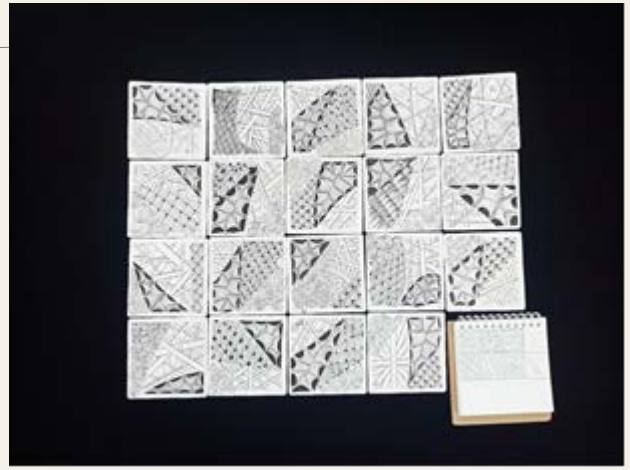
2020/04/30-禪繞畫

禪繞畫

從一筆一畫開始，培養靜心、自覺，練習放鬆，也是進入心靈的一項工具，從中釋放自己的焦慮煩躁，讓自己放下情緒，從而得到清楚的思緒，在這焦慮的年代，提供一個窗口安頓身心，期待能清楚思緒獲得解決當下困境的解答。

活動安排三場，於4/30、5/7、5/28邀請美國禪繞畫認證教師洪韻璇老師帶領，老師介紹禪繞畫的由來後，帶著同學以幾個基本線條IOCS靜心畫出自己的創作。第二場活動準備飲料環保袋，同學將圖案直接畫在背袋上，有趣又環保