УДК 397.82
ББК 77.056я92
Н76

ART THÉRAPIE 100 NOUVEAUX MANDALAS
© Hachette-Livre (Hachette Pratique), 2015, Paris
Illustrations by Jean-Luc Guérin

Н76 **Новые** мандалы : мини-раскраска-антистресс для творчества и вдохновения. – Москва : Издательство «Э», 2016. – 128 с. : ил. – (Арт-терапия. Раскраски-антистресс).

Расслабьтесь после тяжелого дня с раскрасками из серии «Арт-терапия». Возьмите цветные карандаши, выберите понравившуюся картинку и полностью отключитесь от реальности. Плавные линии и причудливые узоры унесут вас в другой мир, позволят полностью снять стресс и вернуться уже совершенно другим, обновленным и безмятежным человеком.

«Новые мандалы» – это таинственные, сакральные изображения, в которых заключена целая вселенная. Придайте им индивидуальность, раскрасив в самые невероятные цвета!

УДК 397.82
ББК 77.056я92

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

АРТ-ТЕРАПИЯ. РАСКРАСКИ-АНТИСТРЕСС

НОВЫЕ МАНДАЛЫ
Мини-раскраска-антистресс для творчества и вдохновения

Директор редакции *Е. Капьёв.* Руководитель направления *М. Терешина*
Ответственный редактор *А. Полбенникова*
Младший редактор *К. Евлахова.* Художественный редактор *Е. Гузнякова*

ООО «Издательство «Э»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.
Өндіруші: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел. 8 (495) 411-68-86.
Тауар белгісі: «Э»
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндіруші «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

6+

Подписано в печать 29.01.2016. Формат 60x90 1/16.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 8,0. Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-85379-3

9 785699 853793 >

ISBN 978-5-699-85379-3

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

ЛитРес: один клик до книг

© К. Поляк, перевод на русский язык, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

