

Лариса Ренар
при участии Дарьи Дугаревой

МАНДАЛЫ ЯРКИХ ОЗАРЕНИЙ

✦ ТВОРИТЬ

✦ ЛЮБИТЬ

✦ НАСЛАЖДАТЬСЯ



Москва
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ШЕСТЬ ЭТАПОВ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА	6	Креативность.....	42
ЭТАПЫ ТВОРЧЕСКОГО ЦИКЛА	8	Авторское право.....	44
ИНТЕГРИРУЮЩИЕ МАНДАЛЫ	12	Творческая дисциплина.....	46
ПЕРВЫЙ ЭТАП ВРЕМЯ ВДОХНОВЕНИЯ И ВЫБОРА ТЕМЫ	18	ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП ВРЕМЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРОРАБОТКИ ИДЕИ	48
Желание творить	18	Суд общественности	48
Страх неизвестного.....	20	Страх отвержения	50
Творческая смелость.....	22	Творческая защита.....	52
Жажда познания	24	Открытость	54
Ветер перемен	26	Творческая власть	56
ВТОРОЙ ЭТАП ВРЕМЯ РАЗМЫШЛЕНИЯ И СОЗДАНИЯ КОНЦЕПЦИИ	28	ПЯТЫЙ ЭТАП ВРЕМЯ ВОПЛОЩЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ИДЕИ	58
Погружение в себя.....	28	Креативный процесс.....	58
Страх проявления.....	30	Страх фиаско.....	60
Творческая свобода.....	32	Творческая энергия.....	62
Другие миры.....	34	Вера в свои силы.....	64
Стратегия и тактика	36	Пространство удовольствия	66
ТРЕТИЙ ЭТАП ВРЕМЯ ОЗАРЕНИЯ И РОЖДЕНИЯ ИДЕЙ	38	ШЕСТОЙ ЭТАП ВРЕМЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ И ПРАЗДНОВАНИЯ	68
Рождение идеи	38	Плодотворность.....	68
Страх самореализации.....	40	Страх завершения	70
		Творческое удовлетворение.....	72
		Драгоценная красота	74
		Синергия.....	76

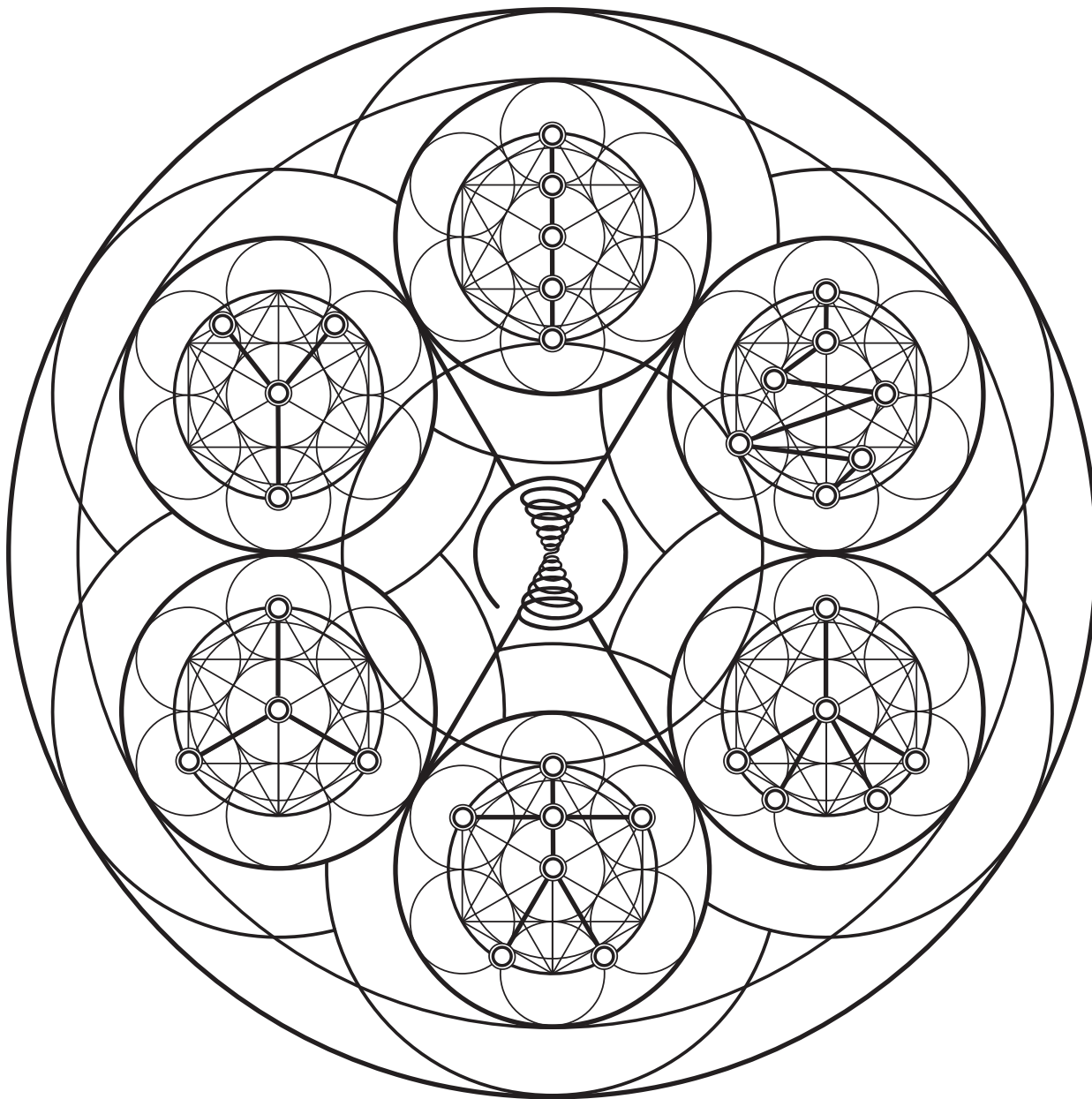
ШЕСТЬ ЭТАПОВ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

