

Il MANDALA (“cerchio” in sanscrito)

è una forma antichissima di arte di colorare, che permette di intraprendere un viaggio iniziatico che favorisce la crescita interiore.

È un percorso terapeutico che parte dall'esterno e che arriva al centro di noi stessi, che porta alla guarigione e alla trasformazione.







“I mandala sono magici specchi del momento presente del nostro cammino, donano forma e colore alla nostra maestosa danza interiore, infinita come l'eternità, che oscilla più vicina e più lontana dal margine del cerchio, muovendosi in dentro e in fuori e passando leggera sulla nostra anima, chiedendo solo apertura e spazio per vedere la luce che rifulge, la ruota che gira intorno... ”

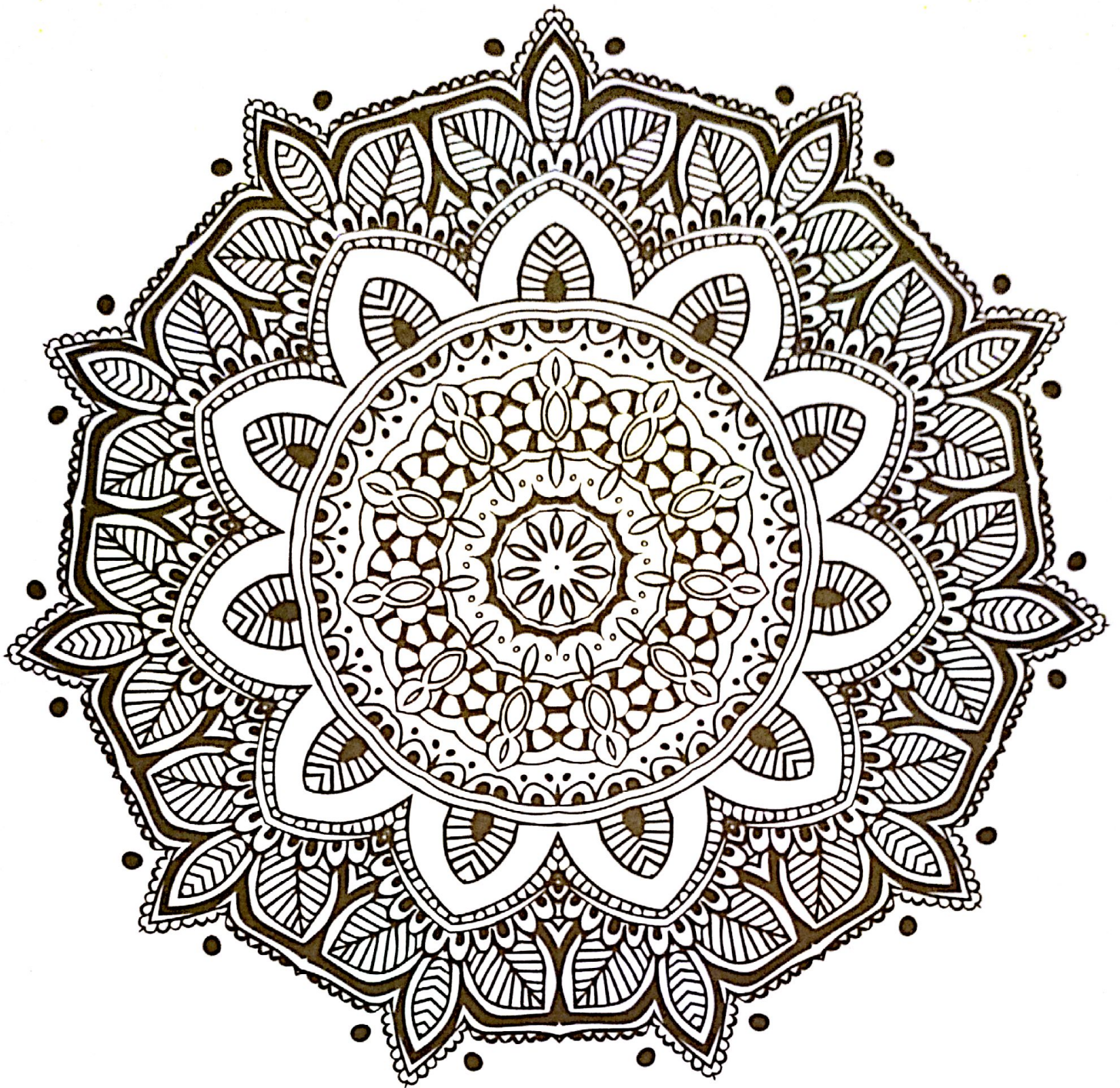
Maureen Ritchie



**“ Il colore è un mezzo
che consente di esercitare
un influsso diretto sull’anima.
Il colore è il tasto,
l’occhio il martelletto,
l’anima è il pianoforte dalle molte corde. ”**

Wassily Kandinsky





**“L’art therapy,
a volte definita terapia delle arti creative o terapia delle arti espressive,
incoraggia le persone a esprimere e capire le emozioni
attraverso l’espressione artistica
e attraverso il processo creativo. ”**

Dal The Free Dictionary

