

我會說，  
生活不是缺乏美，而是缺乏感受。

文字、繪圖／許綵容

Let

NATURAL THROUGH  
AND THROUGH  
表 裡 自 然

樸實無華，  
以為枯燥的日常，  
每天都有它出乎意料的美。

讓

Profile

放下原本以為要過的生活，接納此時的自己。

拙拙地，融合感受畫自然與鳥類；

也教放鬆畫畫，願想創作的人都能自在去創作。

「放鬆感受，心就如天空開闊了。」



志學小徑



小燕鷗

the



壽豐的山

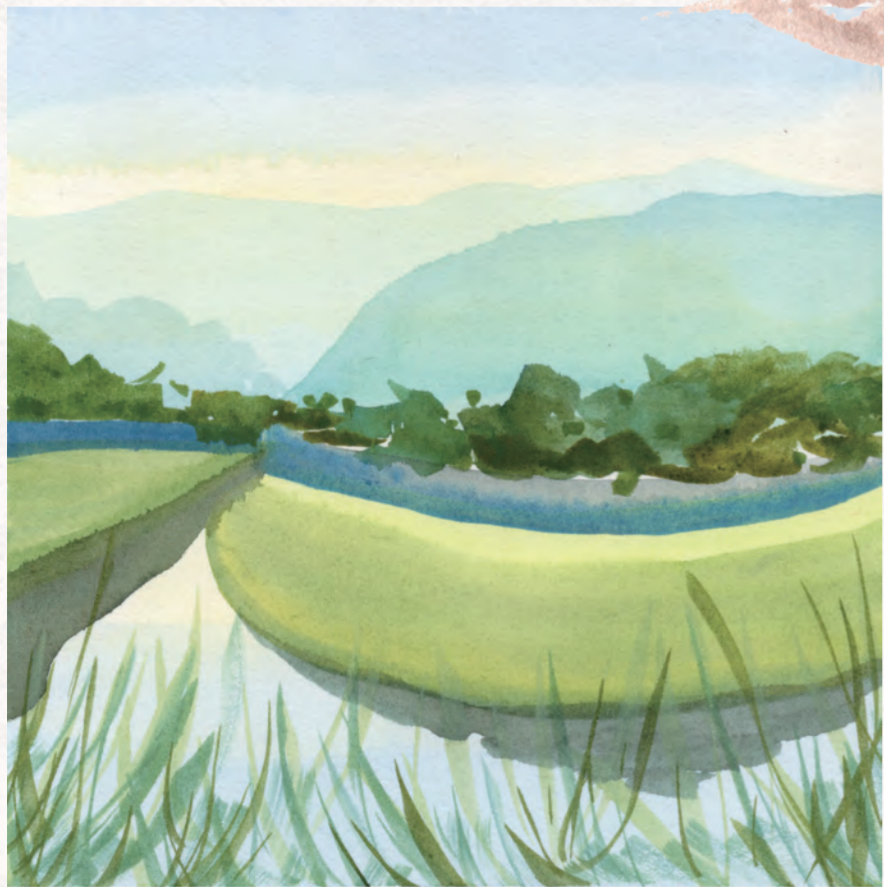


伯勞

萬物

騎車路上，  
山那邊的藍，  
比昨天再清澈許多。

World



美崙溪

流入



傍晚田邊

河堤邊的銀合歡枝條，  
站著一隻圓滾滾伯勞。

自身

Follow

將一切流入我的全身與心，

不排斥、不揀選，

接納所有，

流動自我的感受創造。

In

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| <b>1日/週三/</b><br><b>香氣在日常——精油整理活動</b><br>活動時間   14:00-16:00<br>小隱藝文空間<br>花蓮市建國路23號3樓<br>主辦單位   小隱藝文空間   | <b>1日/週三/.....4月30日/週四/</b><br><b>太極書法作品展覽</b><br>開幕   4月7日(二) 10:00<br>花蓮地政事務所<br>花蓮市府後路23號<br>09:00-17:00, 週六日休   | <b>1日/週三/.....5月3日/週日/</b><br><b>無垢雅集師生聯展</b><br>開幕   4月11日(六) 14:30<br>吉安好客藝術村吉野藝文館<br>花蓮縣吉安鄉慶豐村中山路三段477號<br>09:00-17:00, 週一休<br>主辦單位   顏文堂  | <b>3日/週五/ 4日/週六/</b><br><b>光和森林市集</b><br>活動時間   10:00-16:00<br>大農大富平地森林園區遊客中心<br>花蓮縣光復鄉農場路32號<br>主辦單位   林業及自然保育署花蓮分署  | <b>3日/週五/.....4月6日/週一/</b><br><b>2026花創嘻遊記——兒童節系列活動</b><br>活動時間   10:00-18:00<br>花蓮文創園區<br>花蓮市中華路144號<br>主辦單位   財團法人臺灣生活美學基金會   | <b>4日/週六/</b><br><b>薇真老師的變身公主魔法屋</b><br>活動時間   09:00-16:00<br>惠明藝術中心<br>花蓮市中和街214巷12號<br>主辦單位   惠明藝術中心  |
| <b>4日/週六/ 5日/週日/</b><br><b>支亞干考古學園   春季探索篇×玉路揚帆特展限定場</b><br>活動時間   10:00-12:00<br>支亞干考古學園<br>花蓮縣萬榮鄉西林村支亞干部落<br>主辦單位   花蓮縣考古博物館  | <b>4日/週六/.....4月26日/週日/</b><br><b>畫出我的電影大明星</b><br>花蓮鐵道文化園區二館<br>花蓮市福建街460號<br>10:00-18:00, 週一、二休   | <b>7日/週二/.....6月30日/週二/</b><br><b>在回家的路上——陳怡文個展</b><br>開幕   4月8日(三) 10:00<br>花蓮市公所市民藝廊<br>花蓮市林森路316號<br>08:00-12:00、13:30-17:30, 週六日休<br>主辦單位   花蓮市公所                               | <b>9日/週四/ 10日/週五/ 16日/週四/</b><br><b>人生下半場，我們的主場</b><br>4月9日(四)、4月10日(五) 09:00-18:00<br>生成式AI——自媒體實戰經營<br>4月16日(四) 13:00-17:00<br>放出好運——面相彩妝，雙向加持，基礎彩妝教學<br>花蓮文創園區第9棟<br>花蓮市中華路144號<br>主辦單位   樂夢工廠 | <b>9日/週四/ 10日/週五/</b><br><b>林間&amp;水墨畫</b><br>活動時間   10:00-12:00<br>松園別館<br>花蓮市松園街65號<br>主辦單位   松園別館  | <b>10日/週五/.....6月21日/週日/</b><br><b>成為這樣的形狀——王志文雕塑個展 / 大廳</b><br><b>流金歲月——廖清雲80回顧展 / 第一企劃室</b><br>花蓮縣石雕博物館<br>花蓮市文復路6號<br>09:00-17:00, 週一及國定假日休<br>主辦單位   花蓮縣文化局 |
