



Наталья Бекенова

Яркие мандалы для всех

*пошаговые
мастер-классы*



- ОБЕРЕГИ
И ТАЛИСМАНЫ
- ЯРКИЕ
АКСЕССУАРЫ
- ПОДРОБНЫЕ
ИНСТРУКЦИИ

Наталья Бекенова

Яркие мандалы для всех

пошаговые
мастер-классы



МОСКВА
2015

УДК 746
ББК 37.248
Б42

Бекенова, Наталья.

Б42 Яркие мандалы для всех: пошаговые мастер-классы для начинающих / Наталья Бекенова. — Москва : Эксмо, 2015. — 64 с. — (Азбука рукоделия).

ISBN 978-5-699-79178-1

Плетение мандал — оригинальный и наполненный глубоким смыслом вид рукоделия, который сегодня переживает второе рождение. С помощью этой книги вы научитесь создавать красивые и мощные талисманы для себя, детей и близких из простейших подручных материалов, а также правильно размещать их в разных помещениях дома. Пошаговые инструкции и ценные советы помогут вам легко и просто освоить плетение мандал, которые защитят, принесут здоровье и удачу в делах.

УДК 746
ББК 37.248

МАНДАЛЫ

Мандалы — древнеиндийские священные узоры, которые символически изображают Вселенную и излучают магическую энергию. Такой заветный талисман можно изготовить своими руками в технике макраме. Плетение узоров из разноцветной пряжи для многих окажется занимательным, а освоить его помогут цветные фотографии и поэтапные инструкции, представленные в нашей книге. Приятного вам досуга!

ВВЕДЕНИЕ

Мандала — в переводе с санскрита «круг», «диск» — геометрический символ модели Вселенной, «космическая карта». По форме она представляет собой круг с вписанным в него квадратом. В квадрат вписан меньший внутренний круг, который обычно разделен на сегменты или имеет форму лотоса. Мандалы могут быть самыми различными: выплненными на плоской поверхности (двумерными), объемными, рельефными. Существуют мандалы, сделанные из металла, камня, дерева, вышитые и нарисованные на ткани. Для проведения религиозных праздников и обрядов их рисуют на песке, посыпая порошками соответствующих ритуальных цветов. Символические изображения, подобные мандалам, существуют у всех народов, их можно видеть на стенах, потолках и полах храмов, особенно у народов, исповедующих буддизм и индуизм. На Востоке к мандалам относятся с особым священным трепетом, выполняя их под специальную музыку и поклоняясь им.

Плетение мандалы и дальнейшая работа с ней открывают человеку путь к его центру, к открытию его уникальной индивидуальности.

Многие психоаналитики, в том числе знаменитый К. Юнг, считали и считают мандалу незаменимым инструментом для внутреннего преобразования на пути самореализации. Именно Юнг обратил внимание на то, что люди бессознательно рисуют элементы мандалы, когда разговаривают по телефону, с другими людьми или размышляя о чем-либо.

Искусство плетения мандалы — это синтез творчества, рукоделия и психологии. Несомненно, мандалы оказывают на человека уникальное лечебное воздействие: повышается эмоциональный настрой, правое и левое полушария мозга приходят в гармоничное рабочее состояние. И что особенно важно, улучшается функционирование гипофиза и гипоталамуса, что благоприятно влияет на гормональный фон организма в целом.

Мандалы помогают снять напряжение, избавляют человека от заикленности на каких-либо проблемах. Это тот идеальный случай, когда, плетя мандалы руками, вы постоянно находитесь в состоянии мысленной деятельности, отыскивая в подсознании ответы на самые трудные вопросы. Сам процесс плетения очень медитативный. Существует множество типов плетения: интуитивное, целительное, чакровое, бережное, на желание, образно-повествовательное, образное, персональное, декоративное и т. д.

Предлагаем вам прикоснуться к древнему таинству и своими руками изготовить для себя и близких людей мандалы, которые помогут найти путь к гармонии и счастью.

МАТЕРИАЛЫ И ИНСТРУМЕНТЫ

Материалы

Бамбуковые спижки — нужны как основа для плетения мандал. Бывают разных размеров. Для создания маленьких изделий используют **зубочистки**.



Пряжа и нитки. В плетении используют шерстяную, акриловую пряжу, а также синтетические нитки, нитки типа «Ирис», «Лилия», «Астра».



Выбор пряжи обусловлен первоначальным замыслом, цветовой сочетаемостью, удобством использования в работе. Пряжа и нитки отличаются большим многообразием цветов и декоративностью.



Мулине металлизированное — используют для большей декоративности изделия и если это обусловлено тематикой, например мандала-елочная игрушка, новогодняя мандала.



Бусины, бисер, цветочное кружево — используют для красоты и придания изделиям законченного вида.



Клей «Момент» прозрачный и термоклей пригодятся для подклеивания концов нитей в процессе плетения

и в конце работы, а также склеивания элементов изделия.



Инструменты

Ножницы — требуются для отрезания ниток. Лучше использовать инструменты, удобные для руки, с гладкой поверхностью лезвий, хорошо заточенные.



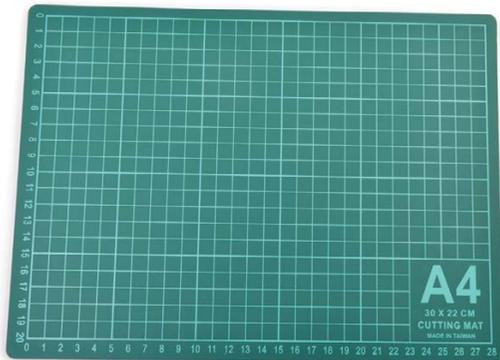
При изготовлении мандал применяют **кусачки** для удаления заостренных концов бамбуковых шпажек. Для удобства работы лучше брать инструмент небольшого размера с резиновой ручкой.



Шариковой ручкой выполняют разметку на бамбуковых палочках для определения композиционного центра изделия.



Мат для резки и измерений — для измерений и выравнивания углов в заготовке. В зависимости от количества палочек, величина углов будет разной, но при этом все углы одного изделия должны быть одинаковой величины.



СПОСОБЫ ПЛЕТЕНИЯ

Закрепление нитки — закрепите нить определенного цвета на палочке одиночным узлом в начале и в конце плетения.



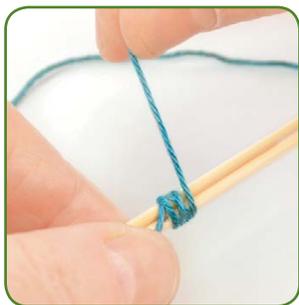
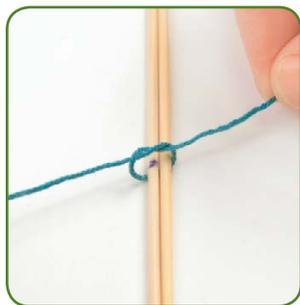
Оплетка — закрепление нитки на палочке. Накиньте нить сверху на палочку, оплетите ее, чтобы нить оказалась опять сверху.



Полный оборот — начните плести с палочки № 1 и заканчивайте на этой же палочке, образуя один полный оборот.



Крест — сложите две палочки вместе, в центре свяжите их одиночным узлом и обмотайте несколько раз ниткой, разверните палочки так, чтобы получился крест с углом 90° , и еще раз обмотайте крест по другой диагонали.



Центральный квадрат — оплетайте каждую палочку по кругу следующим образом: накиньте нитку сверху, оплетите палочку, чтобы нить оказалась опять сверху, и переходите на следующую палочку. При плетении центрального квадрата оплетайте каждую палочку. Сделайте столько полных оборотов, сколько посчитаете нужным.



Звезда — оплетите одну палочку, проведите нить под двумя следующими палочками и оплетите четвертую палочку и т. д. Оплетайте через две палочки третью.

Розетка — путем сочетания нескольких звезд вы получите розетку.



Лучи — оплетите два противоположных конца одной и той же палочки. Сделайте требуемое количество полных оборотов, затем оплетите противоположные концы нужных вам палочек.

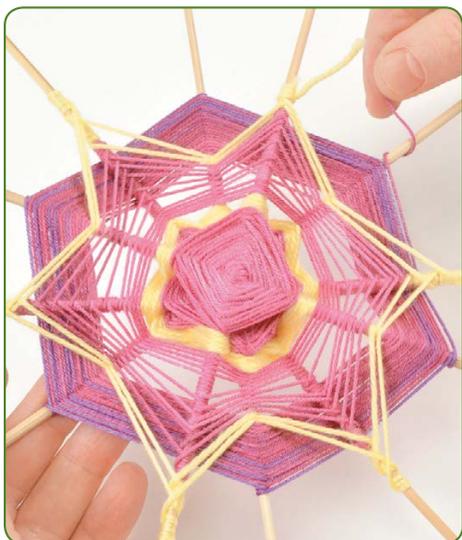


Квадрат — в восьмилучевой мандале квадрат плетите через одну палочку.

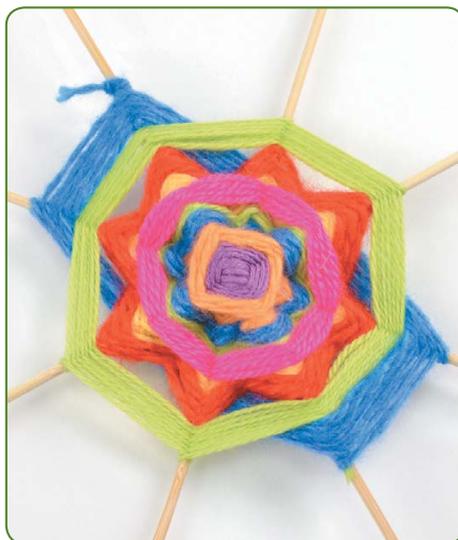
Пояс — оплетайте каждую палочку по кругу.



Ромб — плетется только в двенадцатилучевой мандале через одну палочку.



Прямоугольник — плетется на двух рядом лежащих лучах и на двух противоположных лучах, т. е. в работе участвуют две палочки.



Закрепляющий узор — обмотайте конец палочки в одном направлении до верха и в другом направлении до низа, переходите на следующую палочку. Обмотайте все палочки последовательно.





