



Gwanwyn Nature Prompt #2

Drawing with Nature: Words

Nature is awesome. Even if we don't have a garden, live by a park or have a view from our window, we can still buy a bunch of flowers. For this activity, we can use words to prompt our drawing... words found - perhaps an inspirational quote or a description in a book - or your own words, some freewriting. Freewriting is writing without constraint, just for ourselves. No concerns about spelling, punctuation or neatness – zero pressure.

It can be helpful to empty our mind first. Sit comfortably and relax your body and eyes. Let your mind follow your breath as the air fills your lungs, body and limbs... then empties from your lungs completely, taking any tension with it. Perhaps you'd like to imagine a soft, golden light filling your body with each new breath - do this slowly, a few times, then gently open your eyes. Now choose a word, an image or a natural object to inspire our senses. Write about it, whatever comes into your head - perhaps for 5 or 10 minutes - make a start and let it flow.



Awgrym Natur y Gwanwyn #2

Arlunio gyda Natur: Geiriau

Mae natur yn anhygoel. Hyd yn oed os nad oes gennym ardd, os nad ydym yn byw ar bwys parc neu os nad oes gennym olygfa hardd drwy ein ffenestr, gallwn brynu tusw o flodau. Ar gyfer y gweithgaredd hwn, gallwn ddefnyddio geiriau i gychwyn ein llun... geiriau a ganfuwyd - dyfyniad ysbrydoledig efallai neu ddisgrifiad mewn llyfr - neu eich geiriau eich hun, neu ysgrifennu heb gadw at unrhyw reolau. Mae ysgrifennu fel hyn yn golygu ysgrifennu heb gyfyngiadau, ac ysgrifennu i ni ein hunain. Heb boeni am sillafu, atalnodi neu daclusrwydd - dim pwysau o gwbl.

Gall fod yn ddefnyddiol i wagio ein meddwl yn gyntaf. Eisteddwch yn gyfforddus ac ymlacio eich corff a'ch llygaid. Gadewch i'ch meddwl i ddilyn eich anadl wrth i'r aer lenwi eich ysgyfaint, eich corff a phob rhan ohonoch... yna mae eich ysgyfaint yn gwagio yn gyfan gwbl, gan gymryd unrhyw densiwn i ffwrdd. Efallai hoffech ddychmygu golau meddal, euraidd yn llenwi'ch corff gyda phob anadl newydd - gwnewch hyn yn araf, sawl tro, yna agorwch eich llygaid yn araf. Nawr dewiswch air, delwedd neu wrthrych naturiol i ysbrydoli eich synhwyrâu. Ysgrifennwch amdano, beth bynnag sy'n dod i'ch pen - am 5 neu 10 munud efallai - dechreuwch arni a gadewch i'ch dychymyg lifo.



Now you have some words that can inspire and perhaps be included in your drawing.



Take a line for a walk

Think of your line as an extension of your mind, eye and hand - it can draw an image...

...a word

...express beauty

...and darkness.

You can experiment by giving your line character – emphasise some areas, contrast light and dark, jumbled and spacious. Be playful with your mark-making.



Nawr mae gennych chi rai geiriau sy'n gallu eich ysbrydoli ac efallai gallwch eu cynnwys yn eich llun.



