

老

年

大

学

书

画

教

材

老年大学书画教材

叶少侠题



写意蔬果法

蔬果

周世璋

著

上海书店出版社



主编：邵洛羊
1917年生
上海老年大学书画社社长
上海中国画院顾问
一级美术师
《中国美术大辞典》总主编

老年大学书画教材主要参编单位

上海老年大学
上海老年大学书画社
上海市老年书画会
上海市老干部大学
复旦大学复旦老年大学
交通大学老年大学
同济大学老年大学
上海教师学会书画委员会

老年大学书画教材编委会

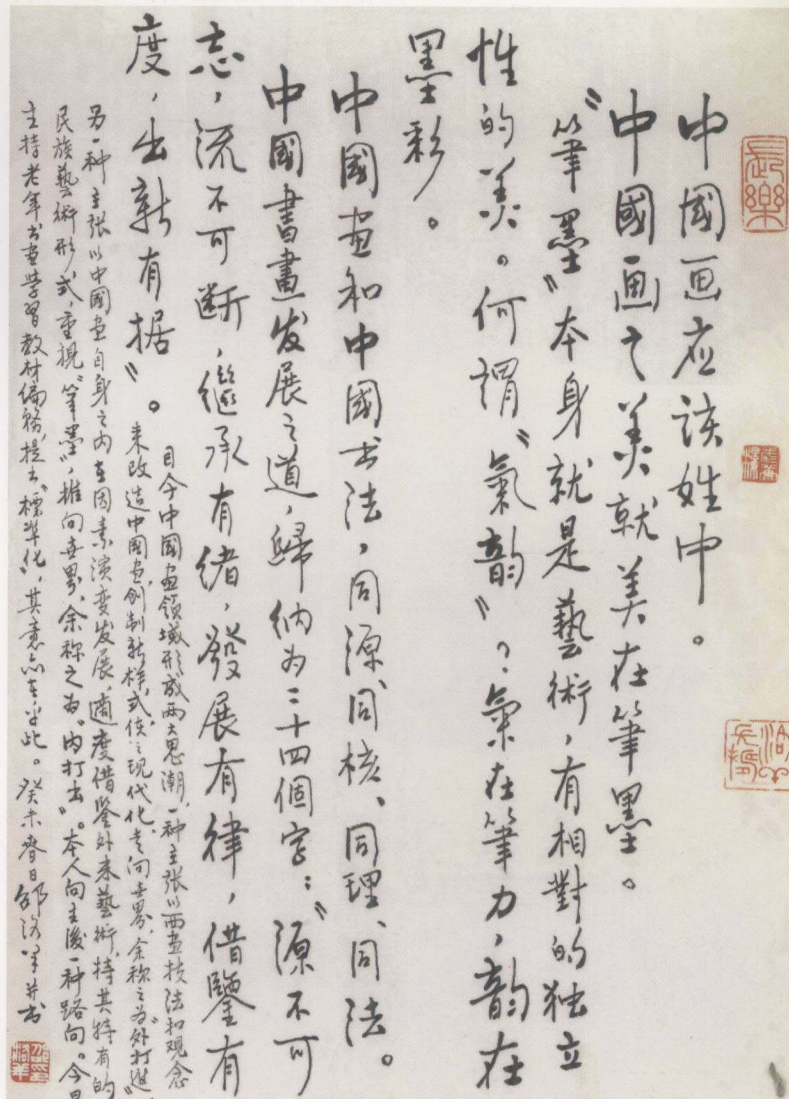
主 编：邵洛羊
副主编：潘 之
编 委：邵洛羊（上海老年大学书画社社长、《中国美术大辞典》总主编）
潘 之（《老年大学国画教材》执行主编、上海人民美术出版社编辑）
王伯敏（中国美术学院教授、杭州画院院长）
江晨清（上海老年大学常务副校长）
施伯云（上海市老年书画会副会长）
陈国栋（复旦大学复旦老年大学副校长）
任荣珍（老年大学书画系主任）
张静芳（上海市老干部大学书法教师、上海市书法家协会常务理事）
周世璋（上海老年大学同济大学分校国画教师、上海教师学会书画会副主任）
李 钢（上海老年大学交通大学分校国画教师）
俞子林（上海书店出版社副编审）

图书在版编目(CIP)数据

写意蔬果画法/周世璋编著. —上海：上海书店出版社, 2004.2
老年大学书画教材
ISBN 7-80678-124-2

I. 写... II. 周... III. ①蔬果—中国画：静物画—技法(美术)—老年大学—教材②水果—中国画：静物画—技法(美术)—老年大学—教材 IV. J212.27

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 064598 号



邵洛羊先生小楷手书书画要语

写意蔬果画法

编 著	周世璋
责任编辑	包晨晖
技术编辑	吴 放
装帧设计	包晨晖
出版发行	世纪出版集团 上海书店出版社
地 址	200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc www.shsd.com.cn
经 销	新华书店上海发行所
制 版	上海中华印刷有限公司
印 刷	上海财经大学印刷厂
开 本	889×1194 1/16
印 张	2.5
版 次	2004 年 2 月第一版
印 次	2004 年 2 月第一次印刷
印 数	0001—5000
书 号	ISBN 7-80678-124-2/J·69
定 价	16.50 元

