

The background of the entire page is a detailed, grayscale illustration of a rose bush. In the bottom right corner, a hand is shown holding a paintbrush, actively painting one of the roses. The brush has a dark handle and a light-colored head with bristles. The roses are in various stages of bloom, with detailed petals and leaves.

Луиза Хей
Альберта Хатчинсон

АЛЬБОМ
ЦЕЛИТЕЛЬНЫХ
АФФИРМАЦИЙ
ДЛЯ РАСКРАШИВАНИЯ
И ОТДЫХА



МОСКВА
2024

УДК 133.4
ББК 86.42
Х35

THE AFFIRMATIONS COLOURING BOOK

Copyright © 2015 by Louise Hay and Alberta Hutchinson
Originally published in 2015 by Hay House Inc.

Хей, Луиза.

X35 Альбом целительных аффирмаций для раскрашивания и отдыха / Луиза Хей ; [пер. с англ. С. Антохиной]. – Москва : Эксмо, 2024. – 96 с. – (Авторские мандалы-раскраски).

Перед вами альбом для раскрашивания от автора мировых бестселлеров о женском счастье – Луизы Хей. Здесь вы найдете подборку целительных аффирмаций, сопровождаемых черно-белыми рисунками Альберты Хатчинсон. Художница получила широкую известность благодаря тому, что ее изобразительные творения помогли справиться с тяжелым диагнозом не только ей, но и многим другим людям. «Это так прекрасно – просто находиться в состоянии игры и гармонии с цветами и мандалами, просто давая возможность этим рисункам себя исцелить», – говорит Луиза Хей, приглашая нас насладиться увлекательным процессом раскрашивания.

УДК 133.4
ББК 86.42

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

АВТОРСКИЕ МАНДАЛЫ-РАСКРАСКИ

Луиза Хей

АЛЬБОМ ЦЕЛИТЕЛЬНЫХ АФФИРМАЦИЙ ДЛЯ РАСКРАШИВАНИЯ И ОТДЫХА

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Ответственный редактор *А. Мясникова*
Художественный редактор *В. Терещенко*

В оформлении обложки использованы иллюстрации и фотографии:

esso, DoubleBubble / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Россия, г. Москва, ул. Зорге, д. 1, стр. 1, эт. 20, каб. 2013. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндiрушi: «Издательство «Эксмо» ЖШҚ
123308, Ресей, Мәскеу қаласы, Зорге көшесi, 1-үй, 1-қурғалық, 20 қабат, 2013-каб.
Тел.: 8 (495) 411-68-86. Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгiсi: «Эксмо»

Интернет-магазин: www.book24.ru

Интернет-магазин: www.book24.kz

Интернет-дүкен: www.book24.kz

Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»,
Қазақстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Дистрибьютор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар

қабылдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3 «а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»:
www.eksmo.ru/certification

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестiгiн растау
туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <http://eksmo.ru/certification>

Произведено в Российской Федерации
Ресей Федерациясында өндiрiлген
Сертификаттауға жатпайды

Дата изготовления / Подписано в печать 08.12.2023.

Формат 60x84¹/₈. Печать офсетная. Усл. печ. л. 11,2.

Доп. тираж 5000 экз. Заказ

ЧИТАЙ
ГОРОД



Хочешь стать
автором «Эксмо»?



16+

ISBN 978-5-699-86452-2



9 785699 864522 >

ISBN 978-5-699-86452-2



eksmo.ru

Официальный
интернет-магазин
издательства «Эксмо»

В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книг



© Антохина С., перевод на русский язык, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

Предисловие Луизы Хей

Я рада, что моим соавтором этой книжки стала талантливая художница Альберта. Надо сказать, что и я сама с детства обожала раскрашивать. Мы с Альбертой решили объединить аффирмации, которые я обычно использую в течение дня, с замечательными рисунками Альберты. Знаете ли вы о том, что аффирмации включают в себя все, что вы делаете и говорите. Мысли многих людей часто носят негативный характер и не создают благоприятные условия для приобретения положительного жизненного опыта. Так что, если вы хотите исцелить свое настоящее, вы должны изменить и собственное негативное мышление и речь.

Правильные аффирмации открывают многие двери. Их использование является начальной точкой на пути к изменениям. В сущности, вы просто говорите подсознанию: «Я беру на себя ответственность за свою жизнь. Я знаю, что для любых изменений мне нужно кое-что сделать». Когда я советую вам произносить аффирмации, то имею в виду именно сознательный выбор слов, которые помогут устранить нежелательные явления в вашей жизни или создать в ней что-то новое.

