

МБОУ «Хоринская СОШ №1 имени Д.Ж. Жанаева»

Номинация:

Духовные традиции многонационального народа России.

Мандала

Презентацию подготовила ученица 4 «б» класса

Хоринской СОШ №1 имени Д.Ж. Жанаева

Тарбаева Наталья

Руководитель: Дамбаева В.Х.

Цели и задачи:

- Целью моей работы стало изучение эффективности и специфики влияния мандалы на эмоциональную сферу человека.
- Для реализации поставленных целей я определила следующие **задачи:**
- Узнать историю появления мандал, её виды и способы применения в жизни человека.
- Узнать о современных методиках, позволяющих использовать круговые изображения в целительских практиках.
- Выполнить мандалы в различных техниках и научить этому приёму других.

История появления мандал

- **Мандала** (в переводе с древнеиндийского «круг») — геометрический символ сложной структуры, один из основных сакральных символов в тантрических направлениях буддизма и индуизма. **Элемент ее построения - круг.** Мандала на древнем индийском языке обозначает мистический круг взаимосвязи духовных и материальных энергий вселенной или по-другому цветок жизни. Мандала была придумана примерно 3000 лет назад монахами на севере Индии.
- В различных других традициях это же слово обозначает – колесо, венец, вращение, круговорот, хоровод, танец, кольцо, ритм, ритуал, молитва, дом для Бога.

Буддийские ламы создают мандалу



Польза мандалы

- Работа с готовыми рисунками мандал оказывает сильнейшее воздействие на физическое, эмоциональное и духовное здоровье человека.
- Поэтому в каждой жизненной ситуации помогают разные мандалы. Работая с ними, вы сможете очистить свой ум и эмоции, достигнуть душевного равновесия, приобрести любовь и благополучие, улучшить здоровье, память, открыть себя для новых достижений.

Значение цветов

- **КРАСНЫЙ** (основная чакра) – даёт силу, смелость, тепло, способность действовать. Она добавляет уверенность в себе.
- **РОЗОВЫЙ** (сердечная чакра) – излучает отзывчивость, тепло и ласку. Универсальный цвет любви.
- **ОРАНЖЕВЫЙ** (сакральный центр) – цвет, отражающий жизненную силу, созидание, движение и освобождение.

- **ЖЁЛТЫЙ** (солнечное сплетение) – выражает оптимизм, радость, творящее мышление и раскрытие. Лёгкая, лучистая энергия. Цвет творящей визуализации и всевозможного обучения. Против переутомления и плохого самочувствия. Цвет занимающихся духовным трудом.
- **ЗОЛОТОЙ** – цвет, излучающий мудрость и радость жизни.
- **ЗЕЛЁНЫЙ** (сердечная чакра) – излучает естественность, гармонию чувств и возможность развития. Универсальный оздоравливающий цвет, действует уравнивающе как на организм, так и на чувства. Цвет равновесия.

- БЕЛЫЙ (коронная чакра) – исцеляющий и очищающий цвет. Его колебания скрывают в себе все цвета радуги. Защитный цвет, помогающий мыслям и чувствам оставаться чистыми от негатива.
- ФИОЛЕТОВЫЙ (лобовая чакра) – излучает вдохновение, глубину, изменение и трансформацию. Очищает энергетическое поле, физическое тело и кровь. Используется для удаления препятствий.
- КОРИЧНЕВЫЙ – цвет близости земле, практичности и защищённости.

