

美术初步丛书



人体油画基础教程

Aktmalerei in Öl

[德] 温登·布莱克◎著

汤若星◎译

上海书店出版社

3.25

230

人体油画基础教程

华北水利水电学院图书馆



207030746

J213.25

D230

[德] 温登·布莱克 著

汤若星 译

人体油画基础教程

J213.25
D230



上海书店出版社

707074

图书在版编目 (CIP) 数据

人体油画基础教程/(德)温登·布莱克著;汤若星译.
—上海:上海书店出版社,2003.8
(美术初步丛书)
ISBN 7-80678-092-0

I. 人... II. ①布...②汤... III. 油画:裸体人物
画-技法(美术)-教材 IV. J213

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 058322 号
图字:09-2003-127 号

Title of the original German edition:

Aktmalerei in Öl by Wendon Blake

Copyright © 2000 Urania Verlag, Berlin.

A trademark of Verlagsgruppe Dornier GmbH

Chinese language edition arranged through HERCULES
Business & Culture Development GmbH, Germany

书中的示范画由格奥尔格·帕萨蒂诺绘制

人体油画基础教程

著 者 (德)温登·布莱克

译 者 汤若星

责任编辑 林鹏程

技术编辑 吴 放

封面设计 程 钢

出版发行 世纪出版集团 上海书店出版社
(200001 福建中路 193 号 www.ewen.cc)

印 刷 上海财经大学印刷厂

开 本 889×1194mm 1/16

印 张 4

印 数 6000

出版日期 2003 年 8 月第一版 2003 年 8 月第一次印刷

书 号 ISBN 7-80678-092-0/J·53

定 价 25.00 元

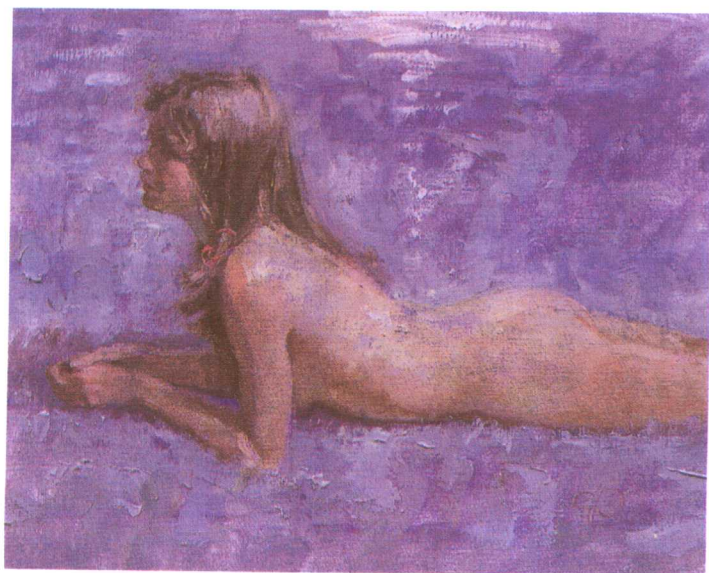
目录

基础

引言	4
颜料和调色剂	5
绘画用具	6
准备工作	7
人体的比例	8
画头部	9
画躯干——正面	10
画躯干——背面 / 侧面	11
画躯干——四分之三侧面	12
画躯干——卧姿	13
画臂膀	14
画双腿	15
构图	16

练习

第一幅画：坐姿——正面	17
第二幅画：站姿——四分之三侧面	22
第三幅画：坐姿——背影	28
第四幅画：卧姿——侧面	32
第五幅画：站姿——正面	36
第六幅画：坐姿——四分之三侧面	40
第七幅画：站姿——背影	44
第八幅画：卧姿——正面	48
第九幅画：跪姿	54
第十幅画：卧姿——背影	60



引言

人体油画

自古以来，艺术家都被女性的人体所深深吸引，不断把她们作为绘画的主题。著名的人体油画作品中有女神、妻子、情侣、女友和职业模特。但无论她们谁是画中的原型，艺术家都把人体视为神圣的东西，通过人体来表达一种美的典范。因而博物馆中大型的人体油画不仅对男性，而且对女性也有着巨大的魅力就不足为怪了。人们同样不必感到惊讶的是，二十世纪许多最美的人体油画作品都出自女性画家之手。

人体素描

在开始人体油画之前，应尽量多练习人体素描。读者可以在本书中找到有关人体素描和人体油画的建议及练习。书中第一部分介绍人体素描的基础知识。首先分析人体和头部的比例及脸部五官的位置。然后解释从不同视角——即正面、侧面、四分之三侧面和背面——观察到的躯干的形态和比例。静卧的人体是画家喜爱的主题，书中也将探讨。最后描述怎样画四肢。本书篇幅有限，不能涉及人体绘画的所有领域，但至少可以培养读者对人体绘画的兴趣。

练习

乔治·帕桑提诺为您创作十幅不同姿态的女性人体油画组成本书的第二部分。这里您可以学习自然和人造光源的运用、各种皮肤和头发色调的不同组合。第一幅画最简单。画面上呈现一位女性坐姿的正面，在昏暗的人造光源下，明暗分配清晰。下面几幅画依次为：室外明亮阳光下的人体站姿；画室内创作的人体坐姿背影；在柔和的、强力散射的自然光下的人体卧姿侧面；温暖的画室灯光下的女性站姿正面；画室内人体坐姿半侧面；以自然风光为背景的人体站姿背影；画家工作室里的女性卧姿，她的身体大范围处于阴影中；一个女孩的跪姿，她身体周围通过画室窗户照射进来的光线构成强烈的明暗对比。最后一幅画展示的是画室里女性卧姿背影。这十幅画中您能找到从金色、棕色到黑色的所有头发颜色以及从嫩红到橄榄色的所有皮肤色调。怎样调色，乔治·帕桑提诺描述得非常详细。

模特的挑选

正如大多数画家和艺术学院的学生所体会的那样，人们如今不再像过去那样羞涩。相反，妻子、朋友和熟人甚至会感到是一种恭维。若您宁愿找职业模特，那应去附近的艺术学院或大学，那儿也许有人体油画班或开设人体油画课，您就可以参加。一般来说，这些学校都雇佣职业模特，并提供一个房间，在那儿艺术学院的学生或业余爱好者只须付少量费用便可写生几个小时。您也可以和几个朋友合雇一个模特，费用一起分摊。如果您想寻找一个职业模特，最好与艺术学院或大学联系，咨询哪些职业模特在那儿工作。职业画家经常能找到出色的模特，如果他们与舞蹈学校或电影学校联系，那儿的学生非常愿意在业余时间当模特，所得收入用来资助她们的学业。

素描是油画的起步

德国著名的人体画大师阿道夫·冯·门采尔特别喜欢援引一句古老的谚语：“没有一天无线条。”法国油画家德拉克洛瓦把他的素描称为“晨祷”。像大部分人体画家一样，门采尔和德拉克洛瓦坚持每天画素描。即便您每天只有几分钟时间，也应尽量画几幅朋友、家人、同事或路上行人的速写。对此，能迅速投入使用的铅笔最合适，在家里也可以用粉笔。最好买一套专用的彩笔，供画不同色调的皮肤和头发。不要临摹照片，因为照片上呈现的人体比例常常失调。由于色彩经常失真，照片也不适合作油画的临摹本。越经常写生人体——无论是否是裸体，越能在画人体油画时取得较快进步。

