Лилия Габо

Мандалы, исполняющие желания

- снимают стресс
- устраняют препятствия в любви
- пробуждают энергию денег



и еще 3 мощных янтры

Мандала-тест

готовы ли вы к исполнению своей мечты?

Лилия Габо

Мандалы, исполняющие желания



Москва
2015

Дорогие друзья! Если у вас есть свой интересный опыт использования мандал, поделитесь с нами своими историями. Расскажите, помогли ли мандалы в реализации ваших целей и желаний, какую роль они сыграли в вашей жизни, что изменили. Я жду ваших откликов и обещаю, что авторы лучших историй получат призы — подборку наших волшебных книг о мандалах.

Ваша Лилия Габо
Lilijail@yandex.ru

Габо, Лилия.

Г12 Мандалы, исполняющие желания / Лилия Габо. — Москва : Эксмо, 2015. — 48 с. : ил. — (Мандалы).

Раскрашивание мандал каким-то непостижимым образом пробуждает внутренние ресурсы и обостряет интуицию. Перед вами удивительная книга, которая станет вашим верным другом на пути к мечте. Взяв в руки карандаши, фломастеры или краски и настроившись на одну волну с космическими вибрациями, читатель превращается в творца и получает именно тот результат, к которому стремится его душа.

УДК 133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-699-81276-9

© Габо Л., текст, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2015

Издание для досуга

МАНДАЛЫ

Габо Лилия

МАНДАЛЫ, ИСПОЛНЯЮЩИЕ ЖЕЛАНИЯ

Директор редакции *Е. Капьёв*
Ответственный редактор *А. Мясникова*
Редактор *И. Львова*
Художественный редактор *Е. Анисина*
Дизайн *Е. Баршевская*
Художник *Н. Гаркуша*
Верстка *Н. Зенков*

В оформлении обложки использованы фотографии:
iprostocks / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com;
transiastock, Aeya, hakkiarslan / Istockphoto / Thinkstock / Fotobank.ru

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Өндіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.
Тауар белгісі: «Эксмо»
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша
арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 2 51 59 89,90,91,92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить по адресу: http://eksmo.ru/certification/

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 29.04.2015.
Формат 86x90$^{1}/_{16}$. Печать офсетная. Усл. печ. л. 4,3.
Тираж экз. Заказ

12+
Знак информационной продукции согласно Федеральному закону от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ

ISBN 978-5-699-81276-9
9 785699 812769 >

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН
shop.eksmo.ru
shop.eksmo.ru
ЭКСМО

В электронном виде книги издательства Эксмо вы можете купить на www.litres.ru
ЛитРес: один клик до книг

Содержание

Введение 3
Об авторе 3
Что такое мандала 3
Как это работает 4
Мандалы для медитации 4
Цвета круга вашей силы 5
Мандалы для исполнения желаний 5

Мандала-тест 6

Мандалы для поиска себя 8
«Познай себя, и ты познаешь мир», — считали древние философы. Эти мандалы позволяют заглянуть внутрь себя и получить ответы на самые сокровенные вопросы. Если вы не знаете, как поступить, какое решение выбрать, в какую сторону отправиться — просто начните их раскрашивать и слушайте свое сердце... Оно обязательно подскажет вам верное направление.
Мандала «Лабиринт» 8
Мандала «Цветок жизни» 10
Мандала-подсказка «Ловец снов» 12

Мандалы для любви и гармонии в семье 14
В этом разделе собраны мандалы для тех, кто мечтает найти свою любовь, а также для тех, кто уже встретил свою «половину» и хочет построить крепкие, гармоничные отношения.
Мандала для встречи с родственной душой 14
Мандала для раскрытия женственности 16
Мандала для укрепления семейных уз 18
Мандала для прибавления в семействе 20
Мандала «Девятка»: отпустит
ь прошлое и начать новую жизнь 22

Мандалы для увеличения энергии и омоложения 24
О чем бы мы ни мечтали, какие бы цели перед собой ни ставили, мы вряд ли чего-то добьемся, если нам не хватает энергии. Эти мандалы могут стать настоящими генераторами жизненной энергии, зарядившись которой, вы сумеете осуществить все свои мечты.
Мандала пробуждения энергии 24
Мандала для управления
временем и омоложения 26
Мандала для увеличения
сексуальной привлекательности 28

