

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

RECUERDO NÚMERO 7

DESCRIPCIÓN WORKSHOP

Planteamos los workshops como una ramificación de nuestra filosofía de creación. Esta es para nosotros un encuentro accidental, desconocido, y a través de una verdadera afinación de nuestra sensación corporal podemos abrir la puerta a la posibilidad de que esto suceda a través de nuestro movimiento. A través de una escucha y atención a lo que está pasando en el momento presente, ya sea dentro o fuera de nuestro cuerpo, se adquiere un nuevo sentido de control, o lo que llamamos técnica, que es espontánea y creativa, como lo es la vida. La acción entonces emana de esta espontaneidad y la escucha permite adquirir un control que no está basado en unos cánones dictados por una determinada técnica, sino en un estudio personal de la práctica del movimiento. Las sesiones por tanto ofrecen la oportunidad de explorar y cuestionar la propia práctica. Reconocer el propio cuerpo y cultivar el estado de presencia es la base para cualquier tipo de expresión. Por eso la práctica parte de un trabajo de afinación de la atención y percepción.

A partir de una sesión continua guiada por la palabra se abre un espacio para el estudio de fundamentos básicos del movimiento, pero no vistos desde una técnica establecida, sino desde un diálogo personal entre acción y atención. Lo que se proponen son preguntas y es cada persona la que intenta responder a esas preguntas moviéndose. Movimiento como base de un pensamiento y reflexión física. Moverse para buscar respuestas y generar nuevas preguntas. Las sesiones promueven el desarrollo de actitudes, destrezas y habilidades a partir de un aprendizaje vivencial que parte del movimiento. No se trata de mostrar o explicar lo que se está haciendo. En las sesiones no importa lo que se esté haciendo, sino cuan conectado se está con lo que estás haciendo. A partir de esta conciencia se despliega y expanden las posibilidades expresivas y el bailarín adquiere una seguridad y honestidad en su práctica que puede trasladar luego al trabajo en cualquier proceso creativo.

Duración: 1 a 2 horas

Requerimientos:

- Espacio habilitado para realizar un workshop de movimiento.
- Equipo de sonido.