Kreatív LÉLEK

PAM GROUT

Játékos gyakorlatok a bennünk élő művész felébresztésére

ÉDESVÍZ

PAM GROUT

KreatívLÉLEK

Játékos gyakorlatok a bennünk élő művész felébresztésére

ÉDESVÍZ KIADÓ
BUDAPEST

Tartalom

Ajánlás
Mottó
Előszó
Bevezető

Alkoss. Táncolj. Szárnyalj

1. RÉSZ: Harc a benned élő Salierivel

1. hét: Ragyogj
2. hét: Ismerd az ellenséged
3. hét: A Nike-nak igaza volt
4. hét: Már tudod, hogyan kell csinálni
5. hét: Merj középszerű lenni
6. hét: El a félelemmel és bizonytalansággal! Valami ragyogót kell alkotnom
7. hét: Apró lépések
8. hét: A múzsák megidézése
9. hét: Az idő megteremtése
10. hét: CS.CS.M.
11. hét: Piszkold be magad
12. hét: Művész, gyógyítsd meg magad
13. hét: A testvadászok inváziója

2. RÉSZ: Az isteni megérintése

14. hét: „Mindenhol ott van, mindenhol ott van”

15. hét: Azt mondod, forradalmat akarsz
16. hét: A kreativitás valódi áldása
17. hét: Az I betűs szó
18. hét: Művészjósok
19. hét: Írd meg a saját bibliád
20. hét: Hallgass a saját hangodra
21. hét: Dicsőség Istennek
22. hét: Egyszer volt, hol nem volt

3. RÉSZ: Kill Bill

23. hét: 1. mítosz: A művészethez pénz kell
24. hét: 2. mítosz: Az alkotáshoz szükséged van egy kiadó, egy stúdió, egy galéria stb. támogatására
25. hét: 3. mítosz: A művészet nem igazi munka
26. hét: 4. mítosz: Az igazi művészek iskolában tanultak alkotni
27. hét: 5. mítosz: Az igazi művészek zsenik
28. hét: 6. mítosz: A művészek sokkal tehetségesebbek, mint én (avagy tovább demisztifikáljuk a művészeket)
29. hét: 7. mítosz: Az alkotáshoz folyamatosan áldozatokat kell hozni
30. hét: 8. mítosz: A művészek furák, nem olyanok, mint te vagy én
31. hét: 9. mítosz: Bizonyos feltételeknek teljesülniük kell az alkotáshoz

4. RÉSZ: A kreatív tőke megteremtése, avagy miért kellene megmondanod a Netflixnek, hogy hova menjen

32. hét: A lila kréta ereje
33. hét: Hinned kell
34. hét: Kövesd a morzsákat
35. hét: Ó, miket ki nem találsz
36. hét: Kavicsállatok, őrültségek és szigetelőszalag
37. hét: Kreatív segítők
38. hét: A kudarc ajándéka
39. hét: Ereszd el a hajad
40. hét: Igen, és…
41. hét: Medencés játékok

5. RÉSZ: A világ felemelése

42. hét: Öntsd dalba
43. hét: Dolgozz a világ meggyógyításáért
44. hét: Alkotni vagy meghalni
45. hét: Mit akar üzenni az univerzum rajtad keresztül?
46. hét: A benned élő vadóc
47. hét: Bátorság
48. hét: Tea két személyre
49. hét: Egy kis segítség a barátainktól
50. hét: Egy büszke törzs
51. hét: Az élet ünneplése
52. hét: Az egyetlen könyv, ami meg fogja

változtatni az életed az, amit te magad írsz

Utószó
Köszönetnyilvánítás
A szerzőről

Taznek,
a legkreatívabb embernek,
akit ismerek

„Mi van, ha a képzelet és a művészet
nemcsak a habot jelentik a tortán,
hanem az emberi tapasztalatok forrásait?”

ROLLO MAY EGZISZTENCIÁLIS PSZICHOLÓGUS

Előszó

„Mondj igent, ha művész vagy.
Mondj igent, ha ezt az idők kezdete óta tudod.”

RÚMÍ, 13. SZÁZADI PERZSA KÖLTŐ

Nagyjából tizennyolc éve írtam ezt a könyvet. Az E^2 előtt, amely világszerte bestseller lett, és megváltoztatta az életem, messze ez volt a személyes kedvencem. Saját kreatív érdeklődésemből bukkant elő, a saját művészi küzdelmeim alatt. Az a vágyam hajtotta, hogy összeköttetésbe akartam kerülni azzal a nagyobb dologgal, ami miatt szerintem eldőlt, hogy író leszek, és ami valamiért megajándékozott az ehhez a munkához szükséges képességekkel.

Az írói karrierem során rájöttem, hogy amikor segítséget kértem a múzsáktól, az univerzumtól és Istentől, az írás sokkal egyszerűbb lett. Rájöttem, hogy a kreativitásom akkor működik a legjobban, amikor félreteszem a saját őrült gondolataimat, hajlandó vagyok odatenni magam, és parabolaantennaként működni.

Úgy tűnik, hogy a kreativitásban és a spiritualitásban nagyon sok a közös, sőt valójában ugyanaz a kettő.

Amikor megadtam magam ennek a felsőbb dolognak, mindenféle váratlan csoda történet velem. Új írói lehetőségek, a tökéletes idézet, pont az a forrás, amire szükségem volt –

rejtélyes és meglepő módon ezek mind megjelentek előttem.

De az E^2 első változata (eredetileg „Istennek sosem áll rosszul a haja” címmel debütált) és ennek a könyvnek a tizennyolc évvel ezelőtti példányai még így is ugyanarra a sorsra jutottak. Nem sokkal megjelenésük után kikerültek a forgalomból. Ironikus módon a tizennyolc könyvem közül csak ezzel a kettővel, a személyes kedvenceimmel történt ez meg.

Négy évvel később új életet leheltem a rosszul álló hajba, ebből lett az E^2, és nos, végre rátalált a közönségére. Bízom benne, hogy ez a könyv is rá fog.

Azt hiszem, azt próbálom mondani, hogy még mindig szeretem ezt a könyvet. Úgy gondolom, az üzenete időtlen. Remélem, te is egyet fogsz érteni.

Bevezető

„Régen veszélyes voltam. Nem tudom, mi történt.”

JUDITH MOORE *A CSÓK* CÍMŰ FILMBEN

Egész életemben rejtőzködő bohém személyiség voltam. Bár egy kis kansasi városban nőttem fel egy lelkész lányaként, színötös tanuló voltam és tipikus jókislány, mindig szerettem volna nagyban élni és felháborító lenni.

Kívülről én voltam Pam Grout, aki többnyire mindent elért. De belül mindig Isadora Duncannek éreztem magam.

Amikor csak lehetett, előbújtak ennek az alteregónak a kis részletei. A középiskolában Roy Rogers-pizsamában mentem a templomi sütivásárra, és azt mondtam a vásárlóinknak, hogy az ifjúsági csapatunknak azért kell a pénz, hogy elküldjenek egy „speciális otthonba”. Természetesen ezt lelkész édesapám beleegyezése nélkül tettem.

A középiskolám folyosóin görkorcsolyával közlekedtem bohócjelmezben és Richard Nixon-álarcban. A főiskola alatt ismét felvettem a maszkot és a görkorcsolyát, de ezúttal bikinit viseltem és egy táblát, amire az volt írva, hogy mindenki kövessen.

Főiskola után kipróbáltam a céges világot, de hamar rájöttem, hogy a felsővezetésnek nem tetszenek a lábujjközös papucsok és a magas szárú teniszcipők. Utazással kapcsolatos cikkeket

kezdtem el írni, és olyan emberekről írtam, akik összetekert újságokból építettek házakat, vagy magvakat gyűjtöttek és tengerimalacokról készítettek filmeket.

Bármennyire kedvelem Assisi Szent Ferencet, arra a következtetésre jutottam, hogy jobban szeretem a vadabb embereket. Azokat, akik fákat ölelgetnek, motoroznak és kilövetik az orrukat. Azokat, akik nem számítanak normálisnak. Egyáltalán nem számítanak normálisnak.

Az ordító rendellenességek ellenére az idő nagy részében még most is íztelen zselének érzem magam. Igen, ki akarom szívni az élet velejét, én akkor lenni Zorba, a görög. De ugyanakkor azt is szeretném, ha az emberek kedvelnének.

Így hát követem a szabályokat. Lenyírom a füvet. Odafigyelek a lépteimre, hogy biztos jó irányba menjek.

Egyik nap arra ébredtem, hogy a vakmerő Isadora Duncan-énem egy szokványos, magányos élethez vezetett. Ahelyett, hogy a farkasokkal futottam volna, azon kaptam magam, hogy a lemmingekkel csúsztam-másztam. Bolondos elképzeléseim és felháborító álmaim elvesztették erejüket a kertváros fényes, zöld gyepén.

Nem tudom, hogyan történt. Olyan ez, mint a béka és a víz. Nem tudod beledobni, amikor a víz forró. Előbb kiugrana, mint mielőtt ki tudnád mondani, hogy olajban sült békacomb. De ha lassan tekered fel a hőmérsékletet, apró fokonként, észre sem veszi, hogy élve megfőzik.

Hasonlóan, amikor „mások” – legyenek ezek bárkik – egy mozdulattal megpróbálják felégetni az egyediségünket, azonnal elkezdtünk védekezni. De ha mindez apránként történik, akkor

elkezdjük beadni a derekunkat, és magunk mögött hagyunk mindent, ami szórakoztató, egyedi és a valódi önmagunk.

Ez a könyv arról szól, hogy milyen kitörni ebből, hogy milyen kiugrani a forró vízből, függetlenül attól, hogy milyen sokáig voltál benne.

Úgy hallottam, azt tanítjuk, amit tudni akarunk. Ebben az esetben én azt tanítom, amit tenni akarok. Angyalnak akarok öltözni, csomag nélkül akarok utazni, úgy akarok felkelni reggel, hogy eldöntöm, ki és mi akarok lenni. Más bohém lelkekkel akarom tölteni az időt, olyan emberekkel, akik számára többet érnek a nagy álmok, mint a nagy házak.

Kávézókban akarok együtt írni a barátaimmal. Szombat esténként a falra akarok festeni, bemutatókat szervezni és barkochbát játszani. Meg akarom osztani a táncoló, bátor, vakmerő énem.

Éveken át megtagadtam ezt az oldalam. Egy másik személyre koncentráltam, erre a tökéletlen énre. Annyira el voltam foglalva azzal, hogy megerősítéseket mormoltam, könyveket olvastam, és megpróbáltam meggyógyítani ezt az összetört szélhámost, hogy elfeledkeztem a valódi „énemről”, az őrült, bolondos, szentjánosbogár énemről, pedig valójában pont azt kerestem.

Remélem, hogy a *Kreatív lélek* pont az, amit keresel. Igen, a művészetről szól. De arról, hogy hogyan lehetsz több, hogy hogyan nyerheted vissza a valódi éned, amit sokan magunk mögött hagytunk a zsírkrétákkal együtt. Talán a tiéd nem annyira bohém vagy „elszállt”, mint az enyém (elvégre a kreativitás sokféle lehet), de mindegyikünknek van egy valódi

énje, amely az évek során több ezer kis darabra tört, pont mint a régi kedves kék és zöld zsírkrétánk.

A legfontosabb, hogy a *Kreatív lélek* spirituális utazásra invitál. Nemcsak azt kérjük a felsőbb hatalomtól, hogy rázzon és ébresszen fel minket, de abban is bízunk, hogy az alkotás a spirituális végzetünk, az út, amely elvezet a megvilágosodáshoz.

Bernie Siegel író egyszer irányított meditáció segítségével akart kapcsolatba kerülni a saját belső vezetőjével. Mivel egy Yale-en végzett orvosról van szó, azt gondolhatnád, hogy valaki híressel vette fel a kapcsolatot, például Gábriel arkangyallal vagy Edie Sedgwickkel. Ehelyett elmondása szerint a vezetőjét Franknek hívták.

Nos, ebben a könyvben egy Pam nevű vezetőt kapsz, de magunk közt megjegyzem, hogy kellő erőfeszítéssel a múzsákkal, valamint kreatív szellemünkkel szinte bármi képesek vagyunk.

Alkoss. Táncolj. Szárnyalj

AVAGY HOGYAN MŰKÖDIK A KÖNYV?

„Vegyük le a kesztyűinket, és merüljünk bele lelkünk legmélyebb részeibe nevetéssel és reménnyel. Vegyünk elő nyers, durva és elhanyagolt anyagokat. Majd énekeljük el, táncoljuk el, írjuk le, fessük meg. Csináljuk meg a lehetetlent."

AARON DOUGLAS HARLEM

RENESZÁNSZ KORABELI FESTŐ ÉS ILLUSZTRÁTOR

Ez a könyv egy gyakornoki folyamat, egy teljes évig tartó utazás a kreatív lelkedbe.

Ellentétben az olyan könyvekkel, amelyek arra bátorítanak, hogy rántsd le a leplet arról a negatív trutyiról, ami meggátol az alkotásban, a *Kreatív lélek* egyből a közepébe csap: csak csináld meg! Így nemcsak olyan furcsa, eredeti tevékenységekre fogsz rátalálni, mint hogy verseket írsz krétával a járdára, vagy tábortűz mellett olvasod fel őket, de minden héten alkalmad lesz megvalósítani egy kreatív projektet, mint például

önarcképet készíteni vagy dalt szerezni.

Ezek a projektek lényegre törők és fájdalommentesek.

Viszont tisztában vagyok vele, hogy páran visszahőköltök és azon tűnődtök, ugyan miért kérnek arra, hogy lerajzoljatok egy zsiráfot?

De ez a kulturális beállítottság része, a jó öreg beidegződések szerint a művészetet nem kell komolyan venni. A régi történet ragaszkodik hozzá, hogy a rapszámok komponálása egyenesen értelmetlen.

De én azt mondom, ne figyelj oda ezekre a hangokra. Ne korlátozd magad. Csak csináld.

A projektek nagyon sokszínűek – az írástól kezdve a vizuális és előadó-művészetig, az énekléstől kezdve az egy új cég kiötléséig.

Engedd magad megőrülni. Mint Steve McQueen *A nagy szökés*ben, amikor átugrat a drótkerítés felett a motorjával, ez a könyv is egyfajta szökés. A projektek egyszerű, de mégis mindent megváltoztató eszközök sorát mutatják be, amelyek megváltoztathatják az énképed, és hogy miként viszonyulsz a világhoz. Szórakoztatók, átformálók, és néha kicsit piszkosak.

Nincs sok utasítás. És ez direkt van így.

A könyv egyik fő gondolata, hogy nem kell tudnod, mit hogyan kell csinálni. Részt vettél már elég foglalkozáson. Elolvastál már elég könyvet. A művészet a zsigereidben van. A DNS-ed része. Neked csak oda kell tenned magad, és figyelni rá. Az univerzum elintézi a többit.

Ahogy Jon Favreau filmrendező szokta mondani, a kreativitást nem tudod irányítani. A kreativitáshoz csak hozzá

tudsz férni. Mindig ott van veled. Ez a láthatatlan, bármikor elérhető kreatív szellem rendszeresen megszólít olyan embereket, mint te is, hogy új és izgalmas dolgokat próbálj ki. Folyamatosan fizikai testeket keres, hogy inspirációt terjesszen az erre éhes világban.

És bár lehet, hogy egyelőre nem úgy tűnik, ha összeköttetésbe kerülsz ezzel a „felsőbb valamivel”, az a legfontosabb dolog, amit valaha magadért és az egész emberiségért tehetsz. Azt állítom, hogy ez egy ugyanolyan fontos belső szükséglet, mint az étel és a fedél a fej fölött.

Ezt a felsőbb valamit használtam tizennyolc könyv, két forgatókönyv, négy színdarab és egy tévésorozat megírására. Azt az ötsoros megszólítást alkalmaztam a múzsák megidézésére, amit most meg fogok osztani. A tiéd természetesen teljesen egyedi lesz.

FACEBOOK A MÚZSÁKKAL

„A kreatív elme végső soron olyan,
mintha egy border collie lenne a háznál:
dolgoznia kell, máskülönben hatalmas galibát fog okozni.”

ELIZABETH GILBERT, A
BIG MAGIC – KREATÍV ÉLET, FÉLELEM NÉLKÜL!
CÍMŰ KÖNYV ÍRÓJA

Az ötvenkét fejezet (heti egy) mindegyike tartalmaz egy már említett kreatív projektet, egy inspirációs üzenetet és három további… mondjuk úgy, bolondos tevékenységet.

De mielőtt felvennéd az ecsetet, a ceruzát vagy a szteppcipőt, segítséget fogsz kérni. Azt fogod feltételezni, hogy minden feladatnál van egy csapat vezető, aki segíteni akar, és csapattársak, akik hosszú ideje várták, hogy megérkezz.

Így hát vegyünk át két kezdetleges, de létfontosságú gyakorlatot.

Első gyakorlat: Mondj igent! A múzsák előcsalogatásának trükkje meglehetősen egyszerű. Tedd oda magad. Ennyi. Egyedül erre van szükség. Mint minden értékes dolognak, a kreativitásnak is ülepednie kell egy ideig. Az első hét során fogod kiszámítani, hogy mennyi időre van szükséged.

A kreatív dzsúsz mindenki számára egyformán elérhető. Olyan, mint a föld alatti vízréteg, amivel kapcsolatba kerülsz a fegyelem segítségével. Hogy hozzáférj ehhez a végtelen víztömeghez, csak (a) akaratra és (b) hajlandóságra van szükséged, hogy odatedd magad, és elkezdj ásni. Valóban ennyire egyszerű. A tehetség nem számít.

Vess rá egy pillantást a múzsák szempontjából. Ha van egy fontos projekt, amit át akarsz adni a világnak, valami szteppelő szélhámost választanál, aki fél az elköteleződéstől? Vagy valaki olyat, aki minden egyes nap odateszi magát, aki hűséges, mint egy kutya?

Második gyakorlat: Kérj! Itt kerül sor a megszólításra. Ha már elnyerted a múzsák figyelmét, egyszerűen kérd meg őket arra, hogy használják a képességeidet, legyenek azok bármik. Kérd őket arra, hogy téged használjanak csatornaként. Kövesd az utasításokat. Szerényen valld be, hogy szükséged van némi segítségre. A második hét során az lesz a kreatív feladatod, hogy

írd meg, hogy szólítod meg a múzsákat. Az enyém egy ötsoros könyörgés, amit már évek óta használok. Minden egyes elvállalt projekt elé bemásolom. Még édesanyámnak sem írnék születésnapi üdvözlőlapot anélkül, hogy segítséget kérnék a múzsáktól.

A projektek mellett minden héten elolvashatsz egy kreativitásról szóló fejezetet, és sort keríthetsz arra, amit én csak a lélek zumbájának hívok. Ezek az aktivitások egyenesen azokról a kartonpapírokról származnak, amelyeket felragasztottam a pincében található irodám ajtajára, amikor a lányom, Taz négyéves volt. Felismertem, hogy mennyire nehéz feladat egyedülálló anyukának lenni, és elköteleződtem amellett, hogy helyesen fogom felnevelni a gyermekemet. Ugyanakkor nem akartam elveszíteni a kreatív szikrámat. Nem akartam elengedni a szabad szellememet. Így hát az egész ajtót beborító papírra felírtam azokat a dolgokat, amelyek segítségével életben tarthatnám a szikrát. Szórakoztató dolgokat, amiket meg tudnék csinálni, kreatív gyújtólángokat, amiket együtt is élvezhetnénk.

Minden héten lesz egy-egy anekdota egy híres és sikeres művészről, olyanról, aki már elérte a céljait. A könyv ezen részét úgy hívom, hogy „Jó társaságban vagy”, mert hamar rá fogsz jönni arra, hogy a „valódi művészek” pont olyanok, mint te – pont annyira emberiek, pont annyira félnek.

Sokan elkövetik a hibát, hogy azt feltételezik, a nagy mesterek minden reggel felkelnek, töltenek maguknak egy csésze kávét, majd pedig kiöntik magukból a zsenialitást. Mert megmutatják számunkra a csillagokat és a holdat, és mert olyan

helyekre visznek el minket, ahol még sosem jártunk, és elfelejtjük, hogy valakinek össze kellett pakolnia a bőröndöt.

Emlékszel, amikor Dorothy kutyája, Toto elhúzza a függönyt, amely mögött Óz, a hatalmas és félelmetes rejlik? A sok munka után, ami a seprű megszerzéséhez kellett, a sok repülő majommal való találkozás után, a sok megfélemlítés után Dorothy és a barátai rájönnek, hogy a hatalmas Óz ugyanolyan hétköznapi ember, mint ők.

A művészeknek is remeg a térdük. Sir Laurence Olivier szörnyű lámpalázban szenvedett, John Steinbeck gyakran érezte magát szélhámosnak, George Orwell pedig egész életében népszerűtlen és félénk volt.

Valójában az egyetlen különbség közted és „köztük” az, hogy ők továbbra is írtak és játszottak, akkor is, amikor a szívük majd’ kiugrott a helyéről, a repülő majmok pedig sikongattak.

Kitartottak. Kértek. Igent mondtak.

1. RÉSZ

Harc a benned élő Salierivel

„Légy Loki. Légy a prérifarkas.
Akard megkeverni a világ levesestálját.
Köpj a csillagokra, fordíts hátat a tanácsoknak
és ujjongj a templomban.”

JANE YODER ÍRÓ

Ha láttad az 1984-es *Amadeus* című filmet, akkor már mindent tudsz Antonio Salieriről, a bécsi udvari zeneszerzőről, akinek… nos… komplikált kapcsolata volt Mozarttal. Salieri felismerte a fiatal zeneszerző művészi tehetségét, és meglehetősen féltékeny volt ifjú tanítványára, ezért mindent megtett, hogy keresztbe tegyen neki.

Ezért hívom belső Salierinek azt a hangot, ami folyamatosan próbál megakadályozni minden nemes alkotási próbálkozást. Ez az a hang, ami úttorlaszt emel közém és azok közé a dolgok közé, amelyekre a felsőbb erők kérnek. Ez az a hang, amely azt mondja, hogy nem vagyok elég jó, hogy bármi értékeset alkossak. Véleményem szerint ez a ravasz ellenség a gyökere a világ összes depressziójának és boldogtalanságának.

A jó hír az, hogy fegyelemmel ketrecbe zárhatod, és te leszel a börtönőre. A következő tizenhárom hét fejezetei körvonalazzák azt a sokféle álruhát, amelyet ez az ellenség magára tud ölteni.

Az elején fontos, hogy tisztában legyünk velük. Felfegyverkezni a belső Salieri ellen mindennapos folyamat, ami csak úgy sikerülhet, ha odateszed magad, a szemébe nézel, segítséget kérsz, és széttárod valódi, meztelen belső énedet rejtő ballonkabátodat.

1. HÉT

Ragyogj

„Kicsiny kis fényemmel világítani fogok!”

KERESZTÉNY BÖLCSESSÉG

A legtöbb könyv arról ír, hogy hogyan szerezz meg valamit – tüzes szexuális életet, vékonyabb combokat, magasabb megtérülést a befektetett pénzedből. A *Kreatív lélek* olyan könyv, amely az adakozásra tanít, és arra, hogyan kell mélyen magadba nyúlnod, és kihúznod a továbbadható művészi tehetséget. Erre senki más nem képes.

Lehet, hogy egy vers dobogtatja meg a szíved. Lehet, hogy egy dal nem hagy aludni esténként, esetleg egy üzleti ötlettől nincs nyugtod. Van egy álmod, amit elhessegetsz olyan gondolatokkal, hogy „Ugyan! Én sosem tudnék úgy énekelni vagy táncolni. Sosem tudnék vállalkozásba fogni”.

Itt az ideje, hogy abbahagyd az álom megvalósításának halogatását.

Minden álom, ami valaha bekószált az agyadba, az univerzum hívószava. A hívószó, amely azt mondja: „szükségem van rád”.

Aznap, amikor megszülettél, kreatív áldásban részesültél. A világnak erre az áldásra van szüksége. Lehet, hogy a dalodat sosem fogják előadni Jimmy Fallon műsorában. Lehet, hogy sosem kerül a Top 40-es sikerlistába. De valakinek, valahol hallania kell. Lehet, hogy a kilencvenkét éves, zárkózott szomszédod mosolyog, amikor régi reklámzeneket énekelsz az ablaka alatt. Ennyi nem elég?

Néha ijesztő feladatnak tűnhet, hogy kórusban hallasd a hangod. Azon tűnődsz, hogy:

Mit tehetnék hozzá a világ nagyszerű művészeti alkotásaihoz?

Ki vagyok én ahhoz, hogy olyanok közé kerüljek, mint Michelangelo, James Cameron vagy Prince?

Inkább kérdezd azt, hogy ki nem vagy? Milyen jogon utasítod el azt a hangot, amely minden reggel súg valamit, minden délután és minden este, amikor fáradtan lepihensz, mert kimerültél abban, hogy újra és újra megtagadod a felsőbb erő segítő kezét?

De hát már nem mondtak el mindent?

Amíg nem hallottuk, hogy szerinted milyen ez a tüzes és élvezetes világ, addig még van mit mondani. Minden ember egy kicsit más szemmel tekint a naplementére.

Mindannyian gazdag, eleven életre vágyunk. Mindannyian folyamatosan vágyunk arra, hogy összetörjük védelmi vonalainkat, hogy képesek legyünk átadni és megkapni az áldásainkat. Amikor zenét komponálunk vagy megformázunk egy darab agyagot, lerázzuk magunkról a kényszerzubbonyt, és azt kiabáljuk, hogy „igen, igen, igen” az élet korlátlan, véget nem érő lehetőségeire.

A Krétán kolostort és békeközpontot alapító Alexander Papaderosz egy törött tükördarabot hord a pénztárcájában. Amikor kisfiú volt, egy motor mellett találta a tükröt, amit valaki összetört, és maga mögött hagyott kis faluja közelében. Órákat töltött azzal, hogy megpróbálta összerakni. Sajnos néhány darab hiányzott, így nem volt sok választása, fel kellett adnia, de előbb kiszedte a legnagyobb darabot, amit addig csiszolt egy kővel, amíg sima és kerek nem lett. Papaderosz a gyerekkora nagy részét azzal töltötte, hogy ezzel a tükörrel játszott. Rájött, hogy ha pont jól tartja, akkor a nap fényét át tudja irányítani a sötétbe, megvilágítva az ismeretlen repedéseket és gödröket.

