

Mesura. *Del latín: medida.*

*La gran virtud de la templanza, de tener los pies en la tierra, de lo terrenal.  
De entrar en bucle, convivir con los nudos del estómago y levantarse a diario  
de la forma más elegante.*

*De la calma dentro del caos y la tranquilidad en la intimidad.*

*De la paz de estar con una misma, del disfrute y el miedo de la soledade.*

*De la revelación y el perfeccionismo.*

*Del AHOGO que produce no tener todo controlado.*

*La vida habla y estamos en constante cambio, en busca del equilibrio, sin  
pasarnos de más ni de menos.*

*MESURA le baila a la espera en diferentes momentos de la vida. En general,  
a la inquietud y preocupación que genera.*

*Sostener, refugiarse en el movimiento, adaptarse a las transiciones y  
avanzar.*

*Comenzar de cero es sobrevivir en el presente. Non hay pasado en el cero.  
Hay que saber convivir con la espera para ver el mundo a los ojos.*

**Dirección, coreografía e interpretación:** Raquel Ferradás

**Colabora:** Media Punta Vigo

**Vídeo y foto:** Javier Costela Vázquez

**Acompaña:** Da Man un proyecto de AMARELO Distribución Escénica y Manu  
Lago con el patrocinio de la Xunta de Galicia a través del Centro Coreográfico  
Galego.

**Produce:** AMARELO Distribución Escénica

**Duración:** 19 minutos

Espectáculo para **calle** o **espacios no convencionales**