8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА-ОБЕРЕГ «Сила жизни»

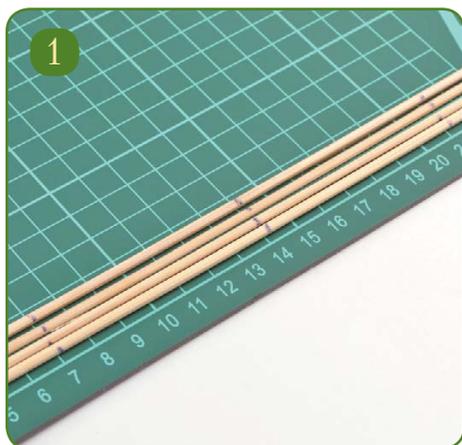
Такие мандалы плели и древние славяне, и индейцы Северной Америки. В обережные мандалы закладывали определенный образ или послание, наполняли энергией. Например, выполнив такую мандалу из красных ниток, вы наполните свой оберег жизненной силой, которую символизирует этот цвет. Вешать мандалу лучше над входной дверью, для защиты от плохой энергии.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- по 12 м шерстяной пряжи цвета морской волны, розового, бледно-розового цвета
- по 8 м шерстяной пряжи светло-зеленого, светло-желтого, голубого цвета
- шерстяная пряжа светло-малинового цвета — 30 м
- 4 бамбуковые шпажки длиной 30 см
- клей прозрачный
- шариковая ручка
- мат для резки и измерений
- кусачки
- ножницы

Порядок работы:



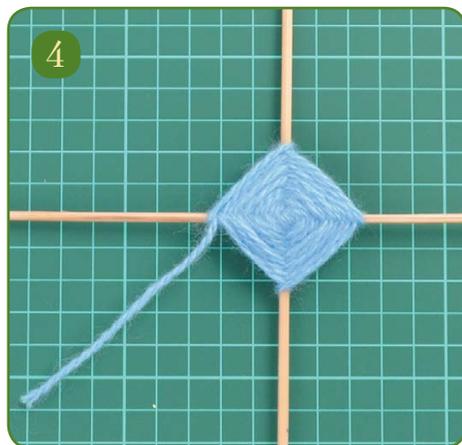
1. Отрежьте острые концы шпажек кусачками, чтобы получились палочки длиной 28 см. Ручкой отметьте середину, затем сделайте отметки через каждый 7 см.



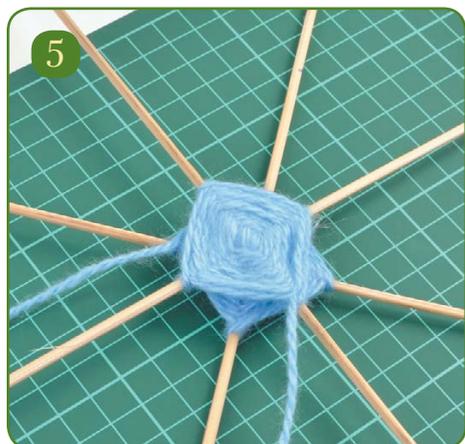
2. Для плетения 8-лучевой мандалы вам потребуется 2 креста. Возьмите нить голубого цвета и скрепите ею 2 палочки, завязав простой узел.



3. Обмотайте палочки 7 раз нитью для закрепления. Отрежьте лишний кончик нити. Разведите палочки, образуя крест, закрепите его, обмотав нитью по диагонали.



4. Начинайте формировать квадрат в центре креста. Для квадрата сделайте 12 полных оборотов. В конце закрепите нить, отрежьте кончик длиной 3–4 см.



5. Аналогично сплетите квадрат на втором кресте. Соедините 2 креста, проверьте, чтобы углы между палочками были 45° .



6. Закрепите на любой из палочек нитку цвета морской волны и начинайте плести розетку, соединяя при этом 2 креста между собой. Розетку выполняйте фигурой, которая носит название «звездочка».



7. Закрепите нить на первой палочке, пропустите 2 палочки, подведите нить под палочками и закрепите на 4-й палочке. Опять пропустите 2 и закрепите нить на 7-й палочке и т. д. Сделайте 5 полных оборотов.



8. Затем звездочку оплетите ниткой светло-желтого цвета, сделав 5 полных оборотов. Далее сделайте по 5 полных оборотов оплетки нитками розового, малинового, светло-розового, розового цвета.



9. Приступайте к плетению следующих фигур — квадратов. Квадраты плетите способом закрепления нити через одну палочку. Плетите нитью цвета морской волны 4 полных оборота квадрата.



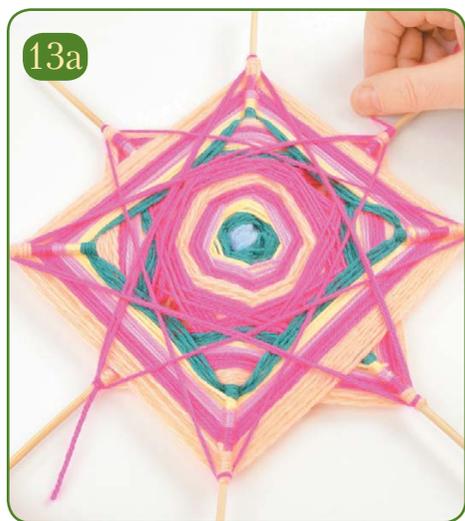
10. Затем присоедините нить светло-желтого цвета и выполните 4 полных оборота квадрата этой нитью.



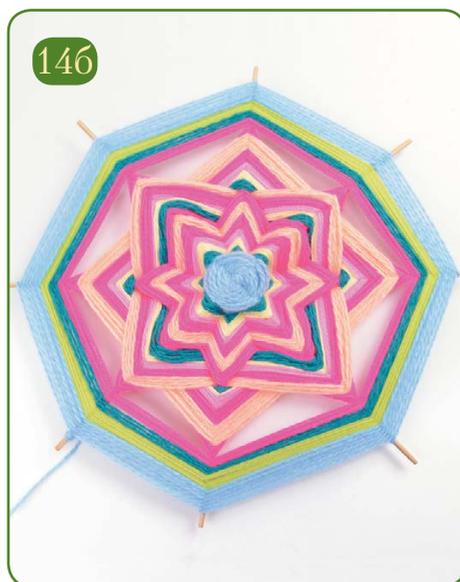
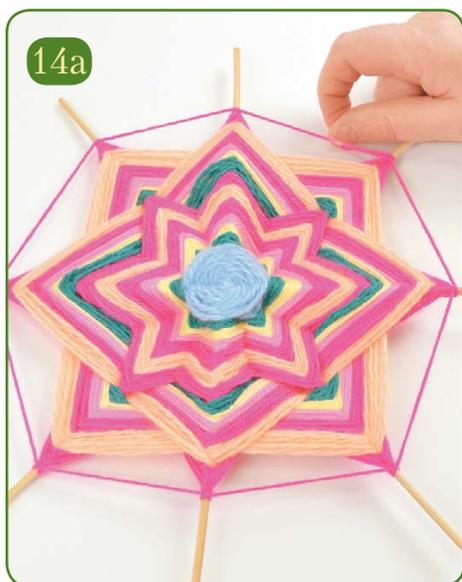
11. Продолжайте плетение квадрата: нитью розового цвета — 5 оборотов, малинового цвета — 7 оборотов, бледно-розового цвета — 5 оборотов.



12. Приступайте к плетению второго квадрата. Начинайте плести его на любой из 4-х палочек, которые не участвовали в плетении предыдущего квадрата. Для этого закрепите нить цвета морской волны на палочке и, заводя нить под угол предыдущего квадрата, начинайте плести квадраты, чередуя нити так же, как в первом квадрате.



13. Начните плести звездочку. Возьмите малиновую нить, закрепите ее на любой палочке и плетите через 2 палочки на третьей. Для звездочки сделайте 7 полных оборотов нитью.



14. Завершите плетение мандалы кругом. Круг плетется при помощи закрепления нити на каждой палочке. Закрепите нить на одной из палочек и начинайте оплетать мандалу. Выполните по 5 оборотов нитью малинового цвета, затем нитью цвета морской волны, светло-зеленого цвета, голубого цвета.

15. Обработайте концы палочек кусачками, чтобы они были ровными.



СОВЕТ

Работать с кусачками надо осторожно, так как концы шпажек при откусывании имеют свойство отлетать и могут попасть в глаза.



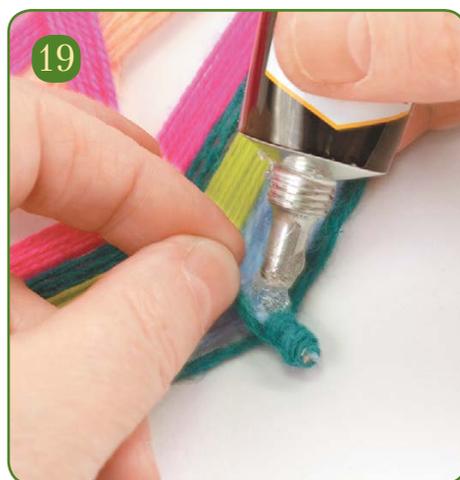
16. Выполните окантовку мандалы нитью цвета морской волны. Для этого закрепите нить на любой палочке. Пройдите этой нитью один круг.



17. Далее выполните закрепляющий узор. Обмотайте концы палочек этой же нитью.



18. Обматывайте сначала вверх, а потом вниз все палочки поочередно, отрежьте нить.



19. Закрепите конец нити с помощью клея. Мандала готова.



8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА «Радуга»

Выполненная из разноцветных ниток, эта мандала заключает в себе все положительные энергии, присущие данным цветам. Она наполнит силой, радостью и ощущением гармонии жизни, поможет развить творческие способности. Воздействие такой мандалы особенно полезно для растущей, развивающейся личности, поэтому лучшее место для нее – детская комната.



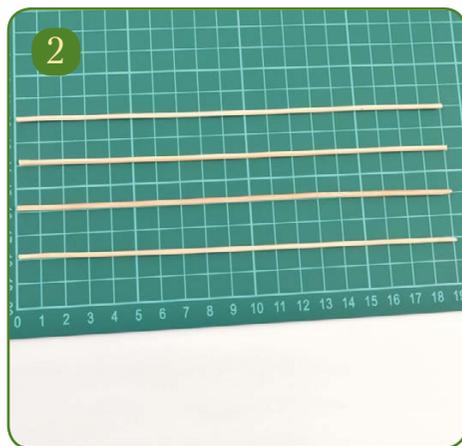
ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- хлопчатобумажная меланжевая пряжа радужных цветов — 80 м
- 4 бамбуковые палочки длиной 20 см
- цветное кружево — 20 см
- прозрачный клей
- мат для резки и измерений
- ручка шариковая
- кусачки
- ножницы

Порядок работы:



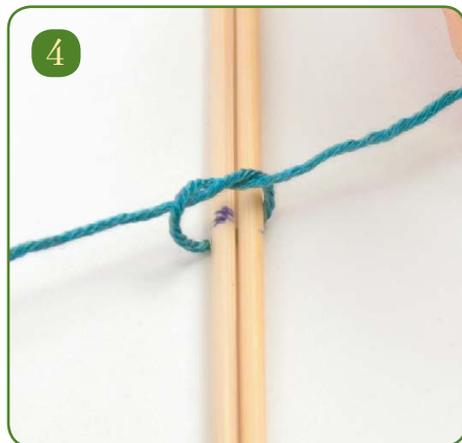
1. Отрежьте острые концы палочек кусачками.



2. У вас получились палочки длиной 19 см.



3. Сделайте шариковой ручкой отметки на середине палочек.



4. Вам необходимо сделать два креста. Для этого свяжите меланжевой нитью две палочки одиночным узлом.



5. Сделайте обмотку несколько раз на палочках для закрепления.



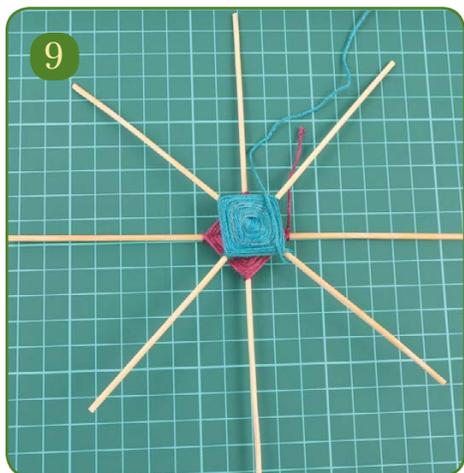
6. Разведите палочки, чтобы образовался крест под углом 90° . Закрепите кресты еще раз, обмотав по другой диагонали.



