Mal meg en sprudlende torsdag!

Våg å velge egne veier

Ruth Therese Brokstad

Velkommen til utstillingen

Mal meg en sprudlende torsdag!
Våg å velge egne veier

Mal meg en sprudlende torsdag er en visuell reise som utforsker hvordan vi kan skape rom for glede og energi ved å ta eierskap over vårt eget liv. Utstillingen handler om de bevisste valgene som gir større lykke og mening—og hvordan det å slippe til våre unike "farger" kan gjøre livet rikere og mer spennende.

Navnet til utstillingen er hentet fra et dikt jeg skrev for 20 år siden, som nylig dukket opp igjen—nesten som en hilsen fra fortiden med noe å gi til nåtiden. (Diktet finner du senere i katalogen.)

Reisen starter med rene, vakre landskap som speiler livet slik det ofte ser ut på overflaten, eller slik vi kanskje forventer at det skal være. Men hva skjer hvis vi bare holder oss til det trygge og forutsigbare? Kan livet da bli monotont, som et landskap uten dybde?

Gjennom utstillingen vil du se hvordan landskapene utvikler seg. Gradvis fylles de med abstrakte farger og symboler—en metafor for hvordan livet blir mer levende når vi våger å uttrykke det som er unikt for oss. Disse fargene representerer glede, energi og de uventede elementene som bryter med det forventede, men som også gir livet en dypere mening.

I dagens samfunn, hvor sterke forventninger ofte formes av sosiale medier og normer, kan det være krevende å følge egne ønsker. Men nettopp det å slippe til egne "farger," og fylle livet med det som gir oss glede, er det som skaper energi og gjør livet vårt virkelig vårt.

Å lytte til seg selv og våge å gå egne veier handler ikke om egoisme, men om å hente kraft til å være den beste utgaven av oss selv. Et liv med plass til egne farger gir overskudd og energi til dem vi bryr oss om.

Jeg håper denne utstillingen inspirerer deg til å reflektere over hva som gir deg ekte glede, og til å ta styringen over ditt eget liv. Hva er dine unike farger? Hvordan kan du legge dem til ditt eget lerret?

En hyllest til livets farger og gleden i å våge! Tusen takk for at du er her.

Ruth Therese

Veien finnes,
skjult bak frykten for
å ta steget alene.