目 录

前言	(1)
一、总论	(2)
二、技法分解	(4)
1. 樱桃基本画法	(4)
2. 荔枝基本画法	(4)
3. 柿子基本画法	(5)
4. 西瓜基本画法	(5)
5. 桃子基本画法	(6)
6. 枇杷基本画法	(6)
7. 葡萄基本画法	(7)
8. 石榴基本画法	(9)
9. 辣椒、胡萝卜基本画法	(10)
10. 萝卜基本画法	(11)
11. 白菜、香菇、蘑菇基本画法	(12)
12. 南瓜基本画法	(13)
13. 黄瓜、笋、蒜头基本画法	(14)
14. 茄子、番茄基本画法	(15)
15. 茭白、荸荠、土豆基本画法	(16)
三、范画临摹步骤	(17)
1. 柿子、荔枝范画步骤	(17)
2. 樱桃、香梨范画步骤	(19)
3. 西瓜、葡萄、枇杷范画步骤	(21)
4. 石榴范画步骤	(23)
5. 桃子范画步骤	(25)
6. 青菜、蘑菇、冬笋范画步骤	(27)
7. 白菜、辣椒、香菇范画步骤	(29)
8. 番茄、茄子、蒜头范画步骤	(31)
9. 红萝卜、黄瓜、荸荠范画步骤	(33)
10. 南瓜、茭白、胡萝卜、土豆范画步骤	(35)
四、创作的构图与款识	(37)
附录：名家介绍	(39)

前 言

老年大学,是老年人接受继续教育的场所。据了解,全国各大城市的区、街道、高校以及各系统部门,都有自己的老年大学或老干部大学,总量不下万余所,有的老年大学规模很大,学员达数千人。由于老年大学的学费一般都比较低,为老年大学的发展创造了条件。近几年来,城市的老龄人口逐年递增,他们虽已退休,但大都退而不闲,在物质生活得到改善的同时,热衷于生活质量的追求。他们为了充实精神生活内容,尽享“老有所学,老有所乐”的乐趣,自愿加入接受终身教育的学习行列,“活到老,学到老”,犹如一颗常青树,永葆青春活力。

在老年大学中,书画班是最受学员青睐的科目之一。由于在作书画的过程中,刚柔相济,静中有动,能帮助学习者很好地协调生理和心理,陶冶情操,延年益寿。据统计,在长寿者中,书法家排列第一,画家其次,这也是学习书画能在老年人中得以广泛普及的原因之一。

为满足老年大学书画班的广大学员以及老年书画自学爱好者拥有一套有别于一般技法书而完全适合于自己特点的规范专用教材的需要,我们特邀请长期从事老年大学书画教学的专家、教师,共同组织编写了这套题材选择恰当,力求章节安排科学合理,图文表述浅显易懂的老年书画教本。全套教材共八册。相信本套书的出版,一定会使老年书画朋友们得到有益的帮助。

总 论

蔬菜、瓜果是我们日常生活中经常接触的东西。它们不仅含有人体所需要的丰富营养，而且还有观赏价值，具有入画的特点。

以蔬果为题材，用中国画的技法加以表现，在我国也是由来已久的。尤其是在近、现代，国画大师辈出，如虚谷、吴昌硕、齐白石等，均是蔬果画的高手。在上海地区则有王个簃、朱屺瞻、钱君匋、曹简楼等名家。

蔬果画因颇受群众欢迎，而今已发展成中国画的一大门类，并成为许多画家和爱好者所喜闻乐见的常用题材。

正是由于蔬菜和瓜果为我们所常见，取材平易，对于学习和掌握其表现技法是极为有利的。因为蔬果种类繁多，画法上宜触类旁通，举一反三，切忌拘泥于一招一式，一成不变。

学画写意蔬果，当从临摹入手，先掌握基本技法，再揣摩示范画作，逐渐熟知体会其用笔、用墨、用色及构图特点，可少走弯路，早出成效。

下面我们介绍一下在作画时应准备的一些工具、材料。

笔，是作画者最为主要工具，只有选择得合理，才能在作画过程中运用自如，得心应手，发挥出最高的水平。

中国画的毛笔通常分为软毫、硬毫和兼毫三大类。每类毛笔视其毫的长短可分长锋与短锋。根据其制作规格又有抓笔、斗笔、提笔及大楷、中楷、小楷等称呼。

软毫一般指羊毫，毛较软、吸水量大。长锋的适宜于晕水染色；短锋的可点花点苔。

硬毫一般指狼毫，毛较硬，富有弹性，但吸水少，宜于描画山石、树干、筋脉等。

兼毫即羊狼毫兼杂，但搭配比例各有不同。兼毫笔软硬相济，弹性适中，用时笔触变化丰富，宜于表现复杂景物。最常用的是大、中、小白云笔，一般用来画花点叶，描绘果实，题款写字等均可。



新笔开用时，宜以冷水或温水浸开，抹干使用。用后须洗净挤干，理顺笔毛，最好垂挂在笔架上。千万不可倒插在笔筒里，这样未洗净的残墨会积聚在笔根里，影响笔锋聚散和使用寿命。

初学者可根据条件备置各类毛笔六七支，便可应付。

墨，传统的墨锭分油烟、松烟两大类。作画一般用油烟墨，以质细、色乌、胶轻者为上。现在有高级书画墨汁，使用十分方便，初学者尽可使用入画。如上海的“曹素功”，北京的“一得阁”等都是享誉中外的墨汁。

纸，主要是指宣纸，它分生宣和熟宣两种。熟宣适宜于画工笔画，生宣则用于作写意画。生宣纸吸水性强，落墨上色极易渗化。毛笔在生宣上运行，它的每一丝细微变化，都会留下明显的痕迹。宣纸的大小以长度尺寸来分，常见的是三尺、四尺、五尺、六尺，甚至八尺及一丈二尺的都有。初学者只须买四尺宣纸，画时根据需要可一裁三开或一裁六开（画小品）。