Когда вы будете раскрашивать эти мандалы и рисунки, говорите себе:

«Пусть сегодня творческая энергия придет ко мне и исцелит меня естественным путем».

Искусство является особым мощным способом выражения нашей души, оно расширяет наше сознание. Это помогает нам развиваться и находить новые формы выражения для своей творческой деятельности. Например, простое раскрашивание или какая-нибудь творческая игра принесут вам исцеление и откроют новые возможности. Я начала рисовать, когда мне было около 70 лет. Это так прекрасно – просто находить в состоянии игры и гармонии с цветами и мандалами, давать этим рисункам возможность себя исцелить. Путешествие Альберты привело ее к тому, что она смогла найти исцеление в собственном искусстве. Но пусть она сама расскажет свою историю.

История Альберты

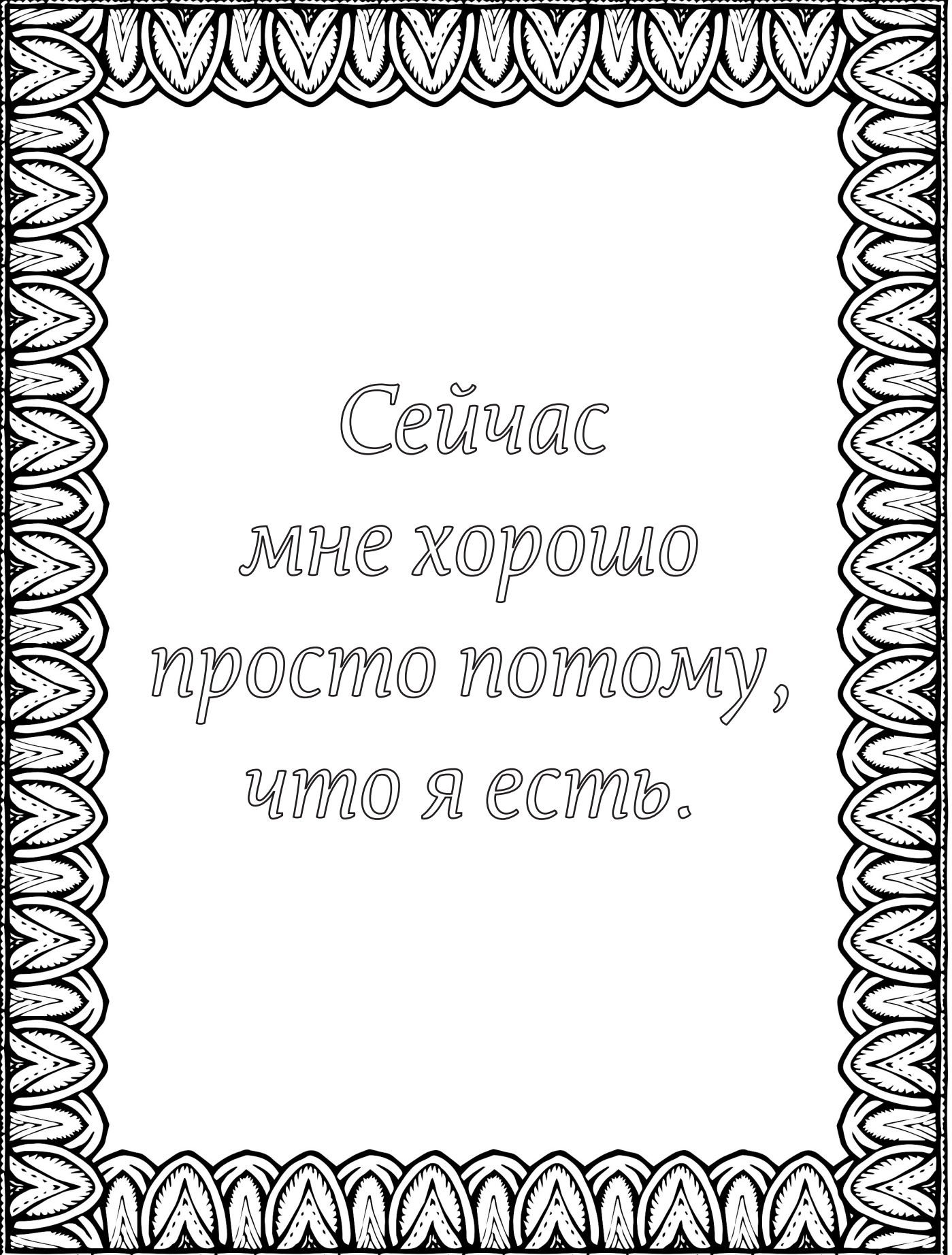
Альберта Хатчинсон с детства жила в атмосфере творчества и духовного осознания, которое значительно расширилось после ее поездки в Индию.

