



ΣΤΑ ΨΗΛΑ ΒΟΥΝΑ .... ΣΤΗΝ ΕΛΑΤΟΥ ΤΗΣ ΟΡΕΙΝΗΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ  
Η Ελατού είναι μέσα μας, περιμένοντας στωικά να την επισκεφτούμε

## ΘΕΑΤΡΟΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΜΨΥΧΩΣΗ

Στις **22 – 24 Φεβρουαρίου 2019** (Παρασκευή - Σάββατο - Κυριακή) προγραμματίζουμε τη χειμερινή εκπαιδευτική εκδρομή του Εργαστηρίου Θεάτρου ΠΑΥΣΙΣ στην Ελατού της ορεινής Ναυπακτίας.

Δείτε οπτικό υλικό από την Ελατού με ήχο  
<https://youtu.be/MZ-4GdAPWPs>

### Τι θα σου προσφέρει η Ελατού;

Σε καλώ να κλείσεις τα μάτια, τώρα. Για λίγο. Όπου κι όπως βρίσκεσαι. Διαβάζοντας τούτα τα λόγια, καθώς κάθεσαι, πάρε βαθιά ανάσα. Άφησε απαλά τα χέρια στους μηρούς. Χαλάρωσε τους ώμους. Νιώσε την εικόνα του σώματός σου κι έλα να ταξιδέψεις νοερά. Άφησε τους ήχους γύρω σου να γίνουν τοπίο, ολοένα και πιο μακρινό, καθώς μεταφέρεσαι με νου και αισθήσεις πέρα, ψηλά στο βουνό...

Μπορείς να παρατηρήσεις –με τρόπο φυσικό– αυτό που... υπάρχει; αυτό που... συμβαίνει; αυτό που... αλλάζει; Ίσως να μπορέσεις να ξεπεράσεις το όνειρο. Αφουγκράσου, άγγιξε, δέξου, για να δημιουργήσεις τη μνήμη. Ζήσε την εμπειρία της πληρότητας στη σφαίρα μιας δημιουργικής φαντασίας. Γιατί η Ζωή... μπορεί. Και είναι. Συναρπαστική.

Άραγε, αντέχει ο άνθρωπος να βιώνει τη σχέση, την ευγνωμοσύνη, την ομορφιά, την ελευθερία; Σαν ψυχωμένος εμψυχωτής “αντέχεις ν’ απελευθερωθείς από την ανάγκη να είσαι ελεύθερος”. Σκέψου τι χρειάζεται η καρδιά για να γλυκάνει, ο νους για να υπερβεί, το σώμα για να ξυπνήσει.

Υπάρχεις με τις μεγάλες προσδοκίες και με την προσμονή σαν αντίδοτο στο αβάσταχτο. Κι ενώ όλα φαίνονται ασάλευτα στο χρόνο, έρχεται μια στιγμή, που αντιπαλεύεις μέσα σου για την ευφυή εκλογή, ανάμεσα στο οικείο και το ανοίκειο, στο βολικό και το δύσκολο. Τότε γεννιέται το καθήκον, που απαιτεί να αναλάβεις την ευθύνη της υπαρκτής παρουσίας σου σε τούτο το ταξίδι.

Θέλεις να γνωρίσεις Εσένα; Στο ταξίδι της Γνώσης με νέο βλέμμα μέσα από αρχέτυπα και σύμβολα ελληνικά, πανανθρώπινα. Με βλέμμα τολμηρό, γεμάτο αγωνία και έρωτα για να μοιραστείς και να μάθεις αυτό που θα γίνεις.

Σε καλώ να ’ρθεις... Σε καλώ να συμμετάσχεις στη δράση, που μπορεί να εγγυηθεί τη συγκίνηση και το στοχασμό, τη χαρά, τη συμπιλίωση και το μοίρασμα. Σε καλώ να βιώσεις στην ομάδα μια εμπειρία βαθύτατα μορφωτική, που θεμελιώνεται στον αντίποδα της συμβατικής θεώρησης και εκπαιδευτικής πράξης. Μέσα από ασκήσεις, παιχνίδια και δρώμενα, όλα τους μέρος θεατρικών αναπαραστάσεων στο φυσικό περιβάλλον, θα συναντήσεις και θα εποικοδομήσεις την απαραίτητη θεωρητική και πρακτική γνώση. Αυτήν που θα μπορείς πλέον ως εμψυχωτής –σοφός δημιουργός και αποτελεσματικός δάσκαλος– να την Εμπνεύσεις. Να τη διδάξεις. Να τη μοιράσεις. Στους μαθητές σου... Στους ανθρώπους...

