Mandalas Zen

Colorea mandalas zen, conecta con tus emociones y transforma unos minutos al día en un ritual sencillo de paz interior para sentirte bien.

Colorea mandalas zen, conecta con tus emociones y transforma unos minutos al día en un ritual sencillo de paz interior para sentirte bien.

En un mundo que va en modo sprint, *Mandalas Zen* te propone algo radicalmente distinto: sentarte, respirar y colorear como si no hubiera nada más urgente que eso. Este es un libro para bajar el ruido de la mente mientras dejas que el color haga su trabajo.

Entre sus páginas encontrarás mandalas inspirados en la calma, la naturaleza y la energía interior: algunos sencillos para días cañeros en los que solo quieres soltar tensión, y otros más detallados para cuando te apetece perderte un buen rato entre líneas y formas hipnóticas. No necesitas saber dibujar ni tener experiencia; solo ganas de desconectar del exterior y conectar un poco más con el interior.

Ábrelo como quien abre un pequeño refugio: antes de dormir, en una pausa de tu día o cada vez que sientas que necesitas un respiro. Un mandala, unos cuantos colores y un rato contigo. Tu momento zen empieza aquí.

Fecha de publicación:
08/04/2026

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Telefóno: 934928895

Email: etorras@planeta.es