

伯里曼人体绘画教程全集




伯里曼百手图册

THE BOOK OF A HUNDRED HANDS

[美] 乔治·B·伯里曼

李秋实 肖芳/译

 湖南美术出版社



伯里曼百手图册

THE BOOK () HANDS

[美] 乔治·B·伯里曼

 湖南美术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

伯里曼百手图册 / (美) 伯里曼著; 李秋实等译. - 长沙: 湖南美术出版社, 2010.7

(伯里曼人体绘画教程全集)

书名原文: The Book of A Hundred Hands

ISBN 978-7-5356-3767-3

I. ①伯... II. ①伯... ②李... III. ①手 - 绘画 - 技法 (美术) - 教材 IV.

④J211.25

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第128462号

THE BOOK OF A HUNDRED HANDS

伯里曼百手图册

出版人: 李小山

作者: [美] 乔治·B·伯里曼

翻译: 李秋实 肖芳

责任编辑: 陈刚 李宇平

责任校对: 伍兰

装帧设计: 萧睿子

出版发行: 湖南美术出版社 (长沙市东二环一段622号)

经销: 湖南省新华书店

制作:  嘉偉文化
JIAWEI CULTURE

印刷: 郑州新海岸电脑彩色制印有限公司

(郑州市兴隆铺路3号)

开本: 787X1092 1/16

印张: 10.5

版次: 2011年2月第1版

2011年2月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5356-3767-3

定价: 29.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0731-84787105 邮编: 410016

网址: <http://www.arts-press.com/>

电子邮箱: market@arts-press.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0371-63601610

献给海琳

万分感谢合作者——欧内斯特·E·塔克博士在本书的写作过程中给予的大量帮助。

——乔治·B·伯里曼

引言

1758年，爱尔维修在他的《思想》一文中提出了这样的论述：人与动物之间的区别在于外部形体上的差异，这是毋庸置疑的事实。比方说，假设长在手腕上的不是具有灵活手指的手，而是类似于马蹄那样的结构，那么人类也许依然会跟其他动物一样，在地球表面四处漂泊，对艺术毫无认识，并且毫无防御能力，而这种结构——手——是人类比动物优越的唯一原因。H·T·巴克尔在他的《英国文明史》引论中也曾引用了这一论述。

自从人类的起源开始，手便成了人类持续进步中不可或缺的工具。关于手是如何产生的，无论是在科学还是艺术领域，在层出不穷的书中都曾有过论述；同时，很多科学著作中也有关于手的研究。但是，作者至今未曾见过任何一本专门论述如何画手的著作。

本书的目的不仅仅在于向读者展示手的形象，还在于告诉读者怎样去理解它们。

手的艺术史

大自然将所有的手都赋予了力学与动力学法则。几千年前的古埃及木乃伊的手与现代人的手没有什么不同。史前人类的手骨也是一样的。在不断的使用过程中，90%以上的手都被这种不变的法则标准化了。

但是关于手的绘画和雕刻在不同的时代却有着显著的不同。穴居人用符号和图形在他们居住的山洞的洞壁、洞顶以及使用的器具上作画，这其中就包括手。他们描绘的或者雕刻的手，具有那个时代鲜明的总体特征。

秘鲁人、阿兹特克人、美国印第安人在他们的符号文字中，阿拉斯加人在他们的图腾柱上，都呈现了手的形象。这其中的任何一种——无论手是被凹刻的还是被凸雕的，无论是白描的还是彩绘的，无论是被涂成红色的还是蓝色的，只要描绘的是手——都从属于某种特定的手的风格。这种风格代表了那个时期、那个部落或那个种族的特点，并且都与其他时期、其他部落或其他种族的特点有着显著的差异。

古亚述人在他们宫殿的墙上或者在石头上雕刻手的形象，这些就是亚述人特有的手，可以很容易地与其他种族和时代的手区分开来。古埃及人运用雕刻的和彩绘的手来讲故事，这些手与其他地方或时代的手一样具有自身的独特性。

当我们进入一个对艺术更加重视的时代时，相同的心理学规律就显得十分明显。有一种早期哥特式的手的形象，与其他任何一个时期的手都是截然不同的。

文艺复兴时期的手具有它自己的特点，其特点是如此鲜明，从而可以被提炼出来并进行分类。人们不仅可以辨别出这些手是画于文艺复兴时期，而且还可以分辨出它们是画于文艺复兴时代的早期还是晚期。

