

La creativitat es la capacitat que tenim de crear a través de l' intel.lecte, la fantasia, la il.lusió, la imaginació etc... La psicoanàlisi sosté que s'alimenta dels coneixements de l'inconscient, que desbloqueja imatges, idees o experiències passades. Intervenien tres estats mentals: el pensament, la intuïció i la memòria.

Sense la creativitat no podríem viure, perquè en tot moment creem coses, paraules, il.lusions, projectes, objectius...

Vivint el valor

On es reflexa la nostra creativitat més profunda?

A nivell corporal les mans i els peus són les parts del cos que ens fan crear. Podem pintar, escriure, agafar i deixar objectes, expresseu amb els gestos, ens podem abraçar i crear sentiments. També amb els peus podem ballar i fer una dansa.

A través de la creativitat representem el nostre estat interior i ens fa saber que ens passa perquè va unit al nostre estat emocional.

Dibuixem un paisatge: un prat verd ple de flors amb unes muntanyes al fons. El nostre estat creatiu i emocional es veurà influenciat per l'alegria dels colors, per la sensació de llibertat per un espai obert, per una mirada i visió a l'horitzó, per la connexió energètica amb la natura i per totes aquelles sensacions que ens transportin a un benestar emocional i psicològic. Podrem observar com un seguit d'imatges ens venen al observar les muntanyes llunyanes del paisatge, es un procés mental molt ràpid, però proveu i analitzeu quina visió teniu, perquè es on resideix el vostre futur.

Com expresses tu la teva creativitat?

Us animem a que ens feu arribar que us crea el mirar un paisatge amb muntanyes. Utilitzeu el pintar, l'escriure, el dibuixar, el tocar un instrument per expressar la vostra creativitat? Heu observat el procés creatiu del cos i el que us aporta?

Esperem les vostres creacions!!!