Ewch â llinell am dro

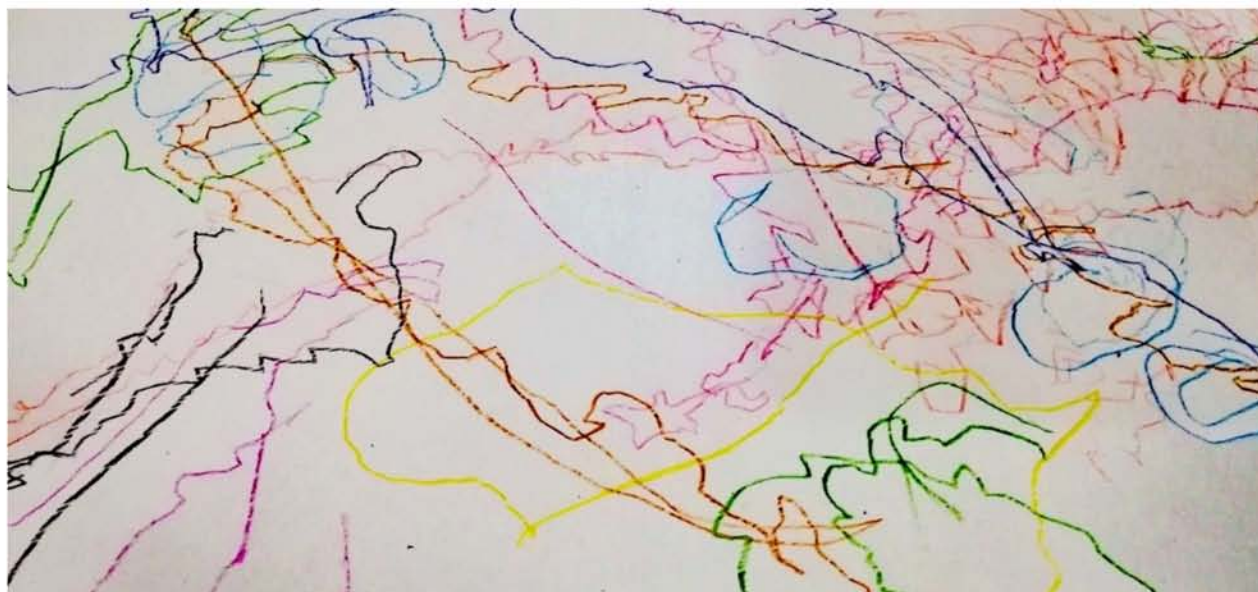
Meddyliwch am eich llinell fel estyniad o'ch meddwl, eich llygad a'ch llaw - gall dynnu llun...

...gair

...mynegi harddwch

...a thywyllwch.

Gallwch arbrofi drwy roi cymeriad i'ch llinell - pwysleisiwch rai pethau, gwrthgyferbynnwch golau a thywyllwch, yn glwstwr neu ar wahân. Byddwch yn chwareus wrth wneud marciau.



Remember, no judgement, just enjoy!

“Art does not copy nature - it suggests it.” Ernst Gombrich

“I found I could say things with color and shapes that I couldn't say any other way... things I had no words for.” Georgia O’Keeffe

“You will have to experiment and try things out for yourself and you will not be sure of what you’re doing. That’s alright, you’re feeling your way into the thing.”
Emily Carr

Sharing your artwork

You can do these drawing activities again and again. Maybe you’d like to share your enjoyment of drawing with family, friends or online.

You can email a copy of your drawing to gwanwyn@agecymru.org.uk.

If sharing online, please use #UnearthingCreativity

Credits

This worksheet was created by Caroline Richards for the Unearthing Creativity project. Unearthing Creativity is a collaboration between Marion Cheung, Naz Syed, Creative Lives and Age Cymru, and is funded by the Arts Council of Wales.



Cofiwch, does neb yn barnu, dim ond mwynhau!

"Nid yw celf yn copïo natur - mae'n awgrymu natur." Ernst Gombrich

"Roeddwn i'n gweld y gallwn ddweud pethau gyda lliw a siapiau na allwn ddweud unrhyw ffordd arall ... pethau doedd gen i ddim geiriau ar eu cyfer."
Georgia O'Keeffe

"Bydd yn rhaid i chi arbrofi a rhoi cynnig ar bethau a fyddwch chi ddim yn siŵr o'r hyn rydych chi'n ei wneud. Mae hynny'n iawn, rydych chi'n teimlo'ch ffordd i mewn i'r peth." Emily Carr

Rhannu eich gwaith celf

Gallwch wneud y gweithgareddau arlunio hyn dro ar ôl tro. Efallai yr hoffech rannu eich mwynhad o dynnu lluniau gyda theulu, ffrindiau neu ar-lein.

Gallwch e-bostio copi o'ch llun i gwanwyn@agecymru.org.uk.

Os ydych yn eu rhannu ar-lein, defnyddiwch #UnearthingCreativity

Credydau

Crëwyd y daflen waith hon gan Caroline Richards ar gyfer y prosiect Dadorchuddio Creadigrwydd. Mae Dadorchuddio Creadigrwydd yn gydweithrediad rhwng Marion Cheung, Naz Syed, Bywydau Creadigol ac Age Cymru, a chaiff ei ariannu gan Gyngor Celfyddydau Cymru.

