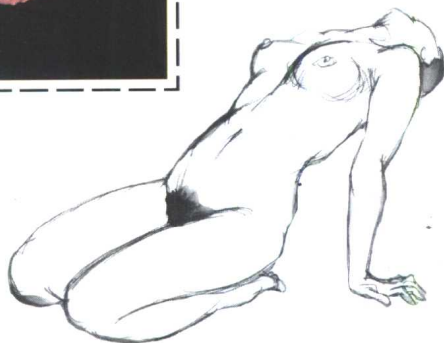
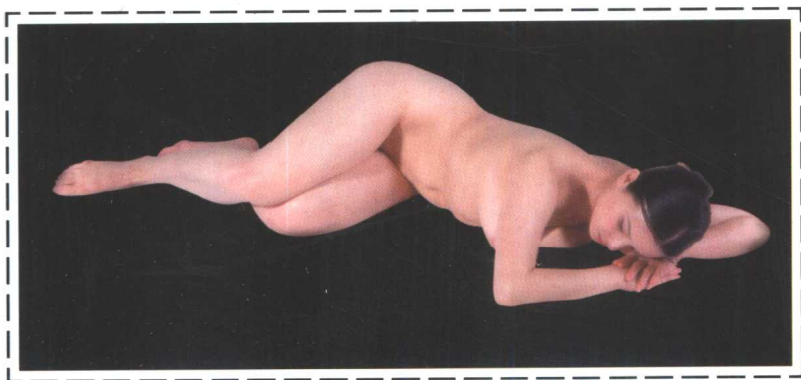


人体速写原理及技法

肖桐 张茂华
浩明
舒昊 唐可

编写
摄影
绘画



人体速写原理及技法

肖桐 张茂华 编写
浩明 摄影
舒昊 唐可 舒欣 绘画

南海出版公司

人体速写原理及技法

文字编著 肖桐 张茂华
摄影 浩明
绘画 舒昊 唐可 舒欣
责任编辑 吴丹
封面设计 吴丹
出版发行 南海出版公司 电话:(0898)5350227 5352906
地址 海口市机场路友利园大厦B座3楼 邮编:570203
经销 新华书店
印刷 北京新华彩印厂
开本 787 × 1092 毫米 1/16
印张 4.725
字数 15千字
版次 1998年1月第1版 1998年5月第2次印刷
印数 10001~20000册
书号 ISBN7-5442-1077-4/J·61
定价 29.80元

南海版图书 版权所有 盗版必究

目 录

序言	1
画家话速写	3

第一部 人体速写技法述要

1. 要抓住感觉最强之处	8
○观察的技巧	9
○先从侧面观察, 较易理解人体的态势	12
2. 用线条进行充分表现	16
3. 流动感的表现	17
4. 变形的技法	18
○整体均衡——变形的要领	20
5. 如何把握量感	23
6. 如何表现质感	25
○用线条表现人体各部位的强弱	26
○用不同的色调可以增加人体质感	26
○流畅线条与间断的线条之对比	26
○用线描表现质感	26
7. 如何表现空间	27
○注意肩和腰的位置	27
○不能使用模糊的线条描绘人体较远处的形态	28
8. 如何寻求动势	29
○从人体姿势中找出大的动势	29
○表现人体动势要找出其形态对比	30
9. 明暗调子的运用	31
○用重复笔触表现深度	31

第二部 关于人体姿势

1. 立势 (正面).....	32
2. 立势 (背面).....	33
3. 立势 (侧面).....	34
4. 立势 (静态).....	35
5. 立势 (动态).....	36
6. 坐势	38
7. 坐势和靠势	39
○坐势的特征	40
8. 坐势	41
9. 卧势 (侧卧).....	43
10. 卧势 (扭曲状).....	45
11. 卧势 (流动的曲线状).....	47
12. 卧势 (对手足动作的描绘可以丰富画面效果).....	49
13. 卧势 (通过手臂动作增加画面效果).....	50
14. 跪俯势	52
15. 抱膝势	54
16. 半蹲半坐势.....	55

第三部 人体速写的表现技法

1. 描绘细微动作变化以丰富画面效果	57
2. 手贴近脸时的人体姿势	58
3. 两手交叉时的人体姿势	59
4. 描绘手臂动作以表现人物情感	62
5. 如何用视线来表达人物情感	64
6. 利用逆光的技法	66

序 言

人体，几千年来一直被人类作为美的对象来研究、认识和表现。人体作为造型艺术的重要对象，一直为古今中外的艺术家们所讴歌和记录。从远古的岩画、古希腊的裸体运动员雕像到克里姆特、弗洛依德的现代人体画，从中国的敦煌壁画到日本的浮世绘，无不可以看到人体千姿百态的身影，各个时期都不乏杰出的大师和作品。

