

LITHA

Ritual Danzante / Solsticio de Verano



5Ritmos[©] (Heartbeat)
con Irene Hernández Sánchez

21 - 23
Junio

5RITMOS

Mallorca 2024

www.aulabaleardegestalt.com

Litha

Un taller residencial para celebrar el Solsticio de Verano con la intención de purificarnos, danzar y limpiarnos en cuerpo y alma a través del cuerpo en movimiento, el ritual danzante y la comunidad reunida, siguiendo el mapa de los 5Ritmos.

Litha significa Fuego y representa el apogeo de la energía que desde Imbolc (1 de febrero) venimos preparando; el fin de la oscuridad, de la esterilidad, y el comienzo de la época más fértil, donde todo se renueva. Es la abundancia, la belleza de la tierra y el poder de la Luz. La celebración de Litha es normalmente el 21 de Junio, pero varía entre el 20 y el 23 dependiendo de la rotación de la tierra alrededor del sol. Litha es un tiempo especial para mirar internamente a las semillas que hemos plantado los meses previos y para retomar los proyectos que se han dejado pendientes. Un tiempo de celebrar el final del año creciente y el comienzo del año menguante, en preparación de la cosecha por venir.

La celebración del Solsticio de Verano es tan antigua como la misma humanidad, tradicionalmente es un momento de purificación, donde se solía saltar sobre el fuego o se quemaban símbolos de aquello de lo cual uno deseaba purificarse. Purificar el alma, el cuerpo, la mente y el corazón, un momento para conectar con el pulso unificado de la tribu. Litha nos invita a dar espacio a lo nuevo, a abrir el campo del subconsciente y lo sueños, a recoger los frutos de las semillas plantadas en los meses anteriores.

Irene Hernández Sánchez

5Ritmos. Heartbeat (emociones)
Ritual Danzante / Solsticio de verano

(www.irene5ritmos.com // www.centroredes.es)

Dónde:

Espai Terrarotja - Carretera Campos-Colonia de Sant Jordi, Palma de Mallorca.



Horarios:

Viernes, llegada a partir de las 12:00h. Inicio Taller 18:00h. **Sábado**, todo el día y el **domingo** finalizando a las 16:00h. (Consulta los horarios del taller en nuestra WEB)

Cuando:

"LITHA" 21 - 23 Junio 2024 (Mapa Heartbeat)

Precios:

Opción A (Residencial) 440€. Descuento por pronto pago hasta día 15/04/24 son 395€

Opción B (Sin pernocta, ni manutención): 270€. Descuento por pronto pago hasta el 15/04/24 son 230€.

Opción C (Clase Abierta Viernes 21/6 de 18:00h a 21:00h) 50€ (con cena incluida) y 35€ (Solo clase)

Información e Inscripciones:

Aula Balear de Gestalt
971729948 - 600537539 (WhatsApp)

Profesora internacional certificada Nivel Waves y Nivel Heartbeat de los 5Ritmos® de Gabrielle Roth. Es también Co-Directora del Centro REDES Murcia (Terapia, Cuerpo y Formación). Terapeuta Psico-Corporal Sistémica (con formación acreditada en Terapia Familiar Sistémica y Procesos de Duelo), Socióloga y Máster en Recursos Humanos.

Le apasionan los grupos, la danza y los rituales como herramientas de cambio y paso a nuevos estados de consciencia. Organiza e imparte sesiones y talleres en diversos rincones del mundo

Los 5Ritmos® de Gabrielle Roth son una simple y a la vez profunda práctica de meditación en movimiento que busca ayudarnos a reconectar con nuestro cuerpo a través de la danza y el movimiento no coreográfico. Seguimos los Ritmos para movernos y redescubrir lo que necesita ser danzado con el apoyo y la inspiración del grupo. Un lugar para encarnar lo que somos, expresarlo y soltarlo, para encontrar nuevas posibilidades. www.5rhythms.com/es

(Este Taller cuenta como 15 horas pre-requisito de Nivel Heartbeat (emociones) para el camino de la formación oficial de 5Ritmos®)

info@aulabaleardegestalt.com
www.aulabaleardegestalt.com