Horizon of Possibilities
146 x 66,5 cm

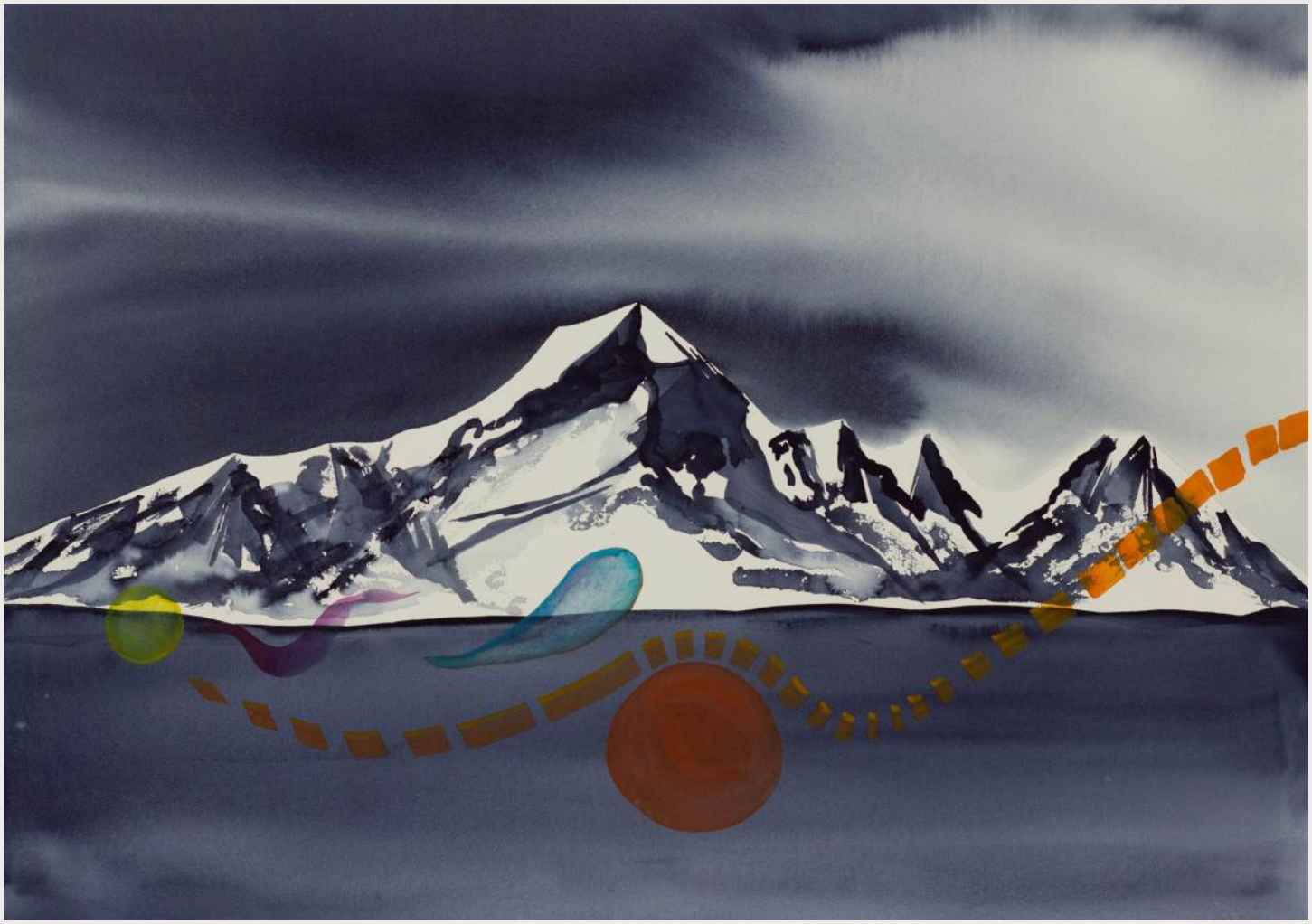
Lytt – stillheten kjenner ditt sanne ønske.

Immenced by Light
75,5 x 55 cm

Det største motet ligger i å være tro mot seg selv.

Walking Through Swirling Thoughts
73 x 54,5 cm

Følg hjertets hvisken, selv når verden roper imot.



Following the Pats of Curiosity
75,5 x 55,5 cm

Sprudlende tirsdag

Mal meg en tone
i blått og gull
Mal meg fargen i ditt smil

Vis meg fargen i din tanke
og drømmen om du tør
Vis meg en tone uten farge (finnes den?)
og en farge uten sjarm
Vis meg drømmen
og roten i ditt liv

Mal meg en sprudlende tirsdag
Velg fargen for i dag
Vel gul for kjærlighet om du tør
Mal meg et liv

Ruth Therese

Dare to Try
14 x 39,5 cm

Choose Each Step Closer to your Heart
54 x 17 cm

Husk: du trenger ikke andres tillatelse for å være fri.

