DANZA DUENDE EN BARCELONA

NEGRA GÓMEZ ROMERO:

LABORATORIO DE IMPROVISACIÓN Y CREACIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO Y LA ESCUCHA AMOROSA.

la negra

“SIN MIEDO, SIN SEGUNDAS INTENCIONES Y SIN ESFUERZO, DEJAREMOS SURGIR DEL ESPACIO DEL ESPÍRITU GESTOS DIVINOS, MOVIMIENTOS DE DANZAS DESCONOCIDAS,
CANTOS JAMÁS ESCUCHADOS.
LA DANZA DEBE SURGIR DE LA VACUIDAD,
LIBRE DE CUALQUIER APEGO,
TAL Y COMO UN ARCOIRIS QUE SE DIBUJA EN EL ESPACIO.
LA DANZA ES UN REFLEJO EN EL ESPEJO DEL DESPERTAR”.
KALACHAKRA TANTRA

DANZA DUENDE

Propone redescubrir la dimensión poética de nuestra existencia cultivando un estado de presencia auténtica y sensible.
La palabra “Duende” hace referencia al modo que en el Flamenco llaman a ciertos artistas que tienen una magia especial (tiene “ángel”, diríamos en mi tierra). Entrenamos para que esa chispa aflore en todos y todas nosotras.
Danza Duende es un entrenamiento a través de la danza creado por Yumma Mudra en 2004. Somos una red de profesionales artistas de diversas disciplinas que aplicamos estas enseñanzas a la técnica -o forma- de la que somos especialistas.

EL DUENDE Y YO

Este año 2024 se cumplen 20 años y mi andadura empezó justo en ese mismo año. Desde los albores me entreno en este camino de conocimiento.
Mi técnica inicial fue la Danza del Vientre y luego la improvisación danzada, más allá de cualquier estilo en concreto. Mi especialidad es acompañar a mujeres a través de distintas propuestas (retiros, talleres, clases, performances...) con la misma intención: desandar el camino de las creencias y automáticos que obstaculizan nuestra plenitud y merman nuestro goce natural -entrenar la mente a través del cuerpo- Esta expansión nos beneficia a nosotras, nuestras familias y nuestro planeta. Un mundo que late en el amor, es un mundo menos mezquino y violento.

QUÉ ENTRENAMOS EN ESTOS ENCUENTROS

-Ampliar la conciencia (aquí y ahora: presencia auténtica)
-Profundizar en el autoconocimiento (observamos y reconocemos nuestros “automáticos”)
-Cultivar compasión hacia mi misma y hacia las demás personas (amplificar la energía amorosa del corazón)
- Desarrollar la creatividad (técnicas Duende de improvisación y creación)
-Cultivar la belleza en el cotidiano (práctica urgente en un mundo que se torna artificial y deshumanizado)
-Cultivar la alegría incondicional (un estado de bienestar no dependiente de algo externo. Sonreír danzando para la salud de nuestro propio sistema)

Bailamos para vivir una vida más plena y auténtica, una “Vida” con mayúsculas.

“Sobre la belleza”: Ofrenda de Danza Duende Barcelona

2024/25

Para este curso propongo 8 talleres mensuales de 4 horas para profundizar y dar un espacio entre encuentros para integrar la experiencia.

Abriré un grupo de whatsapp donde se podrá compartir experiencias relacionadas al tema tratado. Asimismo compartiré material para seguir cultivando y acompañando el proceso.

Programa 2024/25

Este programa consta de 8 encuentros coincidiendo -más o menos- con la estación.
Se recomienda hacer todo el recorrido.
No se requiere experiencia.

FECHAS:

NOVIEMBRE: SÁBADO 9
Otoño: Los fundamentos.

DICIEMBRE:DOMINGO 15
Otoño bis: Expandiendo la riqueza intrínseca.

ENERO: SÁBADO 18
Invierno: Menos es más.

FEBRERO: SÁBADO 8
Invierno bis: La poética del silencio.

MARZO: SÁBADO 15
Primavera: Entrando en el corazón.

ABRIL: SÁBADO 5
Primavera bis: La alegría incondicional.

MAYO: SÁBADO 17
Verano: Acción justa.

JUNIO: SÁBADO 14
Verano bis: La ofrenda danzada.