Ez a könyv erről szól. A te tükördarabod csak egy kis rész. Senki sem tudja biztosan, hogy milyen nagy és hatalmas „az egész”. De ha fogod a kis darabod, és pont jól tartod, megvilágíthatod a világ sötét részeit.

A választás a tiéd. Használhatod a tükröd arra, hogy világíts. Vagy tarthatod a pénztárcádban. De a tükör sosem lesz teljes nélküled.

KÖVESD NYOMON AZ IDŐD

„Van bátorságod megragadni a téged választó álmokat?”

PRINCE EA KÖLTŐ ÉS RAPPER

Mivel az életed ebben az évben fog robbanásszerűen feltárulni (a lehető legjobb értelemben), kezdjük egy kis kreatív nyomozással.

A következő hét során egyszerűen csak jegyezd fel, hogy mennyi időt töltesz a Facebookon, a Twitteren és egyéb közösségi oldalakon. Ennyi. Csak írd le a percek (órák?) számát, amiket lájkolással, kommenteléssel és idővonal-görgetéssel töltesz.

2015-ös adatok szerint (és ez a szám azóta biztosan csak növekedett), az átlagos Facebook-felhasználó napi negyven percet tölt böngészéssel. Esetleg azt az időt is leírhatod, amit egy doboz bámulásával töltesz. Vagyis a tévézéssel.

A következő hét során, amikor már tudod, hogy mennyi ideig foglalkozol ezzel a két tevékenységgel, le fogsz mondani az idő feléről (mondjuk húsz percről, ha az átlagba tartozol), hogy beszélgess azokkal, akiket a művészek múzsáknak hívnak. Garantálom, hogy az így szerzett értesülések sokkal érdekesebbek és szórakoztatóbbak lesznek, és sokkal inkább megváltoztatják az életed, mint bármi, amit a Facebookon találhatnál.

Amellett, hogy nyomon követed az idődet, vegyél egy olcsó jegyzetfüzetet, és írj le mindennap három ötletet. Ezek lehetnek bármik. Még csak jónak sem kell lenniük. Az is lehet, hogy borzalmasak lesznek. És ez teljesen rendben van. Ez a gyakorlat pusztán a fantáziád edzésére szolgál.

A teendőim listája és a mindennapos merengéseim mellett én is leírok a naplómba három új ötletet. Minden egyes nap. Néha nevetségesek. Az egyik ilyen: egy táska, ami az egyik oldalán fekete, a másikon pedig barna, és attól függően illik a cipőidhez, hogy melyik oldala néz kifelé. Néha egyáltalán nem akarom megvalósítani őket, mint például azt az ötletemet, hogy országos ruhacsereprogramot indítsak azonos méretű emberek között, így sokféle ruha lehetne a gardróbodban anélkül, hogy hozzájárulnál ahhoz a tíz és fél millió tonnányi ruhához, ami minden évben a szeméttelepen végzi. Máskor az ötleteim

jelentőségteljesek, és valóban véghez is viszem őket. Ilyen egy új könyv vagy forgatókönyv ötlete, az egyiket például most is a kezedben tartod.

A lényeg az, hogy ne ítélkezz. Ez a gyakorlat azért van, hogy megmozgassa elsorvadt elmédet. Ahogy a testednek is fizikoterápiára van szüksége, miután két hétig a hátadon feküdtél, úgy az ötletizmodnak képzeletterápia kell, ha a kevés használat miatt kiszáradt.

Bízz bennem. Az életed minden területét meg fogja változtatni. Eszesebb leszel, gyorsabb és szaporább. Boldogabb és kíváncsibb. Amikor jó ötletre van szükséged (esetleg elveszítesz egy ügyfelet, vagy születésnapi bulit szervezel), pofonegyszerű lesz megoldani. Amikor az ötletizmod egészséges, kemény harci gépezet, számtalan új kiindulási alapot ad, és megannyi új ajtót nyit az elmédben.

Zumba a léleknek

- Menj el egy turkálóba, és vedd meg a lehető legfelháborítóbb ruhát.
- Nézz utána három kevésbé ismert ténynek Martin Luther Kingről.
- Készíts testrész alakú sütiket.

Jó társaságban vagy

A rengeteg sikere ellenére Steven Spielberg a mai napig önbizalomhiányban szenved. Azt mondja, ez olyan, mintha nagy füleid lennének – nem lesznek kisebbek attól, hogy nyertél egy Oscart.

2. HÉT

Ismerd az ellenséged

„Az első pár évben nem csinálod túl jól a dolgokat. Próbálkozol ugyan, a lehetősége meg is van, de mégsem sikerül. Sok ember sosem jut túl ezen a szinten. Feladják. A legtöbb érdekes, kreatív munkát végző ember évekig szenved ezzel."

IRA GLASS, A *THIS AMERICAN LIFE* RÁDIÓMŰSOR PRODUCERE

Bármennyire szeretnél leülni, megragadni az ecseted és gyönyörű festményeket alkotni, hadd mondjam el, hogy ez valószínűleg nem fog megtörténni. Elsőre.

Amikor először elkötelezed magad a mindennapos spiritualitás mellett, számtalan kínos és kellemetlen dolog történik majd. Emiatt nem kell aggódnod. Csak arról van szó, hogy most be vagy rozsdásodva. Nem vagy formában.

Fogalmad sincs, hogy mit fess, írj vagy rajzolj. Valószínűleg semmit sem hallasz a múzsáidtól. Csak ott motoszkál benned ez a kis sejtelem, hogy alkotni akarsz valamit, egy kis suttogás, ami ragaszkodik hozzá, hogy valamit el kell mondanod.

Hadd erősítsem meg, hogy ez így van. Fontos mondandód

van, amit a világnak hallania kell.

Ez a meggyőződés néha elég ahhoz, hogy kitartsanak miatta az emberek.

Általában ez nem sikerül.

A csúf igazság az, hogy rengeteg krokodil úszkál a tóban.

Ezen a héten egyenesen belenézünk az ellenségeink szeme fehérjébe. Meg fogjuk vizsgálni, hogy mivel kell felvennünk a harcot. Mivel kell minden művésznek felvennie a harcot. Még Maya Angelou is – aki termékeny szerzőként több tucat könyvet írt – azt mondta, hogy ahányszor belekezdett egy újba, mindig ugyanazt a félelmet érezte, ugyanazokat a kételyeket. Meg tudja csinálni újra? Ez mindig ijesztő gondolat.

Most képzelj el engem fociedzőként – kezemben az ábrával a heti meccs ellenfeleiről. Igen, hatalmasak. Igen, kemények. De ne feledd, a kreatív szellem mindig erősebb.

1. számú ellenség: Halogatás. Amikor először elkötelezed magad arra, hogy az alkotásoddal fogsz foglalkozni, hallani fogsz egy kis hangot. Vagy legalábbis azt fogod gondolni, hogy hallottál. Vagy addig hallottad, amíg el nem jött az idő. Azt mondja: „Mégis mit gondoltam? Művész akarok lenni, de nem ma. Talán majd holnap.” Ezután pedig ugyanazt az életet éled, mint eddig, ugyanazt az életet, ami elől meg akarsz szökni.

Amikor először elkezded hallani a művészek hívó szavát, a létező összes kifogás fel fog merülni benned. Szinte bármit szívesebben csinálnál az alkotásnál. A levágott lábkörmök összegyűjtése a létező legszórakoztatóbb dolognak fog hangzani. Inkább mosnád fel a konyhapadlót, és vágnád le a szöszöket a vintage gyapjúkabátodról, mint hogy leülj a

számítógép elé, ahogy megígérted magadnak.

Ez szoktad meg – az életet, ami nem működik, az életet, amit meg akarsz változtatni.

2. számú ellenség: Ellenállás. A változás kellemetlen. Főleg, ha valami kockázatosról van szó. Minden művész kötélen táncol. De már nem félnek. Már nem rejtőzködnek.

A tested minden porcikája ellen fog állni. Hirtelen háromszázhatvan fokos fordulatot tesznek az izmok az elmédben, az idegrendszered vezetékei pedig felveszik a harcot. Ezt biztosra veheted.

Számíts konfliktusra, megszakításokra, kifogásokra és arra, hogy kételkedni fogsz magadban.

Anne Lamott azt mondja, hogy amikor leül írni, azonnal elkezd azon gondolkodni, hogy szüksége van-e fogszabályzóra. Egyszer felhívta a bátyját, hogy észrevette-e az új anyajegyet a nyakán.

Aki erre bölcsen azt felelte, hogy „Annie, menj vissza dolgozni”.

Mert egyedül ez fog átsegíteni rajta. Nincs más megoldás. Az alkotásod nem fog magától megjelenni csak azért, mert akarod. Ott kell lenned, és mindennap dolgoznod kell rajta.

Felvennél egy olyan alkalmazottat, aki valamelyik nap megjelenik a munkában, máskor pedig nem? A múzsáknak számos történetük, daluk és festményük van, amit átadnának a világnak, de csak olyan emberekkel tudnak dolgozni, akik odateszik magukat.

3. számú ellenség: Önbizalomhiány. Utálni fogsz mindent, amit alkotsz. Ránézel, bármi legyen is az, és azt gondolod: „Ez

maga a szemét. Bölcs dolog lenne abbahagyni.”

Amíg ezt bizonygatod magadnak, számtalan kínos dologgal fogsz szembenézni, és az is eszedbe jut majd, hogy tehetségtelen vagy.

A jó hír az, hogy idővel jobb lesz. Idővel könnyebb lesz.

Gyakorlás kell hozzá. Sok idő fog eltelni azzal, hogy megbénulsz, és félsz, nem fogod tudni, hogy egyáltalán miért akartál belefolyni ebbe az őrült „kreatívkodásba”.

Egyszerűen csak mondd azt, hogy halleluja. Minél több szemetet írsz, rajzolsz vagy festesz, annál előbb fogsz elérni a jó dolgokhoz. Nem mindig szép. Nem mindig szórakoztató. De egy angyal rejtőzik abban a márványtömbben. És csak rajtad múlik, hogy tovább faragd, csiszold és ütögesd.

SZÓLÍTSD MEG A MÚZSÁKAT

„Ne aggódj a hibák miatt. Nem léteznek.”

MILES DAVIS ZENÉSZ

Steven Pressfield nagyszerű, *A művészet háborúja: nyerd meg a belső kreatív harcot* című könyvének elolvasása után alkottam meg a saját múzsákhoz intézett megszólításomat. Ezt a könyvet számtalan példányban adtam tovább, és legalább évente egyszer újraolvasom. Pressfield elmondása szerint a legfontosabb rituálé az, hogy mindennap hangosan és őszintén imádkozzunk a múzsákhoz. Homérosz *Odüsszeiá*jának elejét felhasználva azt mondja: „… szólj nékem, Múzsa…”[1]

Íme, a sajátom:

Ó, hatalmas múzsák, most feltárom magam, hogy az eszközötök legyek. Félreteszek minden előre kialakított elképzelést magamról, a világról és arról, amit írnom

kellene. Megadom magam a bölcsességetek előtt. Köszönöm nektek azt a lehetőséget, hogy megkaphatom és továbbadhatom az áldásaitokat. Elengedem őket, hadd repüljenek, és áldják meg a világot. Ámen.

Zumba a léleknek

- Találj fel egy újfajta levest.
- Találj ki egy rockzenekarnevet.
- Fesd ki a körmöd tíz különböző színnel.

Jó társaságban vagy

Fiatal riporterként Oprah Winfrey-t kirúgták egy baltimore-i televíziótól. Azt mondták, hogy túl érzelmes, és nem való a képernyőre.

3. HÉT

A Nike-nak igaza volt

„De még így is ott üldögél, és nyugodtan nyalogatja a hússzeleteit.”

H. L. MENCKEN ÚJSÁGÍRÓ,
SZATÍRAÍRÓ ÉS KULTURÁLIS KRITIKUS

Amint ráérzel a könyvre, valószínűleg arra a következtetésre fogsz jutni, hogy az inspirációs üzenetek a fontos részek. Vallásos lelkesedéssel fogod olvasgatni őket, inspirálni fognak, és kész leszel szembeszállni a világgal. Úgy fogod érezni, hogy az a végzeted, hogy nagy művész váljon belőled, hogy olyan műalkotásokat alkoss, amiktől mások térdre rogynak.

Ezek a heti feladatok, nos, mókásnak hangzanak, de majd később megcsinálom őket… amikor lesz egy szabad percem. Talán holnap.

Hadd tisztázzak valamit. Nem a fejezetek a könyv fontos részei.

A *Holt költők társaságá*ban a Robin Williams által alakított irodalomtanár, Mr. Keating arra kéri a diákjait, hogy lapozzanak a költészetet elemző fejezethez. Amint az egyik fiú elkezdi

felolvasni, Keating vadul kipattan a székéből.

„Tépjétek ki azt a bevezetőt – kiabálja a hitetlenkedő diákoknak. – Lószar. El vele.”

Én is így érzek ezekkel az üzenetekkel kapcsolatban. Tetszenek. Valójában egy éven keresztül ezek voltak a heti projektjeim. De elsiklasz a könyv lényege felett, ha kihagyod a feladatokat. Olyan, mintha elmennél egy rodeóra, de nem a lovakat néznéd.

Tudom, hogy sokan nem fogjátok megcsinálni a kreatív feladatokat. Ó, meg akarjátok majd csinálni. Szándékotokban áll majd. Újra és újra felkerülnek a teendőitek listájára. De aztán elmegy a nap. Fáradt leszel. És pont a kedvenc filmed lesz este a tévében… és, nos, majd holnap megcsinálod.

Ha elvégeztem volna mindazt, amiről álmodtam, már lenne egy Pulitzer- és egy Oscar-díjam és egy jelem Istentől, amely tudatja a világgal, hogy én vagyok a létező leghasznosabb ember ezen a bolygón.

Csak azt próbálom mondani ezzel, hogy ismerem az érzést. Hadd erősítsem meg újra: a kreatív feladatok teszik különlegessé ezt a könyvet. Ezek áldások, a valódi lényeg, a valódi oka annak, hogy ma itt vagy velem.

Könyvespolcom egyik legfontosabb darabja Julia Cameron *A művész útja* című könyve. Kétszer is részt vettem ezzel a könyvvel kapcsolatos foglalkozásokon. Ez az egyik olyan javaslat benne, amit tényleg megcsináltam. Azt ajánlja, hogy mi, művészek tartsunk össze és támogassuk egymást.

Amikor először voltam a fejezeteken alapuló tizenkét hetes foglalkozáson, imádtam. Előbb szúrtam volna egy rozsdás villát

a szemembe, mint hogy kihagyjam a szombat reggeli gyűlést. Alig vártam a következő hetet, hogy elmesélhessem, mennyire szorongok, amikor nem írok, vagy hogy miként szégyenített meg a felsős rajztanárom. Csoportterápia volt, de nem rémlik, hogy termékenyebbé váltam volna tőle. Nem fejlődtem művészként, és nem írtam jobban.

Másodszorra viszont egész más volt a helyzet. Először is, én facilitáltam a csoportot. Így hát erős volt a nyomás, hogy *tényleg* művész legyek. Az első foglalkozás napján (annyian jöttek el, hogy nem is tudtam számon tartani őket), megkértem mindenkit, hogy legyen náluk névcímke.

Nem nagy dolog, igaz?

Nos, kérj meg egy művészt arra, hogy alkosson valamit, és csak figyelj. Az eredmények lenyűgözők voltak. Minden csoporttag olyan címkét hozott magával, ami kifejezte az egyediségét. A második foglalkozáson kevesebb időt töltöttünk azzal, hogy a gyerekkori gondjaikról beszélünk, és többet azzal, hogy hányféle eszközt használtunk fel névcímkéink elkészítéséhez.

Onnantól kezdve minden héten megcsináltunk egy feladatot. Az első órát még mindig azzal töltöttük, hogy az akadályokról és a küzdelmeinkről beszélgettünk, de a kétórás foglalkozás második felében már megformáltunk egy szereplőt, verset olvastunk vagy bemutattunk egy önarcképet.

Erőteljes élmény volt. Az emberek elkezdtek megváltozni. Elkezdtek alkotni. Különösen felszabadító volt, hogy ezt más és más formákban tették. Íróként felelősnek érzem magam azért, hogy olyan dolgokat hozzak létre, melyek jó színben tüntetnek

fel. De most úgy tudtam festeni, hogy egyáltalán nem érdekelt, mások mit gondolnak.

Amikor elköteleztük magunkat amellett, hogy a művészetünk miatt vagyunk jelen, a múzsák teljes dicsőségükben megjelentek. Szinte már hallottam, hogy maguk között beszélgetnek: „Tudjátok, azt hiszem, számíthatunk ezekre az emberekre.”

Fantasztikus dolgok történtek.

Egyik éjjel hajnali háromkor hirtelen megrántotta a karomat valami olyan, amit sosem akartam megírni. Daniel elkezdett fényes, üde portrékat festeni, és több tucat új megbízást kapott. Bonnie elkezdett olyan verseket írni, amelyek átsegítették egy csúnya váláson. Beth sok év után újra elkezdett rajzolni.

Hát ezért fontos elvégezni a kreatív feladatokat.

Nincs semmi baj azzal, ha arról álmodozol, hogy festesz, írsz vagy színpadra viszel egy darabot, de ha nem ülsz le dolgozni rajta, akkor semmi sem fog megváltozni.

KÉSZÍTS EGY MŰVÉSZAMULETTET

„A nagy kérdés az, hogy képes leszel-e szívből igent mondani a kalandodra.”

JOSEPH CAMPBELL AMERIKAI MITOLÓGUS, AKI MEGALKOTTA A „KÖVESD A BOLDOGSÁGOD” KIFEJEZÉST

Valószínűleg fel fogod ismerni a művésztársaidat a szemük csillogásából. Valahogy élénkebbnek, vidámabbnak és játékosabbnak tűnnek. Valahogy nem illenek bele abba a formába, amibe a társadalom próbál beszorítani minket.

De csak azért, hogy a világ többi része is tudja, készíts magadnak egy amulettet – egy különleges kitűzőt, dísztűt vagy nyakkendőt –, amiről tudni lehet, hogy te is részese vagy a művészetnek. Tudasd a világgal, hogy művész vagy.

- Találj ki egy új koktélt.
- Fess be egy régi teniszcipőt.
- Reggelizz valahol, ahol még sosem ettél.

Jó társaságban vagy

Minden rajzot, amit Charles Schulz, a rendkívül népszerű *Peanuts* képregénysorozat készítője beküldött az iskolai évkönyvbe, egyöntetűen elutasítottak.

4. HÉT

Már tudod, hogyan kell csinálni

„Ha valaki biztos akar lenni az útjában, akkor le kell hunynia a szemét, és a sötétben kell sétálnia.”

KERESZTES SZENT JÁNOS MISZTIKUS ÉS SZENT

Amikor valami új művészeti ág művelésébe fogunk, az első dolog, amit teszünk az, hogy keresünk egy tanfolyamot, veszünk egy könyvet és szakértőtől kérünk tanácsot. Bár természetesen megvan a külső segítség helye és ideje, általában nem ezzel lehet a legkörültekintőbben elkezdeni a folyamatot.

Amikor mástól kérünk iránymutatást, legalább két akadályt teremtünk. A nyilvánvaló az, hogy vesztegetjük az időnket. Ahelyett, hogy fejest ugranánk, amikor még friss az ötlet, amikor a hang hallatni akarja magát, félretesszük, és ragaszkodunk ahhoz, hogy türelmesek legyünk, és megvárjuk, amíg megtanuljuk helyesen használni az írásjeleket vagy összekeverni a festéket. Arra kérjük ezt a lángoló, szenvedélyes ötletet, ami semmi mást nem akar, csak táncolni és ordítani, hogy csendben üljön le kint, és várjon.

De nem várhat.

Gondolj erre a kopogtató ötletre úgy, mint egy kisgyerekre. Nem érti, hogy a felnőtteknek más dolga is van.

„De – mondod – tényleg nem tudom, hogyan kell. Sosem írtam cikket, nemhogy egy könyvet, sosem alkottam meg egy szereplőt, nemhogy egy egész színdarabot. Segítségre van szükségem.”

Ez észszerű indoknak tűnhet. De biztosíthatlak, hogy csak egy halogatási technika. Persze, lehet, hogy az indokaid észszerűnek és érettnek tűnnek, de egy olyan ötlettel van dolgod, ami egyáltalán nem észszerű és érett. Valójában akkor válik észszerűvé és éretté, ha vársz. De mégis ki akar egy észszerű és érett szobrot látni? Egy észszerű és érett színdarabot?

Az üzemanyag, az energia felnőtté vált.

Később is dolgozhatsz a készségeiden – miután kiszellőztetted a fejedben dörömbölő ötletet. Most csináld meg.

Ha addig vársz, amíg tudod, hogyan kell csinálni, az lehet egy hét, ha elolvasol egy könyvet, egy félév, ha beiratkozol egy tanfolyamra, egy egész élet, ha tökéletesíteni akarod a készséget. Addig minden rideg és élettelen lesz. Ugyanolyan dohos, mint a konyhában lógó, tarkán szőtt pamutfüggönyök.

Ha kialudt a tűz, az nagyszerű indok arra, hogy egyáltalán ne írjunk, majd hosszan tűnődünk azon, hogy hol rontottuk el. Lehet, hogy még egy tanfolyamra be kellett volna iratkozni.

Feltétlenül szükséges, hogy akkor válaszoljuk meg a kérdéseket, amikor felteszik őket. Máskülönben nem lesz más választásuk, mint máshol keresni. Olyasvalakit kell találniuk, akinek van ideje és önbizalma cipelni a lángot.

Sam Shepard, aki negyvennél is több színdarabot írt,

huszonegy éves korábban alkotta meg az első kettőt, a *Cowboys*t és a *The Rock Garden*t. Fiatal New York-i művészként nem vett részt hivatalos színházi képzésben, és nem olvasott drámákat. Szerencsére túl naiv és tapasztalatlan volt ahhoz, hogy megkérdőjelezze, hogyan kell színdarabot írni – senki sem mondta neki, hogy mások nem írnak új színdarabot minden második héten. Ehelyett ő odafigyelt a fejében ugrándozó tüzes férfi karakterekre. Ha azt mondta volna, hogy „Hé, srácok, hallak titeket, de most órára kell mennem. Holnap elmegyek a könyvtárba, és kiveszek egy könyvet”, akkor az amerikai színházi kultúrából hiányozna negyven ellentmondásos és megrendítő színdarab.

Ne menj el könyvesboltba. Ne hívd fel a főiskolát, hogy mikor lesz a következő festőtanfolyam. Ugorj fejest. Festékezd össze magad. Higgy az ötletedben. Képes megtanítani mindarra, amit tudnod kell. Tüzes ritmusában ott vannak a kérdések és a válaszok is. Ha megadod magad az ötletnek, haza fog vezetni.

Kezdj bele most.

Csak csináld

ALAKÍTS ÁT EGY SIMA PAPÍRT HÁROMDIMENZIÓS TÁRGGYÁ

„A társadalom adott egy háromméteres falat és egy másfél méteres létrát, majd hátradőlt, és nézte, hogy átjut-e a fekete seggem a falom. Nem volt lehetetlen, de kreatívnak kellett lennem.”

TRACY MORGAN KOMIKUS

Írd le ide a kedvenc kifogásodat.

Azt, amivel szentesíted, hogy miért nem vágtál még bele. Elvégre már a negyedik hétnél tartunk.

– –

– –

– –

– –

– – –
– –

Népszerű válaszok:

1. Nincs elég időm.
2. Nincs elég pénzem.
3. Nem támogat eléggé a családom/párom/barátaim.

Ezért fogom most elmesélni az Emmy-jelölt színész és a *Saturday Night Live* szupersztárjának, Tracy Morgannek a történetét. Ez a sztori majd helyre tesz minden őrült kifogást, amit az imént írtál le.

Tracy egy elszegényedett városrész egyik önkormányzati lakásában nőtt fel, az apja ráadásul heroinfüggő volt, az anyja hétköznap esténként kaszinókba rángatta, és tizenkilenc évesen házasodott meg. Ó, azt említettem, hogy kokaint is árult?

„Ha belegondolsz, egyáltalán nem is kellene itt lennem. Ha olyan ember vagy, aki a számokat és a statisztikákat szereti, nekem nem sok esélyem volt”, mondta.

Sok barátja valóban nem jutott idáig. Túladagolták magukat és begolyóztak, vagy egy forrófejű drogcsempész fegyverének rossz oldalán álltak.

Tizenhat éves korára Tracynek mindkét kezére szüksége volt, hogy számon tartsa az összes veszteségét.

A vicceskedés állítása szerint nem karrierválasztás volt. Hanem túlélési mód.

Miután az apja belehalt az AIDS-be, Tracy otthagyta a középiskolát, és elkezdett bizniszelni – füvet árult, kedvezményeket a Yankees stadionjánál, burgereket a gyorsétteremben –, és mindent megtett, hogy támogassa feleségét és időközben világra jött három gyerekét.

Mindvégig a „nagy szájára és a vicces arcára" hagyatkozott. Más szavakkal élve, a tehetségére, és arra, amihez mindenki másnál jobban értett.

Miután az emberek elkezdtek összegyűlni a sült csirkés helye előtt, hogy meghallgassák, ahogy „kifigurázza" a dolgokat, előállt az életét megváltoztató álommal.

„Elkezdtem arra gondolni, hogy mennyivel lehetne másabb, ha egy színpadon állnék?"

Amikor elmondta akkori feleségének, Sabinának a valószínűtlen karrierválasztását, arra számított, hogy úgy fog reagálni, mint a családja és a barátai – nevetéssel, mintha ez lenne a világ legjobb vicce.

Ehelyett ő azt mondta: „Szerintem meg kellene próbálnod."

Majd mélyen a szemébe nézett, és hozzátette, hogy „De ha megcsinálod, Tray, mindent erre kell

feltenned. A végsőkig el kell menned.”

„Ezért mindig szeretni fogom – mondja Morgan. – Bármikor könnyedén megfordulhatott volna, és azt mondhatta volna, hogy seggfej, a futárszolgálat embereket keres. A világ ekkor hallott volna utoljára Tracy Morganről.”

Most pedig… Te leszel Tracy, én pedig Sabina.

És a kifogás? Egyenesen tépd ki a könyvből, és hajtogass belőle valamit.