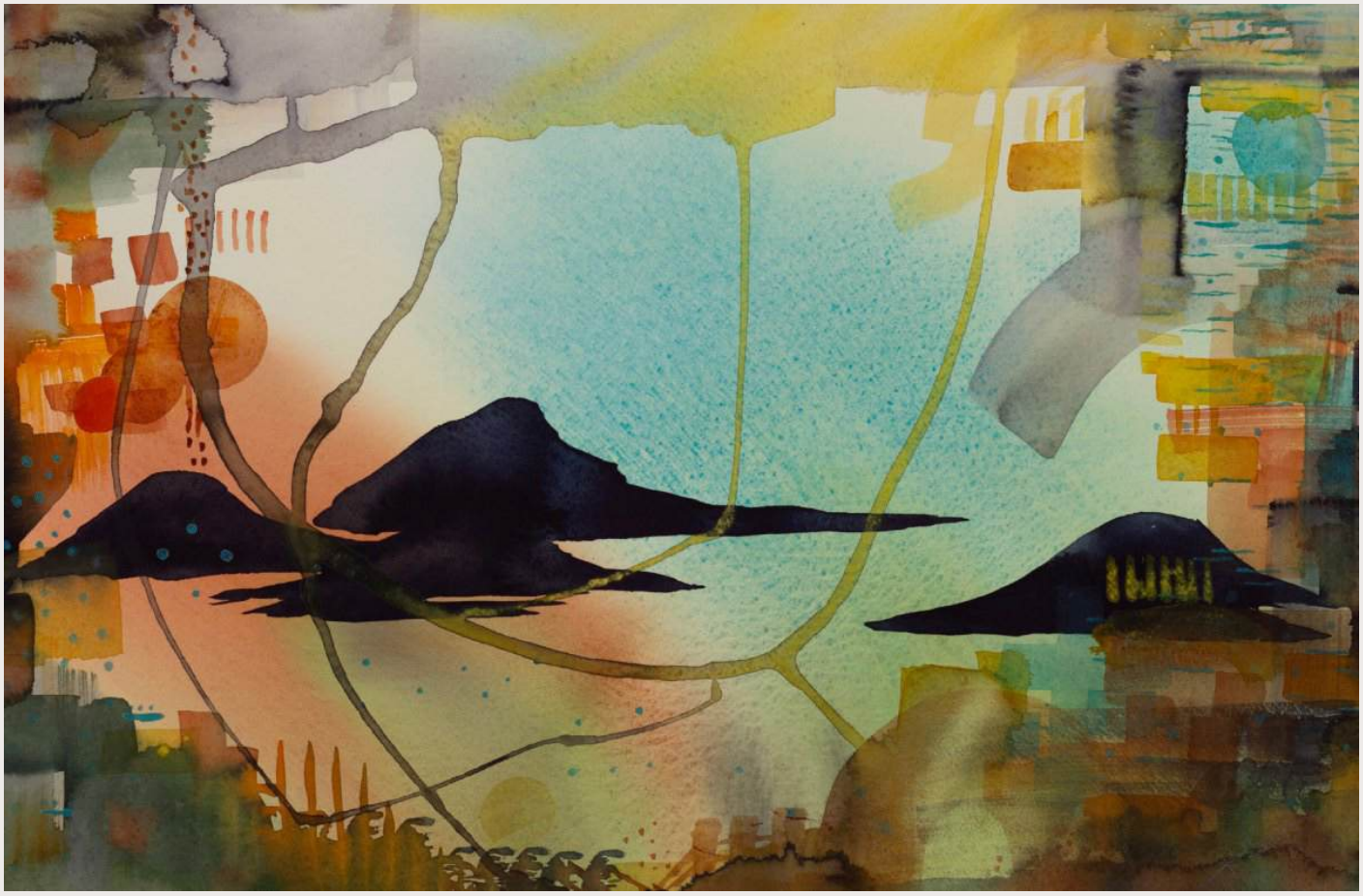
What's the Whisper of Your Heart (Your Heart Knows)

Imagine
54 x 20 cm

Et øyeblikk av stillhet kan åpne uante dører.

Creating The Light You Need to Flip the Coin
55,5 x 36,5 cm

Soft Songs of the Thriving Soul
52,5 x 34,5 cm



Letting Lights Transform
55,5 x 37,5 cm

Ingen sti er vakrere enn den du selv lager.

Ruth Therese Brokstad

Adding Moments of Colour and Joy
55,5 x 37 cm

Uansett støyen rundt deg,
finn roen til å lytte innover,
om så bare noen minutter.
Der finnes hviskenen
om veier du vil elske.

Golden Petals of Fluttering Thoughts
55,5 x 37,5 cm

Skap rom for det du elsker, og se livet blomstre.

