



趙無極的 12 堂繪畫課



◎趙無極的 12 堂繪畫課—1. 少就是多

畫畫要「經濟」，也就是說要能從簡單裡看到豐富，從少裡看到多，但不是表面的多。換句話說，就是簡單裡要有東西看。

有的人功夫很好，可他畫的畫讓人看了累得不得了。他畫得累，看的人更累。好的畫，就算他自己畫得累，可別人卻看不出他累。就像林布蘭

(Rembrandt1606~1669)的畫，畫時並不是不累，但是人家看得不累，是精采的好畫。中國古代的好畫也是這樣，比如范寬（北宋，990~1020），他功夫很好，但你覺得鬆得很，看得很舒服；倪雲林（倪瓚，元末，1301~1374）也是，淡淡幾筆，卻表現了很多東西。怎樣既畫得簡單，又包含很多東西呢？

就是要「中肯」。如果中肯，力量就大，不中肯，擺了很多東西也沒用。你們畫畫總是注意小的東西，囉哩囉唆，我總是要求你們單純、再單純、簡單、再簡單。

※中國學生說想畫外國模特兒，趙無極說沒問題，就請法籍老婆馬爾凱坐在畫室中央讓大家練習速寫。



<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=641058732576447&set=a.209906399025018.66513.100000169777537&type=1&theater>

◎趙無極的 12 堂繪畫課—2. 看整體，不是看小趣味

畫畫其實不需要那麼多的理論，我覺得理論越少越好，只要能把眼睛和手結合起來就好了。然後要學會觀察和控制畫面，畫的時候一開始就應該整個來，不要一開始就找小趣味。比如畫人體，起稿時要把人體連同背景一起畫，不要單單地畫人體，否則關係不容易找到。

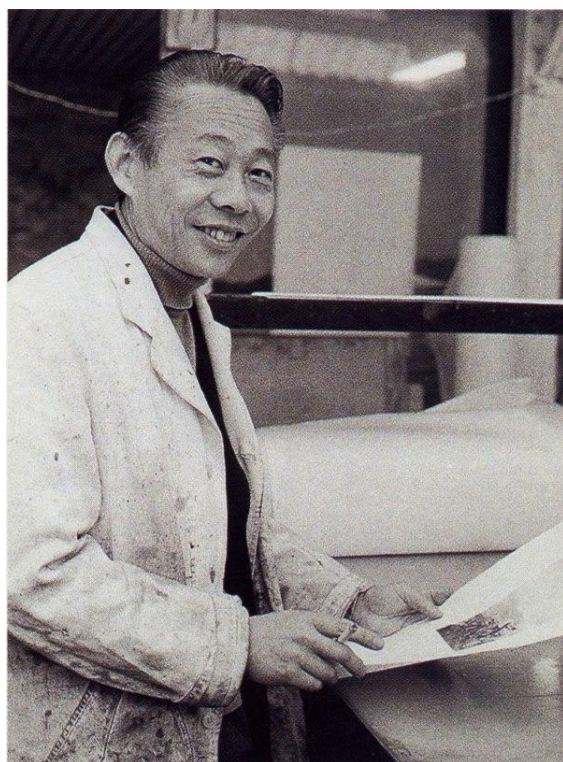
一筆動，整個畫面都動。這裡動，別的地方要呼應，要連起來畫。格局不打破，就根本沒辦法畫，非打破不可。

你們常會優柔寡斷，沒有信心。不要管它，畫下去再說。動一筆算不了什麼，「喇！」刮掉就行了。不要為了一筆好，讓別的將就它，這是個大毛病！

改畫的時候，也要整個改，不要將就一兩筆。看這裡一筆好，就照這個地方搞，這是不可能的事情。整個好，才是好！

有了整體後，再來求變化，但是要注意這個變化不要犧牲了整體的感覺，也就是說，要保持整體，在裡面變化。

※在版畫工作室裡的趙無極，點著菸看試印樣。(1974 年)



