，到绷装画布，无所不包，这样你在逛美术用品商店时，就能做到有的放矢了。

这一部分的内容还可以帮助你了解过去未曾使用过的绘画介质。比如，如果你惯用水彩作画，何不试试油画颜料或丙烯颜料，改变一下绘画风格呢？如果你偏爱炭条的粉状质地，那么，软粉彩或许是个不错的替代品。你还可以大胆地混用不同介质，比如将线条硬朗的钢笔和笔触柔和的水彩相搭配，其效果一定会令你大吃一惊！



单色绘画介质



画素描、打底稿，突出色调对比和线条时，要用到各种单色绘画介质，不同介质产生的艺术效果不同。购买画具时，精挑细选很有必要。应该尝试各种品牌，通过对比，从中选出自己最喜欢的那种。

铅笔

铅笔分为不同的硬度等级。9H 铅笔的硬度最高，之后依次为 8H、7H……HB 以及 F（硬度介于 HB 和 H 之间）、B、1B、2B……直至 9B，9B 铅笔硬度最低。石墨中掺入粘土的比例越高，铅笔的硬度也就越高。通常准备五种硬度的铅笔——即 2H、HB、2B、4B 和 6B，差不多就可以应对各种绘画要求了。

笔芯较软的铅笔，画出线条颜色浓黑；而笔芯较硬的铅笔，画出的线条颜色相对浅淡。其区别如左图所示。图为不同硬度等级的铅笔在相同的力度下的笔迹。如果你希望画出颜色较浓黑的线条，不需要使蛮力，而是应该选择硬度较低的铅笔。

水溶性炭笔

水溶性炭笔的笔芯由水溶性黏合物制成，因而可以溶解于水。世面上的水溶性炭笔种类繁多，使用方法也多种多样，可以直接使用，也可以蘸水后使用，还可将笔芯溶于水，调成颜料，用画刷蘸取涂抹，这样能营造出水彩画的效果。水溶性炭笔既可以勾勒线条，也能够涂抹色块，因而适用于现场写生。水溶性炭笔的笔尖可以用来勾画细节，而其侧边则可以快速涂抹大面积色块。

石墨棒

石墨棒具有多种规格，形状也各不相同。有些形状与普通铅笔类似，有些则较短较粗。还有形状不规则的块状石墨、经过精细研磨的石墨粉末以及各种硬度等级的石墨条。这些不同形态的石墨画具可以装在特制的器械中，拿取和使用起来都比较方便。

相比普通的石墨铅笔，石墨棒画出的线条粗细变化更加多

样。石墨棒的尖端或侧边可以勾画较细的线条，将整个石墨棒平放于纸上，又可以画出粗线条，甚至是大面积的色块。

炭条

另一种常用的单色绘画介质是炭条。炭笔有长有短，粗细也各不相同，有特细、细、粗和特粗等几种基本规格。要想创作表现力较强的作品，最好选用炭块。炭棒质脆易碎，使用过程中会有大量炭粉脱落，适用于大面积着色。

压缩炭条是由碳粉和黏土混合后，经压缩成型制成的。市场上的压缩炭条主要有炭棒和炭笔两种。与炭棒相比，炭笔更适合勾画细致的线条。

类似其他粉末状绘画介质，使用炭条绘制的图画，需要喷涂定色剂，用以固定炭粉，防止作画过程中画面受到污染。



粗炭条

细炭条

钢笔和墨水

钢笔的种类很多，墨水的颜色也很丰富，线条与色块结合，使得钢笔画的表现力非常强，非常值得尝试。刚开始的时候，可先用铅笔画个淡淡的草图，然后再用钢笔进行描画。注意，不要只是简单地用钢笔将铅笔线条描一遍，这样会显得单调而呆板。一旦熟练掌握了画法，就要少用铅笔，草图也尽量简单，只勾勒出确定比例和角度的重要线条即可，其余部分都直接用钢笔来完成。

墨水

画家常用的墨水主要有防水墨水和水溶性墨水两种。防水墨水并不是不溶于水，它可以用水稀释，但是一旦变干就不再溶于水了，所以根本不用担心防水墨水所作的画会褪色。防水墨水中通常含有虫胶和成膜剂，如果涂层较厚，干燥后会散发自然光泽。人们都说印度墨水比较有名，实际上它源于中国，适合勾画线条。这种墨水成浓黑色，可根据需要加水稀释。根据加水量的不同，可呈现为不同色调的灰色。

