



la VOZ
curandera
ROSA MEDINA

TRANS-FORMACIÓN
Y CANTO LIBRE TERAPÉUTICO

Tu vida es una partitura que tú puedes cambiar y transformar

Presentación



La voz curandera organiza anualmente su formación de voz y canto libre terapéutico. Una propuesta creada para adquirir a través de la experiencia vivencial de cada módulo un amplio bagaje de herramientas, recursos y abordajes en el uso de la voz.

La formación se vale del uso de la voz, el sonido y el canto libre como herramienta terapéutica principal e integra holísticamente otras disciplinas tales como la Gestalt, la PNL, la psicoterapia integrativa, el movimiento espontáneo, las prácticas de ampliación de la conciencia y el chamanismo espiritual.

El objetivo básico es brindar herramientas para el crecimiento personal y ofrecer recursos sonoros eficaces para desbloquear emociones, incrementar la autoestima, el valor personal y la capacidad amorosa que son la base del bienestar y de la salud integral.



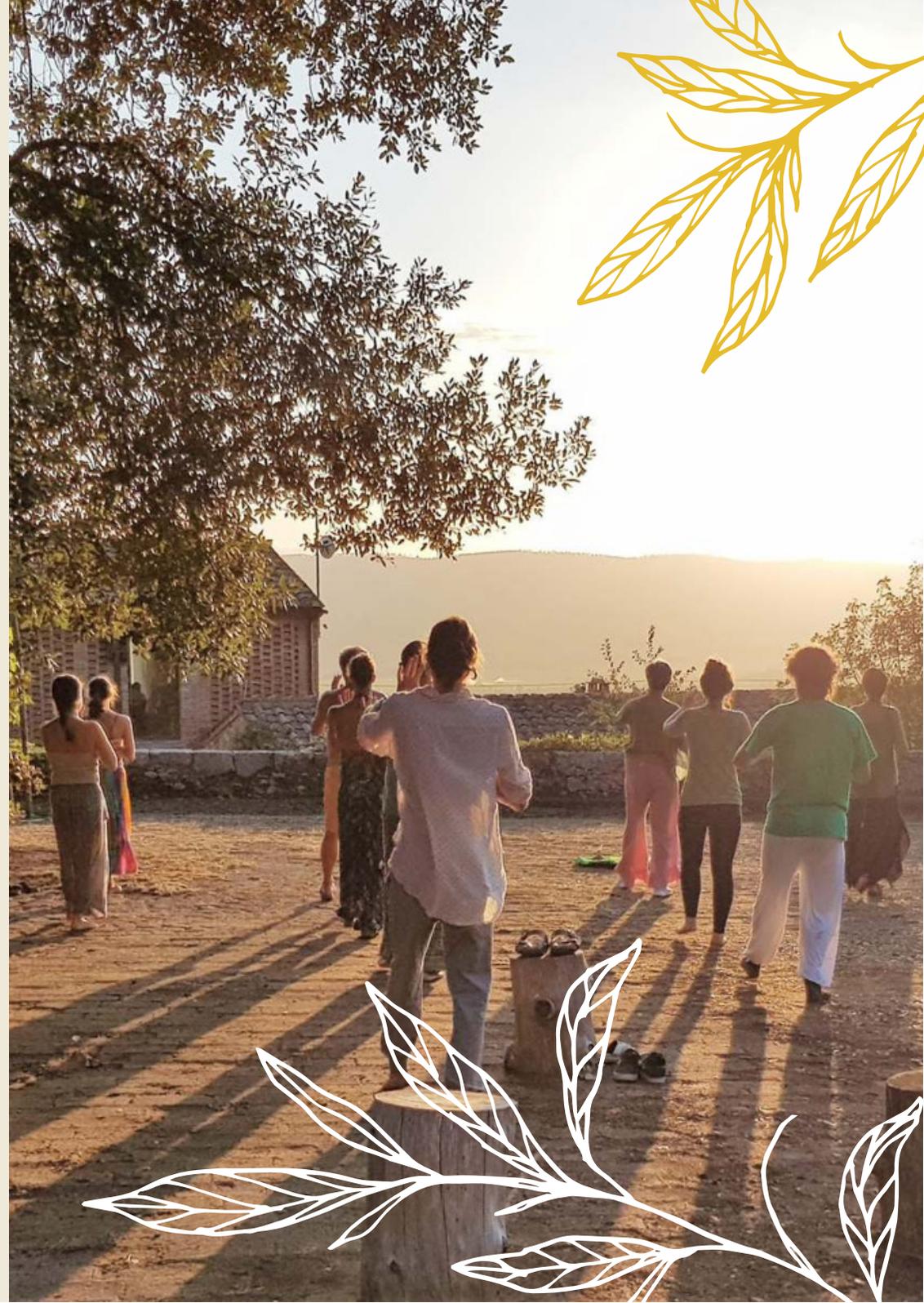


El uso de la voz libre abre un canal directo hacia el autoconocimiento e incrementa profundamente el potencial creativo de cada persona. El canto libre, más allá de cualquier censura estética, facilita una profunda conexión con nuestro ser, permitiéndonos fluir, soltar, empoderarnos, aceptarnos y amarnos tal cual somos.

Al ser una formación que se da en grupo, las personas participantes se van abriendo progresivamente al uso del canal expresivo de la voz experimentando en primera persona los beneficios del sonido libre. De esto modo se produce una familiarización con este código sonoro de comunicación, mientras se aprende a expresar el mundo interno de cada persona a través de entonaciones, cantos, melodías espontáneas y vocalizaciones libres.

El último módulo de la formación propone una supervisión y puesta en práctica opcional de un ejercicio individual de voz y canto libre ideado por cada participante y aplicable a su ámbito de trabajo.

