



Mandala

Entspannen und den Alltag loslassen

Jeweils am letzten Mittwoch im Monat von 19.30-21.00 Uhr
im Anhaltspunkt, Ida Sträuli-Strasse 91, 8404 Winterthur

Der Name Mandala stammt aus der alten indischen Sprache Sanskrit und bedeutet Kreisbild, oder auch heiliger Kreis. Mandalas stellen symbolisch die Ganzheit der göttlichen Ordnung oder auch den Mittelpunkt in unserem Universum dar.

In stimmiger Atmosphäre entwerfen wir eigene Mandalas oder malen Vorlagen aus. Wir lassen unserer Phantasie freien Lauf und geniessen die gerichtete Konzentration auf unser Tun und die sich dabei einstellende Entspannung.

Vorlagen und leere Blätter stehen zur Verfügung – bitte eigene Farbstifte, Bleistifte, Radiergummi und ggf. Zirkel, Massstab etc. mitbringen.

Daten: 30.09., 28.10., 25.11. 2020, 27.01., 24.02., 31.03., 28.04., 26.05., 30.06.,
25.08., 29.09., 27.10., 24.11.2021

Bild: © Gordon Johnson – pixabay.com