Zumba a léleknek

- Kapj el egy befőttes üvegnyi szentjánosbogarat. (Ha tél van, csinálj egy csapat hóangyalt.)
- Csak sárga, lila vagy kék ruhát viselj.
- Idézd fel, mennyi karácsonyi énekre emlékszel.

Jó társaságban vagy

Donald Sutherland több mint száz filmet készített, de forgatás előtt még mindig annyira

ideges, hogy hányni is szokott.

5. HÉT

Merj középszerű lenni

„Nem könnyű zöldnek lenni."

BREKI, A BÉKA

„Minél több a kudarc, annál több a siker. Pont."

TOM PETERS, *A SIKER NYOMÁBAN* ÍRÓJA

Rendben, most jöjjön a jó hír. Engedélyt kapsz, hogy megírd, megrajzold, megfesd a világ legnagyobb szemetét. Nemcsak hogy teljes felmentést kapsz, de egyenesen a te felelősséged lesz szemetet írni, sok pacát festeni és úgy táncolni, mint egy bádogember.

Amikor megengedjük magunknak, hogy kezdők legyünk és középszerűek, akkor behatolunk egy új területre. A múzsának semmi másra nincs szüksége.

A kezdőséghez bátorság kell, egy olyan művész, aki nem tökéletes. Bátorság kell ahhoz, hogy bepiszkold magad. Csak azok nyerik el a múzsák kegyeit, akik hajlandók befogni az orrukat, és meztelenül belevetni magukat.

Mégis milyen múzsa jönne össze valami karót nyelt

perfekcionistával, akinek egyből Georgia O'Keeffe-nek vagy William Shakespeare-nek kell lennie. Az ilyen emberek nem vállalnak kockázatokat. Ők merevek és beszűkültek. A múzsa olyan embereket keres, akik le mernek ugrani a szikláról, akik nem félnek hülyének kinézni.

Azoknak, akik tökéletesen akarják csinálni, van napirendjük. Az igazság az, hogy nincs elég információnk ahhoz, hogy ítélkezzünk. Nem igazán tudjuk, hogy mi a jó és mi a rossz, arról nem is beszélve, hogy mi a tökéletes.

Amikor megírtam a negyedik könyvemet, egy saját kiadású fogyókúrás könyvet, amit végül a Simon & Schuster kiadó megvásárolt, szükségem volt egy rajzra, ami ábrázolja a mély lélegzés fontosságát. Lerajzoltam ezt a primitív nőt, aki hajszálpontosan úgy nézett ki, mint George Washington. Az én belátásom szerint ez volt a világ legrosszabb rajza. Ha a költségvetésem nem lett volna ilyen szűkös, ha lett volna huszonöt dollárom, könyörögtem volna egy grafikusgyakornoknak, hogy rajzolja újra.

Képes voltam azzal vigasztalni magam, hogy író vagyok, nem pedig művész, így hát úgy hagytam, ahogy volt.

A rajz, ami nekem gyerekes volt és amatőr, számos elismerést kapott. Több tucat ember mondta nekem később, hogy mennyire tetszett nekik. Csak arra tudok gondolni, hogy a sebezhetőségemet jelképezte. Felrántotta a leplet egy részem előtt.

A lényeg az, hogy nem voltam képes megítélni, hogy melyik alkotás jó, és melyik nem. Vagy pontosabban nem voltam képes megítélni, hogy a rossz (igen, rossz volt) alkotások talán

megérinthetnek valakit, talán szükség van rájuk.

Hajlandónak kell lenned sebezhetővé válni. El kell engedned minden gondolatot, ami arról szól, hogy a szomszédok mit gondolnak.

Még a legelismertebb művészek is alkotnak rosszat. Ahogy Anne Lamott mondta egyszer, „mind úgy érezzük, mintha a fogunkat húznák. Még a legjobb írókkal is előfordul, hogy a megfelelő szavak és mondatok nem úgy folynak ki belőlük, mint a távírógépekből”.

Szerinte az a trükk, hogy valahogy neki kell állni.

Lamott ezt a „béna első változatok” írásának nevezi. Ha számtalan béna első változatot írsz, „rájössz, hogy ezekből előbújhatnak a jó második változatok, és látni fogod, hogy ezek a hatalmas, tökéletlen zűrzavarok értékesek”.

A zűrzavar, mint a komposzt, termékeny, lüktet és tele van élettel.

Egyszer egy azonosítatlan inda kezdett nőni a komposztomból. Hónapokig néztem, ahogy növekedett a kertemben. Tűkön ülve vártam az első virágát, és azon tűnődtem, hogy milyen növényt ültettem el akaratlanul. Végül megjelent, zöld volt és foltos. Azt hittem, cukkini.

Egy nap leszedtem az indáról, hogy cukkinikenyeret süssek. A szomszédom, aki éppen a kertben fürdette kétéves gyerekét, azt mondta: „Hű, micsoda furcsa tök.”

Így hát nem, nem lett cukkinikenyerem. De nekem lett az egyik legjobb töklámpásom a környéken.

A lényeg az, hogy nem tudhatjuk. Csak oda kell tennünk magunkat.

TALÁLD KI A CÍMÉT (DE CSAK AZT) A MEGJELENŐ MEMOÁRODNAK

„A művészi nyilatkozatom mondja, a munkám teljesen érthetetlen, és ezáltal mély jelentőséggel bír.”

KÁZMÉR (BILL WATTERSON *KÁZMÉR ÉS HUBA* CÍMŰ KÉPREGÉNYÉBŐL)

Mindy Kaling memoárjának címe az, hogy „Mindenki velem akar lógni?” Cheryl Strayed „Vadonnak” nevezte el megrendítő meséjét a Pacific Crest Trail bejárásáról. Katharine Hepburn pedig volt olyan híres, hogy egyszerűen csak azt a címet adta a sajátjának: „Én.” Te milyen címet adsz a tiédnek?

- Készíts csákót újságpapírból.
- Írj ötszáz szót valakiről, akit utálsz.
- Tervezd meg a nyaralásod a kedvenc karibi szigetedre. Készíts rumkoktélt, és vegyél szalmakalapot az ünnepléshez.

Jó társaságban vagy

J. K. Rowling elvált, elszegényedett és szociális segélyeken élt, amikor végre kiadták a *Harry Potter és a bölcsek kövét*. Miután tizenegy másik kiadó már elutasította, a szerkesztője azt javasolta, hogy szerezzen „rendes munkát”, mert a „gyerekkönyvek nem hoznak pénzt”.

6. HÉT

El a félelemmel és bizonytalansággal! Valami ragyogót kell alkotnom

„A feltételezés, miszerint a művészet valamilyen királyi köntös, ami jogos trónörökösként valamiféle mágiával kerül a válladra, ahelyett hogy csákányt ragadnál minden egyes reggel, hogy a bányában gürcölj, valójában minden művészi munka legnagyobb hátráltatója."

JANE LAZARRE, A *THE MOTHER KNOT* ÍRÓJA

Ez a történet a fegyelemről szól. És a lábam remegéséről.

Az E^2 megjelenése előtt a kiadó elküldött nekem egy *Platform* című könyvet. Ragaszkodtak hozzá, hogy el kell olvasnom. Az író, Michael Hyatt szerint a közösségi média marketingerejét még a legkisebb író is az előnyére fordíthatja a mindennapos blogolás segítségével.

Ezt már korábban is hallottam. A népszerű író és üzletember, Seth Godin szerint a blogolás a szakmájának egyik legfontosabb része. Azt mondja, kitisztítja a gondolatait, arra kényszeríti, hogy észrevegye a dolgokat, és a segítségével a rajongóival is tartani tudja a kapcsolatot.

A mindennapos blogolás mellett való elköteleződés egyszerre volt izgalmas és rémisztő.

Izgalmas volt, mert amióta képes vagyok tollat fogni a kezembe, olyan fegyelmezett akartam lenni, hogy mindennap írjak valamit. Ez az, ami minden írót összetart – következetesség, napi kapcsolat a múzsákkal, és… nos, az az ősi és egyszerű tett, hogy letesszük a fenekünket a székbe. Számtalanszor alkalmaztam, amikor megírtam a tizennyolc könyvet, amin a nevem szerepel.

Viszont amikor nincsenek megbízásaim, és egy szerkesztő sem várja, hogy leszállítsam az árut, nem mindig írok. Pedig tudom, hogy csak úgy nevezheted magad igazán írónak, hogy ha írsz. Pedig tudom, mennyire fontos megjelenni a múzsák előtt nap mint nap.

Én hűségesen meg is jelentem, de csak akkor, amikor a szerkesztők megszabták a határidőt, vagy amikor a bankszámlámnak némi lökésre volt szüksége.

Ezért voltam megrémülve. A mindennapos blogolás olyan volt, mintha meztelenül szaladgáltam volna egy tömött arénában. Pedig akkoriban az anyukám és pár barátom volt az olvasóm, de tudtam, ha jól csinálom, akkor követőkre tehetek szert. Ez egy ijesztő helyzet.

A vadászok bakláznak nevezik – a megmagyarázhatatlan bénultságot, amikor szembenéznek egy nagydarab állattal.

Miért akarna bárki is követni? Ki vagyok én ahhoz, hogy tiszteletet követeljek? Igen, hatalmas önbizalomhiánnyal küzdök, pedig a világ szerint sikeres író vagyok. Tizennyolc könyvet írtam és adtam el. Szerepeltem nagy tévés beszélgetős

műsorokban. Olyan országos magazinoknak írok, amiket a fogorvosi rendelőkben találsz. És még így is meg vagyok rémülve.

De mégis mikor volt a terror megfelelő indok arra, hogy ne ragyogj? A terror csak azt jelenti, hogy a rossz hangra figyelsz oda.

Mindig jelen lesz mind a két hang. A belső Salierid. És a másik, a valódi hívószavad, a ragyogásod hangja.

KEZDJ EL BLOGOLNI

„Tedd oda magad, tedd oda magad, tedd oda magad, és idővel a múzsák is megjelennek.”

ISABEL ALLENDE ÍRÓ

A blogírás ingyenes, felbecsülhetetlen és Seth Godin szerint az egyik legjobb dolog, amit magadért tehetsz. Napi egy blogbejegyzés írását ajánlja, ami tökéletes feladat erre a hétre.

Ne pánikolj, egy blogbejegyzés lehet csupán egy-két bekezdés is.

Néhány jó tanács:

1. Úgy írj, ahogy beszélsz. Azon nem aggódsz, hogy hogyan kell beszélni, ugye?
2. Egyszerűen csak vedd észre a dolgokat. Ha a hét minden napján írsz, sokkal inkább feltűnik majd az élet humora és végtelen szépsége.
3. Blogolj azért, mert szereted. Ne akarj pénzt

csinálni belőle.

4. Döntsd el, hogy mi motivál reggel a felkelésre. Milyen dolgokkal kapcsolatban vagy szenvedélyes?

Zumba a léleknek

- Készíts magadnak egy pár angyalszárnyat.
- Olvass el három verset Rúmitól.
- Ebédelj szokatlan helyen, például egy fán.

Jó társaságban vagy

A szinte minden kategóriában listavezető slágergyáros Lady Gagát a leigazolása után három hónappal kirúgta a kiadója.

7. HÉT

Apró lépések

„Ne hagyd abba a körömrágást. Csak egyet ne rágj tovább.”

SONNY KRASNER KOMIKUS

Most pedig jöjjön az első számom…

Amikor leülünk, hogy csináljunk valamit, a legtöbbünknek valami olyasmi jár a fejében, hogy megnyerjük a Grammy-díjat, vagy megfestjük a következő *Mona Lisá*t. De ez olyan, mintha az Atlanti-óceánt próbálnánk meg átúszni.

Mindenképp hatalmas hullámokba és jéghegyekbe fogsz ütközni, az izmaid begörcsölnek, és valószínűleg még azelőtt feladod, hogy elérnéd a Bermudát. Ennél jobb stratégia, hogy ha a kert végi medencében vágsz bele.

Ezen a héten valami olyanról fogunk beszélni, amit az óvodában sajátítottál el. Emlékszel még azokra a gyerekkori játékokra? Azokra az apró lépésekre?

Azokkal a kicsi, pár centis lépésekkel ugyanolyan hatékonyan eljutottál a célig, mintha ugráltál és ollóztál volna, vagy mintha óriásiakat léptél volna – ahogy azt akartad.

Első könyvének megírásakor Jan Steward teljesen

leterheltnek érezte magát, amíg egy barátja meg nem látogatta egy indiai gyöngysorral a kezében. Huszonöt centi széles és kilenc méter hosszú volt, és egy bonyolult szerelemi történetet ábrázolt az udvarlástól kezdve az esküvőn át a végső szökésig a pár családjai elől. Szezámmag nagyságú gyöngyökből készült.

Steward a kezébe vett egyet, szemügyre vette, és azt kérdezte: „Mégis hogyan tudta valaki ezt megalkotni?”

A barátja elgondolkodva megdörzsölte az állát, és azt felelte, „Nos, szerintem először fogsz egy fehér gyöngyöt…”

Ma csak annyit kell tenned, hogy megfogod ezt az első fehér gyöngyöt. Tegyél egy kis lépést az álmod felé. Nem kell hatalmasnak lennie – lehet egy leírás a szereplőd élénk rózsaszín hálóingéről, vagy egy gyors vázlat egyetlen nárciszról. Ne is gondolj arra, hogy mit mondana a szereplő anyja, amikor besétál egy szatyor bevásárolnivalóval, vagy arra a dongóra, ami a nárcisz bibéje körül duruzsol.

Egyelőre elég, ha a hálóingről írsz. Adj bele mindent ebbe a hálóingbe. A többi egyelőre nem számít.

Csak egyetlen lépés. Egyetlen gyöngyszem.

Ha bármilyen más módon csinálod, meg fogsz fulladni. Bele fogsz ütközni az első jéghegybe, fel fogod tenni a kezeidet, és azt fogod mondani, „feladom”. Egy regény megírása, vagy egy angyalszobor megformázása nagy feladat.

De ha gyöngyszemről gyöngyszemre haladsz, napról napra, gond nélkül átjuthatsz az óceánon. Mindennap fűzz fel egy gyöngyöt – úgy, mintha egy zongorán gyakorolnád a skálázást. Kezeld becsületbeli tartozásként.

Ez a mindennapos gyöngyfűzés fejleszti az izmaidat. A

súlyemelőhöz hasonlóan, aki mindennap súlyzózik a tricepsze és a bicepsze erősítésére, te is fejleszted a kreatív izmaidat – az állóképességed és a becsületérzeted, ami majd átjuttat az óceánon – napi gyakorlással.

Fontos, hogy eszközként tekints ezekre a kis lépésekre. Gondolj úgy magadra, mint egy ácsra vagy kőművesre. Bárki lefagyhat attól, hogy művész akar lenni. Egy bikát is megállíthat a vörös lepel felé rohanásban az, hogy ha valami olyat próbál alkotni, amit évszázadokon keresztül csodálni fognak.

Amikor Barbara Walters Sir Laurence Olivier-vel készített interjút, megkérdezte tőle, hogyan szeretné, ha emlékeznének rá.

„Mint egy munkásemberre”, válaszolta.

Walters meglepődött. „Nem akarja, hogy úgy gondoljunk önre, mint egy színészre vagy egy művészre?”

„Nem – folytatta. – Az nem számít. Shakespeare munkásember volt, a költők munkásemberek. Isten is egy munkásember, és azt szeretném, ha így emlékeznének rám.”

Vedd hát fel az overallod, kösd be a cipőfűződ, és állj fel a létra első fokára. Lépésről lépésre. Egyenesen a csillagokig fogsz jutni.

ÍRJ EGY HATSZAVAS MEMOÁRT. NE LEGYEN TÖBB. SE KEVESEBB.

„Az alkotás jobb módja az önkifejezésnek, mint a birtoklás. Az életet az alkotáson, nem pedig a birtokláson keresztül lehet megismerni.”

VIDA D. SCUDDER ANGOL KÖLTŐ

Amikor Ernest Hemingwayt arra kérték, hogy írjon egy teljes történetet csupán hat szóval, ezt felelte: „Kisbabának cipő eladó. Soha nem hordták.”

Így ezen a héten meglehetősen tömörek leszünk. De ne érezd nagyon a nyomást.

Íme, pár példa a *Not Quite What I Was Planning* című könyvből, ami hatszavas memoárok gyűjteménye.

Dave Eggers író: *Tizenöt éve jártam utoljára a fodrásznál.*

Aimee Mann énekes: *Nem tudtam elviselni, így*

dalokat írtam.

Stephen Colbert komikus: *Nos, azt gondoltam, hogy vicces volt.*

Zumba a léleknek

- Tölts két órát egy függőágyban úgy, hogy nem csinálsz semmit.
- Vedd fel, ahogy eljátszol egy jelenetet *Az élet csodaszép* című filmből.
- Találd meg a lehető legjobb kilátót, és nézd meg a naplementét.

Jó társaságban vagy

Isabel Allendének három könyvet kellett kiadnia, mire nem érezte kellemetlennek, hogy „feleség” helyett azt írja az űrlapokon található foglalkozás mezőbe, hogy „író”. Elmondása szerint az *író* nagyon nagy szó volt számára.

8. HÉT

A múzsák megidézése

„Ébren reszkess most az álmodtól…”

BOB SAVINO KÖLTŐ ÉS KANSAS CITY-I BÖLCS

A múzsák megidézése egyszerű.

Két szóból áll: *Jelenj meg.*

Ha írni, festeni, vagy filmezni akarsz, akkor rá kell szánnod az időt, és oda kell tenned magad.

A múzsák hagyják, hogy te oszd be a saját időd, de ezt meg is kell tenned. Meg kell győznöd őket arról, hogy komolyan gondolod. Ha arról álmodozol, hogy írni fogsz egy könyvet, attól a könyv még nem fog megíródni. Ha könyveket olvasol a festészetről, attól a festmény még nem fog elkészülni.

A múzsák készen állnak átadni az áldásaikat, de be kell bizonyítanod, hogy komolyak a szándékaid. Oda kell tenned magad.

Ha belegondolsz, ez elég izgalmas. Leveszi rólad azt a terhet, hogy valami különleges tehetséget kell birtokolnod. Hát nem ettől félünk? Hogy nem értünk annyira az irodalomhoz, mint Toni Morrison, vagy nem vagyunk olyan tehetségek, mint Meryl

Streep?

Ha Pat Conroy műveit olvasom, nagyjából törpének érzem magam. El akarok rejtőzni, és kiirtani mindent az önéletrajzomból arról, hogy író vagyok. Nemrégiben elolvastam Mary Karr memoárját. Annyira gyönyörűen volt megírva, hogy majdnem bedobtam a törülközőt. Hozzá képest kezdő vagyok, egy senki.

Nos, nem ez a lényeg. Ezek az írók azért teljesítenek ilyen ragyogóan, mert belefektették az idejüket. Újra és újra gyakoroltak.

Keresztülmentek a jón és a rosszon is. Mindennap írtak, amikor mást is csinálhattak volna. Akkor is írtak, amikor nem esett jól nekik, amikor úgy érezték, hogy nem elég jók, amikor azt gondolták, hogy annyi tehetség sem szorult beléjük, mint egy üveg kovászos uborkába. Meggyőzték a múzsáikat arról, hogy hűségesen követik őket.

A zenében egyértelmű a kapcsolat a zsenialitás és az idő között. Tegyük fel, hogy a múzsák egy lenyűgöző zeneművet akarnak átadni, és két jelöltjük van – a srác, aki három hónapja vette a gitárt, de még mindig nem játszott rajta, vagy az a fickó, aki már tíz éve gyakorol. A múzsáknak nem sok választásuk van, a hűség mellett kell dönteniük. Arra az emberre kell bízniuk a mesterművet, aki képes is eljátszani.

Madeleine L'Engle írt egy kis bajorországi faluról. Amikor a falu órása meghalt, és nem maradt utána sem gyerek, sem tanonc, idővel a falu összes órája tönkrement. Évekkel később felbukkant egy ismert órás, és mindenki odasietett hozzá: könyörögtek, hogy javítsa meg a tönkrement óráikat. A bölcs,

öreg órás, akinek nem volt ennyi ideje, ránézett az elhanyagolt órákra, és azt mondta, csak azokat fogja megjavítani, amelyek még ketyegnek. Elmondása szerint ezek voltak azok, amelyek még emlékeztek arra, hogyan kell mérni az időt.

Lehet, hogy az óráink nem fognak tökéletesen járni, de legalább minden reggel úgy kelünk fel, hogy felhúzhatjuk őket, így nem felejtik el a dolgukat.

TALÁLJ KI EGY KREATÍV RITUÁLÉT

„Azok az utak kellene hogy izgassanak minket, amelyeket nem tudunk elképzelni.”

KELLY BROGAN AMERIKAI ORVOS

Sok nagyszerű tudományos felfedezéshez hasonlóan a pavlovi kondicionálás is véletlenül történt.

Az orosz pszichológus, Ivan Pavlov észrevette, hogy a kutyái elkezdek nyáladzani, amikor belép a szobába, még akkor is, amikor nincsenek nála a kutyák táljai.

Találj ki valami rituálét, mielőtt nekivágsz a feladatoknak. Esetleg játssz le egy bizonyos dalt. Vagy gyújts meg egy gyertyát. Nem számít, mi az.

Ez egy egyszerű trükk arra, hogy beindítsd a képzeleted nyáladzását.

John Cheever mindig felvette az öltönyét, kiment a lakásából, le a pincébe, ahol felakasztotta egy

fogasra a ruháját, és alsónadrágban írt. Friedrich Schiller csak akkor tudott írni, amikor a lábait hideg vízbe lógatta. Jack Kerouac gyertyafény mellett írt. David Lynch ugyanabba a gyorsétterembe jár mindennap délután fél háromkor, és megiszik egy hatalmas csokoládés shake-et, hogy beinduljanak az ötletei.

Zumba a léleknek

- Készíts zoknimajmot vagy bármilyen más kitömött állatot.
- Vegyél ezerötszáz forint alatti ajándékot, és csomagold be kreatívan. Ne felejtsd el odaadni valakinek.
- Rajzolj egy képet az elsős osztálytermedről.

Jó társaságban vagy

Ryan Reynolds, akit a *People* magazin egyszer a világ legszexibb emberének választott, azt mondta: „Gyakran érzem úgy magam, mint egy

túlsúlyos, pattanásos kölyök.”

9. HÉT

Az idő megteremtése

„Mik a legjobb és a legrosszabb dolgok az életedben, és mikor fogod megsúgni vagy kikiabálni őket?”

RAY BRADBURY SCI-FI ÉS FANTASYÍRÓ

Mondd ki még egyszer utoljára, ha szeretnéd, de ez után a hét után többet sosem fogod kiejteni a szádon a világ leghíresebb kifogását:

„Nincs rá időm.”

Nem tagadom, hogy a legtöbbünknek sok dolga, terhe és elintéznivalója van.

De fel kell tennem ezt a kérdést: „Miért?”

Tényleg minden héten meg kell csináltatnod a körmeidet? Tényleg minden este kell pletykálnod a húgoddal? Tényleg ennyire fontosak az ismételt sorozatrészek ahhoz, hogy jól legyél?

Igen, ezen a héten meg fogjuk tanulni, hogy hogyan szakítsunk időt a regényed megírására, a gitározás gyakorlására, vagy a színitanfolyamra, amire már régóta vágysz.

Ne várj olyan klisétippeket, mint hogy „kelj fel harminc

perccel korábban”, vagy „szánj tizenöt percet az ebédszünetedből arra, hogy a cselekmény részletein dolgozol”. Ezeket az unalmas technikákat magadtól is meg tudod érteni. Sőt, valószínűleg már ki is próbáltad a „kelj fel harminc perccel korábban” stratégiát tavaly, amikor megfogadtad, hogy minden reggel Rodney Yeere fogsz jógázni.

Nem, az én tippem az, hogy harminc perccel tovább maradj ágyban. Ezt az időt töltsd álmodozással. Töltsd fel magad varázslattal. Amikor rejtélyek és szenvedély tölti meg a lelked, olyan könnyű időt szakítani rá, mint regisztrálni a Twitterre.

Gandhi azt mondta, hogy sűrű napjain muszáj volt meditációt iktatni a programjába, máskülönben sosem végzett volna a dolgaival.

Kettes számú stratégia: *Ne csinálj nagy ügyet* a regényből vagy forgatókönyvből – vagy bármi másból –, amin dolgozol. Valójában sokunknak azért nincs elég ideje, mert idegesítően hajlamosak vagyunk a perfekcionizmusra. Ha a regénynek nem kell olyannak lennie, mint egy James Joyce-műnek, akkor esetleg két munkahelyi találkozó között is írhatunk egy-egy mondatot, vagy miközben a gyerekek bújócskáznak a pincében.

Így hát ahelyett, hogy az időre vársz, lopd el, mintha egy nehezen kezelhető nyolcéves gyerek lennél, aki abban a pillanatban eldug egy sütit a zsebébe, amint anya elfordul egy percre. Lopj időt, amíg a vonatra vársz, amíg kávészünetet tartasz, amíg a férjed kiszedi az orrszőreit.

A régi „majd ha lesz időm, megcsinálom” mondás csak egy mese, mint a mikulás és a fogtündér. Ébresztő, Virginia. Az időből nem léteznek hatalmas átalányösszegek.

Az ügyvéd Scott Turow képes volt 431 oldalt megírni *Presumed Innocent* című bestselleréből a chicagói elővárosi vonaton ülve. Stephenie Meyer, akinek *Alkonyat*-sorozata több mint százmillió példányban kelt el, a gyerekei úszásórái közben írta meg a cselekményt.

A harmadik stratégia: Ne szabotáld magad. Úgy látom, hogy ha nem utálom magam (pedig ebben a sportban számos aranyérmet nyertem már), nagyon sok szabadidőm lesz. Hihetetlen mennyiségű energiát emészt fel, hogy azt mondogatom magamnak, mekkora hulladék majomhányás vagyok. Csak bizonyos mennyiségű energia van mindnyájunkban. Ha száz egység energiából harmincötöt vagy többet bűntudatra vagy szégyenkezésre használunk fel, vagy arra a felismerése, hogy a tegnapi négy oldalt ezer kis darabra kell tépni, akkor utána csak hatvanöt értékes energiaegységünk marad.

És ha már itt tartunk, ugorjunk is a négyes pontra, ami azt takarja, hogy hagyj fel minden egyes olyan dologgal, ami nem gazdagítja az életed. Gyerünk, ismerd be. Nagyon sok időt töltesz azzal, hogy olyan dolgokat csinálsz, amiket igazából nem akarnál, de már nagyon megszoktad. Mert valaki azt mondta, hogy így kell csinálni őket.