7. Начинайте плести центральный квадрат на всех палочках, сделав 10 полных оборотов.



8. Сделайте еще один квадрат нитками меланж.



9. Наложите один квадрат на другой, чтобы углы между палочками были равны 45° .



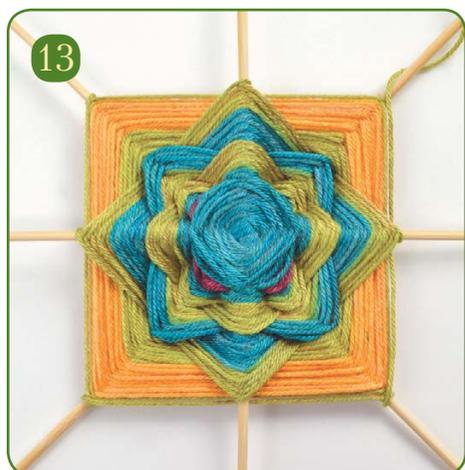
10. Соединяйте кресты, формируя розетку. Для этого начинайте плести звездочки через две палочки на третью. Сделайте 4 полных оборота.



11. Приступайте к плетению квадрата через одну палочку. Нить проходит под палочкой. Сделайте 7 полных оборотов.



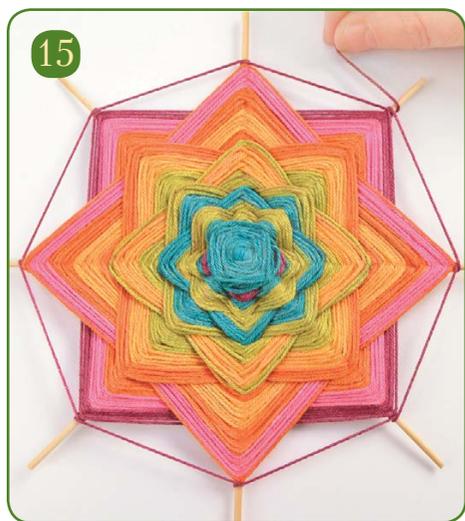
12. Начинайте плести второй квадрат через одну палочку на шпажках, которые не участвовали в плетении. Этой же меланжевой нитью сделайте 7 полных оборотов.



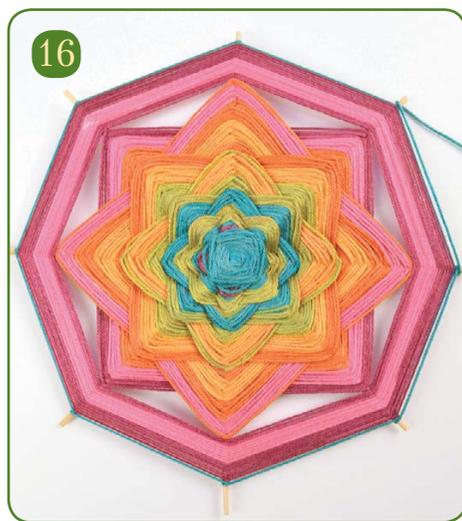
13. Переходите к плетению третьего квадрата этой же нитью, сделайте 7 полных оборотов.



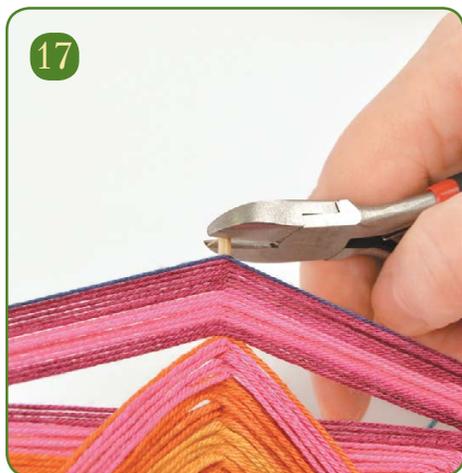
14. Таким образом свяжите 8 квадратов. Каждый квадрат состоит из 7 полных оборотов.



15. Начинайте плести пояс на каждой палочке этой же меланжевой ниткой.



16. Сделайте 20 полных оборотов пояса.



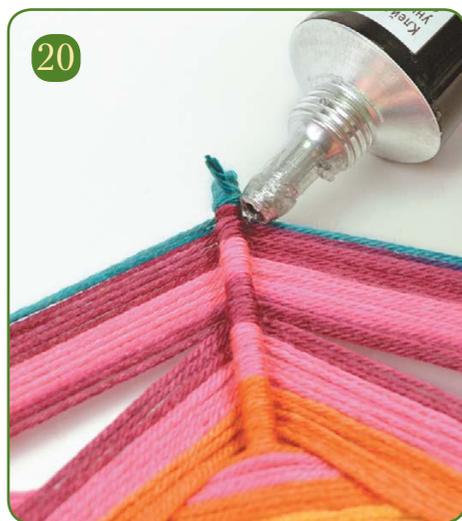
17. С помощью кусачек сравняйте концы палочек.



18. Приступайте к выполнению закрепляющего узора, обмотайте нитью конец палочки по направлению вверх и затем в обратном направлении.



19. Переходите к обработке следующей палочки и т. д.



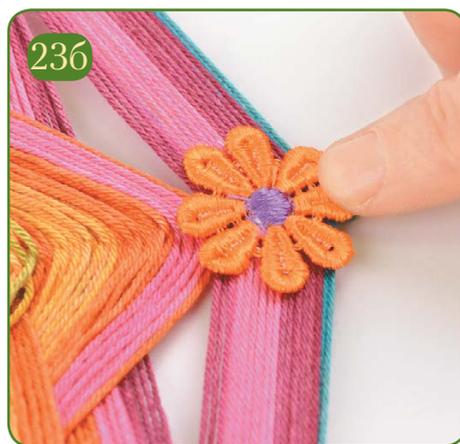
20. Когда закончите оплести последнюю палочку, отрежьте нить, подклейте ее прозрачным клеем с обратной стороны.



21. Для декоративной отделки мадалы возьмите отрезок цветочного кружева длиной 20 см.



22. Разрежьте кружево на сегменты. Всего вам понадобится 8 цветочков разного цвета.

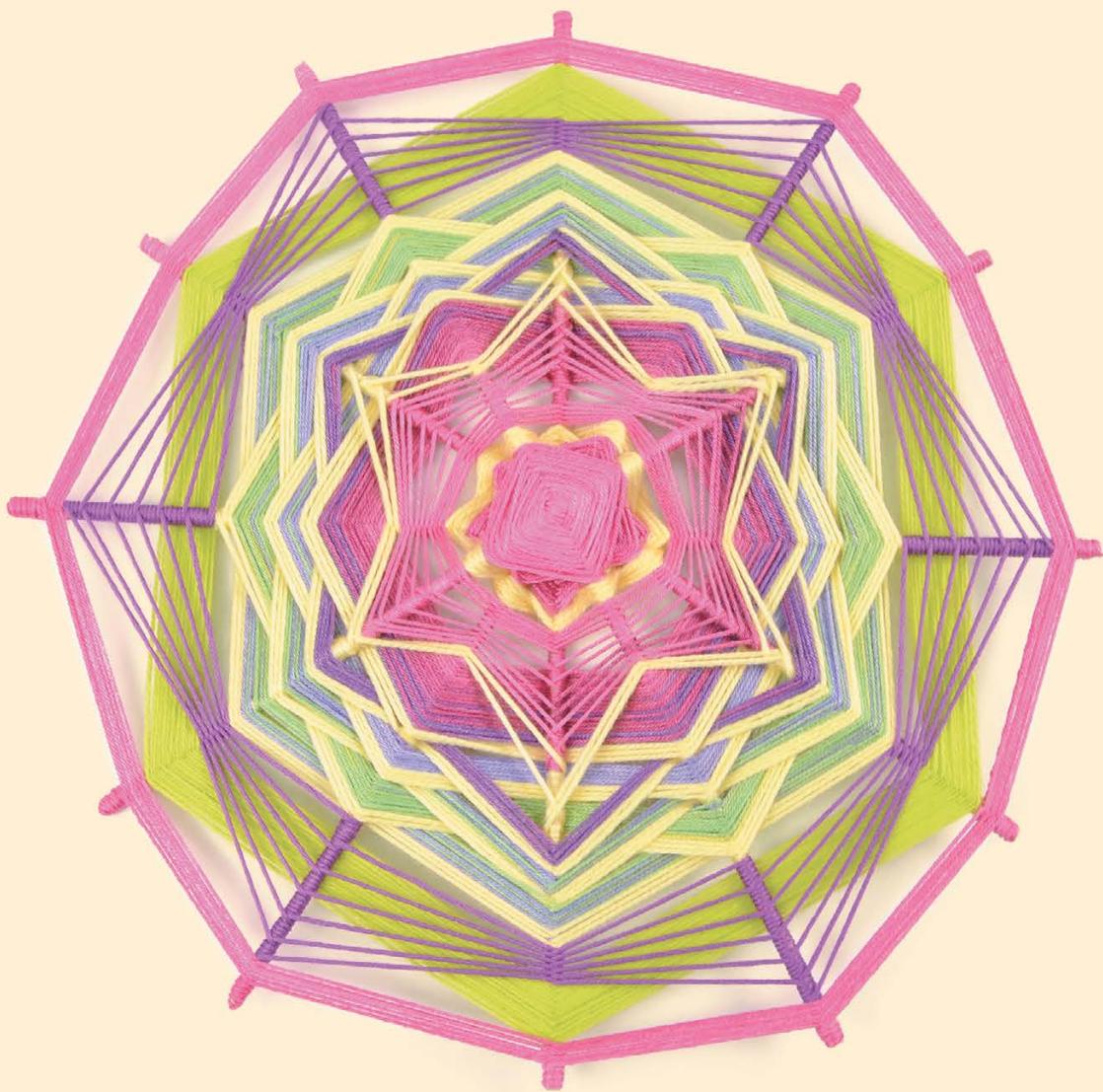


23. С помощью клеевого пистолета подклейте цветочки к каждому лучу. Мандала готова.



СОВЕТ

В плетении современных мандал допустимо применение клея, так как используют декоративные нитки, которые фиксируются на палочках хуже, чем шерсть или хлопок.



12-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА НА ЗДОРОВЬЕ

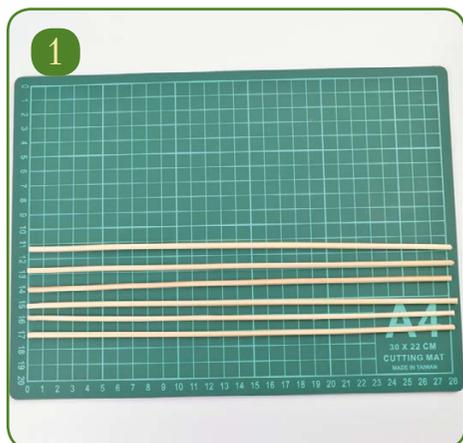
Сочетание цветов в этой мандале подобрано таким образом, чтобы максимально помочь человеку укрепить свое здоровье и улучшить жизнь в целом. Зеленый цвет символизирует цветение и жизненную силу, розовый – оптимизм и умение радоваться каждому дню, желтый исцеляет тело и ум, а фиолетовый наполняет мудростью. Такую мандалу лучше всего повесить напротив кровати, чтобы, смотря на нее, настраиваться на укрепление и восстановление здоровья.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- пряжа меланж розово-фиолетового цвета — 30 м
- по 10 м шерстяных ниток зеленого, желтого, фиолетового цвета
- 6 бамбуковых палочек длиной 30 см
- клей прозрачный
- мат для резки и измерений
- ручка шариковая
- кусачки
- ножницы

Порядок работы:



1. Отрежьте кусачками острые кончики палочек. У вас должны получиться палочки длиной 28 см. Вам понадобится 3 креста.