颜料和调色剂

颜料的选择

调配皮肤和头发的色调，肖像画和人体画家主要运用色标中的暖色调，即红色调、黄色调、橙色调和褐色调。您会看到，这些颜色在调色板上占主导地位。总体上不需要特别多的颜色，有十二种左右就足够了。

红色

浅镉红是一种热烈的红色，色彩鲜艳，略带橙色。调色时，这种颜色用量要少。茜红是略带紫色的深红色。威尼斯红是一种呈棕色的紫铜色调，色彩同样很鲜艳，它属于紫铜色调系列，在这个色调系列中还能找到印度红、英国红、浅红和土红。挑选一种您最中意的颜色。

黄色

镉黄是一种灿烂的阳光黄，像所有镉类颜料一样，色泽艳丽。相反，浅土黄是柔和的、略带棕色的色调。软管里的生赭是一种呈黄色的棕色，但若加一点白色，就会变成略带棕色的黄色，比浅土黄更金灿灿。浅土黄和生赭色彩相近，选择其中一种即可。

镉橙

这种色调可以由浅镉红和浅镉黄调和，因此不是必备不可的。

褐色

熟褐是一种暗深褐色。生褐是一种暗灰褐色，若加入白色，便变成金灰色。

蓝色

群青是一种暗的、略带紫色的深色调。钴蓝是柔和的浅色。

绿色

许多绿色调可以由现成的蓝色和黄色调和，因此很多职业画家不把绿色纳入他们的色标。但手边有现成的绿色是非常有益的。最合适的是明亮的浅氧化铅绿。

黑色与白色

象牙黑是最常用的黑色调。白色中常用的是锌白和

钛白，这两种色调除它们的化学成分外无实质性的区别。白色您会大量需要，因此要买软管最大的。

亚麻籽油

软管颜料虽已含有亚麻籽油，但其含量刚好能够形成能被挤到调色板上的很稠的软膏。若您开始作画，则需要较稀的颜料。把亚麻籽油倒入油壶，然后把画笔浸入油中，再用笔尖沾一点颜料，把油和颜料在调色板上调和，直到您对颜料的稠度满意为止。

松节油

松节油应买大瓶的，把它倒入第二个油壶，以便您随时都能在颜料和亚麻籽油的混合物中加入几滴松节油。松节油加得越多，调和的颜料越稀。有些画家把松节油和亚麻籽油1:1混合后装在一个瓶子里，便得到一种较稀的调色剂。把这种调色剂倒入一个油壶，另一个油壶倒入纯松节油。为了在绘画时清洗画笔，把松节油倒入一个玻璃瓶中，瓶放在随手可及的地方。在您取另一种颜料之前想清洗画笔时，把笔浸入松节油中，然后把笔在报纸上擦干。

调色剂

最简单的调色剂是常用的亚麻籽油与松节油1:1的混合物。许多画家终身都不用其他的调色剂。市场上当然能买到其他的调色剂，也许您也可以试用。三种最重要的调色剂为达玛脂、珂巴脂和玛帝脂。它们常常是这三种天然树脂中的一种——达玛、珂巴或玛帝——与亚麻籽油和松节油的混合物。树脂有凡立水的作用，赋予颜料光泽并使它迅速变干。当您使用亚麻籽油与松节油的混合物积累了一定经验以后，也许您想试用其中一种含树脂的调色剂，您也可以用凝胶作调色剂，这种透明软膏有软管包装的出售。

调色板上色彩的排列

开始绘画前，把每种颜色都取一点放到调色板上。白色取多一些，放到靠边的位置上，以避免不留意把它与其他颜色混和。在调色板上给每一种颜色一个固定位置，以便能迅速找到。最好把暖色（黄、橙、红、褐）安排在调色板的一边，冷色（黑、蓝、绿）放在另一边。

基础



绘画用具



硬毛画笔

最上面的舌形画笔鬃毛长而富有弹性，笔尖圆润，柔软的笔触特别适合人体油画。中间那支宽的硬毛画笔鬃毛短而硬，矩形的笔尖留下清晰可见的笔触。下面是一支平头硬毛画笔，笔尖也是矩形，但留下的笔触较柔和。

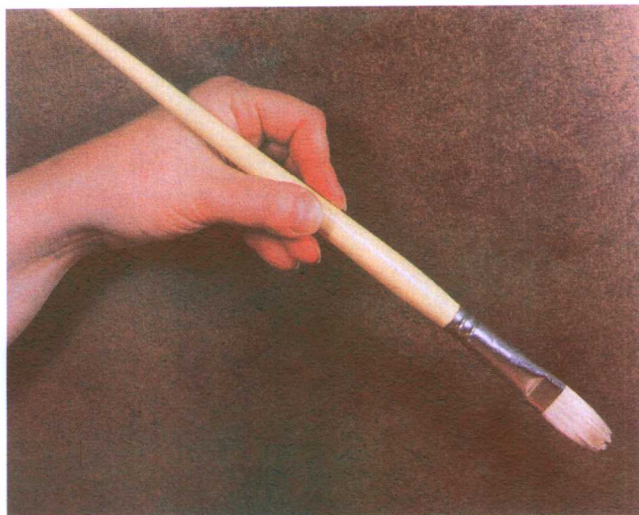
软毛画笔

硬毛画笔是正确的选择，但平滑、精细的部位则需要柔软的画笔。最上面您看到的是一支柔软的舌形白色人造毛画笔。它的下方是一支平头人造鬃毛画笔，这当然比天然鬃毛画笔要便宜得多。最下面是一支圆头鬃毛画笔，用它可以画出流畅的线条。在它上面是一支大一些的圆头人造鬃毛画笔。



调色刀

一把刮刀是非常重要的工具，用它可以在调色板上调色，在绘画结束后把颜料从调色板上刮掉，如果对某些地方不满意的话，甚至可以用它刮掉画布上的颜料。勺形的调色刀比直形的调色刀更实用。两种刀都可以到绘画用品商店购买。



握笔

手握在笔杆中部，可以自如、放松地作画。当您有了一定的感觉后，可以握在笔杆上方，这样作画更大胆自如。如果想画细部，握笔则应靠近笔头。但这不能养成习惯，否则笔触太小、太拘谨。

准备工作

画笔的购买

购买画笔有三个原则：第一，根据您的经济条件购买最好的画笔，宁愿少买几支，但质量一定要好。第二，挑选大的画笔，这有助于您大胆作画。第三，同样规格的画笔买双份，例如当您刻画脸部的明暗部分时，可用一支画亮部、另一支画暗部。

