

Musica do Circulo

La Música del Círculo

Cuando el cuerpo se hace música
y el ritmo se hace unión





Qué es Música do Circulo?

Música do Circulo es una manera de generar conexión entre los seres humanos a través de la música corporal y la improvisación colectiva. A través de diferentes juegos, en nuestros talleres se va explorando la propia musicalidad de un modo muy divertido, y los participantes van entrando en sintonía a través de las melodías, los ritmos, las risas y el contacto.

La música que podemos hacer con nuestro cuerpo y nuestras voces, el juego, la improvisación, el movimiento y el contacto son elementos importantes de esta técnica que busca devolver la música a cada ser humano y hacer que, a través de ella, nos sintamos más cerca unos de otros.

Vivimos en el mundo de las comunicaciones, en el que al mismo tiempo, estamos cada vez más incomunicados y desconectados unos de los otros. Esto tiene un efecto severo sobre nuestros estados de ánimo, nuestra salud y nuestra percepción del mundo. El sentimiento de colectividad, de pertenencia, de sentirnos cerca de otros seres humanos en un nivel profundo es un elemento de salud de primer orden, que mejora nuestro bienestar físico y nuestra calidad de vida.

De ahí que, darnos el permiso de jugar, reír y disfrutar a la vez que exploramos ritmos y melodías en colectivo es una manera de mejorar nuestro día a día.

Qué te ofrecen estos talleres?

Diversión

Vitalidad

Juego

Ritmo y melodías

Conexión

Música do Circulo es una actividad que nos ayuda a conectar con los otros de un modo muy profundo, porque batir juntos un mismo ritmo, armonizar nuestras voces, mirarnos a los ojos y sonreír cuando sentimos el vibrar de la música nos hace partícipes de un instante único, en el que entendemos que el mundo podría ser muy diferente, si simplemente... cantáramos juntos como medio de socialización.



Qué hacemos en nuestros talleres...

En los talleres de Música do Circulo los participantes van a ser guiados por el facilitador a explorar diferentes ritmos y melodías. Juegos, movimiento y fluir son elementos en los que los participantes se verán envueltos, sin apenas darse cuenta de cómo la música improvisada va surgiendo del grupo y de cada uno de los participantes. Así, la música que surge y el es el resultado de una co-creación en colectivo, guiada y facilitada en un entorno seguro, inclusivo y sin prejuicios.



Nuestros talleres están basados en lo que llamamos los “Ocho Elementos” de de Música do Círculo: Circulo, improvisación, música corporal, juego, movimiento, contacto, comunicación no verbal y fluidez

Los 8 elementos de Musica do Circulo

CÍRCULO

El círculo es el elemento que representa la visión y los valores que «Musica do Circulo» busca cultivar en el mundo, un lugar donde todos son vistos y ven a los demás, donde nadie está por encima ni por debajo, en cuyo centro cada uno aporta su mejor y única contribución, donde la música y la relación nos permiten convertirnos en una «unidad común» sin dejar de ser quienes somos.



IMPROVISACIÓN



En una sesión de «Musica do Circulo», la música siempre se crea sobre la marcha, pero todo lo que ocurre en la reunión también puede improvisarse siguiendo el flujo de lo que el momento requiere, lo que da lugar a momentos inesperados y sorprendentes.

La improvisación nos mantiene presentes, invita a escuchar con atención y es una práctica intrínsecamente cooperativa.

MÚSICA CORPORAL

El estudio de la música corporal, que integra el canto y la percusión corporal en igualdad de condiciones, forma parte del ADN de «Musica do Circulo». Nos permite ser nosotros mismos el instrumento musical, nos invita a «convertirnos» en sonido con otras personas, involucra todo nuestro ser (físico, emocional, mental e intuitivo) y reconoce los recursos musicales únicos que tiene cada cuerpo humano.



JUEGO

El espíritu del juego interactivo y cooperativo es la esencia de nuestros círculos. Los talleres de Musica do Circulo se basan en ocho juegos básicos que tienen infinitas variaciones. Proporcionan la estructura musical y relacional de la experiencia «Musica do Circulo», y los fundadores de Musica do Circulo aprendieron esos juegos de Stênio Mendes, Fernando Barba y Bobby McFerrin.



MOVIMIENTO



La música y el movimiento están íntimamente relacionados, y esto es especialmente cierto en el caso del canto y la percusión corporal. En nuestros círculos es habitual que surjan coreografías espontáneas y bailes libres. También exploramos mucho el movimiento en el espacio y muchas formaciones especiales diferentes que afectan a la experiencia acústica y relacional de los participantes.



CONTACTO

El elemento del contacto es muy importante al comienzo de nuestros círculos, cuando normalmente se llevan a cabo actividades de integración y conexión, creando un entorno inclusivo en el que las personas se sienten bienvenidas para ser quienes son y abiertas a la aventura que les espera. También es una intención que está presente cuando nos miramos a los ojos, nos damos la mano, chocamos los cinco o bailamos juntos. Fabio Brotto y la Pedagogía de la Cooperación son nuestra gran inspiración en lo que respecta a este elemento.

