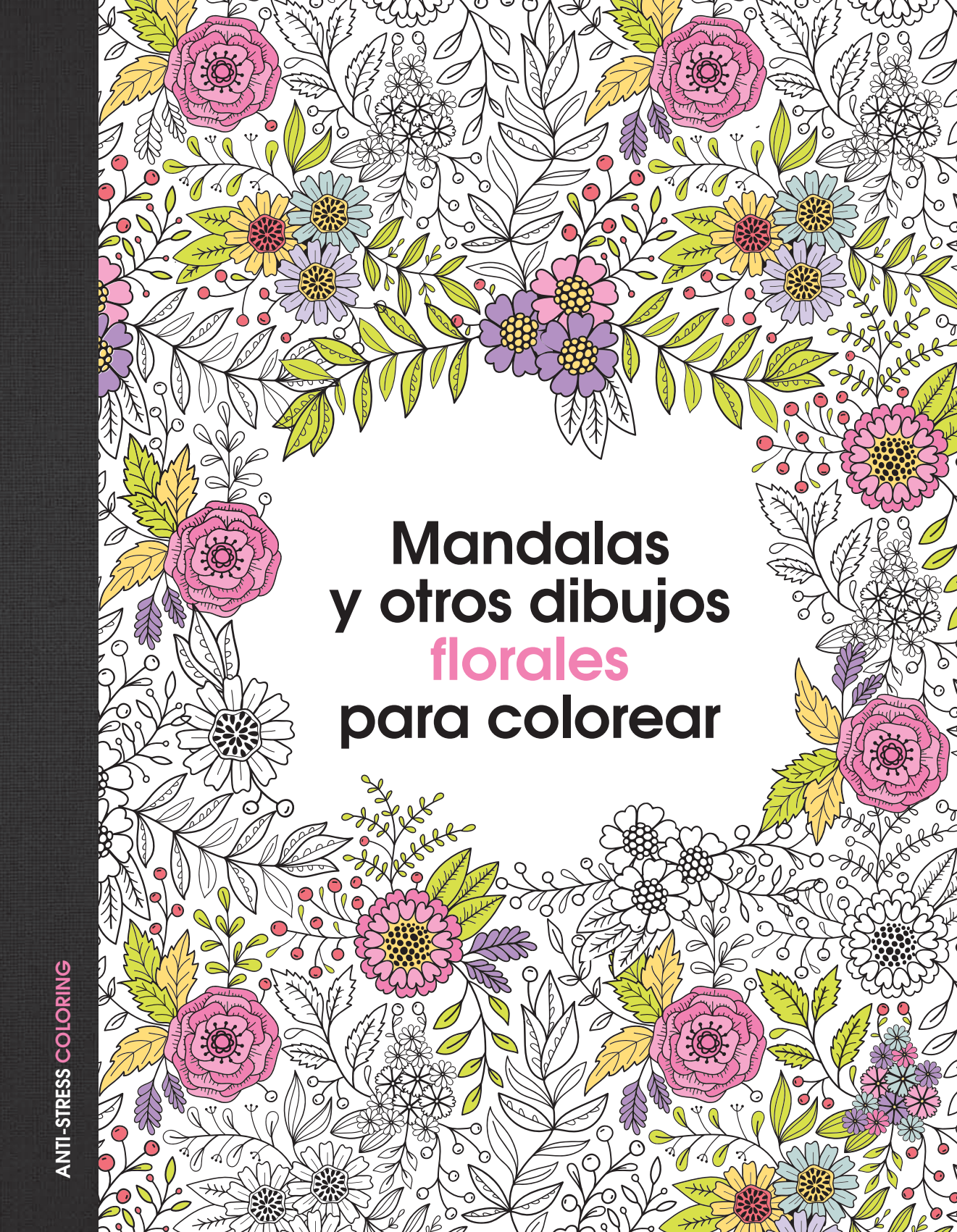




Mandalas y otros dibujos florales para colorear

Mandalas y otros dibujos florales para colorear



Zenith/Planeta

Título: Mandalas y otros dibujos florales para colorear
Primera edición: abril de 2016

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Diseño de cubierta, selección y adaptación de imágenes de interior de Judit G. Barcina.

Ilustraciones de: Afishka, Anna Chelnokova, Anna Paff, Azuzl, Cozy Nook, Crocus, Daiquiri, Depiano, Gal-ya-Art, Hoverfly, Hulinska Yevheniia, Irinakrivoruchko, Julia Snegireva, Kozyrina Olga, Lera Efremova, Mamita, Nadezhda MolKentin, Natali-Ka, Nurka, Ok-Sana, Oksancia, Olga Drozdova, Piranjya, Shpak Anton, Stock-Smart-Start, Tets, Texturis, Uliamorenica, Valeria 94, Xella Design, Yoko Design / Shutterstock.com

Compilación y textos a cargo de Antonio Francisco Rodríguez Esteban

© Editorial Planeta, S. A., 2016
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
www.zenitheditorial.com
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-15304-7
Depósito legal: B. 5796 - 2016

Impresión y encuadernación: Liberdúplex

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

Impreso en España – *Printed in Spain*

FLORES

Desde la antigüedad, las flores han fascinado a los seres humanos. No solo se han empleado en innumerables ritos y liturgias, sino que han dado lugar a una exuberante simbología que hunde sus raíces en los pliegues más profundos del corazón humano. Desde el inicio de nuestro periplo en la Tierra, las flores han sido oráculos, señales divinas, guías espirituales y, sobre todo, la manifestación de los ciclos de la naturaleza, el retorno de las estaciones y la renovación de la vida.

Las flores muestran una estructura fractal o repetitiva que conforman mosaicos cromáticos naturales capaces de brindarnos grandes beneficios terapéuticos y relajantes. Con sus infinitos arabescos y combinaciones de colores, la flor es perfecta para inducir un estado de calma y alejarnos del estrés que nos asalta en la vida cotidiana.

El jardín, como hogar de las flores y las plantas, también puede considerarse un mandala por derecho propio. Las diversas civilizaciones, desde la majestuosidad de los jardines occidentales a la depuración del Zen, han atendido cuidadosamente a su diseño y estructura. El jardín es un mandala en continuo movimiento: el paseante se interna en él, traza su propio recorrido, busca su propio centro (que no siempre corresponde al centro del jardín), se pierde, reconoce patrones, se convierte en intersección, enigma o poema para sí mismo. Los meandros y formas exteriores configuran la interioridad, la amalgama de colores y sensaciones moldean la percepción y la inundan de la intensa vida circundante.

En estas páginas aparecen una serie de mandalas y otros motivos florales para colorear diseñados especialmente para beneficiarnos de la serenidad y la paz interior que produce concentrar la atención en una actividad creativa. Colorear es una terapia muy eficaz para combatir la apatía, la tristeza o el estrés. El hecho de elegir la figura que vamos a pintar permite reforzar los estados anímicos positivos y superar los negativos para equilibrar nuestra mente y recuperar la energía. Solo hay que atreverse a explorar la dimensión de color y disfrutar de la calma que nos aportará esta terapia antiestrés.











