

当“每日一绘”代替刷朋友圈追剧

手绘爱好者在线条与色彩中发现另一片天地

本报记者 范佳
实习生 马卓仪

坚持手绘有秘籍，花式打卡更有趣

叶小绘并非艺术科班出身，但凭着一腔热爱，她已经成了网络空间的“手绘达人”，无偿教更多人用笔画出心中的世界。

说起她的蜕变，还要追溯到她刚升级为妈妈时那段焦虑和抑郁的日子。那时，她无意中看到一本书，其中写道：“安全感来自于被人需要”。她忽然想起儿时想做一名插画师的梦想。凭着少年时的爱好，她再次拿起画笔时并不觉得生疏。她还付学费报了在线插画班。插画班的老师告诉她，要多分享付出，为别人提供价值，才能得到更多人的关注。

全职照顾宝宝几个月后，叶小绘换了份新工作，同事看到她在手账本上记事、画画，觉得特别好看，也想学学。而她在微信上的好友，看到她每天分享的手绘作品，认为给孩子办一份手抄报很有用。于是，今年三月份，叶小绘建了个微信群，正式开始通过网络免费进行手绘的教学与分享。她还在简书上开了自己的手绘教学专栏“一张叶小绘”，今年三月，这个专栏升级为“叶小绘行动营”，固定每月围绕一个手绘主题，每周至少两次教程分享，每天分享手绘素材。如今叶小绘已经在简书上发表了两百篇原创内容。她希望通过手绘让更多人的时光变得温柔。

有了分享意识的叶小绘，粉丝噌噌上涨。她在今日头条的头条号上的粉丝仅一个月便从零涨到了1000。而在简书上，短短两个月的粉丝增量便抵她过去一年的。在简书上，她收到了粉丝打赏，其中最大的一笔来自于爸爸对她的支持。

如今她的手绘微信群中已经有56个成员，每天能坚持手绘的有四五个。很多画友佩服她的“坚持”，在这方面叶小绘有她自己的“独门秘籍”——花式打卡。“一个好习惯需要21天养成，那我们就先画21个格子。”叶小绘笑着

每天晚上，济南姑娘叶小绘(笔名)的“叶小绘行动营”微信群都很热闹。“颜色很漂亮，特别是头发。”“花花草草等细节方面，线条再细致些会更好。”群中每当有手绘爱好者晒作品，叶小绘都会点评建议，还不定期发红包鼓励大家坚持手绘。如今越来越多叶小绘这样的都市人，乐于在线条和色彩中获得放松，寻找心灵的宁静。



济南姑娘叶小绘在手绘中找到快乐。



画一幅头像送给朋友让手绘爱好者感到快乐。

说，然后用手绘装饰格子，让打卡过程变得更有意思，每完成一天任务，通过充满美感的线条把格子填满。对于叶小绘来说，“如果你感觉到快乐，就不觉得难以坚持。”

用笔画出的心意，更令人兴奋珍视

对于很多手绘者来说，用笔画出自己的心意更让他们兴奋。

在济南工作的昝舒和来杨焦是室友，她们同是从山东工艺美院毕业，不同的是昝舒如今是业余时间绘画，而来杨焦是自由职业，在家专心于绘画创作。去年底，两个心灵手巧的姑娘冒出一个想法，想把手绘用另一种方式呈现出来，比如做一套有实际用途的印刷品，当做新年礼物送给朋友们。

于是做日历的想法应运而生，“它可以代替我们陪伴对方365天。”昝舒笑着说。说干就干，要把可爱的祝福送给可爱的姑娘们，所以整个画风走可爱风。今年是狗年，日历上是一只小狗和一个女孩的卡通形象，连日历从里到外的包装上，都有手绘在上面。随着日历还附赠了两个女孩一起选的标记笔、小贴纸、手工小玩具等，可谓爱心、能量满满。从构思到绘图再到送印，两个女孩忙活了整整一个星期。

而对于叶小绘来说，最好的礼物是自己亲手绘制的儿童绘本。叶小绘的女儿“小红包”刚满一岁。这一年来，叶小绘的手绘中不仅记录了“小红包”成长的精彩瞬间，还见证着自己的成长：从一个手忙脚乱、情绪不稳定、焦虑忧郁的妈妈，慢慢变成内心笃定、乐观开朗的妈妈。

“我每天画画到晚上十点多，一开始妈妈不理解，觉得我下班不多花时间陪孩子，而是喂完饭就去画画。”叶小绘说，她认为每个人对孩子爱的方式不同。不能因为孩子而放弃自己的生活，最好的妈妈不是保姆，而是榜样。基于这样的信念，叶小绘的教学群中吸引了不少来自天南地北的宝妈。

她画的第一本绘本《名字的故事》便是送给“小红包”的礼物。绘本由九幅手绘构成，讲述了自己和女儿名字

的由来，充满了温情和爱意。叶小绘坚信一句话“你热爱的东西会把你带到你想去的地方”。自嘲“曾是电脑白痴”的她如今已经向着电脑制图进军。她的画还吸引了上海的插画师，不时向她征询建议。

手绘不是传统画画，已变得越来越实用

如今手绘已经成了不少生活中的一部分。“如果没有手绘，下班后我可能和大多数女生一样，漫无目的地刷微博微信、追追剧、逛淘宝。”叶小绘说，她喜欢完全放松，沉浸在当下的那种快乐。

