

ArtEnergy - L'Arte di ricreare se stessi

Nel corso del mio insegnamento ho notato che le persone che si avvicinano all'attività artistica, dedicando tempo a se stessi e socializzando con altri amanti della creatività, ritrovano spesso la calma, la concentrazione e il rilassamento che permette al proprio stato d'animo di rigenerarsi.

Osservare tanto spesso questo processo mi ha dato modo di comprendere, anzi di avere conferma, di quanto sia importante avere un contatto diretto con l'arte e con se stessi soprattutto nella società attuale dove lo spazio dedicato alle arti è sempre minore e spesso di scarsa qualità.

La **creatività**, infatti, viene quasi sempre collegata al perdere tempo e soldi: non è pratica, non ha scopo, è costosa, non serve a niente e così via....

Inoltre la persona che si avvicina all'arte spesso porta con sé il ricordo del giudizio scolastico sulla propria capacità espressiva e ciò inibisce l'esperienza artistica.