人体，尤其是女性人体的曲线之美，使人类对人体形成了以S曲线变化为核心的共同的审美情结。任何人体艺术，尤其是女性人体造型都很难离开S曲线。如人体的背面，从头部到颈部有一种凹进的弧线，接下去，在双肩处有一种外伸的倾向。而从胸廓伸向臀部，则有两条约双曲线，它们在大腿上面又是一个外伸的倾向，然后下降到脚踝，这一系列微妙的起伏再由光与影的分布，从而构成了一幅美妙动人的画面。由此我们不难理解，古希腊人认为万物中唯有人体最匀称、最和谐、最庄重和最优美，也不难理解在人类的文明史上，曾经有过母系社会对女性的崇拜，在2~4万年以前就出现了女性裸体艺术品。

从人体结构的分布，我们可以处理为上下、左右、前后的整体关系，也可以理解为整体与局部的协调统一，可以感受到曲与直、方与圆、软与硬的对比与和谐产生的韵律、节奏关系。人体的任何一个动作变化都不是孤立的，它们都将涉及到全身整体的变化，这种变化不仅体现外部形体的丰富多彩，同时表现着人的内心体验和精神本质。我们把人体作为美术训练的基础来研究，能使我们得到比较全面、系统、综合的训练，其意义和作用是不可低估的。正如毛泽东同志在1965年指出的：“男女老少裸体模特儿，是绘画的基本功，不要不行。”

人体富有变化，特别是裸女表情很丰富。所以，本书对在速写画的学习中，画人体态势的基本功最为合适。本书以速写为主，素描为辅，阐述了女人体速写法。全书以简洁的线条，紧紧抓住栩栩如生的人体动态，突出了形体的质感和量感，并使读者从中了解到各种姿势的人体结构的美。

本书以范画为标本，通过视点、采光、姿势的不同变化拍摄了表现同类姿势的照片。通过这些照片的比较与分析，对于速写中的夸张和省略、以哪个部分为中心作画等问题，读者会一目了然，并且通过图解和文字说明，对速写画技法、观察时的要领等都作了具体介绍。

通过画家的作品，读者从中可以看到生动活泼的线描和人体细腻的情感表现，对速写颇有参考价值。通过各种画具画出的范画，读者会对作画工具知识有更深入的了解。



画家话速写

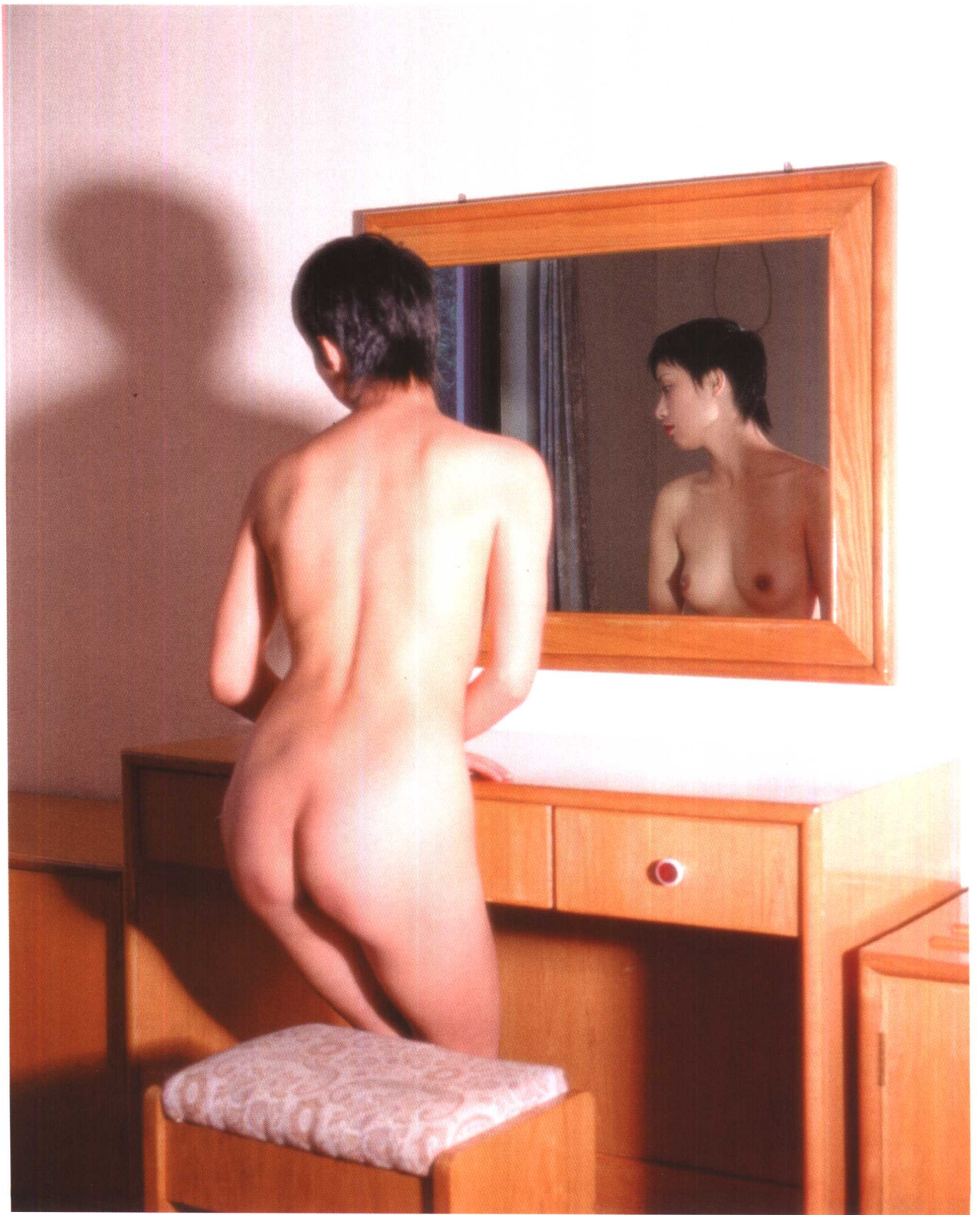
我认为，速写画就是在短时间内迅速地抓住对象的本质，并掌握其形体结构、平衡、动势、节奏感、中心轴、重心等要素而作画，这点很重要。