Мандалы и янтра для денег и карьеры 30
Эти мандалы для тех, чьи желания связаны с увеличением доходов и развитием карьеры. Благодаря работе с ними вы сможете открыть новые денежные каналы, и энергия богатства неиссякаемым потоком устремится в вашу жизнь.
Мандала «Магнит для денег» 30
Янтра Куберы
для открытия канала богатства 32
Мандала для быстрого карьерного роста 34
Мандала для удачи в новом деле 36

Янтры,
исполняющие любые желания 38
Эти янтры стоят особняком, потому что это наиболее мощные и универсальные символы с очень древней историей. Считается, что, медитируя на них, можно обойти все препятствия на жизненном пути и воплотить в жизнь любые желания. У вас есть возможность это проверить.
Янтра Ганеши,
устраняющая все препятствия 38
Шри-янтра, открывающая «третий глаз»
и исполняющая любые желания 40

Универсальные мандалы
на все случаи жизни 42
Это мандалы связаны с «вечным» — с добром и злом. Одна из них сделает мир вокруг вас чуточку лучше и добрее, вторая — защитит от злобы и зависти, третья — будет притягивать к вам только хороших людей.
«За все хорошее и против всего плохого» — так можно описать предназначение этих поистине универсальных мандал-помощников.
Мандала добра 42
«Защитный круг»: мандала-оберег 44
Мандала «Магнит для хороших людей» 46

ВВЕДЕНИЕ

ОБ АВТОРЕ

Здравствуйте, дорогие читатели! Для начала позвольте представиться: меня зовут Лилия Габо, я профессиональный психолог. Так сложилось, что уже довольно давно в мою жизнь вошли мандалы. Признаюсь, поначалу я без должного почтения отнеслась к этой древней технике, подвергнув сомнению силу и действенность магических кругов. И все же решила попробовать себя в этом новом деле — рисовании мандал. Каково же было мое удивление, когда моя жизнь очень скоро начала меняться к лучшему! Желания обретали четкость и превращались в твердые намерения, намерения — в действия, действия — в результат. Оказалось, что мандала каким-то непостижимым образом пробуждает наши внутренние ресурсы и обостряет интуицию: когда мы определяемся со своими желаниями и фиксируем это в магическом круге, обстоятельства вокруг нас начинают меняться. Мы встречаем нужных людей, с нами происходят счастливые случайности, невероятные совпадения — и все это вместе приводит к тому, что наша мечта со временем становится реальностью.

Проверив действие мандал на себе, я начала использовать их в своей психологической практике. И теперь не только мой многолетний опыт, но и опыт большого количества других людей позволяет сказать: мандалы работают.

Если вы хотите изменить свою жизнь к лучшему — может быть, сейчас самое время это сделать? Я не слишком верю в случайности, мне кажется, что книга, которую вы сейчас читаете, оказалась в ваших руках не просто так. Она пришла к вам в нужное время. Возможно, это шанс, которым стоит воспользоваться… Просто попробуйте.

ЧТО ТАКОЕ МАНДАЛА

Мандала в переводе с санскрита означает «круг». Изначально мандалы использовали буддисты для своих медитаций. Но, если разобраться, похожие круглые изображения можно отыскать в любых духовных практиках: шаман проводит магический обряд, находясь в центре круга, он использует специальный 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.

Янтры — это визуальные образы, которые используют для медитации. На них символически отображены энергетические структуры различных божеств. Считается, что, созерцая янтру, человек присоединяется к этим божественным энергетическим структурам. Созерцание янтры можно дополнять произне-

сением мантры — это специальный сакральный звук или заклинание.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Один из основоположников психоанализа, великий Карл Густав Юнг обратил внимание, что его пациенты, находясь перед выбором, принимая важное для себя решение, начинают непроизвольно чертить на всем, что подвернется под руку, что-то вроде мандал. Также подопечные Юнга часто рассказывали ему, что в переломные моменты жизни видят замысловатые круглые фигуры во сне. Иногда они похожи на лабиринт, из которого нужно найти выход. А иногда — на водоворот, мельницу или волшебный хоровод ангелов. Как будто какие-то силы-помощники посылают запутавшемуся, заблудившемуся человеку некий знак, подсказку. Что же хотят сказать высшие силы?

