

7日間の 色彩の旅

7日間で巡る曼茶羅 色鉛筆で楽しむ7つのステップ

1日1つずつ、6つの曼茶羅を巡り、7日めにひとつの曼茶羅が完成します。

Day 1 中心の曼茶羅

中心の曼茶羅（見える部分だけ）に色を入れます。



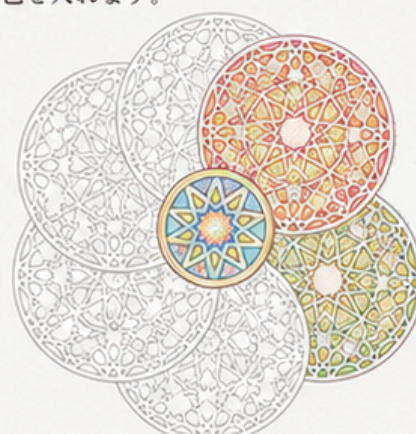
Day 2 右上の曼茶羅

2日目は、右上の曼茶羅に色を入れます。



Day 3 右下の曼茶羅

3日目は、右下の曼茶羅に色を入れます。



Day 4 下の曼茶羅

4日目は、下の曼茶羅に色を入れます。



Day 5 左下の曼茶羅

5日目は、左下の曼茶羅に色を入れます。



Day 6 左上の曼茶羅

6日目は、左上の曼茶羅に色を入れます。



Day 7 完成！すべてがつながる日

7日目は、全体のバランスを見ながら、重なりや中心の部分に仕上げの色を入れて完成です。



楽しみ方のヒント

- ★ 1日1つの曼茶羅をゆっくり味わうことで、心が整い、リラックスした時間を過ごせます。
- ◆ 色の組み合わせや塗り方は自由です。あなただけの曼茶羅を完成させてください。
- ★ 完成した曼茶羅は、額に入れて飾るのもおすすめです。

※着彩の過程をわかりやすくするため、実際の図案とは一部異なる表現をしています。