

Allenamento di riscaldamento artistico per creativi: **Principianti**



WOKSHOP PER PRINCIPIANTI DI CREATIVITA' LIBERA

Esercizi di riscaldamento e di base per attivare la creatività

Se vuoi realizzare immagini che abbiano energia, che esprimano una tua emozione, che siano semplici ma allo stesso tempo intensi, devi dedicare del tempo alla progettazione e pianificazione e inizialmente il “riscaldamento” è importante!

Il “riscaldamento” è la fase in cui avvengono le scoperte. Quando giochiamo con la creatività esploriamo la nostra idea e ne troviamo delle altre, sviluppiamo il nostro istinto sensoriale, rilassiamo la razionalità esponendo alla mente ciò che risiede nel subconscio. In questo modo l’algoritmo **immagina-pensa-conosci-vedi-crei** (VEDI POST SULLA SINDROME DELL’IMPOSTORE DEL MIO BLOG : <https://www.enryllustrations.com/post/sindrome-dell-impostore>), diventa un sistema automatico che ti aiuterà sia nella fase iniziale che quella avanzata.

Materiali: Carta A4 miste, marita Hb, H, 2B, pennello, spatole per pittura o scultura, materiali vari riciclati per creare strumenti, acquerelli, chine, tempere, acrilici.

Gioca

Prendi gli acquerelli fai alcuni esercizi intuitivi. Questi ti aiuteranno a “rilassare” la mente.

1. Scegli 3 colori che ti piacciono. Prendi carta da acquerello 200gr. Bagna la carta e lavora su bagnato. Metti delle gocce di colore e osserva come si comportano. Mettiti vicini e fai in modo che le bolle di acqua si mescolino dando vita a tonalità nuove che potrai ricreare in futuro. Lasciati coccolare dall’osservazione del processo.
2. Prendi uno spruzzino d’acqua. Bagna il foglio bianco. Scegli tre colori. Stendi il primo colore acquerello che hai scelto, per tutto il foglio. Poi prendi gli altri due colori e spruzza macchie, fai gocce a caso, con lo spruzzino vaporizza su tutto il foglio o su alcune zone a piacere e guarda cosa succede mentre la carta si asciuga.
3. Prendi carta acquerello 200gr asciutta, metti dove capita macchie di colore abbondante, pieno di pigmento e poi col pennello pieno d’acqua crea delle pozzanghere sopra ai colori. Prendi il foglio con le mani e muovilo in modo da veicolare il colore e formare delle nuvole che si estendono casuali.
4. Prendi delle referens fotografiche di foglie o petali i fiori e prova a riprodurli su carta da acquerello, asciutto, senza fare prima il disegno a matita. In modo istintivo. Non devi fare una copia esatta. Devi classificare delle forme e tenerle nella tua memoria oltre a imparare a essere senza giudizio quando disegni.
5. Prendi degli strumenti diversi per disegnare. Legnetti, su cui puoi fare la punta, pezzi di spago raggruppati e legati a modo pennelli, spatole di vario tipo, pezzi di plastica come tesserini sanitari scaduti, piume, creare pennelli con ogni materiale elastico vi piace ... prova a stendere il colore e a disegnare con questi strumenti.
6. Usa strumenti per dipingere di ogni tipo: terre setacciate, sabbia, gesso acrilico, scarti di acrilico secco, grumi di colore, con pennelli a secco stendi il colore lasciando impreciso il segno ...sperimenta a piacere. Divertiti.
7. Disegna su carta con gli strumenti che hai costruito, strofina la superficie con della carta assorbente, tampona su bagnato, usa delle cannucce per soffiare il colore, gratta con della carta vetrata la superficie, usa il sale per fare degli effetti su acquerello, usa tempere o acrilici su gesso acrilico e strofina con uno straccio, raschia per spostare la vernice dopo che si è asciugata, sperimenta varie superfici con colla vinilica lasciandola sciugare, osserva l’effetto del risultato. Sperimenta e gioca.
8. Prendi una immagine di un volto come referens, anche la tua foto, poi prova a disegnarla con tratti differenti. Più sottili, più spessi, usa grafite o pennino per china, o anche il legnetto a cui hai fatto la punta con la china nera, è strepitosa!
9. Prendi delle immagini, a piacere, osserva e crea inscrivendo i vari soggetti in forme geometriche. Semplificare ogni elemento di una scena e disegnarlo in una forma geometrica, ti aiuta a riconoscere la struttura semplice di una immagine e poterla riprodurre sul tuo foglio.
10. Prendi una tua foto e disegnalola con meno linee possibile. Puoi usare anche il pennello senza disegno a matita di base
11. Disegna a tempo. Datti un massimo di 2/3 minuti per un soggetto singolo, 10/15 minuti per una scena. Ti aiuta a sviluppare capacità di semplificazione.
12. Prendi una immagine, convertila in massimo contrasto in bianco e nero e riproduci su carta. Usa la tecnica che più ti piace, e prova a fare 3 versioni: chiaro, medio, scuro.
13. Prendi un disegno da un libro d’arte, immagini classiche rinascimentali, non moderne. Scegli un soggetto che ti piace, piccoli particolari (un frutto, un albero, il cielo, un particolare di una veste ...) dipingilo più volte fino a quando non riesci a farlo ad occhi chiusi. Ti insegna a crearti una biblioteca mentale di elementi e segni che ti daranno la scioltezza nella rappresentazione in futuro.

