



## "דרך המנדלה" – איתן קדמי

המנדלה היא יצירה במעגלים, מעגלים המתחילים בנקודת המרכז ומתרחבים ממנה. המעגל, שהוא צורה ראשונית בטבע – הכוכבים, פתיתי השלג, גזעי עצים, היווה השראה לאדם כבר מראשית ההיסטוריה האנושית.

'דרך המנדלה' היא מסע להכרת העצמי, הרחבת המודעות וגדילה רוחנית. זו דרך של יצירה אמנותית, המאפשרת נגיעה ישירה בחוויה הרגשית שלנו באמצעות צבעים ודימויים. פענוח שפה זו יכול לפתוח בפנינו את מעמקי הנשמה ולהביא מודעות, תובנות ושינוי בחיינו. ציור מנדלות היא הנאה שקטה ומרגיעה, הזמן וקצב החיים מואטים, וניתן לחוות את הנוכחות המלאה שבפנים, את ה'אני האמיתי', וכך להתחבר לייעוד האישי שלנו.

'דרך המנדלה' מהווה שיעור בהתפתחות רוחנית ומאפשרת לדעת על עצמנו דרך הלב, יותר מאשר דרך השכל. המנדלה מפתחת את יכולת הריכוז וההקשבה הפנימית כמו במדיטציה. היא מובילה אותנו אל הבית שבפנים, אל המקום שאנו מרגישים בו נעים ונוח, מקום מכיל ומקבל באהבה עצמית ללא תנאי.

'דרך המנדלה' היא פשוטה מאוד: כל שעלינו לעשות הוא לשרטט עיגול, להתבונן בו לשרטט תבנית ולצייר בתוכה מתוך הנקודה המרכזית. הפעולה הפשוטה הזו מכוונת את הנפש לחבק את עצמה. המעגל מעורר אותנו להרגיש עטופים ומוגנים. האהבה והחמלה שאנו מרגישים בתוך המעגל מאירים את המהות הפנימית ומגלים את המצפן המוביל אותנו בדרך הנכונה של חיינו בכל רגע ורגע.

למנדלה הגעתי לגמרי במקרה. לאחר שנים של עבודה אמנותית בתחומים שונים: איור, פיסול וציור, הגעתי בחיי למבוי סתום שעצר את כוחה של היצירה. השתתפתי במסיבת יום הולדת של חברה של בתי הצעירה. לחגיגה הגיעה עידית, מפעילת אמנות עם תקליטים ישנים צבועים בלבן, והציעה לילדים לצייר עליהם. לקחתי לידי תקליט וכשהתחלתי לצייר הרגשתי תחושה של אנרגיה מעגלית חזקה וממקדת.

תוך כדי עבודה הבנתי שיש כאן משהו עם עצמה בלתי רגילה עבורי. נפגשתי עם המדריכה להיכרות קצרה עם המנדלה ומאז נשיתי בכוחו של המעגל. כאילו נפתח מסך בתוכי לעולם עשיר ורחב יריעה מעין כמותו. התחלתי לחקור את המנדלה בהיבטיה השונים ומצאתי את כוח הריפוי שלה.

המנדלה היא מראה של הנפש. זהו סוג של תקשור ויזואלי עם התת מודע. לסדנאות לציור מנדלות מגיע כל מי שרוצה להתחבר לעולמו הרוחני ולפתח את היצירתיות והאינטואיציה שלו. בסדנה מפתחים ביחד את היכולת לתקשר עם הנפש בדרך ויזואלית.

לאחר מדיטציה קצרה מתחברים לתחושה של המרכז. כל משתתף עובד על המנדלה שלו מתוך שקט וריכוז עמוק. בסיום תהליך יצירת המנדלה מפענחים את המסרים העולים מהמנדלה מתוך האמונה כי המנדלה היא כלי שבא להאיר ולברך אותנו בדרכנו הרוחנית. כל מנדלה מייצגת שלב נוסף בהתפתחות. המנדלה היא אלומת אור על מפת התמצאות בדרכי החיים. הריפוי העצמי נעשה תוך התמסרות לתהליך המנדלה וגילוי תחושות ורגשות.

אפשר לדמות את תהליך יצירת המנדלה כזריקת אבן לאגם: במים נוצרת אדווה קטנה שמניעה את המים ויוצרת מעגל אדווה נוסף כך מתרחבים מעגלי המנדלה. המרכז שלה הוא החיבור לנקודה האין סופית, בסנסקריט היא נקראת בינדו, שמשמעותו המרכז האלוהי. דרך המרכז אנחנו מתחברים לעולמות במעבר לצעיף של החומר, לעולם הנסתר ולתת מודע הקולקטיבי.

"הבינדו" הוא המקור ליצירה שלנו, וכשמתחברים אליו אנו מסירים את האבן שעל פי מעיין היצירה. היצירה קולחת ומתרחבת בדרך טבעית ללא מאמץ.

דרך המנדלה היא דרך לימוד עצמי על מהות 'כאן ועכשיו'. כל רגע ורגע אנו נמצאים בשלמות ובאחדות ומחוברים למהות אחת גדולה, כי כל בני האדם בעולם מחוברים למנדלה אחת גדולה של אהבה.