

## Artesanas y manualidades con Mandalas (Spanish Edition)

Lic. Laura Podio

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

Lic. Laura Podio

### ARTESANÍAS Y MANUALIDADES CON MANDALAS



DOWNLOAD



READ ONLINE

#3556830 in eBooks 2010-09-01 2013-01-01 File Name: B00BWSCX7C | File size: 66.Mb

**Lic. Laura Podio : Artesanas 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 Artesanas y manualidades con Mandalas (Spanish Edition):

Nuestras abuelas solan hacer trabajos de crochet o ganchillo, y con esas carpetas circulares adornaban los centros de sus mesas. Quin podra decir que esas carpetas no son mandalas? Quin podra descalificar el valor de ese trabajo, que tambien necesit de muchsima concentracin y horas de labor rtmica? Qu diferencia a esas carpetas de un complejo mandala con sus ritmos circulares? El mandala es un instrumento de meditacin activa y de curacin en un sentido amplio, en el cual el proceso de meditacin y repeticin rtmica pone en funcionamiento un proceso de liberacin de endorfinas a nivel cerebral, y la concentracin en un patrn repetitivo favorece la activacin del hemisferio derecho cerebral, ofrecindonos la qumica de la meditacin y la oracin. El objetivo de este libro es presentar proyectos artesanales, algunos ms 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 unin de las ventajas armonizadoras de los diseos con las tareas manuales y artsticas. As, el mandala funcionar como una tarea simblica y de sanacin psico-espiritual, abriendo un camino de autodescubrimiento y ampliacin de la conciencia. Adems, muchos de los proyectos presentados pueden realizarse entre padres e hijos, como una va de comunicacin y transmisin 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.