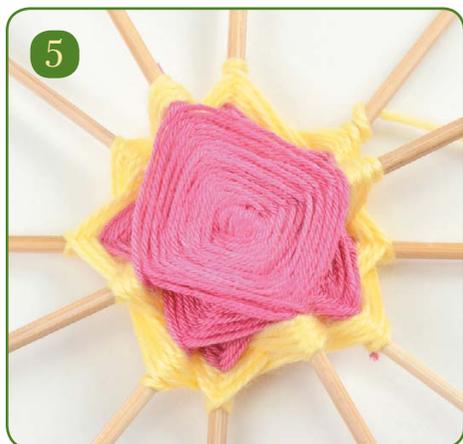
2. Соедините 2 палочки одиночным узлом меланжевой нитью и обмотайте. Разведите палочки, чтобы образовался крест. Закрепите еще раз, обмотав по другой диагонали.



3. Начинайте формировать центральный квадрат, делая обмотку на каждой палочке, сделайте 20 полных оборотов. Сделайте еще 2 таких креста с центральными квадратами.



4. Наложите кресты друг на друга так, чтобы углы между палочками были равны 30° .



5. Начинайте выполнять розетку для закрепления крестов. Розетку выполните в виде звездочек. Оплетайте палочки через две на третью нитью желтого цвета, сделайте 6 полных оборотов. Отрежьте и закрепите нить одиночным узлом.



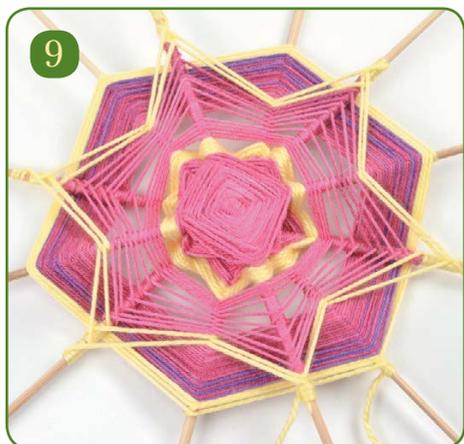
6. Закрепите нить розового цвета одиночным узлом на одной из палочек. Оплетите пояс на каждой палочке. Сделайте 5 полных оборотов ниткой розового цвета.



7. Далее плетите декоративный пояс следующим образом — на одной палочке делайте одну оплетку, а на следующей 5 оплеток и т. д., чередуйте ниткой этого же розового цвета. Сделайте 6 полных оборотов.



8. Присоедините нить желтого цвета одиночным узлом и сплетите 2 полных оборота следующим образом: на одной палочке одна оплетка, на другой 5 оплеток и т. д.



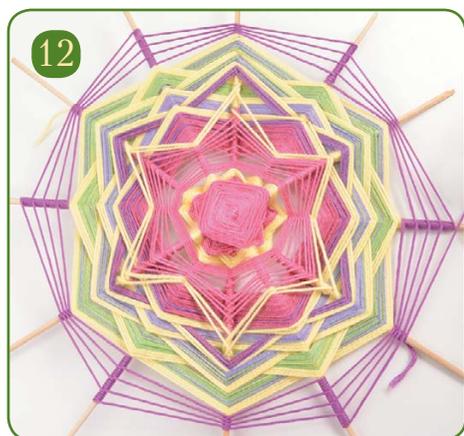
9. Присоедините меланжевую нить и начинайте плести ромб. Плетите его через одну палочку, пропуская нить под палочкой. Ромб сплетите, выполнив 20 полных оборотов. Присоедините желтую нить и выполните 3 полных оборота.



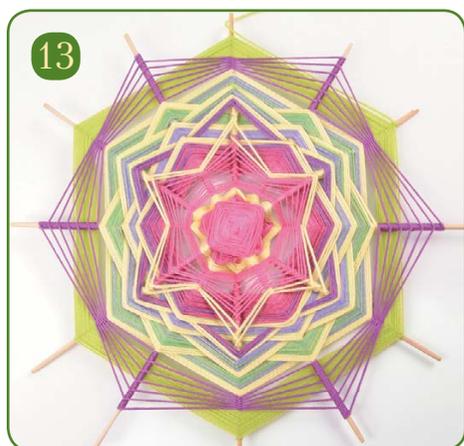
10. Снова присоедините меланжевую нить. Чередую палочки, начинайте плести следующий ромб. Таким же образом через одну палочку сделайте 5 полных оборотов.



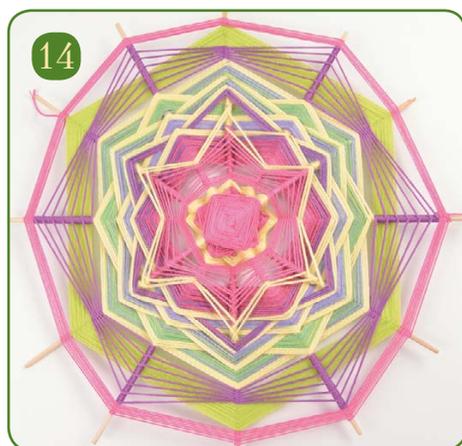
11. Присоедините желтую нить и на этом же ромбе сделайте 2 полных оборота. Присоедините снова меланжевую нить и сплетите следующий ромб. Должно получиться 6 ромбов.



12. Присоедините фиолетовую нить. Начните плести декоративный пояс на каждой палочке, чередуя: на одной сделайте одну оплетку, на следующей — 5 оплеток и т. д. Выполните 6 полных оборотов.



13. Присоедините нить светло-зеленого цвета на любую из палочек и начинайте плести ромб на палочках через одну, сделав всего 20 полных оборотов.



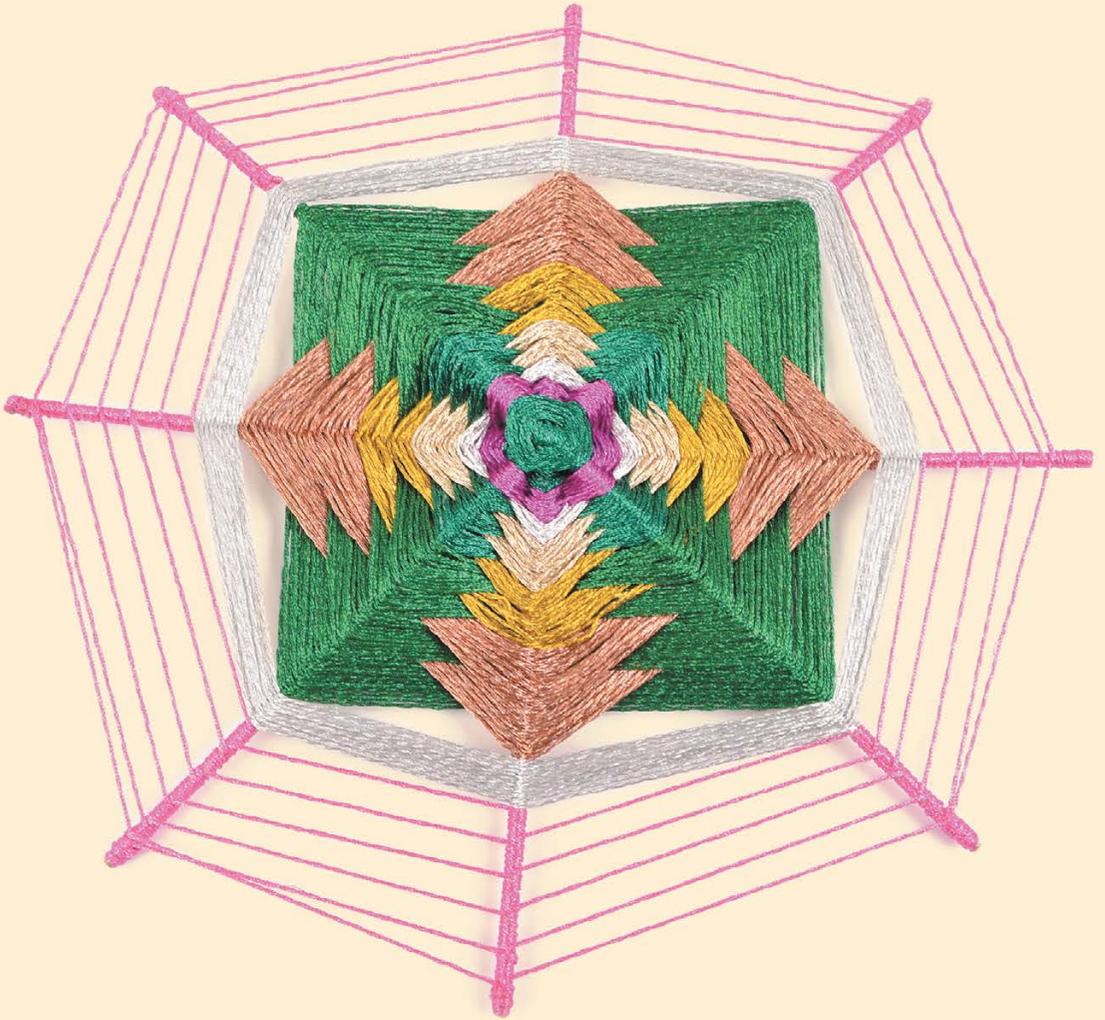
14. Начинайте делать заключительную фигуру — пояс нитками розового цвета. Для этого закрепите нить на любой палочке одинарным узлом и начинайте оплетку на каждой палочке. Сделайте 7 полных оборотов.



15. В конце сделайте закрепляющий узор нитками розового цвета, обмотайте палочки по направлению вверх и вниз, затем перейдите на следующую палочку, обмотайте все палочки последовательно.

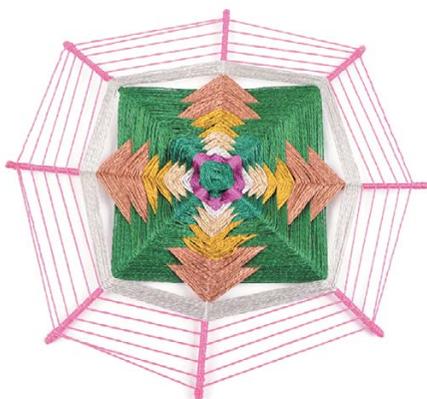


16. После того как все палочки будут оплетены, отрежьте нить, сделайте одиночный узел, для лучшего закрепления смажьте клеем на изнаночной стороне. Мандала готова.