В середине жизни, после очередного, четвертого по счету, рецидива рака, у Альберты наступил переломный момент. «Я чувствовала, что было два варианта: умереть либо найти в себе силы и совершить нечто замечательное». И вот в этот момент выбора меня, как молния, ударила мысль: я сделаю иллюстрации к книге «Искры» Рабиндраната Тагора.

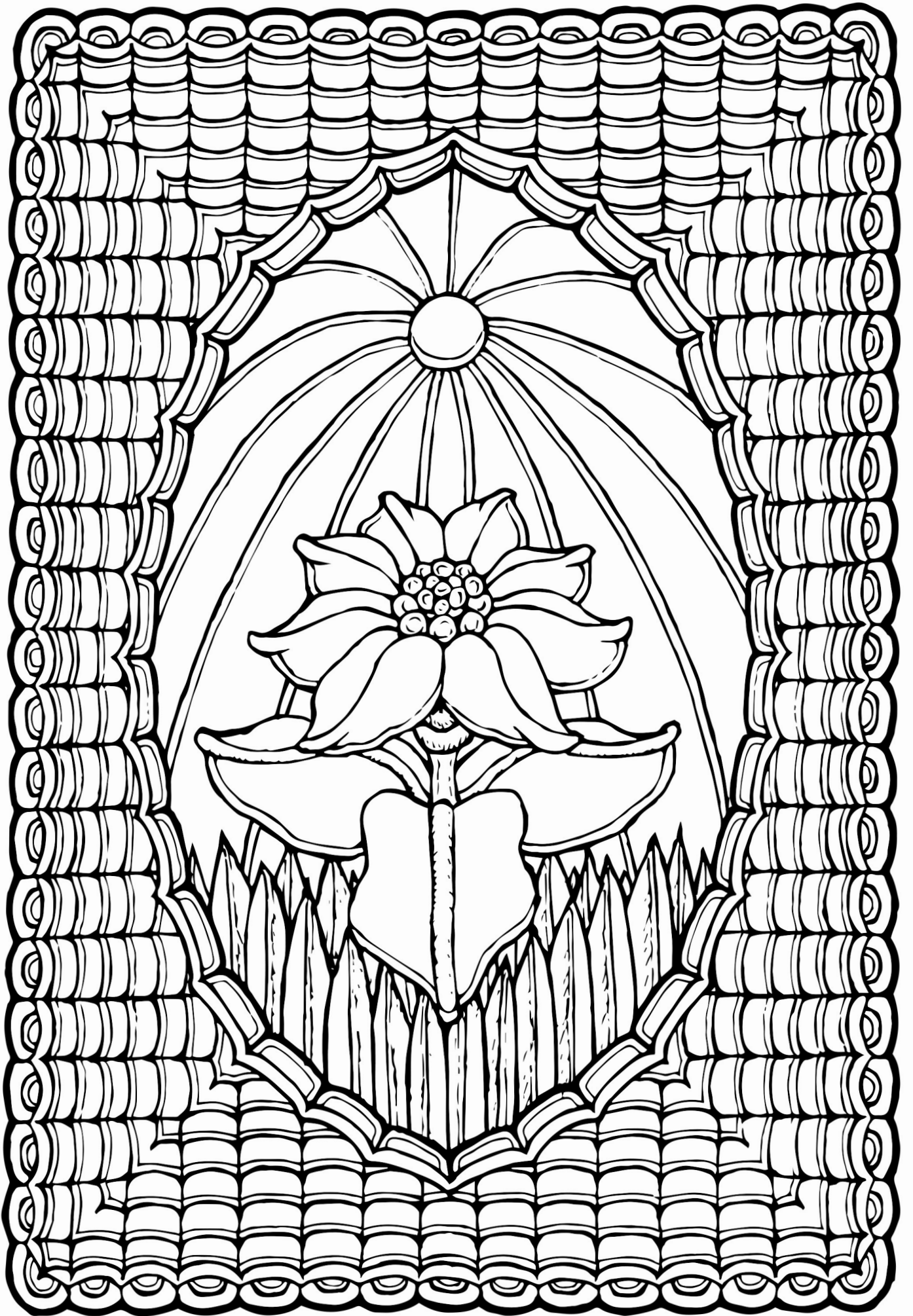
Вскоре Альберта стала издавать свои целительные поэтические, философские рисунки. В 2007 году она создала собственную компанию «Хоум Мэйджи букс».