Заинтригованный психоаналитик так заинтересовался загадочными кругами, что и сам начал рисовать мандалы, для чего завел специальную тетрадь в красном сафьяновом переплете. Позже он начал называть ее «моя Красная книга». Рисуя каждый день в своей Красной книге очередной магический круг, Юнг однажды понял, что каждая мандала, созданная 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 моею психикой день ото дня», — писал психоаналитик.

Так появились особые психотерапевтические техники — мандалодиагностика и мандалотерапия, которые используют в своей работе психологи и арт-терапевты всего мира. Эти техники помогают человеку совершить путешествие внутрь себя, увидеть свою личную Вселенную, понять свой внутренний мир, свою уникальность и предназначение. А если мы понимаем себя и знаем, чего хотим, мы можем уверенно двигаться в направлении к счастью. Нарисовать или раскрасить мандалу проще простого, с этим справится даже ребенок. Позвольте своему внутреннему ребенку сделать это! Дайте ему разноцветные карандаши, фломастеры или краски — пусть займется творчеством. Ведь именно ваш внутренний ребенок — ваш самый надежный проводник на пути к гармонии. Некоторые еще называют его интуицией. А некоторые — внутренней мудростью, благодаря которой мы учимся читать подсказки судьбы.

МАНДАЛЫ ДЛЯ МЕДИТАЦИИ

Медитация с мандалами исцеляет тело, успокаивает душу и очищает разум от беспорядочных мыслей. Готовы попробовать? Вперед!

Если у вас не слишком много времени, вы можете медитировать на одну из наших мандал, не раскрашивая ее. Если у вас есть возможность полностью погрузиться в процесс медитации — конечно же, стоит ее раскрасить. Раскрасив мандалу самостоятельно, вы во много раз увеличиваете ее энергию и силу воздействия.

Для начала создайте вокруг себя спокойную, уютную и безопасную обстановку. Отключите телефон, выключите телевизор — пусть вас не отвлекают посторонние звуки. Исключение составляет разве что негромкая и приятная музыка, которая поможет лучше настроиться на работу с рисунком. Затем выберите мандалу, которая вам наиболее симпатична. Не обязательно начинать с самой первой — просто полистайте альбом, и в какой-то момент интуиция сама подскажет вам, где нужно остановиться. Доверьтесь ей — она лучше знает, что вам сейчас нужно. Положите перед собой цветные карандаши, фломастеры, мелки или краски — все, что нравится, все, что угодно вашей душе. Сосредоточьтесь на своих мыс-

лях, на вопросе, ответ на который хотите получить. А теперь начните раскрашивать мандалу. Считается, что мандала неизбежно ведет того, кто ее рисует, к открытию в себе источника внутренней энергии, дает ответы на вопросы и даже вызывает озарения.

ЦВЕТА КРУГА ВАШЕЙ СИЛЫ

Красный — энергичный и возбуждающий цвет. Цвет активности, страсти и жизненной силы. Его часто и в большом количестве используют в своих рисунках целеустремленные, напористые и порой эксцентричные люди, а также те, в ком горит огонь чувственной страсти.
Желтый — цвет радости и тепла. Люди, которые его предпочитают, обычно оптимистичны, веселы и полны творческих сил. Преобладание желтого в мандале — знак благополучия, символ того, что рисующий пребывает в хорошем, «солнечном» настроении.
Оранжевый содержит в себе и активную энергию красного, и «солнечный» оптимизм желтого цветов. Это сочетание сулит любителям оранжевого жизненный успех: они смелы и уверены в себе, но при этом неагрессивны и готовы пойти на компромисс.
Синий — спокойный, сдержанный цвет, который может говорить о внутренней сосредоточенности рисующего, его погруженности в себя. Синий предпочитают рассудительные, консервативные люди.
Голубой — успокаивающий, умиротворяющий цвет. Любители голубого часто стремятся к покою, они несколько флегматичны и склонны к глубокомысленным размышлениям.
Фиолетовый — самый загадочный из цветов, связан с мистикой, духовностью и интуицией. Образован сочетанием двух противоположных цветов — красного и синего. Поэтому его часто выбирают люди, испытывающие какие-то внутренние противоречия.
Зеленый — цвет природы и естественности. Его любят те, кто всегда остается верен себе и своим принципам, а также люди, желающие самоутвердиться и избегающие чужого влияния.
Черный символизирует мрачное восприятие жизни. Человек, предпочитающий его, пессимистичен, склонен к депрессии и часто видит происходящее в «черном» цвете.
Серый — нейтральный цвет, который часто выбирают те, кто боится слишком громко о себе заявить. Его используют как барьер, ограждающий от раздражителей внешнего мира.
Коричневый — цвет земли — предпочитают люди, стремящиеся обрести устойчивость и опору под ногами. Также он может символизировать уход от суеты и активности к уединению и простым радостям жизни.
Белый — универсальный цвет, который может символизировать что угодно: стерильную чистоту, снежный холод, призыв к перемирию.

