

ĮVADAS LABIRINAS

Sveiki atvykę į labirintą. Šios trumpos pastabos yra skirtos šiek tiek supažindinti su labirintu istorija, taip pat pasiūlyti keletą patarimų, kaip jūs galite nueiti vaikščiodami po vieną. Mėgaukitės savo pasivaikščiavimo.

KAS YRA LABIRINAS?

Labirintas yra vienas kelias link centro - nėra pamiškių ar aklų praėjimo takų pasiklysti. Paprastai, remiantis daugeliu kitų būdų, labirintas gali būti nupieštas ant drobės, nupjautas vejoje arba visam laikui pastatytas ant grindų - be daugelio kitų galimybių.

Labirintus galima rasti visame pasaulyje ir turėti ilgą istoriją. Įprasti modeliai, išgraviruoti į žemę, įmūryti akmenyje arba pažymėti ant olų sienų, aptikti daugelyje skirtingų vietų, taip pat daugelyje senovės tekstų piešinių. Jie vaizduojami daugelyje Romos mozaikų ir buvo įstatyti į daugelio didžiųjų Europos katedrų grindis.

Pvz., Chartres mieste Prancūzijoje garsų labirintą vaikščiojo piligrimai, kurie negalėjo keliauti į Jeruzalę.

Vaikščiojimas labirintais nėra tik praktika, kuria mėgaujamasi vakaruose, - labirintai būdingi Amerikos indėnų, indų, budistų, džainų ir kitoms tikėjimo tradicijoms, jais vaikšto daugybė žmonių, kurie taip pat neturi tikėjimo. Labirintai ypač išpopuliarėjo pastaraisiais metais po to, kai dešimtajame dešimtmetyje San Fransisko Grace katedroje buvo pastatytas ant drobės atspausdintas labirintas (užuot nuolat pastatytas ant grindų).

Šiandien daugelis žmonių eina labirintais medituoti, reflektuoti ar trumpam atsiriboti nuo kasdienybės. Daugelis žmonių teigia, kad vaikščiojant ar po jo jaučiasi įkvėpti, pakelti ar įkvėpti, tačiau dažniausiai jaučia ramybę.

Jei tai nieko daugiau nepasiūlytų, labirinte yra saugi erdvė, kurioje galite pabūti su savimi ir nereikalauti iš jūsų nieko, išskyrus tai, kad padėjote vieną koją priešais kitą ir kvėpuojate!

LABIRINO PASIEKIMAS

Viskas, ko reikia vaikščioti labirintu, yra pradėti nuo pradžių ir judėti savo tempu link centro. Galbūt norėsite sutelkti dėmesį į tam tikrą mintį ar klausimą eidami, tiesiog pastebėję, kaip kojos sukasi ir juda, kai einate, ar atkreipkite dėmesį į kvėpavimą.

Priešingu atveju kiek įmanoma stenkitės ištuštinti užimtas mintis, tačiau nesijaudinkite per daug dėl galimų minčių ar jausmų.

Pėsčiomis galite jaustis linkę vaikščioti greičiau ir kartais lėčiau nei kiti, galbūt kartais norėdami sustoti. Jums gali prireikti kartais apeiti pro šalį einantį asmenį, kuris eina prieš jus, arba kitiems gali tekti praeiti pro jus. Pasivaikščiavimas nėra varžybos ir nesvarbu, ar nepasieksite centro.

Skirkite laiką, kurį jums reikia atvykti į centrą, ir ilsėkitės ten, jei norite (sėskite, atsistokite, atsiklaupkite ar kas tinka). Kai būsite pasiruošę, palikite labirintą keliu, esančiu priešais tą, nuo kurio įėjote į centrą (arba atgal tuo pačiu keliu, jei labirintas turi tik vieną kelią).

Jei keli žmonės laukia, kol pateks į labirintą iš karto, šeimininkas (jei jų yra) nurodys, kada galbūt norėsite pradėti savo pasivaikščiavimą, kad tarp kiekvieno žmogaus pradžioje būtų šiek tiek vietos. Jie taip pat nurodys, kada labirintas yra atidarytas vaikščiojimui, paprastai suskambus mažam varpeliui (nereikia skubėti pradėti vaikščioti, kol nepasijusi pasiruošęs - skirkite laiko).

Panašiai, artėjant prieinamo laiko pabaigos, šeimininkas gali uždaryti pasivaikščiavimą kitu skambėjimo signalu. Daugumai žmonių patinka sėdėti ir apmąstyti savo eisną prieš skubant, o kai kurie gali įrašyti į nešiojamąjį kompiuterį atspindį, kurį gali laikyti su savimi.

Žinoma, jei jūs einate labirintu vienas arba nėra šeimininko, tada tiesiog pasinaudokite savo nuožiūra apie tai, kada pradėsite ir baigsite savo pasivaikščiavimą.

Pasivaikščiojimo pasiūlymai

Nors nėra griežtų ir greitų vaikščiojimo labirintu taisyklių, reikėtų nepamiršti šių rekomendacijų:

- Jei galite, prieš eidami labirintu, nuimkite batus ar batus, ypač jei jie purvini. Tai padės išsaugoti labirinto gyvenimą.
- Išjunkite mobiliuosius telefonus ir venkite kalbėti, jei galite vaikščiodami ir laukdami, kol kiti pradės ar baigs savo vaikščiojimą. Negalima bėgti labirinte.
- Ištieskite rankas, eikite bet koku tempu ir darykite viską, kas tiktų labirintui, tačiau nepamirškite ir gerbkite kitų interesus.
- Pasivaikščioję pėsčiomis, atsižvelgdami į patarimus, kuriuos gali pasiūlyti šeimininkas, galbūt norėsite grįžti į savo vietą po savo pasivaikščiojimo, jei kiti vis dar vaikšto, arba tiesiog ramiai išeiti.

Vieninteliai tikri dalykai, kuriuos reikia atsiminti, yra gerbti kitus vaikštynes ir gerbti patį labirintą (kad jis per greitai nenusidėvėtų ar nesugadintų). Galbūt norėsite prižiūrėti jaunesnius vaikus, kol jie vaikščios.

PO SAVO KELIONĖS

Jei jums patiko jūsų pasivaikščiojimas ir jums gali būti įdomu sužinoti daugiau apie labirintus, galbūt norėtumėte apsilankyti „Labyrinth Launchpad“ svetainėje www.labyrinthlaunchpad.org, kur yra daugybė svetainių, knygų, „YouTube“ vaizdo įrašų ir internetinių transliacijų (įvairiomis kalbomis). Tai apima „Labirinto ieškiklį“, internetinę paieškos įrangą labirintams, kurie gali būti šalia, kur esate, surasti.