写意画以安徽产的净皮宣最好。要实惠些，浙江的“富阳宣”和四川的“夹江宣”也可练习。

砚，用以发墨，以墨池深、容积大为宜。好的砚台以端砚、歙砚为上乘，但价格不菲。初学者若用现成墨汁，便不需砚台了，只要用白色碟子或盆子盛墨汁便可。

颜料，国画颜料常见的有粉状、块状和锡管装几种。

垫毡，作画时垫在宣纸下，一是留住宣纸上的墨、色，二是避免纸与桌面相粘。其材料最好是羊毛毡。

镇纸，压在画纸边缘上的重物，使画纸不随着笔的移动而滑动。镇纸的材料，用石、铜、铁、玻璃制的都有，一般做成条状如尺一样。

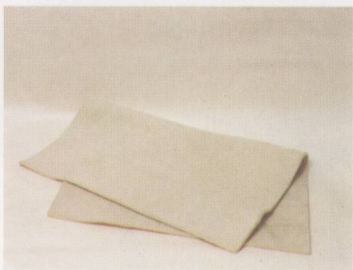
调色盒，文具店有现成的调色盒出售，外出写生作画携带方便。但在家或室内作画，还是备一些白色瓷碟实用，既可贮墨，也能调色，且易于清洗。

笔洗，盛水的器皿。国画的墨与色的千变万化全靠水来调合，用水宜宽，故笔洗宜大不宜小。

笔架，又称笔搁，用于搁置毛笔，不让其滚动，以免不慎弄脏画面。

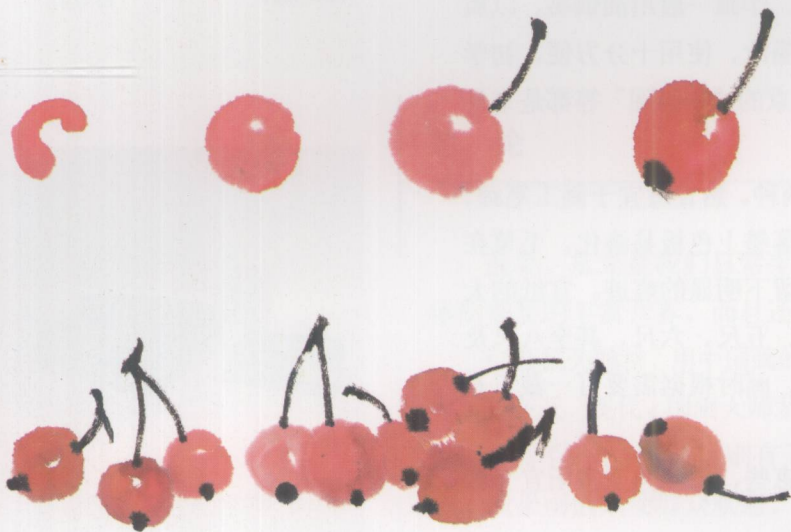
笔帘，一般用细竹条串成，用来包卷画笔，外出携带时保护笔毛不受损伤。

总之工具和材料的准备，还是以适当、适用、适度为宜，初学不必贪多求全。当然工具材质的优劣与作画效果的好差还是有一定联系的，当然，这也得视各人的条件喜好而定，不必强求一律。



二、技法分解

1. 樱桃基本画法



樱桃是球体果实，体积不大，但色彩鲜艳，殷红欲滴，看上去玲珑剔透，惹人喜爱。它果小柄长，一蒂多果。

樱桃的基本色可用曙红，适当加水，或加朱磬，便可改变其色彩，表现其层次。

画果实时，可用大白云笔蘸红色分两笔画出球体，中间留出少许空白，作为高光亮点。

用狼毫干笔蘸浓墨，中锋画柄，再在对应处点蒂。柄梗稍细长，落笔时略停顿再行笔。

若一堆樱桃并列，要分浓淡、前后和透视，切忌平涂。果柄果蒂的添加要注意长势与朝向，方显得偃仰多姿。

2. 荔枝基本画法



荔枝色暗红，表现粗糙成粒状凸起。

可用羊毫笔蘸淡红色（曙红加水）画出圆形底色，趁色未干透，用白云笔蘸深红色（胭脂亦可），中锋点画出外壳形状，要能体现出球形的立体感，点的走向则略呈弧形，并且点的色彩亦须有深淡润湿之变化。

