



REGALA UN NATALE DI *Pace*

I BIGLIETTINI ART THERAPY PER I TUOI REGALI



Sapevi che colorare può diventare una vera e propria forma di meditazione attiva?

Concentrarsi sul gesto di colorare un disegno aiuta a sgombrare la mente dai pensieri negativi e a focalizzarla sul presente, sul “qui e ora”.

In questo modo si può ridurre lo stress, ritrovare la calma e un rinnovato senso di buonumore, benessere e pace.

In questo periodo in cui ci prepariamo alle festività, impariamo a **trovare la pace in noi e a donarla al prossimo** - anche con i gesti più piccoli, come un biglietto di auguri fatto a mano.

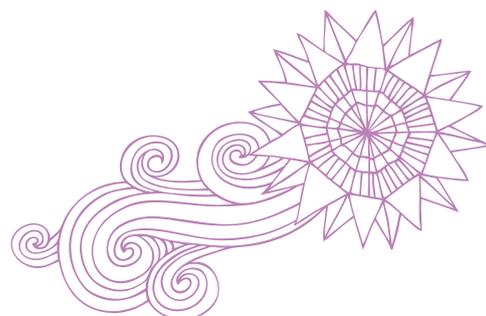
In questo file trovi 8 bigliettini da stampare, colorare, personalizzare, ritagliare, piegare e donare. Possono essere i tuoi chiudipacco per i regali questo Natale, o un biglietto per augurare buone feste ai tuoi cari.

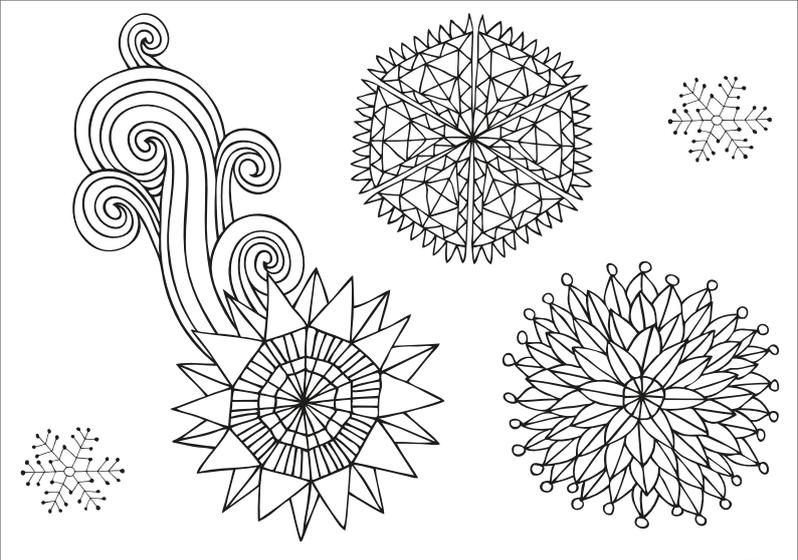
Le illustrazioni vengono da una serie di **bellissimi libri di arte terapia**, sui quali potrai trovare maggiori informazioni nell'ultima pagina di questo documento.

Buoni preparativi e buone feste!

Sat nam!

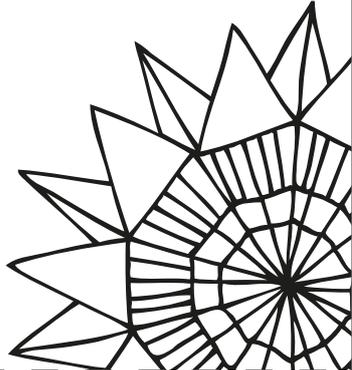
~la Redazione di Le Vie del Dharma
www.leviedeldharma.it



