

Tags: Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line libro pdf download, Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line scaricare gratis, Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line epub italiano, Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line torrent, Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line leggere online gratis PDF

Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line PDF

Monica Morganti



Questo è solo un estratto dal libro di Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Monica Morganti
ISBN-10: 9788891751478
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3456 KB

DESCRIZIONE

I mandala sono figure geometriche simboliche da sempre usate come strumenti di meditazione. Colorandoli, si riacquistano equilibrio e stabilità e si attiva un contatto profondo con il proprio inconscio. L'Autrice illustra la loro storia dal buddhismo tibetano alla psicologia di C.G. Jung, ma, soprattutto, insegna a realizzare un mandala personale mostrando i benefici che ne potranno derivare. Anche tu, dunque, colora un mandala e conosci te stesso! Nel libro troverete una ricca spiegazione simbolica delle forme e dei colori e ciascuno di voi potrà interpretare il proprio mandala. Non solo. Nel volume scoprirete anche facili tecniche di meditazione da usare per creare il vostro mandala personale e per utilizzarlo dopo averlo colorato. Imparerete ad usare la vostra immaginazione e a rivelare tutto il vostro potenziale interno, scoprendo voi stessi e rilassando la vostra mente. Arricchisce il testo un album di 35 mandala originali da colorare, accompagnati da schede di riflessione su importanti temi psicologici come l'abbandono, il tradimento, la consapevolezza, la perdita, la responsabilità personale ecc. I mandala riportati all'interno del volume sono anche scaricabili dal sito www.francoangeli.it/Area_multimediale. Un testo utile anche per psicologi, counselor e insegnanti che scopriranno come utilizzare questo strumento anche nei gruppi.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Acquista online il libro Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso ...

Conosci te stesso colorando i mandala. Una guida creativa alla mandalaterapia. Con 35 mandala da colorare. Con Contenuto digitale per accesso on line

**CONOSCI TE STESSO COLORANDO I MANDALA. UNA GUIDA CREATIVA ALLA
MANDALATERAPIA. CON 35 MANDALA DA COLORARE. CON CONTENUTO DIGITALE
PER ACCESSO ON LINE**

[Leggi di più ...](#)