

Arte  terapia

Índia

LIVRO DE COLORIR
ANTIESTRESSE



ALAUDE

Resumo de Índia

Neste livro, a série Arteterapia convida os leitores a fazer uma viagem pelos mistérios da Índia. Aqui, as cores vão reinar como nas movimentadas ruas de Mumbai: o amarelo do açafrão e da cúrcuma, a púrpura da berinjela, o verde profundo do cardamomo triturado...

Em meio aos perfumes das especiarias e os tecidos esvoaçantes, todos os seus sentidos vão desabrochar para compor lindos desenhos. Livros de colorir não são mais coisa de criança. Eles propiciam a concentração e a destreza, que estimula os dois lados do cérebro.

Desses momentos de quietude resulta uma sensação de relaxamento e uma oportunidade ímpar de ouvir a si mesmo. Então relaxe, inspire-se e redescubra o prazer de criar.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)