

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Некоторые полагают, что счастье — это то, к чему нужно стремиться, складывать специальные условия, ожидать особых возможностей. Всё это сопряжено с немалыми трудностями. Вероятно, поэтому счастье начинает казаться чем-то призрачным и далёким.

Есть и другой путь: встанешь на него и начнёшь «ковать» своё счастье, как кузнец. Но женская ли работа в кузнице?

Давным-давно древнеримский писатель Луций Апулей сочинил сказку про прекрасную земную девушку Психею и бога любви Амура. Несмотря на то, что Венера, оскоблённая красотой Психеи, приказала своему сыну внушить девушке любовь к самому ничтожному существу, Амур сам влюбился в свою «жертву». И скрыл её от гнева матери в своих чертогах. Забота и любовь Амура были таковы, что Психее казалось, будто она живёт в раю. Лишь одно условие поставил ей Амур: она не должна знать, кто он, и не может видеть его глазами. Если она не будет пытаться нарушить условие, то будущая беременность завершится рождением бессмертного мальчика. При нарушении условия у Психеи родится смертная девочка.

Психея не по своей воле, а из-за подстрекательства старших завистливых сестёр, нарушила условие Амура. Она открыла, что являлась возлюбленной бога Любви, а не страшного чудовища, как убеждали её сестры. Чудесное открытие развернуло цепочку драматических событий. Что только не познала и не перенесла беременная Психея! Она даже побывала в мире мёртвых и вышла оттуда живой. Психея получила бессмертие, и в этом отношении стала равной своему супругу. Однако их дочь родилась смертной. И называли её Счастьем.

Согласно старинной сказке Счастье рождается от союза бессмертных Любви (бог Амур) и Души (Психея). Счастье скоротечно (смертно). Однако бессмертные родители порождают Счастье множество раз, сколько душе угодно.



Какой же важный для нас шифр содержится в этой сказке? Душа вынашивает Счастье. То есть способность рождать Счастье — естественная женская способность. Однако пользуемся ли мы ею полноценно и осознанно?

Если прочитать сказку об Амуре и Психее не только «по-писанному», но и «по-неписанному», то откроется, что в каждой женщине есть особые способности. Они предназначены для того, чтобы она могла из любого сырья жизни (как внутренних переживаний, так и внешних впечатлений) создавать состояния счастья, органичные текущим жизненным обстоятельствам. Потому-то Счастье в сказке и смертно, что декорации земной жизни переменчивы, и логично, если в новых обстоятельствах рождается новая версия Счастья.

У многих женщин потенциал способностей рождать счастье активен лишь на малую долю процента. Просто мало кому говорили: «Моя милая девочка, ты способна рождать внутри себя самые разнообразные состояния счастья, всех цветов и оттенков, ежедневные и праздничные версии. Генераторы счастья не где-то за тридевять земель, а внутри тебя!» Если вам близка эта простая идея, вы можете сказать себе такие слова сами. Время пришло.

Наши внутренние способности создавать многообразные версии счастья подобны «спящим красавицам». Они мирно спят в «хрустальных гробах», то есть в специальных «футлярах», в которых бесконечно долго сохраняются все их свойства. Но мы с вами знаем сказочный способ привести «спящую красавицу» в активное состояние! Нужен «поцелуй принца», то есть осмысленное творческое сокровенное действие. Например, «поцелуем принца» может стать курс раскрашивания мандал.



Мандала (Mandala) — это сложносочинённая геометрическая фигура, подобно цветку, раскрывающаяся от центра. Сакрально-геометрическая композиция мандалы сама по себе является активатором ресурсов и балансиrom внутренних процессов. Однако если мандала наделяется дополнительными смыслами, то её визуальный образ становится «включателем» нужных процессов и способностей.



Мы наделяем графические изображения мандал смыслом «активаторов» наших спящих способностей создавать многообразные версии счастья. Ведь счастье — это летучее и переменчивое состояние. Оно генерируется «к месту», с учетом всех переменных текущей жизни женщины.