МАНДАЛЫ ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

Мандалы бывают разные: целительные, защитники и обереги, генераторы энергии… Все они содержат определенные знаки, символы и рисунки, помогающие в том или ином деле. В этой книге собраны мандалы — реализаторы желаний, которые помогут вам лучше понять, чего вы хотите, сконцентрироваться на своей цели и отразить ее в своем рисунке. Раскрашивая такую мандалу, думайте о своей мечте, выбирайте такие цвета, которые наполнят вашу цель энергией.
Закончив работу, разместите свою мандалу так, чтобы она постоянно находилась в поле вашего зрения. И, конечно, будьте внимательны ко всему, что происходит в вашей жизни. Наблюдайте за тем, как изменяется мир вокруг вас, как меняетесь вы сами. Возможно, скоро вы увидите, как ваше заветное желание претворяется в жизнь.

МАНДАЛА-ТЕСТ

ГОТОВЫ ЛИ ВЫ К ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ СВОЕЙ МЕЧТЫ?

НЕ ЗРЯ ГОВОРЯТ: «ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЧЕГО-ТО ПОЖЕЛАТЬ, ПРЕДСТАВЬТЕ, ЧТО ВАШЕ ЖЕЛАНИЕ ОСУЩЕСТВИТСЯ». ПОРОЙ НАМ КАЖЕТСЯ, ЧТО МЫ СТРАСТНО ЧЕГО-ТО ХОТИМ, НО, КОГДА ЖЕЛАНИЕ ИСПОЛНЯЕТСЯ, ОКАЗЫВАЕМСЯ К ЭТОМУ НЕ ГОТОВЫ... МЕЧТАЕМ, НАПРИМЕР, О ВЫСОКООПЛАЧИВАЕМОЙ РАБОТЕ, НО, КОГДА ЕЕ ПРЕДЛАГАЮТ, ПРИДУМЫВАЕМ ПОВОДЫ, ЧТОБЫ ОТКАЗАТЬСЯ. ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ЖЕЛАНИЯ ИСПОЛНЯЛИСЬ, НУЖНО НЕ ПРОСТО ОЧЕНЬ СИЛЬНО ЭТОГО ХОТЕТЬ, НО И ЧЕТКО ПРЕДСТАВЛЯТЬ СЕБЕ, ЧТО ИЗМЕНИТСЯ В НАШЕЙ ЖИЗНИ ПОСЛЕ ВОПЛОЩЕНИЯ МЕЧТЫ И ЧТО С ЭТИМ ДЕЛАТЬ ДАЛЬШЕ. УВИДЕВ КАРТИНУ СВОЕГО СВЕТЛОГО БУДУЩЕГО И РЕШИВ, ЧТО ЭТО ИМЕННО ТО, ЧТО НАМ НАДО, МЫ ПОЛУЧАЕМ ОГРОМНЫЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ЗАРЯД И ЭНЕРГИЮ ДЛЯ ДВИЖЕНИЯ К МЕЧТЕ.