Ahogy Toni Morrison mondta egyszer: „Általában büszkék vagyunk arra, hogy beszorítjuk a kreatív tevékenykedést a házimunka és az egyéb kötelezettségek közé. Nem vagyok biztos benne, hogy ezért ekkora ötöst érdemlünk.”

Kérdezd meg magadtól: „Örömöt okoz, ahogy az időmet töltöm? Ettől jobb lesz az életem? Ha nem, akkor mégis miért

csinálom?”

Lehet, hogy a lányom nem találja a focimezét, és ki kell cserélni az almot is, és most akciós a macskakaja a boltban, és fel kell hívnom a távol élő barátnőmet, üdvözlőlapot kell vennem Bob 64. születésnapjára, Szíriában pedig háború van, a klímaváltozás is fenyeget, és nem lenne szabad ennyi sütit ennem, több vizet kellene innom, és be kellene kennem magam naptejjel. És említettem már, hogy megjelenik egy *Star Trek* DVD is ?

De meg fogom írni a forgatókönyvemet, és legalább egy mondatot írok mindenáron.

TALÁLJ KI HÁROM ÚJ TELEFONOS APPLIKÁCIÓT

„Ha valaki vakmerő, akkor egy pillanatra elveszti a lába alól a talajt. Ha valaki egyáltalán nem vakmerő, akkor saját magát veszíti el.”

SØREN KIERKEGAARD FILOZÓFUS

Fontos észben tartani, hogy bármelyik pillanatban csak egy gondolatra vagy a milliódolláros ötlettől.

Joel Comm az iFart applikációval talált rá az övére, amit a legjobban digitális pukipárnaként lehet jellemezni. Amikor legutóbb megnéztem, ebben az őrült appban huszonhat különféle szellentésopció volt (settenkedő és baráti puki, hogy megnevezzek egy párat), és több mint félmillió dollárt termelt. Az első két hét alatt 113 886 alkalommal töltötték le.

Rábukkantam a Hello Cow (bökd meg és bőget) és egy vuduappra is, amibe feltölthetsz képeket az

ősellenségedről, hogy digitális tűk segítségével megátkozd.

Mivel már több mint egymilliárd okostelefon van a piacon, ezen a héten itt az ideje beindítani az ötletgyáradat: dolgozz ki különféle applikációkat!

Zumba a léleknek

- Hívd meg az összes barátodat, hogy nézzétek együtt a naplementét. Tartsatok fel (egytől tízig számozott) kártyákat, amikkel értékelitek a „műsort”.
- Ünnepeld meg a kedvenc íród születésnapját.
- Menj el moziba valamilyen jelmezben.

Jó társaságban vagy

Mary Karr bestselleríró azt mondja, hogy alkotás közben ilyen hangok vannak a fejében: „Baszki. Basszus. Te hülye szajha – mégis ki mondta, hogy tudsz írni?”

10. HÉT

CS.CS.M.

„A kalandok nem kezdődnek el addig, amíg nem lépsz be az erdőbe. Az első lépés a hit jele.”

MICKEY HART, A GREATFUL DEAD DOBOSA

Akár már most is kibökhetem. Néha depresszióban szenvedek. Nem szeretem bevallani. Azt hiszem, gyengének tűnök tőle. Alsóbbrendűnek. Legalább egy-két fokkal Katy Perry alatt.

Amikor a nagy „D” megszorítja ronda karmait, felveszem a bokszkesztyűm, és háborúba indulok. Sajnos mindig magam ellen vívom.

„Nos, Pam – általában így kezdődik –, ha tényleg az az élénk, összeszedett ember lennél, akinek mondod magad, akkor kihajíthatnád ezt az egészet az ajtón? Mégis hol van az akaraterőd?”

Innentől pedig csak rosszabb lesz. „Mégis ki akarna téged? Szégyen vagy, senkinek sem kellesz.”

Ezután nagyon gonosz leszek.

Egy barát (vagy inkább azt mondhatnám, korábbi barát) egyszer azt mondta, hogy az embereknek „dicsőségről

dicsőségre” kell élniük. Az én életem a dicsőségtől a sötétségbe, majd újra a dicsőségbe mozog, ami nem olyan rossz, amikor épp nem a sötét részben vagy.

Az egyik terapeutám ezzel a mondattal írta le a problémámat: „Ó, író vagy, kreatív személyiség – mintha ez egy betegség lenne, vagy hogy van például egy plusz karom, vagy egy pislogó csáp nyúlna ki a fejemből –, a kreatív embereknek vannak ilyen problémáik. Nem igazán tehetsz semmit.”

Ezért fizettem százhúsz dollárt?

Szerencsére rájöttem, hogy van valami, amit tehetek. De csak egy véletlen baleset során fedeztem fel. Este tíz óra volt, másnap pedig egy kreativitás témájú csoportot facilitáltam. Depressziósnak éreztem magam. Az órai feladat – egy installáció elkészítése – annyira volt hívogató, mint egy vakrandi Ted Bundyval. Csak le akartam feküdni, és felhúzni a takarót a fejem búbjáig.

De én voltam az oktató. Mégis hogyan várhatnám el a többi résztvevőtől, hogy hozzanak be egy szobrot, ha én sem teszem? Egy darabig birkóztam vele. Még kifogásokat is elkezdtem kitalálni, hogy miért nem készültem el a dologgal. A számítógépem agytumort kapott. Nem tudtam kocsiba ülni, mert elromlott a garázsajtó.

Viszont ott volt bennem ez a másik hang, egy „picikehang” – a lányom így hívta a kis dolgokat –, amely folyamatosan megpróbált áttörni. Valami CS.CS.M. nevű dologról suttogott.

„Micsoda? – kérdeztem gyanakodva. – CS.CS.M.? Mi a fene az?”

„Csak Csináld Meg”, mondta a hang.

Hallgattam a hangra, pedig általában nem teszem, amikor Sylvia Plathnak érzem magam. Úgy döntöttem, hogy belevágok, és megpróbálom elvégezni a feladatot.

Kicsit vonakodva, de kiválasztottam egy képet egy örömében ugráló kislányról, ami tetszett. Földművesruházat volt rajta, a lábai behajlítva, a karjai kitárva, a feje pedig az örömtől a magasban. Más szavakkal pont annak az ellentéte volt, ahogy én éreztem magam.

Számos különböző méretben lemásoltam ezt a képet – ötven százalék, száz százalék, kétszáz százalék. Kivágtam a képeket, felragasztottam őket egy kartondarabra, hozzájuk ragasztottam egy pálcikát, egy kartonhengerbe pedig beleszúrtam őket növekvő sorrendben. Amikor megvilágítottam a boldog, ugráló kislányokat, a leghátsó egy még lenyűgözőbb árnyékot vetett a mögötte lévő falra.

Nagyjából éjfél körül, amikor összepakoltam az installációmat a holnapi órára, hirtelen eszembe jutott, hogy eltűnt a depresszióm. Nem, ez nem elég erős kifejezés. Valójában boldognak éreztem magam, élettelinek, kicsit olyannak, mint a lány a képen.

Micsoda felfedezés. Végre egyszer nem arra a hangra hallgattam, ami azt mondta, hogy túl fáradt és depressziós vagyok ahhoz, hogy elkészítsek egy hülye feladatot, ez a hang ragaszkodott hozzá, hogy csak az az észszerű megoldás, ha lefekszek aludni.

Ha belegondolsz, a hang, ami azt mondja, hogy egy semmit sem érő kutyaszar vagy, az nem olyan hang, amit követni akarsz.

A másik hang, amit sosem lehet elhallgattatni, hála Istennek, a legjobb érdekeidet tartja szem előtt. És azt mondta, CS.CS.M.

Éveken keresztül a hálószobámban tartottam ezt az egyedi építményt, nemcsak azért, mert tetszett az öröm, amit a lány jelképezett számomra, hanem azért is, mert emlékeztetett arra, hogy ki tudok törni a tehetetlenség markából, a depresszió felhőjéből. Volt választásom.

Nem, nem akaratom. Hanem választásom.

Elég egyszerű. Melyik hangra fogsz hallgatni? Arra, amelyik azt mondja, hogy „Te mint művész? Még a rajzórán is béna voltál. Annyi tehetség szorult beléd, mint egy cecelégybe”?

Vagy arra, amelyik azt mondja, hogy CS.CS.M.

Ez lett a mottón. És annyira egyszerű volt, mint egy pár olló és egy kartonhenger.

KÉSZÍTS EGY INSTALLÁCIÓT

„Nem azért mész kis lépésekben, hogy sokat haladj, hanem azért, hogy az élet varázslatának közelébe kerülj.”

MIKE DOOLEY, MAGA MR. UNIVERSE

Bármi szóba jöhet. Egyszer egy régi zabkásás dobozból készítettem el George Washington szobrát. Oké, ötödik osztályos voltam, de akkor is egy szobor volt. Lehet, hogy készen állsz a papírmaséra, a bronzra, vagy egy zacskó olcsó lufira és a saját levegődre. Tőled függ.

Lehet, hogy a lufiszobrászat hülyeségnek tűnik, de idehallgass. Nemrég találkoztam egy férj-feleség párossal, akik azzal keresték a kenyerüket, hogy bárokban, fesztiválokon és egyéb különleges rendezvényeken készítenek lufiszobrokat. Néztem, ahogy Arieltől, a kis hableánytól kezdve Elvis Presley-

ig bármit elkészítenek, és az utóbbinak még fekete kefehaja és béna ruhája is volt.

Zumba a léleknek

- Hívd fel az általad ismert legkreatívabb embert, és kérdezd meg, mit csinál. Inspirálni fog.
- Ismerj meg két homeopátiás gyógymódot.
- Készíts hatféle almaszószt.

Jó társaságban vagy

A Nobel-díjas Gabriel García Márquez, akit sokan a 20. század legfontosabb írójának tartanak, azt mondta: „Egész életemben rettegtem attól a pillanattól, amikor le kellett ülnöm írni.”

11. HÉT

Piszkold be magad

„A panaszkodás legjobb módja az, ha csinálunk valamit."

JAMES MURPHY ÉNEKES-DALSZERZŐ

Ezen a héten változtatni fogunk a szókincsünkön. Felejtsd el az alkotást. Helyette „dolgokat" fogunk „csinálni".

Éspedig ezért: A művészet sok mindennel jár. Gyakran felszínes és ijesztő. Ki kell húznod magad hozzá, és viselkedned kell.

Gondolj csak a legtöbb múzeumra. Nemcsak hatalmas építmények nagy oszlopokkal és széles csarnokokkal, de tele vannak szigorú őrökkel, akik úgy öltöznek, mint a rendőrök, és csúnyán néznek rád. A művészet légmenetes üveg mögé van zárva. Nem tudsz annyira közel menni hozzá, hogy rálehelj, arról nem is beszélve, hogy esetleg hozzáérj a koszos kis mancsoddal.

A múzeumok egyfajta „mi" és „ők" mentalitást váltanak ki belőlünk. Mi vagyunk a parasztok, akik fizetnek azért, hogy láthassák a művészetet. A zsenik, akik megalkották, öreg európai fickók voltak, akik szerették levágni a testrészeiket.

És ha van valami, ami egészen biztosan előhozza a megoldatlan önbizalomhiánnyal kapcsolatos gondokat, azok a hónap első péntekén rendezett éjszakai kiállításmegnyitók. Nagyon *menőn* kell felöltöznöd, lehetőleg feketébe, nem szabad mosolyognod, és ha lehetséges, a hajadnak extravagánsnak kell lennie. Ha mondasz valamit (az én stratégiám a némaság, ami miatt az emberek azt hiszik, éppen erősen gondolkozok valamin), jobb lesz, ha valami briliánsat mondasz. Mindig csalónak érzem magam.

Ezért szeretem azt az elképzelést, hogy csináljuk a dolgokat. Kihajítja a színlelést az ajtón. Egyikünknek sincs szüksége semmiféle jóváhagyásra, amikor még törékenyek és kezdők vagyunk a dolgok csinálásában. Felejtsd el Pauline Kaelt[{2}]. Felejtsd el, hogy mi tetszik valamilyen sznob kritikusnak, aki valószínűleg csak azért véleményezi a művészetet, mert túlságosan retteg attól, hogy maga is alkosson valamit, ha tetszik, ha nem. Egyszerűen csak csináljuk a dolgokat. Minden héten valami mást fogunk csinálni – verset, dalt, színdarabszereplőt.

Ne feledd, hogy ezek csak dolgok.

Az én kedvenc alkotásaimat mindig olyanok készítették, akiket a művészvilág csak népművészeknek vagy kívülállóknak hív. Olyan anyagot használnak, ami kéznél van – farönköket, egy régi hűtő ajtaját, törött üvegeket – ezek a szegény, gyakran vidéki emberek egyik nap elkezdtek farigcsálni, rendezkedni vagy festeni. Más szavakkal: dolgokat csinálni. Nem sokan hallottak közülük Monet-ról vagy Van Goghról, sőt a legtöbbjük alig járt iskolába.

Howard Finster egy nyugdíjas baptista lelkész, aki az 1960-as évekig nem vett a kezébe ecsetet, csupán hat osztályt végzett. Egyik nap Isten azt mondta neki: „Howard, azt akarom, hogy kezdj el festeni.” Howard emlékeztette Istent, hogy fogalma sincs, hogyan kell festeni, de Isten hamar azt felelte: „Honnan tudod?” Ez 1973-ban történt, és mielőtt 2001-ben meghalt volna, Finster negyvenhatezer festményt alkotott. Természetesen szeretett harmonikákat, fűnyírókat, oxigéntartályokat és telefonokat festeni.

Ez művészet? – kérdezheted most. Csak kérdezd meg Barbra Streisandot, Woody Allent és más rajongóit, akik több mint húszezer dollárt fizettek a műveiért. Ez nem felszínes. Ebben biztos lehetsz. Az összes alkotását a georgiai Summerville-ben található masszázságyában készítette.

Régen mindenki maga készített mindent. Ha új ruhát akartál, te magad csináltad. Ha a családi étkezőasztal tönkrement, kivágtál egy fát, és bevonszoltad a barkácsműhellyé alakított fészerbe, ahol fel volt állítva az esztergapad. Nem voltak boltok, vagy ha lettek volna is, nem voltak kocsik, amik odavittek volna. Te magad termesztetted az élelmedet, te szőtted a fali díszeidet, te építetted fel a házadat. Ma ha valaki azt mondja, hogy ő építette a saját házát, az azt jelenti, hogy megvette a terveket egy interneten talált építésztől, és felbérelt embereket, akik elvégezték a piszkos munkát.

Mi pont ezt akarjuk csinálni: a piszkos munkát. Ez a „piszkos munka” táplál minket, ez köt össze a valódi természetünkkel. Ha hagyjuk, hogy mások csinálják meg a dolgainkat, akkor elveszítjük a valódi énünk egy részét. Elvágjuk magunkat a

forrásunktól. Ha elkészítjük a dolgokat, akkor kapcsolatba kerülünk azzal a burjánzó forrással, ami szó szerint mesterré formál minket.

A péntek-szombati szórakozást még azok is a profikra bízzák, akik elkészítik a saját ételeiket, és maguk szövik a falra való díszeket. Moziba megyünk vagy Netflixet nézünk. Nem is gondolunk arra, hogy megírjuk a saját forgatókönyveinket, vagy a saját dalainkat énekeljük. Száz évvel ezelőtt nem voltak sorozatok a tévében esténként, így ha a család meg akarta ünnepelni egy hosszú nap végét, leültek és történeteket meséltek, vagy kitaláltak egy dalt a családi gitáron.

Ez művészet? Nem, csupán a dolgukat csinálták.

ALAKÍTS ÁT VALAMIT A TURKÁLÓBÓL

„Ha alkotni akarsz, vagy nagyobb, jobb és valóban más akarsz lenni, akkor képesnek kell lenned konferenciahívás nélkül tizenöt percen belül feltenni a kérdést, hogy »Mi lenne, ha«.”

TIMOTHY FERRISS, A *4 ÓRÁS MUNKAHÉT* ÍRÓJA

Használj festéket. Vagy egy fűrészt. Vagy varrógépet.

Vettem néhány régi faszéket (átlag öt dollárért), és befestettem őket vibráló délnyugati stílusúra. Egy másik alkalommal vettem egy negyvenöt méter hosszú nehéz, fehér anyagot, és rávettem anyukámat, hogy készítsen belőle ruhát, majd nekiláttam befesteni. Szeretem ráfesteni a ruháimra a kedvenc mottóimat – mint például „Alkotás vagy halál”, vagy „Minden idő elpazarolt, amit nem a szeretettel töltesz”.

Zumba a léleknek

- Tarts egy találkozót William Shakespeare, Nikola Tesla és más elhunytak társaságában, akiket csodálsz.
- Találd ki, hogy használhatsz egy ceruzát húszféle módon.
- Fesd be a hajad olyan színűre, amilyen még sosem volt.

Jó társaságban vagy

James Brooks öt Oscar-díjat nyert a *Becéző szavak* című filmmel. Azt gondolhatnád, hogy élvezte. De elmondása szerint minden napja felért egy gyilkossággal. „Olyan volt, mintha egy propellerbe sétálnék bele. Mindig tudtam, hogy mennyire rossz lehet.”

12. HÉT

Művész, gyógyítsd meg magad

„Itt, ahol a legnagyobb veszély fenyegeti az akaraterejét, a művészet megmentő mágusként jelenik meg, a gyógyítás szakértőjeként."

FRIEDRICH NIETZSCHE FILOZÓFUS

A terapeuták éveket töltenek azzal, hogy előássák azokat a problémákat, amik azonnal megjelennek, ha festeni vagy írni kezdesz. Mind ott vannak – értéktelenség, az attól való félelem, hogy nem vagy elég jó, a kényszer arra, hogy megegyél egy-két zacskó fűszeres chipset.

Épp mangókról festesz egy hülye csendéletet, és feltűnik az összes olyan akadály, amely mindig megakadályozott abban, hogy izgalmas és teljes életed legyen, és kiteregetik a szennyest.

Olyan, mint a *This Is Your Life* című tévésorozat, amelyben régi barátok és tanárok lepnek meg, hogy megszégyenítsenek.

„Hé, emlékszel rám?" – kúsznak be a szégyen és a bűntudat hangjai a háttérbe.

És mennyit is fizettél a dilidokinak, hogy megállapítsa, hogy a legnagyobb bajod az, hogy szerinted nem vagy elég jó? Ha

megnevezed a problémát, ha beismered, hogy eszel, vagy futsz, vagy valami mást csinálsz, amikor félsz, az mindig az első lépés a gyógyulás felé.

Figyeld meg, hogy első lépésnek hívtam. Mindig fontos megnevezni a problémát. Alkoholista vagyok. Depresszióban szenvedek. A nevelőapám bántalmazott.

De ne cövekelj le itt.

Olvassuk a könyveket arról, hogy mennyire erősek vagyunk, pozitív megerősítéseket mormolunk, Post-iteket ragasztunk a fürdőszobai tükreinkre, de még mindig úgy kelünk fel reggel, hogy valami ehhez hasonlót ismételgetünk:

„Alkoholista szülők felnőtt gyereke vagyok, egy diszfunkcionális család terméke. Oda kell figyelnem a kicsiny kis énemre, a bennem rejlő szabotőrre, amely elválaszt a jó oldalamtól, és az egómra, ami elválaszt az Istenemtől.”

Majd a litánia valahogy így ér véget: „De erős vagyok.”

Mégis mi más választása van a tudat alatti elmédnek, mint hogy azt mondja: „Lószart.”

Isten hatalmas folyói a lelkeden keresztül folynak, a univerzum végtelen ereje lüktet a szívedben. És túlélő akarsz lenni?

Nem a dolgaid határoznak meg. Nem a múltad határoz meg. Van erőd meggyógyulni, képes vagy radikális változásokra.

Amikor verset írsz, vagy lerajzolod a szomszédod ausztrál juhászkutyájának újszülött kölykét, rájössz, hogy több vagy a depressziónál és a reumás ízületi gyulladásnál.

Az alkotás folyamata beindítja a mindnyájunkban folyó isteni áramlatok gyógyító hatását. Ezt a szintet nem lehet elérni a

borsónyi agyunkon vagy az egónkon keresztül. Azzal meg aztán tényleg nem, hogy belenézel a tükörbe, és azt mondod, hogy „Túlélő vagyok”.

Az alkotás folyamata eltünteti a hétköznapi részleteket. Abba a mély, felszín alatti impulzusba merít bele, ami felismeri a varázslatot, és a teljesség felé int minket. Megjavítja a károkat.

Ahelyett, hogy mindenkinek elmeséled, hogy milyen gondjaid vannak a barátoddal – hogy nem hajlandó elköteleződni melletted, vagy hogy mindennap elalszik az esti tévézés közben –, miért nem írsz róla inkább egy verset? Az talán eljuttat a másik oldalra.

Chris Wink előadóművész így jellemezte ezt: „Kövesd a múzsáidat ahelyett, hogy megpróbálod bekötözni a kamaszkori sebeidet. Egy egész generációnyi embert vesztettünk el, mert úgy viszonyulnak a környezetükhöz, hogy elbújnak és terápiára járnak. Ehelyett ragadj mikrofont egy lepukkant kocsmában, és add elő a művészeted. Ahelyett, hogy magadba fordulsz, és folyamatosan a hiányosságaidon agyalsz, légy mérges, légy izgatott, és keresd a társaságot.”

Annyi minden van benned, amit elképzelni sem tudsz. Attól félsz, hogy sekélyes és kicsi vagy, de nem nézel oda, vagy nem akarsz odanézni.

Az alkotás hangot ad.

KÉSZÍTS EGY KREATÍV KOLLÁZST

„Már egy ideje tudom, hogy ha bámulom a tárgyakat, miközben a fejemben elképzelem a képet, a valóság furcsán reaktív lesz.”

MARTHA BECK, AZ *EXPECTING ADAM* ÍRÓJA

Martha Beck, akivel egy Kansas City-i írókonferenciáján találkoztam egyik évben (mindkettőnknek akkor jelentek meg új könyvei) írt egy cikket az *O, The Oprah Magazine*-nak a kollázsokról. Ahogy ő mondta, „néhány eredmény annyira sikeres volt, hogy hónapokig felállt a nyakamon a szőr”.

Bárki, aki olvasta *A Titok* című könyvet (és szinte minden ember a Földön beletartozik ebbe a kategóriába), ismeri a kollázsokat, amikor kivágod az olyan dolgok képeit, amiket szeretnél meghívni vacsorára az életedbe.

Viszont ezen a héten szeretnék egy ennél is fontosabb gyakorlatról beszélni. Ahelyett, hogy kollázst készítenél az olyan dolgokról, amiket szeretnél megkapni, mi lenne, ha olyanokról készítenél kollázst, amiket adni szeretnél? Vagy amiket meg szeretnél alkotni?

Használj fotókat, magazinból kivágott képeket, bármit, ami kreatív izgalomba hoz.

Legyen rajta egy kép rólad is, és tegyél hozzá megerősítéseket, idézeteket és inspiráló gondolatokat.[3]

Zumba a léleknek

- Írj le öt jóslatot, amit szeretnél megtalálni egy szerencsesütiben.
- Három pár társaságában játsszátok el a *The Newlywed Game**-et.
- Írj öt kérdést egy kvízjátékhoz.

Jó társaságban vagy

Az 1990-es évek elején George Clooney esélyes

volt a *Bodies of Evidence* című gyilkossági tévésorozat főszerepére. A CBS csatorna vezetője ehelyett Ryan Walkerként alkalmazta mellékszerepben, mert szerinte Clooney „nem az a főszereplő típus”.

13. HÉT

A testrablók inváziója

„Tizenöt évbe telt rájönnöm, hogy nincs tehetségem az íráshoz, de már nem tudtam feladni, mert akkor már túl híres voltam.”

ROBERT BENCHLEY AMERIKAI HUMORISTA

A reneszánsz és a racionalizmus kora előtt elterjed hit volt, hogy a nagyszerű alkotások nem a művészektől erednek. Az ókori görögök még el is nevezték ezeket a test nélküli lényeket, akik elrabolták a művészek testét. „Daimonoknak” hívták őket, valahogy így: „Ez a Theophülaktosz mostanában nagyon sok verset írt. Biztos megszállta egy daimon, milyen szerencsés.”

Az ókori Rómában ezt a művészben lakozó mágikus erőt „géniusznak” nevezték, de a szó jelentése más volt, mint ma. A géniusz a Julius Caesarhoz hasonlók számára kísérő szellemet jelentett, egy láthatatlan társat, aki átadta az istenek üzeneteit. A művészeket magukat nem gondolták géniusznak, hanem csak testeknek, akiket ez a külső „dolog” felhasznált.

Szókratész úgy hitte, hogy egy személyes daimon tanította. Isteni ajándéknak tekintette, és megesküdött, hogy vakon

követni fogja minden utasítását. Valójában nem igazán csinált bármit anélkül, hogy kikérte volna a tanácsát, végül pedig az összes barátjának is felajánlotta a segítségét.

Ennyire kényelmes volt. Ha nem valami jó az alkotás, amin dolgozol, mindig ráfoghatod a daimonra vagy a belső géniuszra. „Hé, én csak követem az utasításokat.”

De aztán megérkezett a reneszánsz, és az elfogadott elv az lett, hogy az egyént helyezték mindennek a középpontjába. Felejtsük el, hogy mágia, angyalok vagy testetlen lények nyújtottak isteni segítséget.

Mondanom sem kell, az új berendezkedés egyáltalán nem működött, mivel betett több száz művésznek, akik nem tudtak a nyomás alatt élni, és csírájában elfojtott több száz másikat, akik bele sem mertek kezdeni.

Ezen a héten egyenesen visszafordulunk a régi elvhez, ahhoz a radikális elképzeléshez, mely szerint a láthatatlan pszichikai erők szinte esedeznek, hogy segíthessenek kreatív éned kiélésében. Néhányan múzsáknak hívják őket. Mások angyaloknak vagy egyenesen Istennek. A név nem számít. Az számít, ha segítséget kérsz.

Elizabeth Gilbert, az *Ízek, imák, szerelmek* írója azt mondja, hogy valósággal megmentette, hogy segítséget kért egy külső erőtől, miközben megírta mára híressé vált könyvét. Egy különösen nehéz napon elkezdte megidézni a „dolgot”, ahogy ő nevezi. Egyszerűen nem ment a munka, amivel megbízták.

