



Qui só Jo? (¿Quién soy Yo?)

Escrita y Dirigida por: Pax Dettoni Serrano

Una obra que muestra las competencias básicas de la Inteligencia Emocional

Estreno: 2010, Vielha / 2011, Barcelona

Gira 2010-11: Vielha – Pont de Suert – Escunhau- Vielha- Bossòst- Barcelona

Con la colaboración:



Presentación

Qui sò Jo? es la primera obra de Teatro de Conciencia interpretada por las actrices y actores de la Asociación de Persones d'Aran entà toti, y escrita y dirigida por [Pax Dettoni Serrano](#).

Qui sò Jo? (en castellano ¿Quién soy Yo?) se articula en tres escenas independientes que giran sobre el proceso de conocerse a uno mismo, y la Educación Emocional. Es un espectáculo teatral puesto al servicio del desarrollo humano. En clave de humor invita al espectador a reflexionar sobre la responsabilidad individual que tenemos sobre nuestro propio bienestar y el de la sociedad en la que vivimos.



La lengua original de la obra es el **Aranés/Occitano** (lengua propia del Valle de Aran. España) y se estrenó por primera vez en Vielha el 5 de septiembre de 2010; el 3 de Junio de 2011 llegó a la Fari-nera del Clot en Barcelona, convirtiéndose así en la **primera obra de teatro en lengua aranesa que ha sido programada en el circuito cultural de la Ciudad Condal**. Esta representación llenó las 180 butacas de la sala y contó con subtítulos digitales en catalán para la comprensión del público.

Las primeras representaciones contaron al terminar con Teatro Foro entre espectadores y actores, moderado por un personaje ficticio que quería conocer cómo los asistentes reconocían y gestionaban sus emociones.

Esta idea de debate e intercambio es sobre la que se basa el trabajo pedagógico y de conciencia que se ha realizado posteriormente. De hecho, a partir de esta obra de teatro, Pax Dettoni desarrolla la **herramienta pedagógica “Jugar/trabajar con la obra de teatro Qui sò Jo? para la educación emocional en grupo”** que se dirige a cualquier grupo de personas (mayores de 11 años) que quieran empezar un proceso de **educación emocional y de conocimiento interior a través del teatro foro**. La finalidad pedagógica de esta herramienta la convierte en un recurso útil para profesores que quie-ren trabajar la Educación Emocional en las aulas, así como para madres/padres/tutores/adultos me-diante formaciones específicas o en las escuelas de adultos.

Cuenta con una película en DVD de la grabación de esta última representación que se usa para el programa de Educación Emocional “*Jugar/Trabajar*” y que ha sido **subtitulada al castellano, catalán, inglés, francés e italiano**.

 **Ver obra:** <https://youtu.be/m9jP7DR7aK0>

V.O. aranés subtitulado al castellano

Descarga su guía didáctica: www.teatrodeconciencia.org

Texto del Programa de mano



¿Quién soy yo? Yo soy... ¿Qué soy?

¿Un nombre, una profesión, un fruto de una relación familiar, un cargo, un sexo, una edad, un grupo social, una ideología política, una identidad nacional, una moral, una filiación religiosa, un conjunto de órganos, un cuerpo humano....?

Se trata de una pregunta a la que nadie te enseña a responder.

Parece que corren tiempos en los que esta cuestión salta inesperadamente en nuestras vidas, y allí se queda acompañándonos en cada paso que damos; convirtiéndose en observadora de nuestras acciones esperando ser satisfecha. Sin embargo, cuando buscamos respuesta mirando a nuestro alrededor difícilmente encontramos alguna.

“Conocerse a sí mismo es verdadera sabiduría” dice Lao Tse en el Tao te Ching (1)

Cuando la lluvia nos trae esta pregunta, como le sucede en la primera escena al Sr. Antonio, no queda otro remedio que explorar aquello que ocurre dentro de cada uno de nosotros. Berta, su sirvienta, le invitará a conocer antes que nada sus propias emociones y desde allí podrá empezar a darse cuenta de que él no es sólo su mente pensante.

“Ser Maestro de sí mismo es verdadero poder” escribe también Lao Tse.

Sólo podemos ejercer verdadero poder sobre nosotros mismos, y quizás éste sea el más difícil y auténtico de los poderes. Jana, en la segunda escena, se encuentra ahogada por su propia rutina, por sus quejas, por sus males y espera encontrar en el psicólogo la solución a sus problemas. No es él quien puede liberarla, pero sí ayudarla a que descubra en sí misma la posibilidad de escoger cómo vivir su vida.

“Si permaneces en el centro, y abrazas la muerte de todo corazón, perdurarás siempre” leemos en el Tao Te Ching.

Parece ser que para el ser humano el conflicto y el dolor son los maestros que tienen la llave para acercarse a lo esencial que reside en cada uno de nosotros. Rosa, en la escena tercera, gracias a una trágica noticia se verá forzada a mirar a la cara a sus emociones, y sólo desde la no identificación con ellas logrará conocer aquello que vive en su interior, que no es nada más que ella misma en la eternidad.

¿Quién soy yo? es una obra de teatro que invita a los espectadores a una reflexión colectiva sobre nuestra identidad más allá de lo que es visible, más allá de lo que se reconoce cuando nos miramos o nos conocemos desde la comunicación verbal.

Os invitamos a viajar con nosotros hacia el interior del ser humano, para descubrir allí el verdadero poder que reside en cada uno de nosotros, y aquello que nos hace ser iguales, aquello por lo que nos debemos respetar. Si nos identificamos con lo que hay en el interior de nuestros seres, veremos en las otras personas una parte de nosotros mismos; se convertirán así en nuestros espejos y desde allí no habrá que hacer ningún esfuerzo para ser solidarios. Desde allí, sí que cabe imaginar otra forma de vivir, otro paradigma sobre el que habitar este planeta y educar a las futuras generaciones desde el corazón.

¿Nos ayudas a que así sea?

Pax Dettoni

(1) Lao Tse es uno de los filósofos más relevantes de la civilización china. Se le atribuye haber escrito el *Tao Te Ching*, obra esencial del taoísmo. De acuerdo con este libro, *el Tao* (“el Camino”) puede verse como el cambio permanente y éste es la verdad universal.

Ficha artística y técnica



Actores y Actrices (por orden alfabético)

Montse Alòs *Berta (escena 1)/Rosa (escena 3)*
Olga Besoli *Jana (escena 2)*
Aida Castro *Amor (escena 3)*
Pax Dettoni *Espectadora indignada (presentación)*
Sara Estepa *Tristeza (escena 3)*
Judith Jiménez..... *Rabia (escena 3)*
Keith Kirwen *Psicólogo (escena 2)*
Lola López *Miedo (escena 3)*
Lourdes Matínez *Sorpresa (escena 3)*
Maria Millan *Voz en off (presentación)*
Joan Riu *Sr. Antonio (escena 1)*
Xavi Turo *Bruno (presentación)/ Tomèu (escena 3)*

- **Producción audiovisual de la presentación:** Ana Manzano
- **Técnico de iluminación y sonido:** Jaume Turmo (Vielha), José Callejas (Barcelona)
- **Fotografía:** Pep Caparros (Barcelona), Sílvia Jordan (Vielha)
- **Peluquería:** Jahione Aguinagalde
- **Maquillaje:** Cristina Baró, Cristina Pascuets, Ana Sanfeliu
- **Diseño gráfico:** Patricia Sala
- **Subtítulos en escena:** Softitular

Una obra de Teatro de Conciencia escrita y dirigida por Pax Dettoni Serrano