推荐的画笔

首先您需要几支很大的硬毛画笔，约25毫米宽，用来画大的平面。您可以挑选两种不同的画笔：一支普通直形的平头画笔，另一支椭圆形画笔，即鬃毛长、笔尖圆润的画笔。其中一支可以比另一支小一些。此外您还需要三支硬毛画笔，它们的大小约为大笔的一半，您同样可以选择不同的种类。三种软毛画笔特别适合画柔和部位、细部和线条：一支约为25毫米宽，另一支约为它的一半粗，第三支是笔尖非常尖细的圆笔，笔头最粗的地方为3-5毫米。

刀

为了调色或在画布上作修改，您需要一把调色刀（见第6页左下图）。作画则需一把短的、柔韧的棱形画刀。

画底

如果您是油画的初学者，最好选择价廉物美的画纸板，任何一个绘画用品专卖店都有画纸板出售。画纸板是一块涂有白底的画布，它被粘胶固定在一块坚固的厚纸板上。标准尺寸的画纸板可以放入画箱。另一种价廉物美的画底是具有画布结构的纸，就像绘图纸一样可以购买一本（本书中提供的例画许多都是画在这种纸上的）。以后您也可以画布，即绷紧在画框上白色打底的亚麻布。如果您购买木框和画布，自己把画布绷到木框上，就较便宜。若您更喜欢在平滑的表面作画，可以使用硬质纤维板，用白色乳剂打底。乳剂有瓶装或罐装的出售。

画架

画架非常实用，但并非不可缺。画架有一个木制的框架和两个夹具构成，它们使画底保持垂直。夹具可以根据画布的规格和作画者的身高调节。如果您不想花钱买画架，当然可以即兴安排。例如可以准备25毫米厚

的木质纤维板和几个钉子，当钉头敲进画布各边外侧后，固定整块画布的位置，然后把纤维板垂直放置于桌子或椅子上。当然您也可以把画底用粘胶带固定在木质纤维板上。

画箱

能放置绘画用具（包括调色板）的多格木制画箱适合保存和携带。

调色板

一个木制的画箱里常含有一个木制的调色板。调色板要用亚麻籽油多次涂抹，使表面变得光滑、光亮，不沾颜料。油干了以后，软管颜料不会再渗入，调色板更易清洗。当然一个纸制的调色板更实用。它看上去像一本笔记本，但它的纸张不吸油画颜料。标准尺寸的纸制调色板可以放入画箱。

其他用品

给松节油和亚麻籽油或一种其他调色剂准备两个油壶。要养成习惯，绘画时用无绒毛、吸水强的布作修改。另外还要准备好手巾纸或旧报纸，当您用松节油清洗画笔后，可用它们擦画笔。

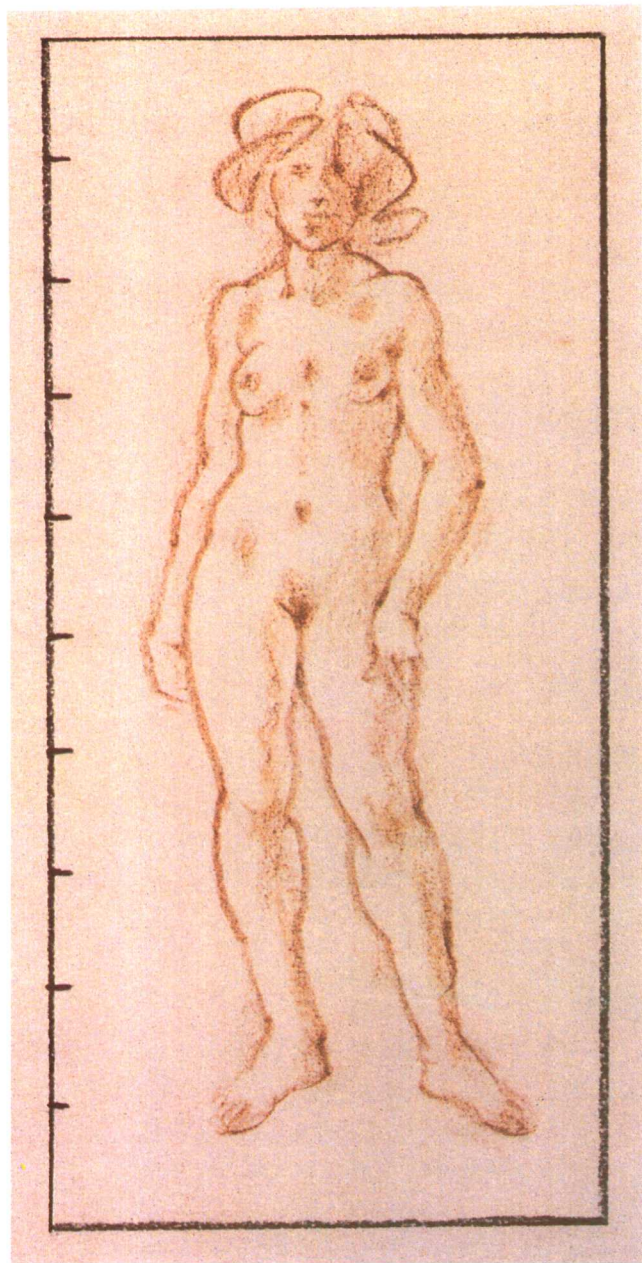
家具

为您的模特准备好一把舒适的座椅或沙发，并非很多人能长时间站立。如果您在画架前作画，大概是站着的，而模特则坐着或躺着，这样您就不能平视。因而职业画家常常为他的模特准备一个基座。它可以是一个木制的平台或箱子，约膝盖高度，大小以能在上面放置一把大的座椅或沙发为宜。

光源

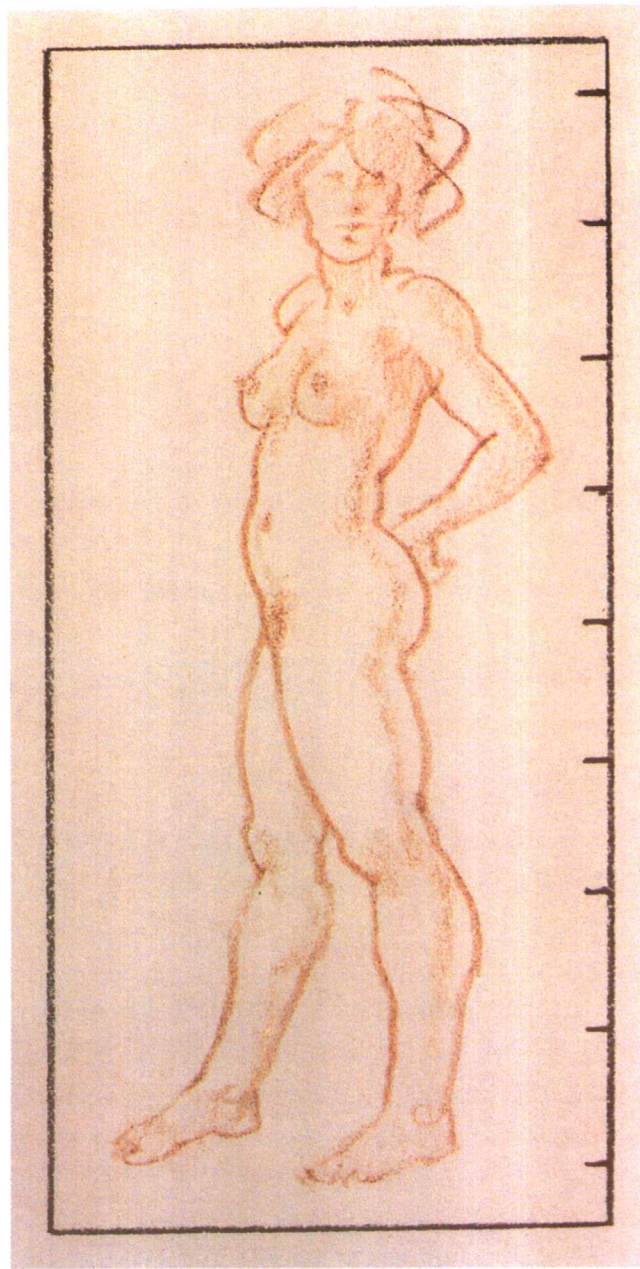
如果您的画室有大的窗户或有从上面射入的光线，那就不需要补充光源了。大部分画家最喜欢在自然光下作画。如果您需要人工照明，决不能购置用于摄影室里的聚光灯，它们太刺眼，而且产生灼热。普通的落地灯、台灯或建筑师使用的灯会提供“更自然”的光。若您想使用荧光灯，一定要选择散发暖白色光的荧光灯。

