

Рисуем Мандалу на песке

За основу взята методика, разработанная Мариеллой Зейц (книга «Пишем и рисуем на песке»).

Мандала (колесо, круг) - магическая вещь. "Мандала - это пришедшая из Индии форма изображения, в котором цвета и формы выходят из некоего единого центра и организуются вокруг него в виде концентрических кругов" (Gemeinhard, 1994). Эти изображения предназначены для медитации. Мандала выступает как инструмент созерцания и концентрации, как средство достижения особого психического состояния.

В различных культурах и религиях Мандала имеет очень схожее строение. В христианских храмах в качестве Мандалы служили круглые окна с цветными стеклянными витражами. В буддизме также используют Мандалы, и очень сложные. Существуют и совершенно фантастические тибетские песочные Мандалы - буддистские монахи создают их, определенным образом насыпая цветной песок. Глядя на изображение Мандалы, мы погружаемся в размышления и испытываем чувство умиротворения. В этом нам помогают фигуры, которые образуют Мандалу. Изображения Мандалы состоят в основном из геометрических фигур символов: кругов, квадратов, крестов, колес (дисков), звезд, прямоугольников, треугольников.



Мандала воздействует на человека напрямую - через символы. Очень важно, что у каждой Мандалы имеется центральная точка. Именно в ней сосредоточена и из неё исходит сила Мандалы. Без центральной точки Мандала превращается в обыкновенный, хотя и очень красивый узор. Нарисовать Мандалу с разными узорами - интересное занятие не только для детей, но и для взрослых. Перед этим необходимо решить, песок какого цвета вы выберете или какую подсветку выберете.

Мандалой может быть даже обычный круг с центральной точкой. В качестве центральной точки можно взять, например, гладкую круглую гальку, оригинальный камешек, раковину улитки, морскую ракушку, сушеную морскую звезду или что-нибудь ещё.

Найти центр круга будет гораздо проще, если использовать маленький кружок. Ещё центр круга можно легко найти, если вписать в него крест.



Положение центра круга можно также определить, вписав в круг звезду. В круг можно вписать и квадрат.



Вокруг круга можно описать квадрат. Квадрат, вписанный в круг, можно поставить на угол.



Из сочетания круга, квадратов и прямоугольников образуется красивая и гармоничная Мандала. Также можно использовать и овал.



Два наложенных друг на друга треугольника образуют звезду. Спираль можно проводить, как от центра к внешнему краю, так и снаружи к центру.



Ребёнок познает основные геометрические фигуры, сначала прикасаясь к ним руками. Поэтому попросите ребёнка, глядя на фигуру, связать свои ощущения с её словесным смыслом (например, «это окружность, она круглая и бесконечная» и т.д.).

Если составлять Мандалу из геометрических фигур по этим правилам, то на линиях образуются точки их пересечения. Дети могут размещать в этих точках пересечения стеклянные бусинки, гальку и другие красивые вещички. Самый красивый предмет (лучше приготовить его заранее) следует поместить в середину, это будет центральная точка. Всё это будет развивать чувство эстетики у ребёнка.

"Если бросить камень на тихую гладь воды, то вокруг точки его падения образуются концентрические круги, которые расходятся всё дальше и дальше, пока не потеряются в бесконечности водяной поверхности». Эта картина - иллюстрация классической формы Мандалы" (Gemeinhard, 1994). В ней сосредоточены основные понятия мироздания. Мандала - древняя восточная мини-модель Вселенной - но уникальна по своей сути: многие культурные феномены, например народные танцы и детские игры, тоже основаны на движении вокруг какого-то человека или предмета. По этому же принципу в древние времена возводились деревни и города: ядро поселения (н-р церковь или защитная башня) постепенно окружались домами и защитными валами.





*Желаем вам творческого вдохновения и
обретения гармонии!*

*Ведь не зря, в переводе с санскрита
Мандала означает "единство".*

**Фомина
Татьяна Алевтиновна**

