

Dar a luz la voz interna

«Yo tengo una palabra en la garganta»

Taller online por Zoom, en directo

4 sesiones de 1:30 hrs.

Guía: Micaela Paredes Barraza

Valor total:

55 EU / 55.000 clp

44 EU / 44.000 clp c/u si te inscribes con alguien más.

Inscripciones: contacto@lavoicesila.com

Somos seres tejidos de palabras. Creamos y habitamos nuestra realidad a través de ellas. Las palabras que conforman nuestro imaginario no son herramientas inertes: están vivas. Las utilizamos para comunicarnos con el mundo, sí; pero también ellas mismas se sirven de nosotras para traernos noticia de nuestro universo interior y sutil.

Este taller está dirigido a quienes quieran explorar y reconocer su propio universo latente y darlo a luz a través de la palabra escrita. La invitación es a sensibilizarnos con nuestro propio e íntimo lenguaje: esa voz interna y sus varias voces, que surgen espontánea y cotidianamente cada vez que sentimos y pensamos. Cada una de nosotras/os ha conformado y nutrido su propio imaginario verbal a través de la experiencia vital, sin darse cuenta. Cuando comenzamos a tomar consciencia de la particular forma en que nuestra propia sensibilidad y manera de estar en el mundo encarna en las palabras que nos habitan —las que decimos y las que callamos, las que nos confirman y las que nos confrontan, las que amamos y las que nos duelen— adquirimos una poderosa y alquímica herramienta para conocernos, aceptarnos, transformarnos e integrar dimensiones hasta ahora desconocidas de nuestro ser.

Núcleos de sentido que articulan este viaje:

Sesión 1. La palabra como medio para contar nuestra experiencia, pero también como experiencia en sí. Lectura de fragmentos y ejercicios de escritura in situ.

Sesión 2. Habitar poético: sentir e imaginar el mundo como una actividad vital. Lectura de fragmentos y ejercicios de focalización de la atención corporal y escritura in situ.

Sesión 3. Consciencia e inconsciente en diálogo: la receptividad activa como herramienta para la autoexploración creativa. Lectura, ejercicio de imaginación activa y escritura in situ.

Sesión 4. El lenguaje del alma: la palabra como imagen y reflejo de nuestro estado existencial presente, huella viva de nuestra historia pasada y semilla de nuestras posibilidades futuras. Síntesis de lo experimentado, lectura de fragmentos y ejercicios de escritura.

Rutas por recorrer: ¿qué haremos durante el taller?

- Compartiremos la lectura en voz alta de algunos fragmentos de diversas y diversos creadores — Gabriela Mistral, Violeta Parra, Alejandra Pizarnik, Eugenio Montejo, Clarice Lispector, Amanda Berenguer, Frida Kahlo, Ida Vitale, Roberto Juarroz, entre otros—, que nos servirán como punto de partida para realizar ejercicios personales de sensibilización y exploración a través de la escritura.
- A través de ejercicios de respiración y focalización de la atención, entraremos en contacto con nuestras percepciones corporales y nuestra intuición, para plasmarlas a través de la palabra.
- Conversaremos sobre experiencias personales que emerjan a la luz a partir de las lecturas y los ejercicios de escritura propuestos.
- Llevaremos un diario/bitácora para plasmar los textos que surjan durante las sesiones, como también otras actividades complementarias de escritura que se propondrán para que cada una realice a su tiempo, fuera del horario del taller.

Cada participante recibirá al inicio una guía en pdf con los fragmentos que inspirarán y guiarán los procesos en cada sesión, y también una lista de algunas otras lecturas recomendadas. El taller está pensado como un espacio de diálogo íntimo y de confianza. El número máximo de participantes es de 12 personas.

Si deseas inscribirte, escíbeme a contacto@lavozdesila.com para reservar tu espacio

*El pago puede realizarse con transferencia bancaria, bizum o Paypal.