

Expositions à la médiathèque

Expositions à la médiathèque

Expositions à la médiathèque

Sandrine HILLOTTE - mairie@habas.fr

Des artistes locaux exposent leurs ?uvres à la médiathèque des Arrigans.

Chacun expose pour une durée de 1 mois environ

N'hésitez pas à venir les découvrir pendant les heures d'ouverture de la médiathèque : Mardi de 15h30 18h30 - Mercredi de 16h à 19h et Samedi de 10h à 12h

La Médiathèque des Arrigans se situe à Habas - 271 Rue Centrale

Renseignements - Médiathèque des Arrigans - 05.58.49.24.60 - mediatheque.habas@orange.fr

Du 30/01 au 15/03 une nouvelle exposition à la médiathèque de Habas.

Monique Vias, MÔ, nous fait découvrir le mandala.

 Utilisé depuis des millénaires comme support à la méditation, au recentrage, à la découverte de soi.

 Le mot « mandala » vient du sanskrit et signifie cercle sacré, centre, unité. Il s'exprime dans un dessin circulaire. Il représente le Monde et l'Être. Le monde visible extérieur à nous et le monde invisible au plus profond de notre être.

 Chaque mandala, qu'il soit naturellement présent dans la nature ou qu'il ait été créé par l'être humain, est une représentation des énergies et du fonctionnement de l'Univers en interaction avec notre fonctionnement psychique.

 Il existe différentes façons de recevoir l'énergie du mandala :

 ? ? ? réalisation d'un mandala (intuitif ou structuré)

 ? ? ? coloriage d'un mandala dont les contours sont déjà tracés

 ? ? ? Observation ou contemplation d'un mandala pour encourager un état de méditation, de recentrage, d'apaisement.

Que nous considérions les mandalas comme un rituel sacré, un outil thérapeutique ou un objet d'art, que nous l'utilisions comme support de méditation ou de contemplation, pour nous relaxer, nous équilibrer, pour éveiller en nous des ressources inconscientes, pour harmoniser un lieu ou simplement pour décorer un espace, ils nous touchent et réveillent des sensations qui viennent du plus profond de nous-mêmes.

Le mandala est le reflet de nous-même à l'instant précis où notre regard se sent en harmonie avec lui.

Laissez-vous guider, fasciner, émerveiller par l'énergie des mandalas.

Mô réalise sur commande, le mandala personnalisé pour votre intérieur avec l'intention que vous voulez y déposer, du petit format sur toile au mandala mural géant, du sur-mesure!

Le mandala vous interpelle? Vous souhaitez découvrir cet univers?

Les cours de Mô vous permettront de dessiner vos propres mandalas.

En toute simplicité, aucun talent en dessin n'est nécessaire.

Instagram: [mandala.by.mo](https://www.instagram.com/mandala.by.mo)

mail: mo.vias@yahoo.fr

Tel: 06.14.95.88.76

Non