果实成形后，用小笔蘸浓墨画果柄，使笔在柄和果实相接处轻轻停顿。

成串的荔枝应分前后、虚实，红色也要有暗、亮之分，凸点可有轻、重之分。

荔枝叶狭长，可用长锋笔蘸汁绿色一笔画成，待稍干后，用小笔蘸浓墨勾叶脉。

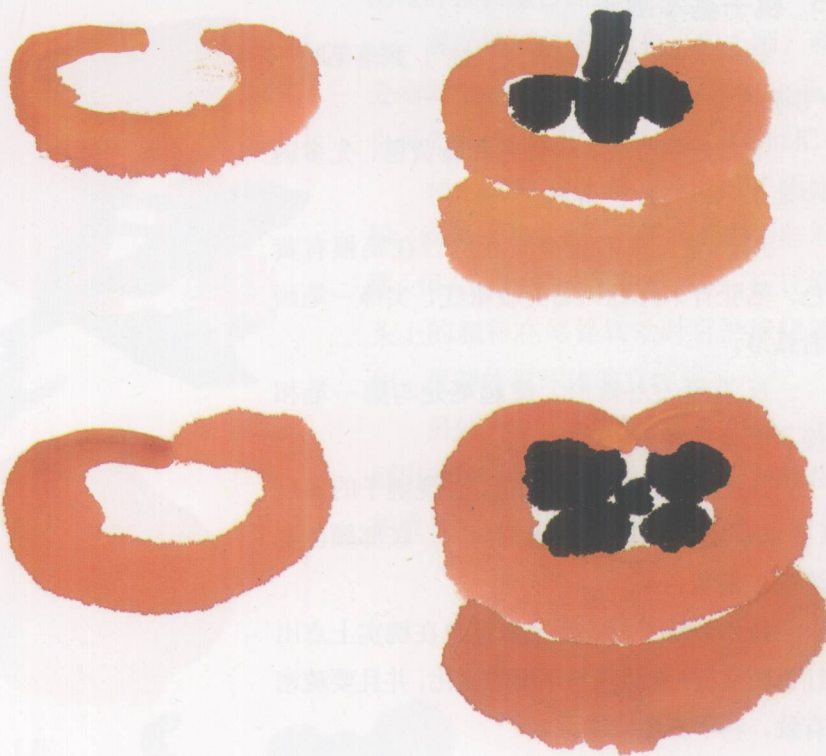
3. 柿子基本画法

柿子的色彩是用朱砂或朱磠掺以藤黄。

用羊毫笔蘸饱颜料（色彩不要调得太匀），中侧锋并用，画出一个上面开口的弧圈（留出画果梗的部位）；紧接再蘸些颜料，一笔画出柿子的底部，在笔道间留出少许缝隙，以表现柿子的折槽。注意行笔宜慢，弯转要稳。

以浓墨画柿蒂，在空口处生柿柄，然后以中、左、右三点配合画出柿蒂。

如果柿果上部弧圈封口，则柿蒂可画成蝴蝶状四点，中加小点作柄根。



4. 西瓜基本画法

用白云笔先蘸朱磠色，再在笔尖舔曙红，尖锋顺势画出三角块面，使其颜色上深下淡。

然后再在右侧添一笔，画出西瓜块的侧面，中间自然留出细小缝隙，以示块面的转折。

以小笔蘸汁绿色（花青加藤黄）画瓜皮，与红色瓜肉间留出一定空白，表示瓜皮的厚度。待色将干未干之际，用墨点上瓜籽，注意不要太密、太规则。

画整只西瓜，可用羊毫大笔调出汁绿色，一气画成一个圆形，让色彩自然在纸上融合、渗化。趁水分未干透，用小笔含淡墨侧锋拖动画出西瓜表皮的深色条纹，最后蘸浓墨画出瓜蒂和藤梗。



5. 桃子基本画法

画桃子前，先要胸有成“桃”，到落笔时一气呵成。

准备好曙红色，朱磬色和藤黄色，先多调些基本“桃”红色备用。

用羊毫长锋笔吸饱淡红色，在笔根有黄色，笔肚有朱红色，笔尖蘸曙红，尖锋一笔画右弧形。

反手画一左弧形，使起笔处与第一笔相接，而尾部相距，不封口。

在桃实中间添一笔弧形，表现桃子的凹痕（要求留出少许缝隙），最后封口。底部颜色要淡些，偏黄色。

待水分略干时，用笔蘸红色在桃实上点出红色斑点，注意深浅与干湿的变化，并且要疏密有致，利于表现球体。

桃叶形狭长，两头尖。可用淡青色画叶片，用浓墨趁湿勾叶脉，再酌情画上枝梗。



6. 枇杷基本画法

(1) 果实画法

先将笔浸水，在笔上调藤黄色至笔的三分之二，然后再蘸赭石，使笔尖上有赭石，笔肚是藤黄，而笔根里含水分。落笔中锋往下按，画出左边一小部分，再用侧锋画出右边大半部，如此两笔相接形成一个圆形的枇杷。

若想画熟的枇杷，可在藤黄色中调进一些朱磬。让它在黄中透出些朱红。

用淡墨调赭石画果柄，线条较粗壮，用笔要韧拙。

果脐对着果柄，点脐要等颜色大半干时，过湿或太干都会影响效果。用小笔蘸浓墨画出五个小圆点围成一圈，每点要向中心挑起。由于枇杷的朝向，果脐也会呈现四点、三点、二点甚至无点的形状（果脐向背面时）。



(2) 叶子画法

用羊毫大笔吸足淡墨，在笔尖上蘸些浓墨，侧锋先画一笔，紧接用笔肚再画另一边，二笔合成一片狭长的枇杷叶子，若叶子小，则一笔画成也可，但注意一笔中墨色要有变化。

在墨色未干前，用浓墨勾筋。先勾主脉，后画支脉，中锋落笔，逐渐提起收笔。



(3) 枝叶果实组合画法

画枇杷可向下画，也可向上画；可先画枇杷，后加果柄、枝干，再添叶子，也可先发枝、生叶、长柄，然后画枇杷。

画未成熟的枇杷，可用藤黄蘸汁绿；画熟透的枇杷，可在藤黄中掺些朱磬。但在调色时不用和得太匀，应让笔头上的颜料在笔锋转动时自然渗化调和，更能体现球体的立体感。

另外，如果笔法熟练，也可以一笔画出球体，只需使落笔与收笔首尾相接相叠便成。

7. 葡萄基本画法

(1) 果实画法

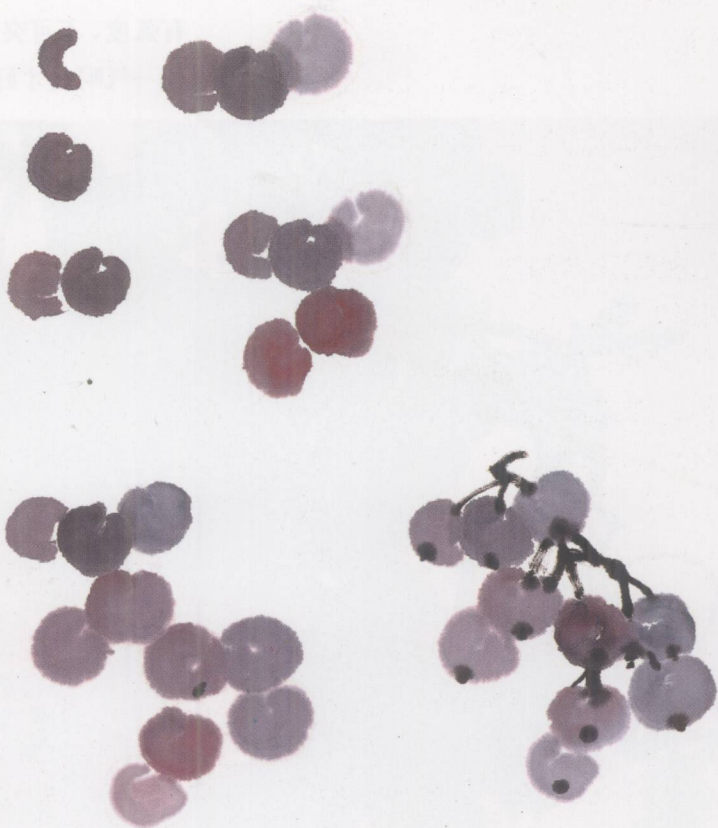
用大白云笔湿水后，在笔尖上蘸紫色（花青加曙红）。以左右两弧笔画成一个小圆球，中间自然留白，增加透明感。

