

TALLER

SUFISMO ESENCIAL

Un viaje a través
de la voz, la danza y la conciencia



Cantos Rituales
Voz Consciente | Sabiduría Sufi
Conciencia Corporal | Danza
Meditación, Respiración, Silencio

APORTACIÓN
XX€

Sala XXXXX XXXX

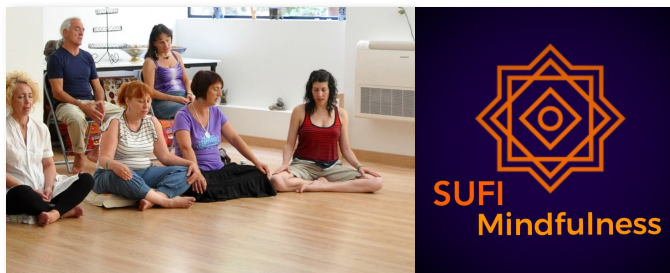
CALLE XXXXXXX 16 | xxxxxx

ORGANIZA

XX Agosto 2021 10.00 h. a 18.00 h.

TALLER

Los cantos meditativos, sagrados, o rituales son una herramienta universal para conectar con el corazón o conciencia íntima, el aspecto no discursivo de la mente, y manifestar el Ser a través de la voz. Veremos, desde la óptica del sufismo, la relación de los cantos y la voz con el estado de presencia, así como la función que cumplen en la tradición como vía meditativa. Esto se complementará con enseñanzas del sufismo, que nos mostrarán la vía del corazón desde un enfoque universal de acercamiento a quién somos realmente, y qué nos lo impide en lo cotidiano.



PROPUESTA

Participar de una experiencia que aúna sonido, movimiento y conciencia, un taller vivencial donde practicarás con la voz en su aspecto meditativo, con cantos y mantras sufíes, junto a enseñanzas, cuentos y ejercicios dirigidos al autoconocimiento. Para ello he diseñado 4 módulos con actividades agrupadas por temas: 1) conciencia corporal, 2) voz, canto de mantras, 3) y danzas: giro sufí derviche y hadra, 4) enseñanzas.



MÓDULOS

1 Conciencia Corporal

Varios ejercicios diseñados para cultivar portales de presencia -como son la respiración o la escucha- y generar así espacio para la voz consciente.

2 Voz | Canto |

Voz consciente, aprendizaje de cantos y letanías de la tradición sufí y práctica de canto grupal.

3 Danza Sufi | Giro Derviche

Introducción a la danza sufí y a su simbolismo.

4 Enseñanzas y autoconocimiento

Se compartirán algunas de las enseñanzas universales del sufismo orientadas al desarrollo personal.



Karim Díaz, cantante y músico, con formación en la vía espiritual sufí, instructor de prácticas de meditación.

WEB www.sufimindfulness.com

INFO info@sufimindfulness.com

AUDIOS soundcloud.com/sufimindfulness