

(Pdf free) Artesanías y manualidades con Mandalas (Spanish Edition)

Artesanías y manualidades con Mandalas (Spanish Edition)

Lic. Laura Podio

**Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*

Lic. Laura Podio

ARTESANÍAS Y MANUALIDADES CON MANDALAS



 Download

 Read Online

#3531365 in eBooks 2010-09-01 2013-01-01 File Name: B00BWSCX7C | File size: 32.Mb

Lic. Laura Podio : Artesanías y manualidades con Mandalas (Spanish Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Artesanías y manualidades con Mandalas (Spanish Edition):

Nuestras abuelas solían hacer trabajos de crochet o ganchillo, y con esas carpetas circulares adornaban los centros de sus mesas. ¿Podría decir que esas carpetas no son mandalas? ¿Podría descalificar el valor de ese trabajo, que también necesito de muchas horas de labor técnica? ¿Que diferencia a esas carpetas de un complejo mandala con sus ritmos circulares? El mandala es un instrumento de meditación activa y de curación en un sentido amplio, en el cual el proceso de meditación y repetición técnica pone en funcionamiento un proceso de liberación de endorfinas a nivel cerebral, y la concentración en un patrón repetitivo favorece la activación del hemisferio derecho cerebral, ofreciéndonos la oportunidad de la meditación y la oración. El objetivo de este libro es presentar proyectos artesanales, algunos más complejos que otros, como simples excusas para que cada lector se acerque a la forma del mandala y a su poder creativo, a la vez que fomenta la unión de las ventajas armonizadoras de los dispositivos con las tareas manuales y artísticas. Así, el mandala funcionará como una tarea simbólica y de sanación psico-espiritual, abriendo un camino de autodescubrimiento y ampliación de la conciencia. Además, muchos de los proyectos presentados pueden realizarse entre padres e hijos, como una vía de comunicación y transmisión de valores sostenidos por la fuerza del amor.

About the Author Laura Podio is an Argentinean researcher in the fields of Buddhist religious art and Ayurvedic cooking and nutrition. She studied visual arts at the National University of the Arts in Argentina and is currently studying psychology at the University of Palermo. She has given numerous seminars and courses and published various books related to the mandalas and its applications within art therapy.