水溶性墨水画出的笔迹，就算是干了，也可以通过湿润使



防水墨水



水溶性墨水



液态丙烯颜料

之淡化，进而加以修改。另外，还有水彩颜料以及水溶性液态丙烯颜料，它们的用法类似于墨水，但是色彩更加丰富。

蘸水笔

蘸水笔，顾名思义，它无法储存墨水，使用时需要不时蘸取墨水。使用蘸水笔绘制的画作效果非常独特，因为通过改变用笔力度，蘸水笔能画出粗细多变的线条。蘸水笔的笔尖还可以反过来用，这样可以画出比较粗的线条。使用蘸水笔需要不时蘸取墨水，因此不易勾画连续的长线条。但是对某些题材来说，凌乱、断续的线条反而更具有表现力。

笔尖



蘸水笔



速写笔、钢笔和针管笔

速写笔和钢笔都非常适用于外出写生，因为它们具有储墨功能，无需随身携带墨水瓶。

针管笔的笔头呈中空的管状，与常见的笔尖形状不同，墨水经此管流出，因此只能绘制特定粗细的线条。如果需要勾画不同粗细的线条，必须使用不同型号的针管笔。

速写笔



竹笔、芦苇笔和羽毛笔

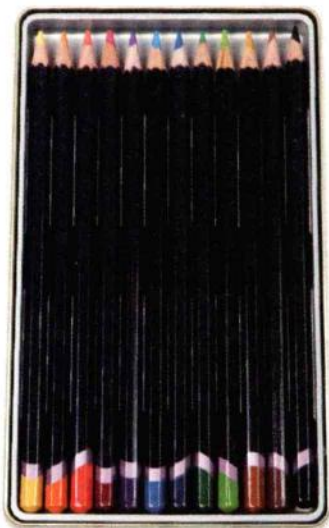
竹笔的笔尖较“干”，画出的线条比较滞涩。芦苇笔和羽毛笔的笔尖比较有弹性，可以画出粗细不同的线条。这三种笔的笔尖都极易磨损，但是可以通过刀削循环使用。

签字笔、纤维笔和记号笔

签字笔和纤维笔都是户外写生的理想工具，但是因为画出的线条没有粗细变化，往往给人以机械僵硬之感。不过有时候，这种机械感反而能产生一种特殊的美感。签字笔是一种快速作画工具，笔尖的滚珠比较灵活，你可以用极少的墨量，画出及其纤细的线条。纤维笔和记号笔型号多样，笔尖从粗到细应有尽有，颜色也令人眼花缭乱。

彩色铅笔和蜡笔

彩色铅笔的笔芯是由颜料和黏土的混合物制成的，另外笔芯中掺了蜂蜡，使得颜料能够附着于纸面而无需使用定色剂。彩色铅笔是一种非常稳定的绘画介质，笔迹不易污染画面，特别适用于户外写生。彩色铅笔无法通过不同颜色的叠加得到混合色，只能通过不同色块的对比和映衬营造应有的视觉效果。各种品牌的彩色铅笔差别不大，可以混合使用，不过有些品牌的铅笔的画痕比较容易擦除，所以在购买整套彩色铅笔之前，最好先买一两支试用，效果满意后，再成套购买。笔芯较硬的彩色铅笔，适用于勾勒线条；笔芯较软的彩色铅笔，可用来大面积着色。

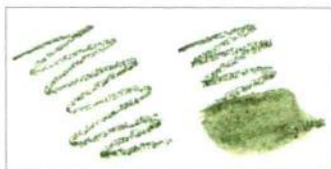


◀丰富的色调

经常使用彩色铅笔作画的画家，各个色系的铅笔都有无数支，有些颜色属于同一色系，但在色调上却有着细微差别。要准备这么多铅笔，主要是因为不同颜色的彩色铅笔无法通过色彩叠加混合成另一种颜色（与水彩或丙烯颜料不同），而作画时，我们对同一种颜色却会有深浅、明暗等不同的要求。比如，绘制风景画时，为了表现深深浅浅的绿色，需要使用各种绿色铅笔。

水溶性彩色铅笔

大多数彩色铅笔生产商也会生产各种水溶性铅笔，这种铅笔既可作为普通彩色铅笔使用，亦可以蘸水后使用，营造水彩画的效果。最近几年，市面上出现了一种类似于粉彩棒的水溶性固体颜料棒，既可搭配传统的彩色铅笔一起使用，也可以单独使用。