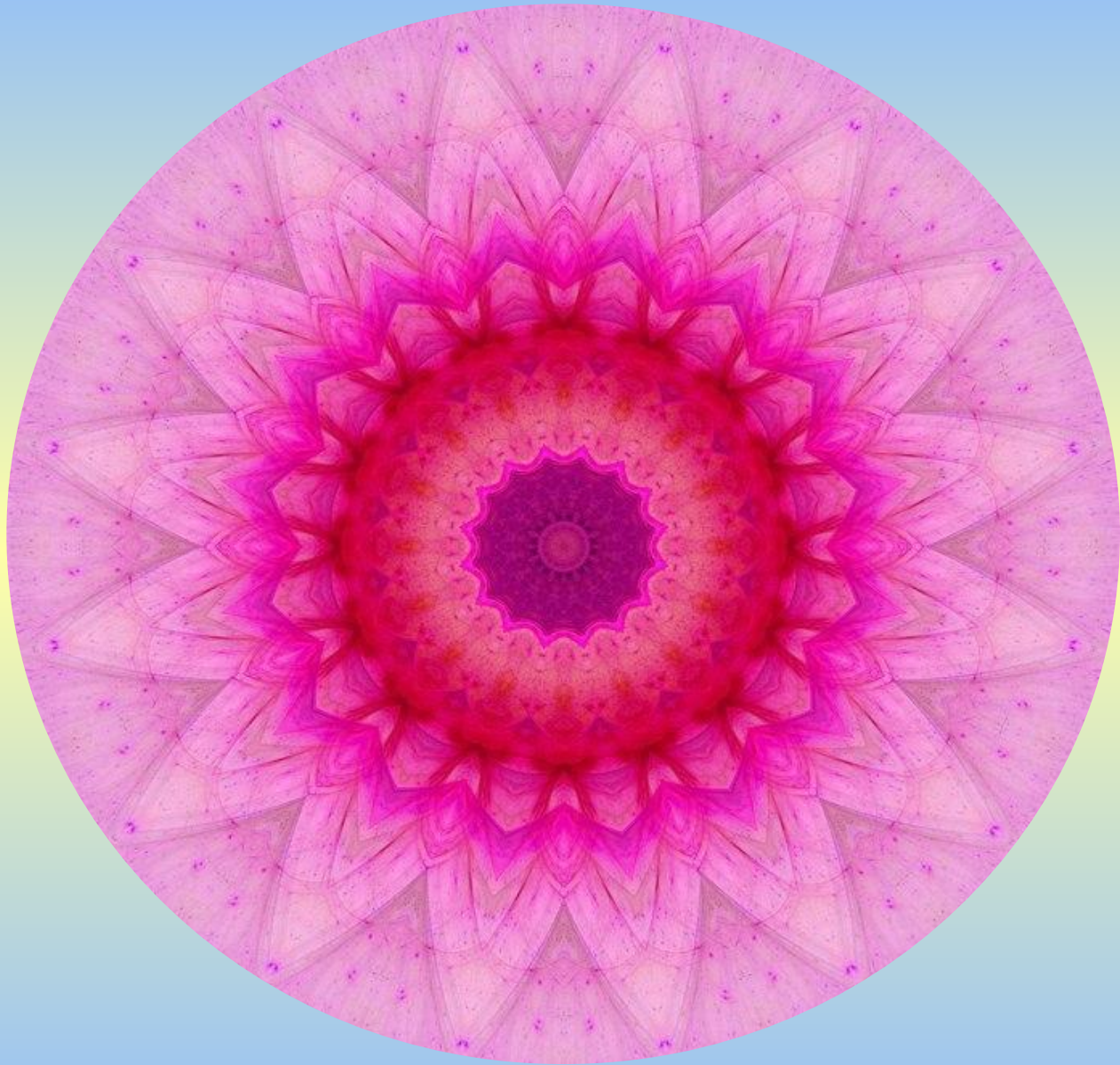
- СИНИЙ – успокаивающий, духовный, благоговейный и серьёзный цвет. Тёмно-синий тон излучает силу воли и выносливость.
- Светло-синий – облегчающий цвет, излучает благоговение и покой и оздоравливает нервную систему. Цвет служения, неприхотливости, материнства.
- Бирюзовый излучает дружелюбие, отзывчивость и свободную от религиозных ограничений духовность.

Целебные мандалы

- Эти мандалы рисуются для того, чтобы справиться с каким-то заболеванием. Иногда это мандала самой болезни. Человек рисует свою болезнь, вытаскивая ее из организма на бумагу. Мандала обязательно сжигается или еще как-то разрушается, чтобы болезнь ушла навсегда.
- Бывают целительные мандалы, которые рисуются для привлечения духа здоровья и сил жизни. Мандалу вешают в изголовье больного или напротив его взгляда, чтобы он смотрел и настраивался с энергией здоровья.