人体的比例



正面

模特的形体都不同，但绘画时记住标准人体的比例会有帮助。大部分画家以头部作为测量标准，把人体分为八个部分。躯干从下颏至耻骨大约为三个头部的高度，其中下颏至胸部为第一个三分之一、胸部至脐孔为第二个三分之一。大腿和小腿各为两头长。女性臀部的宽度约为两个头部的高度，肩膀略窄。



侧面

人体侧面的比例和正面是一样的。乳房位于上臂的中部，臀部下侧边缘正好处于人体中部。大腿和小腿约各为两头长；臂膀比腿部稍微短一些。脚约为一头长。从侧面看，人体当然比从正面看苗条。

画头部



正面

与人体一样，每个人头部的比例也不尽相同，但是记住标准头部的比例会有帮助。头部是个椭圆形，形状似蛋。头部的高度约为它宽度的1.5倍。头部的中间相当于“五个眼睛的宽度”，请看素描上五官的位置。双眼之间及眼睛和面颊间的距离与眼睛的宽度一致，鼻底约为一个眼睛宽。



侧面

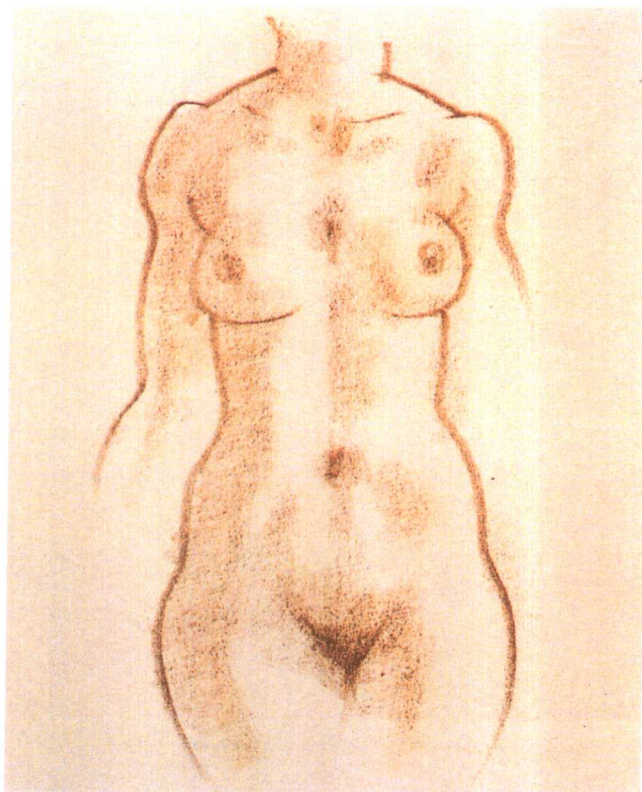
从这个侧面看，眼睛约位于头部或脸部的中间，与正面看上去一样。而鼻尖并不处于眼睛和下颏的正中间，双唇也并不位于鼻子与下颏的正中间。上颌骨的角度与鼻底处在一条线上。从侧面看，头部的垂直尺寸和水平尺寸是一样的。请注意额头和后脑，初学者常常能正确把握额头的高度，但却完全忘记了后脑。



画躯干

正面

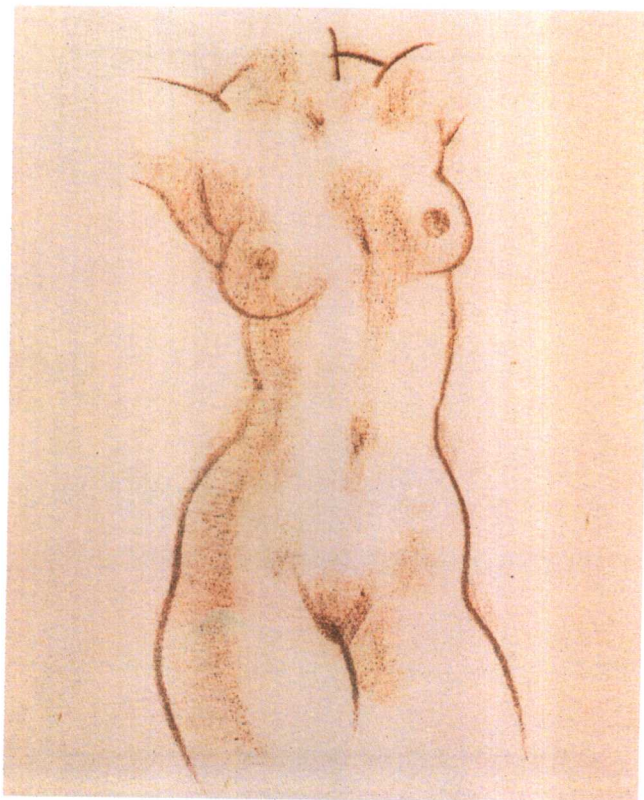
躯干从颈窝至耻骨大约为三个头部的高度，其中颈窝至胸部、胸部至脐孔以及脐孔至耻骨各占三分之一。躯干最宽的部位是臀部，它的宽度约为两个头部的高度，略宽于肩膀。请始终注意那条中心线，在这幅素描上它显得很弱。这条中心线连接颈窝、中乳沟、脐孔和耻骨，它对理解人体的动作和比例具有重大意义。