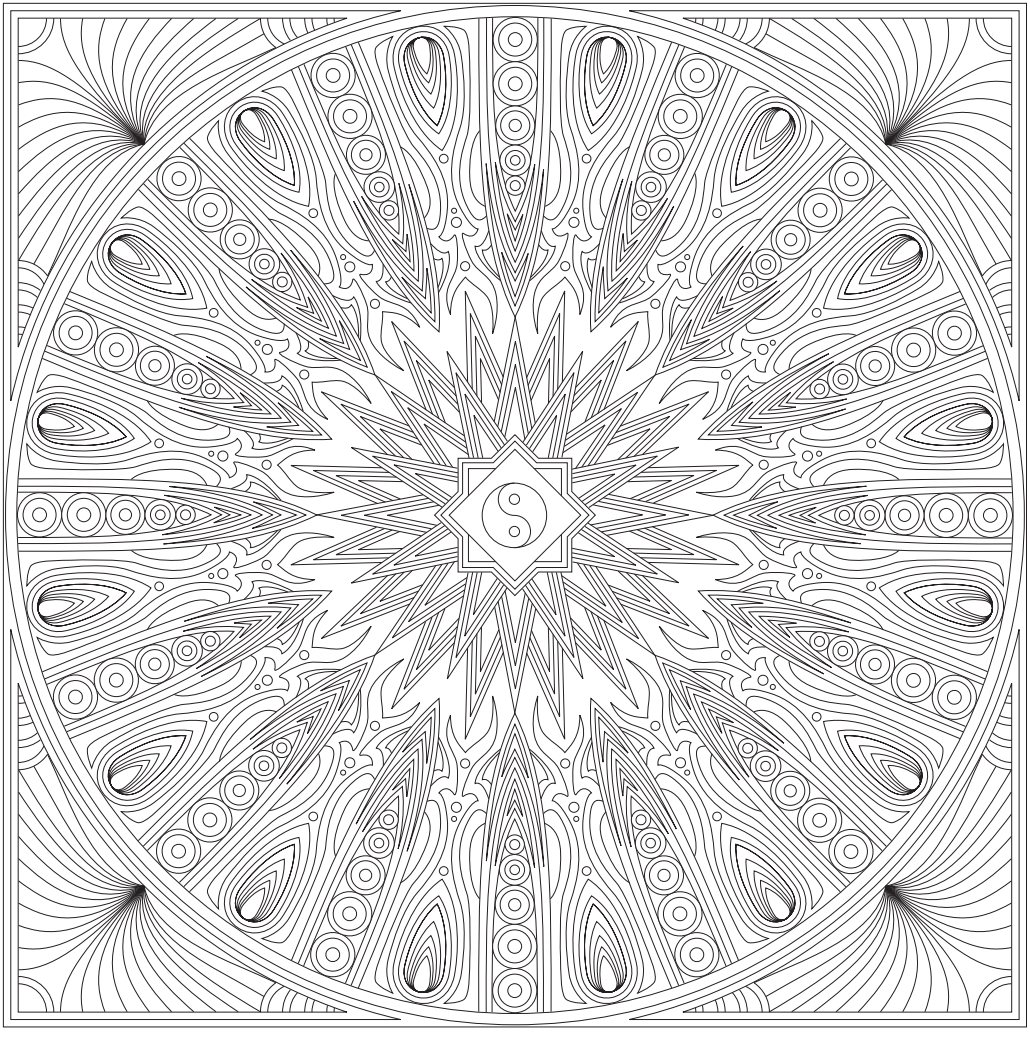
Воссоздайте мир... в круге

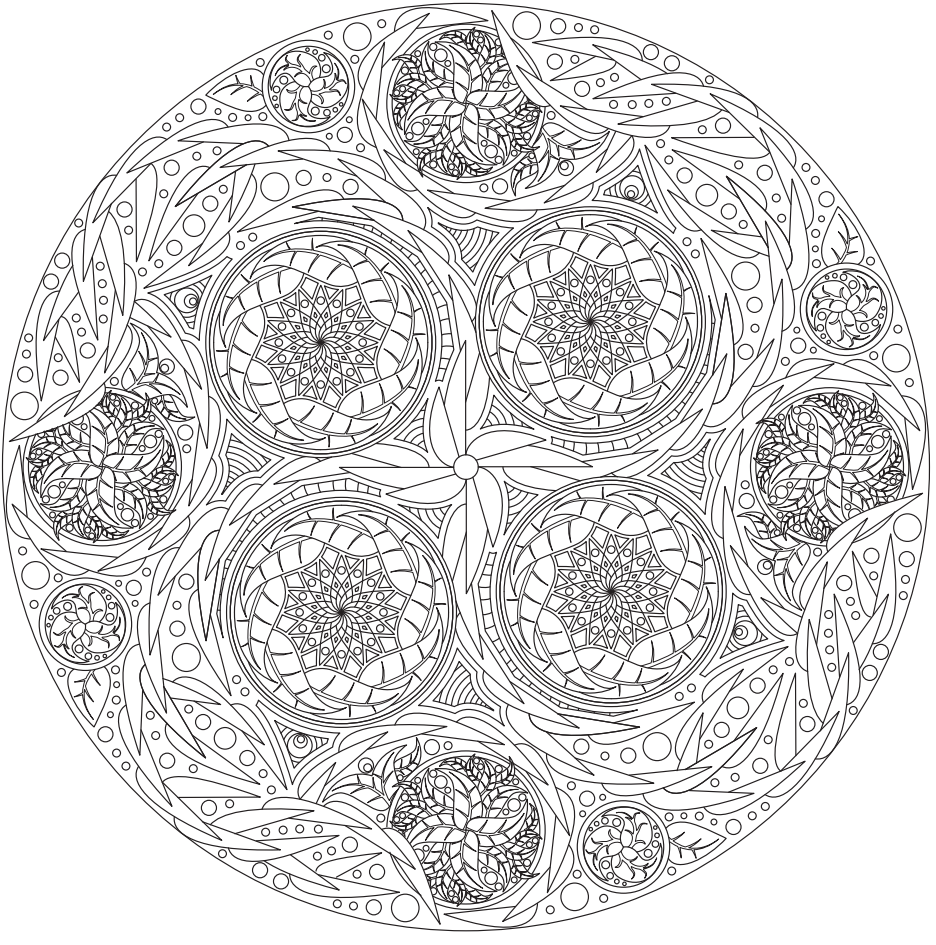
Мандала является одной из основ для медитации в буддийских практиках Тибета. Ее конструкция – большой внешний круг с вписанными в него геометрическими фигурами разнообразных цветов - отвечает самым общим принципам материальности. Так почему же очертания мандалы так привлекательны для нас? Является ли это следствием их экзотичности, или происходит благодаря содержащемуся в них духовному смыслу. А, может, просто оттого, что их цвета и узоры кажутся нам красивыми?

