



En este taller se trabajará desde la metodología creada por Josefina Báez: Autología del Performance. Es una metodología práctica e inclusiva, abierta a todos y todas, sin importar nivel o disciplina seguida. La Autología del Performance nutre el cuerpo, la mente y el espíritu. Invita a una vida creativa, a una vida co-creando.

Sus fuentes incluyen biomecánica de teatro, yoga, ayurveda, meditación, caligrafía china, danza del mundo, música, literatura, teatro, cultura popular, la cultura del té, video arte, modalidades de sanación, entre otros. Hay una serie de protocolos compartidos que el hacedor explora, decide lo que le interesa incluir en su práctica personal, creando así su propia autología. Se trata de trabajar desde el bienestar físico-mental, afinando el cuerpo para asentarnos ahí. Esto incluye la postura física, el equilibrio, la escucha, en fin, trabajar desde lo cotidiano, ese lugar donde nace lo extraordinario, nutriendo el ritual y la disciplina personal del hacedor.

Mediante esta metodología de trabajo se propone, entonces, un sistema creativo, de comunidad y práctica, basado en la autobiografía y bienestar del hacedor y de la hacedora durante el cual se co-crea. Está diseñado con una apertura que permite a cada individuo encontrar sus principios en cualquier etapa de desarrollo, y para cualquier tipo de actividad creativa. El bienestar y el 'aquí y ahora' son su base, pues el presente es vital, ya que preparan al individuo física, emocional y espiritualmente para la exploración personal de su propia subjetividad. Por ello, el participante de este taller creará su propia historia, su particular forma de contarla, su propio 'storytelling'.

Antes de dar taller, la pedagoga y artista dominicana-york se encontrará con el público y hablará de su método de trabajo la “Autología del Performance” y realizará una lectura dramatizada de los textos “Como la Una” y “Canto de Plenitud” en CAAE en 10 de marzo en 20.30 horas.

Por más información [PINCHA AQUÍ](#)

En el taller se utilizarán las siguientes herramientas, entre otras:

- los Ritos Tibetanos (Secuencia de yoga pilar del entrenamiento físico en la Autología del Performance. Le llaman la fuente de la juventud. Beneficios: flexibilidad, equilibrio, oxigenación, activa los chacras, regula las glándulas, mejora los sistemas óseo, nervioso y circulatorio, entre otros formidables resultados).
- Zen Master (Trabajos de balance con bastones de madera, para centralización, equilibrio y armonía).
- Jin Ji du li (ejercicio simple y con profundos beneficios, 1 minuto al día).

“Autología del Performance: storytelling” abre un abanico de posibilidades para contar la propia historia, tales como:

- “Me acuerdo de esa canción”. Nuestras historias. Nuestra Música.
- “Donde todo pasó”. Nuestro cuerpo. Nuestras historias.
- “Eso y aquello”. Objetos en nuestras historias.
- “Lo podría probar ahora”. Recetas y otras historias deliciosas.
- “Todos y cada uno”. Mi familia. Mis vecinos. Mis amigos.

Materiales a traer:

Cuaderno y bolígrafo o lápiz para escribir en él.

En colaboración con YoSoy El Otro y Mano de Obra.

CUANDO: 18 y 19 de marzo 2017 de 10,00 a 14,00hrs

DONDE: Centro de Artesanía de las Artes Escénicas (CAAЕ)*

Calle Ercilla 48, Madrid (Metro Delicias- Embajadores-Acacias).

DONATIVO: 125 €

110 € antes del 5 de marzo.

Sobre el artista

Nacida en La Romana y radicada en la ciudad de Nueva York, Josefina Báez crea y trabaja desde distintos ángulos en la concepción de sus propuestas artísticas transformándose en una artesana de las artes. Artista de proyección internacional, tiene una larga trayectoria en la que

conjuga danza, teatro, performance, música y poesía. En las redes (josefinabaez.com) así como en sus libros, Báez se presenta como ArteSana, escritora, performer, cuentacuentos, educadora, directora teatral, devota y alquimista de la Autología del Performance, su metodología de creación artística.

Con su compañía Ay Ombe Theatre, que ha cumplido su 30 aniversario en 2016, presenta su trabajo en diversos países, tales como Estados Unidos, India, República Dominicana, Nueva Zelanda, España, Australia, Finlandia, Chile, Puerto Rico y Perú. Gracias a su labor artística ha recibido grandes reconocimientos internacionales.

La Autología del Performance es un sistema creativo, de comunidad y práctica, basado en la autobiografía y bienestar del hacedor y de la hacedora durante el cual se co-crea. Está diseñado con una apertura que permite a cada individuo encontrar sus principios en cualquier etapa de desarrollo, y para cualquier tipo de actividad creativa. El bienestar y el 'aquí y ahora' son su base, pues el presente es vital, ya que preparan al individuo física, emocional y espiritualmente para la exploración personal de su propia subjetividad. Por este motivo se le considera ArteSana, escritora, performer, cuentacuentos, educadora, directora teatral, devota y alquimista del proceso para una vida creativa.

Información adicional sobre Josefina Báez: about.me/josefinaBaezAyombeT

{morfeo 98}

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)