28 мандал — это 28 способностей создавать личные переживания счастья. Это число неслучайно. Оно связано с кристаллизацией духа, саморазвитием, самодисциплиной. Вы просто раскрашиваете мандалы цветными карандашами, а в это время некая способность создавать счастье пробуждается, входит в активное состояние и начинает действовать. Как? Мягко, ненавязчиво влиять на ваше настроение, характер реагирования, общее состояние, ход мыслей, идей. Всё становится более сбалансированным, ясным, точным. Будто бы из ниоткуда появляются бодрость, мотивация, жизнерадостность, смелость замысливания. А в таком состоянии женщина способна формировать вокруг себя реальность нового качества.



Мандалы женского счастья — это графические проекции внутренних способностей женщины генерировать/создавать состояния счастья. Раскрашивание мандал — это способ приведения способностей творить счастье в рабочее состояние. С этой мыслью открывайте книгу на любой странице, доставайте карандаши и погружайтесь в раскрашивание!

Для каждой мандалы вы прочтаете отдельный лаконичный камертон, помогающий сознанию и чувствам вместить в себя новую способность, пробуждающуюся благодаря раскрашиванию.



Благотворного вам творчества!



## МАНДАЛА 1 КАПЛИ РОСЫ

Женщина испытывает счастье, пребывая в чистой природной среде. Вспомните, как это бывало у вас. Как вы будто бы растворялись в звуках, образах и ароматах чистой природы, и в то же время оставались собой. Воспринимающей, чувствующей, наполняющейся и наполняющей. Вы слышали пение птиц и шум дождя, беседы листвы деревьев с ветром и журчание воды. Вы вдыхали ароматы свежести и силы. Ваша душа радовалась и наполнялась жизнелюбием. Вы пережили особенное счастье.

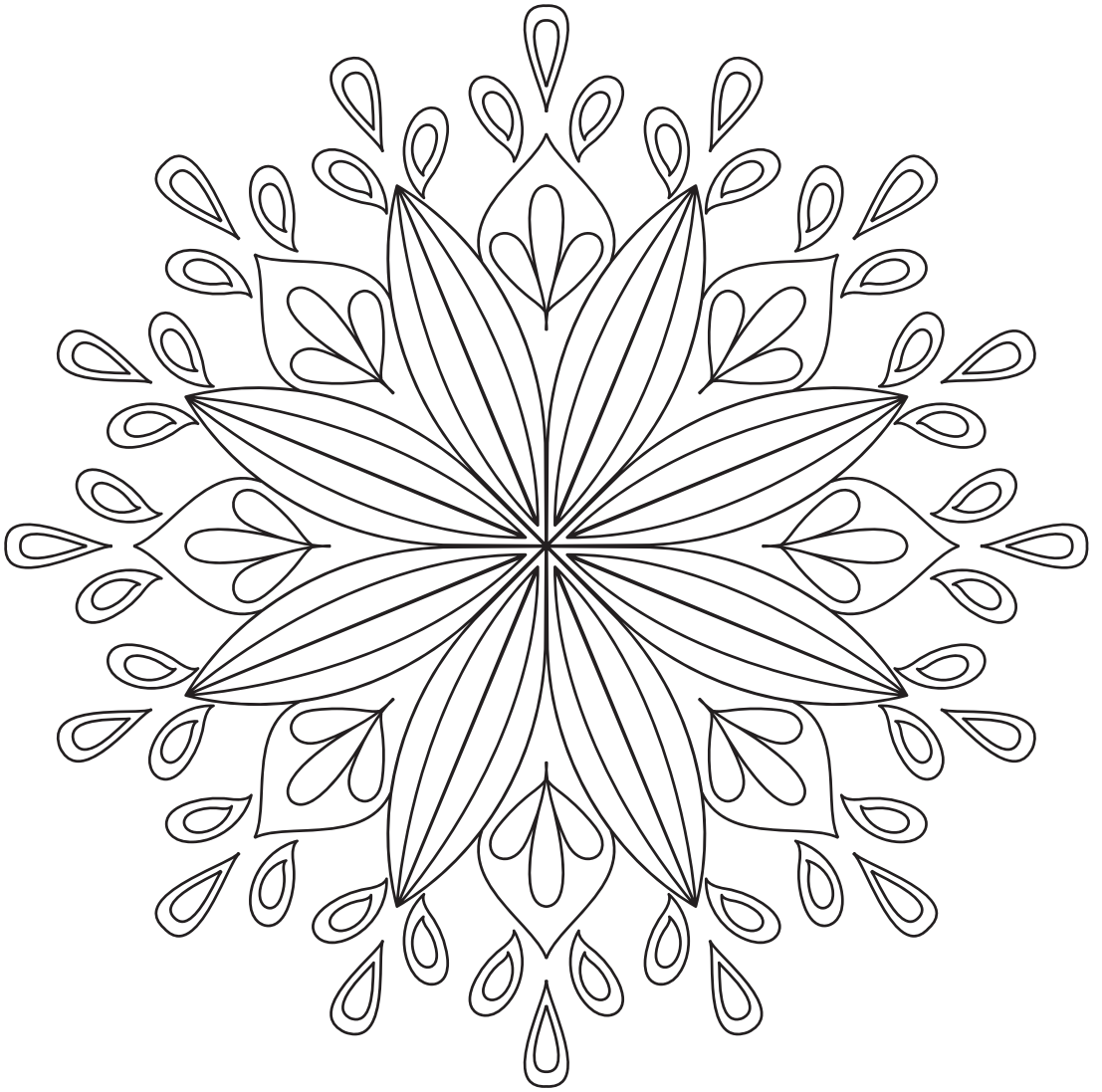
Вспомните, как вы любовались каплями росы или дождя, когда их касались лучи солнца. Возможно, вы ловили у себя ощущение, будто капля вмещает весь мир. И вы, подобно такой капле, являетесь частью Мира и несёте в себе мир миров.

