



# Programa Formación en escucha consciente

## Primer nivel general

Esta formación está destinada a personas que les interese integrar la herramienta de la escucha consciente como crecimiento interior y a la vez, con la opción de incorporarla en el trabajo pedagógico o terapéutico.

Son 8 módulos teórico – vivenciales básicos comunes. Al término de cada módulo el estudiante tendrá que entregar trabajos a través de los cuales se irá evaluando el desempeño e integración de la música y la metodología.

### Temario de los módulos:

#### Módulo I “Escucha musical y aporte al desarrollo humano”

- Santuario de la música en el interior de cada uno.
  - Conciencia del sonido
  - Definición de conceptos
  - Afinar el alma
- Método escucha consciente (oír versus escuchar)
  - Como aprender a escuchar nuestro ser interno
  - Por que la música clásica
  - Tipos de escucha
  - Origen de la escucha consciente e historia. Compositor. Tres silencios.
- Aportes al ser humano:
  - Integración de hemisferios
  - Potencial creativo
  - Valores, belleza, disciplina
  - Cultura
  - Concentración
- Rectificación musical:
  - Integración de la vibración musical.



## Módulo II “Análisis musical”

- Escritura musical del oyente – Melorritmia
- Tipos de partituras:
  - Aporte vibracional: partitura creada.
  - Partitura pedagógica.
  - Partitura para ejercicio de escucha consciente.
- Beneficios de crear la propia partitura: “Radiografía mental”.
  - Integración de hemisferios.
  - Potencial y discriminación auditiva.
  - Proceso interno: silencio mental, diálogo, auto observación.
- Análisis musical y comprensión musical:
  - Método de análisis como ejercicio interno.
- Método de la comprensión como apertura de un DON.
  - Investigación musical de conocimiento evolutivo.
  - Apertura a comprender lenguajes sutiles de comunicación.
  - VER, ESCUCHAR y PERCIBIR la conciencia expresada en la vida.

## Módulo III “lenguaje del espíritu”

### Lenguaje musical y del espíritu

- Tipos de música y propósito
- Análisis musical, escucha consciente y meditación musical. (tres herramientas con propósitos diferentes)
  - Análisis musical: Discernimiento, orden mental, apertura a la conciencia auditiva.
  - Escucha consciente: Nutrición musical
  - Meditación musical: Apertura al diálogo interno.
- Conexión con el ser interno:
  - Meditación musical:
    - Luego de la escucha: nutrición y tarareo interior.
    - Significado de la partitura interna
    - Silencio interior, escucha interna (diálogo musical).



## Módulo IV “Escucha interna, escucha externa”

### Conexión con el Ser interior – fuente de sabiduría

- Caminar en la vibración del sol. (Adhesión al Nuevo Tiempo)
- Independencia en el proceso evolutivo:
  - Escuchas simples y camino a complejidad:
    - Músicas simples instrumentales:
      - Minuetos, rondó, danzas.
      - En base a contenidos específicos.
    - Músicas cortas o largas con más de un instrumento.
    - Músicas con mayor duración.
    - Músicas cantadas.
    - Canon, fugas.
  - Aprender a reconocer el lenguaje del Gran Espíritu en la vida.
  - Evolucionar desde la conciencia.

## Módulo V “Estrategias para integrar la música I” – Sonido

- Dinamización del proceso interno, adhesión al ritmo evolutivo.
- Silencio
- Canto interior:
  - Tarareo: común y nasal
  - Silbar: Común y silbato del viento
  - Interno: mental y meditativo.
  - Canto nutricional.
- Canto y respiración consciente musical.

## Módulo VI “Estrategias para integrar la música II” Color y forma

- Transformación creativa.
  - Melorritimia
  - Melocromía
  - Meloforma
- Transformación del ser desde el SER.
  - Pautas generales para sostener la conexión
    - Tarareo
    - Contemplación
    - Comprensión de la obra y sus claves en uno.



## Módulo VII: “Estrategias para integrar la música III” Movimiento

- Conciencia del movimiento
- Técnicas de terapia corporal
- Partitura corporal
- Acto melódico:
  - Actividad cotidiana como movimiento viviente.
  - Armonía en la expresión personal.
- Danza:
  - Arquetipo femenino.
  - Arquetipo masculino.
  - Manifestación desde la armonía

## Módulo VIII: “Reformando al ser”

- Asumiendo ser guía, guardián y pilar de mi proceso.
  - Patrones y mecanismos.
  - Clave de transformación:
    - Auto regulación.
    - Auto contención.
    - Auto sostenimiento.

### **Taller impartido por:**

**Tamina Alvarez Eskuche**, formadora trabajando con niños, jóvenes y adultos en desarrollo humano desde 1997. Estudió en la universidad de concepción, Chile, educación diferencial mención def. mental y trastornos psiquiátricos infantil (1994). Formación en el diplomado de desarrollo humano a través del Arte, impartido por Artesofía Internacional (1994). Co fundadora de la escuela creativa para niños a través del arte y de la comunidad de las Artes Uruguay (1997). Creadora del método escucha consciente para niños y jóvenes desde la interacción artística (1997). Co creadora del programa Educación Evolutiva Ariaté, impartiendo clases desde la aplicación de dicho programa desde 3 a 18 años (2003). El programa de la Educación Evolutiva está basado en la integración holística del ser, integración de hemisferios, arte, transformación activa y aplicación del juego y expresión libre del ser. Formadora y asistente en proceso de embarazo consciente a través del arte. (2001) Coordinadora internacional de la Red de Educación Evolutiva de la Universidad de la Luz (2006). Educadora de la Escuela Evolutiva Amatreya y formadora de docentes en la aplicación del programa y de técnicas derivadas del arte para la mejora de la tarea formativa. (2009 en adelante).