

¿Cómo funciona?

El poder de la Danza Consciente reside en una verdad simple pero profunda:

Donde va la atención, fluye la energía.

Al movernos a través de todos nuestros centros energéticos, apoyados por música, ritmo y vocalización cuidadosamente elegidos, cuando la consciencia alcanza la coronilla, todo el canal central se activa: vivo, luminoso y profundamente armonizado.

La experiencia no termina cuando la música se detiene. A menudo permanece durante horas un estado de claridad, suavidad y dicha, una señal tangible de que algo profundo en el interior, mucho más allá de la superficie, se ha transformado.



Beneficios principales

- Alineación energética profunda que apoya tanto la salud como el despertar interior.
- Liberación de cargas emocionales y bloqueos subconscientes.
- Mayor resiliencia y capacidad para atravesar los desafíos de la vida.
- Conexión más profunda con el cuerpo, la intuición y la verdad interior.
- Experiencia directa de alegría, presencia y libertad encarnada.

Únete a nosotros
y explora la
profundidad
interior.

Para experimentar la Danza Consciente,
contacta con:

✉ devi@mohanji.org

Mohanji



Danza
Consciente

Mohanji





¿Qué pasaría si una profunda transformación interior pudiera suceder a través del movimiento consciente, la presencia y la entrega?

La Danza Consciente es una meditación guiada a través de la danza, profundamente transformadora, donde el movimiento se convierte en una puerta de entrada hacia la consciencia.

Practicada con los ojos entrecerrados, la atención dirigida hacia el interior y el cuerpo libre para moverse sin coreografía, te invita a entrar en un estado de expresión pura y sin filtros.

A través de una guía suave pero precisa, la consciencia se dirige a centros energéticos específicos a lo largo del eje central del cuerpo. A medida que el movimiento fluye libremente, comienza a despertarse una poderosa alineación vertical, conectando las dimensiones física, emocional y sutil del ser.



¿Por qué Danza Consciente?

Arraigada en uno de los principios esenciales del yoga — el movimiento con la consciencia dirigida hacia el interior — la Danza Consciente expande este principio hacia una experiencia viva y encarnada de alegría, profundidad y vitalidad.

Cuanto más se practica Danza Consciente, comienza a desplegarse una transformación natural, no solo en cómo te sientes, sino también en cómo te percibes a ti mismo/a y a la vida.



El corazón COMO PUERTA DE ENTRADA

En el centro de este viaje se encuentra el corazón, un poderoso puente entre lo terrenal y lo divino. Se presta especial atención al despertar del centro del corazón, permitiendo una sensación más profunda de libertad, alegría auténtica, fuerza interior y la experiencia viva del amor incondicional.