La formación corre a cargo de Rosa Medina, psicóloga y psicoterapeuta especializada en voz y canto terapéutico con más de 30 años de trayectoria profesional.





Objetivos

- Experimentar un proceso de crecimiento personal a través del canal de la voz, el sonido y el canto libre.
- Aumentar el autoconocimiento y experimentar los beneficios terapéuticos de la voz, el sonido y el canto libre.
- Aprender recursos sonoros para poder acompañar en un proceso de ayuda con voz, sonido y canto libre.
- Dar una visión práctica y de amplio espectro sobre diferentes abordajes del trabajo de voz.
- Abrir el canal de la voz y del canto libre para poder integrarlo en los diferentes ámbitos de la vida.
- Adquirir recursos vocales, musicales y terapéuticos para dinamizar grupos.

Metodología

Metodología activa y experiencial en su mayor parte donde el grupo actúa como catalizador de recursos estimulando las vías expresivas de las personas participantes. En los distintos talleres se aplican técnicas o ejercicios basados en el uso de la voz y el canto libre, el movimiento y el gesto en combinación con otros recursos tales como fantasías guiadas, círculos de sonido, percusión corporal, movimiento espontáneo, cantos ancestrales, prácticas meditativas, canalizaciones de voz, técnicas de expresión corporal, ejercicios de PNL, Gestalt y Coaching.

El programa está diseñado en torno a 7 talleres grupales más dos horas de integración didáctica y elaboración del proceso vivencial del grupo (vía zoom). En conjunto se ofrece una formación que cuenta con 126 horas de trabajo activo de voz y canto libre



Destinatarios

- Profesionales de diversos ámbitos que quieran adquirir los recursos de la voz y del canto libre para incluir y adaptar a sus ámbitos de trabajo. (psicólogos, terapeutas, coaches, sanitarios y personal de salud, maestros, psicopedagogos, músicos y artistas , educadores sociales, mediadores, etc).
- Personas curiosas y motivadas en su autoconocimiento y en su expresión creativa para explorar los recursos ligados a la voz y al sonido como instrumentos válidos para su desarrollo y evolución personal.

