

¿QUÉ ES UN MANDALA?

La palabra **mandala** proviene del sánscrito y significa círculo sagrado, es un símbolo de sanación, de totalidad, unión o integración.

Los **mandalas** surgen en la antigua India y se reconocen como una representación gráfica de nuestra esencia interior, que al ser expresada en un dibujo nos conecta con la esencia de todo lo que nos rodea. Esto nos lleva a unificarnos y a lograr un equilibrio.

Los **mandalas** han sido utilizados por grupos espirituales desde épocas remotas. Observar o dibujar los **mandalas** puede ser de gran ayuda para solucionar problemas de desequilibrios psíquicos y espirituales, también nos ayuda a manifestar nuestra energía creativa y a conectarnos con nuestro ser interior.