◎趙無極的 12 堂繪畫課—3. 重要的是節奏

要小心，到處都是一樣的效果，就沒效果了！

畫裡重要的是節奏，不要總是溫吞水。

有靜，有動，不能到處都動，動的太多，就要拿靜來陪襯。好像唱京劇，總是唱高調，就單調了。

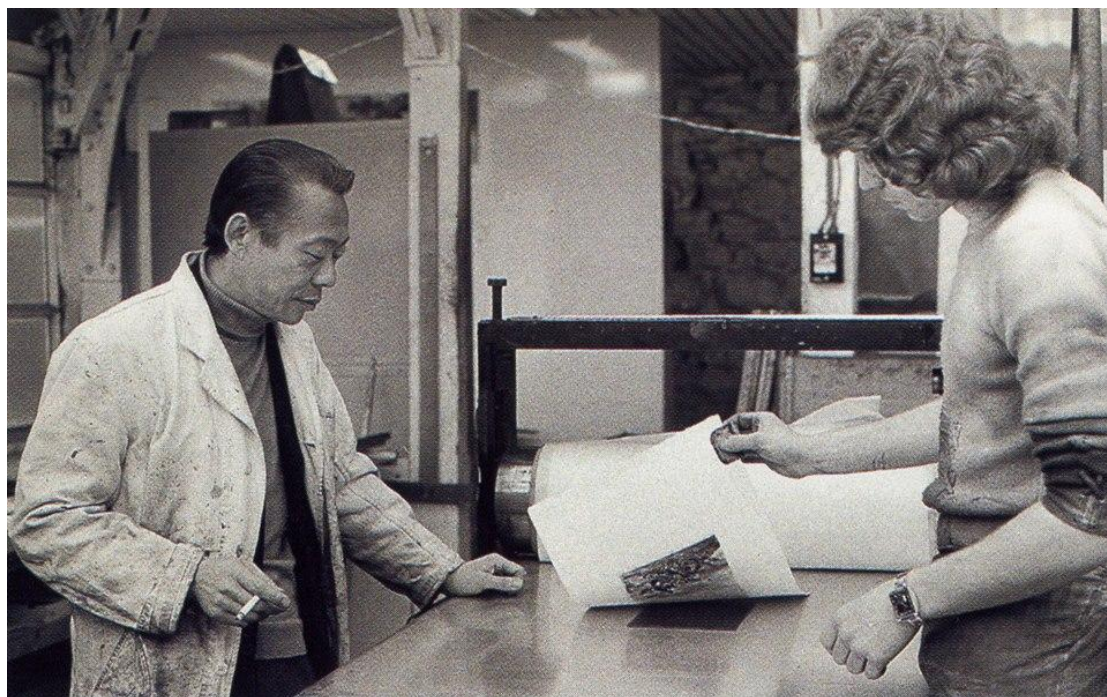
你看，這背景一靜，裸體就出來了。剛才那張人體的後邊太厚，人們的眼睛就會被吸引過去。

畫時各方面都有聯繫，不是畫布看布，畫人看人，要一起畫，不要把布和人分割開，它們之間都有連帶關係。

所有的畫，不是功夫好就能畫好，畫到一定的程度時，應當把功夫忘掉。

你們有功夫，但畫面到處都緊，緊得透不過氣來，應該有鬆有緊，比較得多，層次就多。你們畫的色彩卻又太簡單，要注意亮的地方不要都一樣亮，灰的地方不要一樣灰，深的也不要一樣深，那麼你們的畫面效果就變化無窮了。”

※趙無極覺得製作版畫常會有意外的效果，滿樂在其中。(1974 年)



