

Actividad
37:

MANDALAS

OBJETIVOS

- Conocer el origen y significado de los mandalas
- Mejorar la concentración

DURACIÓN

Entre 40 y 50 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 8 años

MATERIAL

- Rotuladores y pinturas de colores

DESARROLLO

Los mandalas tienen su origen en la India. De hecho, su nombre viene del sánscrito y significa rueda o círculo, de ahí esa forma tan circular conocida que tiene, aunque cabe anotar que actualmente los podemos encontrar con formas geométricas de todo tipo.

Para los Budistas los mandalas han servido también a lo largo de los años como ayuda en el proceso de la meditación. Según esta filosofía, concentrar la mente en la realización de mandalas promueve la conexión entre el creador o dibujante y la divinidad, una conexión única y especial que tiene como objetivo el desarrollo personal, aunque sea simplemente para construir un adorno, por cierto, cada vez más de moda en muchos lugares.





