

MENGENUT KANGGO BASA

Sugeng rawuh ing labyrinth. Cathetan ringkes iki ditujokake kanggo ngenalake sejarah labyrinth, uga menehi sawetara pandhuan babagan carane sampeyan pengin nyedhaki. Seneng mlaku-mlaku.

APA APAK LABYRINTH?

Labyrinth minangka dalan tunggal, menyang tengah-tengah - ora ana mburi sing mati utawa dalan-dalan buta kanggo ilang. Biasane ngetutake salah sawijining pola sing umum, labirin bisa dicet menyang kanvas, dicelupake ing pekarangan, utawa kanthi permanen dilelehake ing lantai - kanthi akeh kemungkinan liyane.

Labyrinths bisa ditemokake ing saindenging jagad, lan duwe sejarah dawa. Pola umum sing dideleng menyang lemah, dipasangake ing watu, utawa dicentang ing tembok guwa wis ditemokake ing macem-macem papan, uga ing gambar ing teks kuna. Fitur kasebut ing pirang-pirang mozek Romawi, lan dilebokake ing jubin akeh katedral gedhe Eropa.

Ing Chartres ing Prancis, umpamane labirin sing kondhang digunakake ing jamaah sing ora bisa lelungan menyang Yerusalem.

Nanging, lumampah labyrinth ora mung praktik sing disenengi ing fitur kulon-labyrinth ing Native American, Hindu, Buddha, Jain, lan tradhisi iman liyane, lan mlaku dening akeh wong sing ora duwe iman. Labyrinths wis misuwur ing taun-taun kepungkur wiwit labyrinth dicithak ing kanvas (tinimbang kudu tetep dipasang ing lantai) digawe kanggo Katedral Grace ing San Francisco ing taun 1990-an.

Saiki, akeh wong mlaku labyrinths kanggo meditasi, nuduhake, utawa copot saka saben dinane sedhela. Akeh wong sing nglaporake aran inspirasi, diangkat, utawa duwe inspirasi inspirasi sajrone utawa sawise mlaku, nanging umume ngalami rasa tentrem. Yen ora ana tawaran liyane, labirin kasebut nyedhiyakake papan sing aman ing ngendi sampeyan bisa dadi siji karo awake dhewe, ora njaluk apa-apa saka sampeyan liyane kajaba sampeyan sijine sikil siji ing ngarepe liyane lan ambegan!

MUNGKUR ING KABEH

Kabeh sing perlu kanggo mlaku labyrinth yaiku kanggo miwiti lan miwiti kanthi cepet menyang tengah. Sampeyan bisa uga pengin fokus ing pamikiran utawa pitakonan tartamtu nalika sampeyan mlaku-mlaku, mung ora weruh kepiye gerbang sikil lan mlaku nalika sampeyan mlaku, utawa ngrungokake ambegan sampeyan.

Yen ora, coba pikirake mikir babagan pikirane sing sibuk, nanging aja kuwatir karo pikirane utawa perasaan.

Sajrone mlaku-mlaku, sampeyan bisa uga rumangsa bisa mlaku kanthi cepet lan uga luwih alon tinimbang sing liyane, bisa uga kadang-kadang pengin mandheg. Kadhangkala, sampeyan kudu sidestep kanggo pass dening wong sing mlaku ing ngarep sampeyan, utawa liya-liyane bisa uga kudu ngliwati sampeyan. Lumaku dudu balapan, lan ora dadi masalah yen sampeyan ora tekan tengah.

Entuk apa wae wektu sing kudu teka ing tengah, lan ing sawetara wektu yen sampeyan pengin (lenggah, ngadeg, lutut utawa apa wae sing rumangsa bener). Yen wis siyap, tinggalake labirin kanthi dalan sing padha karo sing sampeyan mlebu ing tengah (utawa bali ing dalan sing padha yen labirin mung siji dalan).

Yen sawetara wong sing nunggu ngetik labyrinth, host (yen ana) bakal nunjukake nalika sampeyan pengin miwiti mlaku-mlaku, supaya sithik sawetara papan ing wiwitan. Dheweke uga bakal menehi tandha nalika labyrinth mbukak kanggo mlaku, biasane kanthi muni lonceng cilik (ora perlu cepet-cepet miwiti mlaku-mlaku nganti sampeyan rumangsa siap-ngenteni wektu).

Kajaba iku, nalika nyedhaki pungkasane wektu sing kasedhiya, host bisa nutup acara sing mlaku kanthi cincin liyane. Umume wong seneng njagong lan nuduhake bayangane sadurunge cepet-cepet, lan ana uga sing bisa nggambarake refleksi ing buku noto supaya bisa uga tetep.

Mesthi yen sampeyan lagi mlaku labirin, utawa ora ana host, banjur gunakake pengadilan sampeyan dhewe nalika miwiti lan rampung.

GAMBANG UNTUK WALKING

Nalika ora ana aturan sing angel lan cepet kanggo mlaku labirin, ing ngisor iki bisa uga dadi pedoman sing bisa dielingi:

- Yen sampeyan bisa, mangga nyopot sapatu utawa sepatu sadurunge mlaku labirin, utamane yen lagi mudhek. Iki bakal mbantu njaga gesang labirin.
- Mangga mateni ponsel, lan aja bicara yen sampeyan lagi mlaku-mlaku lan nalika nggenteni wong liya miwiti utawa rampung. Aja mbukak ing labirin.
- Nyekeli tangan, mlaku kanthi cepet, lan tindakake apa wae sing dirasakake ing labirin - nanging elinga lan ngormati kepentingan wong liya.
- Ing dalan sing dadi tuan rumah, gumantung karo saran sing bakal ditawakake host, sampeyan bisa bali menyang kursi kanthi tenang sawise mlaku-mlaku yen liyane isih mlaku-mlaku, utawa mung kanthi tenang.

Sing penting mung kudu dieling-eling yaiku ngormati walker liyane, lan ngormati labirin kasebut dhewe (supaya ora rusak utawa rusak banget). Sampeyan bisa uga pengin ngawasi bocah sing luwih enom nalika lagi mlaku.

SELEPASAN WALK

Yen sampeyan seneng mlaku-mlaku, lan bisa uga kepengin ngerteni luwih akeh babagan labyrinth, sampeyan bisa uga ngunjungi situs web Labyrinth Launchpad, www.labyrinthlaunchpad.org, ing endi ana macem-macem situs web, buku, video YouTube lan podcast sing kadhaptar (ing macem-macem basa). Iki kalebu 'The Labyrinth Locator', fasilitas telusuran online kanggo nemokake labyrinth sing bisa uga cedhak karo sampeyan.