


0+



Алина Смирнова

Точечные мандалы

Алина Смирнова

Точечные мандалы

«Автор»

2014

Смирнова А. В.

Точечные мандалы / А. В. Смирнова — «Автор», 2014

Раскрашивание мандал в последнее время стало очень популярным. Но мало кто знает о том, что эффект от этого будет максимальным, если вы лично создадите узор, соответствующий определенной теме. Именно таким волшебным образом работают точечные Мандалы Света, предлагаемые в этой книге. На ее страницах вы найдете разнообразнейшие мандалы, составленные по лучшим аффирмациям, для проработки чакр, а также цветные вкладыши с изображениями мандал, которые можно носить с собой для скорейшего исполнения желаний.

© Смирнова А. В., 2014

© Автор, 2014

Алина Смирнова

Точечные мандалы

Для любого из нас важна успешность, однако каждый понимает ее по-разному: кто-то стремится к успеху в личной жизни, а кто-то – к успеху в карьере. И это нормально, ведь все мы хотим лучшего и благодаря этому развиваемся, обогащаемся духовно, приобретаем новые знания и умения, которых не было бы без этих препятствий. А для саморазвития нам всегда нужны какие-то способы. Их много, и мандалы являются одними из таких способов. Я называю этот метод «узоротерапией» и считаю его очень простым и безупречно работающим, поэтому хочу поделиться с вами своими наработками.

Эта книга не совсем обычная, поскольку мандалы, предлагаемые вам для раскрашивания, – это особые мандалы света, обладающие невероятной целебной силой. Приведу пример из личной практики. Уже много лет я провожу мастер-класс «Мандала любви», одной из составляющих которого является работа с такой мандалой. Независимо от того, верят участники мастер-класса в действенность этого метода или нет, свою любовь они впоследствии находят.

Кроме того, вы также найдете здесь аффирмации, которые могут пригодиться в любой ситуации, будь то здоровье, любовь, материальное благополучие или отношения с детьми. Вы можете использовать их в своей работе как отличный инструмент для гармонизации душевного состояния:

в процессе раскрашивания запускается энергетическая волна, и Вселенная помогает решить актуальные для вас проблемы.

У вас может возникнуть вопрос, как же раскрашивать эти мандалы. Раскрашивайте их, произвольно соединяя точки. Здесь нет строгих правил, поскольку очень редко из одной и той же точечной мандалы получаются одинаково или похоже раскрашенные. Что касается значений цветов, то здесь очень важна не моя или чья-либо еще интерпретация, а лично ваша. Например, у одного человека зеленый цвет ассоциируется с травой, а другой связывает данный цвет с развитием. И оба они будут правы. После раскрашивания мандалы рекомендуется записать, о чем вы думали в процессе работы над ней.

Помимо этого, в книге есть цветные изображения некоторых мандал для того, чтобы вы смогли их вырезать и носить с собой до достижения положительного эффекта.

Надеюсь, что работа с данной книгой будет для вас интересной и продуктивной. Я буду рада и признательна, если вы захотите поделиться своими результатами и напишете мне: moyuzor@gmail.com или в Instagram @moyuzor.

С пожеланием удачи, Алина Смирнова



Несколько слов о мандалах

Скорее всего вы знаете, что переводе с санскрита слово «мандала» означает «круг, колесо, диск». И действительно, основной фигурой мандалы является круг. Я хочу кратко рассказать вам, почему, это круг.

Круг – первичный символ единства и бесконечности, абсолюта и совершенства. Его символическим прообразом во всех культурах мира является солнечный диск. Круглая форма небесных светил – Солнца и полной Луны – служила древним людям природным символом, помогающим организовать свои представления о круговороте жизни и смерти. И, конечно, циклические природные явления: чередование дня и ночи, изменение фаз Луны и смена времен года – также также круговорот. Наиболее полно эти представления и нашли свое отражение в символике круга. Арт-терапевт Сюзан Финчер так объясняет связь человека с этим символом: «Круги представляют собой нечто, не имеющее ни начала, ни конца, нечто вечное. Круги напоминают нам о семейном круге или круге друзей».

В каждой культуре существуют свое понимание, своя терминология, свое назначение, воплощение и способы применения круговых изображений. Большинство из них имеют культовый, сакральный характер. Наиболее яркие примеры – это мандалы и янтры восточных традиций; мандорла в образах как западной, так и восточной христианской традиции; лабиринты; многочисленные ярические знаки-свастики; славянский календарь; магические круги алхимиков и оккультистов; зодиакальный круг; ба-гуа и круг существования (инь-ян) китайской традиции; есть даже понятие «астрологическая мандала». При этом объединяет их всех одно – понимание круга как символа совершенной целостности, объединенности, защищенности, зарождения нового. Движение по кругу, в свою очередь, означает постоянное движение к самому себе.

Понятие мандал было введено в психологию швейцарским психологом Карлом Густавом Юнгом. Согласно Юнгу, мандалы представляют собой целостность ума и охватывают как сознание, так и подсознание. Он заметил, что желание изобразить мандалу характерно для человека, переживающего сложные моменты в своей жизни, испытывающего эмоциональную нагрузку, душевный кризис, и поэтому считал, что ее создание способствует гармонизации внутреннего состояния и исцелению психики. Сюзан Финчер получила много положительных отзывов от специалистов, работавших с ее альбомом мандал для оказания психологической

помощи пострадавшим 11 сентября 2001 года в результате теракта в Нью-Йорке. И таких примеров большое количество. Поэтому если вы хотите расслабиться после напряженного дня, снять стресс или просто поразмышлять в спокойной обстановке, то создание собственной мандалы – прекрасный способ сделать это.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.