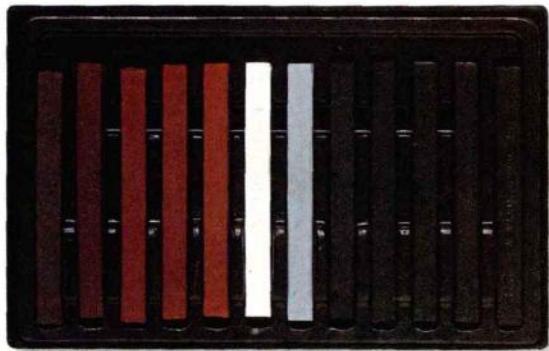


▲湿画与干画

水溶性彩色铅笔既可湿用也可干用，干用时使用方法和普通铅笔那样。

孔特粉蜡笔和孔特彩色铅笔

使用孔特粉蜡笔的最好方法是折下一小段，然后侧过来，用笔身大片涂绘，或者用其断裂形成的尖端或侧



◀孔特粉蜡笔

这种方形孔特蜡笔可以成盒购买，通常包括几种常用的经典色。用这些经典色作画，具有怀旧之美，会令人联想起早期绘画大师，如米开朗基罗或达·芬奇的不朽的粉笔画。



▲孔特彩色铅笔

孔特彩色铅笔可以削得很尖，因此非常适合用于细节描绘。

边来绘制纤细的线条。

孔特粉蜡笔中所含的颜料略呈粉末状，类似于软粉彩和炭条，可以使用手指、布轻轻抹匀。孔特蜡笔所作的画，表面也要喷一层定色剂，防止画面脏污。相比软粉彩而言，孔特蜡笔质地较硬，而且油性也较大，可以通过不同颜色的层层叠加，营造完全不同的视觉效果。

孔特厂家除了生产蜡笔外，还生产孔特铅笔。孔特铅笔的笔芯中含有蜂蜡，绘画时无需使用定色剂。另外，孔特铅笔的笔尖可以削得非常尖细，以画出纤细的线条。

粉彩和粉彩笔

人们通常认为，粉彩画不能称之为绘画，因为它所使用的技法更像是油画的涂抹，而不是线条勾画。粉彩是由颜料和少量黏合剂混合制成的，黏合剂越多，粉彩的硬度也就越高。粉彩非常适合涂抹大面积色块，或者绘制色彩对比鲜明的画作。

软粉彩

软粉彩中的黏合物含量相对较少，容易碎裂，因此软粉彩外面都裹有一层包装纸来确保其完整。即便如此，还是经常会有粉彩末儿脱落，污染相邻的其他颜色的粉彩。最好的办法是将蜡笔按照颜色分别摆放在相互隔离的小盒中保存。

不同颜色的软粉彩可以互相混合，调配出各种混合色。但是，混入的颜色越少，画面就越清新淡雅。因此，生产厂家竭尽所能生产各种在色调上只有细微差别的软粉彩，以求达到专

►盒装软粉彩

整套的盒装软粉彩根据不同颜色分别装在相互隔开的小格中，这样可以避免粉彩相互接触，产生混色。



色专用，不必通过混合配色。

软粉彩呈粉末状，比较容易附着在粗糙的纸张上，因此应选择粗糙的画纸作画。另外，画软粉彩画时，要及时在表面喷涂定色剂，防止画面受到污染。也可以在绘画过程中喷涂定色剂，但是这样容易使得色彩暗淡，因此应注意，不宜喷得过多。

硬粉彩

和软粉彩相比，硬粉彩的优点之一就是在使用过程中不会掉落很多颜料粉末，粘得画纸上到处都是。所以，创作软粉彩画时，通常会先用硬粉彩绘制草图。不同颜色的硬粉彩亦可通过涂抹混合，但是不像软粉彩那样容易混合，不同颜色之间的过渡也比较生硬。

油粉彩

油粉彩是用油脂、蜂蜡以及颜料混合制成的，与软粉彩或硬粉彩完全不同，不能混合调配出新的颜色。油粉彩可以直接用于未打底的画纸，看上去一直油亮欲滴，永远不会干燥。

油粉彩棒的油性较大，并不适合绘制精致的细节，也无法调配出变化细微的混合色。但是，要画粗线条却非常理想。

油粉彩笔触厚重，能营造出油画的感觉。

油粉彩所含颜料较多，色调也比较丰富。如果在油画纸上使用，可以用石油溶剂油或颜料稀释剂稀释，然后用画刷或布蘸取涂抹在画纸上。亦可用湿手指将色块边缘抹匀。油不溶于水，所以，你手上不会沾上油粉彩。

