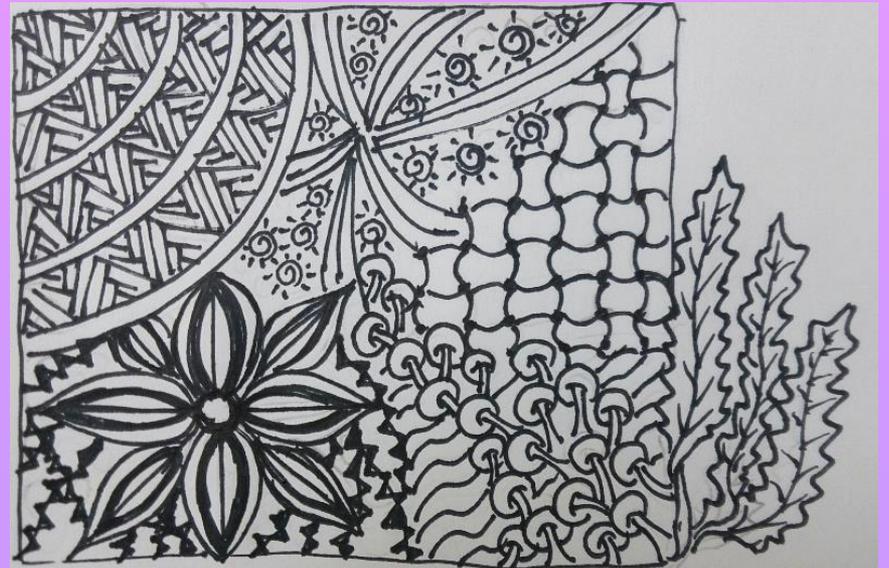


# 禪繞畫教學



禪繞畫示範圖案1



## 禪繞畫介紹

### Youtube影片

A：簡單圖案「禪繞畫」 上班族瘋「腦瑜伽」

<https://www.youtube.com/watch?v=7S3QegNYsaU>

B：教你一次學會禪繞畫

[https://www.youtube.com/watch?v=EFu\\_l\\_ym\\_ps](https://www.youtube.com/watch?v=EFu_l_ym_ps)