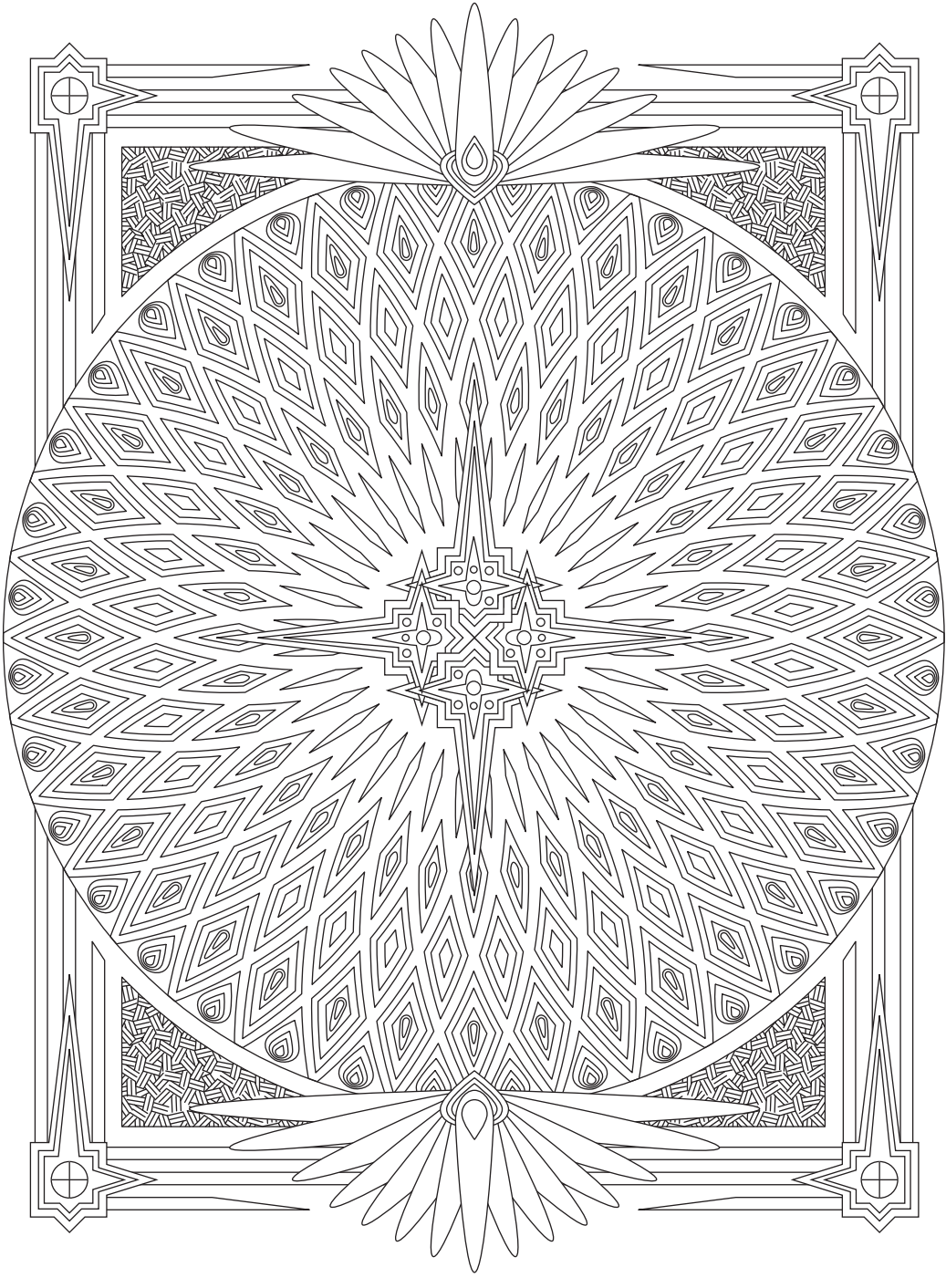
В действительности круговые изображения у всех древних цивилизаций мира несли мощное символическое значение. Таким образом, они весьма знакомы любому человеку, независимо от его происхождения. Окружность, идеальная фигура, не имеющая начала и конца, – это образ вселенной, символ движения небесных светил, творения, цикла жизни и течения времени. Символизм повсюду: города окружены крепостными стенами, мужчины и женщины с древних времен носят кольца, браслеты, пояса, чтобы защититься от враждебных внешних воздействий.

