



maak een eenvoudig
klassiek labryrint van touw



Welkom in het labrynt

Een labrynt is een meanderend pad, vaak binnen een cirkelvorm, dat jou zonder afslagen naar het doel of het centrum leidt. Het is iets anders dan een doolhof. Dat woord zegt het al: in een doolhof ben je aan het dolen, dwalen, zoeken, speuren, puzzelen, denken, tot je de weg naar binnen vindt. Het pad van het labrynt daarentegen voert je altijd naar het centrum.

Er wordt wel samengevat: 'in een doolhof zoek je de weg, het labrynt wijst je de weg'. Het labrynt is een oeroud archetypisch symbool dat vandaag de dag meestal gezien wordt als een weergave van je levensweg.

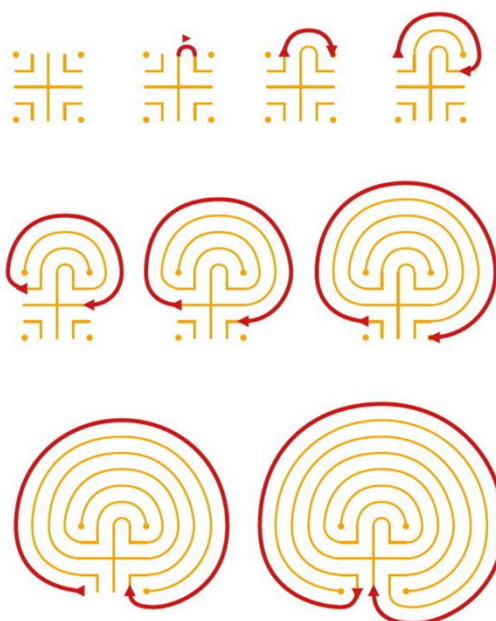
Klassiek labrynt

Het klassieke labrynt met zeven paden wordt al zo'n 4000 jaar over de hele wereld gevonden. Dit labrynt wordt ook wel eens het Kretenzisch labrynt genoemd, het Melchizedek labrynt of het Luna labrynt.

Het is een aangename vorm om te lopen en - na slechts een beetje oefening - makkelijk om zelf te tekenen, bijvoorbeeld op het strand.

Bron afbeelding: *Wegwijs in het labrynt, een reisgids om thuis te komen*

Tekenen van een klassiek labrynt met zeven paden



Terminologie

Voor het maken en leggen van een eenvoudig labrynt van touw, is het handig om weet te hebben van enkele termen.

- De **ingang** van het labrynt wordt ook wel mond genoemd; de ingang is tegelijkertijd ook de uitgang
- De getekende lijnen zijn de **muren, omgangen, circuits**
- Het gedeelte tussen de muren waarover loopt, is het **pad**
- Dan heb je een **doel, centrum, midden**
- En natuurlijk de **uitgang**; gelijk aan de ingang