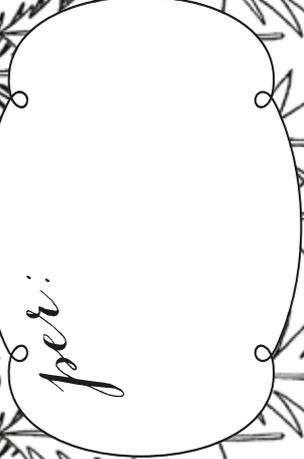
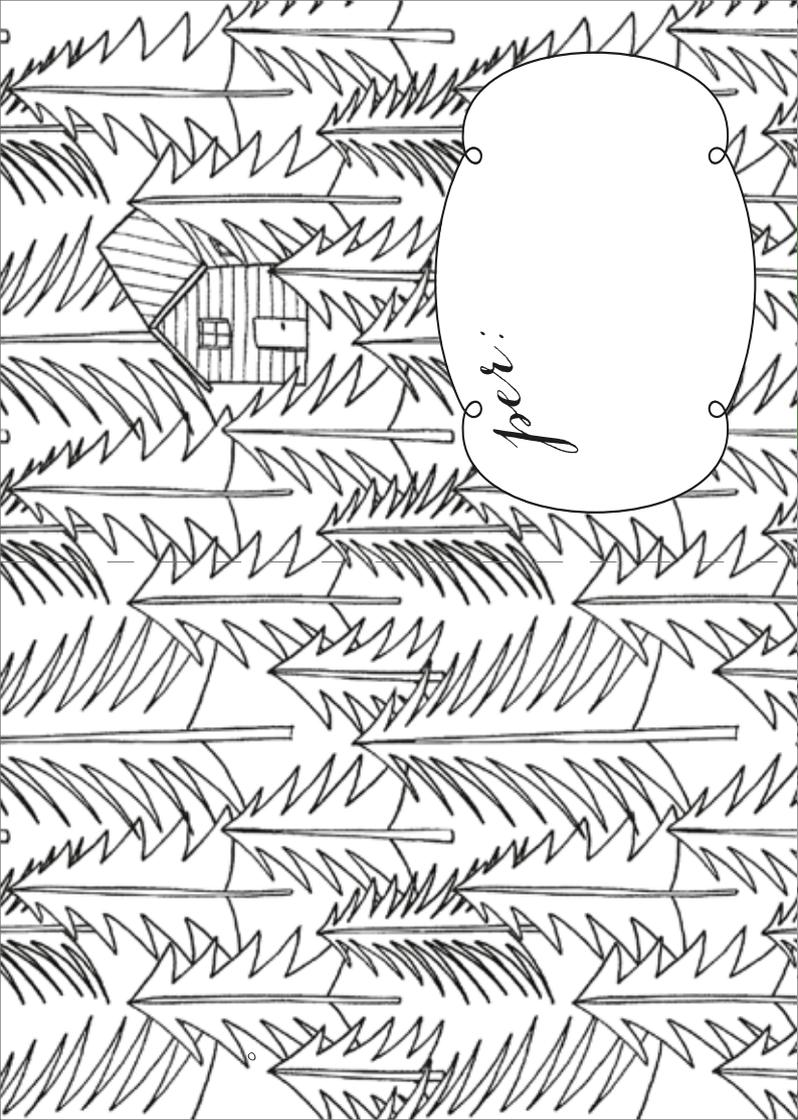
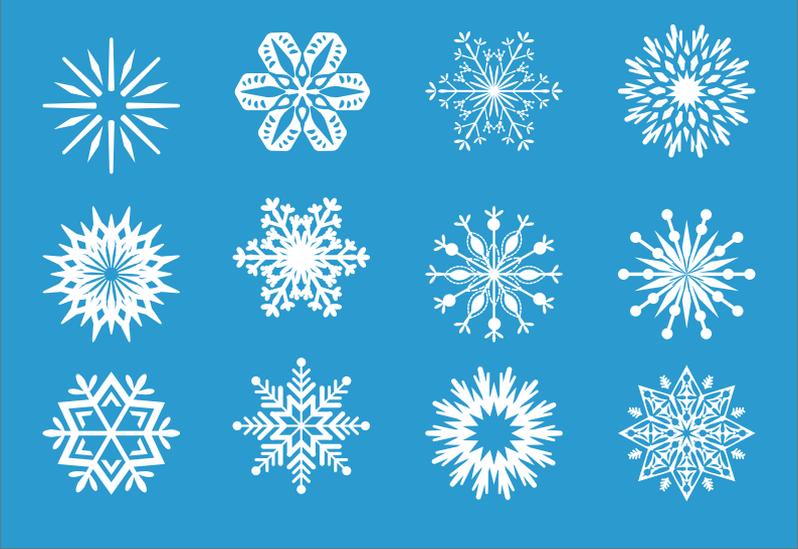
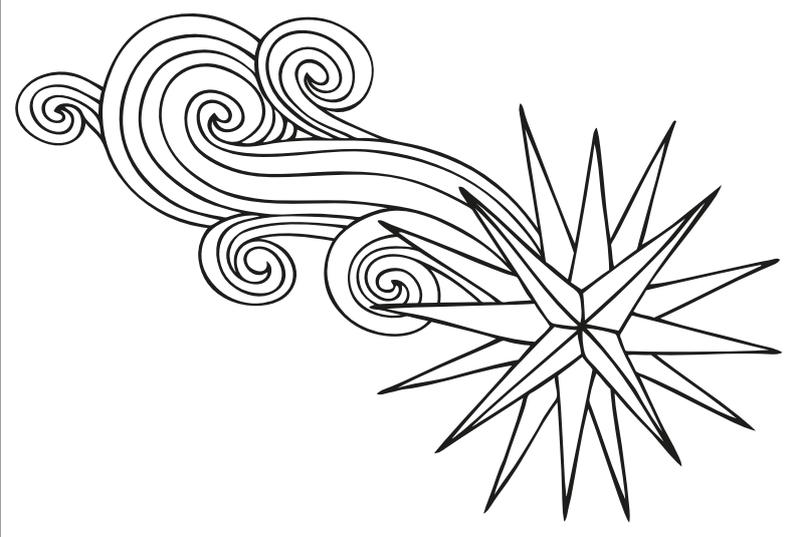
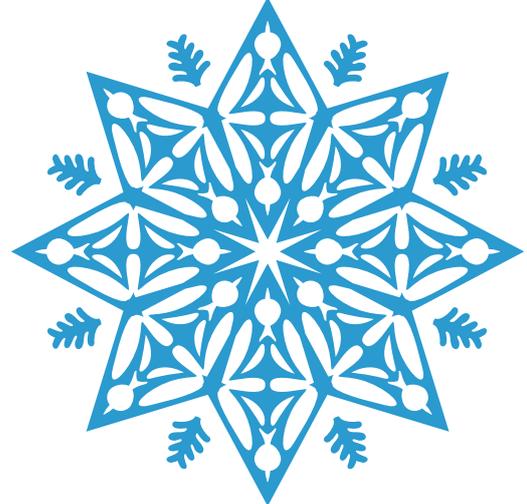