8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА «Елочка»

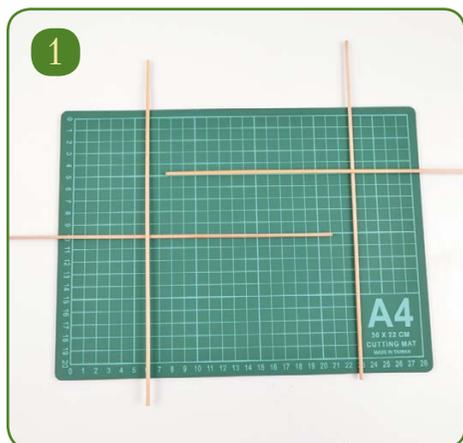
В древности вечнозеленая ель считалась священным деревом, украшать ее имели право только жрецы. Воплотившись в мандалу, это особенное дерево сохраняет все свои мистические свойства. Мандала-елочка поможет сконцентрироваться при медитации, сделает ясным разум при принятии важных решений. Эту мандалу лучше не выставлять напоказ, а использовать в тиши кабинета для медитации и размышлений.



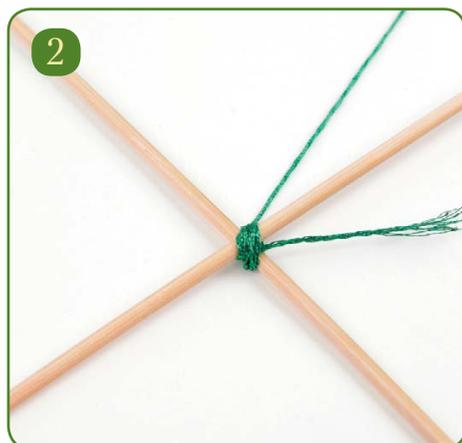
ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- 13 мотков металлизированного мулине: 5 зеленого, 1 белого, 1 золотистого, 2 светло-коричневого, 2 малинового, 1 светло-фиолетового, 1 розового, 1 коричневого цвета
- 4 бамбуковые палочки длиной 28 см
- клеевой пистолет и патрон к нему
- шариковая ручка
- кусачки
- мат для резки и измерений
- ножницы

Порядок работы:



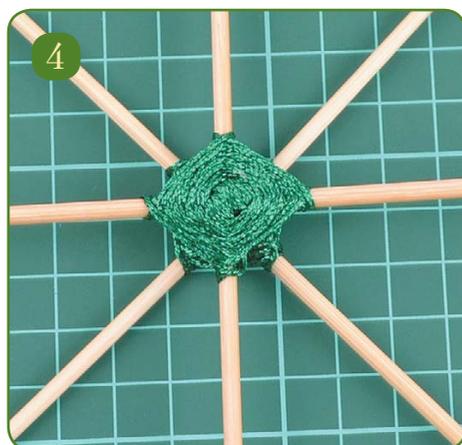
1. На палочках сделайте отметки посередине. Для работы над этой мандалой понадобится 2 креста.



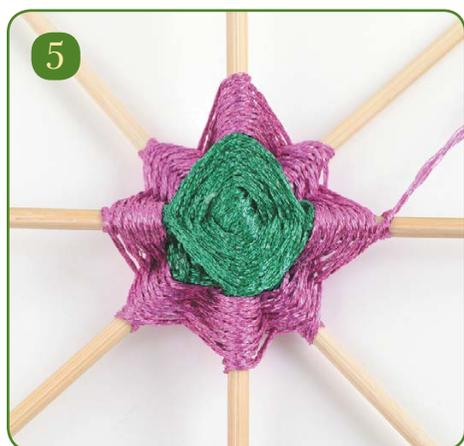
2. Закрепите одиночным узлом нить металлизированного мулине зеленого цвета, соедините 2 палочки. Сделайте 7 оборотов. Раздвиньте палочки, чтобы образовался крест. Сделайте по второй диагонали 7 оборотов.



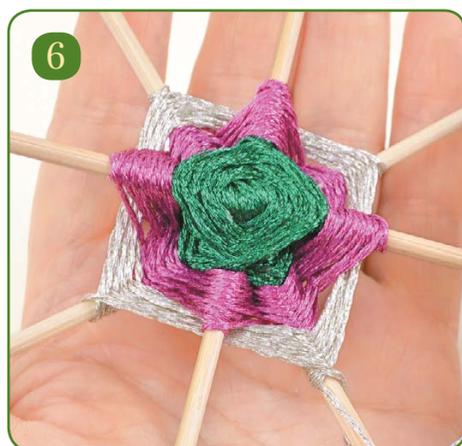
3. Приступайте к плетению центрального квадрата, делая оплетку на каждой палочке. Сделайте 7 полных оборотов. Закрепите нить одиночным узлом.



4. Сплетите второй центральный квадрат аналогично первому. С помощью клеевого пистолета склейте два креста между собой так, чтобы угол между палочками составлял 45° .



5. Начните выполнять розетку, которая соединит между собой 2 креста, способом плетения «звездочка» нитью малинового цвета. Сделайте 7 полных оборотов. Отрежьте и закрепите конец нити клеем с изнаночной стороны.



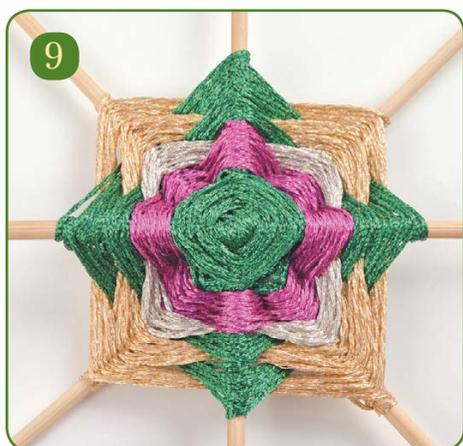
6. Присоедините нить металлизированного мулине одиночным узлом на одной из палочек. Приступайте к плетению квадрата белого цвета. Сделайте 7 полных оборотов, плетите через одну палочку.



7. Закрепите нить металлизированного мулине зеленого цвета на палочке верхнего креста и начинайте плести квадрат зеленого цвета через одну палочку, пропуская нить под палочками нижнего креста.



8. Выполните 5 полных оборотов зеленого цвета. Отрежьте нить, зафиксируйте ее клеевым пистолетом на обратной стороне.



9. Третий квадрат сплетите нитью светло-коричневого цвета, число оборотов можно сделать произвольное. Четвертый квадрат плетите нитью зеленого цвета. Пятый квадрат — нитью светло-коричневого цвета.



10. Шестой квадрат плетите нитью зеленого цвета. Для плетения седьмого квадрата присоедините нить золотистого цвета и выполните произвольное количество полных оборотов. Восьмой квадрат плетите нитью зеленого цвета.



11. Девятый квадрат плетите нитью золотистого цвета. Десятый квадрат плетите нитью зеленого цвета. Для плетения одиннадцатого квадрата возьмите нить коричневого цвета.



12. Число квадратов зеленого цвета вы можете выбрать по своему усмотрению, но светлых квадратов должно быть столько же. Мы сплели 6 квадратов зеленого цвета и 6 квадратов из нитей светлых тонов.



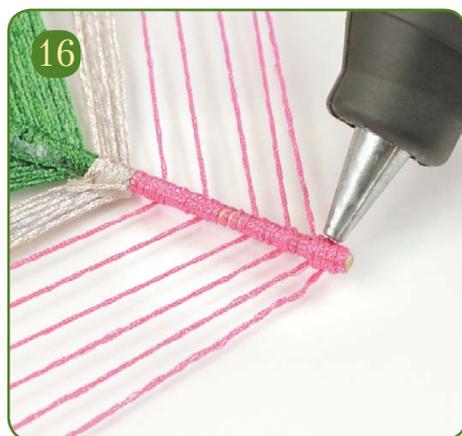
13. Приступайте к плетению фигуры, носящей название «пояс». Плетите по кругу на каждой палочке нитью розового цвета. Сделайте 10 полных оборотов.



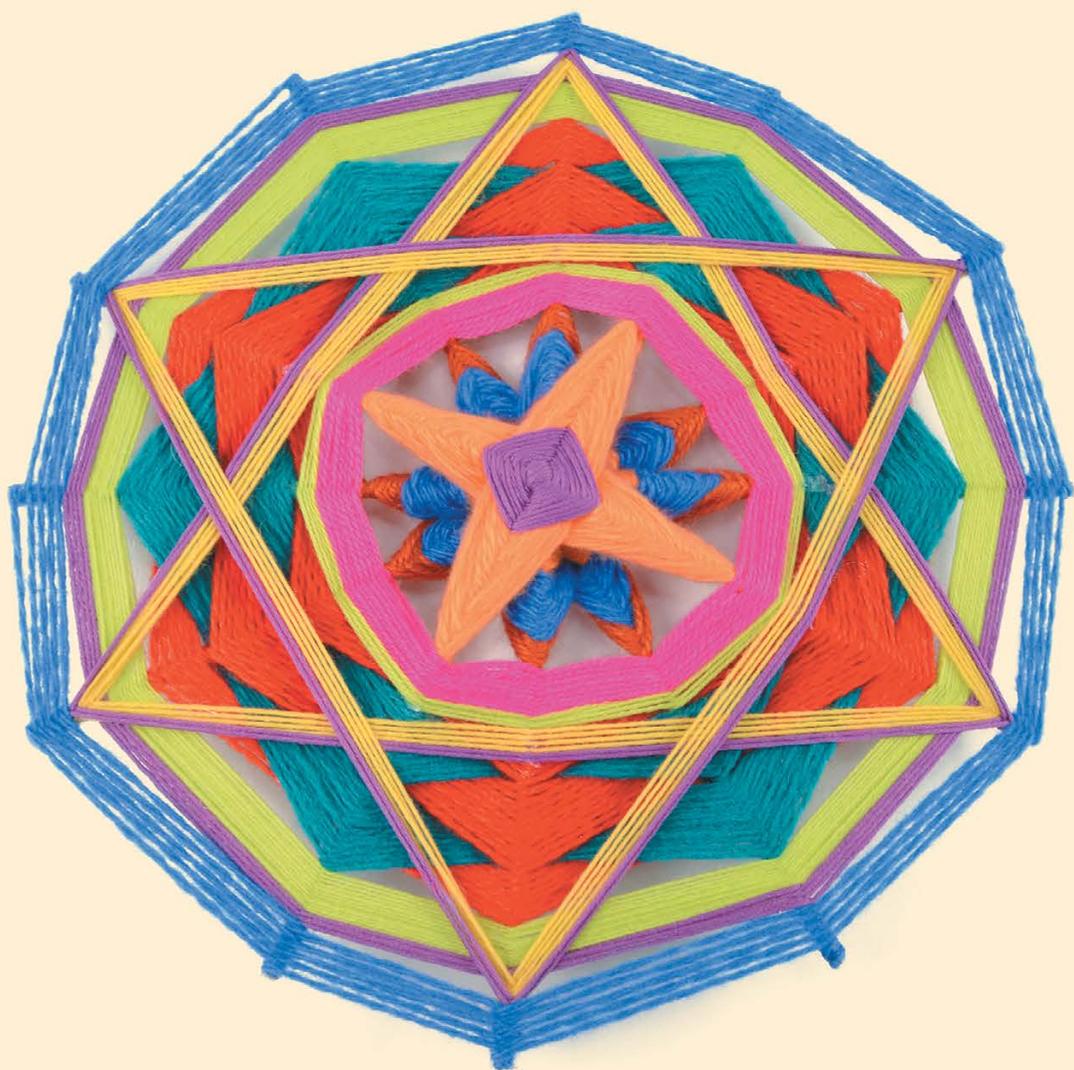
14. Далее приступайте к плетению декоративного пояса, который плетется следующим образом: на каждой палочке делается по 5 оплеток розовой нитью. Сделайте 4 полных оборота.