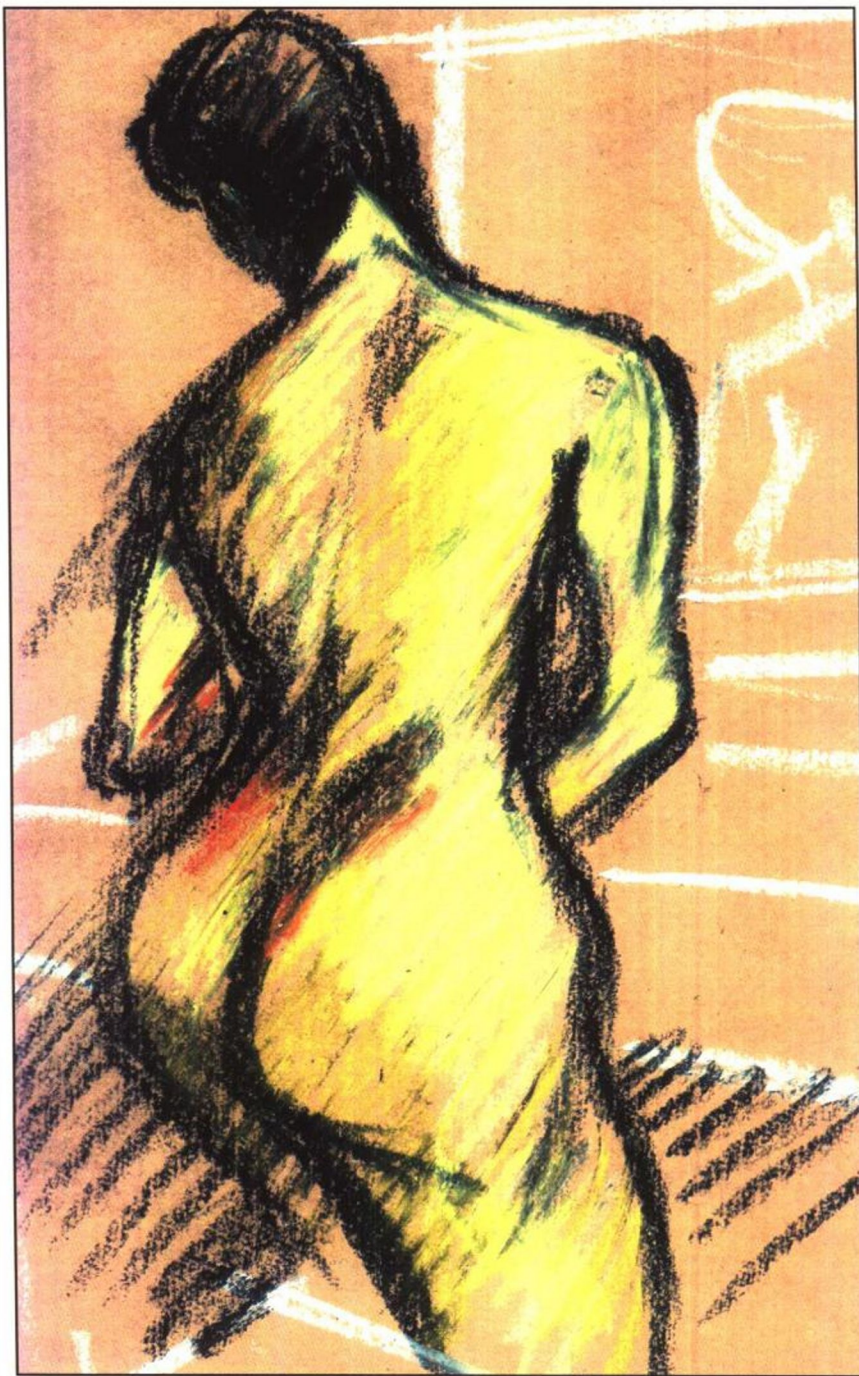
希望作画时打破旧框框，避免概念化，不要沿袭旧的画法，要画得富有新鲜感，实质感和空间感。速写画之美，就在于其黑白（或其它）色调的协调，线条美，并富有新鲜的生命感。