COMUNICACIÓN NO VERBAL



Cuando hacemos música, nos comunicamos de forma no verbal constantemente. En «Musica do Circulo» adoptamos ese principio y evitamos explicaciones verbales largas y complejas, alejándonos del exceso de reflexión y explorando creativamente otros canales de comunicación y comprensión más conectados con el cuerpo y la intuición.

FLUJO

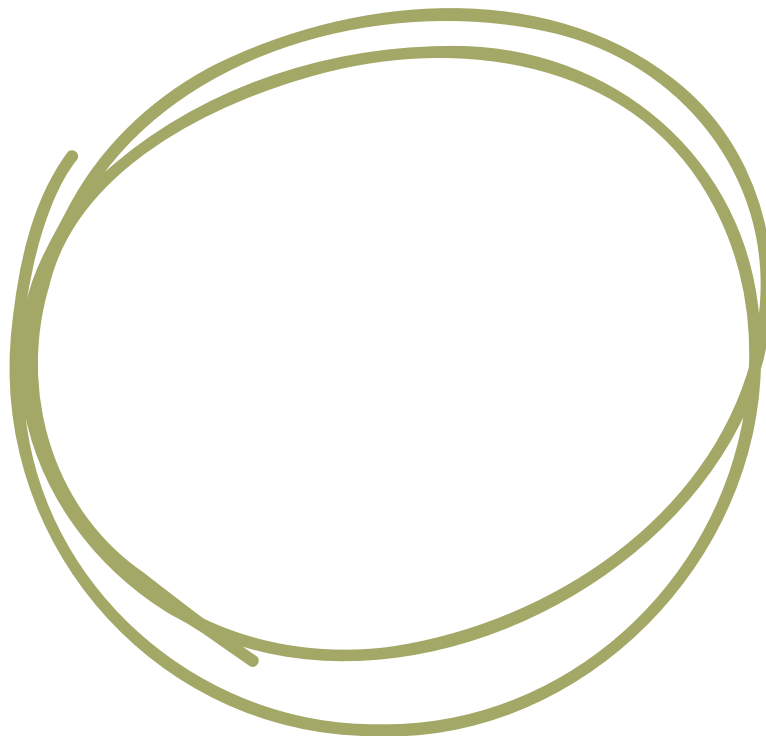
En «Musica do Circulo» normalmente experimentamos los diferentes juegos y momentos musicales en una cadena sin interrupciones. A eso lo llamamos «flujo» y puede durar desde unos minutos hasta unas horas. El flujo tiene vida propia, con la energía de cada momento acumulándose para el siguiente, invitando a una mayor presencia y apertura, a una escucha más profunda y a una mayor libertad expresiva.



Para quién?

Esta actividad está abierta a cualquier persona que desee experimentar la improvisación colectiva como medio de conexión humana. Son bienvenidas personas de todas las edades, géneros, profesiones, filosofías y nacionalidades.

No es necesario tener experiencia musical previa para participar en estos talleres. Partimos de la premisa de que todo ser humano tiene musicalidad, ganas de cantar y compartir. Por lo tanto, la música que surge en cada taller es la música única de ese círculo, de ese momento, de ese instante en el universo. Es una experiencia puramente musical que nunca se repetirá. Es la música de ese círculo.



Raíces...

La práctica Música do Circulo fue creada por Ronaldo Crispim, Zuza Gonçalves y Pedro Consorte, fundadores del Instituto Música do Circulo, en Brasil. Se basa en las técnicas Circle Songs de Bobby McFerrin, la música corporal y los juegos de improvisación de Stêtenio Mendes, Fernando Barba y su grupo Barbatuques, las Pedagogías de la Cooperación y las técnicas de la Comunicación No Violenta.

De esta manera, la musicalidad y la conexión humana se hacen realidad a través del juego.

Para obtener más información sobre el Instituto Música do Círculo, visite el sitio web:

www.musicadocirculo.com



Sobre mi...



Mi nombre es Aida Domínguez. Nací en España y soy terapeuta y facilitadora de danza y música consciente. El arte y la sanación son los dos pilares principales de mi vida.

He impartido cursos de danza consciente y trabajado con música improvisada durante más de 20 años, dando seminarios, talleres y conciertos en diferentes países de América Latina y Europa. Viví dos años en Brasil, donde me nutrí de la música y los ritmos brasileños, y cinco años en Finlandia, donde me nutrí de sus métodos educativos.

Después de terminar mi educación y formación en el Instituto Música do Círculo, he llegado a comprender que facilitar esta experiencia musical y ayudar a las personas a descubrir su musicalidad y sentirse más conectadas entre sí a través de la música es una de mis razones para vivir.

Para más información: www.aidadominguez.com



MÚSICA DO CÍRCULO

aidadominguezpadilla@gmail.com

www.aidadominguez.com

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