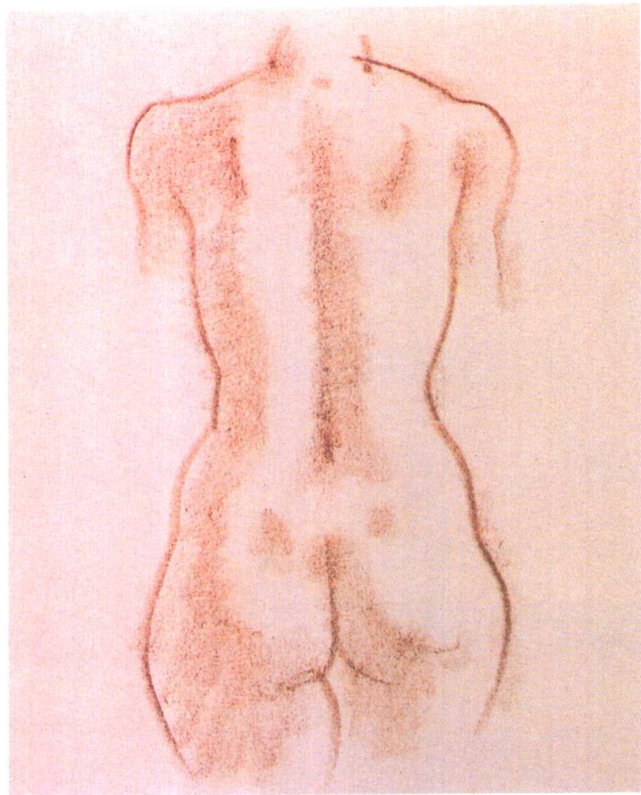
正面的相对姿势

如果模特把重心放在一条腿上，身体略弯向一边，那么人体某些部位的比例会有变化。承重腿上面的臀部微微上扬并向外突出，而另一面臀部较低，不明显。双肩则作反向运动。

连接颈窝、中乳沟、脐孔和耻骨的中心线略微弯曲。人体的比例总体上保持不变。躯干的长度为三个头的高度，臀部的宽度为两个头的高度。人们把这种姿势称为相对姿势。

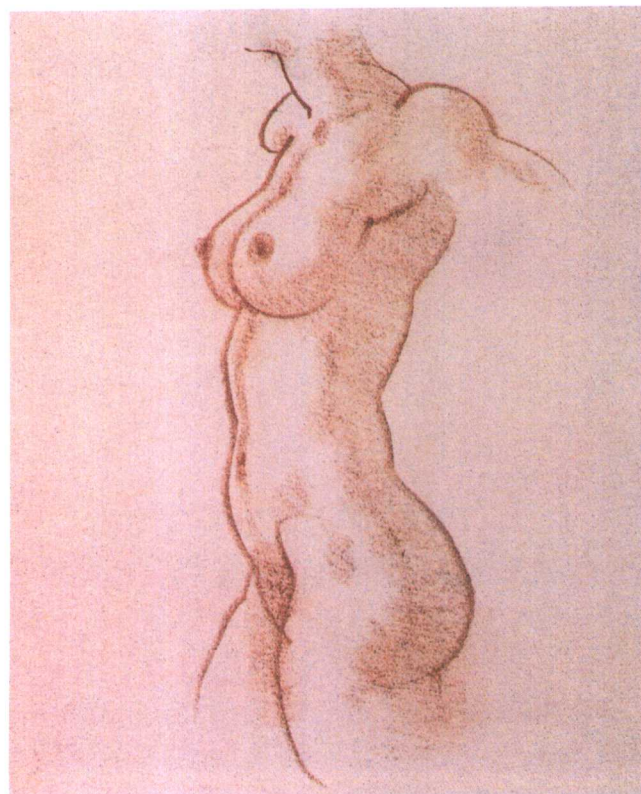


画躯干



背面

从背面看，人体的比例没有变化。从脖颈线到臀部正好是三个头部的高度，尽管臀部下侧边缘比耻骨的位置更低一些。臀部最宽处为两头高，而肩膀比臀部略窄。脊柱延伸方向与前胸的中心线一致，它从最后一块颈椎骨开始到骶椎为止。



侧面

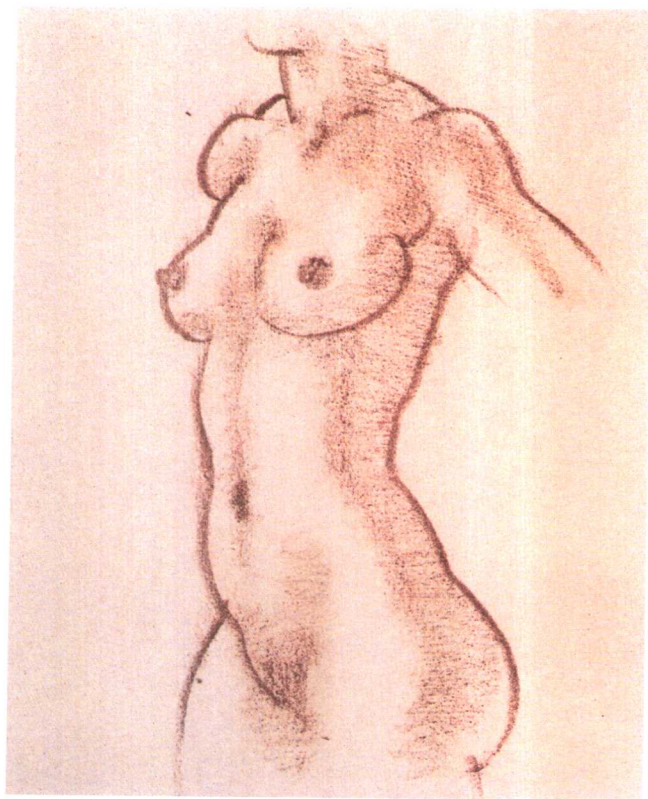
从侧面观察躯干，仍可以看到中心线，它有助于我们估计人体的比例。中心线从前胸颈窝开始，经中乳沟、脐孔延伸至耻骨。研究一下素描上人体的姿态：她的上身和下身向相反方向突出，乳房向前，臀部向后。躯干的长度仍为三头高，但从这个侧面看较苗条。



画躯干

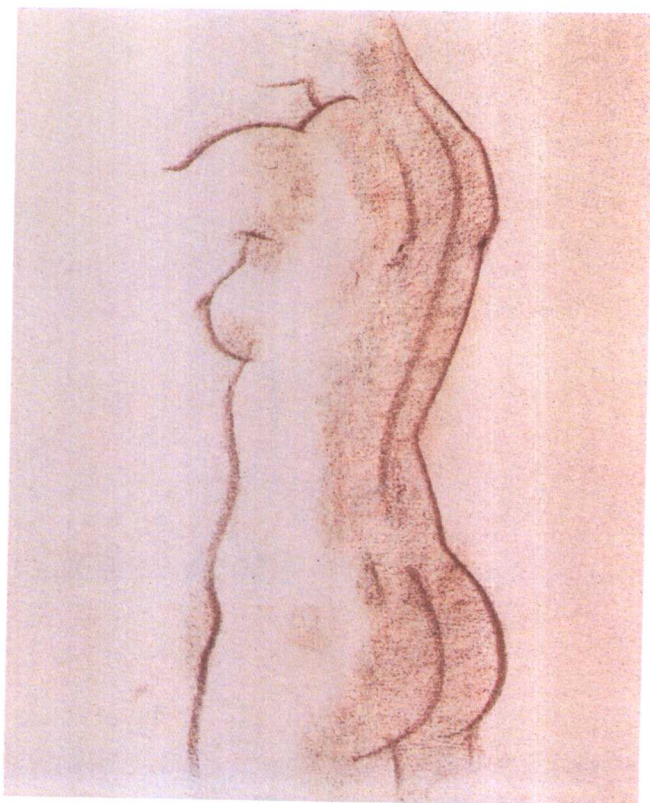
四分之三（正）侧面

从四个不同的角度研究人体的躯干后，您应该已熟悉人体的比例和中心线了。在观察躯干形态时，应把她们想像为圆形或椭圆形。这种圆形表现在肩膀、乳房、腹部和臀部。乳房更接近椭圆形，乳晕不在正中间，而是偏向侧面。这一点在第10页上方的躯干正面图上可以清楚地看到。