| <b>11日/週六/</b><br><b>林田山·森學時光   系列講座</b><br>老樹日記：聽森林的故事<br>講者   詹鳳春<br>活動時間   14:00-15:30<br>林田山林業文化園區第30棟<br>花蓮縣鳳林鎮林森路99巷99號<br>主辦單位   林業及自然保育署花蓮分署                                | <b>11日/週六/</b><br><b>誠品姐姐說故事《好累好累的動物園》</b><br>活動時間   15:00-15:30<br>誠品書店FORUM<br>花蓮市和平路581號遠東百貨2樓<br>主辦單位   誠品書店  | <b>11日/週六/</b><br><b>吉他強化工作坊——藍調即興實踐：從經典Licks到個人風格發展</b><br>活動時間   15:00-17:00<br>惠明藝術中心<br>花蓮市中和街214巷12號<br>主辦單位   惠明藝術中心  | <b>11日/週六/ 25日/週六/</b><br><b>第八屆少年選書師初賽國中組</b><br>中區   4月11日(六) 09:30<br>鳳林國中2樓視聽室(花蓮縣鳳林鎮光復路8號)<br>南區   4月25日(六) 09:30<br>玉里高中4-2會議室(花蓮縣玉里鎮中華路424號)<br>主辦單位   花蓮縣文化局                              | <b>11日/週六/ 18日/週六/ 25日/週六/</b><br><b>健康故事屋說故事</b><br>4月11日 送給爸爸的小船   鄭妹<br>4月18日 1、2、3飛吧!   魏怡齡<br>4月25日 小圓的魔鏡   李青靜<br>活動時間   10:30-11:30<br>慈濟大學建國校區智耕樓B1<br>花蓮市建國路二段880號<br>主辦單位   社團法人聚落書坊文教發展協會、慈濟大學 |   |
| <b>11日/週六/ 12日/週日/</b><br><b>書流花蓮中區——相約吉卡書岸</b><br>活動時間   12:00-18:00<br>老溪光榮Rinahem水岸<br>花蓮縣壽豐鄉光榮村樂村三街街底<br>主辦單位   豐盛書店  | <b>11日/週六/ 12日/週日/ 25日/週六/ 26日/週日/</b><br><b>花蓮日出藝文基地——4月演出</b><br>活動時間   下午17:30開始<br>日出大道B段<br>花蓮市自由街60號前<br>主辦單位   花蓮縣文化局  | <b>12日/週日/</b><br><b>七七高地會記得哪些事——植物走讀與拓印</b><br>講師   黃瀚峻<br>活動時間   08:30-12:30<br>七七高地·時光二手書店<br>主辦單位   時光書店  | <b>15日/週三/.....5月15日/週五/</b><br><b>木樂·趣——谷孟芸創意手作展</b><br>郭子究音樂文化館<br>花蓮市民權七街1巷3號<br>10:00-15:00, 週一、二休<br>主辦單位   花蓮縣文化局   | <b>15日/週三/</b><br><b>塔羅心靈之旅</b><br>活動時間   14:00-17:00<br>松園別館<br>花蓮市松園街65號<br>主辦單位   松園別館   | <b>17日/週五/</b><br><b>管杯杯×藍曬明信片體驗課程</b><br>活動時間   10:00-12:00<br>松園別館<br>花蓮市松園街65號<br>主辦單位   松園別館  |