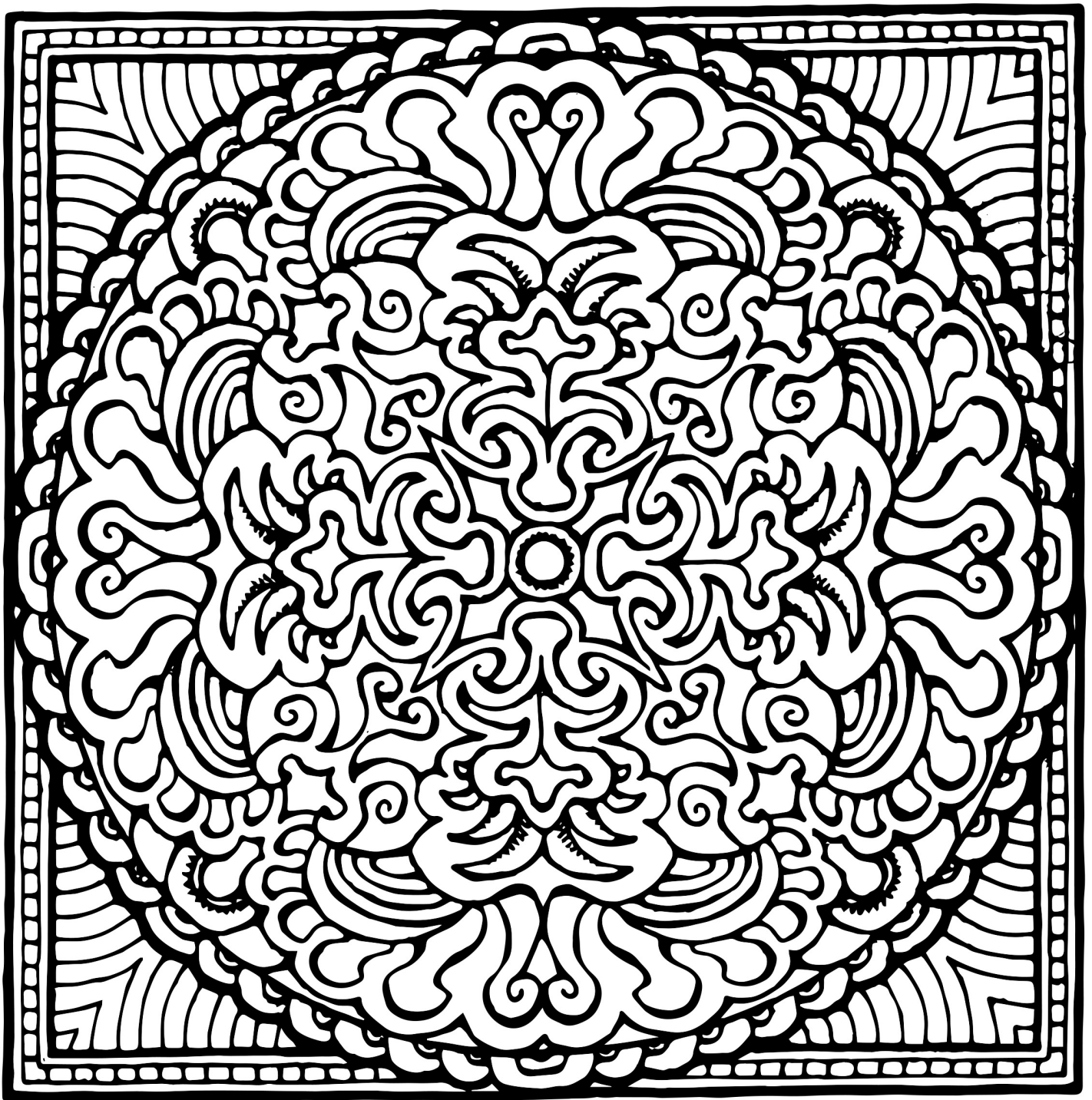
Ей удалось опубликовать десятки книг по исцелению, по дизайну, которые включали в себя изображения мандал, рисунки для ткани, обоев, ковров. Также Альберта проиллюстрировала множество поэтических сборников.


