

《每天一幅禅绕画》

图书基本信息

书名：《每天一幅禅绕画》

13位ISBN编号：9787532286553

10位ISBN编号：753228655X

出版时间：2014-1-1

出版社：上海人民美术出版社

作者：贝卡·克拉赫拉

页数：127

译者：金黎暉

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《每天一幅禅绕画》

内容概要

风靡欧美、首次引进，国内第一本关于禅绕画的手绘书！美国亚马逊网站艺术类图书销售排名第一！《每天一幅禅绕画》是一本精美的互动图书，旨在通过绘制重复的线条、图案、圆圈和形状来进行艺术冥想。

在42天的练习中，你除了可以学会如何创作禅绕画之外，还能了解禅绕画与其他艺术形式、手工艺相结合的混合媒介作品，如珠宝、纺织品、装饰品以及其他小物件等。

请一起拿起笔，在6周的创意绘画课程中，放松身心、提高注意力、拓展创造力、激发无穷灵感！

《每天一幅禅绕画》

作者简介

贝卡·克拉赫拉，是一位艺术家、图书作者、产品开发设计师以及创作者。她从1996年开始就在国内外授课。她练习禅绕画已有四年，并在2011年获得了禅绕画教师认证。

书籍目录

本书介绍

禅绕画实践

什么是禅绕画？

入门指南

第一章：基础篇与提高篇

第二章：图案与明暗对比

第三章：几何图案与有视图案

第四章：理解并运用色彩

第五章：风格的含义与运用

第六章：继续你的禅绕画之旅

灵感画廊

附录

资源索引

特约艺术家

关于作者

《每天一幅禅绕画》

精彩短评

- 1、让心静下来的良方。有时候一画就是一个晚上，很减压。
- 2、这本书感觉略难。目前看到11课，感觉到如果不花上大量时间是很难进步的（和素描、人体之类的一样）。书本身挺不错能学到一些新的点，跟着学也会有进步，例子也很漂亮。禅绕画应该属于抽象画，感觉抽象画本来就比写实画之类的难。在具象的基础上抽象才能使人产生共鸣（或者具体概念的基础上抽象），没有具象的基础纯粹抽象感觉和浪费时间差不多，自己都不知道在画什么（除非有很强的绘画表现天赋能直接跳过具象到抽象）。另外个人看法画画这种事和灵修结合起来的新概念禅绕画其实没多大意义。画画只是一种能达到“静心”的一种手段而已。话说为什么学习禅绕画呢，我只是喜欢这种线条+阴影的抽象画表现形式。
- 3、不错，很有趣
- 4、图样太少。书好贵
- 5、昨天在香港成品看到，==这不是以前上课时放空画的圈圈么.....
- 6、读此书是冲着“禅”一词来的，除了最开始作者介绍了画和人的关系，即建议每次心烦或紧张的时候，坐下来创作一部禅绕画，让心安宁。剩余的篇幅都是关于如何创作和绘画的技术性教学，每天一个花样案例、一个技法授予。其实，在专心做一件自己喜欢的事时，最容易达到冥想状态，因而此书对于绘画爱好者无疑提供了另一种艺术冥想的方式。禅是种境界，到达的方式因人而异吧。
- 7、方法超简单，画面效果又很赞~喜欢画笔记本神马的，可以来一本试试~
- 8、有点小贵的画册，午休前画几笔，只是为了提醒自己，在程序化的世界里不失灵动。
- 9、性价比不高~~~
- 10、艺术治疗，新名词，可以试试

《每天一幅禅绕画》

精彩书评

1、比《教你一次学会禅绕画》稍微难一点点，不过也还好。上海出版的这个纸质不错，挺厚实的，里面内容也详尽。个人感觉适合没有绘画基础（素描），但对于绘画很有悟性的人看。本人学画画出身，开了个小店，大家搜【禅绕家】即可，提供各种纸砖及禅绕用具。微博@禅绕网，欢迎分享交流晒单！

2、禅绕画通过简单的动作，配合呼吸的频率以及凝视与涂绘，便可以在短时间内消除内心烦躁，减轻疲劳感，找回身心的自然状态，让您放松大脑和心情，解除焦虑、疲惫，回到精神饱满、思维清晰的状态，就像从熟睡中自然醒来一样充满活力。希望有更多人和我一样喜欢画禅绕画。欢迎大家去我的个人主页看，我做了一个开始第一张禅绕画的视频哦！

《每天一幅禅绕画》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com