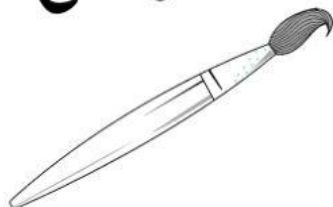




Le avventure della

LocoMotiva



5° sfida della Locomotiva



Eccoci alla nostra 5° parte del percorso!

Hai eseguito tutti gli altri passaggi? Se non lo hai fatto ti consiglio di farli dal primo passo, per poter riuscire a realizzare questo step al meglio. Scarica i pdf precedenti e segui le piccole procedure, divertiti e impara a sentirti ed ascoltarti dentro.

Il tema di questo 5° incontro è IL RITRATTO INTUITIVO.

Per poter fare questo processo creativo segui queste piccole regole:

1. Scegli una persona importante per te, una vecchia conoscenza, una conoscenza presente, che ti abbia dato dei problemi e o che ti abbia dato molti stimoli, una persona che conosci e che riesci ad analizzare oggettivamente.
2. Raffigurala secondo lo schema di linee e forme che rappresentano la persona senza rappresentazione realistica! Cerca di ritrarre la personalità, il carattere come tu li percepisci usando il linguaggio espressivo che hai messo in pratica nelle sfide precedenti.
3. Metti il soggetto in una cornice dove eseguire il ritratto. Decidi il formato dentro al quale lavorare, qualsiasi tipo va bene: rettangolare, quadrata, ovale, tonda, forma irregolare... scegli ciò che ti piace di più!

N.B Non devi fare un disegno bello! Non è richiesta nessuna capacità o espressione artistica.

L'importante è non disegnare oggetti o forme riconoscibili, lettere o parole.

4. Non crearti aspettative. Non devi sapere l'aspetto del tuo ritratto. Nessuna previsione. L'immagine si crea man mano. Lo scopo di questo percorso è di rivelare aspetti della persona scelta che tu conosci inconsciamente ma che non sai di conoscere!
5. Pensa al soggetto. Analizza senza parole ogni aspetto della sua personalità. Figuratela in diverse situazioni. Immagina ogni espressione del suo viso. Indovina i suoi messaggi sottintesi, inespressi che si celano dietro alla maschera! Come se osservi un film muto. Non senti le parole con cui si esprime il soggetto, osservalo con gli occhi e ascoltalo con la pancia!
6. Lascia disegnare la matita facendo i segni così come devono essere. È un esercizio personale. Sarà un disegno veritiero per la percezione filtrata dalla tua personalità, visto che la funzione del cervello dx, visiva e percettiva, deve vedere ciò che appare là fuori, anche contro la sua volontà.
7. Dai il permesso alla matita di esprimere qualunque cosa ti sembra vera di questa persona, anche se appare contraddittoria o paradossale.
8. Puoi realizzare il disegno in step unico oppure in step distribuiti in diversi momenti, l'importante è riconnettersi con il tuo sentire lasciando andare il controllo!
9. Alla fine il ritratto è il risultato di ciò che il tuo cervello dx ti ha mostrato e pensa di quella persona! Il bello è che non puoi sapere nulla a priori. Questo è importantissimo perché ciò che tu sai viene elaborato da una parte della tua mente che molto spesso è inaccessibile.

Lo scopo finale è rappresentare rendendo visibile ciò che è già presente dentro di te, non di scoprire cose nuove!

È un modo di vedere senza l'uso del linguaggio scritto letterale.

P.S

Elimina la necessità di riprodurre delle immagini riconoscibili! Mi raccomando! Devi disegnare la tua intuizione. Il tuo modo di sentire e vedere dentro alle persone, non la persona in sé.

La tua percezione e intuizione non è uguale ad altri e questo è il bello! Siamo tutti diversi come fiocchi di neve.

Non devi esprimere ciò che pensavi di sapere o ciò che qualcun altro sa, ma esercitare la tua mente alla percezione inconscia.

Buona creatività!