

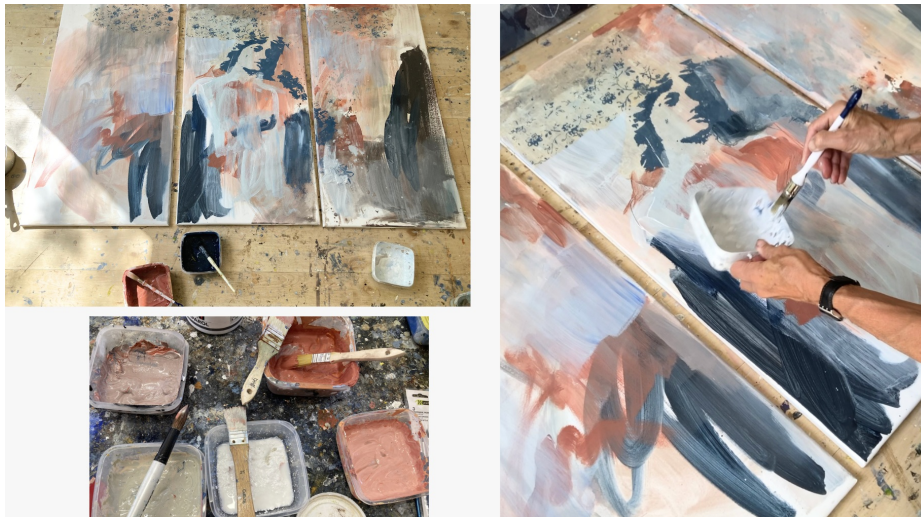
Add beauty
Inspirations



Nous sommes tous des créateurs!

Voilà ma nouvelle texte sur la créativité, cette moteur et énergie de la vie dont on a tous tellement besoin!

Après l'été, j'ai toujours du mal à réactiver mes activités créatives. J'essaie de faire des listes de mes projets, je nettoie mon atelier... je prépare mes tissus, en essayant de me reconnecter à mes énergies de création. C'est un processus de retour. Je me sentais presque perdue, quand tout à coup j'ai décidé de créer un triptyque inspiré d'une vieille peinture que j'appelle "RÊVES"... C'était si bon de retrouver mon chemin dans le flux créatif !



Pour entrer dans "le flux de la création", nous devons d'abord trouver des moyens d'arrêter le processus mental. J'ai souvent l'impression que lorsque nous sommes dans notre tête, nous pouvons copier mais pas créer! Pour créer, nous devons d'abord nous déconnecter du temps et de l'espace et rentrer dans notre cœur, et suivre les inspirations qu'il nous donne.

Il y a une petite livre que j'aime beaucoup, et que je peux vraiment recommander, une vraie source d'inspirations: "*Être vivant, méditer, créer*" by Philippe Filliot.

Il n'y a pas de véritable création sans alignement avec votre moi intérieur, votre âme. ☐

Des petites moments seul, dans la nature où en méditant, peuvent nous aider de trouver cet espace à l'intérieur de nous, qui pourrait ensuite être rempli avec ce qui est seulement nous-même et nos propres créations. Souvent, nous sommes tellement remplis de ce que nous voyons et entendons dans les médias sociaux qu'il est facile de "copier", en essayant de faire ce que nous pensons être ce que les gens veulent. Mais c'est un piège!

Lorsque nous créons ce qui vient du plus profond de nous-mêmes, ce qui exprime notre être unique et authentique, ces créations donnent souvent un écho au plus profond des autres ! Ce qui est créé touchera les gens, consciemment ou inconsciemment, à un niveau profond. Nous sommes tous interconnectés à ce niveau sou-jacent, au-delà de nos personnalités.

C'est le niveau de notre âme, toujours connectée à ce que nous pouvons appeler la "source" ou le champ intelligent de lumière (le champ quantique unifié est un autre terme pour cela) dont nous faisons tous partie. Nous pouvons toujours l'atteindre avec notre intuition et notre cœur. La plupart des artistes, musiciens, poètes et scientifiques y trouvent leurs inspirations et leurs créations/solutions finales...

Après la première phase d'alignement et de "méditation", vient l'état de "turbulence" où tout devient possible. C'est un espace ouvert!

Il s'agit d'un processus de "lâcher prise", d'un arrêt du processus mental et d'un état de flux en dehors du temps et de l'espace.

C'est un état où nous collaborons avec la peinture, la toile et les pinceaux dans une sorte de "flux créatif", comme si les frontières disparaissaient.

Lorsque je crée, j'écoute souvent de la musique que j'aime, pour m'aider quitter mes pensées et je travaille rapidement sans hésitation, souvent sur plusieurs tableaux en même temps. Les mouvements sont alors inspirés directement par mon intuition et j'essaie de créer ce qui veut se déplier par moi. Je prépare toutes mes couleurs mélangées dans de petites boîtes, en utilisant de gros pinceaux et de l'eau afin de pouvoir travailler de manière fluide et rapide...



PEINTURE RÊVE 100x100cm

Nous sommes tous des créateurs, et nous créons avec nos pensées à chaque instant les couleurs du monde autour de nous.

Nous activons dans le monde ce sur quoi nous nous concentrons. Nous ajoutons au monde notre énergie unique dans toutes nos actions, nos créations, dans toutes les expressions uniques de nous-mêmes. □

Apprendre à maîtriser la création de notre réalité est un art! J'aimerais partager avec vous ce que j'ai appris et je vous invite de suivre ma "Masterclass" gratuitement ! Une première introduction...

**Suivez mon Masterclass
gratuitement**

Sur mon site web, je partage avec vous un PDF sur mon processus créatif avec pleines d'images de mon atelier. (il est en anglais)

**Apprenez plus sur mon
processus créatif!**



Helenacreations

5 chemin de l'Etoile, 31320, Pechbusque

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à mon newsletter et j'aimerais vous inspirer!

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