一颗画好后，再向左、右画过去，然后往下组合。三五颗为一组，三四组为一串，让其有疏有密，多而不乱。

单个葡萄要有整颗的，也有半颗的。整串葡萄的颗粒大小不应相差太多，但要有前有后，错落有致，颜色要有浓有淡，干湿略有变化。

一般紫色葡萄是用花青加曙红调成，画时可多调些基本色备用。熟的葡萄“红得发紫”，呈暗紫色，用色时可以花青蘸胭脂，则颜色显暗；半生不熟的葡萄，颜色紫中偏青，可以淡紫色稍加花青调出。绿色葡萄可用藤黄加花青调成，亦可加些三青或三绿调和，以示色阶变化。

葡萄画好后，用狼毫小笔蘸浓墨画柄，主柄需粗些，如有枯笔出现质感更好。趁湿点脐，脐点在柄的对面。成串的葡萄要点在果实的偏下方，同时还要注意上下左右朝向的细微变化。





(2) 叶子画法

用羊毫大笔湿水后，调入淡墨，再以笔尖蘸少许浓墨，先侧锋由上而下画出中间一笔，然后左右两边各画一笔，使上头靠拢，下面分开，再略蘸清水，自上而下，在左右再加两小笔，整片叶子共五瓣，呈掌形，中间留有凹进的空白。

待七分干时，用叶筋笔蘸浓墨勾叶脉。先勾五条主脉，再勾若干支脉。从上往下，由内向外，支脉落笔点要与主脉相交，不要脱节。靠主脉部用笔重些，越往外画越要提笔，行笔要慢，收笔时不要停顿，当线条画至叶子边缘处，立即提笔收锋，叶脉的长短不足或过头都会影响叶片的造型。

(3) 藤蔓画法

用狼毫或兼毫笔以淡墨蘸赭石画出。墨色要有干湿浓淡等变化，笔法可有中、侧、顺、逆、转折等变化，不仅要注意质感，而且要带有书法意趣。

所画藤蔓要由粗到细，绝不能前细后粗，不要太直，转折处要有弧度，不可突然弯折，绕须不可过多。如有断枯之处，不要补笔，须一气呵成才好。中间若出现飞白，则效果更佳。



8. 石榴基本画法

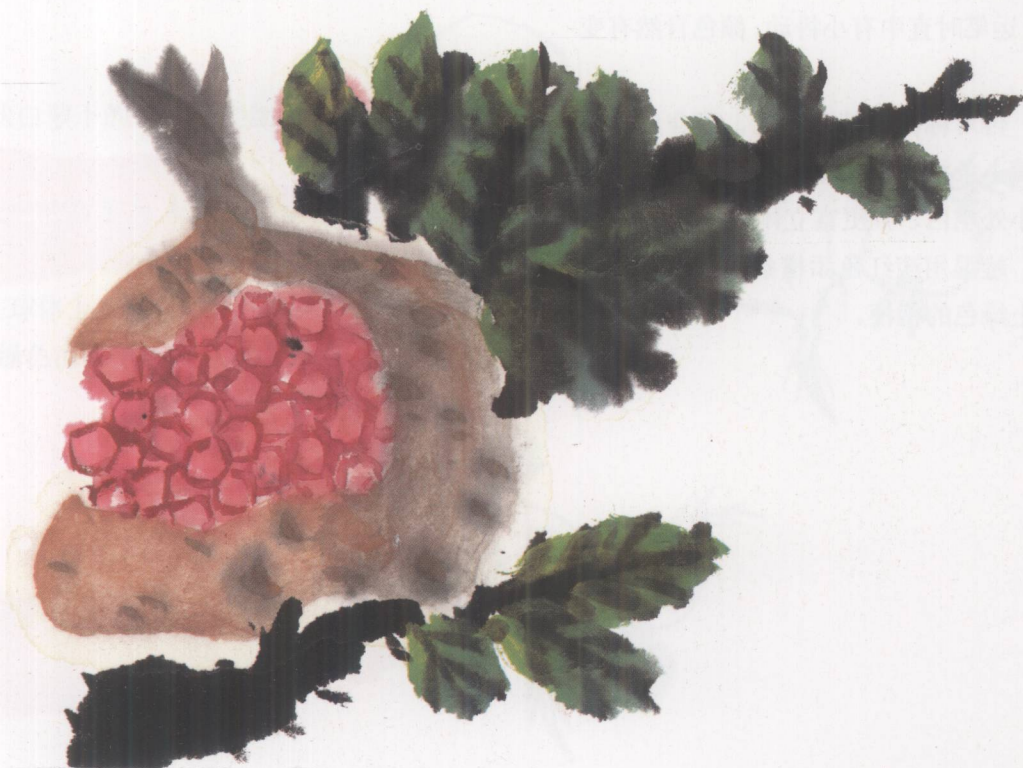
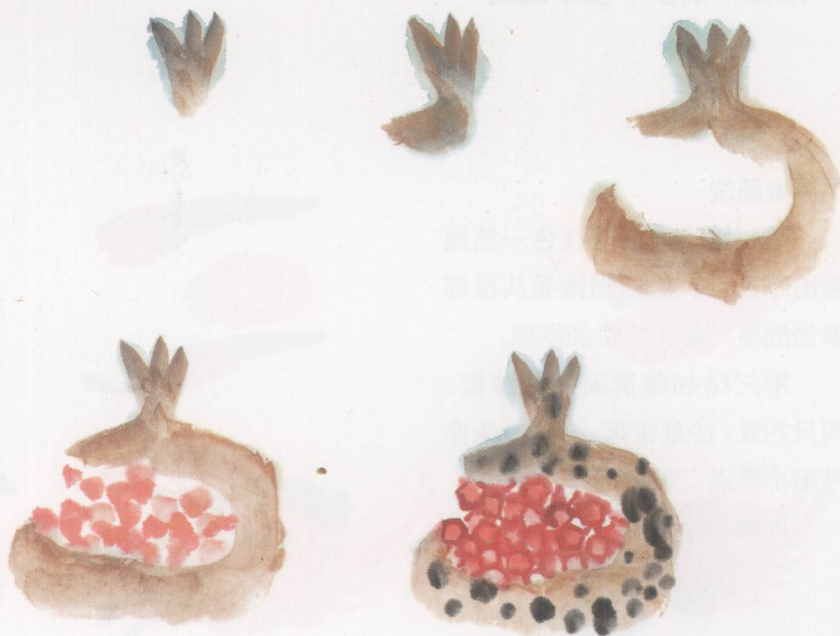
用长锋羊毫笔以赭石色调入少许花青，用笔尖点三下，画出石榴脐。

