

Esercitazione | Respons-Abilità creativa

- La responsabilità creativa è uno stato di presenza innocuo.
- Comprendere – portare con sé – senza portare via nulla e senza aggiungere elementi superflui
- L'arte è un valore aggiunto, quando esalta ciò che già c'è in nuove formulazioni o in espressioni di vita pronte a sbocciare
- Per essere responsabili occorre il silenzio, nonché un'apertura volontaria, senza sforzo. La vita si adagia e tutto si riempie con la leggerezza di un fiocco di neve...
- Ciò che senti dentro di te, quando crei, entrerà a far parte dell'opera. Stai bene? Sei serena/o? Se così non è, ciò che realizzi, sarà un rilascio emozionale. Nulla di male, anzi, liberatorio... ma a chi vorresti veramente consegnare quel *contenuto*?

L'ARTE DELLO SPIRITO condivide solo ciò che è vivificante o quantomeno innocuo. Tutto il resto è degno del Fuoco, quale elemento alchemico e purificatore.

Qualsiasi mezzo espressivo si scelga di usare, durante l'atto creativo, assicurarsi di portare attenzione al proprio corpo fisico, emotivo mentale e animico. **Testare il polso del proprio ben-essere questa è l'esercitazione.**