C：玩禪繞畫 放鬆療癒

<https://www.youtube.com/watch?v=sfmfuCB8A-Y>

### 示範圖案參考書目：

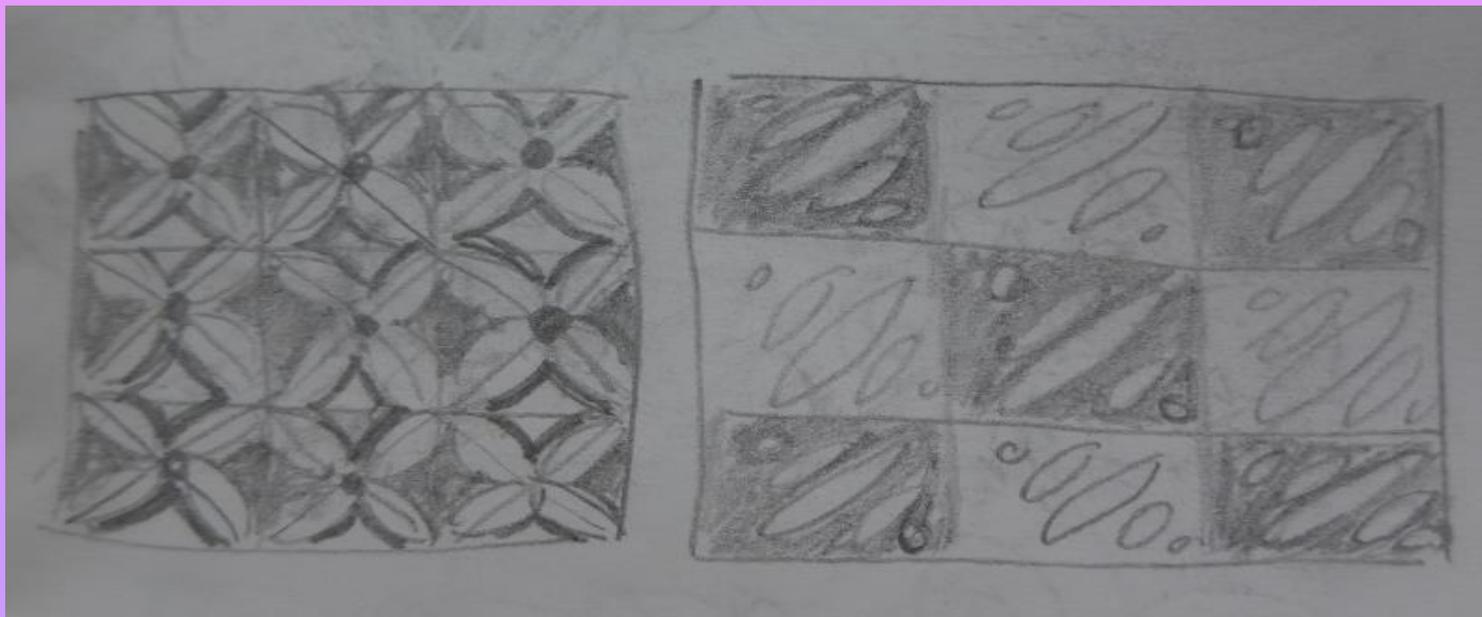
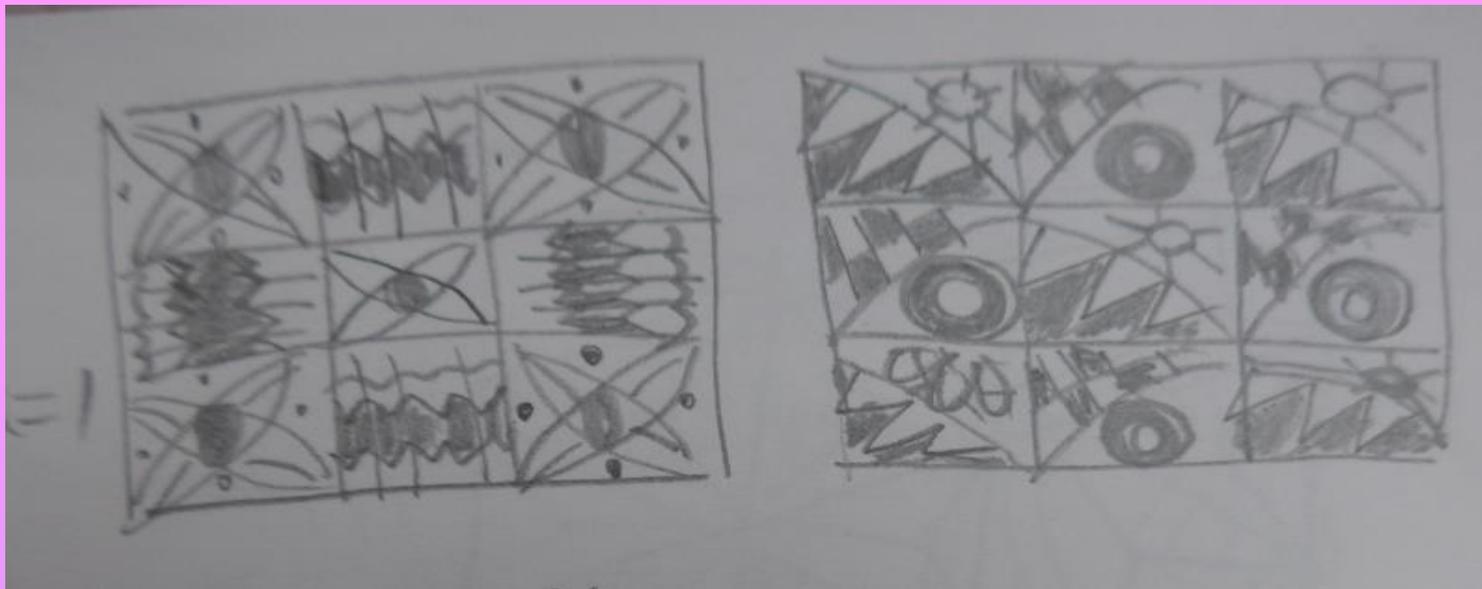
珊迪·史汀·巴塞絡謬（Sandy Steen Bartholomew），《放手畫禪繞 我的108種禪繞畫練習》（台北：積木文化，2014年12月）