没人会对基尔兰达约、里皮或是波提切利作品的真实性产生怀疑。他们不仅是卓越的大师，还是严谨的学者。然而，即便如此，他们所描绘的手都有着各自不同的风格。

在后来的流派中，相同的例子也有不少。比如威尼斯画派、荷兰画派以及约丹斯、鲁本斯和凡·戴克所属的绘画流派，无一不是如此。曾经有人说过，凡·戴克画不出劳动人民的手，而米勒画不出绅士的手。

事实上，我们用眼睛来观察并不是十分准确的。如果没有思想的支配，眼睛是容易被蒙蔽的。正是因为有了思想的支配，我们才能看到与摄影底片不同的东西。这种观察方式将眼睛所见与摄影底片区分开来——思想能够选择一些部分加以突出，并且忽略其他部分。我们用思想来进行观察，并且观察时只能通过眼睛。

米开朗基罗、达·芬奇和拉斐尔都处于同一时期，都使用同一风格的模特，然而他们描绘的手却属于三种截然不同的风格。

阿尔伯特·丢勒、小荷尔拜因和伦勃朗都曾经描绘过手，但是由于他们各自的独特性，因此被艺术界分为丢勒手、荷尔拜因手或伦勃朗手。

这些手的描绘在特点和风格上千差万别，其原因毫无疑问是我们大家都很熟悉的。简要说来，一种意识不到的力量使真实的手被其使用法则标准化了，而画出来的手却不受制于这种力量。在绘画中，手不遵循任何规则，它们只遵循作者自身的领悟，这里指的是流行观念和个人品位。在这个关系中，画家要做的事就是使他自身对于手的概念与真实的手的概念相符合——从手的作用、使用方法和规律这几个方面来理解真实的手。

可以说，解剖学是人类在比较晚的时期才掌握的一门科学。解剖人体解除法律禁令和不被宗教所憎恶还没多长时间。即使是当这门学科得到了蓬勃的发展之后，其意义依然是在过了很长一段时间之后才进入思想领域和人们努力研究的其他领域，并花费了更多的时间才被吸收。

人类用了几百年的时间来学习怎样透过外形来研究人体的结构，并且直到现在才开始学着透过结构来分析当中隐含的道理。美术界正开始自主地使用这些东西，一个人通过这种途径来提高技巧将会带动其他人从同样的途径中寻求进步——去研究实物，研究当中的道理和意义。

如果说与画身体其他部位相比，画手时更容易体现出变动、风格和时

尚的演变趋势，那很可能是因为人们还没有意识到手作为表达途径的重要性。手被视为动作的奴隶，但这奴隶却是表达情感的大师。

手的表现

通常，面部表情可以被自制力加以控制，有时甚至能够帮助我们掩饰真实的想法和情感。

而手很难被训练到这种程度，它总会在不知不觉中反映出人的心理状态，泄露面部想要掩饰的东西。

与其他有生命的物体一样，手因使用而产生了变化。对于任何一个个体而言，他的手的总体变化都不会超过1%。但随着一代代的不断延续，这种变化就逐渐增大了。那些越表面化和越突出的部位越容易出现这种变化。

力学存在的历史比人类还要悠久，在这个背景下，出现了不同的人种；此外，在这个基础上，逐渐产生了遗传的变异或者家族的演变，继而又相应地出现了对于各自的历史和特点的不同的表达方式。

儿童的手几乎没有产生什么变化。他们手上的皱褶、指窝以及尖细的手指，差不多表现了一切物体由于自然遗传而具有的近乎纯粹的匀称美。

老人的手则体现了另一种完全相反的情况，岁月在他们的手上留下了痕迹：皮肤粗糙而布满褶皱，关节肿胀并不停地颤抖。

在力学和种族变异的背景下，手的种类可谓多种多样，比如：年轻人的手，老年人的手；男人的手，女人的手；健康的手，病态的手；劳工的手，贵族的手；有力的手，文弱的手等等。

手的种类可以分为：宽大、丰满、结实的手；修长的手和短小的手；厚实的手和纤细的手。手指的相对长度是变化的，不仅在同一只手上是不同的，而且与别人的手指相比时也是有区别的。关节、手指和指尖的相对厚度也是变化的。拇指可能很短、很粗或很细，可能紧挨着手掌或与手掌分开。

