

**Voor u ligt een kleurboek met mooie patronen,
geïnspireerd op de natuur, te wachten om
ingekleurd te worden. U kunt dit boek op
verschillende manieren gebruiken.**

Bij de eerste methode begint u gewoon bij de eerste tekening en werkt u het boek van voren naar achteren door. Tekeningen die u minder aanspreken, kunt u overslaan. Kleur de tekeningen in met kleuren die u mooi vindt of die u goed bij elkaar vindt passen. Deze manier van inkleuren is leuk en ontspannend voor iedereen.

Bij de tweede methode gaat u meer intuïtief te werk, bijna meditatief. Zorg voor een rustige omgeving zonder storende geluiden (ontspannende achtergrondmuziek is wel geschikt) en blader door het kleurboek tot uw oog blijft steken bij een tekening die u aanspreekt. Deze gaat u inkleuren op gevoel. Denk niet na over kleuren maar begin gewoon en laat het allemaal gebeuren. Fouten maken bestaat niet bij deze methode: alles is goed. Concentreer u op de zich herhalende vormen in de tekening.

Het gaat hierbij niet om een zo mooi mogelijk resultaat, maar om de ontspanning. En de kans is groot dat het resultaat tóch erg mooi wordt, terwijl u daar helemaal niet bewust mee bezig bent. Deze meditatieve manier van inkleuren zorgt voor een weldadige ontspanning.

Welke methode u ook kiest, de eerste of de tweede, of misschien wel een mengvorm, dit boek is goed voor vele uren ontspannen bezig zijn.

Veel kleurplezier!

© Copyright voor deze uitgave: De Lantaarn b.v., Ede, 2020

Redactie: Vitataal
Opmaak: Fenatic
Omslagontwerp: Manninne Design
Beeld: Shutterstock

ISBN 978-94-6354-606-5
NUR 476

www.lantaarnpublishers.nl

Niets uit deze uitgave mag worden gereproduceerd door middel van elektronische of andere middelen, met inbegrip van geautomatiseerde systemen, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.







