

Haz un mandala

La palabra "mandala" significa "círculo" en sánscrito, un idioma muy antiguo de la India, pero es mucho más que una simple figura geométrica. Para muchas personas, un mandala es una expresión de su interior, y su creación puede ser una experiencia sanadora. En el círculo de abajo, usa símbolos para representar tus pensamientos, sentimientos, deseos y sueños. Dibuja lo que quieras que refleje tu interior.