Николай Козырев, великий русский астрофизик, выдвинул гипотезу, что Время является творческим потоком Вселенной, противостоящим энтропии и умиранию. Этот поток неисчерпаем и бесконечен, он может наполнять человека, давая ему ресурс (энергию) на воплощение своих желаний, а может разрушать, лишая его жизненных сил.

Время становится ресурсом, и мы соединяемся с творческим потоком Времени, когда находимся в определенном состоянии сознания, занима-

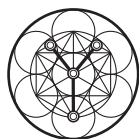
ясь творчеством. Творчество позволяет человеку выйти из обыденности и перейти в трансцендентное, оставаясь в материальном циклическом времени настоящего и одновременно соединяясь с духовным временем вечности.

Творчество — это процесс, который состоит из шести этапов творческого цикла. Каждый этап продвигает нас к воплощению мечты, к созданию своего творения, к реализации своих желаний, к изменению мира и к рождению нечто уникального, к созданию других реальностей.



Портал творческих озарений

ЭТАПЫ ТВОРЧЕСКОГО ЦИКЛА



ПЕРВЫЙ ЭТАП: время вдохновения и выбора темы

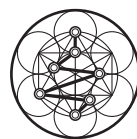
Каждый раз мы словно начинаем с чистого листа, выбирая тему, которая в данный момент нам интересна и важна для человечества. Мы смотрим вокруг и, видя несовершенство мира, думаем: что можно изменить, на что мы можем повлиять, какая еще проблема ждет своего решения? Мы задаем себе вопросы: что нас волнует, что вдохновляет, что раздражает, что развивает? И, выбрав тему, погружаемся в ее изучение, собирая информацию, наблюдая за тем, что нас окружает, изучая то, что уже создано, и мечтая о том, что еще можно создать. Мы черпаем вдохновение в природе и в произведениях искусства, в общении и в обучении, в впечатлениях и в путешествиях, в работах мастеров и в чтении книг и постов.



ВТОРОЙ ЭТАП: время размышления и создания концепции

Иногда возникает ощущение тупика и отчаяния, что все уже придумано и создано, что ничего нового уже не изобрести и не придумать. Но чтобы

возникло что-то новое, нам нужно погрузиться в состояние покоя и тишины, расслабиться и дать себе время на размышления. В повседневной жизни человек все время находится в напряжении, занимаясь массой дел одновременно, стараясь действовать рационально и шаблонно, тем самым блокируя свое воображение и интуицию. И только в моменты отрешенности от суеты, открытости и погруженности внутрь себя в нашем подсознании начинает рождаться нечто уникальное. Этот этап называют еще этапом инкубации — временем созревания идей, написания концепций, обдумывания гипотез.



ТРЕТИЙ ЭТАП: время озарения и рождения идей

И в какой-то момент вдруг появляется ясность и приходит озарение. Мы вспоминаем детский восторг от переполняющих нас идей. Мы чувствуем эйфорию от собственной способности выходить за рамки привычного и генерировать что-то необычное. Чем больше идей — странных, непривычных, глупых и невероятных, — тем более приподнятое состояние чувствует человек.