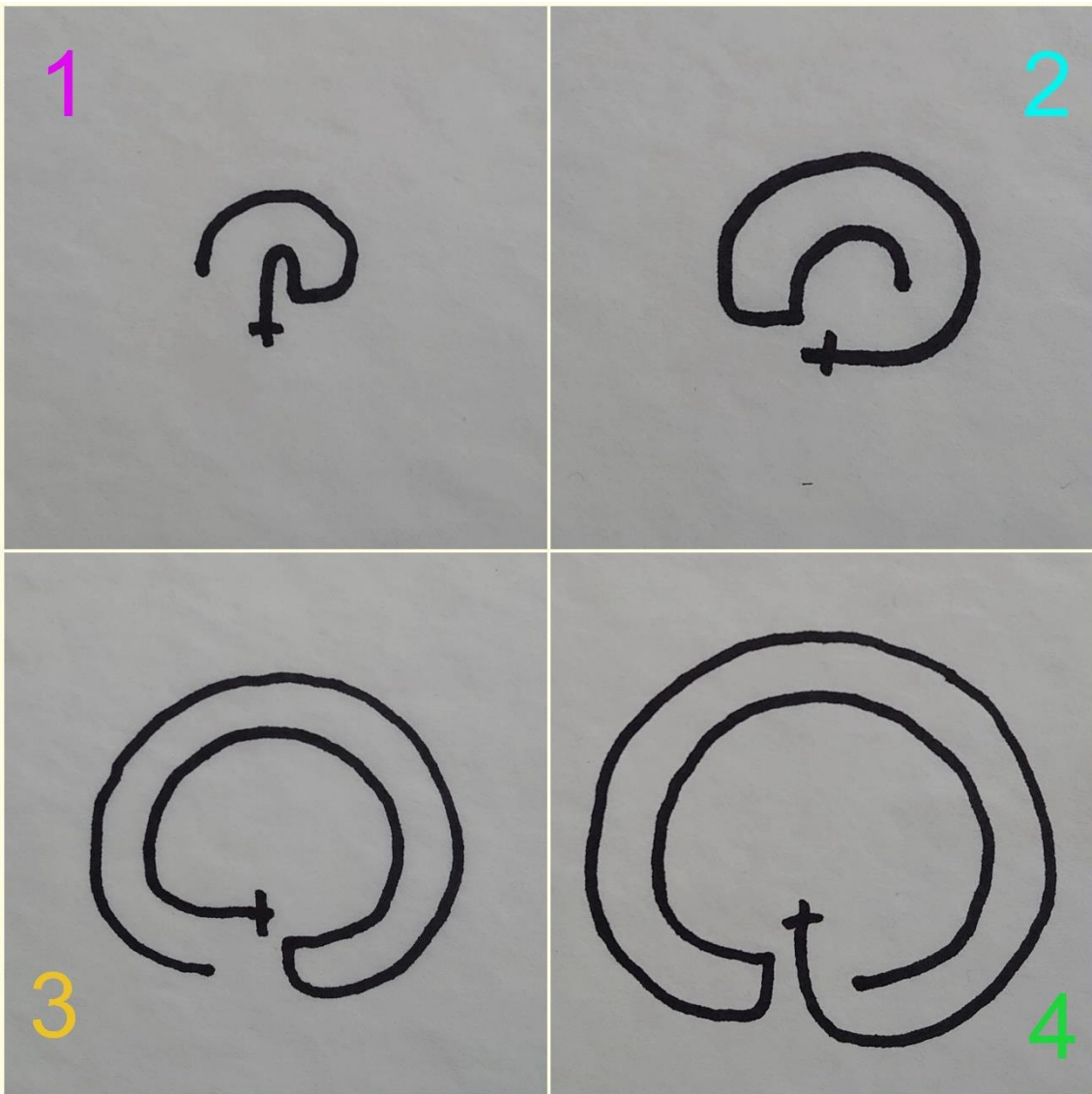
Aanleggen met vier touwen

Het klassiek labyrint bestaat in feite uit twee lange lijnen die elkaar kruisen:



Ik vind het prettig om het labyrint niet met twee lijnen, maar met vier lijnen te leggen. Elke lijn start vanuit het kruispunt:







Keuze van garen

Ik heb gekozen voor een eenvoudig, lichtgewicht breed garen van gerecycled katoen (bijvoorbeeld RibbonXL van Hooooked of spaghetti garen). Let bij je aanschaf op de gewenste kleur (groen op gras is wellicht onduidelijk, wit is besmettelijker, etc.) en de lengte van de klos.

Voordeel: makkelijk mee te nemen

Nadeel: waait iets makkelijker weg + dunnere draad is soms minder duidelijk te zien



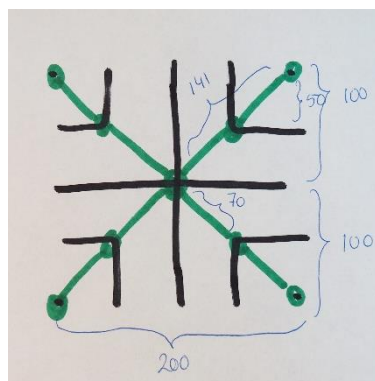
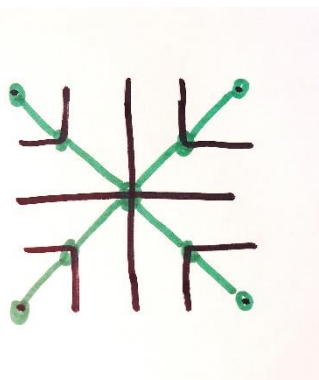
Lengte van het touw