14. Impara a fare una raccolta di schizzi preparatori per i tuoi lavori in piccolo. Ritagliati dei fogli piccoli A5 o ancora più piccoli oppure comprati dei piccoli blocchi tipo "Moleskine" per artisti e disegna delle scene veloci o anche solo particolari di esse. Ti aiuteranno a fare una piccola raccolta di elementi che potranno essere utilizzati in un futuro. Usa le tecniche che più ti piacciono.
15. Prendi una immagine anche da un giornale. Osservalo per qualche minuto e poi mettila in disparte dove non puoi più vederla. Prova a disegnare ciò che ti ricordi, o la scena intera, o la persona della foto, o gli oggetti che ti sono rimasti impressi!
16. Prendi un pennello, prendi chine o acquerelli e comincia a creare la tua immagine senza disegno! Fidati del pennello per disegnare la tua immagine. Questo ti fa comprendere come rimanere nel flusso istintivo, cambiare direzione se ne senti il bisogno, cerca di evidenziare i contrasti che ti danno più empatia nella tua rappresentazione libera.
17. Usa acquerelli o tempere o acrilici. Prendi la carta, fai cadere il colore acquoso senza cercare di controllare, come se fosse una secchiata di colore che hai gettato su un muro! Puoi usare anche un cucchiaino o una cannuccia per soffiare con energia sopra al colore, se ti piace. Osserva la tua macchia e fatti ispirare, una volta asciutto disegna lasciando andare libera la tua creatività.
18. Prendi una immagine di un dipinto classico o di disegni di immagini come quelle di Leonardo da Vinci, molto piena di particolari e capovolgi il contrasto di luce e ombre aumentandolo. Per fare questo devi lavorare sopra alla tua immagine, con velature scure, lasciando in luce una parte che ti piace. Poi prendi il particolare e crea ciò che ti ispira. Ti allenerà ad evidenziare nei tuoi lavori cosa vuoi mettere in risalto e ti insegna come sottolinearlo.
19. Prova a dipingere una immagine a tua scelta usando solo la spatola e colori acrilici. Con solo una traccia di disegno dell'ingombro geometrico, vedi esercizio 9.
20. Usa una musica che ti piace, movimentata energica, calma rilassante e liberamente disegna quello che ti ispira in quel momento. Disegna con una penna bic, facendo delle libere linee su tutto il foglio. Libera la mente e il cuore! Osserva dal caos l'immagine che affiora! Lo chiamo anche il gioco del telefono! Avete presente quando scarabocchiate intanto che parlate al cellulare?

Tutti questi esercizi misti aiutano ad allentare la rigidità sia mentale che manuale. Se si ha una scioltezza rilassata nella realizzazione dei nostri lavori, semplificherà il sentirsi inadeguati, impauriti, indecisi e soprattutto ti insegna che la creatività è un gioco e questo è lo spirito con cui si deve creare!

P.S

Ti consiglio di munirti di Moleskin differenti. Uno per scrivere le tue parole, poesie, immagini sognate, sperimentazioni da fare o risultati di esse, ogni cosa. L'altro per schizzare immagini, fare dei particolari, studiare il corpo umano, fare ogni tipo di disegno che vi serve per allentare tensioni, sciogliere dubbi e capire le forme. Un ultimo per disegnare e schizzare a colori dal vero, in parchi, piazze, in ogni luogo vi trovate. Osservate ciò che vi circonda e lasciatelo impresso sulla carta!

DIVERTIRSI PER SEMPLIFICARE E ALLEGGERIRE PER CREARE.



www.enryllustrations.com

Enrica Roncuzzi