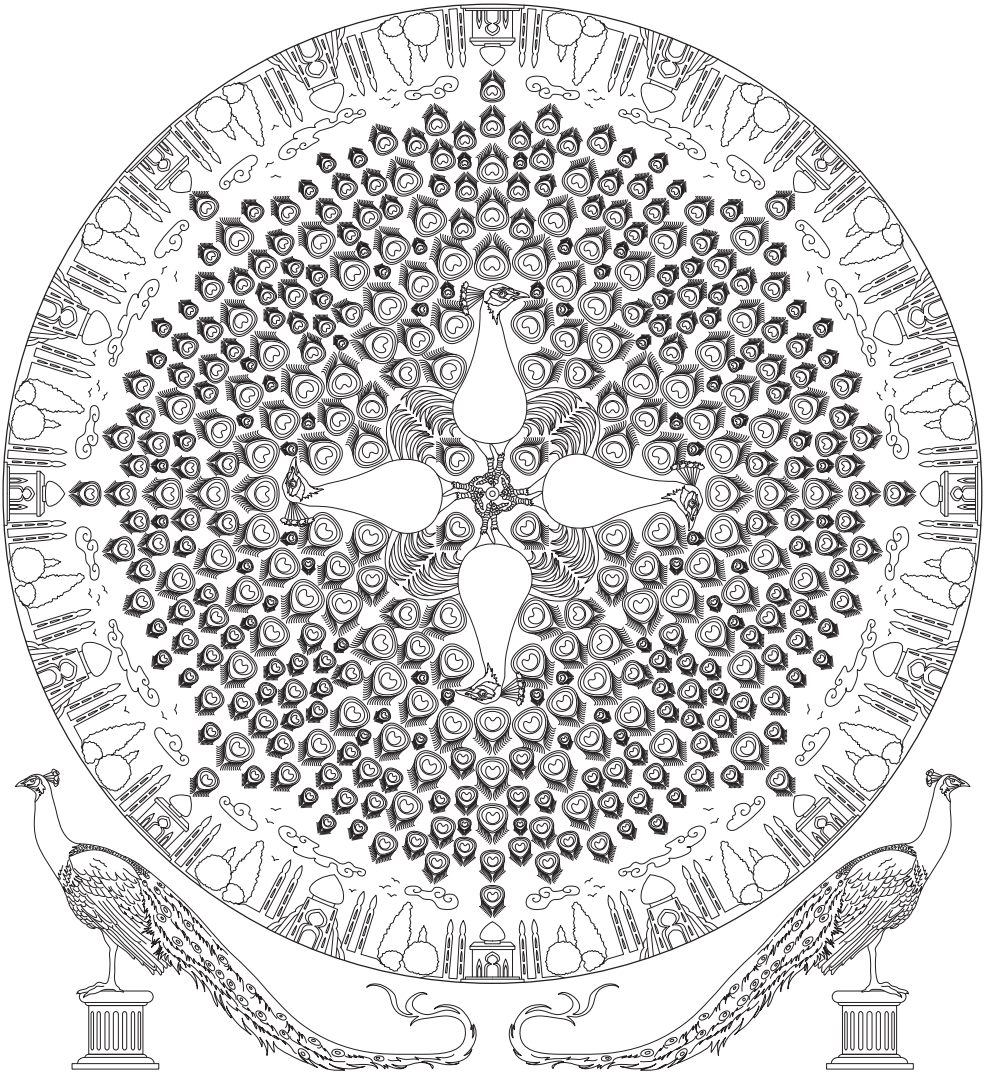
Жан-Люк Геран применяет концепцию мандалы для создания большой игры, где единственное правило – это быть смелым. Он предлагает вам новые пути созидания, возвращение к этим изначальным фигурам в современном обществе. Поэтические, забавные, необычные и даже способные изменить ваше восприятие мира – все 100 его иллюстраций удивительно хороши, одна лучше другой. Они зовут вас отказаться от шаблонов и мыслить шире, отважиться использовать цвета и смешанные техники рисования: фломастеры, карандаши, шариковые ручки, блестки.