«Я из первых рук знаю, что искусство имеет власть исцелять, ведь оно вылечило меня саму. Книги – это магические миры, которые могут отправить вас в безграничное творческое путешествие. Все имеет энергию и движение, присоединяется и отделяется, танцует и поет, рождается, растет и умирает. Всё существование едино, священно и божественно, ограничено в форме и времени, но безгранично по сути».



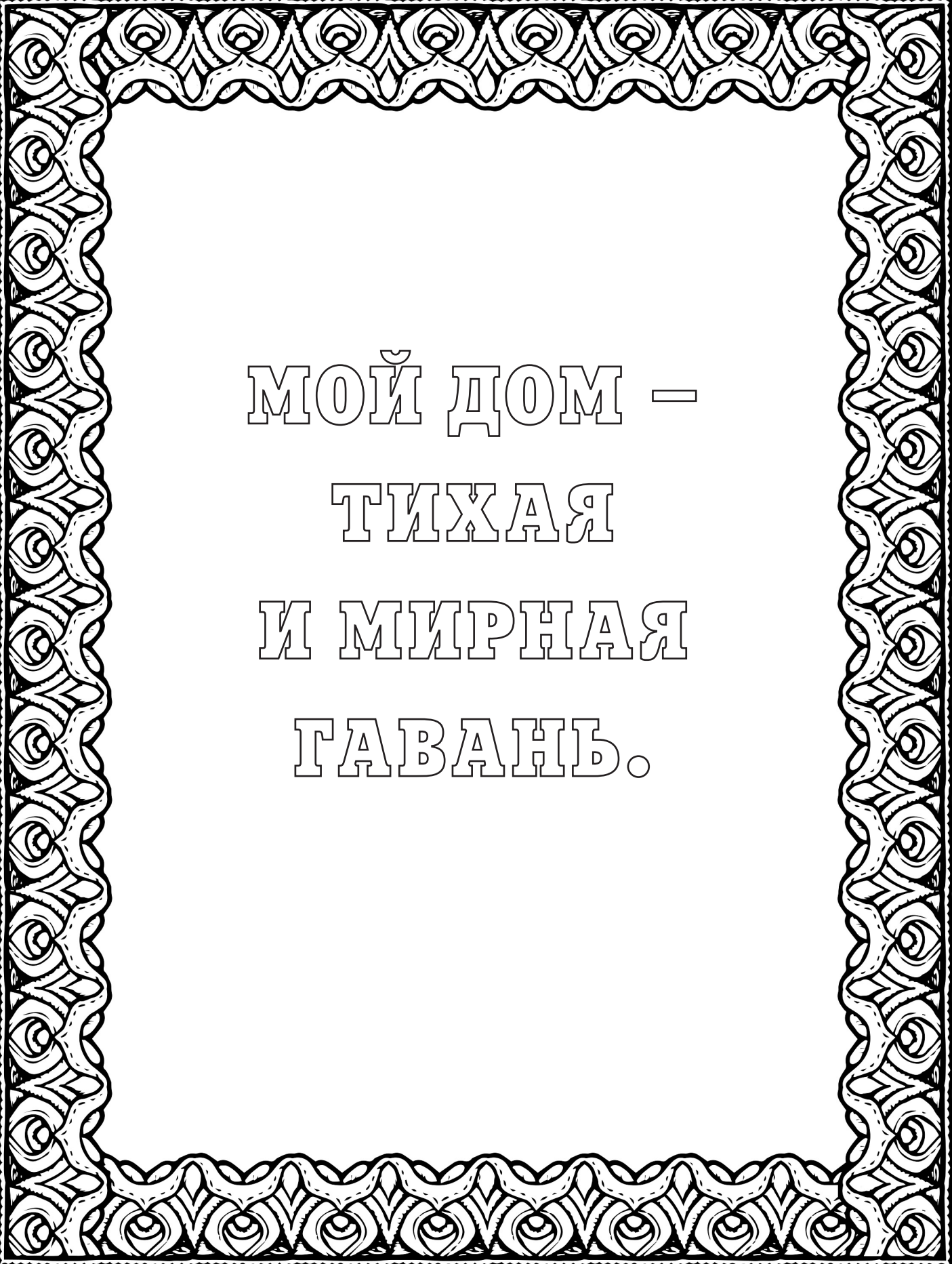
Сейчас
мне хорошо
просто потому,
что я есть.







СЕЙЧАС У МЕНЯ
ПРЕКРАСНОЕ,
КРЕПКОЕ, БОГАТОЕ
ЗДОРОВЬЕ.



МОЙ ДОМ —
ТИХАЯ
И МИРНАЯ
ГАВАНЬ.