如果把不同颜色的油粉彩一层层涂抹在画纸上，可以营造出一种混合的视觉效果。也可以用尖锐的器具在油粉彩涂颜料层上刮擦，营造独特的画面纹理，这就是刮花技法。

粉彩笔

粉彩笔使用方便，色彩鲜艳，关键是设计成铅笔状，非常适合绘制线条。虽然相比炭笔或彩色铅笔而言，粉彩笔笔芯更易碎裂，但只要小心使用，粉彩笔并不容易折断。其笔尖可以



▲油粉彩

油粉彩质地较硬，不像软粉彩那样易碎，通常制成各种大小的圆条。



▲粉彩笔

粉彩笔的颜色多种多样，使用起来不会掉渣，污染画面，非常适于绘制线条。不用时，最好将它们笔尖朝上放在广口瓶中，防止笔尖折断。

削得很尖，因此，在硬粉彩或软粉彩画中，经常用粉彩笔来勾画细节。

水彩颜料

水彩颜料主要有两种：一种是常见的块状压缩颜料，使用时需要加水稀释，用画刷调匀；另一种是管装膏体颜料。这两种水彩均是由极细的颜料粉末与阿拉伯树胶溶液混合而成的。因为使用了阿拉伯树胶，水彩颜料的附着性非常好，即使被稀释，也能紧紧附着于在纸张上。

可以按照个人偏好选择块状水彩或者管装水彩。块状水彩可以放入颜料盒中，便于携带，外出写生时，可以选择这种颜料。如果是在画室中作画，颜料需求量比较大，则最好选择便于调色的管装水彩。使用管装水彩时，用毕应该立即盖上盖子，否则颜料会硬化结块，无法再次使用。而块状水彩变硬，加点水还可以再次使用。



▲管装水彩

市面上可以买到各种型号的管装水彩颜料。对于经常使用的颜色，可以购买大管的。管装水彩使用完毕，应清除管口处溢出的颜料，并将管盖旋紧，然后再妥善收存。

水彩颜料的等级

水彩颜料一般分为两个等级：画家用水彩以及学生用水彩。画家用水彩价格比较贵，因为其中含有较多的优质色料。而学生用水彩中的色料含量较少，添加剂含量相对较多，而且色调通常也不如画用水彩丰富。

如果水彩颜料的名称中含有“色”，说明这种颜料所含色料比较少，廉价的添加剂比较多。一般来说，一分钱一分货：画家用水彩绝对物有所值，它能调配出色调差别极其细微的颜色。

购买水彩颜料时还应注意其耐久性。可以通过商品标签或成分列表来了解其耐久性。英国将水彩颜料的耐久性分为四个等级，即 AA（超耐久）、A（耐久）、B（中等耐久）以及 C（不耐久）。美国材料与试验学会（ASTM）还有三个耐光性指标，分别为 ASTM I（优）、ASTM II（良）以及 ASTM III（差）。某些颜色，如茜红和铬绿，它们的附着能力优于其他颜色，能迅速渗入画纸的纤维之中，不易去除。

最后，虽然人们通常认为水彩颜料是透明的，但是我们必须了解，某些颜色的水彩颜料实际上并不是完全透明的，与其他颜料混合时，会影响混合颜料的透明度。这些所谓的不透明颜料包括各种添加镉的颜料以及蔚蓝色。

色彩判定

仅凭肉眼观察颜料盒中的颜料块，是不可能准确判定颜料的色彩的，因为干颜料块的颜色看起来总是偏深偏暗。事实上，我们经常判断失误，导致用错颜色，所以，落笔之前务必仔细检查。

即使是调好的颜色，其在调色板上与涂抹到画纸上也有可能出现偏差，因为水彩颜料变干后，颜色通常会更加鲜亮。要辨识所调颜料的色彩和色调，唯一的方法就是将其涂在纸上，待其自然晾干。一般来说，调色时不要试图一步到位，最好能够逐步多次添加各种颜料，直至得到满意的颜色。勤加练习有助于准确调出预期的颜色。



▲色彩偏差

上面两块颜料看起来颜色极深，接近黑色。事实上，一种是培恩灰，一种是鲜艳的群青蓝。

◀色彩测试

作画时，旁边应摆放一张废纸，调好的颜料，可先在纸上试试效果，颜色满意再在画纸上落笔。

水粉颜料

制造水粉颜料的原料与水彩颜料相同，均为色料以及黏合剂。水粉颜料是一种水溶性颜料，其中添加的重晶石粉（一种沉淀碳酸钙）增加了颜料的不透明度，因此水粉颜料的覆盖性比较强，可以将浅色水粉涂抹在深色水粉之上。传统的水彩颜料透明度比较高，浅色水彩不能覆盖下层的深色水彩。

优质的水粉颜料中色料含量



▲用笔利落

水粉颜料即便是干了，也有很强的水溶性，所以，如果需要在一种颜色之上涂抹另一种颜色，下笔一定要非常利落，一气呵成，绝不拖泥带水，如图所示，不要让下层颜料混入上层颜料中。



▲用笔拖沓

在一层颜料上涂抹其他颜色的颜料时，可能会将底层颜料混入上层颜料中，使颜色变得脏污，如图。