



Αγγελική Καστρινέλλη

👤 Αγγελική Καστρινέλλη 📅 Δημοσιεύτηκε 17 Φεβρουαρίου 2022

Η φωτογραφία, η ανάγνωση και η γραφή ήταν τα μέσα που, από μικρή ηλικία, με βοήθησαν να εκφράσω τον εαυτό μου, να μοιραστώ τις σκέψεις και τα συναισθήματά μου, να παρηγορηθώ στις δύσκολες στιγμές, να διεκδικήσω μια δημιουργική ζωή. Και δημιουργική γίνεται η ζωή μας όταν ζούμε με βάση τις αξίες και το προσωπικό μας όραμα. Τότε νιώθουμε πως η καθημερινότητά μας έχει νόημα και σκοπό – πως ζούμε αληθινά. Τι μας κρατάει όμως μακριά από τη χαρά και την ευημερία;

Η μέθοδος Inner Vision Photography μας οδηγεί μέσω της τέχνης της φωτογραφίας στην αναγνώριση και την αποδοχή των όσων μας κλείνουν τον δρόμο προς τη χαρά και, κυρίως, μας δείχνει τον δρόμο προς την αλλαγή και την απελευθέρωση από τα προσωπικά μας δεσμά. Μας μαθαίνει πως τίποτα δεν είναι αργίσιγό όμορφο ή άσχημο, ασήμαντο ή σημαντικό, σωστό ή λάθος. Αυτό που κάνει το ασήμαντο να γίνεται σημαντικό, το άσχημο όμορφο και το λάθος να μεταμορφώνεται σε σωστό είναι η ματιά του παρατηρητή. Όσο πιο ουδέτερα και πιο νηφάλια αντιμετωπίζουμε τα φαινόμενα που συμβαίνουν γύρω μας και μέσα μας, τόσο οδηγούμαστε στον δρόμο της προσωπικής μας ευημερίας.

Στο χέρι μας, λοιπόν, είναι να μεταμορφώνουμε τον βάτραχο σε πρίγκιπα ή, αν το προτιμάμε, να ομορφαίνουμε απλώς τον βάτραχό μας!

Αυτό που κάνει το ασήμαντο να γίνεται σημαντικό, το άσχημο όμορφο και το λάθος να μεταμορφώνεται σε σωστό είναι η ματιά του παρατηρητή.

Η θεραπευτική αυτή διαδρομή που συντελείται μέσω της τέχνης εμφανίζει, κατά τη γνώμη μου, κι ένα άλλο μεγάλο πλεονέκτημα. Κι αυτό είναι το ότι, παράλληλα με τη μεταποίηση των βιωμάτων, των αυτοπεριοριστικών σκέψεων και των συναισθημάτων που μας μπλοκάρουν, αφυπνίζει και τη δημιουργική μας δύναμη ωθώντας μας στην έκφραση των ταλέντων, των δεξιοτήτων και της μοναδικότητάς μας. Επιπλέον, επειδή η δημιουργική διαδικασία της τέχνης συμβαίνει μέσα σε ένα κλίμα χαράς, ελαφρότητας και παιχνιδιού, καλώντας μας να γίνουμε Homo Ludens («παίζοντες άνθρωποι», δηλαδή), μας προσφέρει ένα πολύ ισχυρό ελιξίριο, ιδιαίτερα αναζωογονητικό, πιστεύω, στην ιδιόμορφη εποχή που ζούμε!

Inner Vision Photography

Εξερευνώντας το άγνωστο... ανακαλύπτοντας το γνώριμο

Αγγελική Καστρινέλλη

Διάνοια

160 σελ.

ISBN 978-618-5437-45-9

Τιμή €22,00

βρες το

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
ΠΑΤΑΚΗ