

# "¿Quién es mi cuerpo?"

## Mi cuerpo es mi presente.

Todos tenemos un cuerpo.

El mundo se muestra a través de cuerpo, a través de la materia y la materia llama al espíritu y el espíritu llama la materia. Somos cuerpo álmico, mucho más que solo materia, más vasto y complejo de que se puede tocar y ver.

Mi cuerpo es un espacio de transición entre mi interior y mi exterior, un espacio en transformación constante.

Mi cuerpo es una nave de emociones, de sensaciones, de memoria ...

¿Quién es mi cuerpo hoy? Y de dónde viene, cuáles son mis raíces ? Al conectar con esta consciencia me da un fundamento solido para desarrollar mi identidad, mi existencia aquí ahora, mi presencia auténtica, abrir las alas de mi propia danza profunda e impactante.

« Quién es mi cuerpo » propone un viaje hacia el misterio del cuerpo para revelar su belleza y su verdad.

## FRASE

« Quién es mi cuerpo » propone un viaje hacia el misterio ancestral del cuerpo para revelar su belleza y su verdad y así crear un dialogo con su propia libertad de identidad.

## CONTENIDO

establecer un diálogo con tu cuerpo  
dialogar con las emociones del cuerpo  
abrir canales hacia las memorias ancestrales del cuerpo  
crear consciencia del transito interior/exterior/interior...  
servir su propia danza, su propio misterio.

## DESAROLLO

Las sesiones empiezan despejando el dialogo interno, afilando la escucha de su cuerpo superficial y profundo.

Con esta consciencia y alerta empezaremos a explorar diferentes imagenes y conceptos a travez de la danza. Cada uno tiene su movimiento especifico, cada uno tiene su propio baile.  
Vamos a profundizar la especificidad de cada uno y compartir las.

## BENEFICIOS

Abrir, despertar consciencias, conexiones, canales  
Estabelecer un dialogo con su ser esencial  
Recibir herramientas creativas y escénicas  
Teoría y práctica, afilar la mente y el cuerpo.

"¿Quién es mi cuerpo?" abre la pregunta de la libertad de identidad. Al igual de mi cuerpo que esta en perpetua transformación, la definición del yo se mueve también. Identidad como estado.

Mi cuerpo espacio transita entre su exterior y su interior, siempre alterado por todo y alterando a todo. Sin embargo mi cuerpo tiene algo constante que me acompaña durante toda mi vida... Cómo mi ser se define a si mismo? Que es lo que me identifica? Y como te defino a ti?

Tal vez quién soy es una pregunta sin fin. Como lo indica la etimología de Identidad, "idéntico" es su raíz en latin. Same same and different.

Sin embargo ir a la búsqueda de su identidad es una pregunta necesaria para enfrentar los paradigmas, los mitos, las falsas creencias sobre sí mismo y el otro.