„Kétségbe voltam esve – mondta. – Olyan gondolataim támadtak, hogy ez lesz a valaha írt legrosszabb könyv.”

Még azt is fontolóra vette, hogy felhagy a dologgal, és

megpróbálja kitalálni, hogyan fizethetné vissza a már felvett előleget.

Hirtelen eszébe jutott valami, amit Tom Waits mondott neki. Egyik nap, miközben Waits a Los Angeles-i autópályán vezetett, egy dallam ötlött a fejébe. Tetszett neki, és szerette volna leírni. De sajnos mindkét keze a kormányon volt, és lediktálni sem tudta senkinek. Felkiáltott a „dolognak”, és azt mondta: „Hé, hát nem látod, hogy elfoglalt vagyok? Menj és zaklass valaki mást.”

Gilbert úgy döntött, hogy jelezni fog a külső hangnak, legyen az bármi. Felnézett a kéziratból, és az irodája sarkának odakiáltotta, hogy „Nézd, *dolog*, neked is itt kell lenned, és elvégezni a részed. Szeretném, ha világos lenne, hogy én itt vagyok az én részem miatt. Te hol vagy?”

Ez az egyszerű változtatás, amely után már *nem ő* folytatta az írást, hanem hagyta, hogy a „dolog” készítse el a kéziratot, egy olyan könyvet eredményezett, amely több millió embert inspirált.

Vagy gondolj Judd Apatowra, aki azt mondja, hogy mindig, amikor valami érdemlegeset ír le, úgy érzi, Isten csatornájaként működik.

„Nem én írom a történeteimet, önmagukat írják – mondta egyszer Ray Bradbruy a CNN-nek. – Egy múzsa belesúg a fülembe, és azt mondja, csináld ezt, csináld azt. A képzeletemből alkotom meg ezeket a csodálatos dolgokat, rájuk nézek, és azt mondom: »Istenem, ezt én írtam?«”

TALÁLJ KI EGY ÚJ SZÓT

„Ne zagyvargáskodj a szavakkal."

ROALD DAHL, *A BARÁTSÁGOS ÓRIÁS* ÍRÓJA

1978-ban Robin Williams az Ork bolygóról származó Morkot alakította, és feltalált egy új káromkodást: *shazbot*. Nemcsak a sorozat főcímébe került be, de *A Simpson család*ba és a *Starsiege* videójátékba is, valamint Bon Scott, az AC/DC énekese is felhasználta, akinek utoljára felvett szavai ezek voltak: „shazbot, nanu nanu."

Shonda Rhimes, akit az ABC műsorszolgáltatási szabványokkal foglalkozó csapata arra kötelezett, hogy ne használja olyan gyakran a *vagina* szót (azt hagyjuk, hogy a *pénisz* szót tizenhétszer használhatta gond nélkül), kitalálta helyette a *vajayjay* szót, ami már a modern szókincs része.

Te milyen szót fogsz hozzáadni a holnap

szótárához?

Zumba a léleknek

- Ültess el egy olyan növényt, amiről sosem hallottál.
- Találj ki egy új tévés vetélkedőt.
- Készíts keresztrejtvényt.

Jó társaságban vagy

Harrison Fordot az első kis filmszerepe után egy producer behívta az irodájába, becsapta az ajtót, és tudatta vele, hogy sosem lesz sikere a filmszakmában. A karrierje hat évtizede tart.

2. RÉSZ

Az isteni megérintése

„A próféta megszólítása tartja életben a képzelet szolgálatát,
ez idéz meg és tesz lehetővé alternatív jövőket a helyett az egy helyett, amelyet a király parancsolt meg.”

WALTER BRUEGGEMANN, AZ ÓSZÖVETSÉG TUDÓSA

Mély, széles és feneketlen dimenziók lakoznak benned. Ha bármilyen művészeti ág szolgálatában állsz, egy horgászbotot dobsz ebbe a feneketlen rejtélybe, és valami olyat fogsz ki, amelyet általában nem lehet elérni. Egyesek egy színpadi bűvész bőröndjeként jellemzik ezt a „másik” világot. Bár szabad szemmel láthatatlan, a bőröndben egy csapóajtó és titkos fiókok vannak.

A művészet ereje átformáló, nemcsak azok számára, akik gyakorolják, hanem a társadalom egészének is. Ahányszor egy ember növeli a feszültséget, mindannyian tisztábban látunk.

Ha gyakorlod a művészetet, legyen az akár annyi, hogy lefarigcsálsz egy szoborból, összeállítasz egy virágcsokrot, vagy szituációs komédiát írsz, az annyit tesz, hogy megerősíted a jelentést, és igent mondasz a rejtélyre annak ellenére, hogy számtalan tragédia és kettősség vesz minket körül.

Meglehetősen elterjedt elképzelés, hogy a művészet csak a

hab a tortán – dísz, feláldozható, felesleges. Ugyanez a hang mondja azt is, hogy mi is feláldozhatók vagyunk, ez a hang tulajdonít nekünk egy számot, egy lyukkártyát, egy helyet a sorban.

A másik hang, a mágikus hang arra szólít, hogy többek legyünk. Ez az univerzum hangja.

Ahogy a következő fejezetek mondják, egy művész csak egy prizma, ami visszatükrözi Isten fényét.

14. HÉT

„Mindenhol ott van, mindenhol ott van”

„A valódi erő a mostanra elért siker mögött valami olyan volt, amit magamban találtam meg – valami, ami mindnyájunkban ott van, azt hiszem, ez Isten egy kis része, amely csak arra vár, hogy felfedezzék.”

TINA TURNER ROCKZENÉSZ

Ha olyan vagy, mint a legtöbb ember, akkor a kreativitásra egy magánklubként gondolsz, amely pár tehetséges ember számára van fenntartva, pont úgy, mint egy asztal az ablak mellett. Úgy hiszed, hogy születéskor dől el, hogy csak a világ Bachjai, Matissjai és Michael Jacksonjai férhetnek hozzá.

Ezzel szemben neked (*sóhaj*) az a sorsod, hogy fogyaszd a kreativitást, hogy kidekoráld az előszobád más emberek képeivel, és azzal töltsd az estéidet, hogy mások vízióit nézed egy százharminc centis képernyőn.

De az igazság az, hogy mindnyájan kreatívok vagyunk. Mindnyájan kapcsolatban állunk egy felsőbb tudattal, amely lehetővé teszi, hogy észrevegyük a ragyogást, amelyet olyan

gyakran eltakarnak az alacsonyan szálló felhők.

Mind képesek vagyunk a megújulásra, a nehéz problémák megoldására, és még művészi alkotásra is.

Ezért énekelünk a zuhany alatt, és ezért írunk szellemes dolgokat a mosatlan, poros kocsikra.

A Nagy Kreatív Kahuna képében teremtettek és formáltak meg. Bármit gondolsz is Istenről (és tudom, hogy sokan ítélkező, vén varangynak gondoljuk, aki fent trónol a mennyországban és nyálcsorgatva várja a pillanatot, amikor valakit rosszként könyvelhet el a nagy fekete könyvében), nem igazán tudod letagadni, hogy a világ nagy része egyetért abban, hogy a *kreatív* is a jellemzői közé tartozik.

Ki más teremtene minden hópihét másmilyenre? Minden ujjlenyomatot különbözőnek a világ több mint hétmilliárd egyedi emberének mind a tíz ujján. Még a bogaraknál, a legalacsonyabb rendű fajoknál is figyelembe vette a kreativitást. Egyedül a bogarak családjában több mint háromszázezer variáció létezik.

A borbélyhoz hasonlóan, aki továbbadja a borotvát a fiának, a Fickó, ahogy én nevezem Istent az E^2 című könyvemben, továbbadta nekünk az alkotás képességét. Mint a mérnök, aki mosolyog, amikor a fia kockákból épít hidat, a Fickó is mosolyog, amikor verseket írunk.

A legtöbben képesek vagyunk elfogadni, hogy ha olyanok vagyunk, mint Isten, az azt jelenti, hogy kedvesek és együtt érzők vagyunk, akik konzervkukoricát osztogatnak a kevésbé szerencséseknek. De jelentheti ez azt is, hogy szobrokat készítünk? A Nagy Fickó mindennél jobban elvárja tőlünk, hogy

alkossunk és kifejezzük magunkat, így lehetünk olyanok, mint Ő. Nemcsak jogunk az alkotás, de a felelősségünk és végső soron a végzetünk is.

Amikor okostelefont veszel, számos alkalmazás jár hozzá – naptár, térképek, kamera és számológép. Az emberek, mint az okostelefonok, szintén tele vannak bizonyos „szoftverekkel”. Mindnyájunkhoz jár egy olyan alkalmazás, amivel képesek vagyunk gondolkodni, szerelembe esni gyerekeket teremteni. Szintén mindenkibe fel van telepítve a kreatív csomag.

Most lehet, hogy olyan, mint az iMovie az iPhone-omon: alvó állapotban van, és nem használom. De pont úgy, mint a lila, csillagos ikon a telefonom jobb sarkában, a kreatív csomagod is a kattintásodra vár.

Amikor a lányom, Tasman ötéves volt, megkérdezte: „Anya, minden ebihalból béka lesz?”

Egy pillanatra megzavarodtam. Néhányból valószínűleg nem. Összenyomja őket egy fűnyíró, nem találnak elég legyet, vagy összefutnak valami mással, ami megöli őket. De azt habozás nélkül el tudtam neki mondani, hogy minden ebihalban ott rejlik a lehetőség, hogy béka legyen belőle.

Akár el is kezdhetünk kuruttyolni.

TALÁLJ KI, ÉS MONDJ EL EGY VICCET

„Az önutálat sohasem működik.”

B. J. NOVAK KOMIKUS, SZÍNÉSZ, ÍRÓ

Woody Allen bűvész akart lenni, mígnem egy nap felfedezte, hogy New York-i bulvárlapoknak tudna egysoros vicceket írni. Iskola után három órán keresztül pötyögte az írógépén a három-négy oldalnyi, nagyjából ötven viccet.

Tehát sohasem tudhatod, hogy hova vezethet egy jó vicc. A barátom, Todd is belevágott a viccek írásába – olyanokat írt, amik úgy kezdődtek, hogy „Egy pap, egy tehén és egy középhátvéd besétál a bárba…” –, és az lett a vége, hogy bejárta Amerikát stand-uposként.

- Hívj meg egy vadidegent teázni.
- Nézz körül a hirdetések között, és keress egy olyan állást, amihez nyilvánvalóan nem értesz, de lehet, hogy tetszene a munka. Írj egy motivációs levelet, mondd el a leendő alkalmazódnak, hogy miért vagy tökéletes az állásra. Add fel postán az önéletrajzoddal együtt.
- Készíts kirakóst.

Jó társaságban vagy

Tizenhárom kiadó utasította el William Kennedy Pulitzer-díjas regényét, az *Ironweed*et.

FONTOS KREATIVITÁSTESZT

Az SAT teszt megállapítja, hogy elég okos vagy-e az egyetemhez, az LSAT azt méri, hogy mennyi

potenciál van benned a jogi iskolához, az alkalmanként háromszáztíz dolláros MCAT pedig azt méri, hogy mennyi affinitásod van az orvosi képzéshez. De most, teljesen térítésmentesen, itt van a legjobb általam ismert teszt, ami az emberi kreativitást méri.
Ragadd meg a ceruzád.

PAM GROUT
KREATIVITÁSTESZTJE

1. Lélegzel? Igen _____ Nem _____
Ellenőrizd a pontszámod:
Ha igennel válaszoltál az előbbi kérdésre, akkor meglehetősen kreatív vagy.

15. HÉT

Azt mondod, forradalmat akarsz

„A végzetem egyedül a képzeletemen múlik."

SHONDA RHIMES, A *GRACE KLINIKA* ÉS MÁS SOROZATOK ALKOTÓJA

Az ötven év alattiak lehet, hogy nem emlékeznek a fitneszforradalomra. Lehet, hogy nem emlékeznek a pumpálós, táncolós, csináld magad módszerek előtti napokra. Akkoriban nemcsak hogy elfogadott volt lustának lenni, hanem az volt az egyetlen opció.

Csak a profi sportolók edzettek. A többiek bele sem gondoltak, hogy nekik is szükségük lenne mozgásra.

De aztán dr. Kenneth Cooper kitalálta az *aerobik* szót, és előállt azzal a radikális gondolattal, hogy mindenkinek mozognia kellene. Ma már természetesen nem létezik olyan élő nyugati ember, aki nem edz, vagy nem érez bűntudatot azért, ha nem így tesz.

Ugyanilyen forradalom megy most végbe az agyunkban – a kreatív izmunkban, ha így jobban tetszik. Nem csak a profi művészeknek van szükségük a kreativitásra. A testünk is elsorvad, ha nem használjuk, és a képzeletünk is ugyanígy tesz.

Amíg nem szakadunk ki a megszokott korlátolt gondolkodásmódunkból, addig sosem fogjuk megoldani a világ nagy problémáit. Sosem fogjuk megtalálni a kapcsolat, a mágia és a valódi szépség gyönyörét, ami lehetővé tenné számunkra, hogy összeköttetésbe kerüljünk a felsőbb dolgokkal.

Amikor a racionális, fizikai világra korlátozzuk a látásmódunkat, arra a világra, amit az öt érzékszervünkkel érzékelünk, fontos dolgokról maradunk le.

Ezzel ellentétben a képzelet szinte bárhová el tud repíteni. Megírhat egy olyan történetet, ami megváltoztatja valaki életét. Megtervezhet egy épületet, komponálhat egy dalt, inspirálhat egy egész nemzetet.

Az az álmom, hogy a *Művészei lélek* olyan nagy forradalmat fog beindítani, mint az 1960-as évek fitneszforradalma. Elképzelem, ahogy irodai dolgozók megosztják egymással a verseiket ebédszünetben. Barátok találkoznak, hogy együtt írjanak egy kávézóban, vagy szombat esti festőfesztiválokat szerveznek, ahol a falakat beragasztják papírral, kiosztják a kötényeket, és az emberek festenek, nem pedig beszélgetnek.

Már most is vannak olyan emberek, akik kreatív, kielégítő és ünnepi dolgokat csinálnak.

A kansasi Lawrence-ben, ahol élek, az emberek a színpadon mesélnek el igaz történeteket, amit mi Story Slamnek nevezünk. Egy fickó lehet, hogy egy vicces történetet mesél el egy Don Juan sövényvágóról, akit felbérelt. A következő ember lehet, hogy a jógával való viszonyáról mesél majd. A hallgatók tapsolnak, és készülnek a következő hónapra, amikor ők állnak majd fent a színpadon, hogy elmeséljék a saját dolgaikat.

Mindnyájunknak meg kell osztania a saját dolgait. Ezért teremtettek minket.

Mi van akkor, ha nem írnak rólunk a *People* magazinban? A siker, amennyire én tudom, élvezetben, teljességben és egyfajta önbizalomban mérhető.

A művészet az élet egyik eszköze, egy spirituális hívószó. Nem számít, ki vagy, hány éves vagy, vagy honnan jöttél. A kreatív élet el fog vezetni a vadonba, ahol az élet nyers, kusza és gazdag.

Száz évvel ezelőtt nem kellett futnunk és hosszokat úsznunk, mert a legtöbben farmokon dolgoztak, fehérrépát szedtek és kukoricát ültettek. A mindennapi életben is elegendőt aerobikoztak. Hasonlóképp, az őseink a kreativitásukat is alkalmazták a hétköznapi életben. Amikor végeztek a kert művelésével, elővették a családi bendzsót és dalokat énekeltek, vagy körbeülték a tűzhelyt és történeteket meséltek. Nem voltak harminckét termes mozik, Hulu és Pandora.

Ezen a héten visszavesszük az irányítást a kreativitás felett. Nincs szükségünk arra, hogy egy kiadó azt mondja nekünk, megérdemeljük a publikálást, vagy hogy egy zenei producer eldöntse, hogy a dalaink megfelelnek-e a „kortárs amerikai színvonalnak”. A kreativitás mindnyájunké.

KÉSZÍTS ÖNARCKÉPET

„Birtokomban volt a képzeletem gazdagon díszített, bevehetetlen birodalma.”

POE BALLANTINE REGÉNYÍRÓ

Amikor önarcképet akartam készíteni, beültem egy fotófülkébe, ami pár dollárért készített rólam három képet. Különböző kalapokkal és öltözékekkel ültem be (nem mintha lett volna időm átöltözni a képek között), és grimaszoltam.

Egy fénymásológépen felnagyítottam őket, adtam hozzájuk grafikákat és fotókat, és egy szerintem egyedi önarcképpel álltam elő.

Ne feledd: Frida Kahlo az egész munkásságát az önarcképek készítésére építette.

Zumba a léleknek

- Vidd el a rajzfüzeted a parkba.
- Találj fel egy játékot, amit gyerekként szerettél volna.
- Küldj magadnak képeslapot.

Jó társaságban vagy

Saul Bellow-t főiskolai irodalomprofesszora „tehetségtelennek” nevezte. Bellow, aki később megírta az *Augie Mach kalandjai* és a *Humboldt adománya* című műveket, végül elnyerte a Pulitzer-díjat, az irodalmi Nobel-díjat, a Guggenheim-ösztöndíjat és a nemzeti művészeti kitüntetést. Valamint ő az egyetlen író, aki három alkalommal nyerte el a National Book Award-díjat regényirodalom kategóriában.

16. HÉT

A kreativitás valódi áldása

„Azt akarom, hogy habozzon a szád, és ismeretlen mezőkön barangolj.”

NATALIE GOLDBERG, A *WRITING DOWN THE BONES* ÍRÓJA

Eckhart Tollétól kezdve a tudatosságról előadást tartó egyetemistáig mindenki ragaszkodik hozzá, hogy a boldogság kulcsa az, ha jelen vagy a pillanatban. Kipróbáltam a meditációt. Kipróbáltam a jógát. Megpróbáltam megzabolázni ingatag elmémet, ami egyszerre negyvenkét irányba húz, de még mindig azon kapom magam, hogy a lányomnak szervezendő ballagási bulin gondolkozom, vagy a hitelkártya-tartozáson, amit jövő keddig be kellene fizetnem. Más szavakkal élve, az az alapvető dolog, mint „jelen lenni a pillanatban”, nem mindig olyan egyszerű, amilyennek hangzik.

Végül találtam valamit, ami arra kényszerít, hogy tényleg a pillanatban legyek. Művészetnek hívják, és azért működik, mert nehéz – vagy inkább lehetetlen – bármi másra gondolni, amikor tényleg elmerülsz a festésben vagy az írásban, vagy bármilyen más művészeti ág gyakorlásában. Az idő szó szerint megáll. A

harisnyám felfutása vagy a múlt csütörtökön gyorshajtásért kapott befizetendő csekk távolabb nem is lehetne az elmémtől. Időnként olyan érzés, mintha az isteni dolgok szélét érinteném meg.

Ez csak az egyik áldás, amit a kreativitás nyújt a követőinek.

A legtöbb ember rosszul tudja. Azt gondolják, azért akarnak könyvet vagy forgatókönyvet írni, színészkedni vagy táncolni, mert ők akarnak lenni a következő Matthew McConaughey vagy Joyce Carol Oates. Szerepelni akarnak a *Super Soul Sunday* című műsorban.

Azt feltételezik, hogy a kreativitás gyümölcse az, hogy ha látják a nevüket a *The New York Times* bestsellerlistáján, vagy elnyernek egy Oscar nevű aranyszobrot. Pénz, hírnév és rajongók – szerintük ezek az ajándékok találhatók a kreativitás karácsonyfája alatt.

Ne érts félre. Ezek is szépek. És mindenképp van esély rájuk. Ahogy Keith Richards mondja a Rolling Stonesból: „Az embereknek szükségük van rá, hogy másokat emeljenek maguk fölé – mint az isteneket. Ahelyett, hogy megkeresnék, mi ez a felsőbb erő, felállítják a saját földi változatukat. A színpadon állok és azt gondolom, »Mégis miért nézel engem, egy hülye öreg drogost, aki a gitárján zenélget?«”

Igen, sok ember több millió dollárt keres a művészetével. Néha olyan nagy a hírneve és annyi rajongója van valakinek, hogy csak inkognitóban tud utazni.

De nem ez az áldás.

A hírnevet jellemezték már egy adag kokainként. Egy darabig biztos jó érzés. Eltereli a gondolataidat a mindennapos

létezésről. De amikor vége (mondjuk három hét után, amikor a következő fogyókúrás könyv már kitaszított a bestsellerlistáról), ismét megőrülsz, elkeseredetten kutatsz a következő adag után, a hírnév következő löketéért.

Nem attól lesz boldog egy művész, hogy felkerül a bestsellerlistára. A valódi áldások azok, amik megrengetik az életet, amik felráznak és átformálnak minket. Ha kapsz egy nagy fizetési csekket, az lehet, hogy biztosít számodra egy új kocsit, vagy egy jegyet a countryklubba. De nem fogja felnyitni a szíved, vagy elmélyíteni a lelked.

A valódi áldások ezt teszik. A kreativitás valódi áldásai az írás, a festés, a színészet. A csinálás. Az utazás, mindig maga az utazás lesz gyümölcsöző.

Ha kitartasz a művészeted mellett, meg fogsz lepődni, hogy mennyire szabad leszel. Ha egy művészeti ág szolgálatában állsz, az kielégíti a legmélyebb szükségletedet arra, hogy meghalljanak, hogy észrevegyenek, hogy a szent „igent” kiálthasd a csodákra.

A művészet felnyitja a szemünket, és átragyog a ködön.

Ha a művészet szolgálatában állunk, akkor észre fogjuk venni, hogy egy hatalmas, részletgazdag és szépségekben bővelkedő világban élünk.

Amint elkezded felismerni, hogy egy csepp harmat épp készül leesni egy rózsa hegyéről, vagy hogy egy hullócsillag szeli át az éjféli égboltot, esetleg a zöld sapkás fickót, aki minden délután a bowlingterem elé tolja a bevásárlókocsiját, mégis mi más lehetne a következő lépés, mint hogy köszönetet mondasz?

KEZDJ EL ÁLOMNAPLÓT VEZETNI

„A művészet Isten és a művész közös munkája, és minél kevesebbet csinál a művész, annál jobb.”

ANDRÉ GIDE NOBEL-DÍJAS ÍRÓ

Tegyél egy jegyzetfüzetet és egy tollat az ágyad mellé. Ez segíteni fog az ismétlődő mintázatok és szimbólumok felismerésében, és még ötleteket is adhat rajzokhoz, festményekhez vagy történetekhez. Valamint arra is felhívja a múzsák figyelmét, hogy készen állsz az irányításukra.

Zumba a léleknek

- Ma egyél egész nap odakint a szabad levegőn.

- Kelj fel hajnali háromkor, és nézd meg, mi megy a tévében.
- Menj ki egy elhagyatott mezőre és táncolj.

Jó társaságban vagy

Phil Collins meg volt róla győződve, hogy a karrierjének vége, miután tizenegy nappal a harmincadik születésnapja előtt kiadta debütáló szólóalbumát, a *Face Value*-t.

17. HÉT

Az I betűs szó

„El kell fogadnunk, hogy a bennünk lévő kreatív lüktetés maga Isten kreatív lüktetése."

JOSEPH CHILTON PEARCE, A *THE CRACK IN THE COSMIC EGG* ÍRÓJA

Lehetséges, hogy ezt a hetet lesz a legnehezebb lenyelni. Ezen a héten fontolóra vesszük azt a radikális elképzelést, mely szerint Isten segíteni akar a kreatív feladataid végrehajtásában, sőt valójában még támogatja is a legvadabb álmaidat.

Tudom, hogy a legtöbben mire gondoltok. A felsőbb erő vagy ha úgy tetszik Isten, több millió kilométerre van tőlünk, és túlságosan elfoglalt azzal, hogy a világ éhezési problémáján dolgozzon, így nem fog segíteni neked a fazekasságban vagy egy asztaldísz megtervezésében. Azt elhiszed, hogy Isten „hegyeket mozgat meg", de azt nem tudod elképzelni, hogy esetleg van néhány jó elképzelése a forgatókönyved harmadik jelenetéhez.

Vagy erről van szó, vagy arról, hogy olyan messzire akarunk kerülni Istentől, amennyire csak lehet. Elvégre ki akar kereszteket festeni vagy lefirkantani *Az utolsó vacsorá*t? Ezeket az irracionális gondolatokat verd ki a fejedből. Isten lényege a

terjeszkedés, nem az, hogy kis dobozokba legyünk beszorulva keresztekkel, glóriákkal és a tízparancsolattal.

Már korán korlátok közé helyezzük Istent. Elkezdjük olyannak látni, mint… mondjuk… mint magunkat.

Az első lépés az, hogy túltegyük magunkat az általunk kitalált Istenen. A fukar és haragos Istenen, aki Led Zeppelin stílusú szakállat visel. Figyelembe kell vennünk azt a lehetőséget, hogy Isten kedvel minket, és drukkol a sikerünkért.

Elvégre szerinted mégis ki ültette el azt a bizonyos álmot a szívedben?

Ha elfelejtetted volna, Isten a nagy teremtő. Ő volt az első művész, a szikra, amiből mi magunk is eredünk. És a művészeket érdekli a többi a művész.

Miért ne akarná Isten, hogy alkoss? Miért ne akarná, hogy az ő nyomdokait kövesd? Megadta neked az álmodás és a teremtés képességét. A kezedbe kell adnia az ecsetet is?

Valahol útközben összeszedtük az abszurd elképzelést, mely szerint Isten azt akarja, hogy hamut szórjunk a fejünkre, és éhező afrikai gyerekekkel foglalkozzunk.

Semmi sem állhatna távolabb az igazságtól. Isten azt akarja, hogy teljesen és totálisan boldog legyél, és ha megteszed a lépést az álmaid irányába, ő ott lesz közvetlenül mögötted egy sor mennyei szurkolólánnyal, akik pacsiznak veled, és azt kiabálják, hogy hajrá!

Az isteni forrás annyira lesz bőséges, amennyire engeded.

Mary Karr memoárja, a *The Liars' Club* a kelet-texasi olajfinomító kisvárosban töltött gótikus gyerekkoráról több irodalmi díjat is nyert, több mint félmillió példányban kelt el, és

az akkor negyvenéves írója, az addig ismeretlen költő irodalmi hírességé vált.