*No se requieren dotes musicales o artísticas específicas ni tampoco es preciso contar con una bonita voz.

Horarios

Sábado de 10h a 14h y de 16h a 20h

Domingo de 9.30h a 13h y de 14.30 a 18.30h





PROGRAMA



la VOZ
curandera

ROSA MEDINA



Módulo 1. Canto libre transformador

El canto libre transformador es una iniciación al lenguaje expresivo de la voz libre. Una invitación a salir del paradigma tradicional del canto como canción para empezar a experimentar el canto más allá de los cánones estéticos, sin juicios ni censuras, donde la belleza de la voz reside en la autenticidad de lo que expresa.

Este módulo, mira particularmente a la sanación de situaciones personales difíciles que se transforman al canalizar su expresión latente a través del canto libre. Es un taller sanador, terapéutico y transformador que cierra retomando el contacto amoroso con nuestra niña interior.

El taller propone una base y una iniciación progresiva al mundo del sonido y del canto espontáneo. Se trata de entrar en contacto con la voz pura que nace de las entrañas, a veces rota o desentonada según los cánones de la música convencional, pero que llega lejos y profundo revelando su fuerza chamánica.



El uso terapéutico del sonido, de la voz y de la música constituyen hoy lo que podemos llamar la medicina del sonido. El sonido puede restablecer la salud a nivel fisiológico, desbloquear las emociones y la energía vital del cuerpo, tocar y transformar los aspectos más profundos de nuestro ser.

La voz y el canto libre permiten afirmar nuestra verdad en el mundo de una manera íntima y genuina. Y es en este trance expresivo de canto, movimiento y ritmo, donde surge lo creativo y lo expansivo de nuestra conciencia, dejándonos fluir de una manera gozosa, auténtica y creativa hacia la propia transformación interior.



Módulo 2. Los cuatro elementos en tu voz

La tierra, el agua, el aire y el fuego como elementos que nos constituyen, inspiran este taller para liberar el cuerpo, las emociones, la mente limitadora y lo más instintivo de nuestro impulso vital.

El intercambio sonoro dando voz y sonido a dichos elementos, crea una amalgama y una fórmula preciosa de salud, energía vital y de apertura a la trascendencia y a lo sagrado.



El elemento tierra nos pone en contacto con todo aquello que nuestro cuerpo quiere expresar para poder liberar tensiones, pesos y demás bloqueos energéticos.

El elemento agua ayuda a limpiarnos de cualquier impureza absorbida en el tiempo pasado que esté inhibiendo la expresión saludable de nuestras emociones. Nuestra voz arrastrará como el caudal de un río todas las emociones tragadas y estancadas en el tiempo, dando paso a voces y sonidos más cristalinos y diáfanos.

El elemento aire permite trabajar con la mente pensante, a menudo enturbiada y ahumada por creencias y pensamientos limitadores. Cantar la energía del aire deja que nos abramos a las vibraciones sutiles del ser que se orienta hacia la trascendencia, honrando lo que es, puesto que “el aire es el aliento del sonido y el sonido es vida”.

El fuego enciende la energía, la mente estratega y la fuerza instintiva del guerrero, ingredientes fundamentales para construir un proyecto de vida más acorde con nuestra esencia. El sonido y la voz del fuego nos purifica, llevándonos a la aceptación y al perdón de nuestros errores.

Es un proceso sanador completo: la tierra libera el cuerpo de bloqueos y tensiones, se destapan y se sueltan viejas emociones estancadas con el agua, se aligera la mente pensante con el aire y se proporciona vitalidad, dirección y orientación con el fuego.



Módulo 3. El canto de los tres amores

Inspirado en la teoría de los 3 amores de Claudio Naranjo y en la integración de la tríada de la familia interior, este trabajo permite sanar las relaciones con la madre y así recuperar el amor compasivo, con el padre para despertar el amor admirativo y devocional y con la parte niña para contactar libremente el amor gozoso, lúdico, erótico e instintivo.

