

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, 2018. — 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», 2018



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

МАНДАЛЫ

Габо Лилия

## МАНДАЛЫ, ИСПОЛНЯЮЩИЕ ЖЕЛАНИЯ

Директор редакции *Е. Капъёв*  
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.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Өндiрiшi: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесi, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Тауар белгiсi: «Эксмо»  
**Интернет-магазин** : [www.book24.ru](http://www.book24.ru)  
**Интернет-дуken** : [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
Импортёр в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».  
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию, в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талпағтарды қабылдаушының өкілі «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](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)  
Өнiмнiң жарамдылық мерзiмi шектелмеген.  
Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

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

Өндiрген мемлекет: Ресей, Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 15.05.2018.

Формат 86x90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 4,3.

Доп. тираж 3000 экз. Заказ



ISBN 978-5-699-81276-9



В электронном виде книга издательства «Эксмо»  
купить: [www.litres.ru](http://www.litres.ru)





# СОДЕРЖАНИЕ

Введение



# ВВЕДЕНИЕ

## ОБ АВТОРЕ

Здравствуйтесь, 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 маяя, 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 отражены 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-