



Mandala Escrito

Dentro de las diversas maneras de realizar un mandala, tenemos el mandala escrito, que consiste en escribir palabras o frases positivas, donde podemos potenciar nuestras ideas, pensamientos y sentimientos a través de palabras de amor, gratitud, paz armonía... Es un proceso que nos sana y revitaliza.

Cómo hacerlo

- Comience por el círculo más pequeño en el sentido de las agujas del reloj
- Intenta terminar la frase dentro del círculo donde empezaste a escribirla, de no ser así, termínala dentro del siguiente círculo
- Es importante asegurar que tu frase o palabra quepa por entero dentro del último círculo.
- Eres libre de utilizar el formato de letra y los colores que quieras y también de separar las palabras o unirlas dentro de cada círculo.