De Karr bevallása szerint ez sosem történt volna meg, ha nincs jelen a „nagyobb dolog”.

Amikor először kért vonakodva segítséget, elkötelezett cinikus volt, aki csak akkor kérte az általa „körmönfont gazembernek” nevezett erő segítségét, amikor már nem volt más választása, és csak azért, mert az anonim alkoholistáknál őt segítő mentor ragaszkodott hozzá. Az első reakciója az volt, hogy „Még mit nem… nem bántásból, de ez sosem fog megtörténni”.

Még azután is, hogy megkereste a feltörekvő írók számára létrehozott alapítvány, a Whiting Foundation, és harmincötezer dolláros díjat adott neki, amire nem is pályázott, továbbra is erősen ragaszkodott a szkepticizmusához. Biztos véletlen volt, hogy a hívás egy héttel azután történt, hogy segítséget kért a Nagyfiútól, nemde?

De az áldások elkezdtek áramlani. Minél többet kért segítséget, annál gyorsabban jöttek.

Amikor megkapta a *The Liars’ Club* szerződését, frissen elvált, egyedülálló anyuka volt, akinek még kocsija sem volt.

„A zsebemben lévő szöszök között kerestem az aprót – mondta. – Azt remélni, hogy előleget kapok a könyvért olyan volt, mintha azt mondtam volna, hogy olimpikon tornász leszek.”

De a hívás megérkezett, három nappal azután, hogy benyújtotta a tervezetét az ügynökének, akivel véletlenül találkozott egy estélyen, amire véletlenül elment.

Karr ma már nyíltan Istennek nevezi ezt a láthatatlan dolgot, és elmondása szerint mindennap útmutatást kér tőle.

„Imádkozom. Megkérdezem Istent, hogy miről írjak. Tudom, hogy őrültségnek hangzik, de így teszek – mondja. – Úgy érzem, hogy Isten azt akarta, hogy megírjam ezeket a könyveket. Ez nem azt jelenti, hogy bestsellernek kell lenniük. De tényleg úgy érzem, hogy irányítanak. Nevezzük önhipnózisnak, imának vagy bárminek. A szkeptikusoknak csak annyit mondok, hogy próbálják ki. Imádkozzanak egy hónapig mindennap. Figyeljék meg, jobb lesz-e az életük. Mégis mi veszteniválójuk van?”

TERVEZZ MEG EGY KREATÍV PROJEKTET

„Nem fogok még egy napot arra várni, hogy megtaláljam a kincset, amit az Úr felajánlott nekem."

A CSODÁK TANÍTÁSA

Hollywoodban a filmeket néha egy csupán ötperces tervezet alapján adják el. Állj elő egy tömör, gyors, csábító ötlettel egy filmhez vagy valamilyen más kreatív projekthez, ami már ott motoszkál az agyadban.

Zumba a léleknek

- Egyél négy újfajta gyümölcsöt.

- Tanulj meg jódlizni. Csináld nyilvános helyen.
- Készíts könyvtárat az inspiráló könyveidnek.

Jó társaságban vagy

A középiskolai osztályában Robin Williamst szavazták meg annak, akinek a legkevesebb esélye van a sikerre.

18. HÉT

Művészjósok

„Akár egyenesen az arcodra is eshetsz ahelyett, hogy túlságosan hátradőlsz.”

JAMES THURBER ÍRÓ

„Hála Istennek, a nyilvánosság csak a kész terméket látja.”

WOODY ALLEN, FILMRENDEZŐ

Istenítjük Picassót, benevezünk rádiós vetélkedőkre, hogy bemehessünk a színpad mögé a Bon Jovi-koncert után, rajongói leveleket írunk Leonardo DiCapriónak, de nem szánunk időt arra, hogy a saját háztartásunkban élő Picassókkal és Bon Jovikkal foglalkozzunk.

A három gyerekre vigyázó tininek egy vicces vers rejlik a szívében. Az aligátorbőrből készült aktatáskát hordozó könyvelőnek egy rockvideó van a fejében. A lila hajú bolti eladónak egy forgatókönyv lapul a pultja alatt.

Az embereknek, akik elsétálnak melletted, rejtett tehetségei és szenvedélyei vannak, amelyek úgy lüktetnek a szívükben, mint a sámándobok.

De annyira el vagyunk foglalva azzal, hogy a „valódi” művészeket nézzük az esti műsorokban, hogy ezt észre sem vesszük.

Hány Barbra Streisandot, Robert Motherwellst, Laurence Oliviers-t ismersz már? A pasinak, aki mellett minden este elalszol, a nőnek, aki minden reggel összekészíti az ebédedet, erős vágyaik, történeteik és dalaik vannak. És mi mégis ásítunk, és megkérdezzük, hogy látták-e a barna zokninkat. Ahelyett, hogy arra kérnénk a szeretteinket, hogy táncoljanak, arra kérjük őket, hogy vigyék ki a szemetet.

Mindenhol ott vannak körülöttünk az olyan emberek, mint John Suta, egy hetvenéves nyugdíjas csőszerelő az oregoni Eugene-ből, aki a szívproblémái és a lábai károsodott idegei ellenére minden egyes nap gyakorol a Roosevelt középiskola zenekarával a kürtjén. Az olyan emberek, mint Keith Anderson, aki marketingmenedzserként dolgozik a kansasi Westwood Hillsben, de emellett heti három alkalommal lemegy a pincéjében található műhelybe, hogy papírt készítsen.

A varázslat hívó szava úgy csalogat minket, mint egy frissen sült pite illata.

De mégis azt gondoljuk, hogy Martin Scorsese, Julia Roberts és Mozart volt a szerencsés.

Ha a profi művészek tényleg szerencsésebbek voltak, mint te vagy én, csak azon múlt, hogy jó helyen születtek jó időben.

Ha Mozart nem a 18. században született volna Salzburgban egy olyan apától, aki a helyi zenekar vezetője volt, lehet, hogy nem kezdett volna el komponálni.

Ha Matisse mondjuk az ohióí Sanduskyban született volna,

nem valószínű, hogy akkora művész vált volna belőle, mint ami. Másrészről viszont, ha Leroy Watkins 1869-ben született volna Le Cateau-Cambrésisben, lehet, hogy a művei ma a legnagyobb gyűjtőket csábítanák.

Renoir, Monet, Cézanne, Pissarro, Degas és a többi impresszionista, akiket ma a legnagyobb zseniknek tartunk, azért lettek zsenik, mert életben tartották a lángot. Nem azt kérdezték, hogy „hol van a barna zoknim?” Meg akarták tudni, hogy milyen messzire tudnak elmenni a fény és az árnyékok ábrázolásában, a mindennapi életük élvezeteinek megörökítésében. Szövetségesek lettek, akik megosztoztak a stúdióikon, és együtt jártak el festeni. Támogatták egymást, és táplálták ezt az új életformát.

Ahogy az impresszionistáknak, nekünk is megvan az erőnk arra, hogy jó helyen legyünk jó időben. Tüzelhetjük a zsenialitást, összefoghatunk, táplálhatjuk a testvéreinkben lakozó tüzet.

Nem lenne nagyszerű, hogy ha mondjuk az én városom, a kansasi Lawrence, vagy a montanai Lewistown lenne egy új művészeti ág szülőhelye? És miért ne lehetne?

Motown nem azért létezik, mert minden zenei tehetség Detroitban született az 1950-es és ’60-as években. Azért létezik, mert egy ember úgy döntött, hogy kiaknázza a tehetséget, ami ott rejlett. Akár kereshetett volna a coloradói Denverben is.

Talán az a legfontosabb feladatunk, hogy a művészet jósaivá váljunk, hogy megkeressük azt a mély művészi vénát, ami ott forrong és lappang a testvéreinkben, és azt suttogja: „több is lehetnél.”

VÁLJ VALAMINEK A SZAKÉRTŐJÉVÉ

„Szeretned kell a saját művészeted, mert számtalan órát fogsz vele tölteni, hozzá fogsz menni, vele fogsz lediplomázni, vele fogsz aludni, vele fogsz harcolni, megpróbálod majd kivágni az életedből, és négy vagy öt évvel később átvészeled majd ezeket az időszakokat, és még jobban fogod szeretni."

JEANINE TESORI ZENESZERZŐ

Válassz egy témát, és tudj meg róla mindent. Ez lehet akár a tasman ördög. Vagy a fűszertermesztés, esetleg a programozás, nem számít. De valami olyan legyen, ami iránt lelkesedsz.

Zumba a léleknek

- Pantomimezz egy utcasarkon.
- Menj vásárolni vicces álarcban.
- Egész nap liftezz fel és le, és rajzolj cipőket.

Jó társaságban vagy

James Joyce nem tudta reggel elkezdeni az írást addig, amíg el nem szívott fél doboz cigarettát, és meg nem itta az ipari mennyiségű kávéját. Végül mindezek után azt mondta, már nem volt több kifogása.

19. HÉT

Írd meg a saját bibliád

„Bátorság kell ahhoz, hogy felnőj, és az legyél, aki valójában vagy.”

E. E. CUMMINGS KÖLTŐ

A barátom, a tehetséges zeneszerző Greg Tamblyn írt egy vicces dalt, amely végül az első albumának címe is lett. A címe: *Egy kiáltás az oké vagyok, oké vagy közösségnek*. Így kezdődik:

> *Tudtam, hogy több volt, mint egyszerű szerelmi vita,*
> *amikor kényszeresnek nevezett, és az anyámat hibáztatta,*
> *azt kiáltottam, „Nem csak nekem vannak érzelmi problémáim”,*
> *így kezdődött tehát a kiáltás az oké vagyok, oké vagy közösségnek.*

Ez azért vicces, mert ő és a barátnője elkezdték sértegetni egymást a legújabb önsegítő könyvekből vett sorokkal. A lány azt mondta: „Pán Péter szindrómában szenvedsz. Sosem nősz fel.” Mire ő azt felelte: „Nézd csak, ki beszél. A Nő, Aki

Túlságosan Szeret.”

A dal így folytatódik:

Tudtam, hogy foggal körömmel küzd majd ellenem,
amikor a tanácsadó rovatot és dr. Rutht emlegette.

Ugyan nagyon vicces, de egyenesen egy idegbe talál: A kultúránk egyik legnagyobb hibájára hívja fel a figyelmet. Nem fordulunk befelé. Annyira el vagyunk foglalva azzal, hogy másoktól idézünk, hogy elfelejtettük, hogyan kell magunkat idézni.

Mit gondolunk?

A legtöbbünknek fogalma sincs.

Odakint keressük a válaszokat. Mindenki máshoz fordulunk, kivéve önmagunkhoz.

És ez kár. Elpazaroljuk az életünket. Nem szórakozunk olyan jól, ahogy lehetne. Nem alkotjuk meg azokat a szép dolgokat, amiket megalkothatnánk. Nem élünk, nem ünneplünk, nem csiszoljuk a mindnyájunkban ott rejlő egyedi ékköveket.

Túlságosan el vagyunk foglalva azzal, hogy a hatékony emberek hét legfőbb szokását tanulmányozzuk.

Miért követjük azokat a szabályokat, amiket valami olyan író alkotott, akivel sosem találkoztunk? Nem érdekel, mennyire okos Suze Orman, vagy mennyire összeszedett Joel Osteen. Ők nem ismerik az életed titkait.

Csak egy ember tud ezekről.

Mit szeretsz? Mi fontos a számodra?

Tudod?

Egy művész első prioritása az, hogy megismerje önmagát.

Csak ezután tudja elénekelni a saját dalát.

Fel kell ismerned magadban az egyént, azt a személyt, aki nagyon sokban különbözik a többiektől. Találd meg azt, aki vagy. Csak így fogsz felszabadulni.

Walt Whitman azt állította, hogy semmi sem lehet felvilágosítóbb, mint egy őszinte beszélgetés saját magaddal. Az ő csatakiáltása minden ember számára az, hogy mindenki találja meg önmagát, és bizonyítsa a világnak az egyediségét.

„A *Fűszálak* – írta – az elejétől a végéig egy kísérlet volt arra, hogy szabadon, átfogón és őszintén rögzítsek egy személyt (magamat, a 19. század második felének Amerikájában).”

Mindenkit arra biztatott, hogy írja meg a saját bibliáját.

Miután ezt megtetted, írd meg a saját imád. Készítsd el a saját hitvallásod. Táncolj a saját sípod hangjára.

Miért unatkozik, miért magányos, és miért fél minden felnőtt ebben az országban?

Mert nem tudják, hogy kicsodák.

Hatalmas dolgokat kell elvégezni – meg kell reformálni az egészségügyet, javítani kell az oktatáson. A legtöbb dolgot még szebbé lehetne tenni.

Hogyan unatkozhatna bárki is?

Alkothatnánk azért, mert izgalmas és örömet szerez. Mindennapos vibráló bővelkedéssel kellene megélnünk. Ezen a hatalmas nagy bolygón az az egyetlen dolgunk, hogy megtaláljuk az életenergiánkat, és hogy felfedezzük azt, amitől legszívesebben felugranánk az asztalra táncolni.

ÍRJ EGY JELENETET AZ ÚJ FORGATÓKÖNYVEDBE

„Az erőfeszítésed nélkül a művészet csak egy lehetőség."

DAVID BAYLES FOTÓS, ÍRÓ ÉS WORKSHOPVEZETŐ

Mi az? Még nem kezdted el a forgatókönyved? Oké, akkor a következőket kell csinálnod: Találj ki egy szereplőt. Helyezd el egy liftben. Találj ki még egy szereplőt. Ő is belép ebbe a liftbe. Az egyetlen probléma az, hogy a lift megakad a harmadik és a negyedik emelet között. Mi történik?

Zumba a léleknek

- Nevezz el egy angyalt.

- Találj ki egy drámatémát.
- Tervezz meg egy madáretetőt.

Jó társaságban vagy

Abraham Lincoln bizonytalan volt a 272 szavas gettysburgi beszédében, úgy hitte, hogy hamar el fogják felejteni. Miután az ismert szónok, Edward Everett dicsérte a beszédet, Lincoln visszaírt neki, és kifejezte háláját, hogy mégsem volt „teljes kudarc”.

20. HÉT

Hallgass a saját hangodra

„Bátor volt az első ember, aki megevett egy osztrigát.”

JONATHAN SWIFT, A *GULLIVER UTAZÁSAI*NAK ÍRÓJA

Amikor Walt Disney általános iskolás volt, egy jóindulatú tanár rápillantott a virágra, amit a papírlap margójára rajzolgatott, megérintette a vállát, és azt mondta: „Walt, édesem, ezek szépek, de a virágoknak nincsen arcuk.”

Walt megfordult, egyenesen a szemébe nézett, és bátran azt mondta, „Az enyéimnek vannak.”

Ezzel a magabiztossággal kell alkotnunk.

Nem szabad odafigyelnünk senkire és semmire, csak a lelkünk belső késztetéseire. Már nagyon fiatalon átadjuk az irányítását valami rajtunk kívül állónak. Az edző mondja meg, hogy elég jók vagyunk-e ahhoz, hogy a kosárcsapatban legyünk. Az énektanár mondja meg, hogy van-e elég tehetségünk a kórusban énekelni. A tanáraink önkényesen osztályoznak minket, és a jegyek megmondják, hogy elég okosak vagyunk-e ahhoz, hogy a legjobb tanulók között legyünk, és elég eszesek vagyunk-e bekerülni az egyetemre.

A rajztanáraink szabják meg a szabályokat: a fű zöld, az ég kék, a virágoknak pedig nincsen arcuk.

Robert Fulghum mára már híressé vált *Már az óvodában megtanultam mindent, amit tudni érdemes* című könyvéből színdarabot készítettek. Az egyik első jelenetben az óvónő megkérdezi az új gyerekeket, hogy hány táncos van közöttük.

„Én, én”, kiabálják mindnyájan.

„És hányan vannak az énekesek?”, folytatja.

Ismételten mindenki felteszi a kezét.

„Festők?”

Egyöntetű kézfeltartás.

„Írók?”

Ismét mindenki jelentkezik.

Negyedik osztályban egy tanár ismét felteszi ugyanezt a kérdést ugyanazoknak a diákoknak. Most már csak a tanulók egyharmada táncos, énekes, festő vagy író.

A középiskolában már csak egy kis maréknyi diák állítja magáról, hogy van valamilyen művészi tehetsége. Hová tűnt az önbizalom és a lelkesedés?

Egy jóindulatú szülő vagy tanár valószínűleg azt mondta nekik, hogy ők nem festők. Valamilyen hangzatos nevű alkalmassági vizsgán hivatalos pontszámot kaptak, ami azt jelentette, hogy legjobb lesz, ha feladják azt a hiú ábrándot, hogy író lesz belőlük. Próbálják ki inkább a könyvelést. Valami tanácsadó közölte a rossz hírt, hogy csak pár kiválasztottnak van művészi tehetsége.

Miért hallgattunk rájuk?

Honnan tudhatná bárki más, hogy a te virágaid milyen

színűek? Honnan tudhatná bárki más, hogy neked milyen hangot kell kiénekelned?

A *Musicians in Tune* című könyvben Jenny Boyd, Mick Fleetwood korábbi felesége, hetvennégy kortárs zenésszel készített interjút – Eric Claptontól kezdve Branford Marsalisig. Azt vette észre, hogy korunk legsikeresebb zenészei közül sokan különcök, nem tartoztak a népszerű diákok közé a gimiben. Ez az elidegenedés arra kényszerítette őket, hogy hallgassanak a belső hangjukra, arra, amit gyakran elnyomnak mások. Elkeseredettségből és a miatt az érzés miatt, hogy ők nem tartoznak sehova, arra kényszerültek, hogy a saját forrásaikat használják.

Ragaszkodtak ahhoz, hogy maguk döntsék el, van-e a virágaiknak arcuk, vagy nincs.

Szent vagy. Varázslat lakozik benned. Vesd le a jóindulatú szülők és a félrevezetett tanárok által rád rakott bilincseket.

Ők tudják, hogy mi a jó maguknak. De arról fogalmuk sincs, hogy mi a jó neked.

Azt csak te tudod.

És tudod is. Nincs szükséged újabb tanfolyamra, könyvre vagy egy jóslatra. Hozd elő.

Walt Disney-vel kapcsolatban pedig, nos, az ő virágainak tényleg volt arcuk. Az *Alice Csodaországban* volt a 18. mesefilmje, és a virágoknak nemcsak arcuk volt, hanem hangjuk, véleményük és kórusok is, ami a *Színarany az alkony* című hóbortos dallal szórakoztatta Alice-t.

ÍRD FEL VALAHOVA A SZEMÉLYES MOTTÓD

„A graffiti azon kevés dolgok egyike, ami mindenkinek rendelkezésére áll. Még ha nem is olyan képet készítesz, ami véget vet a világ szegénységének, mosolyt csalhatsz valaki arcára, amíg pisil."

BANKSY, HÍRHEDT UTCAI MŰVÉSZ

Igen, a graffitiről van szó. Használj egy doboz festékszórót. A kréta is jó lesz. A legfontosabb része ennek a feladatnak az, hogy előállj a mottóddal. Mit kell a világ tudtára adnod? Mi olyat tudsz, amit el kell mondani? Találj egy megfelelő helyet (buszmegálló, a kisbolt melletti járda), és akkor menj oda, amikor senki sem figyel. És ne feledd, egy koszos autó is lehet a médiumod.

- Készíts polaroidtanulmányt a plázázókról.
- Kölcsönözz ki egy *Rózsaszín Párduc*-videót.
- Egyél meg két desszertet meztelenül.

Jó társaságban vagy

A Pulitzer-díjas költő, Anne Sexton nem ment el az első költészettanfolyamára, mert túlságosan félt. Egy barátjának kellett felhívnia és beíratni.

21. HÉT

Dicsőség istennek

„Arra tanítottak, hogy az ima a jó modorhoz hasonlóan abból áll, hogy »kérem« és »köszönöm«."

ADRIANA DIAZ, A *FREEING THE CREATIVE SPIRIT* ÍRÓJA

„Most pedig lefekszem aludni…"

Ezen a soron valószínűleg legalább tízezerszer elgondolkodtam.

Mindig „jó kislány" voltam, folyamatosan ismételgettem az imáimat, mint ahogy a gyomirtó felemészti a bokrokat. Az étkezések előtt ott volt az „Isten nagyszerű, Isten jó…", lefekvéskor pedig „Az Úr vigyázzon a lelkemre…"

Akár az ábécét vagy a telefonkönyvet is ismételgethettem volna. Nem éreztem kapcsolatot Istennel, nem éreztem egységet az élet szentségével.

Ahelyett, hogy egy rakás más által kitalált, elhasznált, elcsépelt sort ismételgettem, ki kellett volna ugranom az ágyamból, és köszönetet kellett volna mondanom a Teremtőnek. Mondhattam volna köszönetet a harminckét darab szentjánosbogárért, amit aznap este fogtam. Hálát adhattam

volna a lila bicikliért, amit Billy Blotsky kölcsönadott. És megbocsátást kérhettem volna a csúnya szóért, amivel a nővéremet illettem.

De nem, mindig ugyanazokat az imákat mormoltam.

Jean Houston egyszer hangosan elgondolkodott arról, hogy vajon nem untatjuk-e Istent. Létrehozta ezt a lenyűgöző világot huszonötezer-féle orchideával, olyan változatos vidékekkel, mint a Góbi-sivatag és a Fudzsi hegy, és mi mégis csak gondolkodás nélkül azt ismételgetjük, hogy „Isten jó, Isten nagyszerű”.

Amikor helyesen csinálják, az ima a spirituális intimitás jele, a hála és a tisztelet erőteljes kifejezése. Összeköt minket a Nagyfiúval. Feltár minket a Szentlélek jelenléte előtt, lehetővé teszi, hogy valami hatalmassal, átfogóval és ragyogóval kommunikáljunk.

Az ősi kultúrákban a művészet volt a kapcsolat ember és Isten között. Mielőtt a papok meggyőztek volna minket arról, hogy kell egy közvetítő, mi magunk léptünk kapcsolatba Istennel, imaszerűen táncoltunk, kántáltunk és maszkokat készítettünk.

A dervisek még ma is szövetet készítenek az imáikból. Az afrikai törzsek eldobolják a sajátjukat. A tibeti szerzetesek mandalákat gyártanak. Ezek mind szent tettek, és erőteljes módszerek arra, hogy kapcsolatba lépjünk a Teremtővel.

Kafka az írást nevezte az imájának. A jazzszaxofonos John Coltrane a zenéjével imádkozott, azt állította, hogy a zene volt az ő hitének, tudásának és lényének spirituális kifejezése.

Carlos Santana azt mondja, hogy lehetetlen elválasztani a

zenéjét a spiritualitásától.

„A zeném, a szándékaim, az energiám és az áldásaim mind ugyanabból az univerzális hangból erednek, és megpróbálom a lehető legjobb célra használni őket – mondja. – Nem szabad olyan komolynak és személyesnek felfogni, és nem szabad merevnek lenni, mert az megbénítja a kreativitásodat és az életerődet. Találj egy emberi dallamot, majd írj róla egy dalt. Add át a zenéden keresztül.”

A művészet, legyen szó akár barlangrajzokról vagy ritmusos gospelről, hatásos út Istenhez. Amikor kellő tisztelettel kezelik, varázslatos transzcendens pillanatokat tud teremteni, és prófétai betekintést nyújthat egy új életmódba.

Próbálkozz, ameddig akarsz, de az évekig tartó vallástanulmányok és a hagyományos imák sosem fognak úgy felszabadítani, mint a valódi művészet.

TALÁLJ KI EGY ÚJ TÁRSASJÁTÉKOT

„Gyere gyorsan, a csillagokat iszom."

DOM PÉRIGNON, MIUTÁN FELTALÁLTA A PEZSGŐT

Rob Angel pincérként dolgozott, amíg ki nem találta a *Pictionary* társasjátékot, amely ötmillió példányban kelt el értékesítésének első hat hónapjában. Lehet, hogy egy krimijátékot akarsz kitalálni, karakterekkel együtt, akikből mind gyanúsított lesz? Egy egyedi játékot, amivel csak a te családod játszik? Hívd át a barátaidat, és kezdjetek ötletelni.

Zumba a léleknek

- Gyakorolj egy új járást.
- Tökéletesíts valamilyen állathangot.

- Ragassz papírt a tévédre, és írd le egy saját sorozat ötleteit.

Jó társaságban vagy

Rodint háromszor utasították el a párizsi École des Beaux-Artsból. A nagybátyja taníthatatlannak nevezte, az apja pedig azt mondta, hogy „a fiam egy idióta”.

22. HÉT

Egyszer volt, hol nem volt

„Én nem szoktam mesét hallani – mondta Peter –, és az elveszett fiúk sem hallottak.
Jaj, be szomorú! – sajnálkozott Wendy.”[4]

IDÉZET J. M. BARRIE *PETER PAN A KENSINGTON PARKBAN* CÍMŰ KÖNYVÉBŐL

Amikor a lányom kicsi volt, minden este mesét olvastam neki lefekvés előtt.

Ezt a szent szokást akkor kezdtem el, amikor még a pocakomban volt: olyan klasszikusokat egyensúlyoztam növekvő hasamon, mint *A titkos kert* és a *Koldus és királyfi*.

Amikor hároméves volt, elkezdett nem könyvben lévő történeteket kérni – történeteket azokból az időkből, amikor kisbaba volt, az én gyerekkorom meséit, az örökségének történeteit.

„Meséld el azt, ami a te lapjaidon van”, mondta egyik este.

Meg akarta érteni, honnan jön, hogy hogyan illik bele a nagy képbe. Azt akarta, hogy a szívemből meséljek el egy történetet. Megköszörültem a torkom, és nekikezdtem…

A Kalahári sivatag őslakosai úgy hiszik, hogy az ember legszentebb tulajdonai a történetei. Tudnak valami olyat, amit mi elfelejtettünk. Történet nélkül nincs hazád, nincs kultúrád, nincs civilizációd.

James Woods színész egyik legféltettebb kincse az a vászontáska, amiben kisfiúként újságokat hordott. Pár évvel ezelőtt az anyukája visszaadta neki, rajta egy cetlivel. A cetlin az állt, hogy „Sose feledd, honnan jöttél. Ez a helyes úton fog tartani”.

Ha tudod és elmeséled, hogy honnan jöttél, az valóban a helyes úton fog tartani.

Amikor nem tudjuk elmondani a történetünket, elveszítjük egy részünket. Amikor csendben maradunk, nem mondunk semmit, kicsúszik a lábunk alól a talaj.