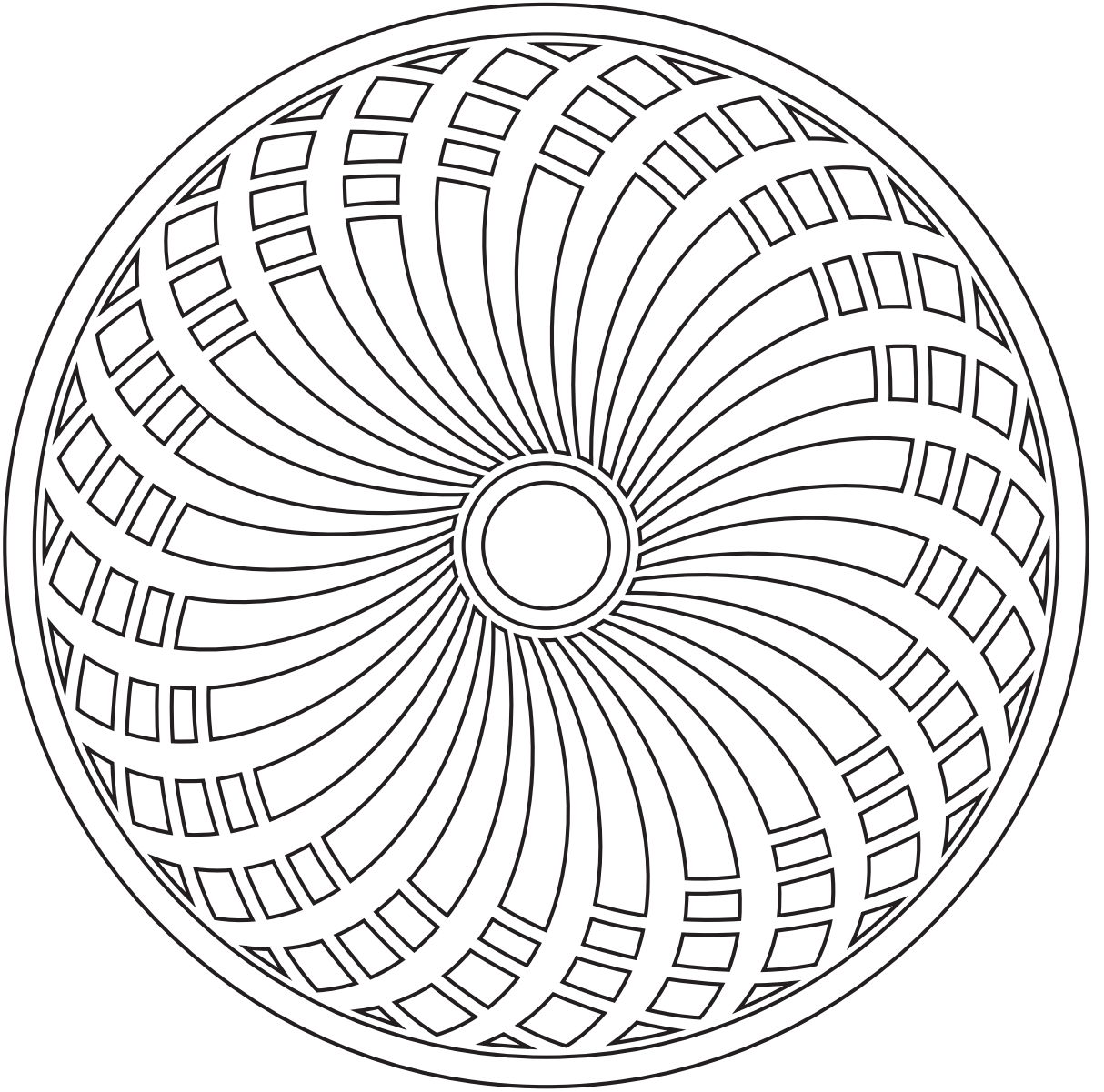
ЗАДАНИЕ

- Этот тест поможет отличить истинные желания от ложных, понять достаточно ли у вас энергии для того, чтобы воплотить мечту в жизнь.
- Представьте, что эта динамическая мандала символизирует исполнение вашего желания. Мысленно поставьте себя в центр круга. Что вы чувствуете? Вам кажется, что вас тянет вглубь мандалы или, наоборот, как будто приподнимает? Доверьтесь интуиции и раскрасьте мандалу.