我之所以喜爱画人体卧势，是因为在这四方形的画面中，通过人体各种自由潇洒的形态能给人以不可思议的魅力。

— 获 太郎



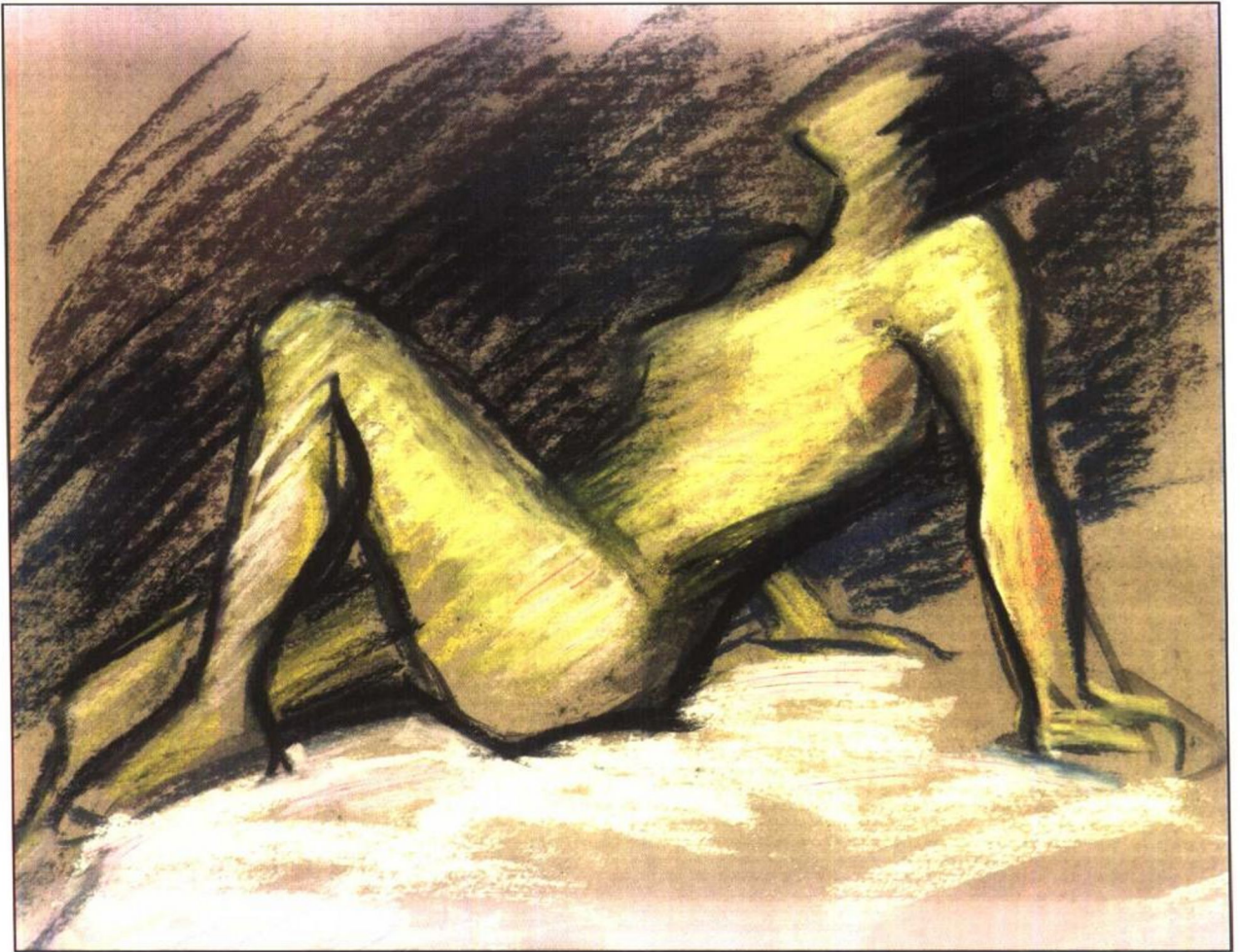




所谓人体速写就是指“短时间内对人体进行写生”，即在20分钟，或5分钟内连续描写，类似摄影中的“快照”。速写画并非是大作品的说明图，只因这点，它才具有独特的价值。就绘画而言，能直接了当地抓住其要害，就抓住了画的精华。在速写中直观地捕捉对象栩栩如生的动感比什么都重要，此外还要使作画的手练习到当接受大脑发出的指令后能正确地进行动作的程度。为达到上述要求，作画前应进行深入细致的观察和练习。