珊迪·史汀·巴塞絡謬（Sandy Steen Bartholomew），《放手畫禪繞2：頭腦的瑜珈練習》（台北：積木文化，2014年12月）

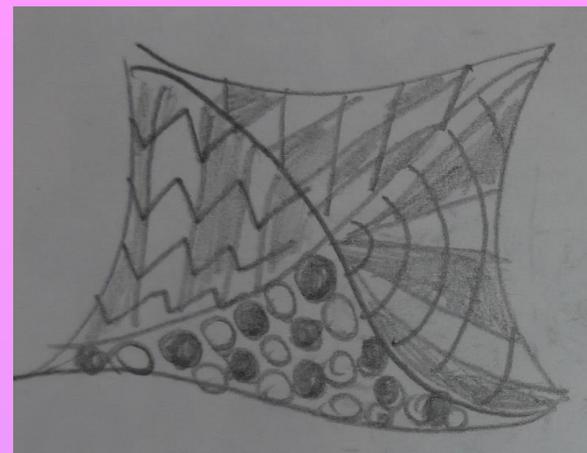
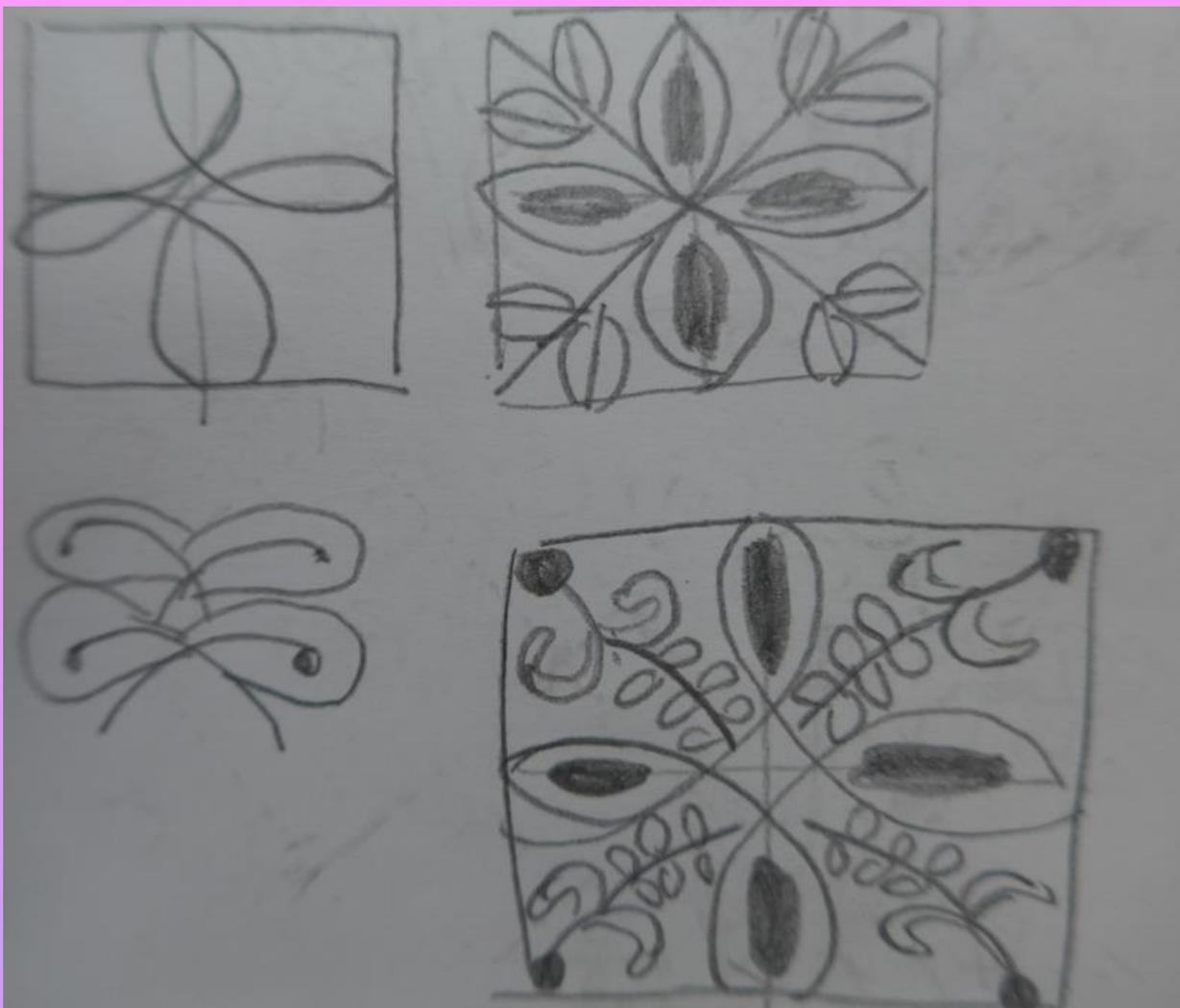
戴安，《戴安老師教你畫禪繞(進階篇)：步驟式分解示範、「萬花筒」獨創畫法、彩色應用畫法》（台北：遠流，2014年12月）