per:



per:



Letture



Le illustrazioni di questa raccolta di bigliettini sono tratte da due bellissimi volumi di “arte terapia”, che propongono disegni da colorare anti-stress per tutte le età.

“Il colore è un mezzo per esercitare un influsso diretto sull’Anima.

Il colore è il tasto, l’occhio è il martelletto, l’anima il pianoforte con molte corde.

L’artista è la mano che suona e che con questo o quel tasto fa vibrare l’Anima”.

Wassili Kandinsky



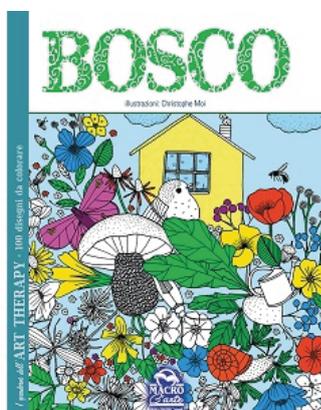
Il Libro dei Sogni, Edizioni Macro C'arte

Un libro di pregio per un regalo di grande effetto.

Un libro da colorare, per rilassarti e sviluppare la creatività: gli stupendi disegni sono bianchi, da colorare, oppure parzialmente colorati da arricchire con il tuo gusto e i tuoi colori preferiti!

L'edizione di pregio lo rende un perfetto regalo di Natale, di sicuro successo.

DOVE COMPRARLO?



Bosco - i Quaderni dell'Art Therapy, Edizioni Macro C'arte

Raccomandato per giovani e meno giovani, questo volume permette di lasciare scaturire l'artista che è in te e sbizzarrire la creatività.

Bosco contiene cento magnifici disegni che ti regaleranno ore di benessere, divertimento e creatività!

Scopri il bosco, i suoi colori e i suoi affascinanti abitanti. Immergiti nella magia di luce e ombra e lasciati guidare dalla bellezza delle diverse sfumature di colore per impreziosire questi 100 disegni da colorare.

DOVE COMPRARLO?

Puoi trovare questi e altri bellissimi volumi di art therapy nella Vetrina di Le Vie del Dharma:

<http://www.leviedeldharma.it/prodotti/>