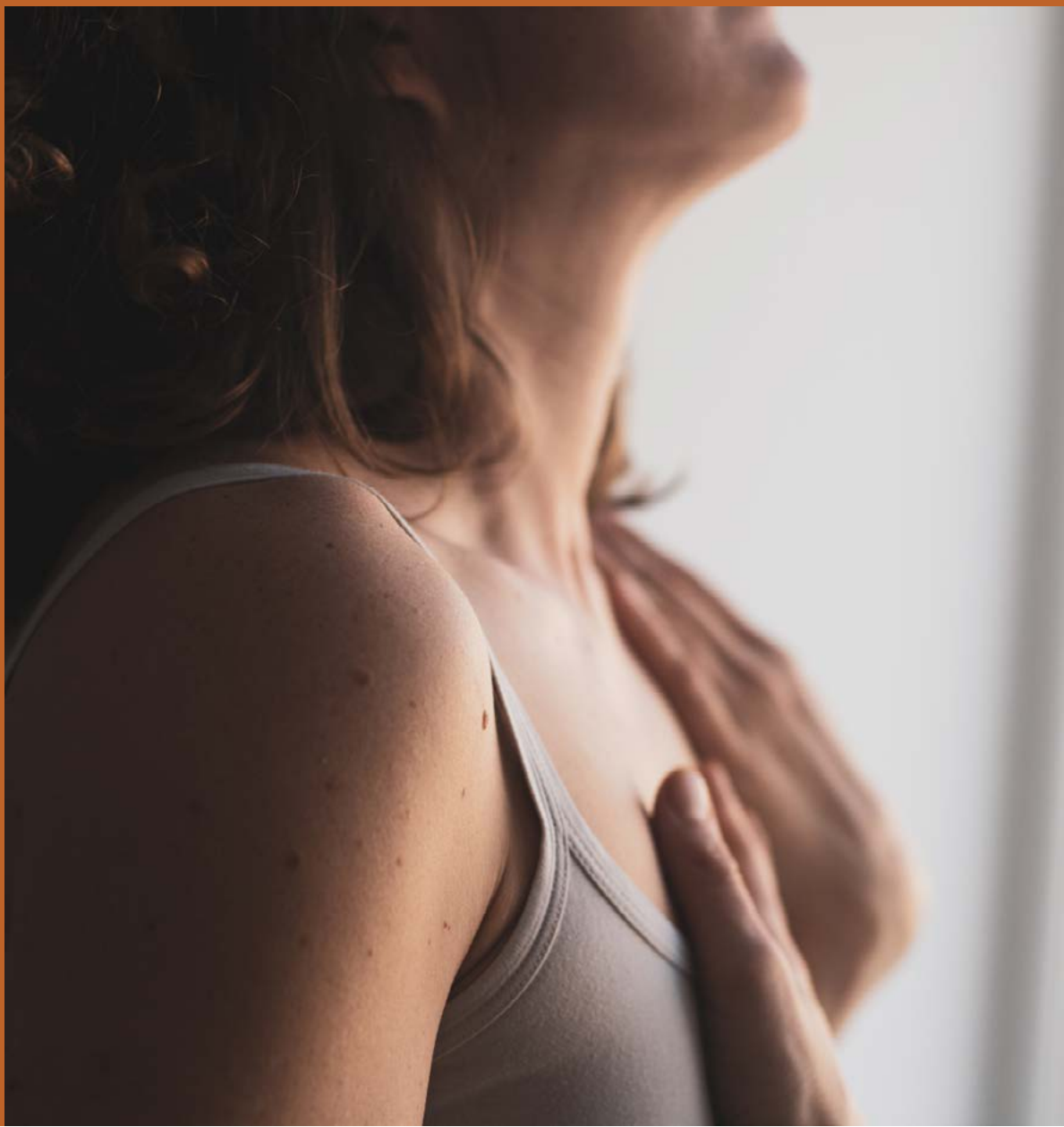


Red Transpersonal

“Movimiento Auténtico,
un camino de
autoconsciencia.”

CLAVES 40



*** El movimiento auténtico es una disciplina o práctica psico-corporal que, enmarcada en un espacio de silencio y escucha, permite que aquello que surge en nuestro interior se manifieste en el cuerpo.**

***La práctica del movimiento auténtico ofrece un espacio de encuentro y profundización con uno/a misma. En una actitud de entrega, sensaciones, emociones, pensamientos, imágenes, recuerdos, impulsos, energías y misterios encuentran en el cuerpo y el movimiento una vía de expresión y transformación.**

***El movimiento auténtico es un trabajo corporal desde la conexión profunda con lo auténtico de la persona. Es un trabajo de desarrollo de la consciencia, en el que la expresión del cuerpo y la libertad se ponen al servicio de la consciencia.**

***La práctica del Movimiento Auténtico consiste en experimentar el ser movido más que movernos de forma intencionada.**



***El Movimiento Auténtico**

- nace de la quietud, del silencio, del espacio vacío.
- con ojos cerrados del mover que nos permite mirar hacia dentro, desplegar el observador interno.
- en relación con los ojos abiertos del testigo que con su presencia sostiene lo que acontece, permitiendo acceder a lugar profundos.
- con la sincronidad del grupo que se convierte en un lugar seguro.
- lo que emerge es translógico y trae al individuo verdad y experiencia.