### Ο Εμψυχωτής λέει για το εργαστήρι μας στη φύση

«Πρόκειται για μία ‘δια του θεάτρου’ ανθρωπιστική - διαπροσωπική μαθητεία, για μια περιπέτεια του ‘σμπάσχειν’, έμπλη από ενθουσιασμό και στοχαστική συγκίνηση για να φωτίσει την ποίηση της καθημερινότητας σε έναν άλλο χώρο και χρόνο. Σε αυτό το πλαίσιο η σχέση του Εμψυχωτή με τον ‘διάφανο’ εαυτό του είναι θεμελιώδης για τη συνείδηση της ύπαρξης, για την κατανόηση του μοναδικού Άλλου. Η σχέση του με τον κόσμο γίνεται αντιληπτή ως «φιλείν», υπό το πρίσμα της ηθικής της αγάπης, ως διαλεκτική κίνηση για την ελευθερία, σε υπαρξιακή κοινωνία και σχεσιακή συνάντηση, έτοιμος να μοιραστεί με αλληλεγγύη και αμοιβαιότητα προς όλους και όλα.»

[Απόσπασμα από το: Σ. Παπαδόπουλος. (2010). ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΤΟΥ ΘΕΑΤΡΟΥ, Αθήνα]



## Θεωρητική θεμελίωση

Η πορεία προς τη μύηση του εμψυχωτή συναντά εμπόδια που αναστέλλουν την ετοιμότητά του για συνάντηση και αλλαγή. Ο ασκούμενος είναι ανάγκη να μην αρνείται τη σοφία του εαυτού του, αλλά να έχει εμπιστοσύνη στις διαθέσιμες δυνάμεις του. Να αναζητά την ανθρωπινή του ολότητα, τη σωματική και ψυχοπνευματική του οντότητα. Να τροφοδοτεί τις ρίζες της δημιουργικής και υπερβατικής του ευφυΐας και να μη συλλαμβάνει τα πράγματα με την περιοριστική τυπική λογική και του στερεί τη δύναμη να αλλάζει. Να σιωπά. Να εμπνέει τον έρωτα στη ζωή και να οδηγεί με προσωπική ευθύνη και συνέπεια τους μαθητές του μέσα από τον ενθουσιασμό και τη μέθοδο. Να πορεύεται το δρόμο της σοφίας διερωτώμενος όχι μόνο για το τι αναζητά και ανακαλύπτει, αλλά κυρίως για το τι θα κάνει με ό,τι ανακαλύπτει.

Ο εμψυχωτής δεν 'κλείνεται', αλλά είναι ανοιχτός στο φυσικό και ανθρώπινο περιβάλλον, στο μικρόκοσμο και μακρόκοσμο. Μπορεί και διερευνά τη φύση του και τη θέση του στον κόσμο μέσα από τη γνώση, την αισθητική και την ηθική. Αναπτύσσεται και μαθαίνει. Είναι ικανός να παρατηρεί τόσο μια σταγόνα νερού όσο και τον έναστρο ουρανό, με τη συγκίνηση του παιδικού ονείρου και τον ορθό λόγο της επιστήμης. Αγώνιά, πιστεύει, ελπίζει και αγωνίζεται για μια εσωτερική και παγκόσμια αρμονία μέσα από τις αντιθέσεις. Διευρύνει συνεχώς τα όρια του νου και της αγάπης, μέσα από διαρκή περισυλλογή για την απεξάρτησή του από το 'εγώ' και την ανακάλυψη του προσώπου του στο εμείς. ένα πλεόνασμα αυθεντικής ευαισθησίας, που δημιουργεί τις προϋποθέσεις για ενεργοποίηση των σωματικών, ψυχικών και διανοητικών λειτουργιών, για ψυχική αποκάλυψη και φανέρωση.