15. Осталось выполнить закрепляющий узор. Оплетите кончики мандал вверх, затем вниз, перейдите к следующей палочке и так до конца.



16. Отрежьте кончик розовой нити и подклейте его клеевым пистолетом с изнаночной стороны. Мандала готова.



12-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА «Вдохновение»

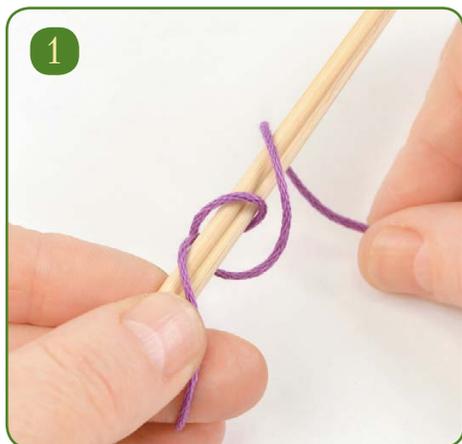
Эта мандала несет в себе удивительную силу, которая поможет раскрыть ваш творческий потенциал. Красный цвет активизирует творческий импульс, синий помогает в познании, желтый пробуждает интерес к духовным ценностям. Мандала принесет наибольшую пользу, если вы поместите или повесите ее в том месте, где вы любите размышлять и творить.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- шерстяная пряжа персикового цвета — 15 м, фиолетового — 15 м, синего — 15 м, коричневого — 5 м, ярко-розового — 10 м, светло-зеленого — 20 м, красного — 30 м, зеленого — 30 м, желтого цвета — 8 м
- 6 бамбуковых палочек длиной 30 см
- клеевой пистолет
- патрон термокля
- ножницы

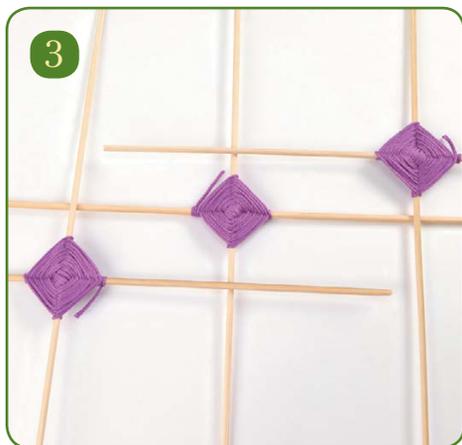
Порядок работы:



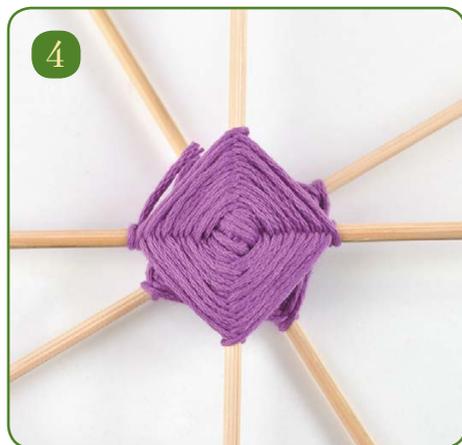
1. Возьмите шпажки и сплетите на них 3 креста из пряжи фиолетового цвета. Для этого каждые 2 палочки соедините вместе, скрепите посередине нитью, обмотав их 7 раз.



2. Разведите палочки, чтобы углы между лучами составляли 90° . Для более плотного закрепления палочки по 7 раз обмотайте нитью в двух направлениях.



3. Сформируйте центральный квадрат. Для этого оплетите каждый луч поочередно пряжей фиолетового цвета. Сделайте 12 полных оборотов. Всего сплетите 3 креста.



4. Два креста наложите один на другой так, чтобы у вас образовалось 8 углов, 4 из которых равны 60° и 4 — 30° .



5. Начинайте выполнять розетку для закрепления двух крестов. Розетку сделайте в виде звездочки. Для этого нитью персикового цвета оплетайте палочки через каждые две. Сделайте 8 полных оборотов.



6. Следующая фигура, которую вам необходимо выполнить – это луч. Лучи плетите на одной палочке на противоположных концах пражней синего цвета. Сделайте 14 полных оборотов.



7. Выполните лучи пражей синего цвета на всех остальных палочках.



8. Продолжайте оплетать лучи дальше нитью коричневого цвета, сделав 7 полных оборотов на всех палочках.



9. На третьем кресте сплетите лучи пряжей персикового цвета, сделав 28 полных оборотов на каждой палочке.



10. Наложите третий крест на розетку из двух других крестов. Соедините всю конструкцию поясом. Пояс выполните на каждом луче нитью ярко-розового цвета. При плетении концы нитей заправляйте под оплетку. Лишнее обрежьте.



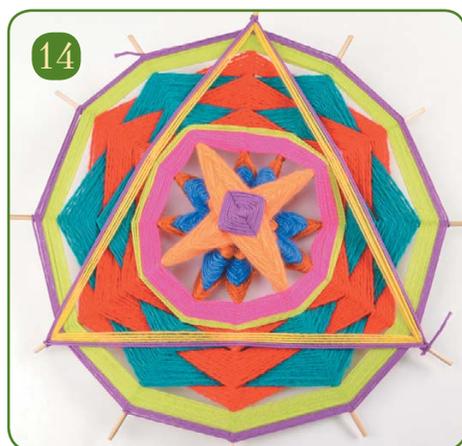
11. Пояс выполните, сделав 9 полных оборотов нитью ярко-розового цвета, 4 полных оборота нитью ярко-зеленого цвета.



12. Ромбы плетите через одну палочку, красной нитью сделайте 10 полных оборотов. Нитью зеленого цвета сплетите ромб на следующих лучах, сделав 10 полных оборотов. Сделайте 3 красных ромба и 2 зеленых.



13. Следующей фигурой будет пояс. Пояс плетите 14-ю оборотами нитью светло-зеленого цвета и 4-мя оборотами нитью фиолетового цвета.



14. Сверху выполните треугольник. В двенадцатилучевой мандале треугольник плетется через 3 луча. Лучи сплетите нитями желтого цвета, сделав 4 полных оборота, и нитями фиолетового цвета, сделав 2 полных оборота.



15. Пропустив по одному лучу, начните выполнять второй треугольник таким же образом, как и первый.



16. Закончите плетение поясом синего цвета, сделав 5 полных оборотов. Отрежьте концы лучей, сравнив их. На каждом луче сделайте закрепляющий узор, отрежьте нить, приклейте к изнаночной стороне.



8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА

«Экзотика»

Эта мандала, сочетающая в себе яркие сочные цвета, украшенная разноцветными перышками, будет напоминать вам о жарких экзотических странах, далеких островах в океане, народах, населяющих их. Если вы еще никогда не были там, но очень хотите посетить все эти места, повесьте мандалу «Экзотика» так, чтобы всегда видеть ее, и ваши мечты обязательно сбудутся в самое ближайшее время.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- акриловые нитки: синие — 10 м, ярко-розовые — 10 м, ярко-зеленые — 15 м, желтые — 3 м, оранжевые — 10 м, красные — 5 м, цвета морской волны — 15 м
- 4 бамбуковые палочки длиной 20 см
- 8 декоративных перышек разных цветов
- клеевой пистолет
- патрон термокля
- ножницы

Порядок работы:



1. Возьмите 2 палочки, соедините их в середине фиолетовой нитью, сделав 4–5 оборотов. Сделайте крест, разведя палочки, и обмотайте по диагонали, выполнив 4–5 оборотов.



2. Сплетите центральный квадрат нитью фиолетового цвета, сделав 5 полных оборотов. Нитью оранжевого цвета продолжите оплетать квадрат, сделав 2 полных оборота.



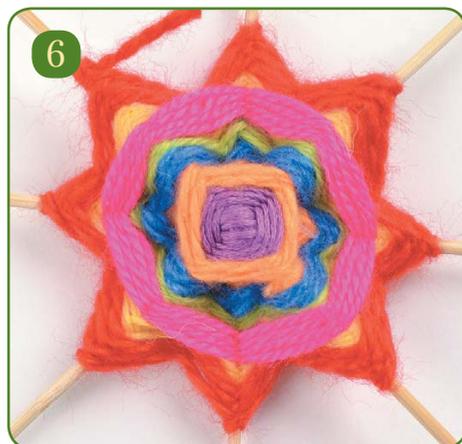
3. Аналогично выполните второй крест. Соедините 2 креста так, чтобы углы между лучами составляли 45° .



4. Соедините 2 креста розеткой в виде звездочки синей нитью. Сделайте 2 полных оборота. Продолжайте плести звездочку ярко-зеленой нитью, сделав еще 2 полных оборота.



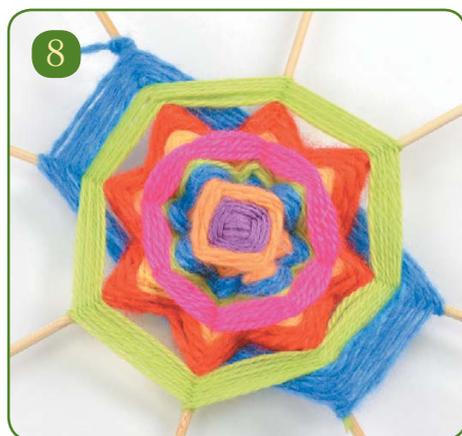
5. Нитью ярко-розового цвета выполните пояс на каждом луче четырьмя полными оборотами.



6. Нитью желтого цвета выполните звездочку, оплетая лучи через два. Сделайте 5 полных оборотов. Продолжите оплести звездочку нитью красного цвета, сделав 4 полных оборота.



7. Пояс сплетите нитью ярко-зеленого цвета на каждом луче. Этот пояс состоит из 8-ми полных оборотов.



8. Нитью синего цвета выполните прямоугольник. Прямоугольник выполняйте плетением на двух рядом лежащих лучах и на двух противоположных. Сплетите 6 полных оборотов.



9. Продолжите плести прямоугольник нитью оранжевого цвета. Сделайте 5 полных оборотов. Еще 5 полных оборотов для прямоугольника выполните нитью цвета морской волны.



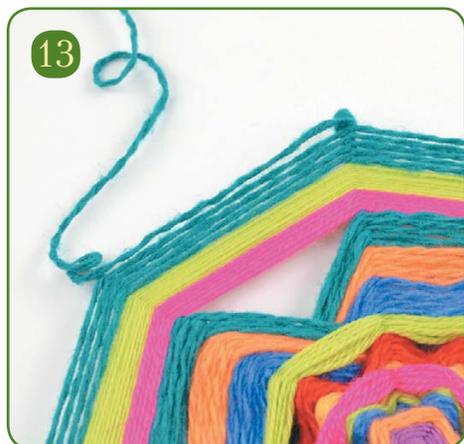
10. Аналогично сплетите второй прямоугольник, перпендикулярный первому.