Om voldoende lengte te hebben voor een klassiek labyrint met paden met een breedte van 50 cm heb ik gebruikt:

- Touw 1: 13 meter
- Touw 2: 19 meter
- Touw 3: 42 meter
- Touw 4: 49 meter

Aanleggen vanuit het zaadpatroon

Als hulp kun je starten met het markeren van het zaadpatroon. Je kunt het met een stok tekenen in het zand, met bloem strooien in het gras, met schilderstape op de ondergrond plakken of gebruik maken van een mal van touw.



Van een aparte kleur garen heb ik een soort mal voor het zaadpatroon gemaakt. De groene bolletjes zijn knopen in het touw. Deze knopen markeren de belangrijke punten in het zaadpatroon. Dit zijn de plekken waar de bochten en eindpunten langskomen. Nadat de vier touwen met behulp van de mal zijn gelegd, verwijder ik de mal.

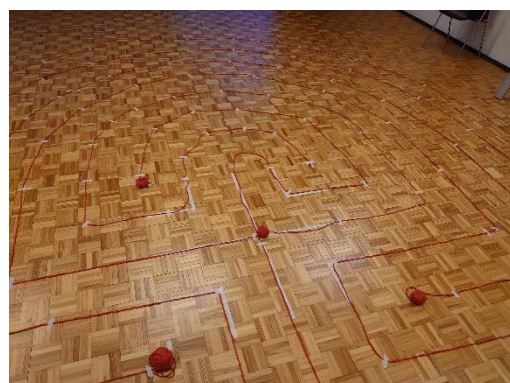
In de tweede afbeelding zie je de afmetingen van dit touw voor een labyrint met padbreedte van 50 cm.



Tips

- Ik heb aan elk touw aan het begin en aan het eind knoopjes gelegd: één knoopje voor de eerste lijn, twee knoopjes voor de tweede lijn, etc. Door zowel aan het begin als aan het einde knoopjes te leggen, maakt het niet uit aan welke kant je begint met oprollen.
- Je houdt wat touw over. Als je vanuit het kruispunt vertrekt met leggen, hou je op de eindpunten vier gezellige bolletjes over.
- Je kunt iets gebruiken om het kruispunt te markeren. Neem hier iets voor mee of gebruik iets dat je in de omgeving vindt. Een (edel)steen, een schijf hout, een dennenappel, etc.
- Eventueel kun je de touwen vastleggen met schilderstape.

Voorbeelden





Labyrinspiratie

Dit werkboek word je aangeboden door Carin Wennink - Labyrinspiratie.

In de winkel op de website vind je ook het werkboek Teken een klassiek labyrint. Je kunt het gratis downloaden.

In mijn praktijk als drempelhoedster werk ik graag met het labyrint. Het labyrint biedt je een veilige bedding om je vraagstuk eens tegen het licht te houden. Ik help je met luisteren, vragen, delen. Je bent van harte welkom voor een persoonlijke sessie, herbronnen voor bijvoorbeeld coaches en therapeuten of het samenstellen van een viering of herdenking in het labyrint.

Ook kun je bij Labyrinspiratie terecht voor workshops in en om het labyrint en de online workshop 99 dagen Winter Labyrinspiratie Wandeling. Ook (online) één op één training over werken met het labyrint behoort tot de mogelijkheden.

Als je vragen hebt, naar aanleiding van dit werkboek of de mogelijkheden bij Labyrinspiratie, vind ik het fijn als je me in de gelegenheid stelt deze te beantwoorden. Je vindt me via de gebruikelijke wegen: neus eens rond op mijn website www.Labyrinspiratie.nl, bel me op nummer 06 11 58 72 04 of mail me via welkom@labyrinspiratie.nl.

Hartelijke groet,
Labyrinspiratie
Carin Wennink



Wil je meer weten over mijn werk, kijk dan op
www.CarinWennink.nl
drempelhoedster met natuur en labyrint
persoonlijke sessies, (online) trainingen en workshops