

De mandala

Het woord 'Mandala' stamt uit de klassieke Indiase taal, het Sanskriet en betekent 'cirkel' of 'wiel'.

De cirkel bestaat bij de gratie van het middelpunt, hoewel dat middelpunt niet altijd zichtbaar hoeft te zijn.

De cirkel is een belangrijk religieus symbool.

Het centrum staat symbool voor God, de oorsprong, de kern, het centrum van alle natuurverschijnselen. Onze wereld speelt zich af op de omtrek die gedefinieerd wordt door zijn afstand van de oorsprong.

Alles in het universum, en dus ook ons leven, draait om een bepaalde kern, een middelpunt.

De Mandala komt in alle culturen/religies voor o.a. in Boeddhistische kloosters, in moskeeën van de Islam, in kerken en kathedralen van de Christelijke cultuur.

Aboriginals en Indianen maken tijdelijke mandala's in de aarde.

Boeddhisten maken gekleurde zandmandala's.

De mandala wordt gebruikt als bezinning, als hulpmiddel tot concentratieverhoging en bij meditatie, als middel bij rituelen, voor ontspanning of als kunstzinnig element.

Het begrip 'Mandala' is in onze Westerse cultuur vooral bekend geworden dankzij dieptepsycholoog C.G. Jung (1875-1961). De gedachte achter de mandala als therapievorm is dat tekenen en een cirkel helpt om contact te maken met de eigen kern. En wat vooral belangrijk is, is dat tekenen en kleuren in een cirkel heerlijk is om te doen, doordat de oneindigheid van de cirkel een afgebakende ruimte is waarin je je op dat moment bevindt.

"Thuis zijn in jezelf! O, hoe anders zou het leven zijn! Het zou een midden hebben, en vanuit het midden zouden alle krachten vibreren"

Hermann Hesse