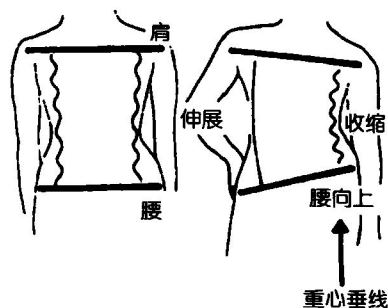
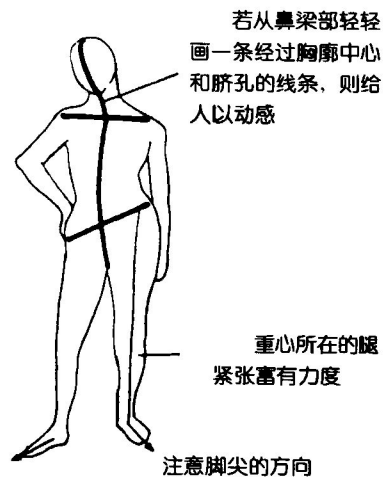
— 黑田赖纲





速写与写生、素描很相似。说得通俗些，速写也许能译作“快速描写”。但这并不是只要快速描写就行，而必须是用简练的线条和简洁的调子去描绘，并能表现出人体的量感、节奏感和人体的轮廓等丰富的内涵。为此首先必须致力于素描技法，并要准确而迅速地把握住对象的本质，这点很重要。此外，速写画还要达到如下目的，即在短时间内描绘出富有动感而又不可能持续长时间的、动作难度大的人体姿势。