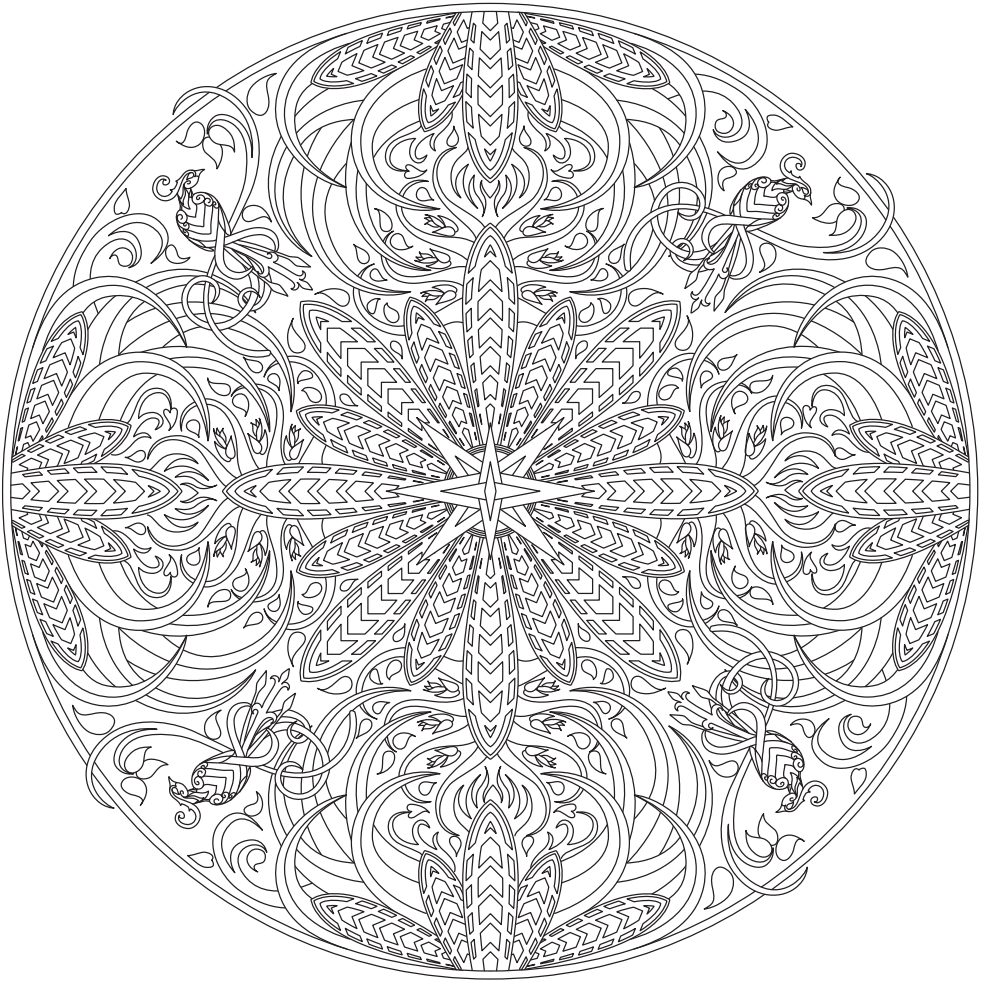
Просто расслабьтесь и получайте удовольствие от процесса творения.



