

# Atelier: Il fuoco creativo

Accendere la creatività attraverso la scrittura e la lettura per provare a cambiare la propria vita



Docente: Davide Bregola

**Percorso di 4 Venerdì 2 – 9 - 16 – 23 FEBBRAIO 2018**

Presso l'associazione culturale olistica IlMacrocosmo.it – dalle ore 21 alle 23

Piazza Madison,3 (Borgochiesanuova) Mantova

Scrivere e parlare di argomenti inerenti la creatività è un metodo eccellente per sviluppare l'immaginazione. Scrivere è anche una via straordinaria per entrare in contatto con il mondo interiore, trovare se stessi, riscoprire la propria identità, riconoscere e tentare di risolvere i conflitti personali. Con l'atelier di Davide Bregola si farà un percorso tra letteratura, poesia e saggistica, nel quale si dialogherà per cercare una via alla consapevolezza di sé per accendere la creatività necessaria anche nella vita di tutti i giorni.

## **Argomenti che si tratteranno durante i 4 incontri:**

1- Scrivere per stare meglio

(Sperimentare le potenzialità della scrittura come strumento di conoscenza di sé)

2- Scrivere per crescere

(Esplorare e mettere alla prova la nostra creatività con diari, autobiografie, fiabe, sogni)

3- Scrivere e pensare creativamente per trovare la leggerezza

(La leggerezza apre al cambiamento, alla creatività, alla possibilità di immaginare una vita migliore, nonostante tutto)

4- La scrittura come pratica spirituale

(Ogni sogno è una raffinata opera d'arte. E l'esistenza dei sogni è un segno misterioso e attraverso la scrittura ciò che è disgiunto può essere unito)

Costo: 100 euro per i 4 incontri da 2 ore ciascuno.

Per info ed iscrizioni telefonare al 335343289 oppure scrivici: [redazione1@ilmacrocosmo.it](mailto:redazione1@ilmacrocosmo.it)

Bibliografia:

Daide Bregola, *Lezioni di vita del piccolo principe per disillusi*, Tlon, Roma 2017

Philip Sheldrake, *Spiritualità*, Il Mulino, Bologna 2016

Ernst Bernhard, *Mitobiografia*, Adelphi, Milano 1969

James Hillman, *Le storie che curano*, Cortina editore, Milano 1984

David Le Breton, *Fuggire da sé*, Cortina editore, Milano 2016

Jonathan Gottschall, *L'istinto di narrare*, Bollati Boringhieri, Torino 2014

Michele Cometa, *Perché le storie ci aiutano a vivere*, Cortina editore, Milano 2017

**Daide Bregola tiene atelier di scrittura dal 2003 in scuole, enti, centri psichiatrici, biblioteche. Ha pubblicato diversi libri sulla felicità, la bellezza, la serenità. Nel 2017 ha pubblicato *Lezioni di vita del piccolo principe per disillusi* (Tlon edizioni) e ha vinto il Premio Chiara, il più importante premio per i racconti editi, col libro *La vita segreta dei mammut in Pianura Padana* (Avagliano)**