Эти воспоминания и ассоциации связаны со свойствами вашей способности создавать счастье из чистых впечатлений о природе и пребывании в сокровенной тишине.

Подберите из вашего набора карандашей те цвета, которые в данный момент символизируют для вас природную силу и чистоту.

Начните раскрашивать мандалу с мыслью: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья из впечатлений о природе, тишине и чистоте!»







## МАНДАЛА 2

# СИЛА РОСТА

Счастье наполняет женщину, когда она наблюдает и чувствует пульс жизни вокруг себя и в себе. Великой силой жизни наполнено каждое растение. Мы окружаем себя растениями, чтобы ощущать силу жизнелюбия Природы. Ни одно растение не станет утяжелять свой рост пустыми мыслями и напрасными словами. Ни одно дерево добровольно не закручинится, но станет стойко переносить удары стихии. Всё живое хочет раскрывать всё то, что в него заложено Природой. В этом суть природной программы СИЛЫ РОСТА.

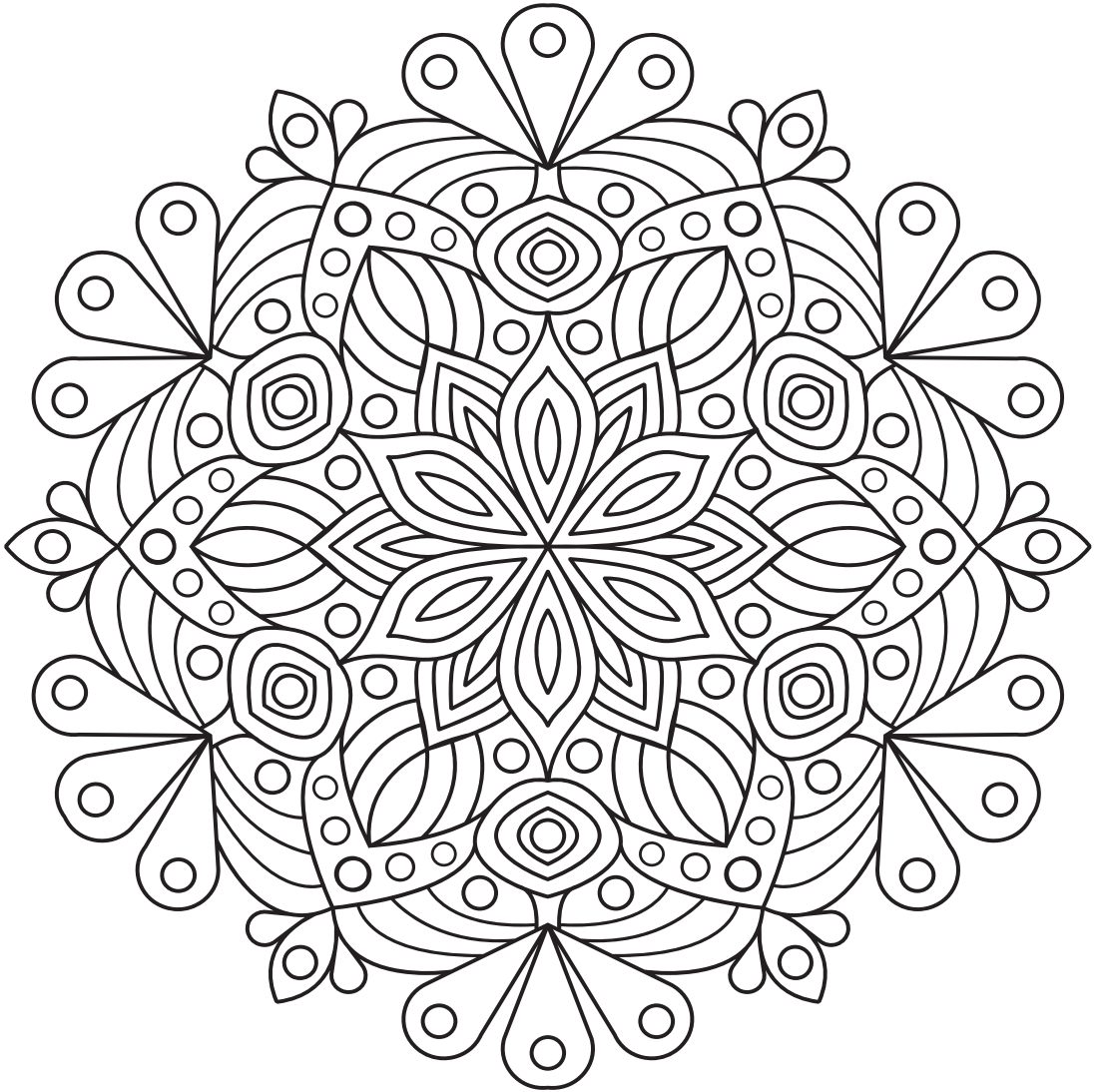
Мандала, что сейчас перед вашими глазами, несёт частицу этой природной программы. В этой частице вся полнота силы роста.

Вспомните, как вы летали во сне. Вспомните, как расправляется и распрямляется всё ваше естество, когда вы сонатраиваетесь с просыпающимися весной деревьями. Природная сила роста начинает пульсировать внутри вас и пробуждать дремлющие способности создавать своё многогранное счастье.

Подберите из вашего набора те цвета, которые в данный момент символизируют для вас природную силу роста.

Начните раскрашивать мандалу, удерживая в своём сознании мысль: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья благодаря пульсации во мне природной силы роста!»







## МАНДАЛА 3

# ТАНЕЦ ЦВЕТЕНИЯ

Женщина счастлива, когда внутри себя танцует, ощущает природную грацию, плавную динамичность движений. Её осанка, походка, каждый жест несут великую идею Цветения.

В этой идее есть цвет и цветок, красочность бытия и рассказ растения о собственной силе. Женщина несёт в себе полноту живописной палитры самой Природы и являет собой её манифест силы жизни. Постичь это умом невозможно, но пережить на уровне ощущений, эмоций, чувств, движений и образов, реально.

