

IntroDanza es un profundo método de auto-conocimiento que se desarrolla con el propósito de liberar la mente de los juicios para lograr estimular mayor consciencia en el participante a fin de llevarlo/la hacia un espacio más espiritual, más abstracto de la mente, donde la conexión, la conciencia, la armonía y el propósito quedan al alcance del individuo a través de una experiencial muy personal y profunda, que se propicia con música y un movimiento guiado.

Desarrollada por Carolina Corada en Venezuela, IntroDanza ha sido llevada por el mundo (Colombia, Brasil, USA, Dinamarca, Suecia, España, Inglaterra, Irlanda) donde visitó las comunidades más variadas (empresas multinacionales, prisiones, convenciones, buscadores espirituales de diversas religiones).

IntroDanza se centra en los pensamientos del participante como punto de inicio para cualquier encuentro humano exitoso. Por lo tanto, una sesión inmediatamente ayudará al participante a identificar los obstáculos que le impiden sentirse dichoso, motivado, alerta e integrado con sí mismos, su trabajo, su familia y su ambiente, proporcionándole una oportunidad inmediata de liberación y para logra hacer un cambio aquí y ahora.

Aun cuando **IntroDanza** se inspira y se diseña para la integración vivencial de los principios del libro Un Curso de Milagros, **IntroDanza** se ha utilizado con grupos diversos entre los cuales se cuentan niños, terapeutas, ejecutivos, profesores universitarios y sus alumnos, adolescentes, ancianos y hasta prisioneros en cárceles.

IntroDanza se experimenta en silencio interior: es la danza interna, y con la primera "Danza" el participante recibe un foco/idea central que mantendrá en su mente y que lo acompañará en su movimiento y observación de sus pensamientos. Carolina ofrece una demostración del movimiento y guía al grupo para que se sumerja dentro de la vivencia en movimiento alcanzando la experiencial de aceptación, con música. En una sesión, el foco puede variar entre:

Con Uno Mismo: Como si no hubiera más nadie en la habitación

A Dos: Una vivencia compartida que introduce la confianza y la comunicación no verbal ofreciéndonos una oportunidad inmediata para liberar el juicio de la mente.

En Grupo: El grupo se abre a la experiencia de aceptación de la verdadera comunicación con la Fuente y con la Humanidad.

Cada sesión de **IntroDanza** es una travesía en la cual los participantes son guiados a mirar sus resistencias y atravesarlas, hacerse conscientes de su hábito de juzgarse a sí mismos y a otros, y a tomar decisiones diferentes en favor de la dicha, la completitud y la paz, en un ambiente seguro, cálido con mucho apoyo. Se abren los corazones a favor de la aceptación de los otros y se inicia el proceso de auto descubrimiento como una verdadera posibilidad para alcanzar paz y dicha duraderas.



"Esa noche... me hizo mirarme más profundamente y hacerme algunas preguntas poderosas... ¿A qué le tengo miedo? ¿Qué es lo que estoy escondiendo? ¿Qué tipo de juicio estoy conservando? ¿De qué manera veo realmente a mi hermano? Carolina es como un ángel. Lenta y gentilmente, con amor y sencillez, persuade al ego a que salga a la superficie de la consciencia en un entorno amoroso y seguro para que puedas observarlo, enfrentarlo y liberarlo. ¡Que regalo! Donna Moldovan