



Conocimiento teórico y práctico sobre los mandalas



El Curso:

La Arteterapia consiste en el uso de diferentes disciplinas artísticas con finalidades terapéuticas. No se necesitan nociones artísticas previas.

Anna es estudiosa de la cultura oriental, viaja al sur de la India en 1996, y estudia de cerca los mandalas, entrevista a uno de los monjes que realizan el mandala de kalachakra en Casa del Tíbet en Barcelona, actualmente continúa su investigación.

Este curso se dirige a todas las personas interesadas en conocer más sobre los mandalas en todas las culturas, así como pintar mandalas de manera individual y colectiva.

Objetivos

- Taller teórico y práctico, donde el alumno conocerá y profundizará en:
- Que son los mandalas, cuáles son sus orígenes, diferentes tipos de mandalas, para que se utilizan y sus beneficios.
- Conocer y trabajar con diferentes técnicas y materiales artísticos mientras despiertas tus sentidos creando.
- Lo importante es el proceso creativo en sí y lo que experimentas en el proceso, no importa el resultado estético.

Contenidos

Marco Teórico:

- Significado y orígenes de los mandalas
- Tipo de mandalas en la historia según las diferentes culturas: prehistoria, celtas, indígenas, mayas, azteca, chino, Tibetanos, hindúes, cristianos.
- Mandalas según las finalidades .
- Otros tipos de mandalas: representaciones agnósticas, alquímicas y de la naturaleza.
- Los beneficios de pintar mandalas

Parte Práctica:

- Relajación grupal
- Realización de un Mandala con plantilla individual
- Realización de un Mandala de temática libre individual
- Realización de un Mandala de temática libre grupal
- Enseñanza de 3 mantras
- Activación del Mandala grupal con un mantra
- Bibliografía

www.annafreijomil.com

Profesora

Anna Freijomil es Arteterapeuta y coach personal especializada en acompañamiento en procesos de cambio. Docente y pintora.

Horarios

Duración total del curso: 8h

Formato: intensivo o en dos tardes

Lugar

En centros colaboradores

Precio

Consultar 661203203