◎趙無極的 12 堂繪畫課—4. 畫要能呼吸

你們一開始要做到簡單，再從簡單之中慢慢豐富起來，豐富之後再把不要的東西去掉，這就是畫家本身怎樣選擇的問題。

構圖最重要的就是空間關係，假如沒有空間，你的畫就鬆不了，動不了。

空間關係多就活，不然的話就呆。

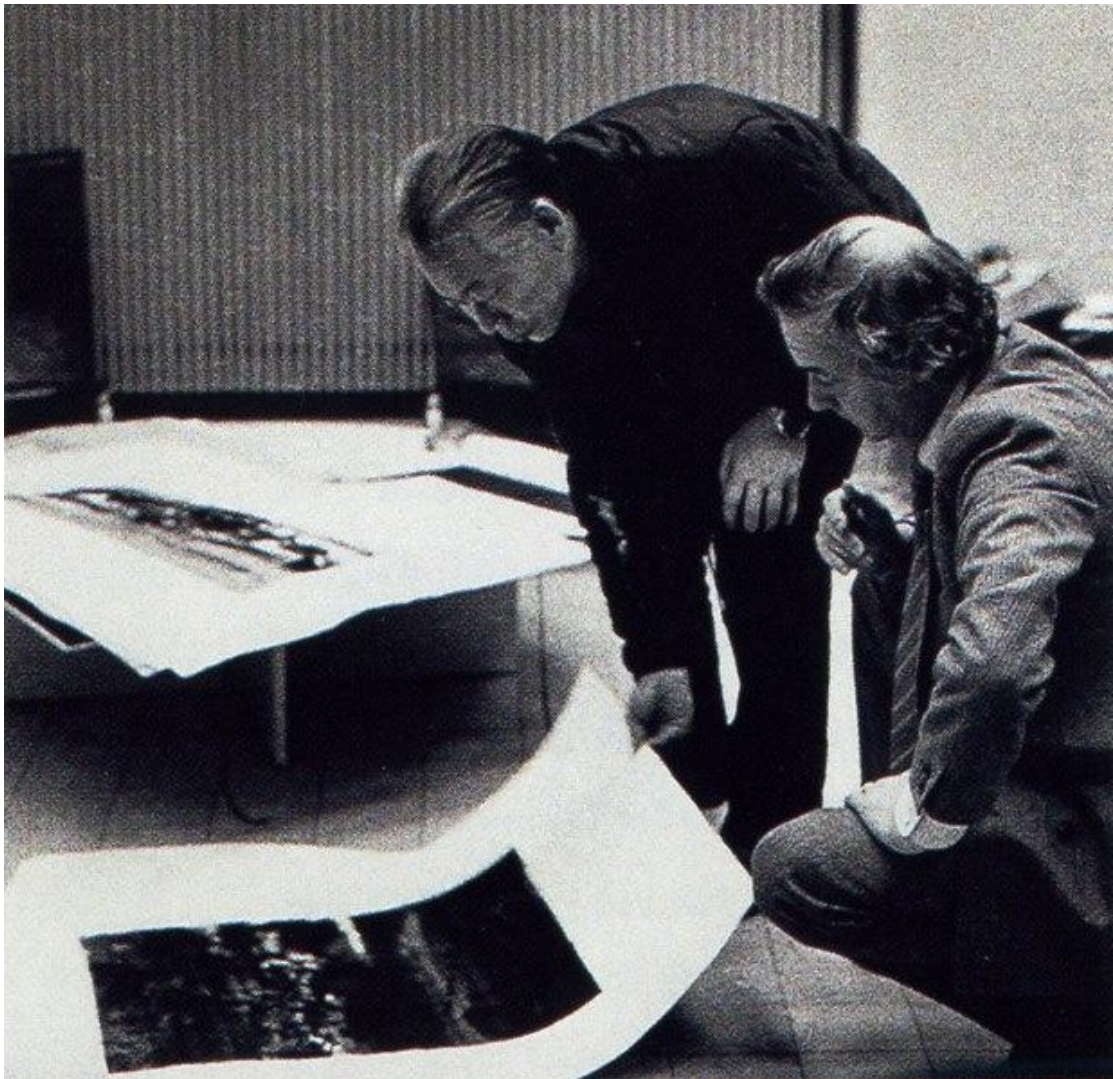
你們的畫常感覺是停在那裡，沒有動的感覺。你們用筆也總有停的感覺，筆像是「擺」著畫，筆不要用得太死，要活一點。用筆的方法也不能都一樣，有輕、有重，有稀，有厚，這樣變化就多了。

