

СИЛА ВНУТРЕННЕЙ ОПОРЫ

раскраска-медитация

иллюстрации Марии Яляевой



УДК 379.82
ББК 77.056я92
Я51

Яляева, Мария Васильевна.

Я51 Сила внутренней опоры : раскраска-медитация :
умиротворяющие пейзажи и поддерживающие цитаты /
Мария Яляева. — Москва : Эксмо, 2026. — 48 с. : ил. —
(Мудрые раскраски).

ISBN 978-5-04-231107-9

Эта раскраска объединяет расслабляющие пейзажи и вдохновляющие цитаты на тему, как наслаждаться этой жизнью и оставаться верным себе. Более 20 иллюстраций талантливой отечественной художницы Марии Яляевой. Выберите наиболее предпочитаемый сюжет, возьмите любимые материалы, включите фоном любимый подкаст или сериал и наслаждайтесь творчеством.

УДК 379.82
ББК 77.056я92

ISBN 978-5-04-231107-9

© Мария Яляева, иллюстрации, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Эта раскраска принадлежит:

Разум, подобный парашюту, работает
только тогда, когда он открыт.