—— 西村愿定



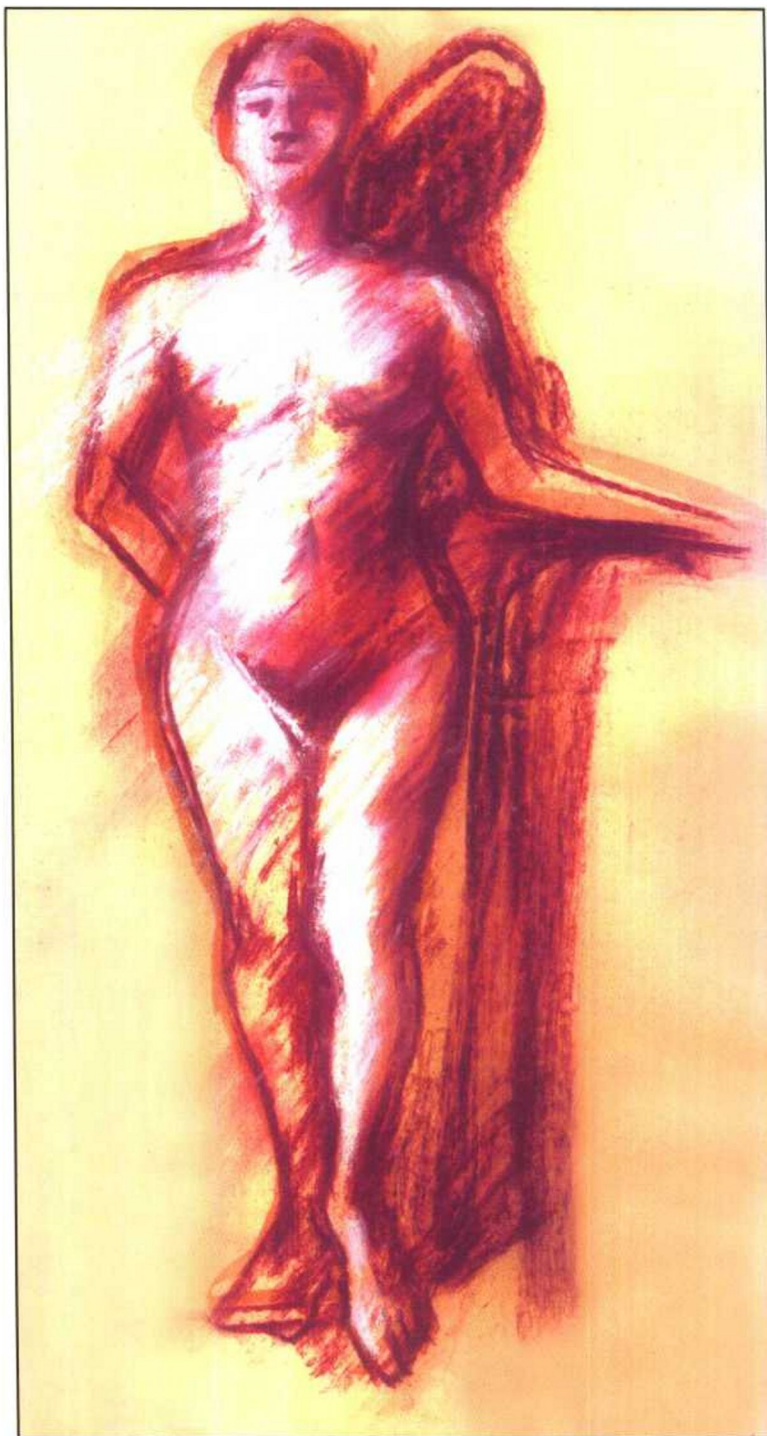
第一部 人体速写技法述要

1. 要抓住感觉最强之处

尽可能简洁有力地抓住对象的本质作画, 是速写画的第一大要点。不要迷惑于复杂纷繁的细节, 而应将感觉最强的部分立刻画出来。因此画速写时必须一边概括地观看整个人体, 一边留意寻找人体的重心要素、流动感以及人体腰部细节这样的要点, 并大略分出明暗调子。

这幅画用精妙简练的细线条洒脱地表现了人体, 用淡笔触极随意地涂抹后构成了一副漂亮的画面。涂抹的效果和微妙色调的变化来自于经验和观察, 给人以美的感受。

人体本身是一个复杂的连续形体, 而迅速地将其整体作为一个形状来描绘就是速写的本质和功力之所在。要在短时间内确定人体整体及各部位的位置, 再大胆果断地将其简练化, 需要敏锐有力的眼光和不断积累经验。可以说, 作者观察得越细致, 则速写越会栩栩如生。但是, 如果观察需要的时间过长, 就不是速写了。