畫面要有緊有鬆。到處緊—透不過氣來，到處鬆—就空洞。世界上的事物都存在著對比，音樂總有停的時候，中國畫也有休息的地方—留白。

不懂畫的人，總希望畫是滿滿的，不知道透氣。

畫畫同呼吸一樣。人需要呼吸，不呼吸活不下去，繪畫也要呼吸。你要把你自己的感情放進去，讓畫面同你一道呼吸。

※趙無極一生大約只作了 400 張版畫，畢卡索最厲害，超過 4000 張。



◎趙無極的 12 堂繪畫課—5. 用自己的眼睛看世界

繪畫不僅是畫的問題，重要的是觀察方法的轉變，就是要用自己的眼睛去看，不要用別人的眼睛去看，也不要用自己以前的眼睛去看。

要知道，你們並不是技巧上的問題，而是觀察出了問題。

怎麼把自己的感情同看到的東西在手上表現出來，這點最重要。每個人都有每個人自己的觀察方法，每個人的風格就不一樣。假如每個人的觀察都是清一色的，畫出來就都是一個樣，像是從一個模子出來的。

一個媽媽生八個孩子，八個孩子脾氣都不一樣，為什麼你們畫畫卻都是一樣的？你們的技巧和功夫都很好，問題是觀念沒打開，並沒有真正地用你們自己的眼睛看世界，並沒有把你們每個人的本性都發揮出來。

我希望你們越畫越不一樣，一個人創出一種作風來。這並不在於你怎樣畫，而是在於你的觀點，假如你看不見，當然你就畫不進去。

※趙無極提醒大家要有自己的觀點。(1975 年)

(延伸閱讀：趙無極後來在他的回憶錄裡說，在浙江美院客座期間，他感到自己撞上了「蘇聯社會主義現實主義」這個龐然大物，而這個大怪物已將一切創造力碾平了。他激動地說，「中國有燦爛的文化和歷史，有精妙絕倫的繪畫，根本無須向那些灰褐色基調的死板愚蠢的畫面求教。」)

「我的學生們或許忘記了，也或許根本就不知道宋代繪畫的空間感和構圖的高妙。他們不會用自己的眼睛去看，去細細觀察。」)