Claudio Naranjo siempre ha dicho que “la felicidad que anhelamos depende de un sentimiento de plenitud que nacería del equilibrio entre estas tres formas de amor”.

Este taller, por tanto, es una invitación a:

- Conectar con la verdadera naturaleza del amor en todas sus manifestaciones.
- Limpiar toda la toxicidad acumulada por las heridas de amor infantiles.
- Liberarse de los condicionamientos a modelos distorsionados de amor.
- Abrirse a la verdadera naturaleza amorosa integrando los tres amores: compasión (caritas), admiración/devoción (phillias) y placer (eros).

El canto libre junto con el gesto y el movimiento espontáneo van a permitir desbloquear y transformar sentimientos frustrantes y dolorosos acumulados a lo largo de la vida respecto al amor y así descubrir genuinamente nuestra esencia amorosa hecha de compasión, devoción e instinto.





Módulo 4. La voz del árbol de tu vida

El árbol de la vida es un símbolo característico de muchas culturas desde tiempo inmemorial. Representa la evolución y desarrollo de la propia vida. Es un símbolo poderoso que habla del deseo de una vida construida sobre una base firme (raíces y tronco) para que pueda ser plena y significativa (ramas, hojas, flores y frutos).

En este taller, la propuesta es dar voz al árbol de la propia vida. Cantar las raíces, el tronco y las ramas con la intención de limpiar las sombras de nuestra existencia y abrirnos a los recursos internos que nos ayudan a sostener el propósito de vida.

De esta manera revisando el árbol con objetividad amorosa y valiéndonos del precioso instrumento de nuestro canto sanador podremos reajustar y sanar heridas, darle la nutrición que necesite para seguir creciendo y potenciar aquellos aprendizajes y recursos para que pueda dar sus frutos.

En definitiva, este taller del árbol de la vida quiere ser un alto en el camino donde preguntarse sobre el sentido de la propia vida y así poder orientar la senda existencial de la mejor manera.





Módulo 5. El canto de la heroína y del héroe

El canto de la heroína y del héroe está basado en las etapas del viaje del héroe, una metáfora de la vida misma con todos sus cambios.

La vida invita, queriendo o sin querer, a experimentar cambios a los que no siempre estamos preparados. En este taller se ofrece un mapa que nos guía en las diferentes etapas por las que pasamos a lo largo de la vida y al mismo tiempo nos ayuda a clarificar cualquier cambio que queramos dar para incrementar nuestro bienestar, activando los recursos necesarios para poder afrontarlo.

No importa que este cambio nos venga propuesto por la mera existencia -una nueva fase de la vida, un cambio laboral, una pérdida, una enfermedad o fracaso amoroso. O más bien por un sentido de insatisfacción existencial al vivir una vida por debajo del propio potencial.



La heroína o el héroe, expresa con voz libre su canto en cada paso y ello le confiere apoyo, claridad y orientación en cada fase del camino.

Atravesar el umbral que nos arrastrará fuera de la zona de confort y seguridad, significa sobre todo aceptar la llamada a un cambio, conectar con las propias fuerzas y recursos para poder iniciar el viaje, invocar guías de apoyo y aliados, hacer frente a demonios, dragones y fuerzas adversarias que se oponen, desarrollar nuevas habilidades, recursos y competencias que nos permitan integrar los nuevos descubrimientos al volver a la vida cotidiana.



Módulo 6. La voz de tu animal interior

Casi todas las culturas indígenas han percibido siempre a los animales como aliados y han invocado siempre su poder vistiendo sus pieles o sus máscaras, mimando sus movimientos y elevando sus plegarias agradeciendo el alimento que representaban para su tribu o clan. Estos actos rituales permitían mantener el vínculo con el espíritu de los animales, aceptando su poder y las enseñanzas que ellos ofrecían. Especialmente han representado protección y guía para el chamán, sea en el reino físico que en sus viajes a los mundos sutiles.