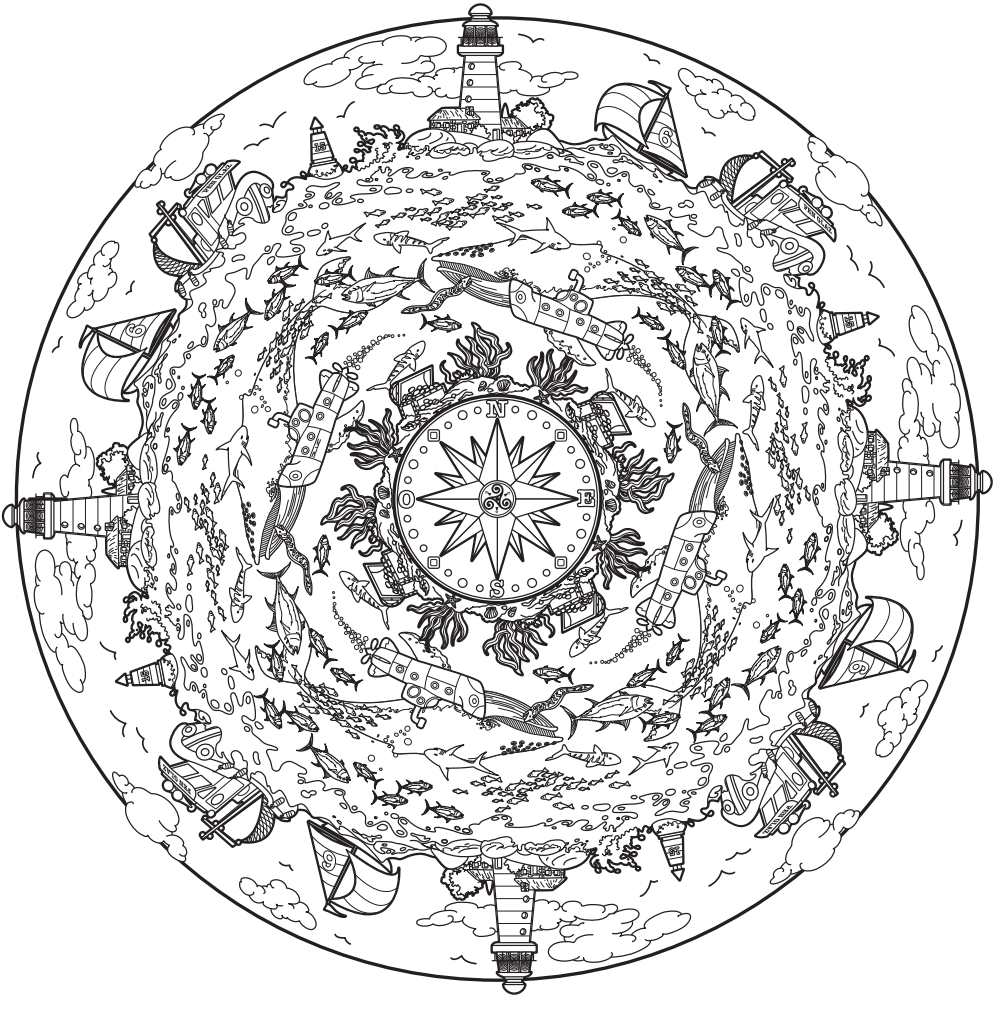
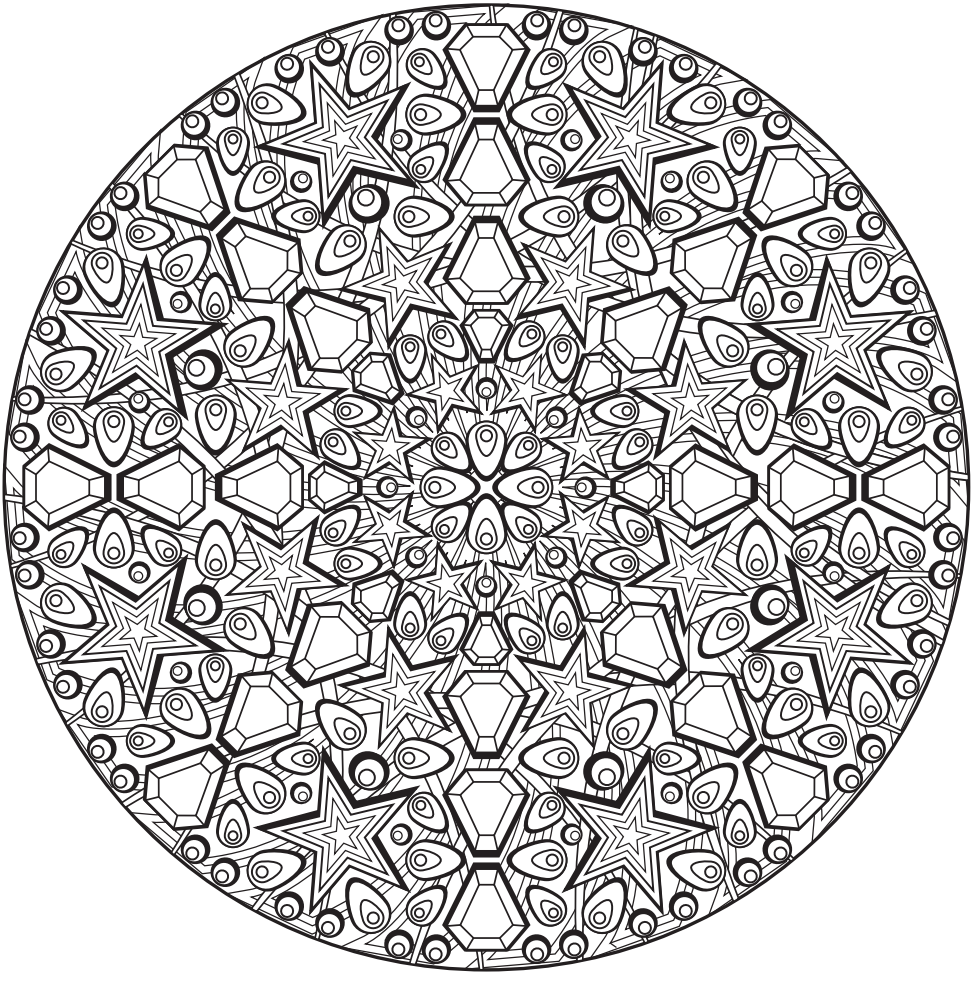