在左边撇出一笔。然后右向落笔迂回，分两笔画出石榴实，中间留出空白开口。

在开口处点上深淡不同的淡红色，并可留些空白。

待水分稍干，用干笔蘸曙红色勾勒出石榴子的形状，注意要有前露后藏，红白相间，方能体现出立体感和透明感。趁湿用淡墨在石榴上点染些大小不一的斑点，位置不要平均分配。

在石榴下添枝叶。枝梗用赭石加墨，叶子用花青加藤黄调出汁绿色，颜色或偏黄、或偏青，须有自然变化。石榴叶片较小，长得较密。可用浓墨勾叶脉、点苔。



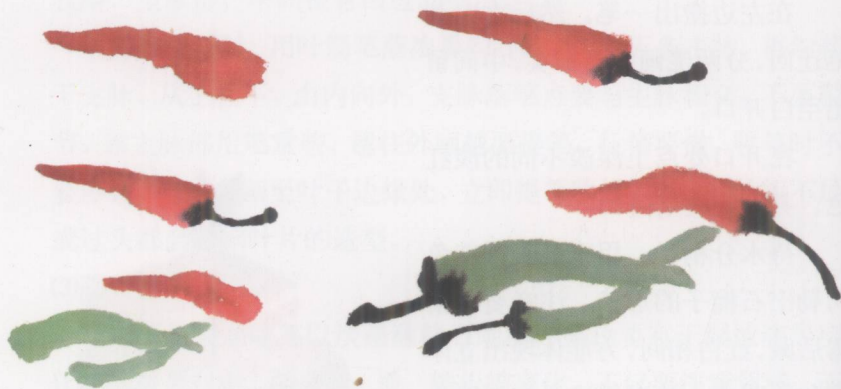
9. 辣椒、胡萝卜基本画法

(1) 辣椒画法

用长锋中笔蘸曙红色一笔拖画出小红椒，然后用浓墨从根部添加细梗，起止处略加停顿。

用三绿加藤黄画绿色辣椒。两只并置，注意错落。在梗一头亦可画小黑点，表示蒂帽。

再添一红椒便成三只组合。

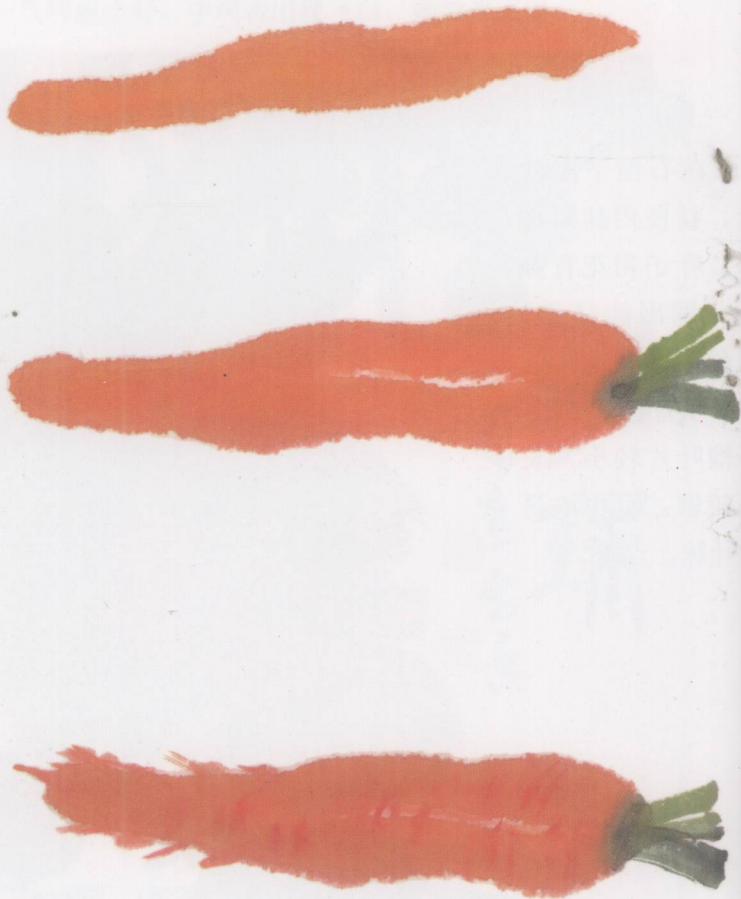


(2) 胡萝卜画法

用朱磬调些藤黄成胡萝卜色，以羊毫长锋笔蘸色，用中、侧锋画一狭长条色块，运笔时直中有小抖动，颜色自然有变化。

再对称在下部添一笔，组合成一根胡萝卜条状体。两头稍浓、中间略淡，并留小处空白，则更富立体感。

趁湿用淡红色添横条纹及根须，再画上绿色的蒂梗。



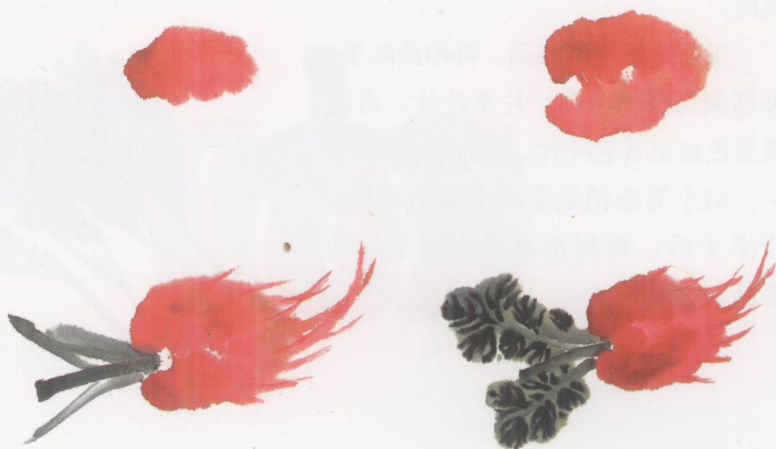
10. 萝卜基本画法

(1) 红萝卜画法