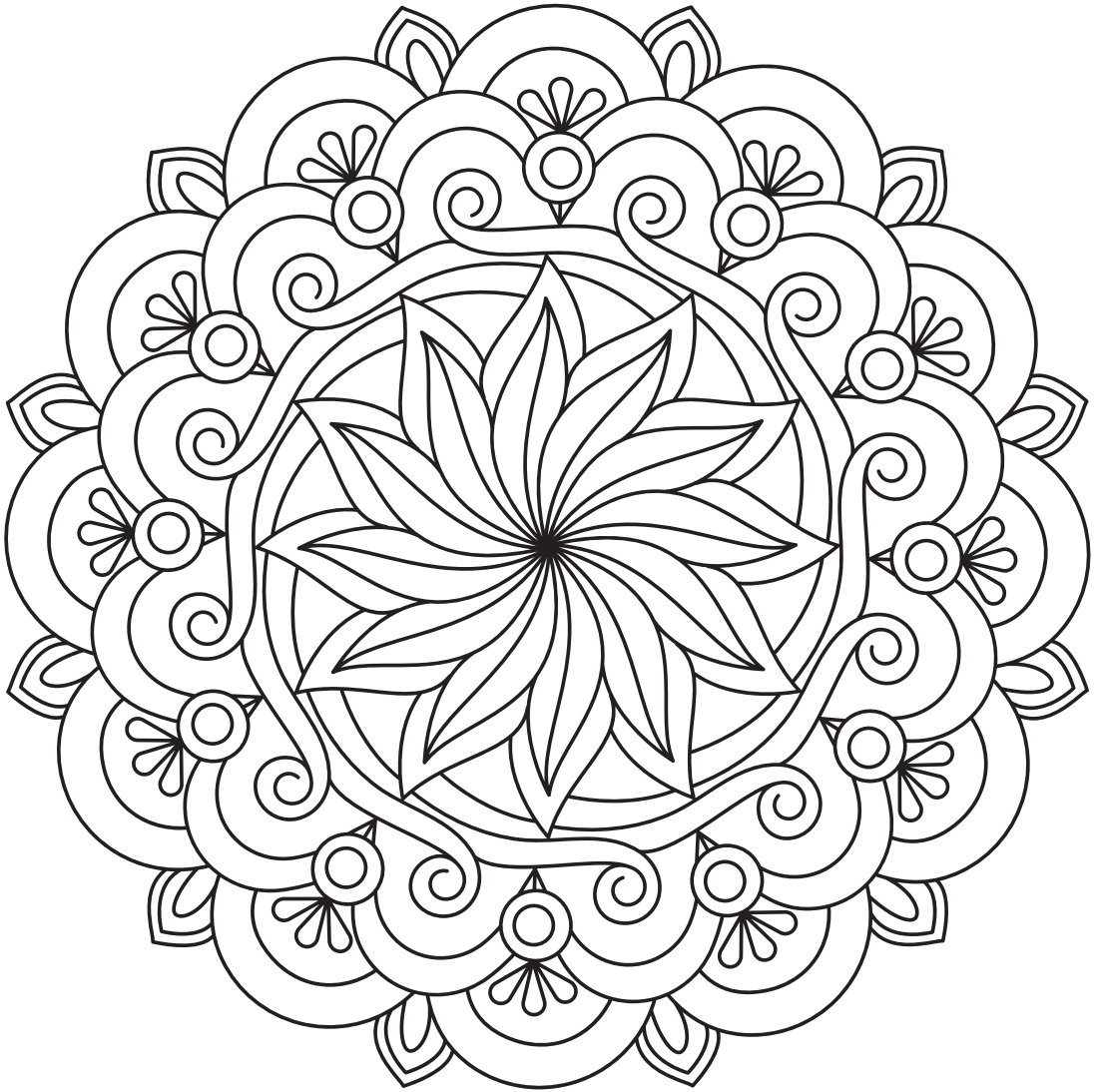
Для этого подарите мандале многоцветность. Представьте, что цвета все вместе создают свой особенный танец, который откликается внутри вас переживаниями, чудесными воспоминаниями и доверием чудесам Мира.

