

臺東縣社區大學與你的心靈旅程

靜心工作坊

蘇湘婷

白光天使國度光中心負責人
杏語心靈診所主任治療師

心理治療師



場次1 / 靜心瑜伽

- 106.01.11 (週三) 10:00~12:00
- 東大臺東校區教學大樓T104教室
- 本場次免費 / 請穿著好活動的服裝、自備瑜伽墊、保暖披肩、飲水
- 以瑜伽體位搭配箴言、帶動身體中氣的流動。
釋放鬱結阻塞、讓生命之氣順利循環、帶來正向能量。

場次2 / 願景曼陀羅彩繪

- 106.01.12 (週四) 13:00~16:00
- 東大臺東校區教學大樓T102教室
- 本場次免費
- 曼陀羅彩繪是一種協助人們靜心、專注、並回到核心的繪畫方式。介紹曼陀羅的背景知識、及基本圖型。接著以手邊常見的材料、元素、進行曼陀羅創作、並為自己帶來祝福。

場次3 / 大天使占卜卡解讀工作坊

- 106.01.13 (週五) 10:00~16:00
- 東大臺東校區教學大樓T104教室
- 本場次報名費200元
- 介紹15位大天使、與天使連結、開卡、淨化牌卡的方法，也實際練習不同牌陣的占卜。並給予在健康、事業、愛情等議題上的占卜技巧。
- 須自備「大天使神諭占卜卡」、中午備有便當。
(如需代購請務必於1/10前17:30完成繳費，牌卡950元/副。)



【注意事項】

- 為維持教學品質，所有場次均上限15人，額滿為止。
- 一律採線上報名，報名網址：<http://tcu.nttu.edu.tw> 線上選課，可報特定場次或全場次。
- 繳費地點：東大臺東校區教學大樓T111（原發中心）。
- 洽詢專線：089-335149。

