

Les Pouvoirs des Mandalas

Pourquoi écrire sur mandalas?

J'ai choisi ce sujet parce que je pense que les dessins de la mandala peuvent être utilisés comme un outil d'aide à l'expansion de la conscience. C'est un outil très utile pour notre voyage spirituel dans la transcendance de l'ego.

L'origine du mot Mandala

Mandala est un mot sanskrit, originaire de la langue indienne. Elle signifie cercle, cercle magique ou cercle d'énergie. La mandala représente l'univers et elle est essentiellement constituée de cercles, des carrés et des triangles.

Cercle qui sépare le sacré du profane:

- tous ce qui est à l'intérieur du cercle, vous ne pouvez pas y toucher (représentation symbolique de notre monde intérieur)
- tous ce qui est en dehors du cercle, il est possible d'y toucher (représentation de notre monde extérieur).

Manda = essence + la = contenu

Le point central de la mandala représente la source de toute la création, Dieu.

Le cercle de l'essence

Le Mandala est une représentation graphique de la relation de l'homme avec le cosmos.

Le Cercle

Tous ce qui vient de la nature à la forme arrondie. Il faut juste observer la nature autour de nous: le soleil, la lune, les fleurs, le sable, les mers, les planètes, les cellules de notre corps et de nos yeux (ceux sont les mandalas de notre corps).

Le cercle est un symbole de purification, de l'éternité, du ciel, de la complétude et du souvenir du mouvement en spirale. Le cercle crée aussi un champ de protection.

Depuis le début de l'humanité, il s'exprime à travers des formes circulaires, parce que le cercle est le reflet de l'essence divine. Créer le cercle est un acte sacré d'essayer d'harmoniser avec les forces divines de l'univers. Par exemple : cercles de prière et de rituels religieux. Tous les cercles recherchent un centre intérieur et un équilibre.

Le cercle permet aux hommes de revenir en son centre intérieur et d'entrer en contact avec la divinité qui habite en vous-même. Dans la mandala il y a un point central, qui représente l'essence de la mandala. Ce point représente la source de toute création.

Un peu d'histoire

Les historiens ne savent pas exactement quand les mandalas sont apparues.

Les Mandalas sont utilisées depuis une longue période dans l'histoire de l'homme. Elles sont plus utilisées dans l'Orient. Aujourd'hui elles sont plus populaires en Occident à travers des objets décoratifs.

La mandala est utilisée par les Orientaux comme un moyen de favoriser la méditation profonde afin de parvenir à la paix intérieur.

L'art et la Mandalas

L'art thérapie est l'utilisation de l'art comme thérapie.

Aujourd'hui tout le monde sait que l'art contribue à sauver notre potentiel créatif. Elle est reconnue par tous les professionnels du domaine de la santé comme une ressource thérapeutique.

Art-thérapie accélère et améliore la maturation psychique de l'individu et contribue au processus de rétablissement de la partie physique, mental et émotionnel.

Les bénéfices de l'art-thérapie:

- stimule et renforce les forces créatrices
- améliore l'estime de soi
- aide à l'élaboration des déblocages émotionnels
- favorise la connaissance de soi
- favorise l'expression de l'individualité

À travers les couleurs, les formes, les rythmes et les mouvements, la personne a la possibilité d'exprimer ses sentiments d'une manière structurée, permettant de sauver le potentiel créatif de notre essence.

Les Mandalas

Carl Gustav Jung fut le premier psychiatre à utiliser l'art comme une ressource thérapeutique avec leurs patients. Il dit que les mandalas symbolisent un havre de sécurité, de réconciliations intérieures dans la totalité. Pour lui, la mandala a un double effet: elle conserve l'ordre psychique s'il existe déjà ou il contribue à rétablir l'ordre si elle a disparu.

En faisant une mandala, nous exprimons notre subconscience. Le dessin que vous faites de la mandala est une représentation de votre monde intérieur en ce moment (générer des symboles personnels qui révèle qui nous sommes). Quand nous contemplons notre dessin de la mandala, il peut nous aider à trouver un chemin de connaissance de soi et d'harmoniser les énergies autour de notre physique, émotionnel et spirituel.

Avantages de faire Mandalas:

- Aide à la restauration de la santé
- Favorise la relaxation
- Promouvoir la connaissance de soi
- Favorise la reconnexion avec le Self
- Promouvoir l'expansion de la conscience
- Développe la concentration
- Aide à la prévention du stress
- Stimule l'expression et communication
- Développe l'intuition
- Développe la créativité
- Active notre potentiel
- Favorise l'expérience profonde
- Renforce la psyché
- Stimule l'imagination
- Conserve l'ordre psychique

Les mandalas sont des dessins magiques qui permette d'organiser l'intérieur de soi. La réalisation de mandalas est une ressource favorable pour l'équilibre énergétique de la psyché et des émotions, ce qui peut conduire à une rencontre avec les mystères de l'âme et de la connaissance de soi .

Formes

Cercle: Couche de protection.

Triangle: Représente l'homme et sa recherche spirituelle.

Carré: Réalisation dans le monde matériel.

Pentágono: Rénovation

Pentagramme: Symbole lié avec la magie. La liberté d'action.

Hexagon: Recherche au sein de la famille.

Étoile de David: Foi appliquée à la vie matérielle

Couleurs

Les couleurs sont responsables de l'émanation du mandala parce que la vibration de chaque couleur modifie la performance du mandala dans la partie physique et émotionnelle.

Rouge: force et la vitalité

Bleu: relaxation, la paix et la patience.

Jaune: énergisant et actif l'activité mentale

Vert: guérison et la santé

Lila: élévation spirituelle, la bonté et l'harmonie

Orange: énergie

Blanc: explosion équilibré d'énergie

Éléments de Mandala

Sont les quatre éléments de la nature: eau, feu, terre et air.

Types de mandalas

Spontanée : elle est né de l'inconscient

Rationnel : elle est crée dans un but précis

Origine : elle est crée dans la fonction religieuse

Objectif : elle est dessinée sur les vêtements

Formation Mandala : elle est classée en fonction numériques, formes et couleurs.

Utilisation des Mandalas

Psychologie: la détente, le calme, le centrage, la concentration, l'harmonie, la créativité, l'imagination, la mémoire et l'interprétation des rêves.

Esotéric: méditation, la contemplation, l'interprétation des rêves et des vies antérieures ainsi que l'harmonisation.

Conclusion

Travailler avec les mandalas permet à l'homme de rechercher son intérieure. Ce travail explore l'intuition et la créativité, contribuant ainsi à la réalisation du self. Elle aide de manière significative dans l'expression de l'individualité de chacune. Regarder à l'intérieur du mandala permet d'organiser, de transcender, de renouveler des petits gestes qui aident à reconstruire la plus grande œuvre d'art: vous-même et votre vie.

Elaborer: Gabriela Prado