



50 SFUMATURE DI CLOWN

Senza la schiavitù dell'applauso, la tua parte migliore viene alla luce.
- Lao Tzu -

sabato 12 maggio 2018

ore 14.30 - 17.30

Tutti possono essere divertenti, ma perché ad alcuni riesce più facili che ad altri? Qual è l'ingrediente fondamentale per divertire? Esistono sicuramente delle tecniche che possono aiutare, non lo neghiamo, ma il segreto è uno solo: il coraggio.

Bisogna aver voglia di rischiare.

Quando decidiamo di essere divertenti, decidiamo di essere straordinari... nel vero senso della parola! Straordinario = fuori dall'ordinario. Il problema è proprio questo, ci hanno insegnato che non dobbiamo mai metterci in mostra, dobbiamo conformarci tutti, omologarci. Se non mi espongo mai, allora eviterò critiche, dissensi e Insuccesso. Ma essere divertenti, e quindi essere straordinari, comporta proprio il rischio di non piacere a qualcuno, perché nessuno ottiene mai l'approvazione unanime di tutti.

Dunque si tratta di scegliere: essere prudenti, passare inosservati e rischiare che nessuno scorga mai la nostra ricchezza interiore, oppure emergere e cogliere l'opportunità di essere grandi e unici?

Il lavoro proposto verterà proprio su questo: vincere la fobia del fallimento, comprendere che la paura più grande che ci blocca (in ogni sfera della vita) è quella di essere disapprovati, e tuttavia, esporci alla critica, è il solo modo per essere divertenti.

Ajeje & Luca sono clown e formatori dell'Associazione Veronica Sacchi ONLUS, realtà indipendente di volontariato che utilizza la clown terapia, intesa come uso della comicità a scopo terapeutico, come strumento di azione per portare un sorriso a chi vive in condizioni di malattia, fragilità e disagio.

Si sono formati con numerosi artisti clown di livello internazionale, quali Patch Adams, Jhonny Melville, Rita Pelusio, Andrea Bochicchio, Antonio Brugnano, Andrea Ruberti, Matteo Galbusera, Paul Vallery, Antonio Vulpio, Teatribù e il Teatro Vigentino

Insieme formano il duo comico i "Pelo Brothers".

PROGRAMMA:

Spontaneità

Se prendiamo un adulto e un bambino e gli chiediamo di inventare una storia a loro piacimento, state pur certi che l'adulto andrà in ansia e farà una schifezza, il bambino, invece, con una naturalezza disarmante inventerà una storia molto bella. Perché? Molto semplice, spontaneità. L'adulto censura la propria immaginazione: scarta idee, le modifica, le taglia e le ricama facendo un gran casino, spesso nel tentativo di sembrare originale. Il bambino, al contrario, prende la prima cosa che gli viene in mente (che spesso è la migliore). Insieme impareremo a fidarci della nostra fantasia, a non criticarla e sminuirla, ma lasciarla libera di creare.

Ascolto

L'ascolto, inteso non solo come captazione uditiva ma piuttosto come un afferrare con tutti i sensi, è la benzina dell'immaginazione. Gli input sensoriali che ci arrivano dall'esterno, noi li elaboriamo e li trasformiamo in idee creative, che altro non sono che un miscuglio di cose che abbiamo visto, sentito, toccato, etc.

Quindi per inventare abbiamo bisogno di un inventario, cioè una banca dati di sensazioni da cui attingere. Con esercizi che coinvolgono tutte le arti, dalla scrittura alla danza, dalla musica al disegno, cercheremo di arricchire il nostro bagaglio di sensazioni ed emozioni per potenziare la nostra immaginazione.

Presenza scenica

Come sviluppare quel magnetismo, quel fascino che catalizza l'attenzione di uno spettatore su di noi? Beh, che ci crediate o no, è tutta questione di... autostima! L'interesse di un pubblico non è qualcosa che si insegue, è qualcosa che si attrae. Dobbiamo imparare a svincolarci dall'ansia del risultato, a dare il meglio di noi stessi consapevoli che, indipendentemente dall'esito, valliamo comunque. Dobbiamo amarci, apprezzarci ed essere fieri di quello che siamo. Ne conseguirà che ci muoveremo sul palcoscenico (e nella vita) con totale fiducia e sicurezza, e chi ci guarda non potrà che esserne attratto.

Corpo

Il corpo è il nostro principale strumento di comunicazione. Dobbiamo però (re)imparare ad usarlo, e per farlo bisogna liberarlo dai blocchi che ne condizionano la sua espressività. Come una cipolla, strato dopo strato ci libereremo di tutti gli atteggiamenti scorretti che adottiamo nella vita, così da far emergere la nostra vera essenza. Solo in questo modo smettiamo di essere personaggi e diventiamo persone.

Improvvisazione

Saper improvvisare è una delle caratteristiche fondamentali del clown. L'improvvisazione, però, non si improvvisa, si prepara. Ergo, attraverso esercizi ludici e divertenti impareremo a rispondere con creatività e immediatezza a stimoli esterni imprevisi ma non imprevedibili.

Questa iniziativa si terrà presso lo **spazio di Eni Polo Sociale** in via Unica Bolgiano 2, al costo di **35€**.

Prenotazioni contattando la segreteria fino a esaurimento dei posti disponibili:

- telefono: 02 520 42713 / 47108
- email: polosociale@eni.com