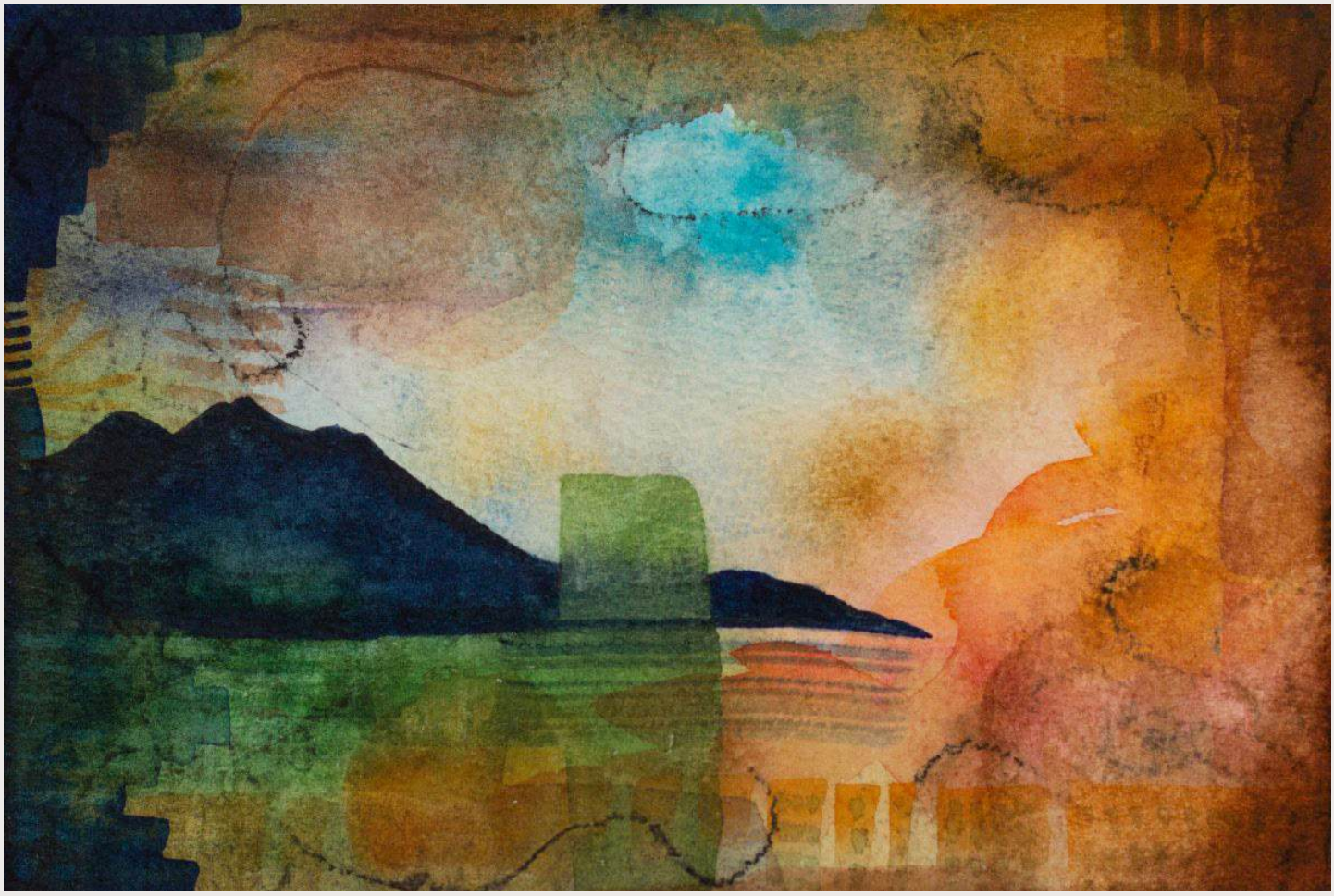
Ruth Therese Brokstad

All the Colours & Light You Can Imagine
75,5 x 55,5 cm

Fargene du trenger, bor allerede i ditt indre landskap.

