



VI Congreso de
fotografía

EXODOS 2020

Ayuntamiento de Langreo

Taller - Fotografía Contemplativa

Frederic Garrido Vilajuana

Premi Catalunya 2010 - Premi Nacional 2013

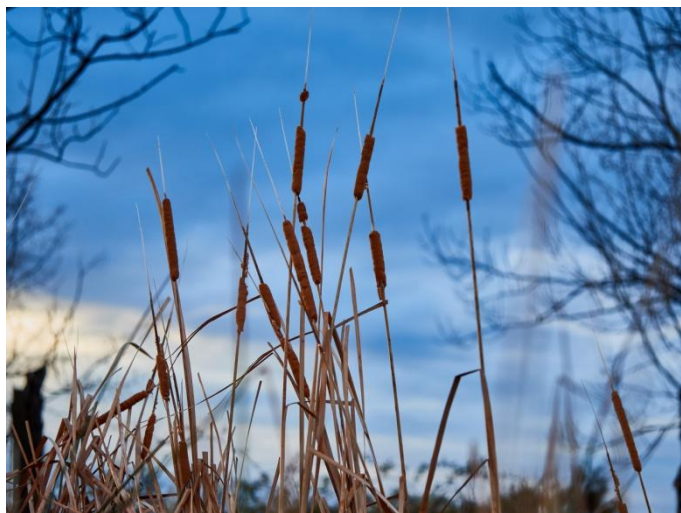
MFIAP-EsFIAP MCEF/O-JBCEF M4*FCF-JAFCE



Viernes 1 de mayo de 2020 de 10:30 a 14:00 y de 16:00 a 20:30

Fotografía contemplativa, también llamada **Miksang** y **Mindfulphoto**, puede ser entendido como un estado abierto de la mente, curioso sin juicio y se centra en apenas ver. Antes de que una técnica de la fotografía es una forma de ver el mundo y la vida.

Es una experiencia visual directa no conceptual, es decir, la percepción pura. Es una práctica ligada a la meditación, buscando de ver la realidad sin prejuicios, fórmulas, definiciones, ansiedades, objetivos, simplemente para ver, es llevar nuestra visión al presente para el día a día, para lo real, abrir nuestros ojos y permitir ver lo "nuevo" en la vida cotidiana, ver la belleza y crear arte.



OLYMPUS

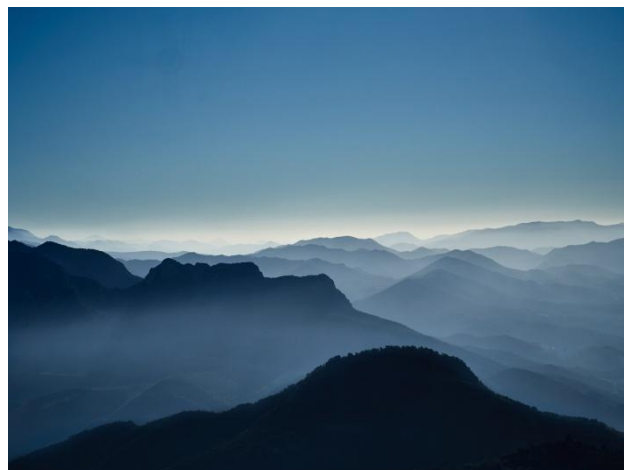


Taller

Fotografía Contemplativa

Frederic Garrido Vilajuana

Premi Catalunya 2010 - Premi Nacional 2013
MFIAP-EsFIAP MCEF/O-JBCEF M4*FCF-JAFCF
<https://www.fededigital.com/thevt>



A quién va dirigido

A cualquier persona amante del arte que quiera saber de las prácticas de la fotográfica contemplativa y que a la vez quieran potenciar su creatividad.

La fotográfica contemplativa no es una técnica, es un concepto, es una manera de vivir y estar en el presente a través de la cámara fotográfica como instrumento de nuestras observaciones y vivencias. La práctica en sí misma es el objetivo.

Aprenderemos a activar nuestros sentidos y disfrutar plenamente de nosotros mismos y al mismo tiempo ver lo que somos capaces de expresar en el momento presente.

La meditación y la contemplación nos ayudarán a descubrir lo que queremos expresar con el noble arte de la fotografía.

El denominador común de la fotografía y la meditación es que ambas ponen el foco en el momento presente. Es sentir la quietud de nuestra mente hacia el silencio interior.

Se trataría de ralentizar la mente y deja fluir las emociones, observando lo que sucede ante nosotros para hacer una fusión entre los elementos del entorno y uno mismo, a la vez que sentimos como vamos liberando nuestros pensamientos.

Como cámara fotográfica sirve cualquier aparato que capte la luz, sea una cámara reflex, mirrorless, compactos o sencillamente con el móvil.