而山东师范大学法学院学生张一凡则喜欢用画笔记录青春。他曾在学校的军训征文活动中手绘了一幅漫画，画中的少年身着一半学生装一半军装，两手交叉，一只手握笔一只手握枪，少年身后八个大字“携笔从戎，无悔青春”。张一凡希望能画出征服星辰大海的热血感觉。

在张一凡心中，手绘既好玩又神奇。手下的任务都是自己创造的，衣服、表情神态任由自己控制，可以把一个不好看的人画成好看的，也可以把一件物品变成有生命的存在。

手绘不仅带来快乐，还提高了生活工作的效率。叶小绘在读《一页纸创意思考术》时，便对书中的几句话印象深刻，“像到哪里，思维就到哪里。”“好的图像有意义，化简为繁，激发深度思维。”

叶小绘笑言，自己近两年坚持每日一绘，已经从学霸女神(精)变成了软萌(中年)美少女。据叶小绘观察，近几年“手绘”特别火，特别是伴随着知识付费的兴起，有越来越多人愿意为此付出时间和金钱。付费内容主要有三大分支：手账、视觉笔记、幼儿美术启蒙。手绘已经不是传统意义上的画画，也不是单纯的兴趣培养，而变得越来越实用。

而在昝舒看来，虽然现在全职绘画的人不多，但是坚持绘画爱好的年轻人有很多。“虽然工作会占据我很多时间，但我仍会抽时间做自己喜欢的插画。”昝舒说。

这群Q友不闲聊，你有难题才现身

“还在为高数学习而头疼欲裂吗?还在为有题不会而抓狂吗……向大家推荐一个高数QQ群‘爬上一棵很高的数’。两届学长亲测，童叟无欺，奔走相告啊!”这是一个高等数学学习QQ群的“广告”，这个毫无盈利性质的QQ群，已经覆盖了全国48所高校，吸引了上千名学生加入，成了全国闻名的高数线上学习“大本营”。

□杨甜子

被难倒了?向Q友求助吧

进入“爬上一棵很高的数”QQ群，只要提出你在高数学习上遇到的疑难问题，收获的回答很有可能是“一呼百应”。因为QQ群里的同学人数达1000多人。其中不乏高数达人，也有屡屡被高数难倒想“自挂东南枝”的高数“学困生”。群里每天的日常就是提问、讨论、解答。群友表示，每每会看到“数学大神”们的解题思路，顿时茅塞顿开。相同的题目，不同的方法，原本枯燥的数学题在这里每天上演着动人的“情景剧”。

“爬上一棵很高的数”里的高数大神真不少，同学们提出的问题，在15分钟之内，一般都会有高年级“大神”现身解决疑惑。千万别指望这些大神给你包揽高数作业，这个QQ群有着自己的群规：提问要本着自己独立思考的态度，在确保自己已经查阅

课本中相关知识，穷尽了自己能想到的解法之后再提问。如果你只是懒得动脑筋，想直接问个答案，对不起，这样会被“踢”出群的!

“大神”们在群里的指点也不是一步到位给出所有答案，他们只提供解题思路，对提问者的思路给出修正，在必要时才给出自己修正后的解题过程。在这种高效的提问、讨论、解答机制下，QQ群里同学高数成绩都得到了不同程度的提高。网友“江南淑女”说，“大家在全国不同的地方上大学，能够聚在这个群里一起讨论高数问题，想想都觉得是一件神奇的事。”

QQ群创建者也是高数达人

“爬上一棵很高的数”QQ群由南京一所高校的大三学生许宏伟组建。“当时只是为了与周围的同学互帮互助，没想到慢慢发展成了全国性的学习QQ群。”许宏伟介绍，“爬上一棵很高的数”建于2015年11月2日，建群当天就有100位同学加群。到2016年10月24

日，建群将满一周年的时候，这个群已有成员2000人，小有规模。

许宏伟在群里的昵称是“小红”。他说，建群的初衷一方面源于自己从高中起对数学的热爱，另一方面也是希望可以借着这个平台帮助“一想到高数就脑壳疼”的同学们。“其实一开始我也没有想到有这么多人会加群，可能因为大部分高校理工科专业都要学高数吧!高数课课程安排比较紧张，知识讲解居多，习题讲解较少。高数又是一个需要动手多练习的学科，在练习中总会遇到各种各样的问题，我当时就是出于这样的心情建了这个群”。

“最初它也确实解决了我高数学习中的很多疑惑。后来渐渐地为别人解决疑惑的次数多了起来，在解决别人难题的同时，我有时候会有新的收获，也慢慢尝试对数学题归纳整理分析，进步很大”，许宏伟说。他大一取得了高数(上册)100分、高数(下册)98分的优异成绩，获得了2016年全国大学生数学建模竞赛三等奖。

群里的达人只聊一个话题

许宏伟还组建了QQ二群“在那数下遇见了你”。目前两个群各有一千名左右的成员，面向全国高校正在学习高等数学和线性代数学科的大学生。

许宏伟说，目前群里以全国各大高校2017级学生为主，包括北京大学、东南大学、电子科技大学等48所高校。他们以互帮互助的形式解答同学们在学习过程中遇到的问题和困惑，颇有成效。

“我觉得群氛围至关重要，新同学在加群的时候我都会告知他们，这个群里只有数学”，许宏伟说。学习之余，高数群里还有许多动人的故事。许宏伟说，普通的QQ群本来只能容纳200人，满员时他征求大家的意见，要不要扩群，大家都挺支持的。当他了解到，必须要充值年费取得QQ超级会员才能扩充至2000人时，已经有人偷偷给他的账户充值了年费会员，这个谜底到现在还没有揭晓。

