

Per informazioni e iscrizioni:

MI Tel. : 02 87 16 85 21 - Mob.: + 39 348 390 70 22

info@manageyourlife.it

www.manageyourlife.it



*Il corso si rivolge a chiunque voglia intraprendere un percorso di conoscenza personale sperimentando il linguaggio delle arti sceniche. Il teatro innesca infatti un processo di osservazione di se stessi e del mondo circostante che permette una approfondita e sincera conoscenza della realtà.*

*Il laboratorio è uno spazio privilegiato dove è possibile esprimersi senza giudizio per chi vuole intensamente e giocosamente scoprire la propria autenticità.*

*Attraverso il gioco accogliere il nostro continuo divenire mai prevedibile e mai fermo, ma protetto, senza l'invasione furiosa del mondo. Non esiste nessun obiettivo, se non quello di stupirci e meravigliarci senza giudizio e di lasciare le porte aperte alla trasformazione.*

*Andrea Abdullah Failla nasce a Milano dove vive e lavora. Di formazione poliedrica compie studi di grafica pubblicitaria e studi teatrali, diplomandosi nel 1988 presso l'Accademia dei Filodrammatici di Milano e seguendo i corsi di Teatrotterapia di Walter Orioli. Successivamente studia con Ludwik Flaszen (co-fondatore con J. Grotowski del Teatro delle Sorgenti). Compie studi musicali (sax tenore) sotto la guida di Paolo Tomelleri e percussioni sotto la guida di Tullio De Piscopo.*

*Suona con diversi gruppi professionisti in storici locali jazz milanesi e collabora alla realizzazione di alcune raccolte di musica meditativa per rilassamento.*

*Ha collaborato con diversi teatri italiani (Piccolo Teatro, Teatro dell'Elfo, Acquarius Teatro, Teatro Libero, Teatro Nohma etc).*

*Docente del corso "I segreti dell'esposizione in pubblico" presso lo Studio di Consulenza Brevettuale "Notarbartolo & Gervasi".*

*Docente per il Master di Comunicazione presso l'International College of Arts and Sciences nel modulo "Tecniche di Comunicazione".*

*Ha partecipato a varie produzioni pubblicitarie e televisive ed è attivo anche nell'ambito del doppiaggio.*

*Da una decina di anni si è accostato allo studio del Sufismo.*

# IL GIOCO DEL TEATRO

## Laboratorio di ricerca teatrale

### Teatro come strumento

#### nella ricerca della consapevolezza di sé

condotto da Andrea *Abdullah* Failla

I temi che svilupperemo durante i nostri incontri saranno:

#### **Training fisico:**

il corpo dell'attore è il suo principale strumento: esploreremo l'uso consapevole del nostro corpo nello spazio attraverso esercizi che implicano ritmo, sensibilità, ascolto e divertimento!

#### **Il canto e la musica:**

attraverso le percussioni ed il canto cercheremo di sciogliere le tensioni accumulate e di recuperare la nostra personale voce, il nostro canto interiore, utilizzeremo anche tecniche Sufi.

#### **Voce e dizione:**

la nozione degli accenti fonetici e una chiara articolazione delle parole sono fondamentali per imparare a modulare la voce e per rendere più vivace ed espressivo il nostro modo di comunicare con gli altri. Scopriremo insieme come il tono, il ritmo, il volume e l'intenzione, possano essere utilizzati donando alla voce una gamma espressiva più ricca.

#### **Improvvisazione:**

partendo dalla disponibilità all'ascolto, il cuore dell'attore si mette in moto: il suo corpo, la sua voce, la sua immaginazione imparano a ricevere ed elaborare in modo estemporaneo impulsi creativi.

#### **Recitazione:**

una volta poste le basi per vivere la scena con la giusta attitudine si comincia a lavorare sul testo, prediligendo la storia che ognuno di noi vuole raccontare oppure scegliendo insieme testi da studiare... per scoprire forse che in fondo stare sotto i riflettori... non è poi così male...

*Il corso verrà articolato in 10 incontri, della durata di tre ore (20,30-23,30)*

*da marzo a maggio secondo il seguente calendario:*

*marzo: 7, 14, 21, 28 aprile: 4, 11, 18 e maggio: 9, 23, 30*

*Si terrà presso Manage your life, viale Regina Giovanna, 3 a Milano (MM Porta Venezia – Scala sinistra, 4. piano)*

*Il costo complessivo di partecipazione è di 200 euro. + IVA.  
Si raccomandano puntualità e abbigliamento adatto al lavoro fisico.*