



Dorodango

Participantes

1-30

Recorrido

-

Duración

1'5-2h

Nivel de desconexión



Un mundo que parece girar cada vez a más velocidad y en muchas ocasiones esta velocidad hace que los equipos de trabajo entren en una vorágine donde el estrés a menudo se convierte en el motor de giro.

Por eso os proponemos una experiencia de ralentizar, parar y descubrir como a través del barro podemos vivir la conexión y trabajo casi meditativo. En nuestros tiempos pensamos que el acto más revolucionario es parar.

Gracias a las manos expertas de la ceramista Montserrat Carafí vamos a ser capaces de transformar la tierra de campo en barro y ese barro en una bola preciosa que va a dar mucho que hablar.

Objetivos

- Relajación y concentración
- Sintonización del equipo.
- Espacio para la meditación en equipo.

Eso sí, cada participante a su bola, pero a la vez en la de todos para acabar llevándonos a casa, algo que nos va a recordar para siempre que somos tierra.

Esta técnica de transformar una bola de barro en una bola fantástica es conocida como “dorodango” y proviene del Japón. Nos ayuda a potenciar la concentración, la relajación y es una forma de meditación. Además, Montserrat le da una vuelta más a la bola y en su interior hay semillas que si se quiere podrán germinar en un futuro solo con mojarla.

No os preocupéis que si no podéis ir al campo nosotros os llevamos el campo a vuestras instalaciones, ya que esta actividad se puede realizar en cualquier espacio indoor o outdoor.

Programa

- 0.00h Presentación y alianza
- 0.15h Dorodango
- 0:30h Instrucciones taller
- 1:30h Final de la actividad