◎趙無極的 12 堂繪畫課—6. 要找自己的麻煩

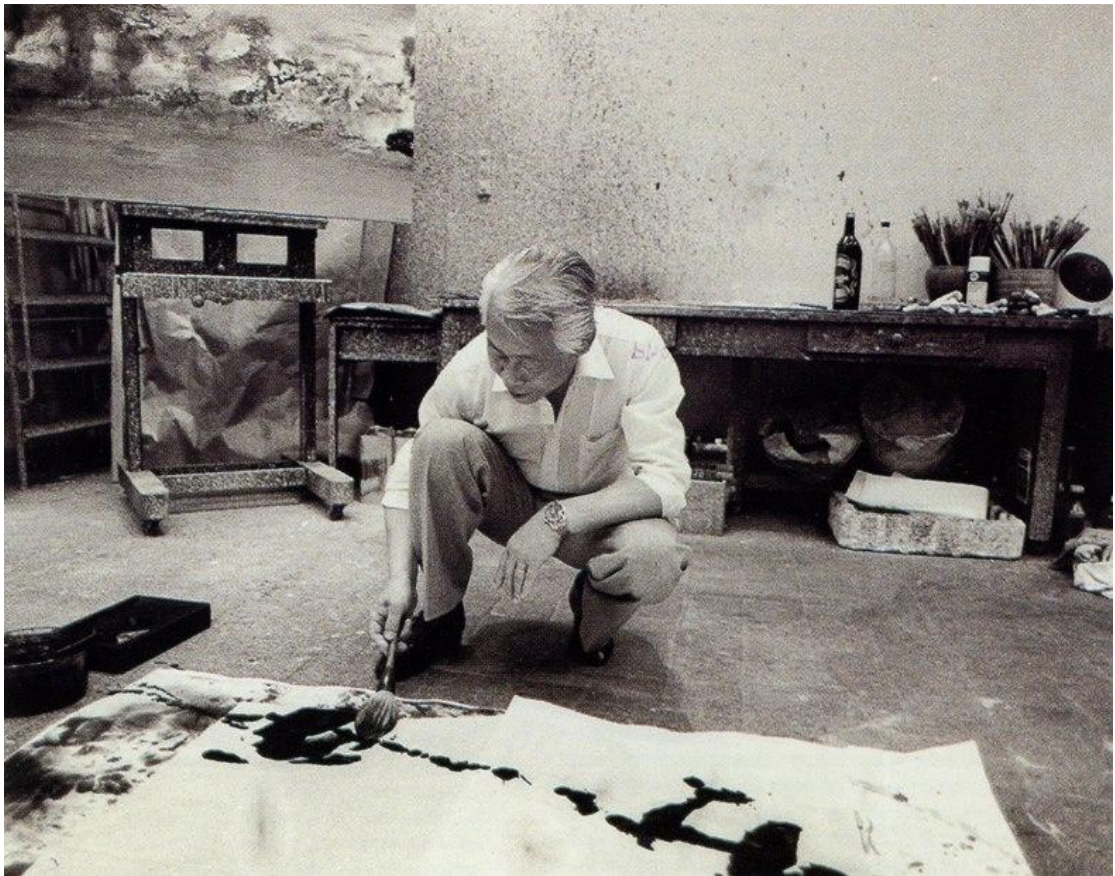
一個藝術家最重要的是自我批評，就是要不停地自己討論自己，自己批評自己。這地方好，那地方壞，這地方應該多一點，那地方應該少一點，每一筆都自問是不是對的。能做到自檢，就能經常發現自己的問題。你們若想要進步，就應該不停地給自己提出問題，每個人總有不完善的地方，問題是你看得清楚還是看不清楚。

我畫畫完以後，總要在家裡放兩個月，覺得靠得住再拿出去。靠不住，我就不簽名，不出去。畫出去了，收都收不回來。你若已經有點名氣，那問題就更多。我每次展覽都是提心吊膽的，每件作品都是經過反覆推敲才拿出去展的。

我不是個聰明人，除了畫畫，我什麼事都不會幹。做一個藝術家別把自己估計得太高，總是估計低一點好。因為這工作是一輩子的事，做到 40 歲時有 40 歲的問題，做到 50 歲時有 50 歲的問題。你畫得多了後，就容易形成自己的一套，這時更要不停地自己討論自己，自己批評自己。

幹藝術家最辛苦，總是要自己給自己找麻煩，自己對自己有疑問。你一旦放棄對自己的批判，你就無法進步。

※趙無極常畫水墨調劑自己，並從中找尋靈感。(1990 年)



◎趙無極的 12 堂繪畫課—7. 膽子要大，觀念要新

如果你們畫畫老圈套老伎倆太多，畫每張畫都先有個成見，那畫出來的畫一定和你以前的沒兩樣。畫小稿是沒什麼用處的，好像後面是在放大抄寫小稿，會失去畫面的偶然效果，畫畫如果沒有意外，那就沒有意思了。

在我看來，從 16 世紀起中國畫就失去了創造力，畫家只會抄襲漢代和宋代所創立的偉大傳統。中國藝術變成技巧的堆砌，美和技巧被混為一談，章法用筆都有了模式，再也沒有想像和意外發明的餘地。

