Workshop 7

未來學院2021年最後一場深度工作坊

禪繞人生－禪繞畫工作坊

美國夫婦Rick and Maria最早以畫植物起家，逐漸將花花草草延伸畫出禪繞畫Zentangle。禪繞畫是近年十分流行的療癒藝術，讓觀賞者及作畫者都能得到心靈及腦內的平靜，而有「腦內瑜珈」之別稱。

工具簡單，技巧不高深，無需經驗，「手殘」也可以畫，主要是讓作畫的人在繪畫簡單、有結構、麻麻密密而重複的圖案中慢慢放鬆，繼而減壓，療癒心靈。一枝針筆一張紙，就可以專注在自己的思緒上加以發揮，產生獨一無二的美與驚喜。

日期：12月17日(五)

時間：10:10-12:30

地點：綜合教學大樓FB106

教師：賴慧菁老師

賴慧菁老師

YunTech - College of Future

報名網址

https://webapp.yuntech.edu.tw/Activities/Activities/Details?activityID=50960

國立雲林科技大學 National Yunlin University of Science & Technology

國立雲林科技大學 未來學院 COLLEGE OF FUTURE

本活動由教育部高等教育深耕計畫經費補助