蘿拉著、戴安繪圖，《蘿拉老師教你畫禪繞(入門篇)：24種底線練習、最新有機圖樣與進階畫法一起輕鬆學會》（台北：積木文化，2014年5月）

示範圖案2：九宮格形式

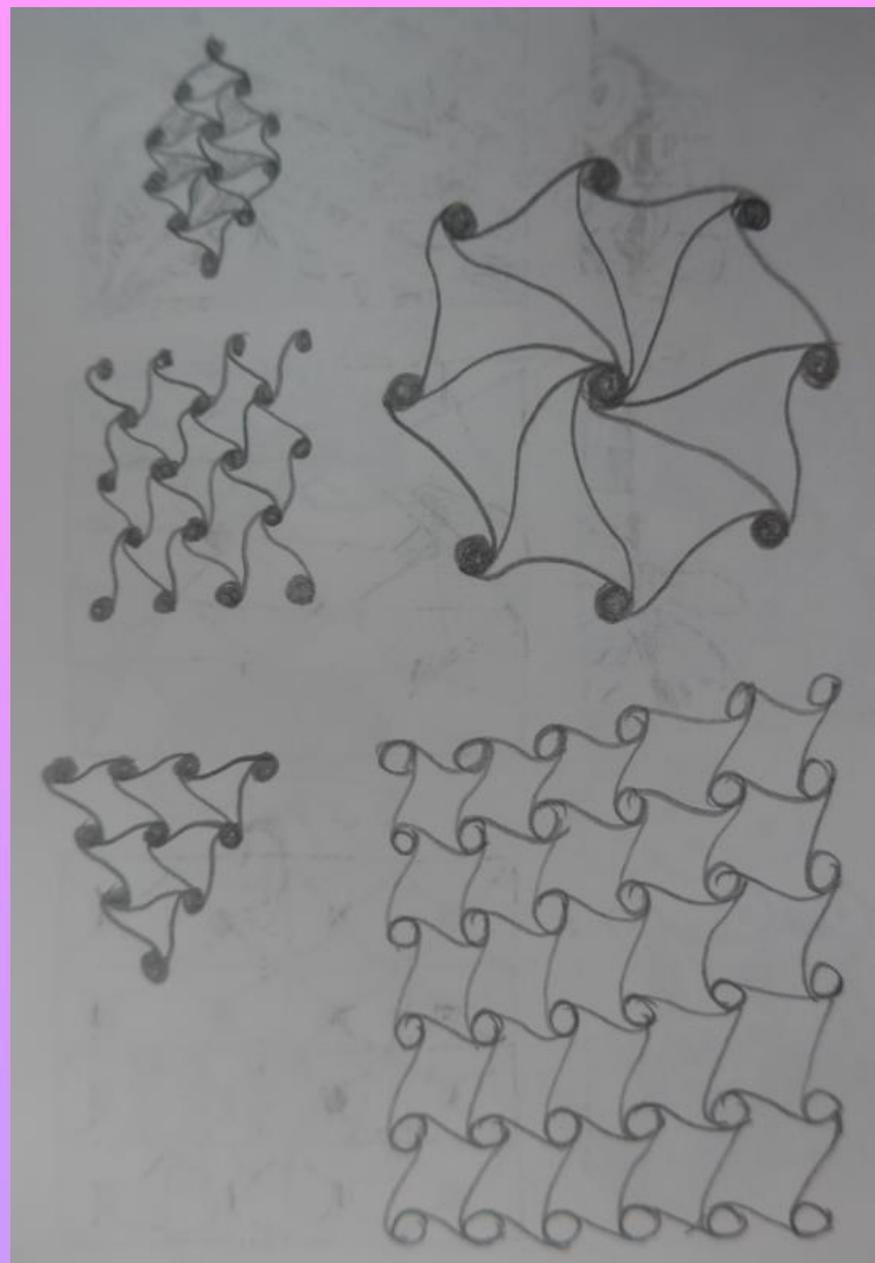
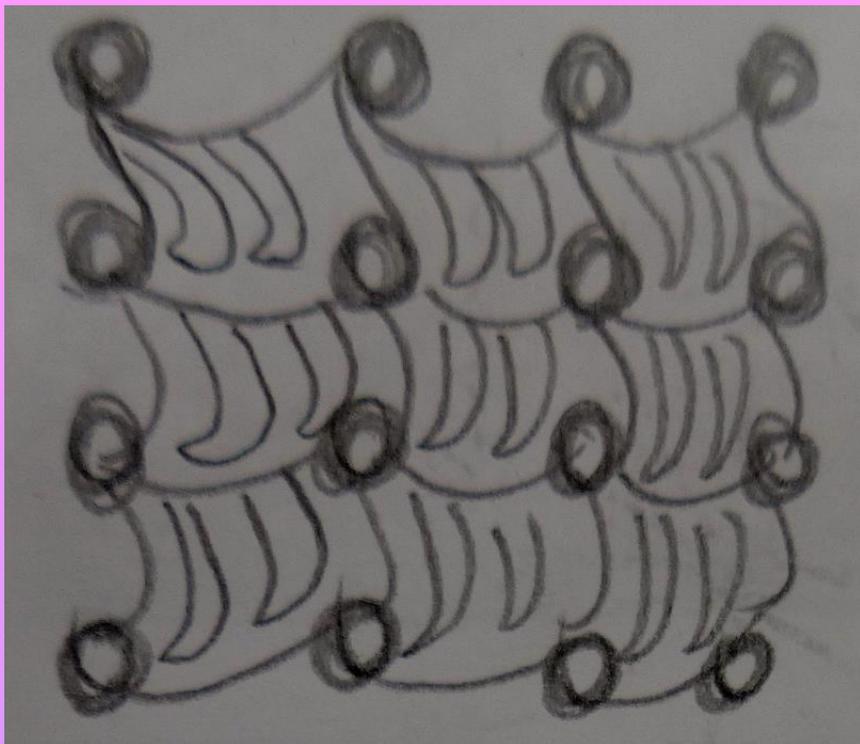