Всё живое пребывает в движении. Мир меняется, и наш внутренний танец Цветения меняется вместе с ним. Это таинство резонанса всего со всем. Это сокровенная мистерия женского бытия, которая действует скрыто, редко проявляясь в словах. Но её пульс можно познать в неуловимой мимике и грации движений.

Подберите из вашего набора те цвета, которые в данный момент символизируют для вас ощущения внутреннего танца и Цветения.

Начните раскрашивать мандалу, удерживая в своём сознании мысль: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья благодаря импульсам моего внутреннего танца и ощущения Цветения!»







## МАНДАЛА 4

# ТАИНСТВЕННАЯ ЖЕНСКАЯ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТЬ

Как в маленьком цветке ромашки заключена огромная целебная сила, так и во взгляде, полуулыбке, повороте головы и плеча женщины заключена её таинственная привлекательность. У каждой женщины она своя, особая, индивидуальная.

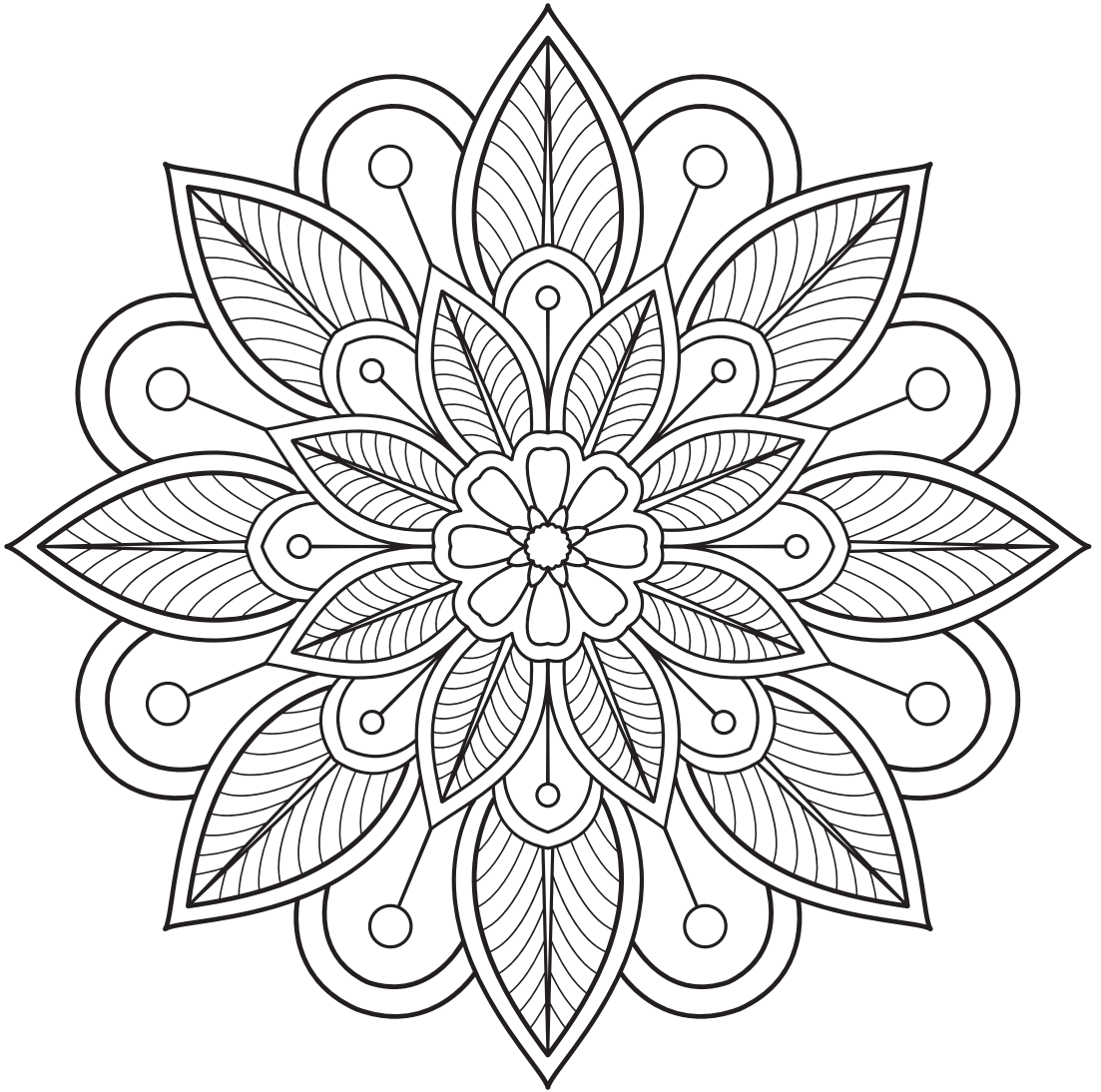
Не все женщины считают себя красивыми. И нередко, смотрясь в зеркало, придумывают, что нужно изменить в своём телесном облике. Неприятие своей телесности скрывает от сознания тайну личной привлекательности. Между тем, на земле нет ни одной женщины, обделённой привлекательностью. Однако есть немало женщин, пока не открывших тайну личной привлекательности, а потому не использующих её потенциальность.

