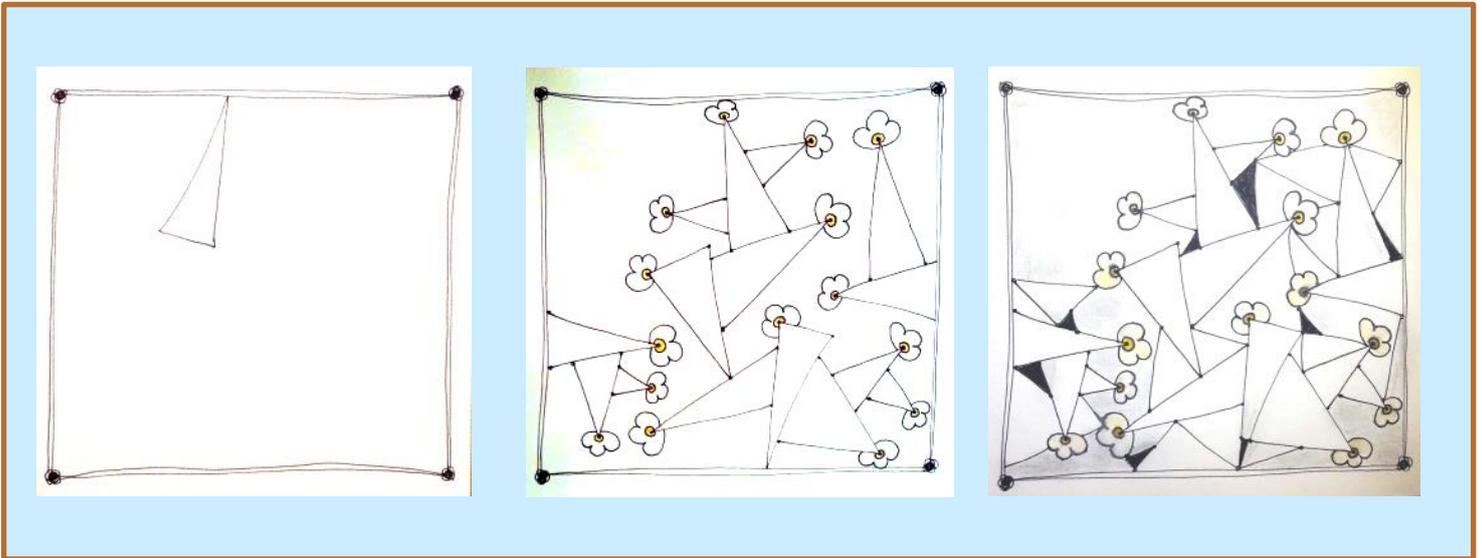


Zeit für dich

Meditatives Zeichnen!



Nimm dir ein weißes Blatt Papier oder einen Block. Die Seite kann 10x10 oder 15x15 cm groß sein.

Einen schwarzen Fineliner (Stabilo), einen Bleistift und Farbstifte.

1. Zeichne ein Quadrat mit vier Punkten und verbinde die Punkten mit doppelten Linien, wie auf dem ersten Bild zu sehen ist.
2. Lass in deinem Quadrat Dreiecke entstehen. Große, Kleine. Ohne zu überlegen. Drehe dein Papier dabei in alle Richtungen und zeichne, wie es dir gefällt.
3. Um einen Eckpunkt einzelner Dreiecke deiner Wahl zeichnest du eine dreiblättrige Blume mit einem Innenkreis, so wie du es auf der Abbildung 2 sehen kannst.
4. Male einige Felder schwarz an. Bleib entspannt! Nichts muss – alles darf sein!
5. Gebe den Blumen eine Farbe. Vielleicht möchtest du das Blatt noch mit einer anderen Farbe ausfüllen! Schau, wie es dir gefällt.
6. Wenn du Lust hast kannst du jetzt den Dreiecken Farbe geben. In der Abbildung 3 siehst du, dass ich die Dreiecke weiß gelassen habe.
7. Lege jetzt zum Abschluss noch Schattierungen mit deinem Bleistift an. Verwischen mit dem Finger die Schattierungen, das gibt einen schönen Effekt!

Fertig ist dein Kunstwerk!

