

A través del Teatro y la terapia Gestalt, se ofrece este taller de Teatro Terapéutico donde, desde el juego de improvisaciones, expresión corporal y desarrollo de personajes con distintos roles, se conducirá al participante al “*darse cuenta*” de la máscara o distintas máscaras que habitualmente actúan en su vida diaria, para así también poner consciencia a aspectos de la personalidad no integrados o rechazados y a las potencialidades por descubrir.



Se pretenderá romper con patrones de comportamiento que conducen a la infelicidad, para evolucionar a la plenitud, bienestar y auto-conocimiento.

Se buscará identificar la máscara habitual que no siempre nos es beneficiosa y explorar las posibilidades de interpretar aquellas desconocidas que también existen en nosotros, con el fin de que nos sea útil para actuar satisfactoriamente en el día a día.

Se posibilitará la toma de consciencia de los estilos neuróticos de los-as participantes, exagerando las diferentes máscaras que se utilizan desde la inconsciencia para *“darse cuenta”* de cómo en la actualidad muchos de los esfuerzos de interrelación son un gasto de energía innecesario y una fuente de sufrimiento basada en creencias disfuncionales que a través de su dramatización se hacen obvias.

Cuando la máscara se rigidiza ya estamos, no ante el engaño, sino ante la enfermedad.

El ego está conformado por las corazas, las máscaras que nos vamos poniendo desde la infancia para tener un lugar en la familia, en la sociedad... Este proceso de enmascaramiento nos resulta en principio útil pero, a la larga, nos oprime hasta asfixiar.

-¿De qué te vas a disfrazar hoy?

- De mí mismo

- Te costará encontrar una máscara

- No, me costará quitarme todas las máscaras.

Y ya definitivamente, sin máscara alguna, como naciste, te enfrentarás al gran día del carnaval infinito.

¡Qué te diviertas (otra vez)!

“Cada vez que me pongo una máscara, lo hago para tapar mi realidad fingiendo ser lo que no soy. Lo hago para atraer a la gente. Luego descubro que sólo atraigo a otros enmascarados y alejo a los demás, debido a un estorbo: la máscara.

Cada vez que me pongo una máscara lo hago para evitar que la gente vea mis debilidades. Luego descubro que como no ven mi humanidad, al no ver lo que soy, sólo ven la máscara.

Cada vez que me pongo una máscara lo hago para evitar ofender a alguien y ser diplomático. Luego descubro que aquello que ofende a las personas con quienes quiero intimar, es la máscara.

Cada vez que me pongo una máscara lo hago convencido que es lo mejor que puedo hacer para ser amado. Luego descubro la gran paradoja... Lo que más deseo lograr con mi máscara, es precisamente lo que impido con ella”

Gilbert Brenson





ÁNGEL RIDAO DEL SOL

Ángel Ridao del Sol, graduado en Arte Dramático por el Instituto del Teatro de Sevilla (C.A.T.). Formado en Terapia Gestalt por “La Montera” (Aula de Gestalt para la psicoterapia y las artes escénicas). Especialista universitario en teatro social e intervención socioeducativa. Participante del programa S.A.T de Claudio Naranjo.

Le avala además una extensa trayectoria profesional como actor de teatro en compañías como La Imperdible, Atalaya, Centro Andaluz de Teatro... , en cine y televisión.

DESARROLLO del taller:

El taller está ideado para realizarse con una duración mínima de entre seis y ocho horas, por lo que se propondría su realización en viernes tarde y fines de semana. Sin embargo, su gran versatilidad lo hace adaptable a las necesidades del centro y a las características de las personas a las que va dirigido, pudiendo variar en su duración y planteamiento horario.

En La Calle S. Coop. And.

Pasaje Mallol, 16 B, 41003 Sevilla

C.I.F.: F-91497925

Telefax.: 954 536 888 / 607 320 858 informacion@enlacalle.info

www.enlacalle.info

