

СОДЕРЖАНИЕ

Мандалы тайных желаний



МАНДАЛЫ ТАЙНЫХ ЖЕЛАНИЙ

Дорогие друзья! Я — Лилия Габо, автор книжек-раскрасок для взрослых, в душе которых живет ребенок. А таковы, как мне кажется, большинство из нас, хоть мы и пытаемся порой это тщательно скрыть. Представляю вам свой очередной альбом. Если вы хотите просто порисовать, то вполне можете не вчитываться в сопроводительные тексты и сразу предаться творчеству. Удачи! Если же в названии книги вас прежде всего привлекли слова «исполнение желаний», да еще и «тайных», вам определенно стоит обратить внимание на комментарии к мандалам. А также внимательно прочитать следующий раздел.

ПОЧЕМУ ЖЕЛАНИЯ НЕ ИСПОЛНЯЮТСЯ. И ПОЧЕМУ — ИСПОЛНЯЮТСЯ

В каждом из нас живет масса усвоенных еще в детст-

Под тайными желаниями вовсе не понимается что-то такое, чего в приличном обществе следует стыдиться. Скорее, это те желания, в которых нам немного неудобно признаваться, потому что они либо какие-то детские («Найти клад»), либо немножко наивные («Сделать мир лучше»), либо вполне обыкновенные («Выйти замуж», «Написать книгу»), и принято считать, что нам о таком мечтать не по возрасту, не по способностям или не по возможностям. Или же это те желания, которые нас самих немножко пугают («Разыскать свою первую любовь и встретиться с ней»), и нам стоит сто раз крепко подумать, следует ли эту сомнительную идею воплощать. Словом, вполне себе обыкновенные человеческие желания, которые есть у каждого из нас, но которые мы не афишируем.

ЧТО ТАКОЕ МАНДАЛА

«Мандала» в переводе с санскрита означает «круг». Изначально мандалы использовали буддисты для медитаций. Но если разобраться, похожие круглые, сферические изображения можно отыскать в любых духовных практиках: шаман всегда начинает свой магический обряд, находясь в центре круга, он использует специальный шаманский бубен, который также имеет круглую форму. В индуизме есть понятие «Колесо Сансары», которое обозначает круговорот жизни и смерти. А вспомните готические храмы с их завораживающими узорными витражами, так напоминающими мандалы...

Да что там говорить: разве наша планета не похожа на мандалу? А снежинка, если рассматривать ее под микроскопом? Солнце? Апельсин в разрезе? Колесо? Годовые кольца на деревьях? Радужка человеческого глаза... Знаменитые Стоунхендж, Аркаим, а также зодиакальный круг, календарь майя, циферблат часов, компас и другие круговые структуры — что они такое, если не мандалы?

Археологи находили изображения мандал в пещерах древних людей, в хижинах бедняков и во дворцах королей. Желая обезопасить себя от дурного глаза, лихих людей и темных сил, человек — независимо от места его жительства, звания и положения — интуитивно рисовал вокруг себя или рядом с собой защитный круг. Прошли тысячи лет, и до сих пор, чтобы восстановить гармонию и покой в душе, мы обращаемся к мандале.

Янтра — это визуальные образы, которые использую

ее «Красная книга». Рисуя каждый день очередной магический круг, Юнг вдруг понял, что каждая мандала, нарисованная им, — это отражение его жизни в данный момент времени. Что на душе — то и на бумаге. «Каждое утро я рисовал в записной книжке маленький кружок — мандалу, которая в тот момент выражала мое внутреннее состояние. Эти рисунки давали мне возможность видеть, что происходило с моей психикой день ото дня», — писал он.

Так появилась особая психотерапевтическая техника — мандалодиагностика и мандалотерапия, которую используют в своей работе психологи и арт-

МАНДАЛА “ВОЛШЕБНАЯ СТРАНА”

ДАВАЙТЕ ВСПОМНИМ ТЕ ВРЕМЕНА, КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ, МЫ – МАЛЕНЬКИМИ, НАШИ МЕЧТЫ – ГРАНДИОЗНЫМИ, А НАША ФАНТАЗИЯ НЕ ЗНАЛА ГРАНИЦ. О ЧЕМ ВЫ МЕЧТАЛИ В ДЕТСТВЕ, К ЧЕМУ СТРЕМИЛИСЬ, ЧЕМ ЖИЛИ, КАКОЙ ПРЕДСТАВЛЯЛИ СЕБЕ СВОЮ ВЗРОСЛУЮ ЖИЗНЬ? УДАЛОСЬ ЛИ ВАМ РЕАЛИЗОВАТЬ ДЕТСКИЕ УСТРЕМЛЕНИЯ, ИЛИ ОНИ ТАК И ОСТАЛИСЬ МЕЧТАМИ? А МОЖЕТ, НАМ С ВАМИ СЕЙЧАС ОТПРАВИТЬСЯ В ПРОШЛОЕ И ХОТЯ БЫ ЧАСТИЧНО ИСПОЛНИТЬ ЗАДУМАННОЕ? ВЕДЬ ВОЗВРАЩАЯСЬ К СВОИМ НЕРЕАЛИЗОВАННЫМ МЕЧТАМ, ЧЕЛОВЕК СНОВА ПРЕВРАЩАЕТСЯ В РЕБЕНКА-ФАНТАЗЕРА, ДЛЯ КОТОРОГО НЕТ НИЧЕГО НЕВОЗМОЖНОГО. СДЕЛАЙТЕ СВОЕМУ «ВНУТРЕННЕМУ РЕБЕНКУ» – СВОЕМУ ИСТИННОМУ «Я» – ЭТОТ ПОДАРОК, А ОН В ОТВЕТ ПОДАРИТ ВАМ РАДОСТЬ ЖИЗНИ И ВЕРНЕТ ВЕРУ В СОБСТВЕННЫЕ СИЛЫ.

В ЧЕМ СЕКРЕТ