A történeteink felszabadítanak minket. Amikor képesek vagyunk elmesélni a történetünket, érezzük, hogy élünk. Ezért érződik olyan csodálatosnak az új szerelem. A történetünknek közönsége lesz, egy új ember, aki még nem hallotta az örömeink és a bánataink végtelen mennyiségét. Nem arról van szó, hogy annyira odavagyunk ezért a személyért. Magunkért vagyunk oda, az egyedi emberért, akiről a történeteink szólnak. Amikor a szerelem elapad, gyakran azért történik, mert már nem mesélünk történeteket.

A történetek összekötnek minket magunkkal és másokkal.

Krisztus előtt 400-ban Szókratészt felzaklatta egy új dolog, az írás, mert az fenyegette a történetmesélők hagyományát. Azt mondta: „Az ábécé felfedezése feledékenységet fog teremteni a tanulók lelkében, mivel nem fogják használni az

emlékezetüket.”

Lehet, hogy jobb is, hogy sosem hallott a kábeltévéről és az internetről.

Amikor elszórakoztat minket a tévé folyamatos zaja, és azonnali kielégülést nyerünk belőle, nem kell használnunk a képzeletünket, nem kell kapcsolatba lépnünk és reagálnunk. Csak fekszünk a kanapén zsibbadtan és gondtalanul.

Pont azt csináljuk, amitől Szókratész félt – elvesztettük az emlékezetünket, elfelejtettük a történeteinket, elfordultunk attól az egy dologtól, ami összeköt minket az emberségünkben.

A művészek a mai kor mesélői. Akár festmények, filmek vagy esti mesék mondják el a történeteiket, ők rögzítik a törzsük történelmét. Átadják a hagyományokat, és meghatározzák a kort, amelyben élnek.

Neked van történeted, amit elmesélhetsz?

ÜLTESD EL A CSALÁDFÁD

„Az amerikai családnak meglátásom szerint gyakrabban kell táncolnia, nem?”[5]

VIVI A *VAGÁNY NŐK KLUBJÁ*BÓL

Mit tudsz arról az országról, amelyből a családod származik? Hogyan jutottak onnan ide? Ismered az őseid történetét? Ha lehetséges, tervezz meg egy utazást az őseid szülőföldjére. Lehet, hogy még mindig vannak ott távoli rokonaid.

Légy olyan, mint Alex Haley, aki országos ismertségre tett szert azzal, hogy fogta magát, és felkutatta a családfáját. A te gyökereid is pont ilyen érdekesek. Az internet segíthet a keresésben.

Zumba a léleknek

- Járj esőtáncot.
- Hozz létre egy új Facebook-profilt.
- Szervezz versolvasást tábortűz köré.

Jó társaságban vagy

A stanfordi írószakon Thomas McGuane, Larry McMurtry és Ken Kesey közel sem volt a legjobb írók között.

3. RÉSZ

Kill Bill

AMELYBEN MEGCÁFOLUNK
A KREATIVITÁSRÓL ALKOTOTT KILENC
TÉVHITET

„Csak egy kislány voltam, aki a markában tartotta a szívét, majd megmutatta mindenkinek.”

JEN LEE FILMKÉSZÍTŐ

Pont, mint az Uma Thurman által mesterien megformált Beatrix Kiddo, aki feldarabolta az ellenségeit Quentin Tarantino *Kill Bill* című klasszikusában, ez a rész azért készült, hogy átszúrjon egy szamurájkardot számos tévhiten, amit az elmúlt pár évtizedben elterjesztettek a művészetről és a kreativitásól.

A menyasszonyhoz hasonlóan mi is végre felébredünk a kómából. És bébi, a következő fejezetek halálra fogják szurkálni azokat a mocskos r*bancokat, akik miatt nem lehettünk önmagunk: mesteri alkotók végtelen tehetséggel, történettel és inspirációval, akik felrázzák a világot.

23. HÉT

1. mítosz: a művészethez pénz kell

„Nem engedhetem meg magamnak, hogy a pénzszerzésre pazaroljam az időmet.”

JEAN LOUIS RODOLPHE AGASSIZ SVÁJCI–AMERIKAI BIOLÓGUS

Örökké hálás leszek azért, hogy sosem bukkantam rá Henri Murger *Scènes de la vie de Bohème* című híres francia regényére.

Valószínűleg tetszett volna a könyv, amely hihetetlenül népszerű volt a 19. század közepén. A regény egy csapat szegény, Párizs bohém negyedében élő művészről szól. Ez a bestseller inspirálta Giacomo Puccini 1895-ben írt *Bohémélet* című operáját, és sokan ennek tulajdonítják, hogy beindította a ma már közismert „éhező művész” koncepciót. Ahogy Rocky és Bullwinkle, a palacsinta és a szirup, az éhező és a művész szavak is elválaszthatatlanok lettek egymástól. Hány plakátot láttál már éhező művészek kiállításairól és árveréseiről?

De ez a gondolat meglehetősen veszélyes lehet bármely művész számára. Éppen ezért ezzel fogunk először leszámolni. Ezeknek a szavaknak a használata, még ha viccként is, olyan

energiamezőt ad ki magából, ami senkinek nem tesz jót. Egy elöregedett szemléletet erősít meg, mely szerint (a) nem alkothatsz pénz nélkül (nem igaz és abszurd), és (b) ha művész vagy, mindig szegény leszel.

Szerencsére én egyik végletet sem hittem el.

Elég naiv voltam ahhoz, hogy elhiggyem, íróként is meg tudom keresni a kenyerem. Befektetések nélkül. Anélkül, hogy megtakarításom lenne a bankban. Mindössze a saját bolondos képzeletem kellett hozzá.

Valószínűleg észrevetted, hogy a vezetéknevem nem Rockefeller. Nemcsak hogy érezhetően ezüstkanalak nélkül nőttem fel, de az apám rosszul fizetett metodista lelkész volt egy kis kansasi városban.

Világos volt számomra, hogy ha el akarom érni az álmomat, író akarok lenni és tömegeket inspirálni a szavaimmal, akkor másféle tőkére kell támaszkodnom. Kreatív tőkét kell felhalmoznom.

Ez az egyedi nyugdíjazási terv volt a megmentőm, főleg mivel nem teljesítettem különösebben jól az amerikai cégek szamárlétráján. Miután megszereztem a főiskolai végzettségemet, az egyetlen engedményemet a normális élet felé, kirázott a hideg a „valódi munka” gondolatától.

Még a félig vállalati munkahelyemnek (egy vidámpark, ami akkoriban Lamar Hunt, a Kansas City Chiefs tulajdonosának kezében volt) sem tetszett, hogy milyen cipőt hordok, nem is beszélve a „tegyük oda, és nézzük meg, mi történik” hozzáállásomról.

Sosem éreztem szükséget a kérdőíveknek, a

piackutatásoknak és az előírt terveknek, amik valakinek nyilván beválhatnak, de számomra semmit sem jelentettek. Én az ismeretlent, a végtelen lehetőségek folyamát és az újdonságok földjén való kóválygást részesítem előnyben.

Nem azt mondom, hogy mindig hittem magamban. Az olyan lenne, mintha azt mondanám, hogy Van Gogh nem szenvedett mentális betegségben.

De mikor nem az ágyban feküdtem és a plafonon lévő ventilátort bámultam, megtaláltam magamban a hitet arra, hogy olyan dolgokat tudok alkotni, amiket mások élvezhetnek. Amikor nem arra gondoltam, hogy nem vagyok méltó, és nem sajnáltam magam, úgy hittem, hogy egyetlen jó ötlettel is összegyűjthetném a kreatív tőkét.

Képes voltam saját magam kiadni nem egy, hanem két könyvet. Tettem ezt annak ellenére, hogy egyedülálló anya voltam egy hároméves (az első könyv idején) és egy hétéves (a második könyv megalkotása alatt) gyerekkel.

Egy dolog szabadúszó írónak nevezni magam, amikor csak egymagam voltam, a barátaimmal laktam, és beutaztam a világot. De amikor szülő lett belőlem, elvárták tőlem, hogy letelepedjek, legyek reális, és szerezzek egy rendes munkát.

Nagyon hálás vagyok azért, hogy nem követtem a hagyományos normákat.

Mert idehallgass. Nem kell pénz ahhoz, hogy művész legyél. Csak egyetlen dologra van szükséged. Kitartásra, hogy folyamatosan felkelj a padlóról, ahol néha fekszel (vagy legalábbis én feküdtem) arcoddal a hideg járólapon, és azt nyögdécseled, hogy „Mégis mit gondoltam?” Újra és újra fel kell

kelned, és megtenni a következő lépést.

Amikor nincs kereted, *muszáj* kreatívnak lenned. Új és érdekes módokat kell találnod a dolgok elvégzésére. Mint a másokkal való együttműködés vagy a szolgáltatások egymás közötti cseréje.

Sosem mondanám, hogy nem egyszerűbb, ha van pénzed. Yoko Onót valószínűleg nem tartanák az interaktív művészet egyik úttörőjének, ha nem az anyai nagyapja alapította volna Japán egyik meglehetősen sikeres bankját, a Yasudát. Vagy ott van Rachel Rose, akinek az *Everything and More* című videója valószínűleg sosem jutott volna el Whitney-hez 2015-ben, ha nem New York egyik leghatalmasabb ingatlanvagyonával rendelkező családjából származna.

De több ezer kivétel is létezik – mint a filmes Robert Rodriguez. Tízgyermekes családban nőtt fel. Ha elhitte volna a mítoszt a pénzről, akkor ma nem lenne sikeres filmrendező.

Az első filmjéhez úgy szerzett pénzt, hogy önként jelentkezett tesztalanynak kísérleti koleszterolgyógyszerekhez. A harminc nap alatt, amit a laboratóriumban töltött, és ki volt téve ki tudja milyen mellékhatásoknak, megírta az *El Mariachi – A zenész* forgatókönyvét.

Friss diplomás huszonkét éves volt, a spanyol nyelvű *Mariachi* pedig egy nyolcperces film folytatása volt, amit egy turkálóban összeszedett kézi tekerős kamerával készített. A *Bedhead* című filmnek elég jó volt a fogadtatása a filmfesztiválokon, pedig vacak nyolcszáz dollárba került.

Kísérletképp úgy döntött, hogy a következő projektje egy egész estés film lesz… csak a gyakorlás miatt, mert jó mókának

hangzott.

„Úgy gondoltam, ha tudok csinálni egy nyolcperces filmet nyolcszáz dollárból, akkor tudnék csinálni egy százperces filmet is ugyanennyiből. És ha mindent magam csinálok (a finanszírozást, az írást, a vágást, a világítást és a szereplőválogatást), akkor ugyanannyi tapasztalatot szereznék, mint egy filmes iskolában.”

Így hát felhívta mexikói unokatestvérét, akinek volt egy farmja, ami a filmbeli gazfickó lakása lett, és egy barátját, akinek egy bárja volt, ez lett a lövöldözős jelenet helyszíne. Egy másik barátjának volt egy pit bullja, egy harmadiknak pedig egy teknőse, így ők lettek a stáb.

„Nem számítottam rá, hogy bárki is látni fogja a filmet – mondta Rodriguez. – Pusztán azért csináljam, hogy használjam a kreativitásom.”

Valójában amikor a spanyol, feliratos film bekerült a Sundance filmfesztiválra, és megnyerte a tekintélyes közönségdíjat, úgy érezte, el kell magyaráznia, hogy csak demónak készült, egy mintának, ami bekerülhet a portfóliójába.

„Látják azt a Columbia logót a film elején? – kérdezte a közönségtől. Akkorra a filmet már eladta egy stúdiónak. – Többe került, mint maga a film.”

A pénz segíthet, de messze nem elengedhetetlen.

KÉSZÍTS YOUTUBE-VIDEÓT

„Sosem a pénz volt a cél; hanem a szabadság. Csak azt akartam, hogy ne kelljen munkába mennem.”

SHAY CARL YOUTUBE-SZUPERSZTÁR

Ezen a héten filmkészítő leszel. Joel és Ethan Coen szuper 8-as kamerával kezdték, amelyet arra használtak, hogy újra elkészítsék a tévében látott filmeket. A középiskolában tették meg a nagy lépést, akkor már nem másoltak, hanem a saját filmjeiket készítették. A *Henry Kissinger, Man on the Go* című filmet, amiben a tizenegy éves Ethan szerepelt öltönyben és aktatáskával, a Minneapolis–Saint Paul nemzetközi repülőtéren vették fel.

Az Oscar-díjas páros azt mondja, hogy a mostani filmjeik (*A nagy Lebowski*, *Fargo*, *Nem vénnek való vidék*) nem különböznek sokban.

Vagy gondoljunk Shay Carl Butlerre, aki régen

ételjegyekkel etette ötgyerekes családját, mára pedig YouTube-milliomos lett belőle. Shaytards nevű csatornájára (melyet az első videója után nevezett el, amiben a felesége ruhájában ugrándozik) közel három és fél millióan iratkoztak fel. Bár Shay Carl nemrég jelentette be, hogy legalább egy évre visszavonul, de a családja bolondos szokásairól készített videók lehetővé tették, hogy vegyen egy hatalmas farmot Idahóban, reklámszerződéseket köthessen a Target üzletlánccal, és hogy olyan emberek lájkolják, mint Matt Damon, Dave Ramsey és Steven Spielberg. Létrehozott egy olyan csatornát (más YouTube-sztárokkal közösen), amit a Disney több mint egymilliárd dollárért vásárolt meg.

Mire van szükséged? Egy okostelefonra. A YouTube ingyenes videószerkesztőjére. És hogy képes legyél megnyomni a felvevőgombot.

Zumba a léleknek

- Rendezz teliholdünnepséget.
- Tervezd meg a *The Mindy Project* című sorozat Mindy Lahirijának tökéletes pasiját.
- Írj le minden jó dolgot, amit valaha mondtak rólad.

Jó társaságban vagy

Ludwig van Beethoven rendkívül szégyenlős volt hegedülés közben, a tanárai pedig azt mondták neki, hogy esélye sincs sikeres zeneszerzőnek lenni.

24. HÉT

2. mítosz: az alkotáshoz szükséged van egy kiadó, egy stúdió, egy galéria stb. támogatására

„Már nem kell tovább várnod a testületi Amerika, az egyetem, a média vagy a befektetők isteneire, hogy leszálljanak a felhők közül, és téged válasszanak ki a sikerre.”

JAMES ALTUCHER, A *CHOOSE YOURSELF* ÍRÓJA

Mary Morrissey-nek van egy vicces története arról, hogy miként ünnepelte a karácsonyt Cabóban. A családi vakáció utolsó napján a felnőtt gyerekei úgy döntöttek, hogy kibérelnek pár quadot, hogy a homokdűnéken és a parton azokkal közlekedjenek. Mary teljesen elégedett lett volna azzal, ha nem kell benne rész vennie.

„Jó lesz, ha csak itt fent ülök és nézlek titeket”, mondta.

De végül a gyerekei rávették, hogy csatlakozzon hozzájuk. Idővel még szórakoztató is volt, amíg le nem ragadt az egyik dűne aljánál. A gyerekei egyesével lementek hozzá és biztatták,

de ez nem segített. Beindította a járművet, félig feljutott. Mindenki bátorította, de újra visszacsúszott.

Végül lement hozzá a veje, és észrevette, hogy egyszerre nyomja a gázt és a féket.

„Mammi – mondta. – Olyan erőd van, amit nem használsz.”

És ez a heti téma. Az erő az alkotásra nem egy szerkesztő, egy producer vagy egy ügynök bólintásán múlik. Hanem két egyszerű szóban: „Csináld magad.”

Nekem sikerült felépítenem egy elég csodálatos karriert egy meglehetősen szűkös keretből. A cégem – ha annak akarod nevezni – sok éven át egyemberes volt. A kis, hálószobai kiadócégem, a Patootie Press kiadott két sikeres könyvet, mivel szakavatott kiadók nem voltak a láthatáron. Ez még jóval az Amazon és a Kindle, valamint számos más mai magánkiadás-platform előtt volt, amelyektől sokkal egyszerűbb lett a saját könyveink megjelentetése.

A mai napig én kezelem a közösségi médiámat, a levelezéseimet, a meghívásaimat és a kutatásaimat, ami általában annyiból áll, ahogy korábban is írtam, hogy a múzsák valamit a fülembe súgnak.

A *Jumpstart Your Metabolism* című első könyvemnél (amelyet később megvett a Simon & Schuster) nemcsak hogy én írtam a könyvet, de én tördeltem be az oldalakat, és én rajzoltam és festettem meg a mérlegeket a magam tervezte borítóra. Taz és én együtt rajzoltuk meg barna bevásárlószatyrokra a borító figuráit a *Recycle This Book* című könyvhöz, amelyet szintén saját magam adtam ki 2002-ben.

Kétségtelenül könnyebb, hogy nem kell várnod a

szerkesztőd, az ügynököd vagy a kiadód válaszára. Ki tudtam adni a *Recycle*-t, a Föld napja alkalmából még pár helyi tévében is szerepeltem, pedig csak pár hónappal korábban fogalmazódott meg bennem az ötlet.

Vagy vegyük Ani DiFrancót, aki több mint húsz albumot adott ki saját, független kiadójával, a Righteous Babe-bel.

„Nem nyitottam hatalmas irodát Los Angeles belvárosában több száz munkatárssal és egy hatalmas, villogó reklámtáblával – mondta. – Inkább csak kis felvételeket csináltam, nagyon szerény felvételeket, egyenesen kazettára (nagyon olcsó), amiket eladtam a bárokban, ahol felléptem.”

Amikor nincs szükséged arra, hogy kiválasszanak a szakértők, az úgynevezett profik, akkor már senkinek sincs hatalma feletted. Ki kell taposnod a saját utadat. Védd meg a saját elképzeléseidet. Szabadon élheted az életed a kreatív szellem szolgálatában.

TALÁLD KI A TED-ELŐADÁSOD CÍMÉT ÉS TÉMÁJÁT

„Olyan korban élünk, amikor már nem úgy lehet a legjobban benyomást tenni a világon, hogy levelet írunk egy szerkesztőnek vagy kiadónak. Olyan egyszerűen is lehet, mint hogy felállsz és mondasz valamit... mert mind a szavak, mind a szenvedély, amivel előadják őket, fénysebességgel terjedhetnek a világban."

CHRIS ANDERSON TED-KURÁTOR

Ahogy talán tudod, a TED egy nemzetközi közösség, amely a remek ötletek terjesztésére jött létre. A tizennyolc perces vagy még annál is rövidebb TED-előadások a tudománytól kezdve az üzleti témákon át a globális problémákig mindennel foglalkoznak. Az eredeti TED-konferencia, amelyet minden évben a kaliforniai Monterey-ben rendeznek meg, inspiráló

gondolkodókat hoz össze, akiknek remek ötletei remélhetőleg felnyitnak más elméket is, beszélgetéseket indítanak el, és megváltoztatják a világot. Ezen a héten add hozzá a saját hangot az ingyenes ötletek tárházához.

Neked milyen ötleted van, ami megváltoztathatja a világot?

1. Válassz egy olyan témát, amitől gyorsabban ver a szíved, amit úgy ismersz, ahogy senki más.
2. Tedd hozzá a saját történeted. Az előadás rajtad keresztül lesz emberi.
3. Adj át valami olyat, amiről az emberek beszélni fognak.

Bár nem ígérek semmit, egy jó TED-előadástól észrevehetőbb leszel. Miután Brené Brown megtartotta sebezhetőségről szóló előadását, és azt feltöltötték a TED.com oldalra, az alig ismert professzort tizenegymillióan nézték meg, szerepelt Oprah műsorában, és hat számjegyű könyvszerződést kapott.

Zumba a léleknek

- Írd meg az Oscar-köszönőbeszéded.
- Tervezz egy logót.
- Öltözz ki az otthoni vacsorához.

Jó társaságban vagy

Az MGM tesztigazgatója ezt mondta Fred Astaire első meghallgatása után: „Nem tud színészkedni. Majdnem kopasz, kicsit tud táncolni.” Astaire felakasztotta ezt a megjegyzést a Beverly Hills-i otthonában található kandalló fölé.

25. HÉT

3. mítosz: a művészet nem igazi munka

„A felnövés erősen túlértékelt. Csak legyél író."

NEIL GAIMAN ÍRÓ

Általános iskolában tökéletesen elfogadható úgy megválaszolni a kérdést, hogy „Mi leszel, ha nagy leszel?", hogy balerina vagy rocksztár.

A kérdezőink nevetgélnek, aranyosnak gondolják. De mire középiskolába kerülsz, a válasz erre a gyakori kérdésre jobb esetben valami praktikus dolog körül forog, valami fehér- (vagy kék-) galléros munka, számítógépek és fizetések körül.

Nem is tudom elmondani, hányszor hallottam valamilyen formáját ennek a kérdésnek:

„Mikor fogsz felnőni, és szerezni végre egy rendes állást?"

Vagyis a legtöbb ember azt gondolja, művésznek lenni nem igazi munka.

A legtöbben csak nagyon keveset látunk a valódi, dolgozó művészekből, hacsak nem a tévében, ott pedig ugye minden ember más, mint te vagy én.

Az előadóművész Amanda Palmer tizenegy éves koráig, amíg el nem ment egy koncertre, azt mondta, hogy nem is tudta, hogy az olyan művészek, mint Cyndi Lauper, Prince vagy Madonna valódi emberek.

„Azt hittem, hogy meggyőző színészek alakítják őket”, mondta.

A *The Art of Asking* című könyvében Palmer részletesen elmesél több történetet is, amelyben nem vették őt komolyan művészként.

Bár elég jól keresett a Harvard Square-en mint élő szobor, gyakran érezte úgy, hogy meg kell védenie magát, és személyes sértésnek vette, amikor az emberek elhajtottak mellette, és bemutattak neki azt kiabálva, hogy „Szerezz munkát”.

Neki ez volt a munkája.

„Persze, furcsa munka volt. Egy munka, amit a semmiből teremtettem meg, és nem volt engedélyem a felsőbb hatóságoktól. De dolgoztam, és az emberek fizettek. Rendszeres jövedelmem volt. Ez nem számít munkának?”

Még a felmutatott középső ujjaknál is rosszabb volt a hang a fejében, a hang, amit ő a szélhámosrendőrségnek nevezett.

Valahogy így hangzott:

„Miből gondolod, hogy megérdemled, hogy a kis dalaiddal keress pénzt?”

„Milyen jogon gondolod, hogy az embereket érdekli a művészeted?”

„Mikor leszel a társadalom hasznos tagja?”

Miután évekig küzdött belső szélhámosrendőrségével, végre rájött arra, ami megváltoztatta az életét: akkor vagy művész, ha

azt mondod, hogy az vagy.

„Ha művészeti iskolába jársz, kiadót szerzel, vagy leszerződtetnek, az csupa szarság. A fejedben van, hogy művész vagy-e, vagy sem.”

Csak te tudod magad kijuttatni a szigetről.

KÉSZÍTS JELMEZT

„Az a célom, hogy minden héten legalább egy felháborító dolgot csináljak vagy mondjak.”

MAGGIE KUHN, A GRAY PANTHERS ALAPÍTÓJA

Patch Adams, a lázadó doktor, akit az 1998-as film tett halhatatlanná Robin Williams főszereplésével, azt mondja, hogy kreativitás nélkül nem lehet gyógyszerészkedni, és ragaszkodik hozzá, hogy a művész is legalább olyan fontos a kórkép felállításához és a kezeléshez, mint az orvosi rendelő. Művészet nélkül szerinte az élet steril és jelentéktelen.

Patch abban hisz, hogy minden napba bele kell varázsolni valamilyen meglepő, mókás és felháborító dolgot. A legtöbb napon bohócnak öltözik. De van gorillajelmeze is. És egy tütüje. Feladatokat ad magának, amiket végre kell hajtania – például felhívni

ötven embert a telefonkönyvből, és gyakorolni a beszélgetést.

A szabadságot a kockázatokkal lehet elérni, és azzal, ha kilépünk a társadalom által normálisnak tekintett kis körből. Azt javasolja, hogy mindennap csinálj hülyét magadból – amíg már nem kényelmetlen érzés. Kezdd azzal, amit Patch „nevetséges öltözetnek” nevez: élénk, színes és nem összeillő ruhákkal. Tekintve, hogy milyen szűkek a divat szabványai, nem túl nehéz előállni valamivel, ami megnevetteti és arra emlékezteti az embereket, hogy számos lehetőségük van. Patch tüzes kalapokat, űrsisakokat és propellerekkel díszített sapkákat ajánl.

Zumba a léleknek

- Öltözz úgy, mint Elvis. Menj el táncolni.
- Rendezz dinnyemagköpő versenyt.
- Fess be egy zoknit és egy pólót, hogy összeilljenek.

Jó társaságban vagy

Meryl Streep, akit több Oscar-díjra jelöltek, mint bárki mást a filmtörténelemben, nem kapta meg a *King Kong* női főszerepét, mivel Dino De Laurentiis szerint „túl csúnya” volt.

„Ez egy kulcsfontosságú pillanat volt számomra. Ez az egy rossz vélemény összetörhette volna az álmomat, hogy színésznő leszek, de arra kényszerített, hogy összekapjam magam, és higgyek magamban. Vettem egy mély levegőt, és azt mondtam: »Sajnálom, hogy azt gondolja, túl csúnya vagyok a filmjéhez, de az ön véleménye is csak egy a sok ezer közül, és inkább keresek valaki kedvesebbet.«”

26. HÉT

4. mítosz: az igazi művészek iskolában tanultak alkotni

„A szakértelem a képzelet legfőbb ellensége."

ALEKSANDAR HEMON, A *NOWHERE MAN* ÉS A *THE LAZARUS PROJECT* CÍMŰ KÖNYVEK ÍRÓJA

Legyünk túl a rossz híreken. A világnak, ahogy mi ismerjük, befellegzett. Minden, amire számítottunk, amibe befektettünk, amiben hittünk, minden gyakorlati haszna odaveszett.

A vállalatok haldokolnak, a középosztály egyre kisebb lesz, az oktatás ára az egekben van, és még azok sem vehetnek biztosra semmit, akik egyetemi diplomát tudnak szerezni. Az életünk minden területe átalakulóban van.

A régi módszer (egyetemre menni, hogy megtanulj valamit, majd egész életedben azt csinálni, amit tanultál) manapság már veszélyezteti a karriered. Nem számít, mit ígér valami politikus, nem számít, hogy mennyi pénzt fektetsz a nyugdíjbiztosításodba, semmi sem garantált, semmire sem lehet fogadni.