11. Оплетите прямоугольники поясом ярко-розового цвета на каждом луче 5-ю полными оборотами и 5-ю полными оборотами нитью ярко-зеленого цвета.



12. Продолжите плести пояс нитью цвета морской волны, сделав 5 полных оборотов.



13. На кончиках палочек выполните закрепляющий узор, обмотав палочки сначала вверх, а затем вниз.



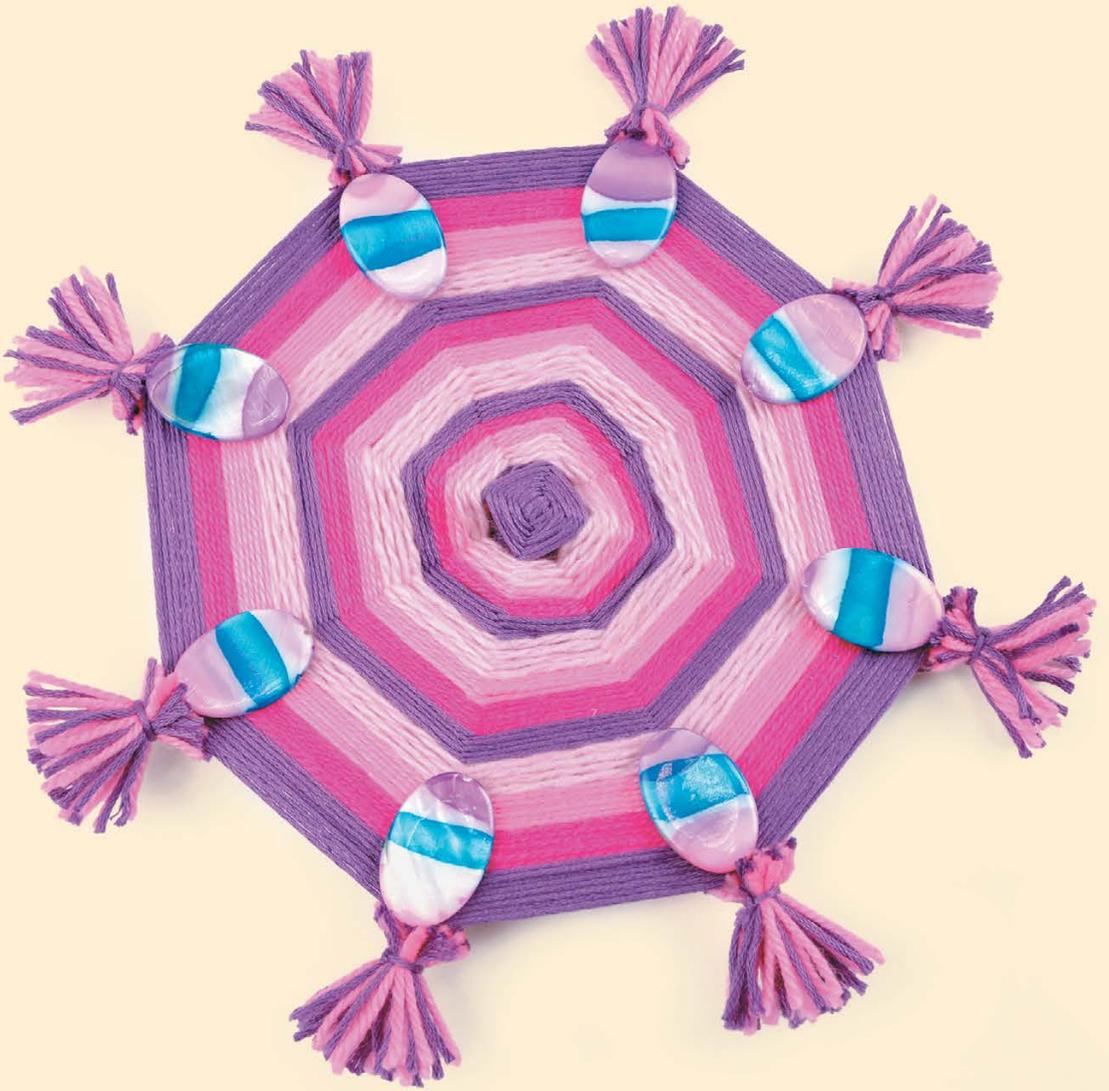
14. Закончив оплетку последней палочки, отрежьте нить и подклейте с помощью клеевого пистолета с изнаночной стороны.



15. Возьмите декоративные перышки различных цветов.



16. Подклейте перышки сбоку к концу каждой палочки. Мандала готова.



8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА

«Необыкновенные домики»

Эта мандала является идеальным вариантом для плетения с детьми младшего школьного возраста. Переход цвета от светлого к темному, декорирование мандалы кисточками и камнями — все это пробуждает и развивает детское воображение. Предложите ребенку при выполнении мандалы вплести в нее свои самые заветные желания и повесьте ее в детской.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- акриловые нитки: светло-розового цвета — 15 м, розового — 15 м, ярко-розового — 15 м, фиолетового цвета — 20 м
- 4 бамбуковые палочки длиной 20 см
- 8 плоских перламутровых бусин
- картон
- клеевой пистолет
- патрон термокля
- линейка
- ножницы

Порядок работы:



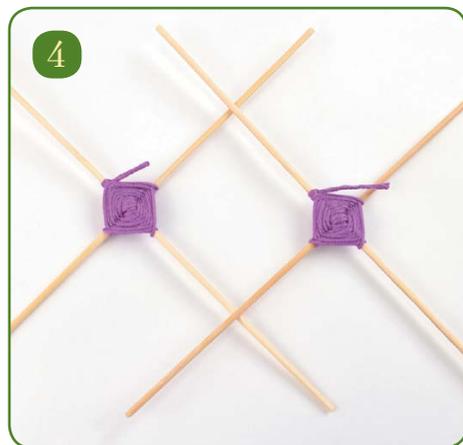
1. Сложите вместе две палочки и в центре выполните обмотку 4–5 раз ниткой фиолетового цвета.



2. Образуйте крест, разведя палочки под углом 90° . Закрепите его, обмотав ниткой фиолетового цвета по диагонали, выполнив по 4–5 оборотов.



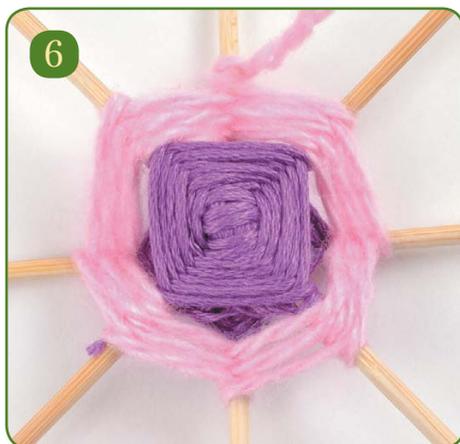
3. На кресте выполните центральный квадрат нитками фиолетового цвета, сделав 6 полных оборотов.



4. Аналогично выполните второй крест с центральным квадратом.



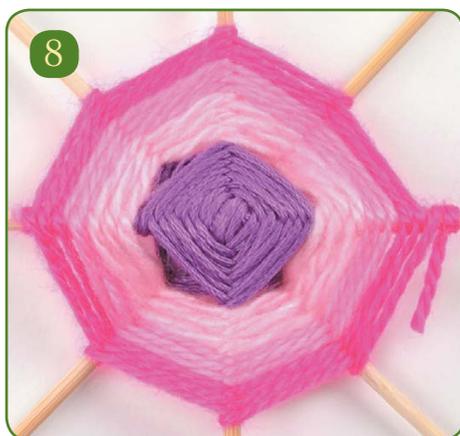
5. Соедините 2 креста так, чтобы углы между лучами составляли 45° .



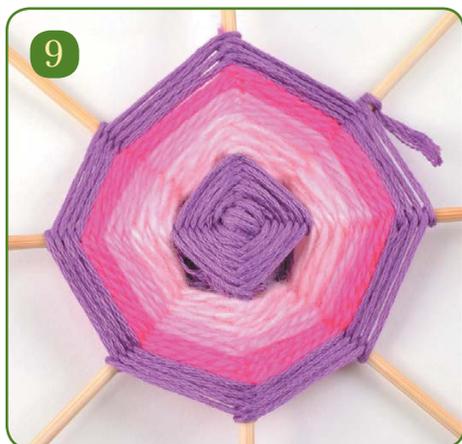
6. Розетку для соединения двух крестов выполните в виде пояса нитками бледно-розового цвета, оплетая каждый луч поочередно. Для пояса сделайте 3 полных оборота.



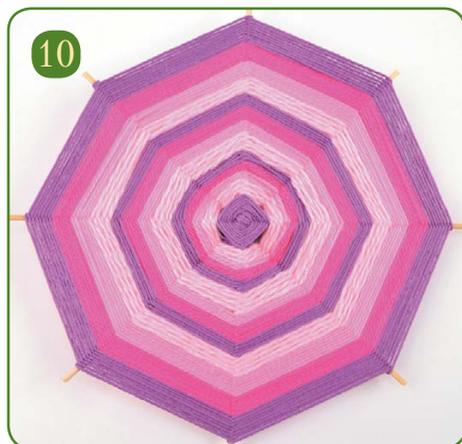
7. Мандала будет выполнена одной фигурой — поясом. Поэтому продолжайте плести пояс на каждом луче ниткой розового цвета, сделав 3 полных оборота.



8. Следующие 3 полных оборота выполните ниткой ярко-розового цвета.



9. Нитью фиолетового цвета сплетите 4 полных оборота пояса.



10. Продолжите плести пояс теми же цветами и в том же порядке, прибавляя по одному обороту каждого цвета.



11. Сделайте кисточки. Для этого отрежьте полоску картона шириной 3 см, длина произвольная. Двумя нитями — фиолетовой и розовой — сделайте обмотку 10 раз на картоне.



12. Сверху и снизу обмотку разрежьте ножницами.



13. Перевяжите кисточку фиолетовой нитью, отступив от одного края 1 см.



14. Изготовьте 8 таких кисточек.



15. Подклейте кисточки на концы каждой палочки с помощью клеевого пистолета.



16. Задекорируйте мандалу перламутровыми бусинами в тон ниткам. Мандала готова.



8-ЛУЧЕВАЯ МАНДАЛА

«Времена года»

Эта мандала сочетанием желто-красно-коричневых цветов символизирует осень. А если вы возьмете цвета соответственно каждому времени года — зиме, весне, лету, можно создать квадритих, т. е. серию мандал. Такую серию мандал «Времена года» можно повесить в одну линию вертикально или расположить горизонтально в гостиной или спальне. Они вам будут напоминать о вечном круговороте вещей в природе.