Η σύλληψη της αίσθησης είναι 'πάσχω' αγώνας προς την αυτογνωσία που τροφοδοτείται από την προσωπική σοφία και την ανατροφοδοτεί με τη δύναμη της αλήθειας και της αγάπης. Κι όταν ο εμψυχωτής ασκηθεί στην 'τέχνη' να ανακαλύπτει την αίσθηση, τότε μπορεί να καλλιεργήσει και την τεχνική της έκφρασής της. Άλλωστε, είναι κυρίως η ευαισθητοποιημένη αίσθηση που αφουγκράζεται τον εσωτερικό εαυτό και την ομάδα και την εμψυχώνει. Πρόκειται για την αυθεντική διάσταση της φυσικής αίσθησης, που ξεπηδά και βιώνεται με ξεχωριστή ευαισθησία και συγκίνηση. Ο εμψυχωτής δημιουργεί τις κατάλληλες συνθήκες με ασκήσεις αυτοσυγκέντρωσης και σωματικής έντασης, προσβλέποντας στο άνοιγμά του και την επικοινωνία του με το 'άλλο', στην αύξηση της ενέργειας, στην ψυχική και πνευματική του διέγερση, μεταμόρφωση και εμβάθυνση. Με ευαισθητοποιημένη την αίσθηση, το σώμα -κύτταρο και πλανήτης- 'ανασαίνει', σιωπά και εκρήγνυται όπως η φύση. Με την αναπαράσταση, κρατά ζωντανή την αίσθηση όλων των αισθήσεων, της σωματικής κίνησης και έκφρασης. Έτσι, μετασχηματίζεται σε 'σώμα ψυχής', αναπτύσσεται εσωτερικά και οδηγεί στη γνώση μέσα από τη συγκίνηση και τη συνείδηση. Βιώνει την εσωτερική του αρμονία, κράμα μιας συμπαντικής ύλης και ψυχοπνευματικής ουσίας.

Ο Εμψυχωτής ως φορέας αγάπης, διαλόγου, αλλαγής είναι πρόξενος μιας διαλεκτικής κίνησης με την ιδιότυπη ευαισθησία ενός σώματος κι ενός νου, που διευρύνεται με την απόκτηση της αίσθησης και φανερώνει την ποιητικότητα και την ουσία της ζωής. Επιδίωξή του εμψυχωτή θεάτρου είναι να δώσει τον αναγκαίο ζωτικό χώρο στη χαμένη παιδική ζωή, να εμψυχώνει τις ανάγκες, να διαμεσολαβεί από απόσταση να ενθαρρύνει τον εμψυχούμενο στην προσωπική του εξερεύνηση, εκφράζοντάς του την επιθυμία να τον κατανοήσει μέσα στο φάσμα στην παιδαγωγική του ελευθερίας. Να διεγείρει τη δυναμική της ομάδας με το δικό του αληθινό αίσθημα, να κινητοποιήσει την αίσθηση και την ανάδυση των συναισθημάτων που τροφοδοτεί τους εμψυχούμενους με την ένθεη κατάσταση της δικής του σωματικής και ψυχοπνευματικής αλήθειας για να νοηματοδοτήσουν τις δικές τους δράσεις, χρησιμοποιώντας με γνησιότητα και αυθεντικότητα τα δικά τους φυσικά χαρακτηριστικά, χωρίς κινησιολογική και φωνητική τυποποίηση.

Δρ. Σίμος Παπαδόπουλος, Επίκ. Καθηγητής, Δ.Π.Θ. – Εμψυχωτής Θεάτρου  
[Απόσπασμα από το: ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΤΟΥ ΘΕΑΤΡΟΥ, (2010), Αθήνα]

### • Θα δοθεί βεβαίωση συμμετοχής

Για πληροφορίες: [sypapado@otenet.gr](mailto:sypapado@otenet.gr)

Για δήλωση συμμετοχής: <https://ergastiritheatrou.wordpress.com/forms/elatou/>

### \* περιορισμένος αριθμός συμμετοχών

ιστοσελίδα: <http://simospapadopoulos.com/> και <http://utopia.duth.gr/~sypapado>

• Η διανυκτέρευση θα γίνει στο ξενοδοχείο Η ΕΛΑΤΟΥ

<https://www.youtube.com/watch?v=GaxFLnRcFnM>

[Ζωγραφικά έργα: Δήμητρα Λαμπρέτσα]

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

### Παρασκευή 22/2/2019

Στις 5.30 το απόγευμα αναχωρούμε από την Ιερά Οδό (ύψος στάσης Μετρό Κεραμεικός, απέναντι από την Εθνική Τράπεζα, με κατεύθυνση προς Χαϊδάρι).

Κατά τη διάρκεια της διαδρομής με το λεωφορείο της ομάδας θα αναπτυχθούν δραστηριότητες πολιτιστικού και καλλιτεχνικού περιεχομένου (παιχνίδια γνωριμίας, ξεναγήσεις, μουσικές δράσεις, αφηγήσεις, χάπενινγκ).