| <b>18日/週六/</b><br><b>無限的妳影展《九十歲有什麼可喜可賀》</b><br>與談   莊慧秋<br>活動時間   09:00-12:00<br>花蓮鐵道電影院<br>花蓮市中山路71號<br>主辦單位   花蓮縣政府、花蓮縣性別平等辦公室、花蓮縣婦女福利服務中心  | <b>18日/週六/</b><br><b>黃勻弦作品選   停格偶動畫裡的地方風景</b><br>《山川壯麗》+《當一個人》+《我是陳派派》選映<br>映後座談   黃勻弦<br>活動時間   14:00<br>花蓮鐵道電影院<br>花蓮市中山路71號  | <b>18日/週六/</b><br><b>世界展望會×地味尋香工作坊</b><br>活動時間   14:00-17:00<br>世界展望會東區光復據點<br>花蓮縣光復鄉中華路217號<br>主辦單位   世界展望會  | <b>18日/週六/</b><br><b>心森&amp;漂流空風</b><br>活動時間   14:00-15:00<br>松園別館<br>花蓮市松園街65號<br>主辦單位   松園別館  | <b>18日/週六/ 19日/週日/</b><br><b>115年玩藝列車《頑鼓JUMP!擊》</b><br>演出單位   舞劇團演擊樂場<br>4月18日(六) 15:00<br>玉里鎮中正堂(花蓮縣玉里鎮中正路148號)<br>4月19日(日) 15:00<br>鳳林國小活動中心(花蓮縣鳳林鎮中正路二段1號)<br>主辦單位   花蓮縣文化局                            | <b>18日/週六/.....6月1日/週一/</b><br><b>波蘭攝影家Karolina Wojtas 駐村成果展</b><br>開幕   4月18日(六) 14:00-16:00<br>好地下藝術空間<br>花蓮市節約街37號B1<br>12:00-20:00, 週二三四休<br>主辦單位   好地下藝術空間 |
| <b>19日/週日/</b><br><b>偶動畫製作工作坊</b><br>講者   黃勻弦、唐治中<br>活動時間   08:00<br>花蓮鐵道文化園區<br>花蓮市中山路71號  | <b>24日/週五/</b><br><b>書法啟程——一起來寫字</b><br>活動時間   14:00-16:00<br>小隱藝文空間<br>花蓮市建國路23號3樓<br>主辦單位   小隱藝文空間  | <b>25日/週六/</b><br><b>陽傘彩繪之美</b><br>活動時間   14:00<br>吉安好客藝術村研習教室<br>花蓮縣吉安鄉中山路三段477號<br>主辦單位   游翠綺   | <b>25日/週六/</b><br><b>惠明藝術中心×武哥理髮廳——今晚不剪頭，我們只彈琴!</b><br>活動時間   19:00-21:00<br>武哥美髮<br>花蓮市延平街40號<br>主辦單位   惠明藝術中心   | <b>25日/週六/ 26日/週日/</b><br><b>書流花蓮北區——書的100種浪漫，創作者</b><br>活動時間   11:00-18:00<br>松園別館<br>花蓮市松園街65號<br>花蓮港放送局1944<br>花蓮市松園街96號<br>主辦單位   光之島文化藝術基金會  | <b>26日/週日/</b><br><b>走走電影院×手作靜心</b><br>你好，地球! 短片選<br>映後活動   張華姍<br>活動時間   14:00<br>花蓮鐵道電影院<br>花蓮市中山路71號   |
| <b>29日/週三/ 30日/週四/</b><br><b>表演藝術創作工作坊</b><br>4月29日(三)<br>《觀看演出的另一種觀看》   林安雲<br>4月30日(四)<br>《滿仔尾拾碎：自由街區的影像街拍》   林彥勳<br>活動時間   18:30-21:30<br>花蓮日出藝文基地<br>花蓮市自由街60號<br>主辦單位   花蓮縣文化局 | <b>30日/週四/.....5月31日/週日/</b><br><b>Becoming Still潛靜——蔡青衿個展 / 一樓B展廳</b><br><b>更生耕生——廖慶華正能量書法展 / 一樓C展廳</b><br><b>藝路向東——2026馬祖旅台藝術家聯展 / 一樓D展廳</b><br>花蓮美術館<br>花蓮市文復路4號<br>09:00-17:00, 週一及國定假日休<br>主辦單位   花蓮縣文化局 | <b>即日起.....4月13日/週一/</b><br><b>嶺與地之歌 Songs from Hill and Land 