红萝卜基本色为曙红。用羊毫大笔饱蘸颜色分两笔画出一个萝卜实体。头部色浓，尾部渐淡，中间体壮，根部变尖。

顶部要留出空白凹坑，以便长叶柄，根部有尖须，分出主次、长短。

叶柄可用青色画出。不宜平行，要自然向四处散开。添上小簇碎叶。趁湿用深墨勾叶脉。



(2) 白萝卜画法

用淡墨勾画出球状白萝卜的圆形及尖细的长须根。

在旁再添加一个反向的圆萝卜；然后分别画上小须及叶柄。

用小笔侧锋卧笔在球体上擦些弧形纹理。可增加质感和体积感。用淡绿色渲染小叶簇，并勾筋脉。



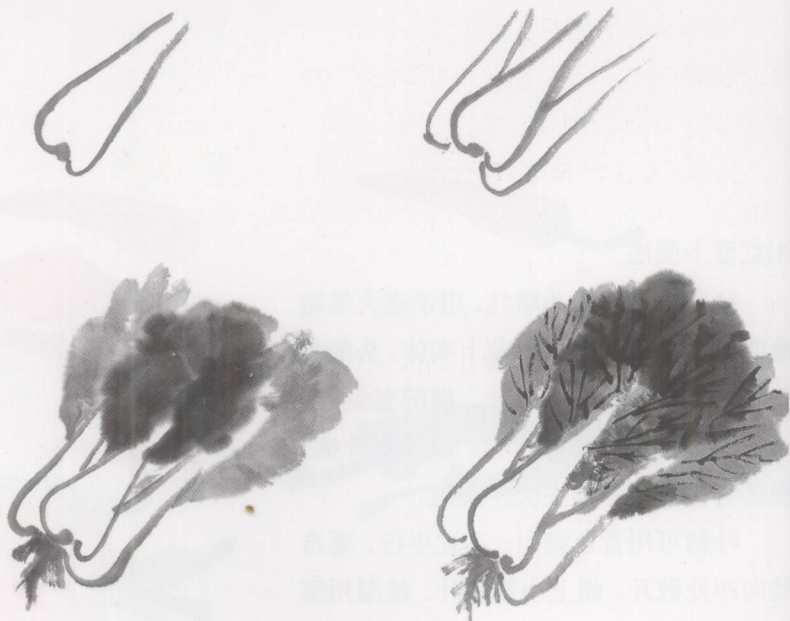
11. 白菜、香菇、蘑菇基本画法

(1) 白菜画法

用白云笔调淡墨（亦可略加青色），中锋用笔，拖写兼施，先勾出中间一片大菜梗，再分别添上左右两片菜梗。

用长锋羊毫调淡墨，再稍蘸浓墨，卧笔侧锋画出中间一片重叶片，再以淡墨色画出其它叶片，略加收拾。

用小笔蘸稍浓墨画出菜的根须；待半干后，再蘸稍浓墨勾出菜片的筋脉。



(2) 香菇画法

香菇为伞形菌类，画中均以黑色来表现，浓淡可视构图、创作需要而定。

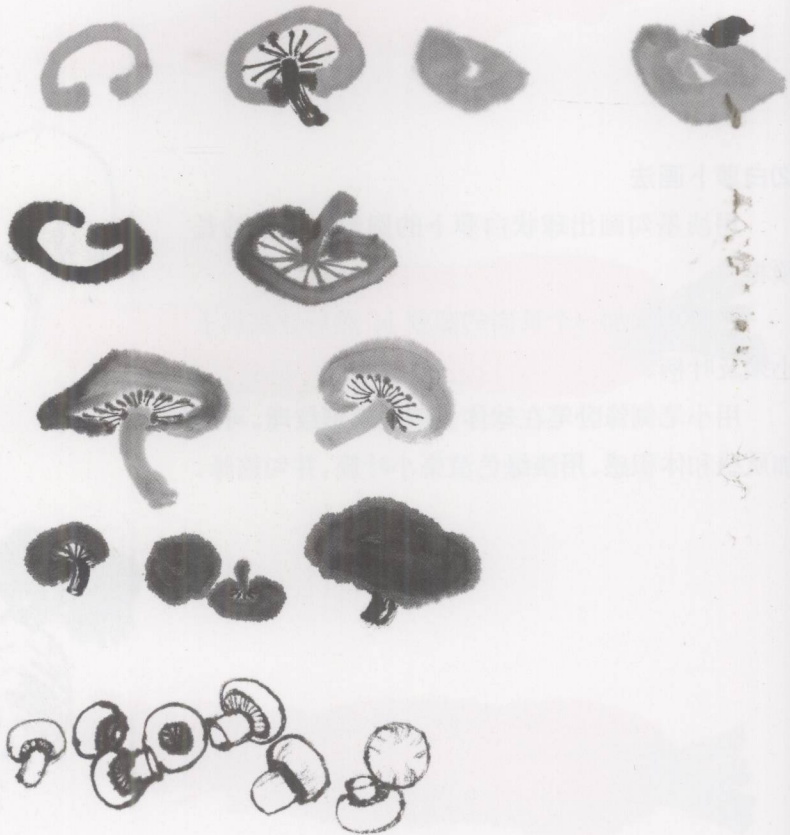
一般总以平面散置的形态入画，故香菇的朝向各异，或朝天，或撑伞，或侧卧，只要自然错落，不单调、有变化便可。

画时一般先用笔画出椭圆形菇体，形状任其自然，但须留出“伞柄”的出口。

香菇的内侧面有百页纹，可用小笔细线勾之，但须注意一端要对着圆心，作放射状。

(3) 蘑菇画法