中國的教育建立在記憶之上，學習寫字和書法必須經過長期的重複動作，而所有的學院主義都來自重複。繪畫正是要避免這個陷阱。要是在 1935 年，杭州美專的老師就教我這些，我該節省下多少領悟這些道理所費的時間啊！

馬蒂斯教別人時總是說：新呀，新呀，要新！什麼是新？不是那種表面效果的新，而是通過深刻觀察思考之後，才把你引到一條新的道路上去。

油畫的問題是要畫得自由，但難的是如何理解和表現自由。老實講，我從 1935 年開始畫油畫，一直到 1964 年用了 30 年的時間才真正懂得油畫自由表現的方法，因為油畫有各方面的技巧，要適合你自己的需要，你的繪畫技巧是為了幫助你自己達到表現的意願。總之，技巧是第二位的問題，每當你有了新的繪畫觀點，你的技巧也就會跟著你的觀點去變化。

※趙無極的三言兩語卻是他一輩子的深刻體會。



◎趙無極的 12 堂繪畫課—8. 體察內心的需要

把我的繪畫從寫實的影響下抽象出來，是一種需要。驅使我的唯一動力，是在寂靜的畫室中，手拿畫筆和顏料，面對一張空白畫布這一需要。

一個畫家總覺得有話要講，總覺得畫不完，那就變成一種需要，這是畫家最重要的動力。繪畫的傾向是因為自己的需要，並不是我想畫抽象就可以畫了，而是自己真正需要畫抽象才抽象。況且抽象也不是什麼新的東西，是屬於 50 年代的東西，所以你們假如要畫，應當在理解的基礎上再進一步去畫別的。

不是我不敢教你們抽象畫，因為繪畫創作是一種需要，一種自身的需要，內心的需要。你沒有這種需要，硬要變，變不了，硬要新，新不了。你們基本的觀察方法改變後，覺得自己這樣畫不夠了，內心提出了需要，就會創出新路子。

畫抽象，畫具象，都一樣有空間、結構、光線和顏色的問題。具象和抽象之間有共通的道理，重要的是獲得新的觀念。

作畫家，就得接受週期性陣痛，今天或許高興，明天可能痛苦，但是決不能失望。

作畫的力量從未離開過我，我也從未逃跑或放棄。

今天，我回顧自己的歷程，覺得這股繪畫的力量始終是一致的，我一直忠於自己的初衷，未曾逃避困難，也未曾以熟練的技巧去迎合創新的需要。

※趙無極會把畫立著畫，也會放在地上畫，他說擺在地上繞著看更能發現整體的問題。



◎趙無極的 12 堂繪畫課—9. 忠於自己，不要自欺欺人

「你想畫畫？那就先割掉你的舌頭，因為從此你只能用畫筆來表達。」想畫畫，就要有馬諦斯這樣的覺悟。

50 年來，我每天沉浸於揮灑作畫，作畫成為我打開通道進入另一個世界的一種儀式。在那個世界裡，我試圖建立秩序。這有時易如塗鴉，有時又靈感全無，眼前一片空白，或者只看到艱難困苦，和一想起來就令我害怕的舊畫法。

畫家要有忠實、誠懇的性格，假如對自己說謊，是不能做一個畫家的。所以繪畫的問題，也是一個道德觀念的問題。不要騙人家，不要硬求新，要經常考慮自己的畫要實在，要有深厚、永久的性格。

藝術家最好的鏡子是對自己忠實。要反省一下在自己的作品中有沒有說謊話，有沒有取媚、討好人，這點很重要。你們要走哪條路，就自己走，用不著別人來告訴你。

繪畫是一輩子的事情，像做和尚一樣，要不停地畫，不停地畫，一天都不能停。我能夠生活，我要畫畫，我不能夠生活，我也要畫畫。一個人選定了畫家這個職業就苦了，所以，你要是吃不了苦，還是找別的事幹吧。

