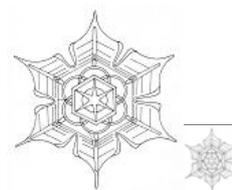


Cantamos al invierno



*Un espacio para **compartir, disfrutar y celebrar**
el ciclo del año con **música, silencios y cantos.***

“El otro **único sonido** que hay es el barrer
del viento suave y **los copos como plumas.**
El bosque es encantador, **oscuro y profundo,**
pero yo tengo **promesas** que cumplir,
y un **largo camino** por recorrer antes de dormir,
y un largo camino por recorrer **antes de dormir.**”



Extracto del poema de Robert Frost “Alto cerca del bosque en una tarde de nieve”



Llega el invierno, misterioso, silencioso, profundo. Tiene una fuerza tranquila que nos invita a recogernos, a mirar hacia dentro para hallar allí mismo, en nuestro corazón, **una nueva luz...justo cuando menos lo esperamos.**

Para que pueda ocurrir este **milagro, hemos de levantar la vista hacia las estrellas.** Su resplandor nos ayuda a recordar para qué hemos venido aquí y nos da la fuerza para **transformar nuestra oscuridad en acción luminosa.** En este acto de transformación, sencillo y humilde, preparamos el terreno para que en primavera puedan salir las flores más bellas a la luz.

Aprovecharemos nuestro encuentro para preguntarnos, desde el fondo del corazón:
¿qué quiero que se transforme dentro de mi este invierno?

Ven a jugar y cantar con los copos de nieve y a compartir tu luz, **tu estrella brillante,** para que te guíe hacia este lugar especial, donde cada día, puedes renacer y ser tu mismo/a.

Sigrid



La actividad “Cantamos a las estaciones - invierno” tiene una duración de una hora y se ofrece, en versiones distintas, tanto para niños (6-12 años) y público familiar como para adultos y personas mayores. Debido a los elementos interactivos de la actividad, el tamaño de grupo recomendado es entre 8 y 25 participantes.

Esta propuesta musical ha sido creada por Sigrid Haas, cantante y gestora cultural especializada en el ámbito de la divulgación musical para favorecer el crecimiento personal (www.sigridhaas.com).