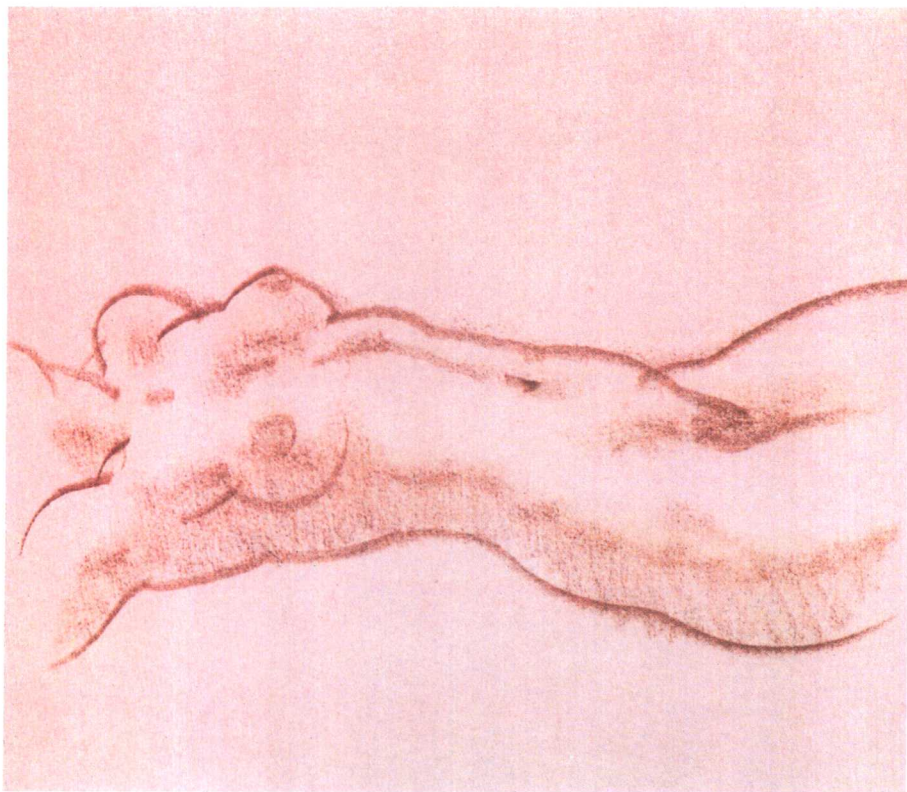


四分之三（背）侧面

从背面的四分之三侧面观察，脊柱成为中心线，它在肩部向外，在腰部向内弯曲。脊柱在一条线上延伸，划分臀部。这条S型曲线伴随着躯干上下部分弯曲。初学者常会忽略腰椎向内弯曲和躯干上下部分的两度弯曲。因此，请始终注意中心线。

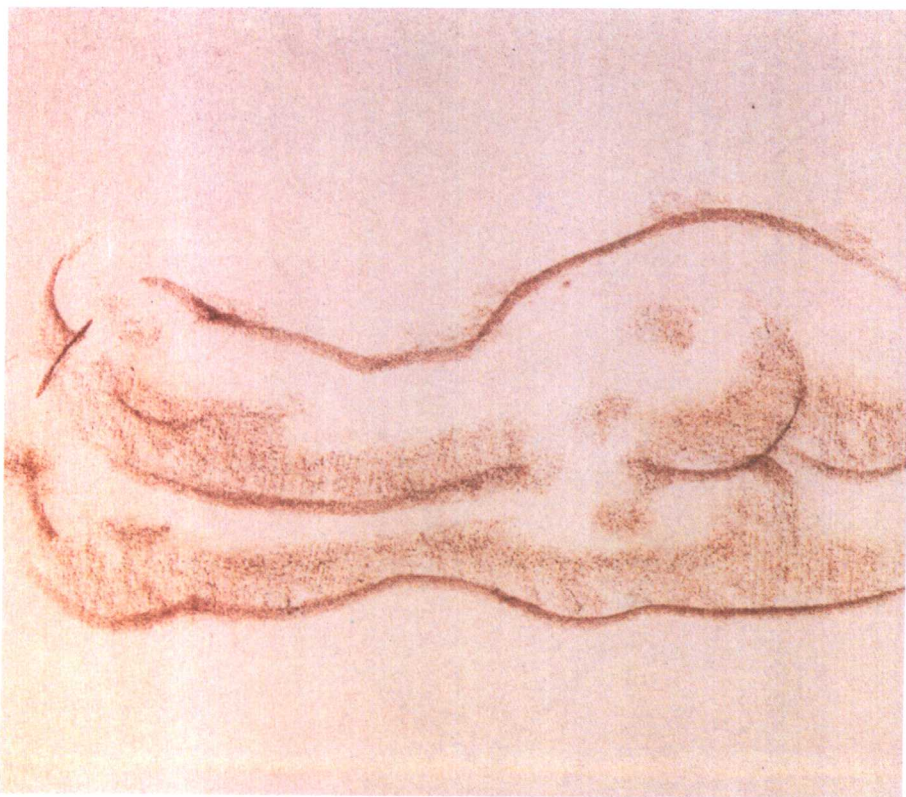


画躯干



人体卧姿

人体仰卧时，乳房下垂、变平坦，而胸部明显凸起，腹部收缩。弯曲的中心线伴随着身体的姿态起伏。熟悉的椭圆形仍在双肩、乳房、腹部和臀部清晰可见。模特处于卧姿是非常放松的，因此体态也放松、妩媚。这个姿势可以保持较长时间。



人体卧姿背影

若模特侧卧，背部面对观察者，被压在下面的臀部趋向平坦，而上面的臀部则明显突出。S型曲线仍可以看到，但弯曲不明显。从这个角度看，上身、臀部形状似蛋。大腿内侧的曲线同样是弧形。