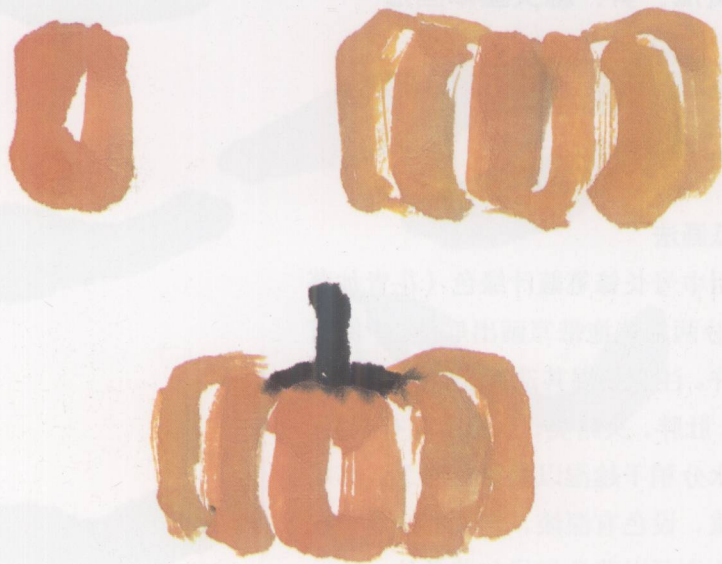
与香菇同属菌菇类，但为白色，故国画中用线条勾勒，宜用稍枯笔画之，质感更佳。



12. 南瓜基本画法

南瓜基色为藤黄稍加赭石、朱磬成老黄色，略发红。用羊毫笔取侧势，左右两笔画出中瓣，略留空白亮点。依次画左左两瓣，再逐次加第三个两瓣。中锋浓墨画瓜柄及瓜蒂（左右二点，或左、中、右三点）。

南瓜亦是有藤蔓、枝叶的果实，画法同葡萄，不再赘述。附图一幅，以为示范。



13. 黄瓜、笋、蒜头基本画法

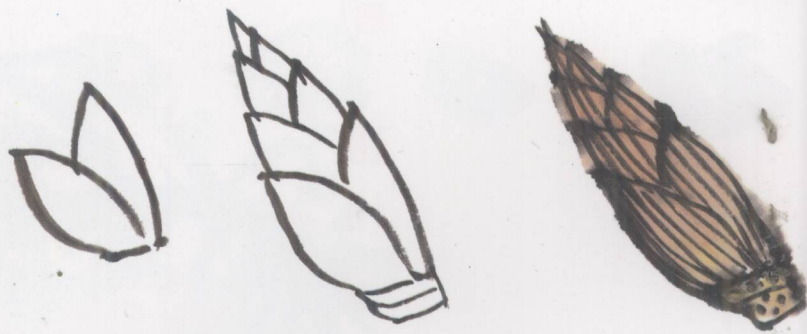
(1) 黄瓜画法

用中号长锋笔蘸汁绿色（花青加藤黄），分两笔兼拖带写出瓜身，中间留白少许。注意把握其造型：柄细、身粗、腰瘦、肚胖、头略尖。瓜身中段有刺突，可待水分稍干趁湿以墨绿色点之。落笔有轻重，设色有深淡，定位有错落。在瓜尖头亦可以黄色细线勾些条纹。



(2) 笋的画法

用墨线勾出笋壳瓣状，从根部由大到小，左右对称地叠加，直至笋尖，一般三至五层。然后添根部，再勾上条纹及点上突刺。最后用淡赭色染笋身，淡黄色画笋根。整体中间稍淡，两边略深，以现立体感。



(3) 蒜头画法

蒜头乃白色球茎体，宜用淡墨线勾勒外形，然后略晕淡赭色以衬托其白色和显示立体感。

画法一般先从中瓣开始左右两笔成一瓣，接着左右逐次添画侧瓣。根须可用浓墨枯笔画之。

二、三蒜头并置，要避免形状朝向的重复，请参考三个蒜头组合示范。

