



## SIMPLY BLUE! IN CHALLENGING TIMES cimű projektünk leírása

Ez a társadalmi művészeti projekt különösen alkalmas mentális egyensúly megteremtésére különösen nehéz időkben. Jótékony hatásait eddig már 60 nemzet emberei tapasztalták meg. Újra útra indítjuk most ezt a projektet egy kissé módosított, a jelenlegi igényekhez igazított munka útmutatóval.

### Hogy fogunk dolgozni?

- 40 napon át, naponta
- egy saját magunk által választott és naponta megismétlődő időpontban
- négyzetes formátumon,
- fehér legyen a papír, de mindegy hogy milyen minőségű és naponta lehet más módon
- ezen kívül egy tintát „radirozó“ filztollra van szükség (ink eraser, Tintenlöschstift, Tintenkiller...). Ha nincs, akkor egy fehér gél toll, vagy egyéb fehér íróeszköz is megteszi.
- Formátum: 10 x 10 cm és / vagy 15 x 15 cm

### Össze fog minket tartani egy láthatatlan hálózat

A világ minden részéről lesz majd résztvevő. Minannyian aggódunk, de megpróbáljuk az a reményt is táplálni a lelkünkben, hogy emberségünket baj nem érheti ebben a nagy, járvány okozta válságban sem.

Arra törekszünk, hogy legalább egy kevés önrendelkezést fenntartsunk még tehetetlen helyzetekben is, és még ilyen időkben sem váljunk vakká a világban a jószág, szépség és igazság iránt.

### Szembe szállunk az elszigeteltséggel

és meditációs művészeti gyakorlatokon keresztül új módon teremtünk majd kapcsolatokat egymással az egész világon.

### Mit kell előkészítenünk?

40 db kartont 10 x 10 vagy 15 x 15 cm-es formátumban

1 üveg kék tintát

2 Tintatörölő filctollat M-esek legyenek és ne legyen csapott a végük

1 db 3-4 cm széles ecset (nem kell naponta kimosni!)

## Mi kerüljön a papírra?

Három napos egységekben dolgozunk.

Fessen be minden egyes nap egy papírt teljesen a tintával és haggya a papírt megszáradni.

Ügyeljen rá, hogy festő mozdulatai nyugodtak és békések legyenek.

A következő lépés minden nap az lesz, hogy egy mandala jellegű rajzot visz fel erre a kék felületre a tintatörő filctollal. A rajzoláshoz ne használjon semmi segítő eszközt. 1. nap induljon el a lap közeopétől és a széle felé haladjon. 2. nap a lap szélétől induljon és a közepe felé haladjon és sőt fejezze be a munkát. Harmadik nap pedig sem a lap lözepén, sem a lap szélén ne kezdje, hanem a kettő között és felváltva a szél és központ felé dolgozzon.

Igy folytassa a munkát, a negyedik nap megint úgy mint az első napon, az ötödik napon, mint a második napon, stb.

Ne javítson a képeket később, ha lehet.

A lap hátoldalán jegyezze fel a dátumot és ha akarja, gondolatait is.

Ezen jegyzetek formája teljesen szabad, lehet próza, vers, bármi...

## Megoszthatom?

Aki szeretné, megoszthat képeket a műveiről, de akár a gondolatait is a Facebook SIMPLY BLUE! IN CHALLENGING TIMES nevű zárt csoport oldalán. Ebbe a csoportba kizárólag a CHALLENGING TIMES nevű projektjeink tagjai kapnak felvételt

Tudjuk, hogy nem mindenki szereti a Facebookot ... de távoli országokból is számítunk résztvevőkre és így a Facebookon keresztül tudjuk legegyszerűbben megosztani képeinket.

## A projektpósta

A résztvevők rendszeresen kapnak majd email postát. Ezek tükrözik majd mindazt, amit a projekt menedzsere a résztvevők köréből hall, kérdéseikre felel és ötleteke is ad. Az email-levelek erősíteni fogják mindannyiunkban azt az érzést, hogy egy nagy lüktető szívű közösség tagjai vagyunk.

## Mikor indulunk és meddig tart a projekt?

április 1-étől indulunk, mindenki akkor, amikor tudomást szerzett a projektről, 40 napon át dolgozunk, naponta.

## Hova kérdésekkel? Ide!

Nicoletta Artuso

Anthroposophische Kunsttherapeutin, Karlsruhe

[www.kunsttherapie-karlsruhe.de](http://www.kunsttherapie-karlsruhe.de)

[nicoletta@kunsttherapie-karlsruhe.de](mailto:nicoletta@kunsttherapie-karlsruhe.de)