HORARIO: De 16h a 20h

CUÁNTO PAGO Y QUÉ PAGO

La inversión:

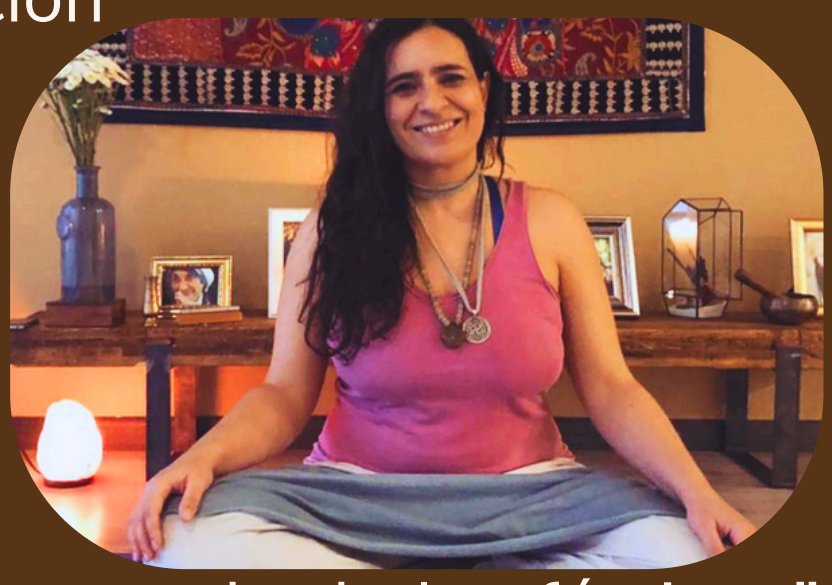
8 talleres: 350€ (se puede pagar en 2 cuotas)
4 talleres: 192€
1 taller: 56€
(consulta las formas de pago e inscripciones)

El lugar:

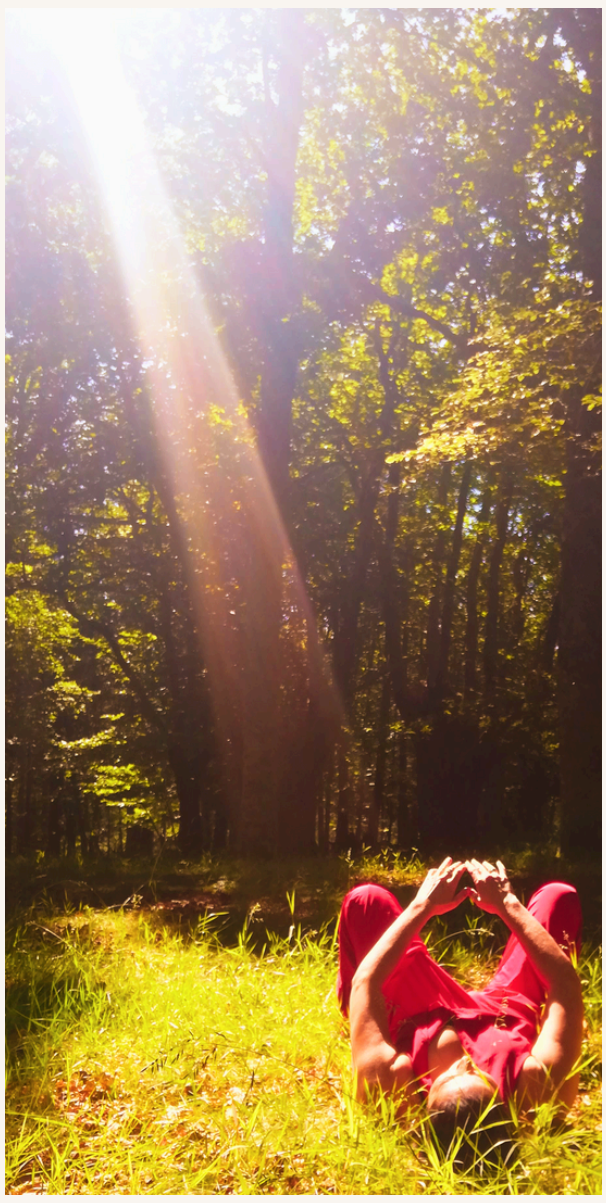
El espacio es importante en una actividad Duende y éste es maravilloso:
Alnouart: C/Berga, 36, Bcn (barrio de Gràcia, Metro Fontana; FGC y ¡varios buses!)