# 示範圖案3：四方格形式



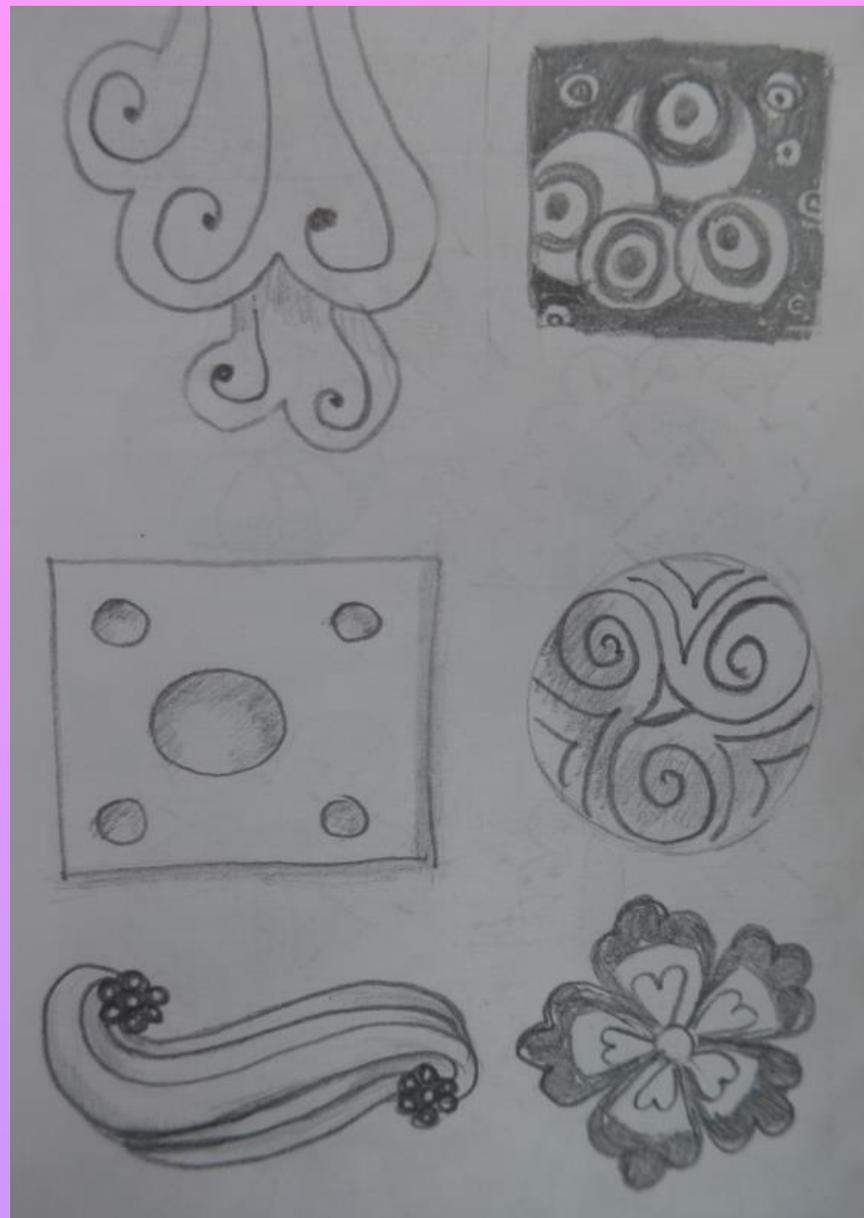
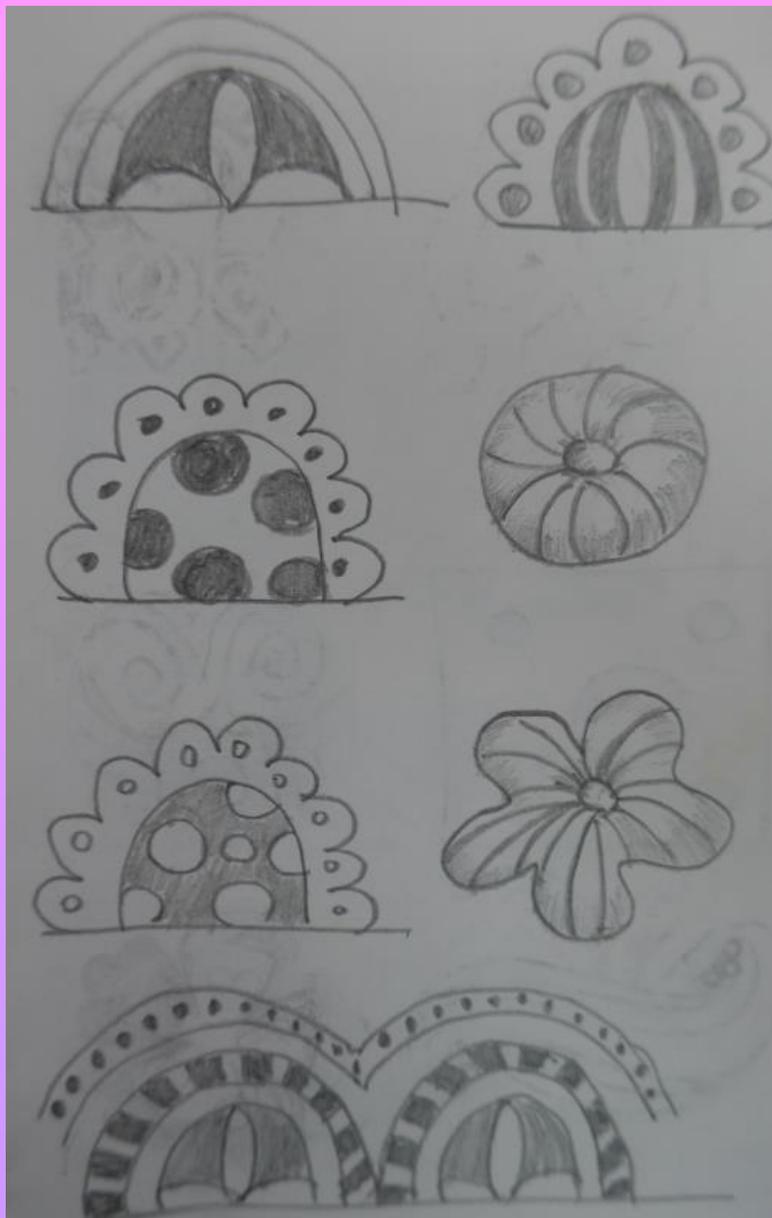
將四方格變形

