**КСК «Дворец Труда и Согласия» 35 творческий сезон 2014-2015г.**

1. Участие в Дне китайской культуры 13.09.2014. 18.00

 Антикафе «Пурпурный квадрат». Кирова – 43.

**Мастер – класс по изготовлению лотосов (18 человек)**

Участие выразилось в мастер-классе по изготовлению лотосов (стиль-оригами, из цветочной бумаги). Полностью ознакомились со всеми циклами создания лотосов 18 человек, получив самостоятельно изготовленные бумажные цветы в подарок.

Мастер-класс по изготовлению лотосов сопровождался рассказом о символике восточной культуры: лотос в восточных странах символизирует красоту самосовершенствования, мудрость. Изготовление лотосов и рассказ о восточной символике способствовали комплексному раскрытию творческого потенциала у участников мастер-класса, гармонизации их эмоций, настроения, рефлексии о человеческой природе, истоках мудрости, целях самосовершенствования в соответствии с принципами Истина, Доброта и Терпение, толерантности общения с окружающим миром. Мастер-класс сопровождался медитативной китайской музыкой, что также способствовало навыкам слушать себя, проявлению милосердия и доброты, пониманию менталитета другого народа, его культуры.

Многие участники мастер-класса отметили освобождение от негативных эмоций, открытие в себе новых граней доброты. Буквально все были внешне очень рады самостоятельно сотворённым бумажным лотосам.

1. **Мастер-класс по обучению «Цигун».**

Мастер класс по обучению «Цигун» в условиях улицы в достаточно прохладное время года, тем не менее, позволяет достичь целей оздоровления, гармонизации эмоций и настроения, в чём и смогли убедиться Красноярцы, пожелавшие поучаствовать в мастер – классе. Уличный мастер-класс, в отличие от подобного мастер-класса в условиях помещения, способствует гармонии человека с природой, выработке умения услышать себя, добиваться успокоения мыслей и эмоций вопреки внешним отвлекающим факторам. Многие участники отметили, что, несмотря на прохладную погоду, согреваются даже замёрзшие руки, гармонизируется душевное состояние, стимулируется внутренняя работа по самосознанию.

1. **День индийской культуры 25.10.2014г.** 18.00-22.00

 Антикафе «Пурпурный квадрат». Кирова – 43.

**Мастер-класс по изготовлению лотосов из цветочной бумаги. (23 чел.)**

Мастер-класс сопровождается рассказом о символике индийской культуры, обусловленной священными свойствами лотоса, его красотой. Лотос, связанные с ним смыслы самосовершенствования, просветления, лежат в основе индийской культуры. Изготовлению желающими бумажных лотосов сопровождалось красивой мелодичной музыкой Индии. Отзывы участников связаны с тем, что мастер-класс способствовал научению слушать себя, раскрытия себя миру со стороны милосердия и доброты.

1. **Проведение чайной церемонии 22.12.2014 с 12.30 - 15.30.**

**Дом престарелых и инвалидов. ул. Курчатова-5. (15 чел.)**

 Праздничное мероприятие чайной церемонии началось со знакомства коллектива Дома престарелых и инвалидов с инициаторами мероприятия, подготовки столов, оформления и расстановки чайной утвари.

Подготовительная часть сопровождалась пением популярных советских песен с гитарным сопровождением (М. Кочетова, Е. Кашицын). Е. Кашицин исполнил ряд восточных песен. Перед проведением чайной церемонии был показан видеофильм о красоте и смысле чайной церемонии. Трудность заключалась в том, что для глубокого раскрытия свойств чая необходима обстановка тихой гармонии с самим собой. Ввиду того, что в церемонии участвовали люди с ограниченными возможностями, особые усилия главных инициаторов (Т. Теплякова, С. Яковлева) были направленны на создание располагающей атмосферы, условий для проявления себя всеми собравшимися, свободной беседой. Это удалось – чувствовалась ответная доброта, теплота, сердечный отклик, были и слова благодарности. В завершение всем участникам чайной церемонии подарили карманные календари на 2015 год и предварительно изготовленные лотосы из цветной бумаги (Д. Гура, Т. Теплякова, С. Яковлева). Завершилось мероприятие песнями подгитару.

1. **Мастер-класс по обучению оздоровительными упражнениями Цигун на спортивном празднике – «Открытие зимнего сезона» на о.Татышева 14.12.2014г. 12.30-15.30. (500чел.** )

Тысячи Красноярцев в этот день были на о.Татышева. Кроме традиционных зимних видов спорта (прежде всего лыжи и коньки) все собравшиеся могли ознакомиться с оздоровительными упражнениями Цигун.

1. **Мастер-класс по обучению оздоровительными упражнениями Цигун. 5.01.2015г. в 11.00 в сквере Космонавтов, возле фонтана «Икар» (100 чел.)**

В воскресный день в этом месте Советского района достаточно многолюдно, люди расположены ознакомиться с доступными для них возможностями бесплатного оздоровления (КСК «Дворец Труда и Согласия» расположен неподалёку).