



### Conferenza

Potremmo identificare l'ispirazione come una apertura, uno sbocco, un entrata a dimensioni inusuali della coscienza. Il processo non è meccanico, quindi non si attua per causa ed effetto. Si tratta di una predisposizione e di una ripetizione di atti. Si possono fare dei tentativi. Il fenomeno è molto complesso ed in gran parte inspiegabile. Possiamo intuire quali fattori blocchino l'ascesa a questi livelli che definiamo

genericamente "rumori". Questi rumori possono provenire sia dall'ambiente esterno che da quello interiore. In generale ciò che avviene nel processo di ispirazione o illuminazione, che si affronta anche nel seminario sul Pensiero Creativo, è una destabilizzazione, una rottura delle norme mentali e procedurali. Predisporre, attraverso degli esercizi di apertura, aiuta a giungere a diversi livelli di ispirazione.

### Seminario

Nel seminario si definiranno quali siano i "rumori" che abbassano il livello di intuizione. Si faranno esercizi in cui si sviluppa e si osservano le nostre capacità intuitive facendo molta attenzione ad alcuni punti sensibili del nostro corpo. Successivamente si applica questa tecnica per riconoscere la propria pittura futura, attraverso l'immagine guida che essa già esista nel foglio e noi dobbiamo intuirne alcuni elementi e scoprire dove essa ci conduce, dove vuole andare. Una leggendaria frase di Michelangelo allegorizza questo atteggiamento, quando lui affermava che le proprie sculture vivono nel marmo e all'artista sta solo il compito di liberarle.

Questo atteggiamento, sbilanciato verso l'invisibile, ci porta a vedere nel vuoto del foglio forme e colori che altrimenti avremmo cercato in altri luoghi.

Questa tecnica ed altre tecniche verranno illustrate e sperimentate nel seminario di ispirazione spirituale..

### Argomenti del seminario

- Interiorità ed esteriorità
- Cosa s'intende per fantasia
- Le allegorie delle Muse
- Ricerca e costruzione delle Muse Interiori
- Esperienza di relax, di pace e di forza
- Espansione e proiezione della forza

- Passi creativi
- Strumenti di fissaggio: schizzo, appunti, scaletta

### A chi si rivolge

Chiunque voglia elaborare apprendere un metodo per concentrarsi in maniera aperta e rilassata sul proprio operato. Partecipazione massima 15 persone.

### Durata

Il seminario ha una durata complessiva di 16 ore distribuite nelle giornate di sabato e domenica, più la conferenza di 2 ore nella serata del venerdì.

### Costo

Ogni seminario ha un costo di 150 euro più il vitto e l'alloggio.

*Anteprima della conferenza*

### Come entrare in contatto col profondo

*L'ispirazione è qualcosa di intuitivo e non avviene per costruzione razionale. Possiamo identificare diversi livelli di ispirazione che vanno dalla semplice intuizione di una direzione da prendere, di una via da percorrere, all'illuminazione di una vera e propria comprensione globale e profonda.*

*Possiamo immaginare i diversi gradi di ispirazione organizzati nello spazio di un cono rovesciato con la punta rivolta verso il basso. Noi solitamente viviamo nella punta con poca ampiezza e poco volume. A man mano che saliamo ed il cono si apre, vediamo che si amplia la percezione del mondo. Si amplia la nostra visione che è in relazione al livello di coscienza e di attenzione rilassata che si riesce ad applicare nelle cose che facciamo e che ci succedono.*

*Vi sono delle tecniche che aiutano a sviluppare questa capacità di stare in apertura e in ascolto, partendo da una semplice macchia di colore o di una forma sul foglio.*

*Cercheremo di applicare un principio: in ogni punto dell'universo ed in ogni momento del tempo ci possono essere delle "porte" per entrare in nuovi mondi. La realtà così come la percepiamo è principalmente una costruzione mentale e cambiando atteggiamento possiamo scoprire forme e colori anche laddove credevamo fosse tutto fermo e stabilito. Per questo motivo possiamo essere ispirati in mezzo alle situazioni più disparate e non necessariamente in situazioni di laboratorio con caratteristiche fisse ed uguali per tutti.*