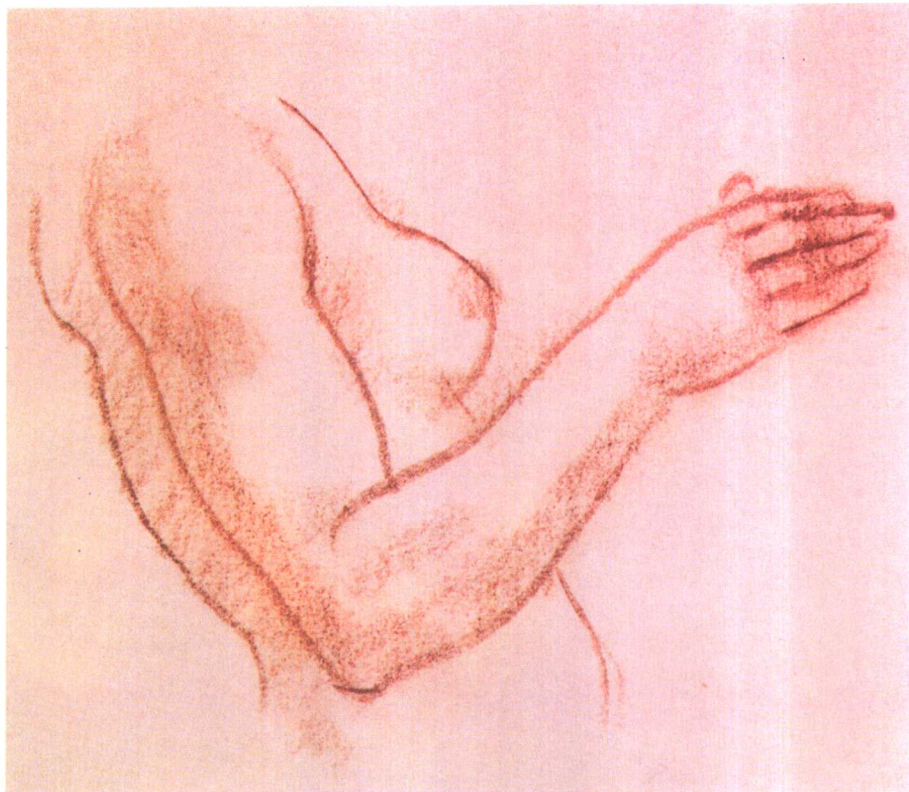
基础



画胳膊

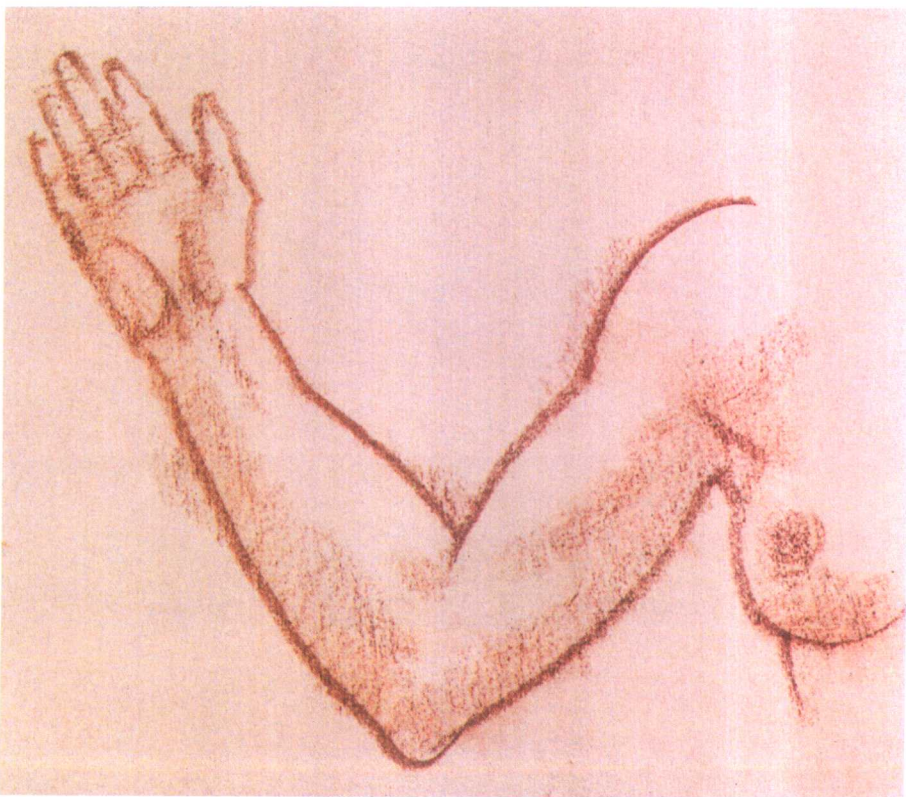
正面

上臂和前臂基本上同样是长度，而手的长度是前臂的一半。从这个角度看，肩膀明显像蛋形，上臂的其余部分也是椭圆形。另一个椭圆形可以在前臂的隆起处看到，它延伸至手腕，手指的长度为手的一半。初学者常把手的上半部分画得太短。

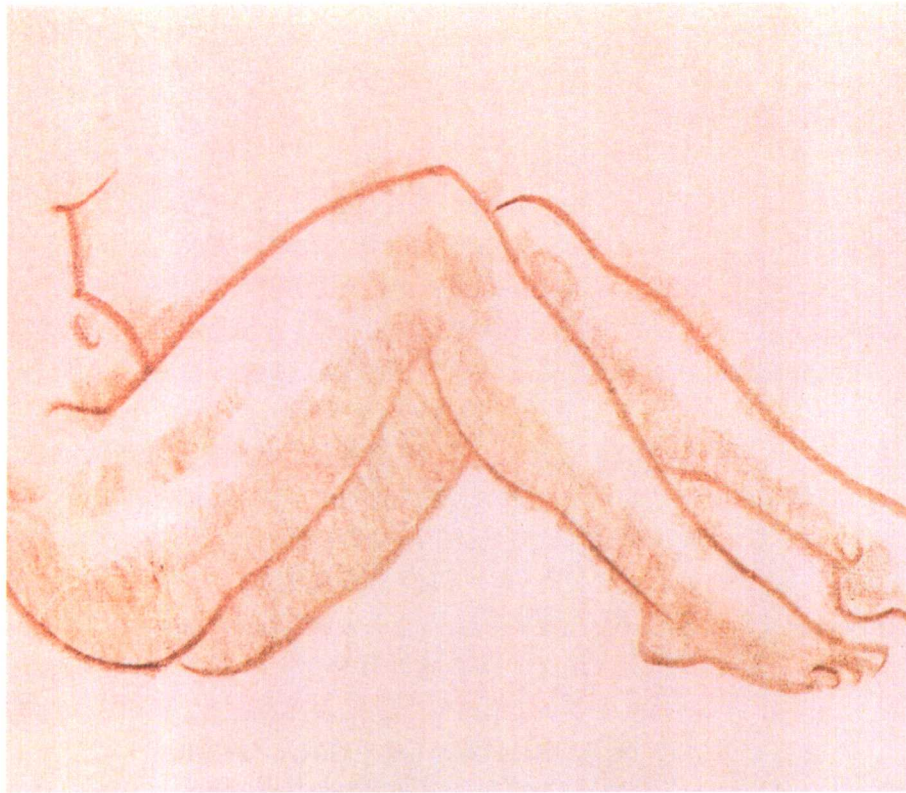


反面

从这个角度可以看到，上臂固定于胸肌，而胸肌又与胸部相连。肩膀的圆形逐渐变为上臂肌肉的蛋形。您可以清楚地看到，上臂和前臂长度基本相同。手指从手的中间开始生长，拇指比其他手指长得略低，不要把拇指画得太长。尽量把手指画成几个连在一起活动的圆柱形。手指不能指向不同方向。