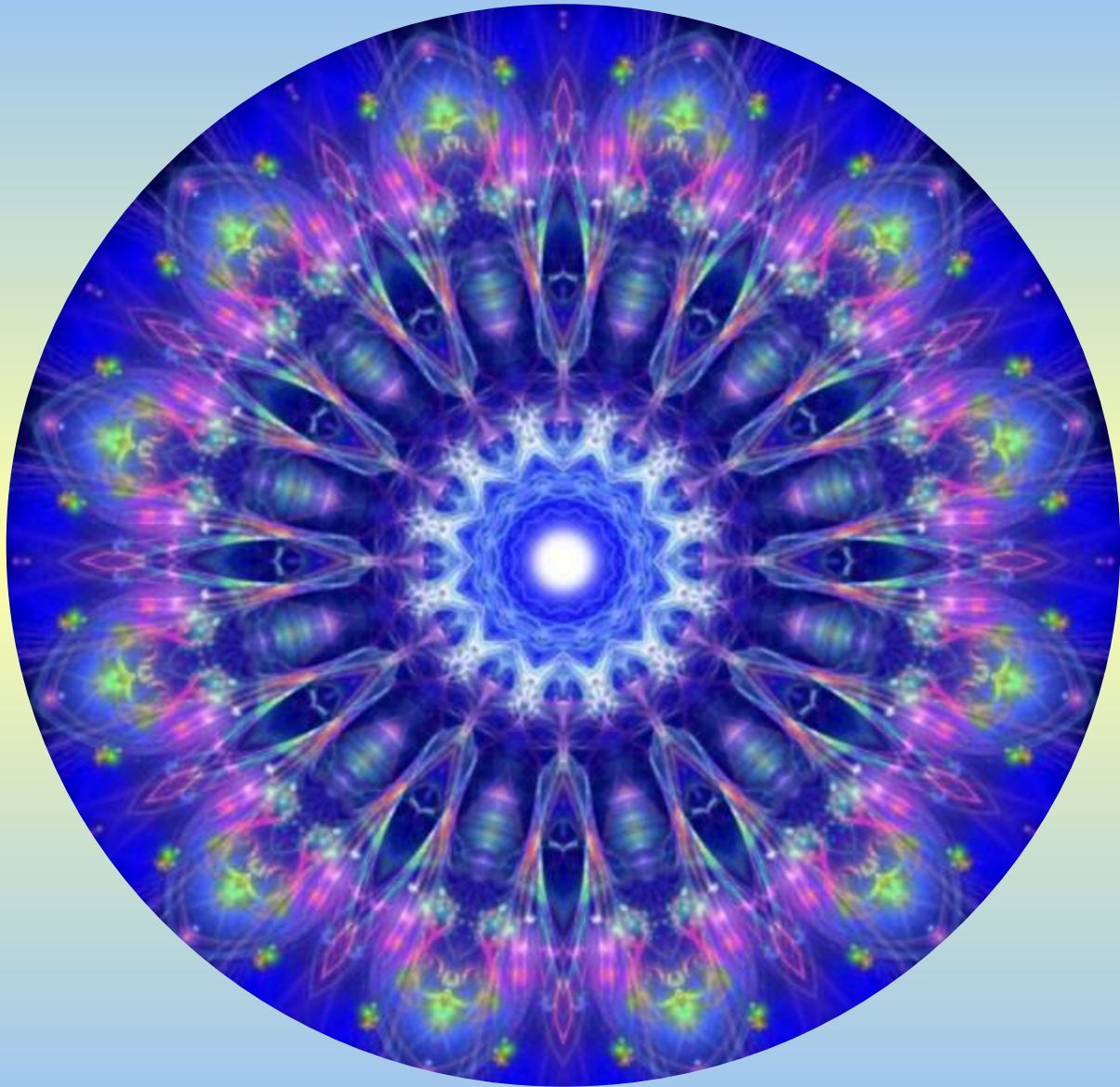
Защитные мандалы

- Их вешают в помещениях, в жилых комнатах в детских и спальнях. Так же их рисуют как амулеты и носят на теле, на одежде, вписывают в дизайн украшений, интерьеров, одежды, аксессуаров. Эти мандалы рисуют как обереги в помещение. Их задача останавливать и нейтрализовать потоки негативной энергии, идущей из мира.















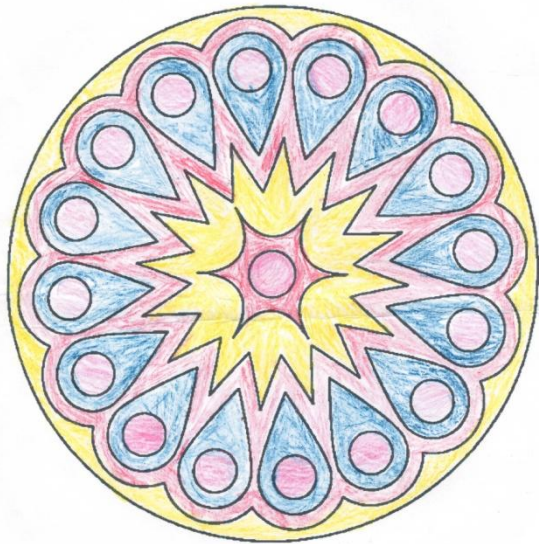




Урок «Основы буддийской культуры»

- На уроке мы познакомились с искусством буддийской культуры. Особенно нам понравилось искусство создания мандалы. Нам дали задание раскрасить мандалы. У всех ребят получилось очень здорово! Я решила дома создать свою мандалу и считаю, что у меня получилось.

На уроке «Основы буддийской культуры» нарисовала мандалу, и я поняла, что это поистине удивительное изображение.



Лосол



Яна и Света



Жаргал



Наталья



Кристина и Надя



Никита и Аюр



Демонстрация творческих работ



Заключение

- Мандалы можно встретить в самых неожиданных местах, оказывая влияние на наше психику и радуя глаз своим замысловатым великолепием.
- Самое главное я поняла, что мандала приносит пользу человеку. Люди становятся спокойными, уравновешенными.

Спасибо за внимание.