



LETNÍ GALERIJNÍ VÝZVA 2

2 měsíce, 9 týdnů, 63 dnů, 1488 hodin ...

Ať už jste kdekoliv, vytvořte cokoliv!

Týden co týden sledujte teď,
naš výtvarný a nápaditý svět
a naši facebookovou zed'

6 až 99 let, to je pro tvorbu ideální věk
bez přihlašování a rezervace

Většina z nás má nějaký osobní rituál. Ať už vědomě či nevědomě opakujeme stejné činnosti před nebo po určité události. Máte nějaké osobní pravidlo či postup pro seznámení se s nově koupenou nebo darovanou věcí? Váš vytvořený zápisník si právě takové malé rituální seznámení zaslouží, protože s Vámi projde dlouhou cestu letních prázdnin a bude Vaší součástí.

CO POTŘEBUJETE?

Najděte nebo si vytvořte obřadní místo, kde se budete cítit příjemně. Připravte si cokoliv, díky čemu Vám při takovém rituálu bude dobře – svíčku, čaj, hudbu, polštářek na sezení. Oblékněte se do Vašeho oblíbeného a pohodlného oblečení, které bude součástí celé akce. Posad'te se na zem a položte před sebe zápisník. Zavřete oči, položte si dlaně nejprve na obličej, zhluboka se nadechněte a vydechněte. Pomalu přesuňte ruce na břicho, nechte oči stále zavřené a znovu se prodýchejte. Nakonec přesuňte ruce na Váš deník a dýchání do třetice zopakujte.

Otevřete oči a seznámete se s notesem – představte se mu, řekněte, k čemu všemu ho budete používat, co do něho budete zaznamenávat a jaký systém psaní zvolíte (znaky, kódy, písmo a jejich kombinace). Nezapomeňte ale na to nejdůležitější – pojmenujte ho!

NEVÍTE SI RADY?

Pro navození té správné atmosféry doporučujeme přípravu čaje, která je sama o sobě také historickým a velmi oblíbeným rituálem.

<https://www.oriental.cz/clanky/cinsky-cajovy-ritual-gong-fu-cha/>

A CO NA TO UMČO?

Rituálu a s ním spojeným hlubokomyslným úvahám o existenci a vlivu člověka žijícího v souladu s přírodou se ve svých dílech věnovala řada výtvarných umělců. Tomáš Ruller, Jana Želibská nebo Milan Knížák se tak opakovaně stávali při své tvorbě novodobými šamany.