КЛЮЧ

- Если вас затянуло вглубь мандалы, как в воронку, — на данный момент у вас не слишком много энергии или вы просто выбрали не свое желание. Если мандала как будто приподняла вас — вы на правильном пути, у вас достаточно сил, чтобы осуществить задуманное.
- Преобладание в мандале энергичных и теплых цветов — оранжевого, желтого, красного — указывает на сильную энергию и жажду действия. Холодные цвета — голубой, синий, фиолетовый — говорят о том, что вы не горите желанием предпринимать какие-то активные действия. Черный, серый и коричневый цвета указывают на препятствие в реализации желания.

Не зря говорят: "Прежде чем чего-то пожелать, представьте, что ваше желание осуществится". Порой нам кажется, что мы страстно чего-то хотим, но, когда желание исполняется, оказываемся к этому не готовы. Мечтаем, например, о высокооплачиваемой работе, но, когда ее предлагают, придумываем поводы, чтобы отказаться. Для того чтобы желания исполнялись, нужно не просто очень сильно этого хотеть, но и четко представлять себе, что изменится в нашей жизни после воплощения мечты и что с этим делать дальше. Увидев картину своего светлого будущего и решив, что это именно то, что нам надо, мы получаем огромный эмоциональный заряд и энергию для движения к мечте.



МАНДАЛА "ЛАБИРИНТ"

ДЛЯ ПОИСКА СВОЕГО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ В ЖИЗНИ

ЭТА МАНДАЛА ДЛЯ ТЕХ, КТО ИЩЕТ СВОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ, СВОЙ ИСТИННЫЙ ПУТЬ И ГОТОВ К ПЕРЕМЕНАМ. ЛЮДИ, ИСПОЛЬЗОВАВШИЕ ЕЕ, ЧАСТО РАЗВОРАЧИВАЮТ СВОЮ ЖИЗНЬ НА 180 ГРАДУСОВ: ОБРЕТАЮТ НОВУЮ ПРОФЕССИЮ, ПЕРЕЕЗЖАЮТ НА НОВОЕ МЕСТО ЖИТЕЛЬСТВА, НАЧИНАЮТ ЗАНИМАТЬСЯ ТЕМ, ЧЕМ НИКОГДА НЕ ЗАНИМАЛИСЬ. НО САМОЕ ГЛАВНОЕ, ОНИ ОБРЕТАЮТ УВЕРЕННОСТЬ И ВНУТРЕННЮЮ ГАРМОНИЮ ОТ ТОГО, ЧТО НАКОНЕЦ НАШЛИ СЕБЯ. ЕСЛИ ВЫ ГОТОВЫ РИСКНУТЬ — ЭТА МАНДАЛА ДЛЯ ВАС.

В ЧЕМ СЕКРЕТ

- Мандала представляет собой лабиринт — символ поиска и нахождения выхода. Обычно лабиринты имеют множество путей, в них содержатся тупики и ловушки, призванные сбить путника с дороги. В лабиринте, который находится перед вами, нет ни ловушек, ни тупиков. Он ведет вас по длинной, запутанной, но единственной дороге. Порой вам может казаться, что вы ходите по кругу, но в итоге вы обязательно придете к своей настоящей цели. А наградой вам будет ключ — символ начала новой жизни, посвящения и инициации.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ

- Раскрасьте дорогу от края лабиринта до его центра, где находится ключ. Делая это, сосредоточьтесь на своих желаниях и сильных сторонах. Подумайте, чем бы вам хотелось заниматься, что у вас получается лучше всего, что вы мечтаете попробовать, к чему лежит ваша душа. Запишите все, что приходит в голову. Поместите мандалу у входной двери или у окна. После того, как вы проделаете эту работу, будьте внимательны ко всему необычному: это могут быть какие-то случайные встречи, новые люди и обстоятельства, странные совпадения. Вам могут что-то предложить, куда-то позвать, дать неожиданный совет. Во всем этом может быть зашифрована важная для вас информация, некий знак. Не упустите свой шанс! Если же за ближайший месяц с вами ровным счетом ничего не произойдет — значит, вы пока не готовы к переменам. Не торопите события, всему свое время.