## 示範圖案4：圓點和線條組合圖案

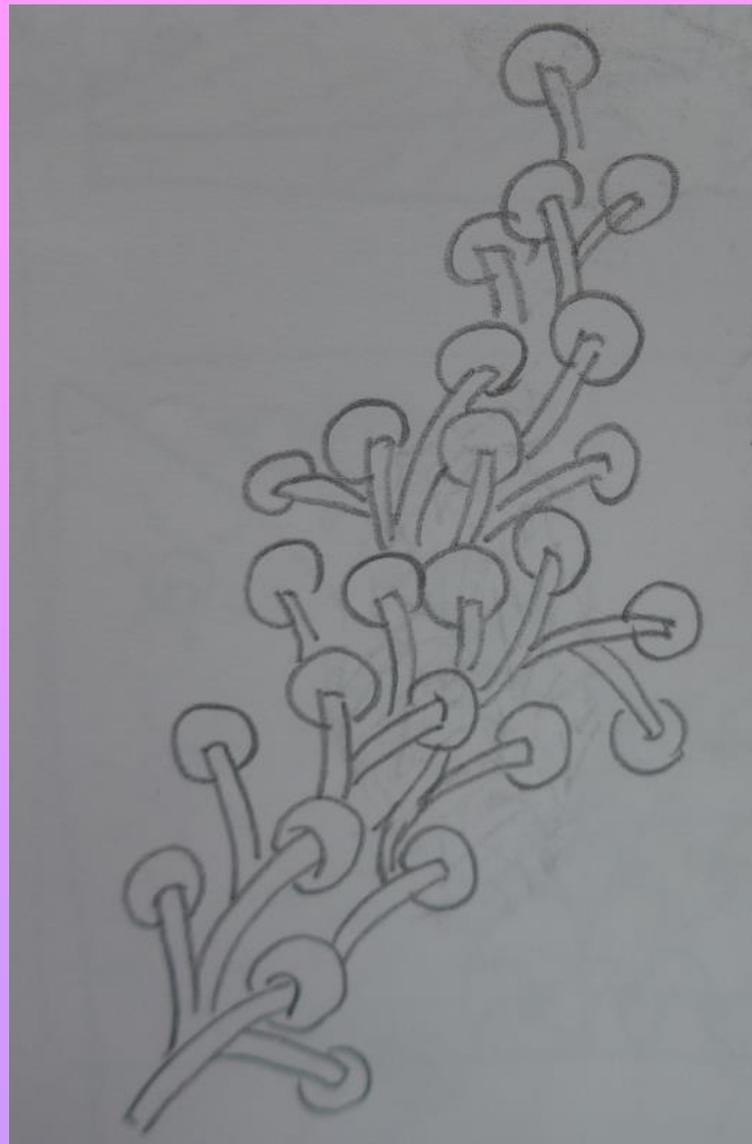


將圓點排列不同形式，  
以線條連結，可產生  
各種圖案

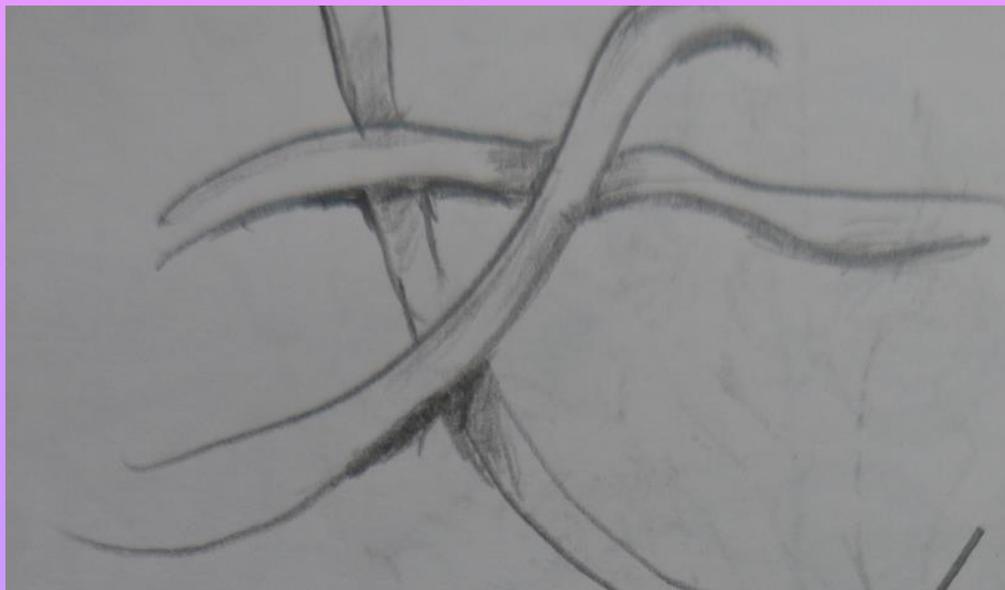
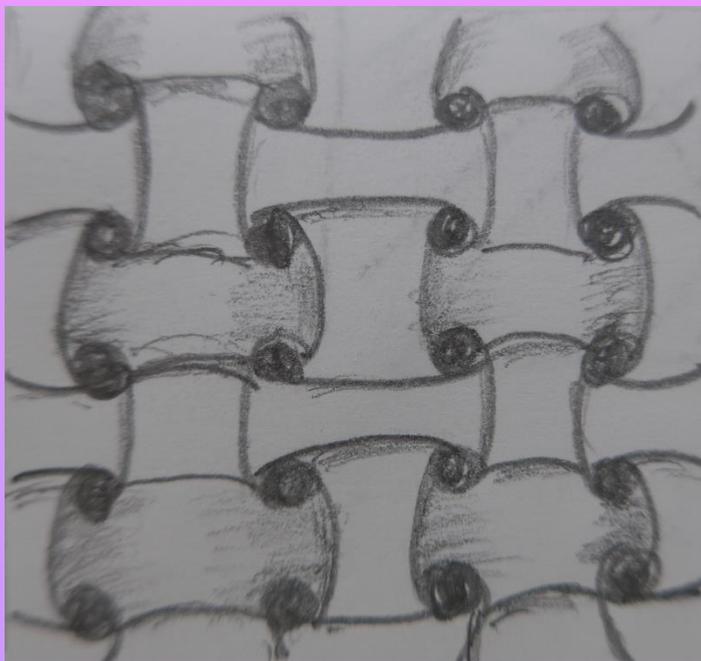
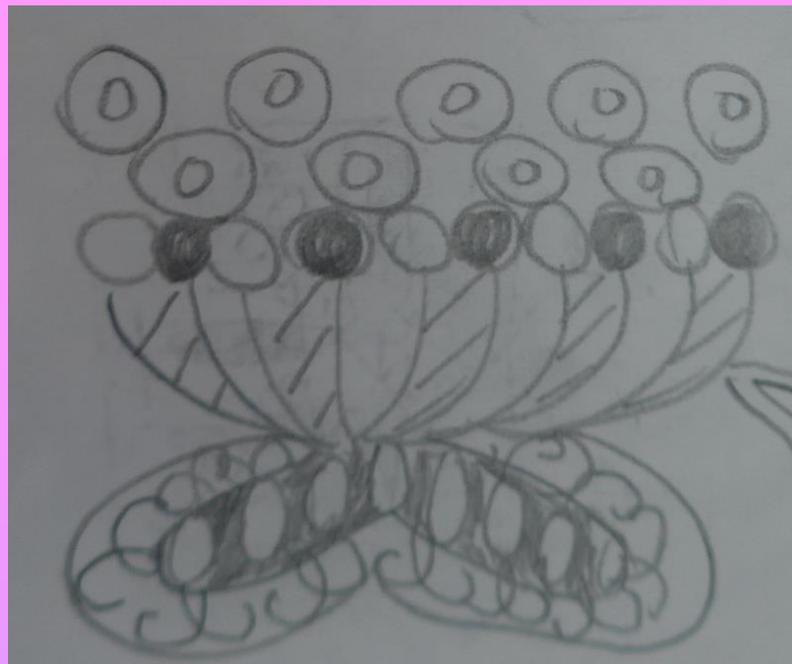
示範圖案5：各式圖案A