● 观察的技巧

为帮助你训练快速抓住人体特征的能力，以下要领值得铭记和体会。

注意确定人体重心。

如图所示，肩和腰各往相反方向倾斜。重心所在侧的腰向上，而肩则相反(向下)。

观察人体中心线的动势和肩腰的倾斜。若从鼻梁部轻轻画一条经过胸廓中心和脐孔的线条，就可看出人体的动感。

重心所在的腿肯定比另一条腿紧张而富有力度。

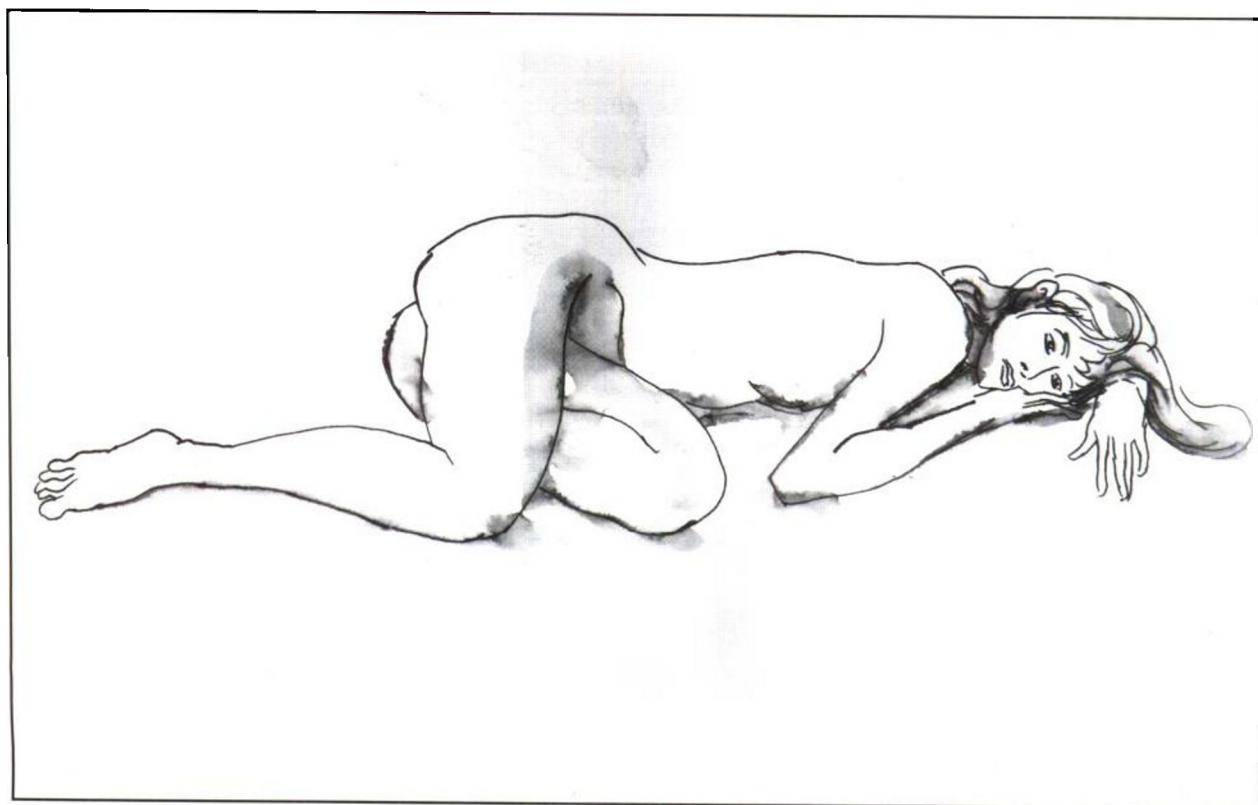
留意脚尖的方向也有助于把握人体态势。

侧卧时，注意腰骨的位置比较清晰。

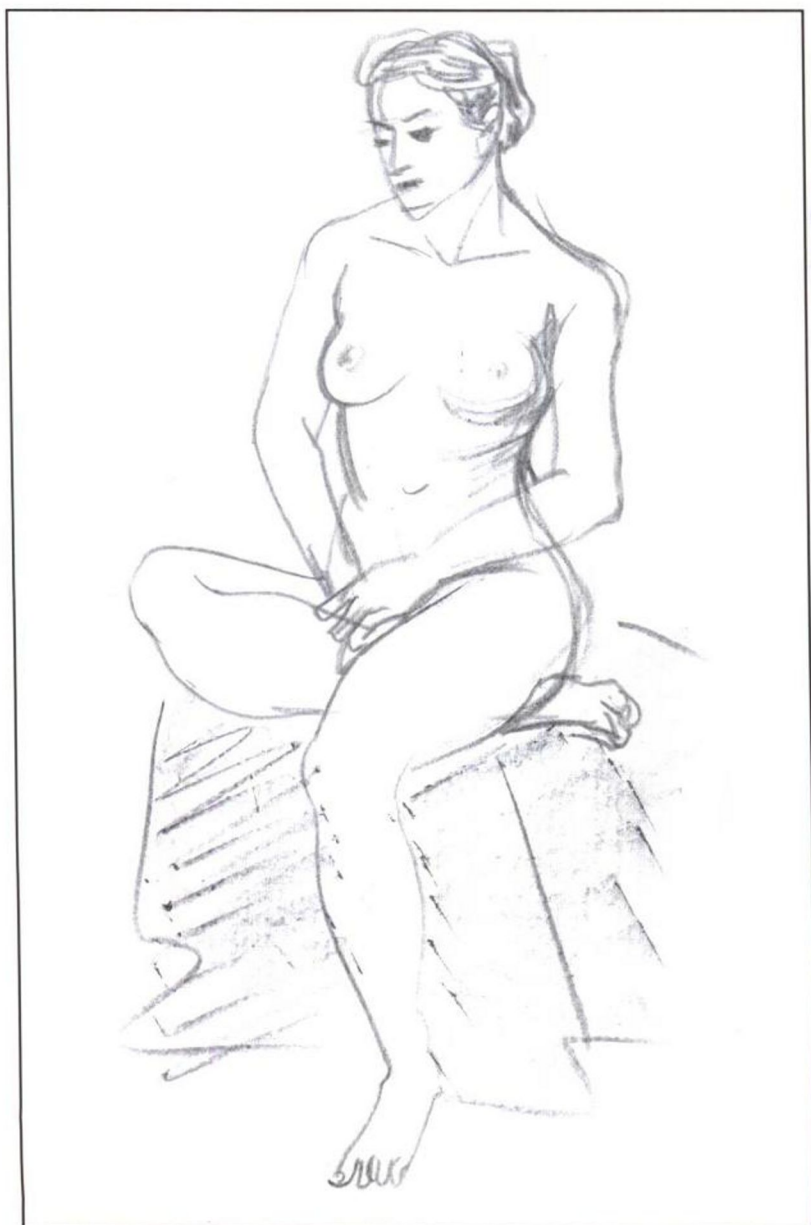
注意腰部和肩部重心悬垂，往上突出，连接这两个部位的肋腹线应画得流畅、松弛。



这幅画的重点在于：虽然没有描绘背部的形态，但由于从肋腹部引向腰部的微妙线条，仍使读者对人体产生充盈的量感。