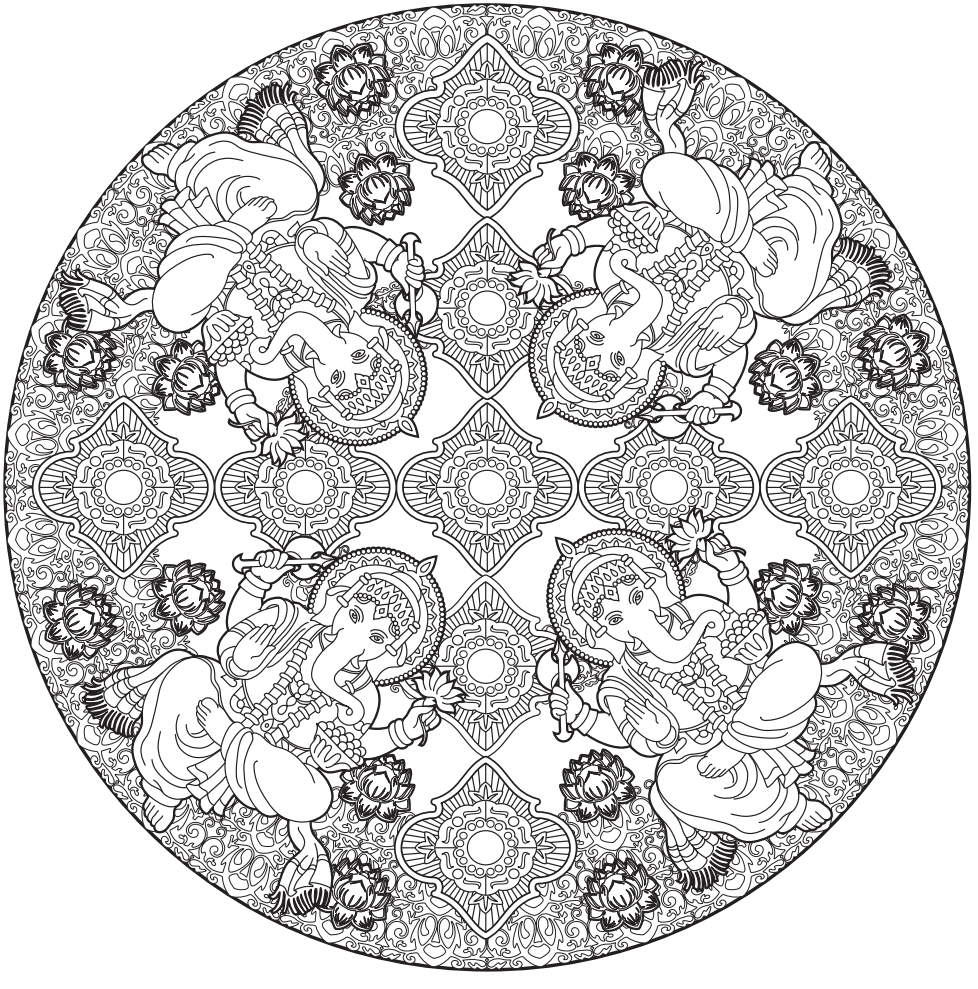