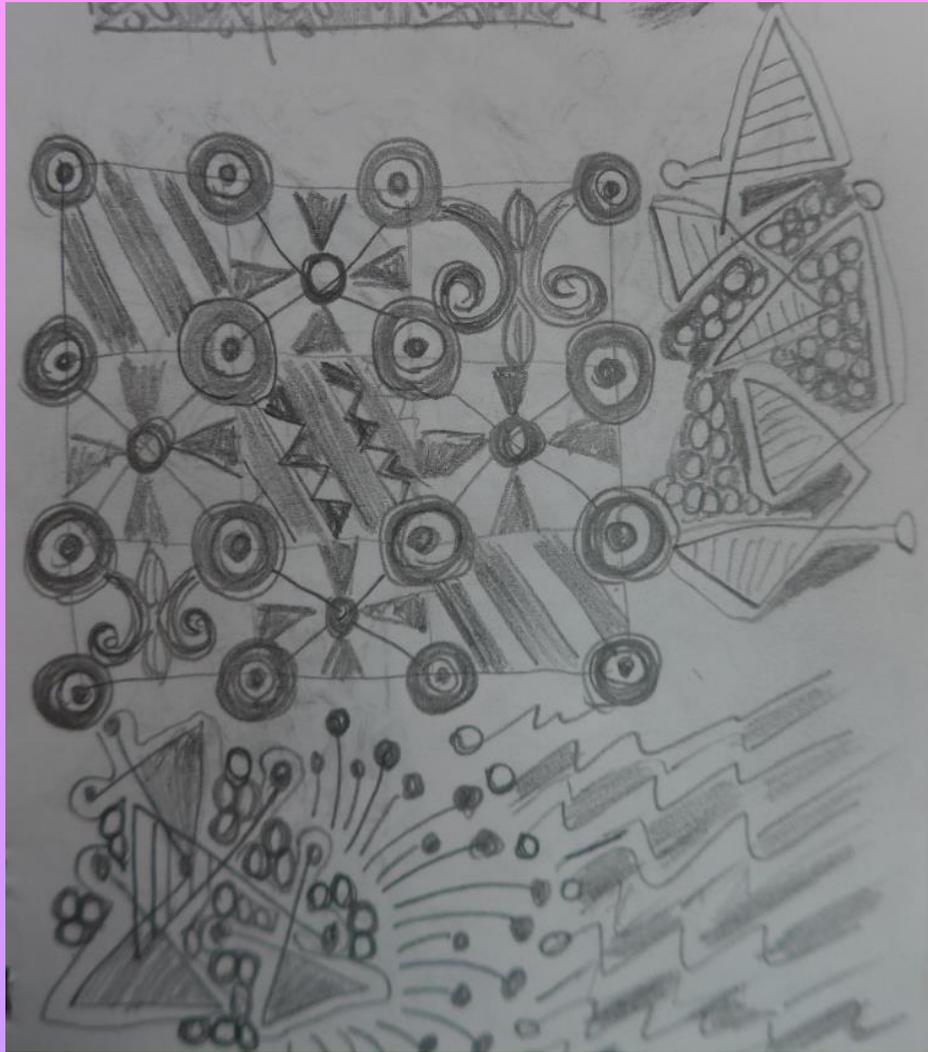
示範圖案5：各式圖案B



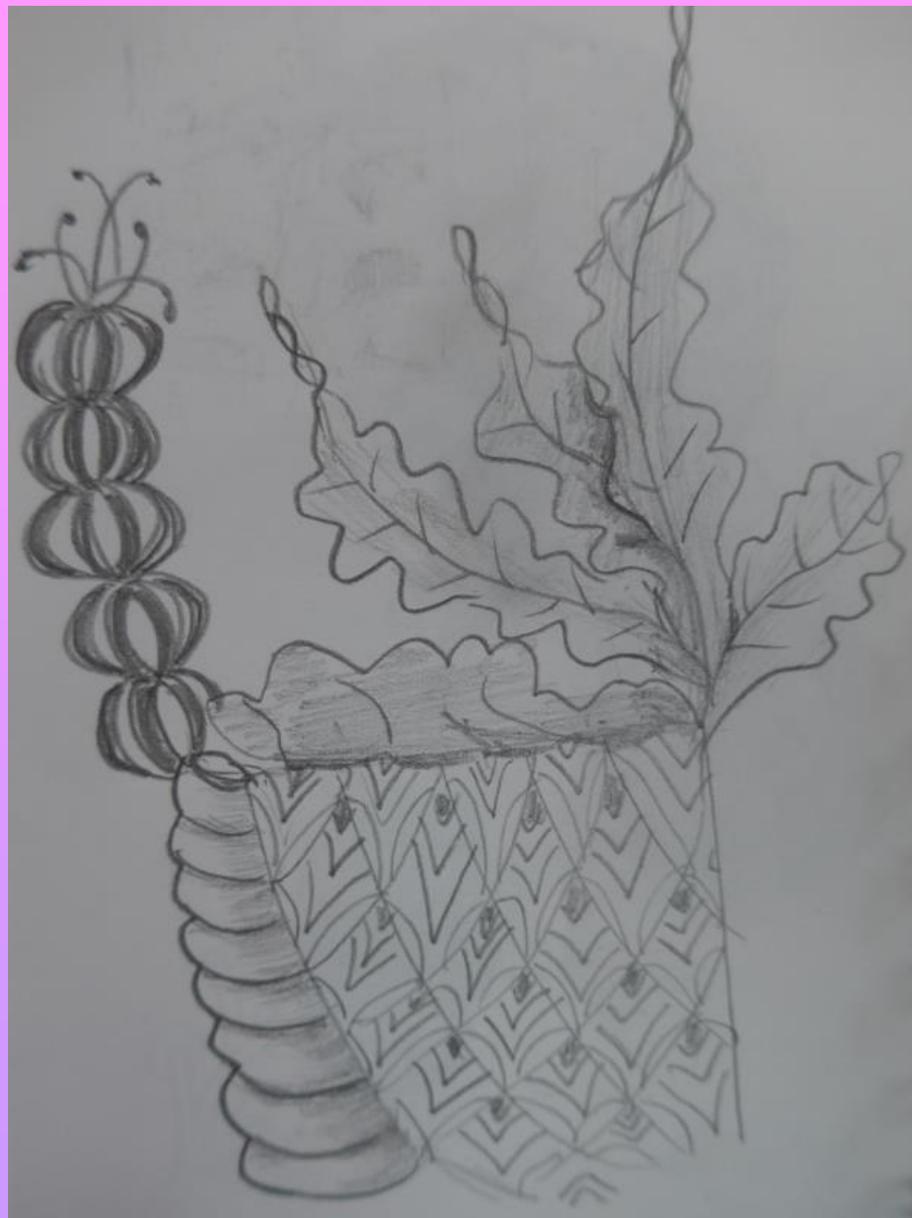