También a nosotros se nos van apareciendo los animales en diversas formas sutiles, a veces en sueños o en estados expansivos de conciencia.

Los poderes atribuidos a un animal que se nos presente en lo sutil son inspiración para desarrollar actitudes y comportamientos, valores, objetivos en la vida. Cada arquetipo / animal conlleva en sí mismo un poder ancestral, siendo un espíritu arcaico más allá de sus dimensiones.

Cada persona tiene su animal y es posible que varias personas compartan el mismo animal, tal vez, con diferentes significados. Puede acompañarnos toda la vida o tal vez un corto periodo de tiempo según lo que tengamos que aprender de él.



Los animales vienen a nosotros porque tienen algo que enseñarnos y un poder que generosamente están dispuestos a compartir. Cada animal tiene su específico mensaje de poder y cada uno de ellos representa una medicina particular.

La figura del animal nos pone en contacto con nuestra parte más instintiva representada por la voz del animal interior. Un animal que se nos presenta como un guía de poder y nos orienta en nuestro camino por la vida. Nos proporciona recursos significativos y nos empodera desde dentro. Nos abre las puertas a la intuición, a corazonadas, sincronías y lecturas que van más allá de lo literal, entrando en conexión con los varios mundos y dimensiones en las que vivimos más allá de lo visible y lo tangible.



Módulo final. La cosecha

Aplicaciones prácticas y supervisión

En este módulo cada participante podrá trabajar con todo lo aprendido en el proceso de formación, así como obtener la orientación necesaria para activar y proponer el canto libre transformador en los propios ámbitos profesionales.

Cada alumno/a tendrá la oportunidad de crear un ejercicio para poder conducirlo en el grupo y experimentarlo bajo la mirada de una supervisión atenta, eficaz y respetuosa.

Por tanto, los alumnos y alumnas que lo deseen podrán tener la experiencia de crear y liderar una propuesta sonora de voz para el grupo y al mismo tiempo formar parte de la riqueza creativa de los propios compañeros del curso.

Al mismo tiempo, siendo el cierre del proceso grupal, se dará espacio para recoger los frutos de toda la formación y que estos puedan seguir expandiéndose en la vida misma.





Información y contacto

Rosa Medina

Mail: voz@rosamedinacantolibre.com

Teléfono: 683428613

Website: www.lavozcurandera.com

RRSS: @lavozcurandera (FB / IST / YT)





Rosa Medina

Formada en Música en su infancia y adolescencia (piano, flauta travesera y canto). Psicóloga y Psicoterapeuta formada en Gestalt, Corenergética, EMDR, Gestalt-coaching, Wingwave Coaching, Master Practitioner y Trainer en PNL, Eneagrama y Psicoterapia Integrativa en el Programa SAT con Claudio Naranjo, del que ha sido discípula gran parte de su vida y colaboradora.

Fruto de una integración entre su experiencia personal y su formación profesional ha creado y desarrollado desde hace más de 30 años, un método innovador en el campo de la terapia y del crecimiento personal a través del sonido, la voz y el canto libre.

Actualmente bajo la denominación de La Voz Curandera sigue aportando nuevas formas para extender el Canto Libre Transformador en diferentes ámbitos. Es ideadora, docente y coordinadora didáctica del proyecto formativo del Canto Libre Terapéutico en España e Italia.





la VOZ
curandera

ROSA MEDINA

TRANS-FORMACIÓN Y CANTO LIBRE TERAPÉUTICO

Tu vida es una partitura que tú puedes cambiar y transformar

Información:

voz@rosamedinacantolibre.com

tel. 68 3428 613



[@lavozcurandera](https://www.instagram.com/lavozcurandera)

www.lavozcurandera.com