

Děti a mandaly

Do moderní psychologie uvedl MANDALU švýcarský psycholog C.G. Jung. Při jejich malování s dětmi, začínáme nejjednodušším způsobem a to vykreslováním již předtištěných mandal, vydávaných např. knižně. Na nich se děti učí nejprve soustředění. Při pokusu o vlastní mandaly malujeme spontánně a při výkladu obsahu se dozvídáme – pronikáme do našeho nevědomí.

Mandaly nakreslené dětmi se podobají těm, které byly vytvořeny lidmi žijícími před mnoha tisíci lety. Často se zde objevuje motiv : kruhu (i několik v sobě) , kříže, slunce, kruhy s tváří, čtverečky, spirály, lidské oko atd. Děti malují mandaly, aniž by vůbec něco o mandalách, věděly. Jsou vlastně okem do jejich duše.

Do 10 let je nemusíte k malování nijak nutit, baví je to. Malováním se vyjadřují lépe než slovy. Děti starší se již bojí hodnocení, jsou sebekritičtí a jejich fantazie je již na ústupu. U málo koho zůstává na stejné úrovni do dospělosti.

Mandaly maloval také Giordano Bruno, Ital žijící v době renesance. On i C. G. Jung věřili, že už pouhé pozorování mandaly, kterou si přebereme do paměti nás udržuje v harmonii – je to vlastně druh duchovního cvičení. Zde bych ráda doporučila např. „ Mandala karty „ od H. Copony. Přesný návod jak s nimi pracovat je u nich popsán. Pozorujte své mandaly, nebo vašich dětí, jak se mění podle momentální nálady.

Mandaly sice pocházejí z Tibetu, ale objevují se ve všech kulturách Evropy, Afriky, a jižním Tichomoří. Jsou posvátnými uměleckými díly, ale zároveň slouží jako pomůcka pro hlubokou meditaci. U dětí se spokojíme s tím, že jim jejich tvorba přináší uklidnění a učí je soustředit a nám dospělým dají nahlédnout do svého nevědomí. Jako pomůcku pro výklad symbolů, které děti do mandal malují doporučuji některou z knih s touto tematikou. Je jich na trhu několik..Výklad symbolů od C. G. Junga však nedoporučuji. O jeho teorie se dnes opíráme již jen částečně.

Přeji vám krásné chvíle při tvorbě mandal a doporučuji malbu i dospělým, je dobré se dozvědět něco ze svého nevědomí, které je prý nepoznatelné. Kdo ví? Budu ráda, když mi o svých zkušenostech napíšete. (adresa je na vyžádání v redakci).

Milena Fillová