示範圖案5：各式圖案C



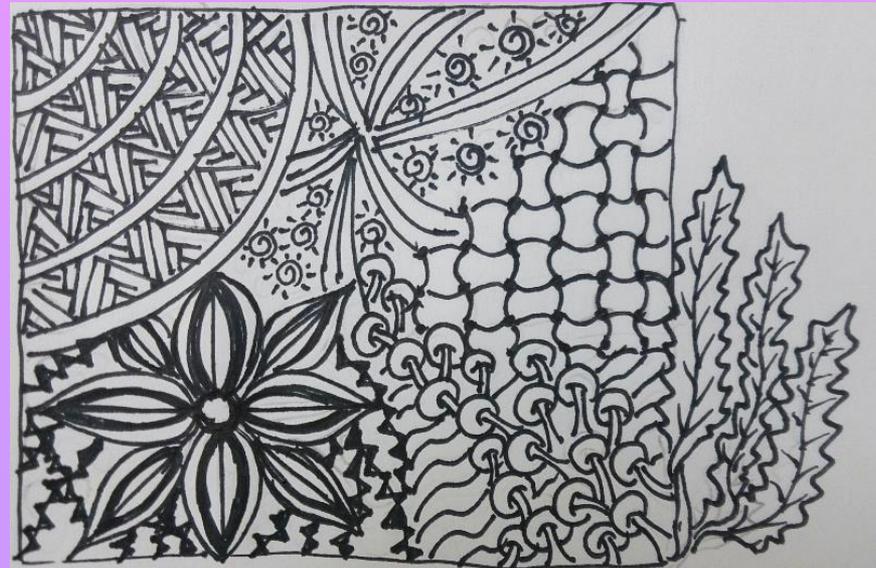
示範圖案6：組合圖形A



示範圖案6：組合圖形B



示範圖案6：組合圖形C



禪繞畫刮畫示範作品

