



THE

BODY

INSTRUMENT

DESCUBRE TU SONIDO

–WORKSHOP–

Workshop Intensivo

Descripción general

The Body Instrument es un trabajo corporal que propone regresar al cuerpo como instrumento vivo.

Es una práctica concreta y física que nos invita a salir del empuje las caídas constantes con las que solemos vivir, para entrar en un punto medio donde el cuerpo comienza a generar espacio y regulación por si mismo. No es una técnica para lograr algo ni una fórmula para alcanzar un estado especial.

A través de principios simples - como caer y sostenerse al mismo tiempo- el sistema empieza a reorganizarse. La tensión disminuye, aparece espacio interno y se abre una dimensión femenina de la experiencia. En ese espacio femenino comienzan a moverse muchas estructuras que han ido dictando nuestra vida de manera inconsciente. Desde ahí podemos darnos cuenta, re-direccionar, soltar y atravesar rupturas, traumas e historias genéticas, no desde la mente, sino desde el cuerpo.

No es un método mental.

Es una experiencia directa y somática que abre coherencia entre lo físico, lo emocional y lo psíquico.



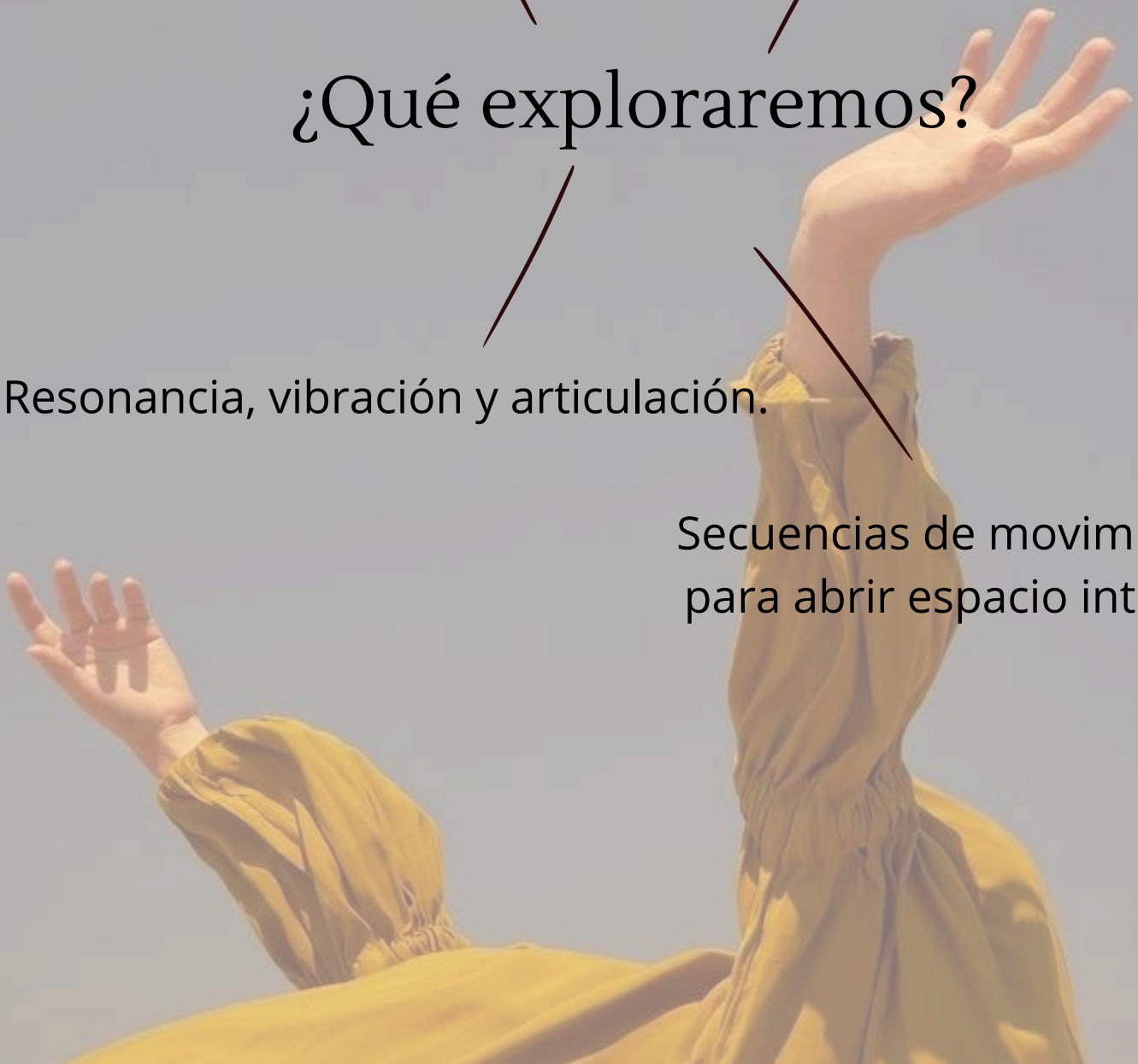
Aterrizaraje corporal y respiratorio

Liberación de tensiones que
bloquean la voz

¿Qué exploraremos?

Resonancia, vibración y articulación.

Secuencias de movimiento
para abrir espacio interno.



A photograph of a person's hands raised in a gesture of support or vibration, with a ring visible on the left hand. The background is a soft, out-of-focus sky. The text is overlaid in white, serif font.

SOSTENER Y SER SOSTENIDO

Trabajo grupal de sonido para habitar la
vibración colectiva.

Workshop Intensivo

Duracion del workshop : 2 dias

Horario: 9.30am a 18pm

Incluye Snacks, agua y yogui tea

Recomendaciones
Traer ropa comoda.

Impartido por Leonardo Prakash

"Tu cuerpo es un instrumento vivo.
Descubre su sonido."



+52 55 218 24823

www.leonardoprakash.art

thebodyinstrument@gmail.com