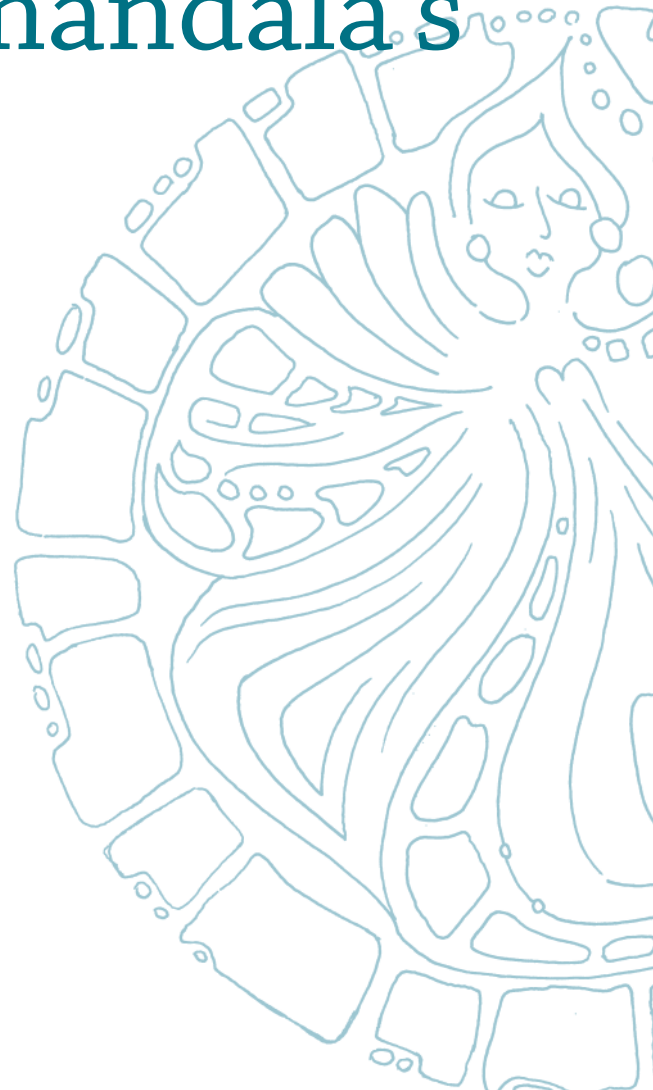
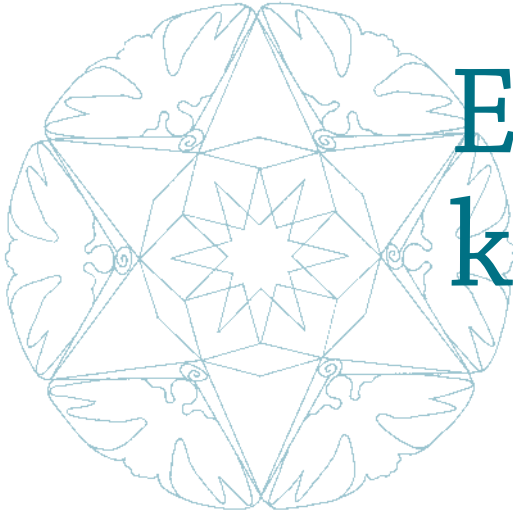


Greetje Molenaar



Engelenmandala's kleuren



Uitgeverij Akasha

Engelenmandala's

De mandala staat symbool voor de cirkel van het altijd doorgaande leven. De ruimte binnen de cirkelrand bevat de inhoud, die eindeloos kan variëren in energie, kleuren en vormen. In het midden bevindt zich de stip, die het zaad bevat van ieder nieuw begin.

De mandala en de engelen hebben beide een verbindende rol, want ze brengen je terug naar wat je als mens werkelijk bent: een geestelijk wezen in een tijdelijk fysiek lichaam. Dat klinkt misschien abstract maar deze engelenmandala's kunnen die abstractie een aardse stevigheid geven.

Het uitgangspunt is om via het kleuren van de engelenmandala's contact te maken met diepere werkelijkheden in jezelf. Een van de belangrijke vragen daarbij is: welke boodschap heeft deze engel of hebben deze engelen voor mij?, want engelen zijn boodschappers uit een ander energieveld.

Betekenis voor lichaam, ziel en geest

Door te werken aan de mandala's kun je contact leggen met de engelenwereld. Hierbij word je herinnerd aan de gelaagdheid van het leven dat in jou werkzaam is en aan wat je bent. Veel daarvan is fijner dan de fysieke stof waaruit je lichaam bestaat.

Meer ervaring opdoen met de engelen kan je zowel bescheidener maken als nieuwsgieriger, want er is nog heel veel te ontdekken tussen hemel en aarde. We staan als mensheid nog maar aan het begin van deze ontdekkingsstocht.