Допустите, что мандала перед вами — это образ, в котором хранится тайна вашей привлекательности. Раскрашивая мандалу, вы будете передавать содержание этой тайны своему сознанию и чувствам.

Подберите из вашего набора те цвета, которые в данный момент вы сможете наполнить смыслом «раскрывателей тайны» вашей врождённой женской привлекательности.

Начните раскрашивать мандалу, удерживая в своём сознании мысль: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья благодаря знанию тайны моей женской привлекательности!»







## МАНДАЛА 5

# СИЛА АКЦЕНТА

Яркий акцент делает живым даже унылый серый фон. Природа умеет расставлять яркие акценты. Так на поле с юной пшеницей блистают красные маки; и щёчки серой птички украшают яркие пятна. Акценты есть и в музыке, и в литературных текстах, и в живописи. Акцент — точка концентрации интереса. А где интерес — там и жизнь.

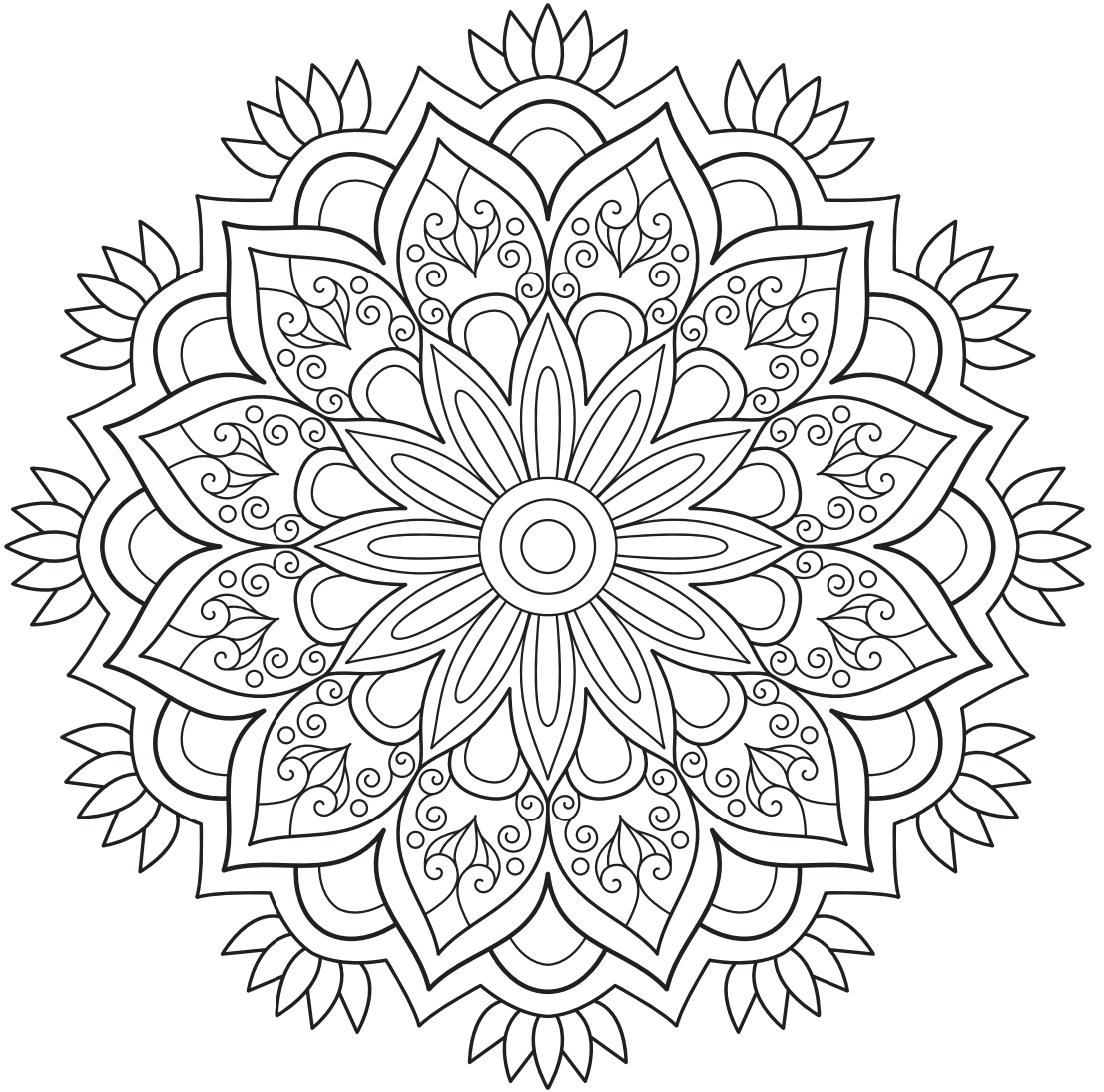
Яркая помада, затейливое украшение или аксессуар создают акценты настроения, характера и стиля женщины. Всё это проявляет её индивидуальность, делает заметной в море человеческих личностей.

Овладели ли вы в полной мере силой акцента? Так или иначе, но эта сила неисчерпаема. Вы можете вновь и вновь раскрывать её потенциальность. Допустите, что мандала, что сейчас перед вашим взором, — это визуальное отображение силы акцента. Наполните её красками — раскройте её для себя обновлённо.

Подберите из вашего набора те цвета, которые в данный момент символизируют для вас способность расставлять акценты.