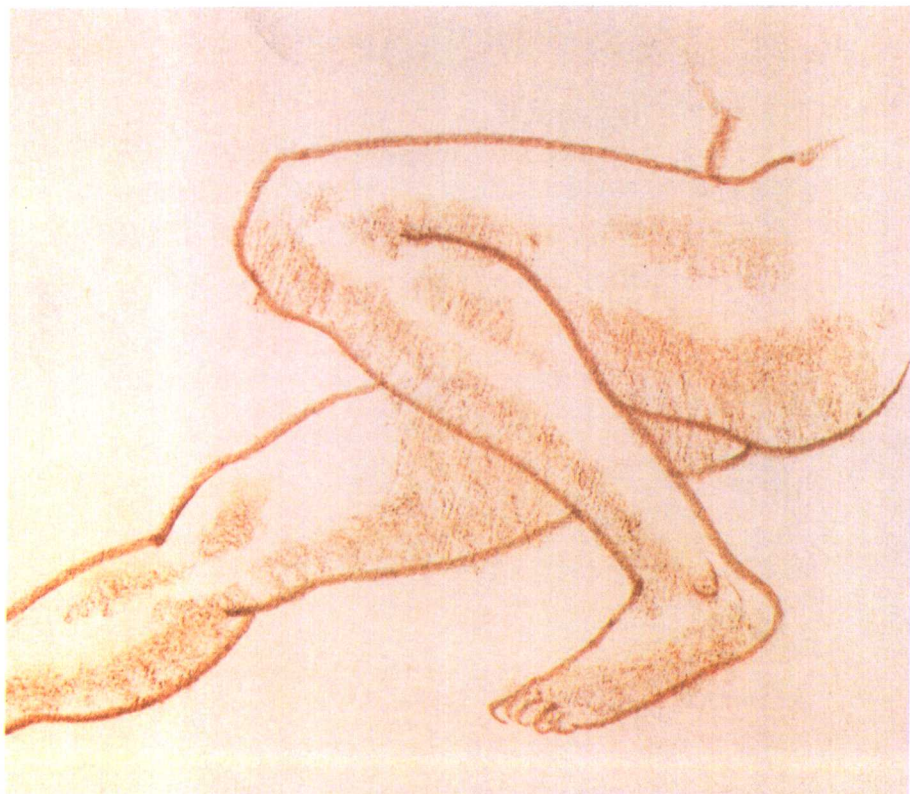


画腿部



正面

大腿和小腿的长度相似，约为两个头部的高度。臀部的圆形逐渐过渡到腿部的椭圆形。腓肠肌又似蛋状，这种形状朝踝骨方向逐渐收缩，最后变成圆柱形。脚长约为一头高，有时稍微短一些。脚后跟有自己的形状，它逐步过渡到脚的主体部分。脚趾处变宽，它们同样可被视为多个椭圆形。



后面

大腿的内侧也是蛋形，别忘了画大腿的弧形。大腿结束于膝盖弧形，它过渡到腓肠肌的椭圆形。素描上还出现了另一条腿的正面，它的小腿弯曲，腓肠肌紧压大腿，这个姿势突出腓肠肌的弧形。作画时别忘记清晰地表现臀部至大腿的过渡，但尽量把大腿和臀部视为互相关联的形态来刻画。

构图

模特姿势的选择

请记住，模特的姿势必须让人感觉自然，所以一个简单的姿势往往是最好的。如果模特站着，她的双脚必须着地，以便她能不费劲地保持这个姿势。

别要求模特作一个舞蹈动作或摆一个艺术性的姿势——这样的姿势模特不能坚持很久。坐姿能保持较长时间。您可以让模特自己选择一个舒适的状态。对模特来说，卧姿当然是最简单的，因为她能完全放松。您与模特商量后无论选择哪种姿势，都应给她时间准备，直到她感觉已放松并有把握为止。

请永远记住，模特感觉良好的姿势并不一定非要愉悦他人。如果您的模特找到一个舒适的姿势，那么她的惬意、自在、宁静会在您的画中体现出来。若她感觉拘谨，那您的画会有同样的效果。换句话说，如果您在作画前对模特的姿势已有一个具体的设想，您还是应和模特共同选择一个适合她体格和性情的姿势。

光源

大多数情况下您大概是在画室的自然光源下作画，如来自窗户或从上方射入的光线。下面几页您能看到使用各种光源的范例。

让您的模特在工作室里走动，这样您可以看到不同光线的效果。刚开始时最好用斜射进来的光，因为这样作画最简单。当您用这种光线已积累了一定经验后，可以再试着用来自前面、后面和侧面的光线，这当然会难一些。

如果您用人工照明工作，当然可以移动光源。就像模特的姿势一样，照明也应尽量简单。用人工照明作画，不应把模特用光源包围，否则就无法区分明暗。

光源的放置应以能使灯光从一个侧面射出为宜，也许在对面再放一盏灯，这样阴影不会太深。要选用白炽灯泡或暖白色的荧光灯，绝对避免用刺眼的冷白色的工业荧光灯。

室外光线

当阳光从一个侧面射来而且前面也有一些光线时，最易工作。经过一阶段的练习后，您可以试着用正面光或逆光作画。如果您清晨、上午、正下午或日落时作画，能获得室外最佳的光线效果。中午的时间不合适，因为太阳从上面直射下来时，明暗的对比度太强。

您也完全可以挑选一个阴天作画，那柔和的、强烈散射的光线能产生一种特殊的效果。

背景和道具

无论您在室外还是在画室工作，您的模特总被四周墙体的形状和色彩还有鲜花、家具、树木、地面和天空所包围，这些背景要素构成画面的一个重要部分。请仔细关注它们：选择衬托模特皮肤和头发的色彩，避免那些把注意力从模特身上引开的、令人迷惘的细节。蓝色墙体或浅蓝色窗帘或绿色树叶这种冷色作背景会赋予模特的皮肤温暖的色调。用豪放的笔触描绘周围环境，简化树叶的纹路和结构，把精致的细部处理留在人体部分。挑选一个与模特对比度强又能衬托模特的背景。一个深色的背景色彩会强调人体的明部，一个浅色的背景能突出阴影，特别是当光线来自后方，正面大范围处于阴影时。背景色彩应比主题深暗，这样皮肤显得温暖、充满活力。如果模特是坐在椅子上或躺在沙发上，那应挑选非常简单的家具。避免图案醒目的靠垫。有经验的人体画家经常收集价廉物美的深色料子，用它们布置想要的背景。例如模特可以坐在或躺在一条旧的浴巾或床单上，或者用布料装饰位于模特身后的屏风。

自然最重要

避免过分突出模特魅力的僵硬姿势。同样，不能过分强调细部，如睫毛、红润的嘴唇、粉红的面颊或涂有指甲油的手指或脚指甲。一般来说，模特淡装最佳。总之，要避免任何一种夸张。