

# TALLER

## TEATRO TERAPEUTICO

### Máscaras Externas, Realidad Interna

*"Prefiero vivir mi vida reconociendo que no soy perfecto,  
en lugar de vivir mi vida pretendiendo ser alguien que no soy"*

#### *Qué es la máscara?*

La máscara surge de nuestros intentos frecuentemente frenéticos y siempre destinados al fracaso por vivir de acuerdo con un ideal "perfecto", de acuerdo con una imaginación propia idealizada.

El esfuerzo por obligarnos a entrar dentro de una imagen perfecta de quién pensamos que deberíamos de ser, nos mantiene agitados y alejados de la paz que entraña la auto-aceptación.

#### *Por qué el ser humano requiere de las máscaras ?*

Una de las maneras en que nuestro niño interior ha aprendido a defenderse de las experiencias difíciles y/o traumáticas de la infancia, es precisamente la utilización de las máscaras, las cuales implican la creación de un ser falso que hay que mantener energéticamente, dado que es la creación de una imagen idealizada de uno mismo.

Las máscaras nos protegen del ambiente hostil en el que vivimos en esta sociedad moderna, nos cubren la parte más frágil de nuestra persona, la parte más vulnerable.

Las máscaras entonces cumplen su función en cuanto nos podemos proteger del exterior pero el precio a pagar es verdaderamente muy alto dado que se produce la desconexión con nuestra verdadera esencia, con nuestra alma.



**El Teatro** es juego, es acción, es la llave mágica a la puerta de la expresión.

**El Teatro Terapéutico** es un camino de crecimiento: estados de ánimo, pensamientos y sentimientos, fluyen en la expresión teatral, en una experiencia creativa, liberadora y siempre nueva.

**Imparte el taller Ció Sagristà**, Terapeuta Gestalt. Terapia energética y emocional. Actriz. Pedagoga Teatral. Teatroterapeuta y formadora de teatro terapéutico.

Iniciadora en España de la Formación de Teatro Terapéutico. Practitioner en PNL. Coach. Formación corporal (Río Abierto).

Guía en Constelaciones Familiares.

Directora de Gestual "mucho más que Teatro"

#### *Quién soy? Cómo soy? Y que quiero en realidad?*

Ven con tus personajes, tus mascararas. Ven con tu equipaje , su destino es volverse visible y ligero en un empeño de unión , compromiso, reconocimiento y juego. Conocer y escuchar tu autentico YO, y desde ese conocimiento acceder a tu propia realidad interna para poderla poner y actuarla, en cualquier área de tu vida que desees.

#### *A quien nos dirigimos:*

A todas aquellas personas interesadas en redescubrirse formando parte de un grupo.

Profesionales de la salud, la educación, la comunicación, el arte, el teatro .....

Y a todos aquel@s que estén dispuest@s a dar un paso adelante para ser mas felices en su vida.

#### **Se utilizan técnicas terapéuticas:**

Gestalt, Constelaciones, Pnl, Análisis transaccional, Chamanismo.... **y Técnicas teatrales** : Impro Dirección, Guiones, Escenografía, Maquillaje...

Todo desde la diversión y el entretenimiento, para llegar con mayor deshinibición a las propuestas. Siempre de una forma respetuosa con la persona, sus emociones y sus tiempos.

**Organiza: Ki ara**

**Fecha: Sábado 6 julio de 10h a 14h/16h a 20h y Domingo 7 julio de 10h a 14h**

**Precio: 120€ Alumnos: 100€**

**Lugar: Via Massagué, 11, 1er piso 08201 (Sabadell)**

**Reserva de Plaza: Tel: 93 7272798 [www.ki-ara.es](http://www.ki-ara.es) / [info@ki-ara.es](mailto:info@ki-ara.es)**