Начните раскрашивать мандалу, удерживая в своём сознании мысль: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья благодаря ярким и верным акцентам! Пусть главным акцентом течения моих мыслей станет акцент на Счастье!»







## МАНДАЛА 6

# СВЕЖЕСТЬ

Рассмотрите мандалу и допустите, что она — «эталонная молекула свежести». Ведь у свежести может быть визуальный образ! Сегодня он таков. Просто поверьте этой идее, пойдите за ней.

Женщина от природы наделена способностью освежать, обновлять себя, пространство вокруг, поток мыслей, чувств, желаний, возможностей. Внутри нас действует источник Свежести. Где он у вас? Прислушайтесь к себе, интуитивно найдите его местоположение в своём теле. Приложите ведущую руку к этому месту и закройте глаза. Чувствуете, как из вашего внутреннего источника Свежести вылетают чудесные брызги? Они состоят из «молекул свежести», выглядящих примерно так, как мандала перед вами.

Соединитесь со своим источником Свежести, раскрашивая мандалу! Вы ощутите особый оттенок счастья: будто в повседневные дела добавлены ингредиенты свежего утра с блестящими каплями росы и лучами восходящего солнца.

Подберите из вашего набора те цвета, которые в данный момент символизируют для вас разные оттенки свежести.

Начните раскрашивать мандалу, удерживая в своём сознании мысль: «Пусть пробуждается моя способность создавать состояния счастья благодаря ощущению свежести, опыт переживания которой собран на кончиках грифелей моих цветных карандашей!»



