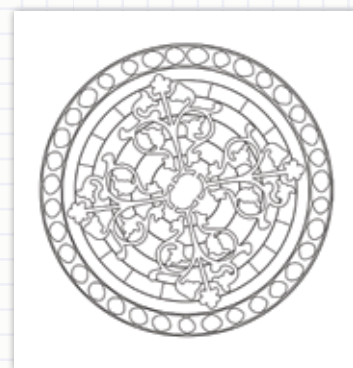


MANDALAS DE BOLSILLO 4

MONTSERRAT VIDAL

Más de 30 mandalas para colorear.

Formato reducido para que puedas pintar mandalas donde más te guste.



ISBN: 978-987-747-578-4

Características: 14 x 14 cm - 80 páginas -
Tapa blanda.

Territorio: América.

Género: Entretenimiento / Tiempo libre /
Arte.

Público sugerido: General.

*Tapa a 4 colores con laminado brillante.
Interior a un color*

RESUMEN

El mandala es la FORMA misma de la VIDA, del crecimiento a partir de un punto de origen que proporciona energía al conjunto.

Es la imagen del constante ir y venir entre el interior y el exterior, del movimiento vital de todo ser, que oscila entre la expansión y la vuelta al centro para encontrar en él la fuente.

Es la fuerza centrífuga, que lleva al niño a descubrir el mundo, y la fuerza centrípeta, que conduce al adulto a la introspección.

CONSEJOS Y SUGERENCIAS

La experiencia indica que:

- Pintar mandalas es una actividad libre, nunca debe ser impuesta.
- Es recomendable trabajar a plena luz del día o con buena iluminación.
- No es aconsejable comenzar un nuevo mandala antes de que el anterior esté terminado.

AUTOR

Montserrat Vidal nació en Barcelona. Estudió Comercio en el Liceu Pràctic de esa ciudad. Se graduó en la Escola d'Arts Aplicades i Oficis Artístics (Llotja) en las especialidades de Tapices y Diseño Gráfico, en cuyos departamentos trabajó más tarde. Ha colaborado también con el Museu d'Arts, Industries i Tradicions Populars de Barcelona y en la Associació de Disseny Gràfic de Catalunya. Ha realizado numerosas exposiciones de tapices. Su trayectoria artística e investigadora ha despertado su interés por el ancestral arte de los mandalas. Ha publicado Mandalas modernistas y Mandalas de bolsillo.

FORTALEZAS

- Páginas troqueladas para poder cortar y exhibir tus piezas terminadas.
- Originarios de la milenaria cultura oriental, los mandalas y la actividad de pintarlos ayudan a meditar, concentrar la energía y relajarse.
- Vuelve el cómodo formato de mandalas para llevar siempre a tu lado.
- Una práctica para todas las edades, recomendada por especialistas por sus beneficios para el bienestar.

PALABRAS CLAVE

Colorear, entretenimiento, meditación, zen, pintar