

Hannie de Jong



Na mijn opleiding tot bezigheidstherapeute ben ik me gaan verdiepen in de natuurgeneeswijzen en heb o.a. opleidingen in acupressuur, polariteitsmassage en aura-healing gevolgd. Hierdoor kreeg ik meer inzicht in het energetisch systeem in en om de mens en de invloed daarop van o.a. vorm, kleur en klank.

Mijn tekenen, zoals ik dat al van jongsaf deed, veranderde hierdoor, het ging me nu meer om de spirituele en symbolische kant. Vanuit deze interesse ben ik o.a. opleidingen mandala- en chakra-tekenen gaan volgen. Ook aan de therapeutische kant van tekenen heb ik de nodige aandacht gegeven.

Inmiddels ben ik reeds vanaf 1985 actief als docent mandalatekenen. Zowel beginners als gevorderden kunnen bij mij terecht. De bij de les behorende cursusboeken bieden uitgebreide achtergrondinformatie over alle onderwerpen. Voor het geven van alle cursussen heb ik sinds 1999 de beschikking over een fijne lesruimte naast mijn huis.

In nauwe samenwerking met uitgeverij Akasha zijn tot nu toe de volgende mandalaboeken van mij verschenen:

Mandala kleur- en werkboek
Chakra kleur- en werkboek
Kindermannala's om in te kleuren
Numerologische mandala's



Hannie de Jong
J.H.Dunantstraat 31
1561 BB Krommenie
tel. 075 -6280428
info@mandala.nl
www.mandala.nl

Mandala-tekenen

basiscursus



Hannie de Jong

Mandalatekenen

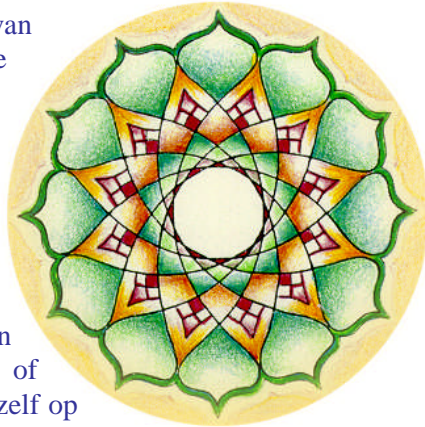
een weg tot zelfontplooiing

De basiscursus mandalatekenen is bedoeld om te oefenen met de oerprincipes van de mandala. Je leert de basiselementen kennen die je later in allerlei mandala's kunt gebruiken. Vanuit eenvoudige oefeningen werk je steeds zodanig dat je van bijna ieder onderwerp een mandala kunt maken. Hoe verder je komt hoe complexer je mandala's worden.

Deze cursus is geschikt voor iedereen die graag wil tekenen vanuit gevoel of op een kunstzinnige manier naar zichzelf op zoek wil. Maar ook mensen die gewoon kleurrijk creatief bezig willen zijn, zullen het een plezierige manier van tekenen vinden.

Het woord mandala komt uit het Sanskriet en betekent cirkel. In India en Tibet zie je in mandala's naast de cirkel ook veel andere geometrische vormen. Plafonds van Hindoeïstische tempels zijn nogal eens versierd met grote mandala's. Het Tibetaanse boeddhisme kent prachtige op doeken geschilderde mandala's. Echter niet alleen in India, maar in bijna iedere cultuur vinden we de mandalasympooliek of daarvan afgeleide vormen terug. In de Islamitische wereld is veel uitbundig versierd stervormig knoopwerk in cirkels te vinden, ook in de Keltische cultuur is dat, zij het op een andere manier, terug te vinden. In de Westerse architectuur is de mandala-invloed o.a. in roosvensters en labyrinten van gotische kathedralen duidelijk te herkennen.

De natuur is in feite de oermoeder van de mandala. De cirkelvorm en veel andere geometrische vormen vinden we daarin terug in onder andere eencellige organismen, kristallen, doorgesneden vruchten, bloemen, huidtekeningen, sterrenstelsels, sneeuwkrystallen.



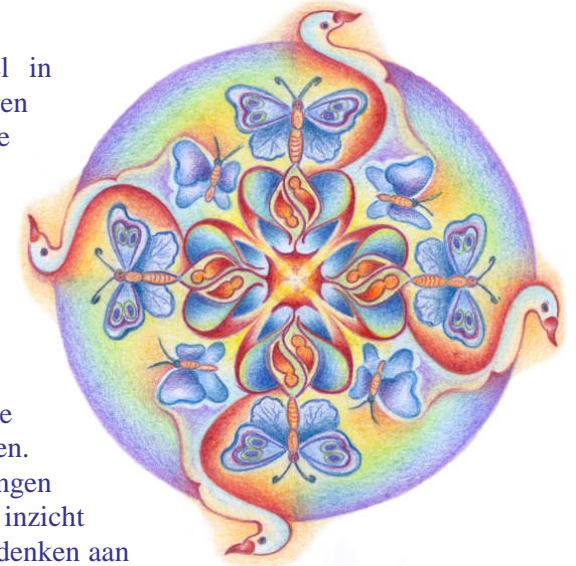
Tijdens het mandalatekenen ga je op zoek naar de kennis en de wijsheid die in jezelf verborgen zit en die al tekenend zichtbaar gemaakt wordt. Hierbij maak je tevens contact met je eigen symbooltaal, waar je steun aan kunt hebben en tevens kracht uit kunt putten.

Mandalatekenen is een bijzondere manier om in gesprek met jezelf te komen. Doordat het innerlijke processen op gang brengt kom je dicht bij de kern van jezelf. Daarbij creëer je nieuwe mogelijkheden om je los te maken van oude patronen en blokkades om vrijer te kunnen leven.

Het uitwerken van mandala's in kleur heeft niet alleen een helende, maar eveneens een inspirerende werking op de creativiteit in jezelf.

Inspiratie doe je vooral op tijdens het bewonderen van elkaars werk. Hierdoor leer je ook, dat in feite alles wat gemaakt wordt goed is..

Het verdelen van de cirkel in gelijke delen en het construeren van allerlei geometrische patronen heb je regelmatig nodig bij het maken van je mandala's. Allerlei vormen en patronen die aan bod komen zijn van belang om vooral de fijne motoriek verder te ontwikkelen en de werking van en tussen de twee hersenhelften te stimuleren. Tevens werken deze oefeningen heel goed om het ruimtelijk inzicht te verbeteren. Hierbij valt te denken aan vormprincipes, spiegelbeelden, rozetten, vormherhalingen, knoopwerk, stromingsbeelden en lemniscaten.



Naast het ontwikkelen van je creativiteit en tekensvaardigheden werk ik het hele jaar door aan het ontwikkelen van je kleurtechniek. Hoe beter je de mogelijkheden van je kleurpotloden leert kennen, hoe meer je ontdekt wat je ermee kunt doen.

De mandala's die je gaat maken zullen je verbaasd doen staan.