畫畫這個事業是這樣的，上坡、下坡、上坡、下坡，不會是一直上去的，高的時候不要得意，低的時候不要灰心。像患了精神病差不多，有時好一點，有時壞一點。

※趙無極受貝聿銘之邀為北京香山飯店作畫，1982 年。



◎趙無極的 12 堂繪畫課－10. 遠離低級趣味

現在你們的畫還有個主題的問題，是想讓別人看得懂，這個問題也要看是在什麼程度上給什麼人看，有的人看不懂，有的人會看懂，取決於每個人的文化理解程度。

最重要的是堅持你自己，為自己畫畫。畫畫是自己的語言，你把自己的語言講出來，要盡量明瞭中肯，囉哩囉唆的別人就聽不懂。當然，有的時候只要自己懂就行了，以後別人也會慢慢瞭解的。

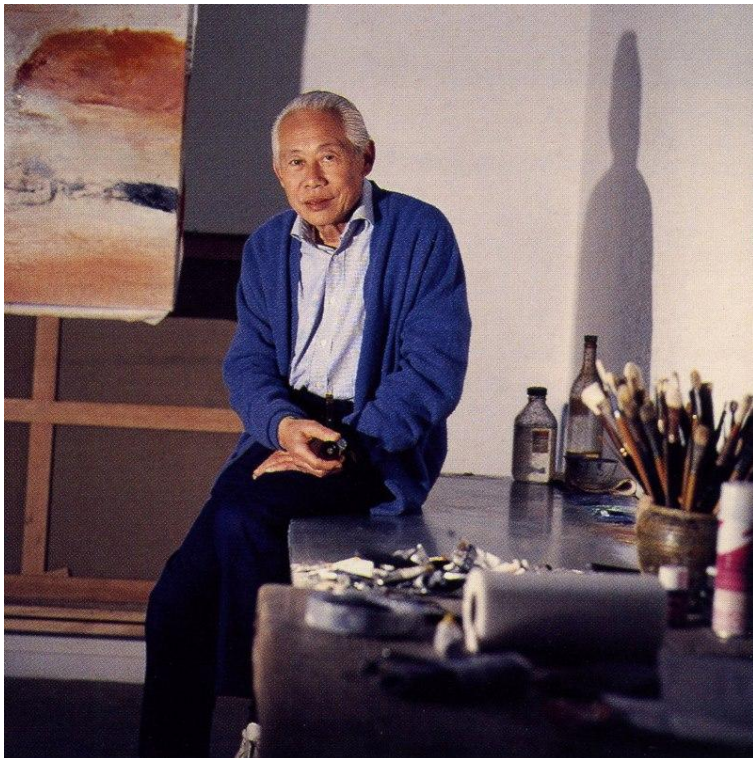
你們要想辦法閉上眼睛，不要看低級趣味的東西，自己畫自己的。

說到藝術欣賞，假如看不到國外的東西，你就多看中國的好東西。中國的好東西很多，你可以在商周銅器裡發現好東西，在唐宋陶瓷裡發現好東西。藝術這事，總是要往高看，不要往底下看。

還有，也不要將就別人的趣味，因為別人的趣味又有什麼標準呢？你在十個人裡面也不能討好兩個人吧，何必呢！我們在法國畫畫也是不容易討好人的，不要以為法國人的藝術品味就高，一般的人都是差的，什麼國家都一樣，只有很少的人能夠懂你的畫的。不要因為你成名了就會有很多的觀眾，沒有這麼簡單的事情，說有很多人懂你的畫，那是騙人的。