楊斯云個展</b><br>4月12日(日) 14:00-16:00<br>專家對談   楊斯云、陳佳琦<br>好地下藝術空間<br>花蓮市節約街37號B1<br>12:00-20:00, 週二三四休<br>主辦單位   好地下藝術空間 | <b>即日起.....4月19日/週日/</b><br><b>等待靈魂(五)生活與美學——李宏彬師生聯展</b><br>花蓮文創園區 第23-1棟<br>花蓮市中華路144號<br>週二至週五 13:00-17:00、週六日 11:00-17:00, 週一休<br>主辦單位   財團法人臺灣生活美學基金會   | <b>即日起.....4月26日/週日/</b><br><b>萬象——鄒瑞騰木雕展 / 一樓B展廳</b><br><b>曾在此處——林姿吟個展 / 一樓C展廳</b><br><b>跡韻——2026花蓮縣立國民中小學藝術才能美術班畢業聯展 / 一樓D展廳</b><br>花蓮美術館<br>花蓮市文復路4號<br>09:00-17:00, 週一及國定假日休<br>主辦單位   花蓮縣文化局         |   |
| <b>即日起.....4月26日/週日/</b><br><b>美力花蓮·藝起共好</b><br>維納斯藝廊<br>花蓮市永興路6-5號<br>10:00-17:00, 週六日休  | <b>即日起.....5月10日/週日/</b><br><b>花創角色星旅號——POP UP可愛能量展</b><br>花蓮文創園區第7棟<br>花蓮市中華路144號<br>10:00-18:00, 週一休<br>主辦單位   財團法人臺灣生活美學基金會  | <b>即日起.....5月23日/週六/</b><br><b>解癮——反毒教育特展</b><br>花蓮文創園區第17-1棟<br>花蓮市中華路144號<br>10:00-18:00, 週一休<br>主辦單位   教育部   | <b>即日起.....5月24日/週日/</b><br><b>史前餐會——翻動地層裡的飲食故事</b><br>花蓮縣考古博物館二館豐田村移民指導所事務室<br>花蓮縣壽豐鄉文化街2-2號<br>09:30-16:30, 週一、二休<br>主辦單位   花蓮縣考古博物館  | <b>即日起.....7月18日/週六/</b><br><b>吾與為樂——文化尋根創藝藝文版畫典藏展</b><br>參展藝術家<br>陳庭詩、陳其茂、朱為白、廖修平、林智信、陳國展、李錫奇、倪朝龍、鐘有輝、林鏡堂<br>創價美術館花蓮館<br>花蓮市富裕街71號<br>09:30-17:00, 週六日一、二休   | <b>即日起.....9月30日/週三/</b><br><b>玉路揚帆——史前臺灣玉貿易特展</b><br>花蓮縣考古博物館<br>花蓮縣壽豐鄉豐山村市場1號<br>09:30-17:00, 週一、二休<br>主辦單位   花蓮縣考古博物館  |
| <b>常設</b><br><b>石沉製造——從產地到日常</b><br>花蓮縣石雕博物館第二企劃室<br>花蓮市文復路6號<br>09:00-17:00, 週一及國定假日休<br>主辦單位   花蓮縣文化局   | <b>每週一</b><br><b>《中年之路》讀書會</b><br>017 Cafe<br>花蓮市博愛街325號<br>19:00-21:00   | <b>每週二至週日</b><br><b>繪本故事屋 Little Book Land</b><br>花蓮文創園區第6棟<br>花蓮市中華路144號<br>10:00-18:00, 週一休<br>主辦單位   財團法人臺灣生活美學基金會   | <b>每週三</b><br><b>星期三看日出嗎?——日出×香氣</b><br>花蓮美商匹加生活模室貳號<br>花蓮市中興路2-1號<br>日出時分前半小時<br>主辦單位   小隱藝文空間   | <b>每週六</b><br><b>在地小農市集</b><br>花蓮鐵道文化園區二館<br>花蓮市福建街460號<br>08:00-11:30<br>主辦單位   花蓮好市集  | <b>每週六日</b><br><b>釀市集·醇音樂</b><br>本月主題   心情生活節<br>花蓮文創園區<br>花蓮市中華路144號<br>11:00-17:00<br>主辦單位   財團法人臺灣生活美學基金會  |