Het is ook goed om je af te vragen met welk oog je je eigen werk bekijkt. Is dat het oog vanuit je hart of het oog vanuit de kunde? Het oog vanuit de kunde geeft de gebruikelijke be- en veroordelingen. Het oog vanuit je hart heeft een gezamenlijke trilling met de engelenwereld.

Het kleuren van deze mandala's is niet prestatiegericht maar gericht op zelfkennis, die je al doende opbouwt! De tijd en de aandacht die je besteedt aan de verfijnde engelenenergie is spiritueel zeer voedend.

Mijn inspiratie

De engelenmandala's is dit boek zijn ontstaan vanuit allerlei ideeën die bij me opkwamen vanuit het intuïtieve veld, dat iedereen ter beschikking heeft. Zo had ik op een gegeven moment zin om een knipoog te maken naar de kunstwereld. Het resultaat daarvan zul je ongetwijfeld herkennen in de engel van Paul Klee en de sterrennacht van Vincent van Gogh (zie hiernaast). Andere mandala's heb ik juist abstract gelaten, want het kan ook prettig zijn om er zelf bijvoorbeeld een engelenportret in te tekenen. Ook zul je engelen herkennen die een element of een bepaalde culturele stroming vertegenwoordigen.

Soms denk je misschien dat de mandala niet echt op een engel lijkt omdat er geen vleugels te bekennen zijn. In de afbeeldingen die we kennen hebben de engelen meestal vleugels. Deze staan symbool voor de fijnstoffelijke wezens die engelen zijn, in tegenstelling tot de mensen los van de aarde, maar ook zonder vleugels kan de engelenkwaliteit er zijn, en dat is waar het om gaat.

Beginnen met kleuren

Hoe je begint, ligt aan het moment. Je kunt gewoon spontaan beginnen of jezelf de vraag stellen: welke engel heb ik nu nodig? Misschien heb je behoefte aan een engel die je aan het lachen maakt (als je treurig bent) of een engel die je wil wiegen of dragen (als je koestering of troost zoekt). Visualiseer al bladerend je behoefte en neem er de tijd voor. Nodig de engel uit in je belevingswereld. Je kunt ook een hele groep engelen kiezen waar je mee wilt dansen!

Wanneer je iets stoers nodig hebt omdat je op dat moment wat meer aan de vrouwelijke kant zit, kun je daar ook een engel bij zoeken. In de engelenwereld wordt er eigenlijk geen onderscheid gemaakt tussen vrouwelijk en mannelijk. Voor de mens doet dit onderscheid er echter wel toe.

Het inkleuren van een engelenmandala, terwijl je deze niet zelf hoeft te ontwerpen, geeft veel kansen om meditatief te kleuren en de sfeer van de engel te ervaren.

Je ervaring verdiepen

Als je mandala klaar is, zijn er allerlei manieren om je ervaring te verdiepen. Je kunt je engelenmandala inscannen en er mooie fotokaarten van (laten) maken, om deze vervolgens op te sturen naar iemand die de engelenenergie ook goed kan gebruiken. Dit zou een opening voor een gesprek kunnen zijn. Of je kunt de mandala verkleinen en er een schrijfboekje of een ander dierbaar voorwerp mee versieren. Ook kun je hem inlijsten of lamineren; de glans geeft een verrassend effect.

Zo kun je jezelf en anderen aan de engelenwereld herinneren en de engelen dichtbij houden, wat rust, troost en plezier geeft, vooral in roerige tijden.

Je kunt de engelenmandala ook in een nieuw huis ophangen om de energie te zuiveren, in een werkkamer of in een andere ruimte waar je die behoefte voelt. Je kunt de engelen bij je roepen als je ze nodig hebt. Er zijn vele manieren van spirituele heling en dit is er één van.

Samen kleuren

Je kunt ook samen met iemand anders aan de slag gaan, waardoor je die specifieke en verstilde sfeer samen kunt ervaren. Zo doe je samen ervaringen op en leg je al kleurend contact met de rijkgevarieerde vormen die er in de engelenwereld bestaan. Tegelijkertijd kan het ook heel veel plezier en het delen van levensverhalen oproepen. Het kan een heel nieuwe manier van communicatie bieden. Je kunt met iedereen samen kleuren, bijvoorbeeld een vriend, vriendin, een ouder of een kind.

Materiaal

Het materiaal dat je kunt gebruiken is divers. Misschien wil je het eenvoudig houden met goede kwaliteit kleurpotloden of misschien wil je meer experimenteren met kleurstiften, fineliners of verfijnde aquarelmaterialen om de kleuren te laten vervloeien. Ook kun je glanzende glittermaterialen gebruiken, want glans hoort ook bij engelen. Geniet van de voorbereiding, onderzoek het aanbod in de winkels en maak je keuze, zodat je materiaal klaarligt als je wilt beginnen. Let erop dat het papier van het boek niet geschikt is voor alle soorten kleurmateriaal. Eventueel kun je de mandala op ander papier kopiëren.