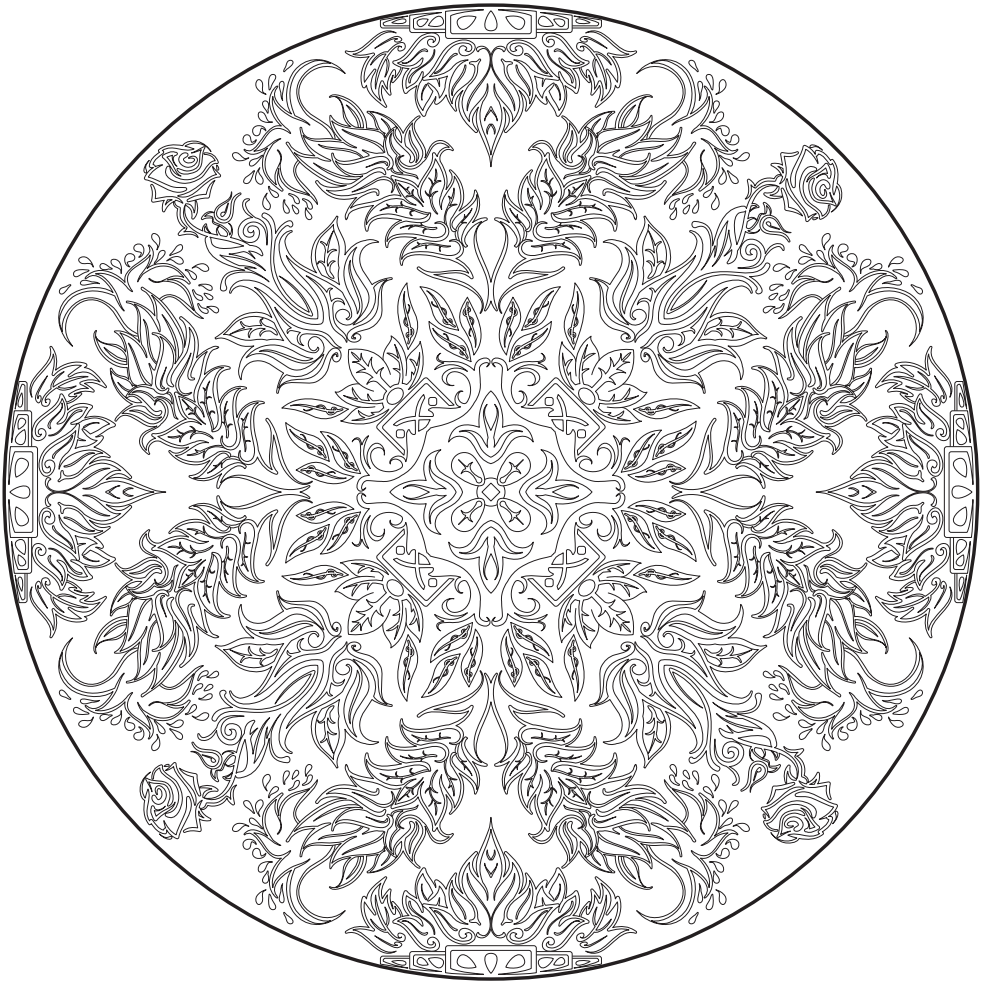








US.215
US.215
US.215
US.215


N
E
S