

## Liebe Familien

### Das Mandala für Klein und Groß zum Ausmalen – der Ursprung und seine Bedeutung

Das Wort „Mandala“ bedeutet so viel wie Kreis oder auch Kreisbild und „vom Zentrum ausgehend“.

Grund dafür ist die Kreisform der Mandalas, die heute zwar auch durch andere Formen ersetzt wird, aber ursprünglich und auch hauptsächlich das Bild formt. Hierbei ist immer einen Mittelpunkt festzustellen. Um diesen Mittelpunkt werden dann die Muster und Motive verteilt.

Der Begriff stammt aus dem indischen Sanskrit. Die ersten Mandala Motive wurden in Felsen entdeckt. Es wird vermutet, dass diese vor ca. 25 000 bis 30 000 Jahren entstanden.

Die Mandala Bilder sind oft geometrisch gestaltet und stellen in ihrem Ursprung das Weltall, die Erde und die Unterwelt dar.

Obwohl die Mandalas natürlich auch in der heutigen Zeit noch zu religiösen Zwecken genutzt werden, finden sie auch im heutigen Alltag eine Möglichkeit der Entspannung, Freizeitgestaltung und Achtsamkeit.

Die Bilder zum Ausmalen sollen innere Ruhe schaffen und das Unterbewusstsein ordnen. Das fertige Mandala ist außerdem ein Grund um stolz zu sein und kann als Deko verwendet werden. Der Gedankenfluss beruhigt sich während dieser Aktivität sowie werden auch die Kreativität und Konzentration gefördert, was nicht nur bei Kindern von Vorteil sein kann.

Viel Spaß beim kreativen Gestalten 😊

Herzlich

Euer Team der KITA Glütschbach



