



DEL SILENCIO AL SONIDO

RETIRO

Valle de Bravo
BOSQUE ARCADIA
23 a 26 DE ABRIL 2026
No se necesita
experiencia previa.

“Tu cuerpo es un instrumento vivo.
Descubre su sonido.
El sonido no miente. Tu voz te mostrará
quién eres hoy y quién puedes ser.”

Facilitado por Leonardo Prakash

www.leonardoprakash.art
+52 55 218 24823

QUIÉN ES LEONARDO PRAKASH?



Leonardo Prakash es un artista multidisciplinario que crea desde la conexión entre el cuerpo, la tierra y el sonido. Su camino entrelaza la música, la voz, el dibujo y la exploración interior como lenguajes esenciales. A través de su proyecto My Body Instrument, investiga la voz y el cuerpo como instrumentos vivos—puertas hacia la expresión y la memoria.

Su recorrido musical atraviesa muchos mundos: de la música clásica al rock, del flamenco a los ritmos africanos, del folk espiritual a las músicas de raíz. Más que definirse por un solo estilo, Leonardo ha seguido una búsqueda profunda en el presente del sonido, lo que ha llevado a transformaciones constantes en su obra. Hoy, esa exploración comienza a tomar una dirección más clara, a través de la cual busca compartir con su audiencia un lenguaje más personal—más afinado con lo que vive dentro de él.



THE BODY INSTRUMENT LA EXPERIENCIA

Hay momentos en la vida en los que todo aquello que creíamos que nos sostenía se derrumba. Cuando las herramientas, las prácticas— incluso el arte—pierden su sentido.

En ese silencio puede emerger algo esencial: la voz.

No la voz que actúa o que complace, sino una voz cruda, temblorosa— a veces rota, a veces luminosa. Una voz que surge cuando el cuerpo se rinde y el alma comienza a hablar.

Este retiro nació de esa experiencia. De la certeza de que, cuando el cuerpo empieza a sonar, algo dentro se libera.

Que un grito, un suspiro, un gemido—o incluso el silencio—pueden convertirse en una forma sagrada de canto.

Este no es un retiro para aprender a cantar mejor. Es un viaje de recuerdo:

Que el cuerpo es un instrumento.

Que la voz es un puente hacia la parte más real de nosotros mismos.



THE BODY INSTRUMENT ESTE RETIRO ES PARA TI SI:

Sientes que algo dentro de ti quiere expresarse, pero no sabes cómo.

Quieres reconectar con tu voz, tu cuerpo y tu verdad.

Buscas un espacio seguro para expresarte sin juicio.

Haz probado muchas prácticas pero sientes que aún hay algo más profundo que aun no has llegado a tocar

No hace falta experiencia previa—solo la disposición a respirar, temblar, sonar y escuchar.

Juntos, del silencio al sonido.



THE BODY INSTRUMENT

QUÉ HAREMOS EN EL RETIRO?

La voz como puente

En este retiro descubrirás que tu voz no es solo para cantar, sino un canal profundo que conecta con todo tu cuerpo. A través de sonidos, susurros, vibraciones y resonancias, podrás acceder a rincones internos que quizá nunca habías explorado. La voz se convierte en un puente hacia lo más auténtico de ti mismo.

El cuerpo como instrumento

Tu cuerpo entero es un instrumento vivo. Al dejarlo sonar, se abre la posibilidad de liberar lo que estaba oculto y permitir que surja una expresión pura, sin depender de nada externo. Solo tú, tu cuerpo y tu voz: esa es la fuente real de transformación.

Una experiencia única

Este trabajo no se parece a nada que hayas hecho antes. Por eso, a veces es difícil ponerlo en palabras. Es un camino hacia adentro, suave y orgánico, pero también profundamente transformador. Un antes y un después en tu forma de escucharte y habitarte.

Transformación profunda

Durante varios días de retiro, el proceso se vuelve más hondo. El espacio, las prácticas y el acompañamiento están pensados para abrir poco a poco una experiencia que toca lo esencial. Descubrirás cómo en la simplicidad del cuerpo y la voz puede nacer una escucha inmensa y una transformación real.



THE BODY
INSTRUMENT

QUE VAS A OBTENER DE ESTE RETIRO

- Prácticas profundas de voz y cuerpo
- Movimiento, respiración y silencio
- Escucha y expresión auténtica
- Comida nutritiva y espacios de descanso
- Conexión íntima con un grupo reducido

Este retiro **no** es para
“saber cantar”, es para reconocer tu vibración como camino.



THE BODY INSTRUMENT EL ESPACIO

Bosque ARCADIA



THE BODY INSTRUMENT LA EXPERIENCIA

Del Jueves 23 en la tarde al domingo 26 mediodía, Abril 2026.

Bosque Arcadia
El Costo es de \$18,000 MXN/ por persona.

Incluye todos los alimentos.

Para reservar tu lugar es necesario el 50% de anticipo, en caso de cancelacion el anticipo no es reembolsable ni transferible a otros retiros.

El pago del 100% tendra que ser a mas tardar el 20 de Marzo.

Nuestro Retiro Incluye:

Ceremonia de Te
Taller de voz y movimiento con Leonardo Prakash
Hospedaje en Bosque Arcadia.
Actividades Especiales



THE BODY INSTRUMENT TESTIMONIOS

“Todos tenemos cosas no resueltas que parecen permanecer en nosotros, generando dolor, sin importar lo que hagamos, se vuelven una parte oscura de nuestras vidas hasta que encontramos algo que nos permite llegar suficientemente profundo como para transformar ese dolor y convertirlo en poder. Para mí, este trabajo con la voz fue justo eso, un proceso que me permitió llegar a lugares donde nunca antes había llegado, liberar dolores que pensé siempre estarían allí y encontrar partes de mi fuerza que no conocía. Es una experiencia que transforma a aquellos que están listos para dar ese salto a la profundidad de su ser.”

“Fueron días de profunda presencia y apertura, donde cada momento invitó a sentir y explorar. A través del acompañamiento sensible de Leonardo, se creó un espacio seguro para que el cuerpo, la emoción y la intuición se expresaran con libertad. El trabajo con la voz fue especialmente revelador: más que un sonido, se volvió un puente hacia una verdad íntima, despertando memorias, suavizando resistencias y trayendo una nueva claridad y autenticidad. La experiencia generó un estado meditativo, creativo y consciente, dejando una sensación de expansión y de regreso a uno mismo. El enfoque de Leonardo no sólo acompaña procesos, sino que los transforma, integrando técnica y sensibilidad con una escucha profunda que honra lo humano y deja una huella de claridad y impulso amoroso.”



THE BODY INSTRUMENT TESTIMONIOS

“Al inicio sentía mucha resistencia a tomar el taller del cuerpo como instrumento, porque le tenía miedo a mi propia voz: miedo de escucharme y de que otros me escucharan. Pero, a través de los juegos y dinámicas que fuimos explorando, empecé a soltarme. Me permití hacer el ridículo, reírme de mí misma, hasta que mi mente se rindió y pude estar más presente. Descubrí que podía mostrarme tal cual soy, sin miedo a mirar mis bloqueos, y con la guía de Leo y el apoyo del grupo, atravesarlos con compasión..”



THE BODY INSTRUMENT CONTACTO

+52 55 21824823

mybodyinstrument@gmail.com

leonardoprakash.art