常年做繁重活计的手会表现出非常明显的变化，会变得更加粗大。当然，肌肉会变得更发达，但这些肌肉大部分是位于手的前臂。手掌大小鱼

际上的肌肉将变得更大更厚。关节肿胀、粗大且形状不规则，肌腱更加明显。皮肤变得粗糙，皱纹加深，特别是茧皮变得更厚，覆盖在手的四周。皮肤上的汗毛则像刷子毛一样直竖着。在放松的状态下，手呈现出一种更加弯曲的姿态。当握拳的时候，挑衅的拇指蜷曲在其他手指上面，整个手变成了一个粗大、坚硬且令人望而生畏的武器。

不常劳作的手则是相反的情况：手掌的肌肉显得柔软而圆润。皮肤细腻而光滑，茧皮没有明显地显现出来。关节不仅不粗糙，反而有些过于灵活和小巧，并稍有弯曲。掌骨和指骨不会有很多弯曲，而是更为笔直和纤长。整个手看起来更加匀称，而灵活性则相对减弱。

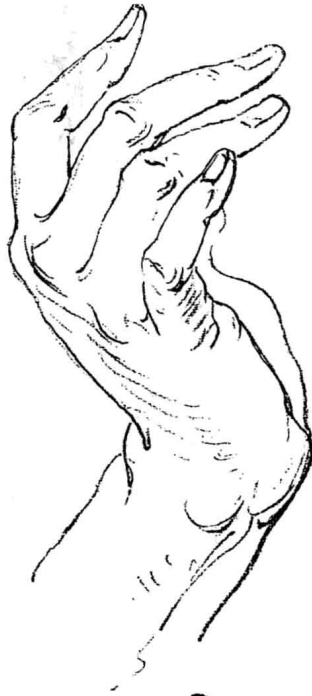
相比之下，当手被应用于需要更多灵活性的所谓技巧性工作时，它会有更大的活动空间，会呈现出更多不同的姿态，并且更容易表达出精神状态。通过这种习惯性的练习，手会变得更为灵活和轻巧，并且会显得更加协调而富有表现力。

有些典型的姿势更多地取决于力学，而不是精神状态。举个例子，小指侧通常比拇指侧更加灵活，这是因为小指处于与有力的拇指相对的位置。中指在弯曲的时候总会向前伸得更远，或者是第一个向前弯，这是由于它比其他手指更有力量。五指弯曲时都从掌指关节处开始，然后依次在各个关节弯曲。拇指通常会有一些外扩，与其他手指不在一条直线上。

现代心理学在研究神经系统的动力学时，使我们了解到身体（包括手）出于本能而做出的许多姿势和动作，以及它们所表达的东西。比如说，人在心情愉悦时，或是在诚实或勇气的驱使下，或是在感觉有所领悟时，全身、四肢和面部都会不由自主地放松下来；相反，人在心情不畅时，或是处于内心不诚实等情况下，会表现出畏缩、内敛或回避，以及精神上的不真诚等。

在拥有自我意识的状态下和进行自我控制的努力中，人们都趋于用同一种表达方式：抓住身体的某处。比如四指紧扣在拇指上面；两手握在一起或十指交叉，或者抓着身体的其他某个部位。

手 | 背面



手 | 背面

整个腕骨小于前臂端头，所以在两侧要收缩。

腕骨为两排横向排列的骨骼，中间有一个角度，从侧面看像一个钩子，钩尖指向背面（见“结构”，第153页）；腕骨从上方像下台阶一样向手背过渡。在稍稍靠外侧处，由伸肌腱连接起来。

两排腕骨是朝着手背弓起的。位于腕弓前面的两根支柱远远超出了手臂的前缘之外（见第27，33，157页）。大鱼际、小鱼际和手掌就长在这里。





手 | 背面

除了拇指和伸肌腱之外，整个手背都是光滑的，从一侧到另一侧是稍稍弓起的。

手背从掌指关节到腕部是倾斜的，并且背面要比掌面狭窄，掌骨之间有略微呈扇形的运动。

手背的肌肉群从手腕向手的第一和第二掌指关节过渡，并且在向小指侧过渡时变得平而薄。