应该理解到，速写画的目的并不在于要说对象的形体，而在于让人感觉到对象整体的印象和美感，这点很重要，即把自己感受到的概貌自然而巧妙地表现在纸上。

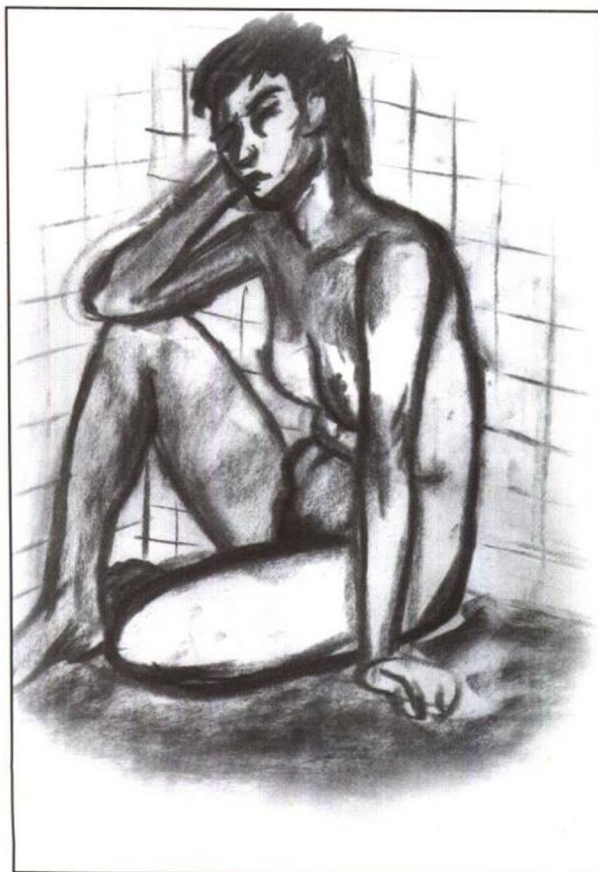
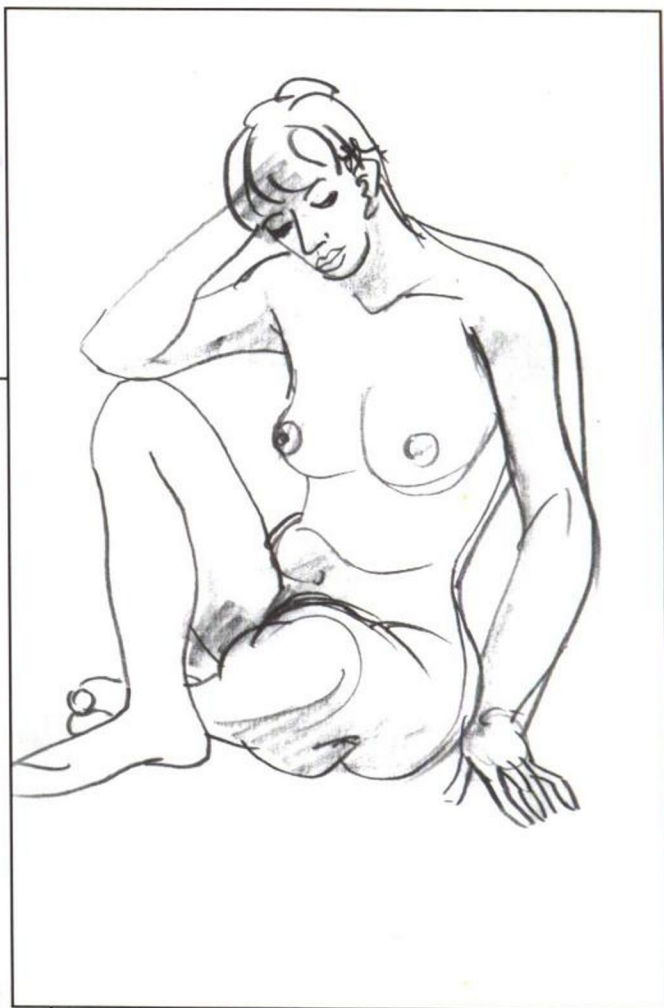


需要提醒的是，作画前要注意手的训练，让手作一些自由灵活的活动，以使手部能够充分放开。作画时不可拘泥细节描写，而要注意整个人体的动态氛围，然后果断大胆地作画。弃略细部、描绘总体，要学会这种观察方法。



●先从侧面观察，较易理解人体的态势

在正面观察女性身体时，初习者易被其胸廓与腹部的凹凸起伏所困惑，所以很难理解其造型结构。这时若从腹部和背部观察，则容易理解其骨骼和肌肉形状，即从侧面观察，就容易理解人体的态势。这点值得借鉴。



这幅画抓住了人体自然优美的动作，用清晰流畅的线条勾画出了人体的概貌和印象。该画出色地表现了手臂和腿所形成的节奏感与韵律。