



CRISALIDA

## Armonización Sonora

En la armonización sonora,  
los sonidos de los 4 elementos  
(aire, tierra, fuego, agua)  
se utilizan para crear un equilibrio y  
armonía en el cuerpo y la mente.  
Cada elemento se asocia con frecuencias  
y sonidos específicos que pueden influir  
en nuestra energía y bienestar.

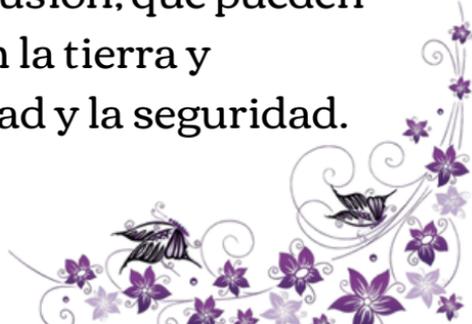




## CRISALIDA

Aire: sonidos ligeros, aéreos y expansivos como campanas o instrumentos de viento, que pueden ayudar a elevar la conciencia y promover la claridad mental.

Tierra: sonidos graves, estables y fundamentados, como tambores o instrumentos de percusión, que pueden ayudar a conectar con la tierra y promover la estabilidad y la seguridad.





## CRISALIDA

Fuego: sonidos intensos, apasionados y transformadores, como instrumentos de percusión o sonidos de fuego, que pueden ayudar a estimular la energía y transformación.

Agua: sonidos suaves, fluidos y calmantes, como cuencos tibetanos o instrumentos de agua, que pueden ayudar a clamar la mente y promover la relajación.





CRISALIDA

Al combinar estos sonidos, se puede crear una experiencia de armonización sonora que equilibre y armonice el cuerpo, la mente y el espíritu.