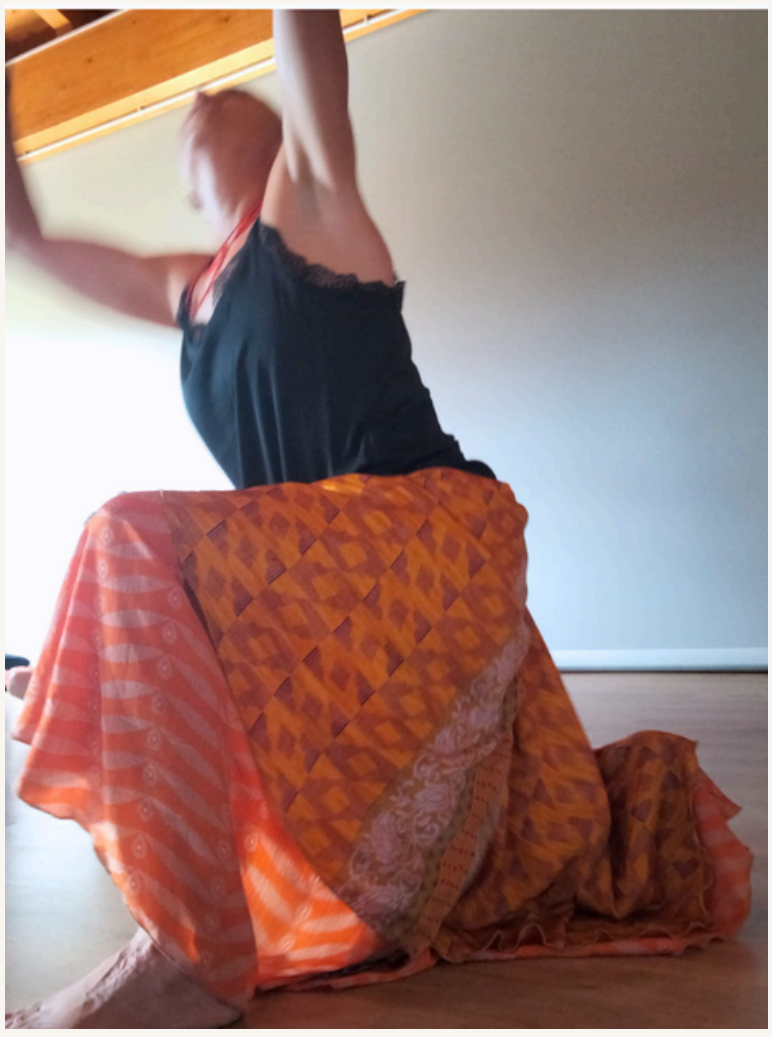
La experiencia y la calidad:

En una época donde todo es inmediato, considero a la experiencia y al compromiso valores relevantes. Llevo más de 2 décadas acompañando a personas en su despertar danzado. Soy profesora de Danza Duende International Network. Bailarina. Creadora de rituales de feminidad y rituales de paso. Especializada en improvisación danzada como vía de conocimiento y expansión de la conciencia. Creadora de “Féminas”. “Auténticas” “Baubo dance”. “Sobre la belleza”Co-creadora de “La morada de las féminas” y “Thelys rituales para la vida”. Actualmente estoy acabando mi formación Gestalt.



MINI GALERIA





ALGUNOS TESTIMONIOS

Los encuentros me relajan, me quitan las tensiones del cuerpo y hacen que mi energía cambie haciéndome sentir libre y feliz. Patricia (Maestra. Argentina)

El estado en el que quedo después ¡es tan maravilloso! Guille (Periodista. Argentina)

Amor, belleza, libertad, espacio. M (funcionaria. Barcelona)

De inicio a fin siento libertad para SER, para que mi ser se exprese con lo que hay sin juicios. Merche (Artista. Barcelona)

Reconectar con el placer, con los movimientos del útero y eso hace que el cuerpo se ponga más blandito. Yolanda (Terapeuta. Barcelona)

Un trabajo con el cuerpo para sentir cómo a través del movimiento puedes entrar en contacto contigo misma y alcanzar un estado meditativo. Marta (Terapeuta. Pedagoga. Euskal Herria)

CONTACTO

negragomezromero

+34 659 18 78 68

www.negragomezromero.com