

ドットマンダラアート Dot Mandala Art Workshop



As a way to introduce Indian art to the people of Tokushima, I organized a Dot Mandala Art workshop, an ancient Indian art which is said to help relieve stress and improve concentration.

We started with a small introductory presentation, followed by drawing a rough sketch on your choice of plate while referring to a dot mandala design. The dots were made using things that are easily available such as toothpicks, wooden chopsticks and dot pens. It was a very fun session with some creative and well balanced designs!

徳島の方々にインドの芸術を紹介する方法の一つとして、ドットマンダラアートのワークショップを開催しました。ドットマンダラアートとは、古くから伝わるインドの芸術であり、ストレスを軽減し、集中力を高める効果があると言われています。

まず、最初にこのアートについての簡単なプレゼンテーションを行いました。その後、ドットマンダラのデザインを参考にしながら、それぞれが選んだお皿に下書きしました。ドットは、爪楊枝や割り箸、ドットペンなど身近にある道具を使って簡単に作ることができます。創造性に富んでいてバランスの取れた作品がたくさん出来上がり、とても楽しいワークショップとなりました。