ВАМ ПОТРЕБУЕТСЯ:

- акриловые нитки: красные — 10 м, оранжевые — 2 м, ярко-зеленые — 30 м, желтые — 10 м, коричневые — 15 м, цвета морской волны — 3 м
- 4 бамбуковые палочки длиной 20 см
- желтый бисер № 4 — 120 шт.
- по 4 красных и желтых деревянных бусин диаметром 8 мм
- клей «Момент»
- клеевой пистолет
- патрон термокля
- ножницы

Порядок работы:



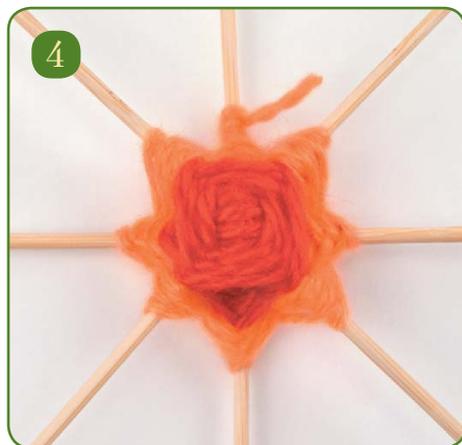
1. На середине 2-х палочек закрепите красную нить, сделав 4 оборота. Раскройте палочки так, чтобы образовался крест. Закрепите его ниткой по диагонали, сделав 5 оборотов.



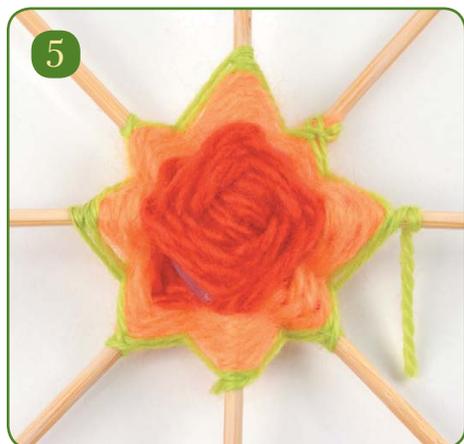
2. Сплетите на кресте центральный квадрат из четырех полных оборотов. Сплетите 2 креста с центральными квадратами.



3. Наложите кресты друг на друга так, чтобы углы между лучами составляли 45° .



4. Соедините кресты, выполнив розетку в виде звездочки ниткой оранжевого цвета. Оплетайте лучи через 2, сделав 2 полных оборота.



5. Продолжайте выполнять звездочку ниткой ярко-зеленого цвета. Сделайте 2 полных оборота.



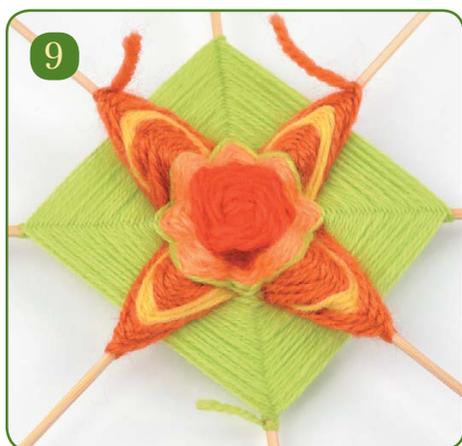
6. Ниткой коричневого цвета сплетите фигуру, которая называется «луч». Луч плетется на одной палочке, оплетаются противоположные лучи. Луч выполните, сделав 7 полных оборотов.



7. Продолжите выполнять луч ниткой желтого цвета, сделав 5 полных оборотов. Выполните еще 5 полных оборотов для луча ниткой коричневого цвета.



8. На перпендикулярной палочке выполните аналогичный луч.



9. Ниткой ярко-зеленого цвета сплетите квадрат под лучи. Квадрат плетите через один луч, сделав 25 оборотов.



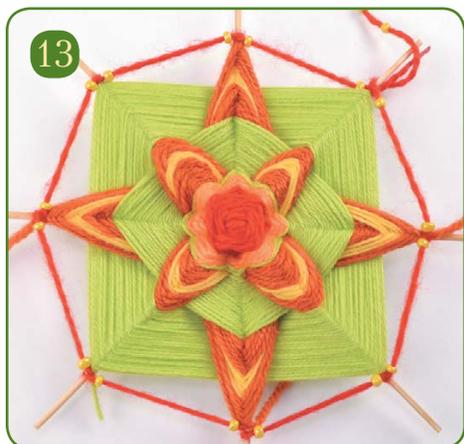
10. Сплетите лучи нитками коричневого и желтого цвета на двух других палочках.



11. На палочках, свободных от лучей, сплетите второй квадрат. Квадрат плетите через один луч так, чтобы нить проходила под лучи, сделав 35 оборотов.



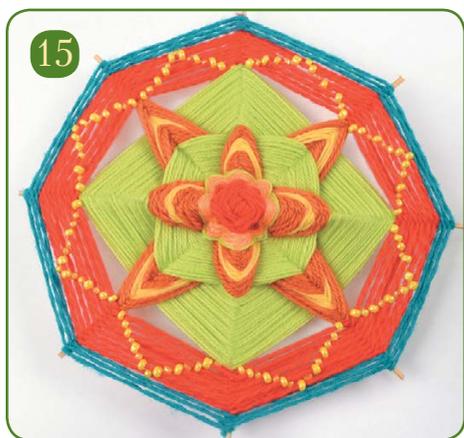
12. Для того чтобы нанизать бисер на нить, обработайте конец красной нити клеем «Момент» и сожмите его пальцами, чтобы сделать острым. Нанижите весь бисер на нить.



13. Нитью красного цвета с желтыми бисеринами начните плести пояс на каждой палочке, оставляя при этом 2 бисерины между оплетками. На последнем восьмом обороте оставляйте по одной бисерине.



14. Бисер располагайте в такой последовательности, чтобы образовался рисунок в виде угла. Всего выполните красной нитью с бисером 8 полных оборотов.



15. Нитью синего цвета продолжите плести пояс. Выполните 3 полных оборота.



16. Смажьте с помощью клеевого пистолета концы палочек клеем и закрепите на них деревянные бусины желтого и красного цвета, чередуя их. Мандала готова.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Искусство плетения мандал существовало во многих культурах. Индейцы при создании мандал вплетали в них предания, сказки, повествования, рассказы о периодах жизни и целые судьбы своего народа. Также они обладали способностью читать их дословно, но процесс обучения такому чтению длился всю жизнь.

В Западной и Центральной Мексике проживает индейский народ уичоли. Считается, что именно уичоли первыми начали создавать восьмилучевые мандалы-обереги, которым они дали название «охо де диос» — «Глаз бога» или «Божье око».

Широко индейцы применяли и другое слово для обозначения мандал — «tsikuri», что означает «власть видеть сокрытое» или «видеть и понимать таинственное». Иными словами, обладать ясновидением.

Индейцы уичоли веками хранят и передают из поколения в поколения культовые традиции своего народа, основу которых составляет вера в магию, шаманизм.

Мир, в котором живут уичоли, они представляют состоящим из магических связей четырех основных стихий — воды, огня, земли, воздуха; четырех сторон света и духовного источника внутренней силы и просветления.

Внешне все это ярко отражено в очень оригинальной яркой одежде, поведении, быте этого народа. Индейцы занимаются ткачеством, плетением мандал, узорным плетением, росписью, выделкой кожи, бисерным рукоделием. Все эти занятия наполнены религиозным смыслом и отличаются высокой художественностью.

Индейцы племени навахо также считают себя родоначальниками плетения мандал. В современном мире представители этого племени оказались более интегрированными в общество. Они систематизировали знания о плетении мандал и их сакральном значении, о медитации во время плетения, концентрации на этом процессе, о сверхчувствительном восприятии, гармонизации внутреннего пространства, об искусстве закладывать определенные знания, рассказы, предания, сказки в мандалы и умении читать их. И все это они успешно распространяют по всему миру, пропагандируют знания, навыки и умения, которые веками передавали им предки.

Теперь вы знаете, что мандалы — это не просто украшение для дома, а вещь, наполненная сакральным смыслом. Прочитав нашу книгу, вы не только научились искусству плетения различных мандал, но и узнали значения цветов, которые в них используются. С помощью этих знаний вы сможете создать различные обереги для дома, талисманы, дарующие крепкое здоровье, удачу в делах, а также медитативные мандалы, которые помогут вам в познании духовного мира. Плетите мандалы, и пусть они наполнят радостью и покоем вашу жизнь!

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Материалы и инструменты.....	4
Способы плетения	6
8-лучевая мандала-оберег «Сила жизни»	11
8-лучевая мандала «Радуга»	19
12-лучевая мандала на здоровье.....	27
8-лучевая мандала «Елочка»	33
12-лучевая мандала «Вдохновение»	39
8-лучевая мандала «Экзотика».....	45
8-лучевая мандала «Необыкновенные домики»	51
8-лучевая мандала «Времена года»	57
Заключение.....	62



Бекенова Наталья Павловна

МАНДАЛЫ

Корректор: *Волкова Г. А.*

Фото: *Баринова Е. В.*

Компьютерная верстка: *Салеева С. В.*

Издание для досуга

АЗБУКА РУКОДЕЛИЯ

Бекенова Наталья

**ЯРКИЕ МАНДАЛЫ ДЛЯ ВСЕХ
ПОШАГОВЫЕ МАСТЕР-КЛАССЫ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ**

Директор редакции *Е. Капьев*
Ответственный редактор *Н. Гребенюк*
Художественный редактор *Е. Гузнякова*
Фото *Е. Барина*
Компьютерная верстка *С. Салеева*
Корректор *Г. Волкова*

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіріші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел. 8 (495) 411-68-86, 8 (495) 956-39-21
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Тауар белгісі: «Эксмо»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8(727) 2 51 59 89,90,91,92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми
покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном
оформлении, обращаться по тел.: +7(495) 411-68-59, доб. 2261, 1257.
E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7(495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: kanc@eksmo-sale.ru сайт: www.kanc-eksmo.ru

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

- В Санкт-Петербурге:** ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел.: (812) 365-46-03/04.
В Нижнем Новгороде: Филиал ООО ТД «Эксмо» в г. Н. Новгороде, 603094, г. Нижний Новгород, ул.
Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза». Тел.: (831) 216-15-91 (92, 93, 94).
В Ростове-на-Дону: Филиал ООО «Издательство «Эксмо», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 305-09-13/14.
В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел.: (846) 207-55-56.
В Екатеринбурге: Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбург, ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел.: +7 (343) 272-72-01/02/03/04/05/06/07/08.

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству
РФ о техническом регулировании можно получить по адресу: <http://eksmo.ru/certification/>

Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 29.04.2015. Формат 70x100^{1/16}.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 5,19.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-699-79178-1



9 785699 791781 >



ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН



shop.eksmo.ru
Э К С М О



Плетение мандал – древнее искусство, распространенное на всех обитаемых континентах Земли. С давних времен представители разных народов создавали эти яркие украшения и верили, что они помогают привлечь богатство и удачу, укреплять здоровье и активизировать жизненную энергию.

Книга, которую вы держите в руках, поможет быстро и легко освоить искусство изготовления мандал. Создавая многоцветные узоры из обычных ниток, вы сможете расслабиться, погрузиться в состояние творческой гармонии и создать эффектные украшения и мощные обереги, которые, в зависимости от размера, можно использовать для декора одежды или интерьера.



- Как использовать простейшие материалы для создания ярких символов, исполненных глубокого смысла
- Как подбирать формы и цвета мандал для разных целей
- Как разместить мандалы в интерьере, чтобы они выглядели и действовали наилучшим образом



Подробные пошаговые инструкции, советы и фотографии помогут вам быстро научиться изготовлению мандал для себя и в подарок, наполнят ваш творческий досуг глубоким смыслом и содержанием.