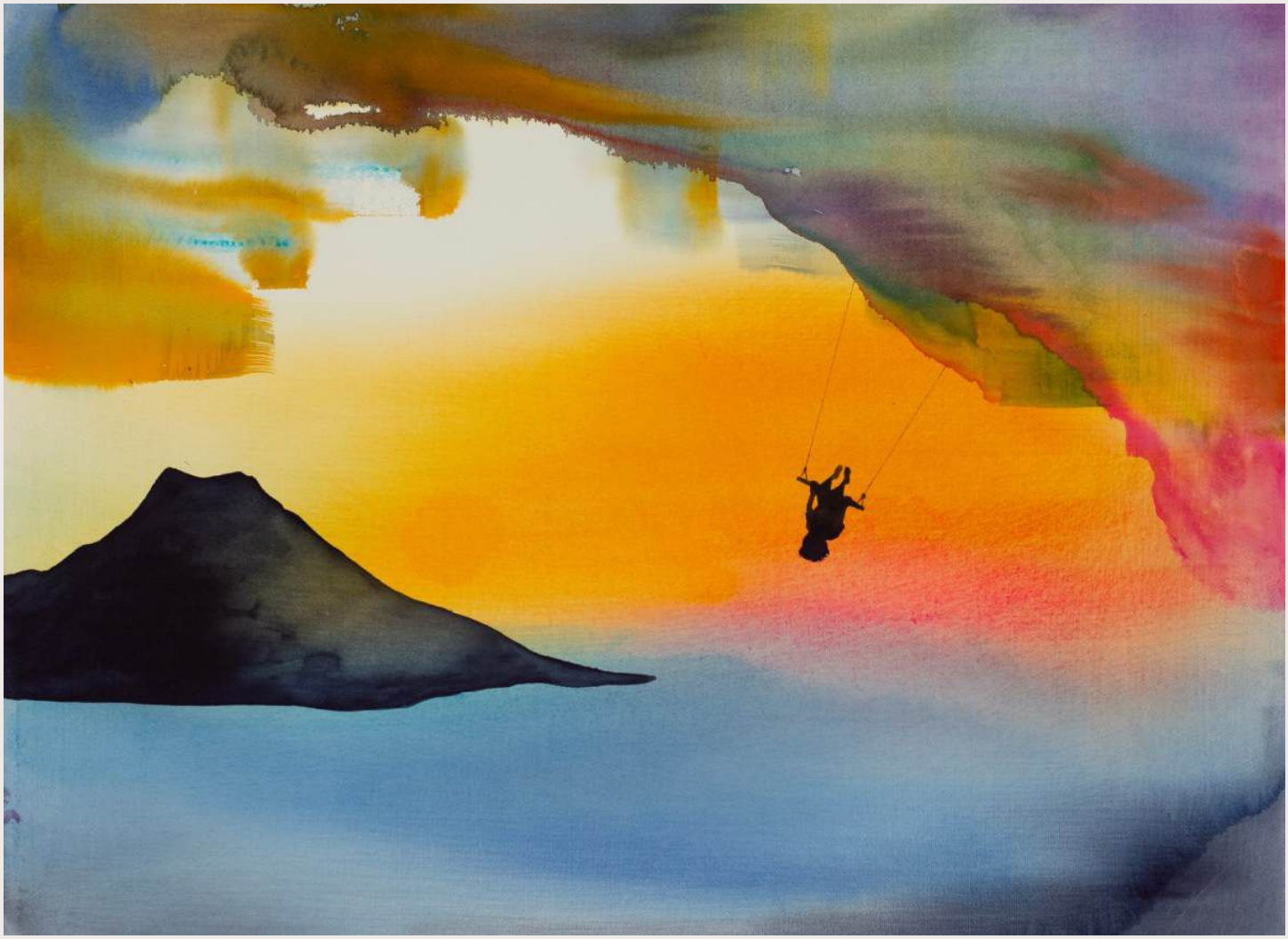
Threading Strings of Light in the Knitwork
28,8 x 20,3 cm

Et liv i egne farger:
modig, mykt, uten skam.



Believe (You Are Worthy)
18,2 x 12,5 cm

Hvert skritt
på din egen vei
er en seier.



The Hearthbeat of a Dream
75,5 x 55,5 cm

Når vi finner hjem
i oss selv,
finner vi fred.

Er du interessert i et av maleriene i denne katalogen?

For kjøp eller nærmere informasjon, ta gjerne kontakt med **Krane Galleri** via telefon eller e-post.

Utstillingsåpningen er åpen for alle: Torsdag 23.1. kl. 18.00

Vi ønsker deg hjertelig velkommen til å besøke galleriet i åpningstiden – ingen avtale nødvendig!

Praktisk informasjon om utstillingen:

Besøksadresse/sted:
Krane Galleri
Storgata 80
9008 Tromsø

Kontaktinformasjon til Krane Galleri:
Telefon: +47 77 61 52 50
E-post: galleriet@krane.com

Åpningsmottakelse for utstillingen:
Torsdag 23. januar kl. 18:00

Vanlige åpningstider:
Mandag – Fredag: 10:00 – 17:00
Lørdag: 10:00 – 16:00