總之藝術不能脫離傳統，不能僅僅追求時髦，一切要等五十年或一百年後再做定論。

※從 1948 年到 1954 年，趙無極用了 6 年的時間摸索學習，才從具象過渡到抽象。他通過抽象找到了繪畫的最大力度。



◎趙無極的 12 堂繪畫課—11. 不要抄，要消化！

當你模仿時，你是不會了解自己的，不會懂得發掘並表現自己的不同。不要重複前人，也不要重複自己，那將腐蝕你的創造力，成為一種反覆使用的既定程式。

你看中國的書法也是在不停地演變，石鼓文，篆，隸，楷，草……

為什麼現在的書法沒有以前的好呢？當然是創造精神比較少的關係，是受到王羲之、米芾的限制太多了。

中國畫為什麼進步不大，還在仿唐宋的味道？唐宋的畫家也是在畫自然生活中體會到的東西，並不是抄別人。為什麼我們還在抄？

我們中國有非常深厚豐富的傳統，比如商周青銅器，漢魏的石刻玉器，唐宋的繪畫書法這一大套。中國這麼博大的傳統若不好好利用，豈不太可惜了。

每一個人只要從中找出一部分自己最喜歡的，跟自己性格最接近的，把它消化；然後再學習西方好的東西，而不要他們俗媚的東西。把東西兩方面最好的東西結合起來，再加上自己的個性，慢慢地自然而然地融合起來，那你的風格就會有了。臨畫是要去理解作畫人當時的心境，不要抄，不要臨表面皮毛的東西。比如中國畫，不要僅僅臨結構，要臨他的呼吸和精神。要去理解認識塞尚，馬蒂斯，畢卡索，不能只學人家的外表形式。一個創造型的畫家總在變，你臨他的外表是跟不上的。

※1951 年，趙無極在日內瓦第一次看到克利的畫，他花了好幾個小時細看這些令人嘆為觀止的符號世界。這個關鍵的偶遇，讓趙無極有了創作上的具體轉變，他開始走向符號然後進入抽象的世界。但在轉變的初期，他覺得自己成了一個「二流克利」、甚至是「乏味的克利」，而不幸的是，事實就是這樣。在不斷的修改、毀棄，和重新開始中，趙無極經過兩年才找到自己的形體與空間，還有大膽的顏色。



◎趙無極的 12 堂繪畫課—12. 面向你的時代

我覺得現在繪畫的問題不是中國或者歐洲和美國的問題，而應當是國際性的問題。所以中國畫和西洋畫不應當分得太清楚，而是應該在一起考慮，西方的素描是基礎，我們中國畫毛筆字是基礎，我覺得中國畫和西洋畫沒有衝突，可以互相幫助，互相補充，分得很清是不通的。不能說我是我畫水墨的，你是畫油畫的，他是做雕塑的……

我以為有兩種畫家，一種是地方性的畫家，一種是國際性的畫家。你們還年輕，要往遠的地方想，要有跨越疆界的企圖心，不是做中國的畫家，也不是做歐洲的畫家，而是要做國際性的畫家。

你不能說范寬、米芾只是中國的畫家，他們肯定是世界性的畫家。畢加索你能說他只是西班牙的畫家嗎？他是屬於大家的啊。哪裡是東方，哪裡是西方，現在都分不開了。我覺得世界變得越來越小，將來還會更小，不要把自己放在一個圈套裡。

美學的觀點常常跟著時代在變，時代不同，觀念也不同，文藝復興時期尋找的美，同我們現在所尋找的美不一樣。不過，世界上最好的畫，最棒的傑作，即使換了時代也還是存在的。

我想繪畫的問題，同社會的背景，生活的環境，和科學的進步都有關係，同文學、音樂、舞蹈、電影都有關係。我們對於來自各方面的影響都應該接受，這些觀念上的東西對於藝術創作都會有幫助的。

每代有每代的問題，二十世紀的畫家怎能去畫十八世紀的畫呢，繪畫問題是一生的問題，問題總是不斷的產生。一個人生活在二十世紀，卻對新時代的文化觀念不瞭解，或是不願意瞭解，我覺得很不妥。藝術創作，應該與時代有關係。

.....

謝謝老師！老師好走！

FB 的同學們，12 堂課下課了，但我卻有捨不得離開教室的感覺。

趙先生的深切提醒，讓我們有了重新開始的反省。

感謝前人點燈，讓藝術這條路雖辛苦卻不至孤單，諸君保重，大家加油！