Στην Ελατού προβλέπεται να φτάσουμε στις 11.00 το βράδυ. Θα ακολουθήσουν η τακτοποίηση της ομάδας στα δωμάτια του ξενοδοχείου 'Η Ελατού' και το δείπνο (συμπεριλαμβάνεται στο βασικό κόστος συμμετοχής).

Μετά το δείπνο θα πραγματοποιηθεί μεταμεσονύκτια προαιρετική άσκηση στη φύση (παρατήρηση του φυσικού τοπίου, ασκήσεις περισυλλογής, κλπ).

### Σάββατο 23/2/2019

Το πρωί στις 8.00 θα γίνει προαιρετική πρωινή γυμναστική.

Στις 9.00 - 10.00 μπορείτε να πάρετε πρωινό (συμπεριλαμβάνεται στο βασικό κόστος συμμετοχής).

Στις 11.00 θα ξεκινήσουμε την ημερήσια εκδρομή, ενώ κατά τη διαδρομή θα πραγματοποιηθούν παρατήρηση της φύσης, και ανατροφοδότηση με δρώμενα και διάφορα χάπενινγκ.

Το απόγευμα θα επιστρέψουμε στην Ελατού και θα γευματίσουμε (συμπεριλαμβάνεται στο βασικό κόστος συμμετοχής).

Κατόπιν προβλέπεται ξεκούραση και προετοιμασία των βραδινών θεατρικών δρώμενων που θα παρουσιάσουν οι επιμέρους ομάδες στην αυλή ή στην κεντρική αίθουσα του ξενοδοχείου.

Κατά τις 9 το βράδυ θα παρουσιαστούν τα θεατρικά δρώμενα (αποτέλεσμα της ανατροφοδότησης από την ημερήσια εκδρομή) και κατόπιν θα ακολουθήσει προαιρετικό ελαφρύ δείπνο.

Κατά τα μεσάνυχτα θα πραγματοποιηθεί η προαιρετική άσκηση στη φύση διαφοροποιημένη ωστόσο σε σχέση με τις ασκήσεις της προηγούμενης μέρας (παρατήρηση του φυσικού τοπίου, ασκήσεις περισυλλογής, κλπ).

### Κυριακή 24/2/2019

Το πρωί στις 8.00 θα γίνει προαιρετική πρωινή γυμναστική διαφοροποιημένη σε σχέση με τις δραστηριότητες του Σαββάτου.

Στις 9.00 - 10.00 μπορείτε να πάρετε πρωινό (συμπεριλαμβάνεται στο βασικό κόστος συμμετοχής).

Στις 11.00 θα γίνουν ομαδικά παιχνίδια στη φύση.

Στις 1.30 το μεσημέρι θα επιστρέψουμε στο ξενοδοχείο για γεύμα (συμπεριλαμβάνεται στο βασικό κόστος συμμετοχής).

Κατά τις 3.30 νωρίς το απόγευμα θα αναχωρήσουμε για επιστροφή στην Αθήνα.

### ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

• Απαραίτητος εξοπλισμός και ενέργειες:

1. Μονωτικό υπόστρωμα και Υπνόσακος (για τις μεταμεσονύκτιες ασκήσεις στη φύση)
2. Αδιάβροχο (για προστασία από πιθανή βροχή)
3. Παπούτσια για άνετη βόλτα (κατά προτίμηση μπουτάκια/αθλητικά, 2 ζευγάρια)
4. Κάλτσες βαμβακερές (2 ζευγάρια)
5. Πριν από την εκδρομή να έχετε περιποιηθεί τα νύχια των ποδιών σας (για αποφυγή τραυματισμού από την πεζοπορία)

### Στο κόστος συμμετοχής συμπεριλαμβάνονται:

- μετακινήσεις με λεωφορείο
- δύο διανυκτερεύσεις στο ξενοδοχείο 'Η Ελατού'
- δύο γεύματα και ένα δείπνο (Κάθε γεύμα Σαββάτου και Κυριακής περιλαμβάνει πρώτο πιάτο [σαλάτα, ορεκτικό - πίτα], κύριο πιάτο [επιλογή μεταξύ 5-6 πιάτων] και γλυκό, ενώ το δείπνο της Παρασκευής, πρώτο και κύριο ελαφρύ πιάτο. Η παραγγελία τους θα γίνει σε νέα επικοινωνία μας, λίγες μέρες πριν την αναχώρηση. Στα παραπάνω δεν περιλαμβάνονται τα ποτά.