A nyugati világ domináns gazdasági rendszere egy virtuális

szempillantás alatt megszűnt megbízható forrásnak lenni.

Nem is kérdés, hogy a kapitalizmus sokáig működött. Hatalmas vagyonokat teremtett, több százmillió embert emelt ki a szegénységből, és több milliárd embernek biztosított oktatást. A technológia és a globalizáció előtt az amerikai álomnak – ezt a fogalmat Fannie Mae alkotta meg, hogy a második világháború után meggyőzze a két bevételből élő családokat, hogy jelzáloghitelt vegyenek fel – csábító hírneve volt. A csapból is állások folytak. Az amerikai iparosodás elterjedt a világon.

De a legtöbben nem ismerték fel, hogy a milliódolláros marketingszlogenekkel kidíszített amerikai álom valójában magát dr. Jekyllt rejtegette a hátsó szekrényében.

Néhány olyan intézmény hozta létre, amelyek rabszolgaságba taszított minket azzal az abszurd elképzeléssel, hogy boldogabbak vagyunk, amikor fogyasztunk, és ha nagyon-nagyon keményen dolgozunk az ő céljaikért, akkor megjutalmaznak minket a hétvégekkel, nyaralásokkal és fehér fakerítéssel, de az amerikai álom elkezdett összeomlani.

„Minden ismerősöm utálta a munkáját és szenvedett – mesélte egyszer nekem az író davidji a Wall Streeten töltött időszakáról, mielőtt felmondott, hogy meditációt oktasson. – Mintha a kultúránk tökélyre fejlesztette volna, hogy az emberek feleslegesnek érezzék magukat.”

David Graeber antropológus egyetért davidjivel: „Seb a kollektív lelkünkön, hogy hatalmas embertömegek – különösen Európában és Észak-Amerikában – azzal töltik egész dolgos életüket, hogy olyan feladatokat csinálnak, amelyekre szerintük nincs is szükség. Ez a helyzet mély erkölcsi és spirituális károkat

okoz.”

Boldogan jelentem be, hogy a börtön kapuit hivatalos is kinyitották.

Pontosan ezért ilyen izgalmas most ez az időszak. A kultúránk éppen nagy változáson megy keresztül.

Hála a digitális technológia demokratizálásának, bárki követheti a saját álmait. Már mindenki számára elérhetők az eszközök, hogy feltalálók, művészek és alkotók legyünk.

Olyan időben élünk, amikor egy kávézóban a számítógépén írogató ember több millió más emberhez juthat el. Olyan korban élünk, ahol mindenkinek van kiindulási pontja és megjelenési felülete, ha úgy akarja.

Mivel vagy olyan szerencsés, hogy ember vagy, megvan minden eszközöd és forrásod, amire valaha szükséged lehet ahhoz, hogy őrülten jelentőségteljes, produktív és gazdag életet élj.

Mindenkiben rejlenek belső értékek és kapcsolat a spirituális birodalommal, egy magasabb elképzeléssel, amely tudja, hogyan teremtsen meg egy új, mindenki számára előnyös világot. Ezek a láthatatlan erők nagyon hosszú ideje várják, hogy megszabaduljunk attól az elavult elképzeléstől, hogy vannak szabályok, és hogy „szakértőktől” kell tanulnunk.

Itt az ideje, hogy a hitünket, a szívünket és a kincseinket az álmainkba és az elképzeléseinkbe fektessük. Nem *az Ember* rendszereibe és gondolataiba.

TALÁLJ KI TÍZ OTTHONRÓL IS ELINDÍTHATÓ VÁLLALKOZÁST

„Azt mondják, hogy ha kopogtat a lehetőség, be kell engedned, és meghívnod, hogy üljön le az asztalodhoz. Csesszék meg – amikor a lehetőség kopogtat, ejtsd fogságba. Egy lehetőség van a pincében lévő székemhez kötözve, és még a száját is betömtem. Ha csendben maradsz, hallhatod, ahogy nyöszörög."

TRACY MORGAN KOMIKUS

Emlékszel az irányvonalakra? Nem kell bele is kezdened ezekbe a vállalkozásokba. Nem kell jónak lenniük. Ismételd utánam: Egyszerűen csak erősítem az ötletizmomat. Ez a képzelet jógája.

- Írj magadnak rajongói levelet.
- Találj ki öt új felháborító megerősítést.
- Egy napig tegyél úgy, mintha te lennél a kedvenc színésznőd vagy színészed.

Jó társaságban vagy

A tízszeres Grammy-díjas Bonnie Raitt szerint „Félelmetes kitalálni valami újat. Túl sokat gondolkodom, és túl sokat ítélkezek”.

27. HÉT

5. mítosz: az igazi művészek zsenik

„Lent a sarkon volt egy dal, arra várt, hogy valaki meghallja-e."

ŐSLAKOS BÖLCS A WARM SPRINGS INDIÁNREZERVÁTUMBAN

Egyszer workshopot tartottam Japánban ezerhatszáz sikítozó rajongónak. Sokukkal a tokiói Narita nemzetközi repülőtéren találkoztam, és az arcomról készült maszkok voltak a fejükön. Ez a rajongói csapat hozott egy hatalmas transzparenst is, több tucat ajándékot és egy piñataszerű eszközt, amelyből több száz sárga pillangó esett ki, amiről az *E²* című könyvemben írtam.

A Japánban töltött hét alatt az emberek sikoltottak, amikor megláttak, autogramért könyörögtek, és úgy kezeltek, mintha valami nagyon fontos ember lennék. Otthon elmeséltem, hogy úgy éreztem magam, mint a Beatles egy tagja.

De amit ezek a japán rajongók nem tudnak, az az, hogy a könyvek, amiket szeretnek, a könyvek, amiken az én nevem áll, csak részben az én alkotásaim. Az összes könyv, amit írtam sokkal ragyogóbb, figyelmesebb és érdekesebb, mint az a nyikorgó csontú ember, akit Pam Groutnak hívnak. Amikor

biztatásra van szükségem, gyakran veszem elő a saját könyveimet, és elgondolkodom a saját szavaimon.

A kreatív feladatok, amelyekkel megbíznak minket, elő organizmusok saját bölcsességekkel. El kell ismernünk, hogy valódi dolgokról van szó. Fel kell ismernünk, hogy sokkal nagyobb tudással rendelkeznek, mint mi.

Nekünk csak kezet kell ráznunk velük, és behívni őket.

A Nobel-díjas költő, Pablo Neruda azt mondja, hogy ismeretlen forrásból állítottak be a szavak az életébe, amelyek nem a sajátjai. A költészet talált rá.

Megszülni a saját kreatív ötleteidet egyfajta aratás.

A *Big Magic: kreatív élet, félelem nélkül!* című könyvében Elizabeth Gilbert az *Ízek, imák, szerelmek* utáni kreatív projektjéről mesélt. A történet egy középkorú aggszűz, Evelyn körül forog, akit miután huszonöt éven át szerelmes volt a főnökébe, elküldtek a brazíliai esőerdőbe, hogy megvizsgálja a cég autópálya-befektetését, ami egyszer csak eltűnt.

„Hősiesnek és izgalmasnak hangzott” – mondta, és ez mindent elárult arról, hogy elkötelezte magát a történet mellett. Elkezdett Brazíliáról szóló könyveket rendelni, portugálul tanulni, visszautasított mindenféle társasági eseményt azért, hogy az új könyvön dolgozhasson. De aztán a valódi élet drámája miatt félresiklott.

Miután Felipét, a szeretőből lett férjet, akivel Balin találkozott, nem engedték be az Államokba, félretette a jegyzeteit, és átrepülte a fél világot, hogy vele lehessen.

Mire megoldottak minden emigrációs problémát, és végre visszatérhettek az Államokba, két év telt el. És mint mondja, „Ez

túl sok idő elhanyagolni egy ötletet”.

Amikor végre elővette a jegyzeteit, és bele akart vágni, rá kellett jönnie, hogy a regénye elszállt. Az ötlet eltűnt.

Ez lehetett volna a vége, de két évvel később, 2008-ban találkozott az író Ann Patchett-tel. Miután közösen tartottak egy előadást, barátok lettek, levelezni kezdtek, és egyszer Ann megemlítette, hogy az Amazonasról ír egy regényt.

Elizabeth figyelmesen hallgatta, mivel egyszer őt is arra invitálták a múzsák, hogy vesse bele magát az Amazonasba.

Éppen reggeliztek, amikor Ann azt mondta Elizabethnek: „Oké, te kezded. Meséld el az Amazonas-sztorid.”

Elizabeth összefoglalta a régi regényötletét olyan tömören, amennyire csak tudta. Ann elkezdett rá úgy nézni, mintha épp kisbabákat rendelt volna köretnek a hús mellé. Szó szerint egy percig ült ott néma csendben, aztán végre kimondta: „Basszus, most biztos csak viccelsz velem.”

Ann regénye, amelyen akkortájt már lázasan dolgozott, egy minnesotai aggszűzről szólt, aki szerelmes a főnökébe, de belekeveredik egy őrült üzleti ügybe az amazonasi dzsungelben. A pénz és az emberek eltűnnek, és a karakterét Brazíliába küldik, hogy megoldja a rejtélyt, ezen a ponton pedig az élete teljes káosszá változik.

Kis időbe telt, mire összekapták magukat, de hamarosan arra a következtetésre jutottak, hogy az ötlet megunta, hogy Elizabethre vár, és úgy döntött, keres valaki mást, aki képes világra hozni.

Amikor az ötlet előugrik a dobozból, bele kell vágni. El kell kötelezni magad.

Robert Rodriguez vicces megfigyelésével szeretném zárni, aki a lenyűgöző megszólalásait és kreativitását mindig egy ismeretlen rejtélynek tulajdonítja. „El tudom képzelni, ahogy a múzsák lenéznek ránk, megrázzák a fejüket és ciccegnek: Ejj, az a csirkefogó megint learatta a babérokat.”

ÍRJ EGY ESSZÉT AZOKRÓL, AMIKBEN HISZEL

„Mindig agyaltam, mindig írtam, és mindig érzékeltem, ha valami ki akart törni a talajból.”

LIN-MANUEL MIRANDA, A *HAMILTON* KÉSZÍTŐJE

1951-től 1955-ig futott a CBS Radio Networkön a híres *This I Believe* című műsor Edward R. Murrow vezetésével. Ebben arra biztattak híres és hétköznapi embereket, hogy írjanak rövid esszéket az őket motiváló dolgokról és az életfilozófiájukról, amit majd a műsorban felolvasnak. A nyomtatott verziót nyolcvanöt újságban adták ki országszerte.

Az NPR átvette a stafétát 2005-ben, és még ma is remekül megy a műsor. Számos egyetem mutatja meg az érkező elsőéveseknek, irodalomórákon is felhasználják, valamint arra bátorítják a diákokat, hogy ők is tegyék fel a „miért?” kérdést annak

érdekében, hogy elérjék a legalapvetőbb értékeiket. Ahogy a New Orleans-i egyetem írástanára, Ali Arnold mondta egyszer: „Amikor megérinted az elemit… magasabbra nyújtózhatsz.”

Ezen a héten írd meg a saját esszédet.

Zumba a léleknek

- Készíts papírmasé piñatát.
- Fess egy képet egy barna papírszatyorra.
- Díszíts ki egy biciklit.

Jó társaságban vagy

Három évvel *A nagy Gatsby* megjelenése után F. Scott Fitzgerald mindössze 5,15 dollárt keresett a jogdíjakból. Mire meghalt, már nem volt kapható a könyv.

28. HÉT

6. mítosz: a művészek sokkal tehetségesebbek, mint én (avagy tovább demisztifikáljuk a művészeket)

„Csak egy báb volt egy tollal, aki mindent leírt."

SUSAN G. WOOLDRIDGE KÖLTŐ

A költő, festő és zen buddhista Natalie Goldberget, a *Writing Down the Bones* című könyv íróját – ami mellesleg az egyik kedvenc könyvem az írásról – egyszer a tehetségről kérdezték. Azt felelte: „Azt hiszem, nem hiszek a tehetségben. Tudom, hogy létezik. Lehet, hogy szépnek születsz – de akkor mi van? Mennyivel leszel ettől előbbre?"

A tehetség olyan, mint egy víz alatti áramlat – mindenki számára elérhető. Az erőfeszítéseiddel jutsz el hozzá, és átáramlik a testeden.

Amikor valaki olajat akar bányászni, senki sem kérdezi meg, hogy megvan-e hozzá a „kellő tehetsége". Az olaj ott van lent. Nem érdekli, hogy ki fér hozzá. Nem gondolja azt, hogy „Nos, a

Koch testvéreket jobban szeretem, mint Pam Groutot”. Mindenki számára elérhető, aki hajlandó tovább ásni. Senkinek sem kell látnia a végzettséged, senkit sem érdekel, hogy van-e szakmai képesítésed.

Nyilván vannak, akik Oroszországban, Texasban vagy Szaúd-Arábiában élnek, ahol minden hektáron lehetne olajkútjuk, de mi állít meg minket abban, hogy odaköltözzünk, és vegyünk egy ásót?

A jó hír az, hogy bárkiből lehet művész, aki az akar lenni. Csak akarat és hajlandóság kell arra, hogy tovább ass.

Az a fontos, hogy valami mással lépsz kapcsolatba. Közvetítő leszel.

Henry Miller, a híres író és festő azt mondja, hogy minden művész, aki valóban megérti saját magát, nagyon szerény.

„Felismerné, hogy olyan ember, akinek van bizonyos veleszületett képessége, amit a végezte szerint arra kell felhasználnia, hogy más embereket szolgáljon. Semmire sem lehet büszke, a neve nem jelent semmit, ő csak egy eszköz a hosszú folyamatban.”

Az ötletek, a találmányok és az üzenetek az univerzumban lebegnek, keresik az életet, és leszállópálya után kutatnak. A mi feladatunk az, hogy mi legyünk a légi irányítók, akik beterelik őket.

Faulkner egyszer azt mondta, hogy ha nem írta volna meg több más könyv mellett *A hang és téboly*, az *Absalom, Absalom!*, és a *Rekviem egy apácáért* című műveket, melyekre ma klasszikusként tekintünk, valaki más írta volna meg őket.

Azért istenítjük és kanonizáljuk a művészeinket, mert átírják

a fontos dolgokat. De nem ők, a művészek a zsenik. A zsenialitás az a hihetetlen dolog, ami ott lebeg az éterben.

„Elég fellengzős lenne azt állítani, hogy én alkottam meg ezt a zeneművet – mondja Keith Richards, a Rolling Stones zenésze. – A zene mindenhol ott van: neked csak fel kell szedned. Olyan, mintha egy antenna lennél.”

Közvetítők vagyunk, emberek. Nem többek.

Emlékeztek az Ouija táblákra, amelyekkel gyerekként játszottunk? Amikor azt akartuk megtudni, hogy kihez fogunk hozzámenni, vagy hogy Billy McDaniels tud-e a létezésünkről?

Helyezd az ujjaidat finoman a műanyag iránytűre. Mondj el egy imát, és vágj bele.

TALÁLJ KI EGY SZEREPLŐT A *THE JERRY SPRINGER SHOW*-BA

„Lehetséges, hogy minden szörnyű diktátor valójában frusztrált művész – Mao verseket írt, Mussolini pedig szobrászkodott. Sztálin kipróbálta az újságírást. Pol Pot egy nagyon különös fotógyűjteményt hagyott maga után. Oszamát pedig látszólag nagyon érdeklik a videók."

P. J. O'ROURKE HUMORISTA

Alkoss meg egy karaktert, aki szerepelhetne a *The Jerry Springer Show*-ban, és küldj a nevében egy levelet, amelyben jelentkezel egy „meghallgatásra". Ha sikerül, akkor meg is kaptad az első szereped.

Zumba a léleknek

- Menj pizsamában moziba.
- Tanulj meg egy kártyatrükköt.
- Iratkozz be spanyol (vagy német vagy francia) tanfolyamra.

Jó társaságban vagy

A két Pulitzer-díjat nyert Norman Mailer nem mert jelentkezni a középiskolai irodalmi újsághoz, és az egyik harvardi professzora közepesnek nevezte az írását.

29. HÉT

7. mítosz: az alkotáshoz folyamatosan áldozatokat kell hozni

„Már elérkezett a megváltás, amit eddig máshol kerestél: bele van csavarodva és szőve a legbelsőbb énedbe.”

BOB SAVINO, KANSAS CITY-I BÖLCS ÉS KÖLTŐ

Ezen a héten azon a tévhiten próbálunk meg átlépni, mely szerint a művészet kemény munka. Hogy verejték, félelem és végtelen önfeláldozás szükséges hozzá.

A művészet olyan természetes, mint az alvás, és olyan egyszerű, mint a fogmosás.

Igen, elkötelezettség kell hozzá. Igen, idő kell hozzá. De mégis mi a baj ezzel? Inkább sepregetnéd a kocsifelhajtót, vagy olyan dolgokat vásárolnál, melyekre nincs is szükséged?

John Irving regényíró szerint még csak fegyelmet sem kíván.

„Az csak olyasmihez kell, amit nem szeretsz csinálni. Ülni ott és belecsúszni a szereplőim életébe jó móka, fiatalon tart”, mondja.

„De nem vagyok kreatív”, siránkozol továbbra is.

Valahol útközben felszedtük azt a téves elképzelést, hogy a

művészet fárasztó, kivéve pár szerencsés léleknek, akik természetükből adódóan „jók benne”.

Honnan vettük ezt a téves elképzelést? Nyilván nem a gyerekektől. Egy hatéves számára az ecset kézbe vétele, festékbe mártása és végighúzása a papíron olyan természetes, mint az ugrálás vagy a gyerekdalok dúdolása. Mindenképp sokkal természetesebb, mint fegyelmezetten ülni az asztalnál, vagy bekötni a cipőfűzőt.

Az a nehéz, hogy jelentéktelen dolgokkal töltsük az időnket, és azok után az olcsó bizsuk után futkossunk, amik kívülről jól néznek ki, de belül olyan üregesek, mint egy piñata. Amikor a képzeleted karjaiban vagy, korlátok nélkül táncolhatsz a Holdon.

„Ha afrikai kultúrában nőttél fel, nem is gondolsz arra, hogy megkérdőjelezd, művész vagy-e, vagy sem – mondja David Darling, a Paul Winter Consort zenekar egykori csellistája. – Ez csak emberi lényünk egyszerű kiterjesztése.”

Darling, akiknek három tucatnál több rendkívül elismert albuma van, és a világon mindenhol ad koncerteket, ezért kezdett bele a Music for People workshopokba, ahol bárkit megtanítanak arra, hogyan legyenek zenészek.

A tanítás valószínűleg nem a megfelelő szó, mivel ahogy Darling mondja, „Az elképzelés, mely szerint csak azok a bizonyos emberek zenészek, akik a helyes hangnemben játszanak, elképzelhetetlen egy afrikai törzsi kultúra tagjának. A zene egyszerűen csak örömteli hangoskodás, a mozgás és a tánc ünnepe. Az életet megtisztelő rituálé része”.

Mint sok más dolgot, azt a részünket is hátrahagytuk, amelyik

szeret énekelni. A jóindulatú tanárok azt mondták, hogy a középső C hangunk nincs a helyén, és hogy a lelkesedésünk nem illik a kvartetthez. Ismételten elhagytuk az áramkörünk egy részét.

Felnőtt életednek ezen a pontján valószínűleg előbb csókolnál meg egy békát, mint hogy nyilvánosság előtt énekelj. A zuhany alatt még talán, de ahogy te látod, a zenei tehetséged olyan, mint a mesebeli teknős: évekkel ezelőtt magadra hagyott.

Darling arra kéri a tanítványait, hogy csapjanak a homlokukra, ahányszor észrevesznek egy negatív gondolatot, mint például:

„El fogom rontani.”

„Nem tudok énekelni.”

„Mary Margaret nővér azt mondta a negyedik osztályban, hogy botfülem van.”

Mielőtt észbe kapnál, körbenézel a szobában, és azt veszed észre, hogy mindenki a homlokát csapkodja – még a profik is, akik szintén látogatják Darling foglalkozásait. Bobby („Don’t Worry, Be Happy”) McFerrintől kezdve dolgozott már Spyro Gyrával és a Peter, Paul and Mary együttessel is.

„Az érzés, hogy nem vagyunk ilyenekre érdemesek, annyira erősen jelen van a világban, hogy egyenesen csoda, hogy az emberek egyáltalán tudnak örülni valaminek”, mondja Darling.

Provokatív workshopjain Darling hangszerek széles tárházát vonultatja fel, olyan dolgokat is, amelyek valószínűleg nem illenének bele egy tipikus szimfonikus zenekarba. Darling eklektikus kollekciójában van minden, a harmonikától és a bendzsótól kezdve a japán templomi harangokon, kazookon és

fűrészeken át a citerákig.

Elvégre elég nehéz elbizakodottan állni a zenéhez, amikor egy maja esőboton játszol, amelynek gyengéd, lírai hangzása a benne lévő termesz mozgásából ered.

Ezért kell kevésbé követelőzően viszonyulnunk a művészethez. Vegyük elő a kazookat, az ujjfestékeket, a lábosokat és az edényeket, amiken gyerekként doboltunk.

„Elvesztettük a játék érzetét – mondja Darling. – Eltávolodtunk azoktól a részeinktől, amiket a képzeletünk annyira természetesnek talál. A felnőttek ahelyett, hogy a játékra bátorítanának, inkább azt mondják, hogy menjünk gyakorolni.”

Gyerekkorodtól kezdve arra tanítottak, hogy hagyd az előszobában a képzeleted. A képzeletbeli barátod, aki titkokat súgott a füledbe, aki mindent tud az ugrálásról és az ugrókötelezésről, nem hívták meg az iskolába, a templomba, az élet fontos „eseményeire”.

Hívd vissza. Küldj el egy rendes meghívót. Rajzold fel a bevásárlószatyrod hátuljára.

ÍRJ EGY RAPSZÁMOT

„Amikor elvégeztem a középiskolát, a tanárom azt mondta, hogy eldobom az életemet, ha a zenére koncentrálok. Ugyanez a tanár később elhívott, hogy adjak elő az iskolában.”

BIG SEAN AMERIKAI RAPPER

Ezen a héten egy rapszámot fogsz kitalálni. Kell egy figyelemfelkeltő nyitás (mint amilyen az alapállítás egy esszében), egy fülbemászó dallam és egy dalszöveg. Próbálj meg most helyben kitalálni valamit. Vagy gyűjts össze pár ötletet. Mindenképp remek szórakozás lesz.

Végül add elő a sarkon.

- Találj ki egy új karaktert a *Saturday Night Live*-ba.
- Keretezz be pár levelet.
- Készíts Valentin napi üdvözlőlapot az egyik exednek.

Jó társaságban vagy

A népszerű színésznőnek, Lucille Ballnak, aki megkapta a Kennedy Center életműdíját, rendszeresen azt mondták a drámatanárai, hogy sosem lesz belőle semmi.

30. HÉT

8. mítosz: a művészek furák, nem olyanok, mint te vagy én

„A művészet az egyetlen mód a szökésre anélkül, hogy elhagynád a házat."

TWYLA THARP AMERIKAI KOREOGRÁFUS

Ha hozzám hasonlóan te is egy kansasi kisvárosban nőttél fel, akkor nem találkoztál túl sok filmkészítővel. Vagy színésszel. Valójában az egyetlen művészek, akiket láttam (találkozásra esély sem volt) az Ink Spots tagjai voltak. Ez a hajdan népszerű, félprofi csapat ellátogatott a kansasi Ellsworthbe (lakosság: kétezer-ötszáz fő), hogy előadják az egyetlen, *If I Didn't Care* című slágerüket, és felavassák az új tornatermet.

Mivel az átlagember nem érintkezik művészekkel, ezért nem úgy gondolunk a művészetre, mint ami számunkra is lehetséges. Sosem gondolunk arra, hogy fessünk, filmezzünk vagy megírjunk egy színdarabot. „Normális" emberként gondolunk magunkra – olyanként, akik iskolában tanítanak, buszokat vezetnek vagy felszolgálnak.

A művészek mások. Rejtélyesek, sötétek, borongós zsenik –

semmiképp sem olyanok, mint te vagy a bácsikád.

A média semmit sem tesz az ellen, hogy változtasson ezen a rejtélyességen. Megmutatják nekünk azokat a luxushelyeket, ahol a híres írók és színésznők szoktak nyaralni, és sztoriznak a sztár furcsa leguángyűjteményéről és a 218. testpiercingjéről.

Elfeledkezünk arról, hogy emberi lények, akik valószínűleg ugyanolyan gabonapelyhet esznek reggelire, mint mi.

Elfeledkezünk róla, hogy a filmkészítés és a könyvírás egy folyamat, amit bárki elsajátíthat, ha akar.

Az egyetlen különbség Woody Allen, köztem és közted az, hogy ő hisz abban, hogy el tud készíteni egy filmet. Te és én azt hisszük, hogy meg tudunk nézni egy filmet. Sosem jut eszünkbe, hogy mi készítsünk egyet. Nem tudnánk, hogy kell.

De idehallgass. Azt sem tudtad, hogy kell biciklizni… amíg meg nem tanultad.

Ha készítesz valamit – legyen akár csokimousse, madáretető vagy egy ötrészes minisorozat –, annak van egy receptje. Bárki, aki követi a receptet, megtanulja a folyamatot, és képes művészetet alkotni.

Amikor ránézel ennek a könyvnek a feladataira, ne azt gondold, hogy „Ó, én sosem tudnék countrydalt írni”, vagy hogy „Semmit sem tudok a táncról”. Emlékezz arra, amit Isten mondott Howard Finsternek, a baptista prédikátorból lett festőnek, amikor Finster elmondta neki, hogy nem tudja, hogy kell festeni.

„Honnan tudod?”

Honnan tudja bármelyikünk is, ha meg sem próbáljuk?

Woody Allen emlékszik az első olyan pillanatra, amikor

elhitte, hogy tud filmet készíteni. Nyolcéves volt, és Tyrone Powert nézte a hetvenkedő kalózfilmben, *A fekete hattyú*ban. Emlékszik, hogy azt gondolta magában: „Hé, ezt én is meg tudnám csinálni.” Nem egy kinyilatkoztatás vette rá arra, hogy menjen és keressen egy kamerát, de elültetett benne egy magot – egy magot, ami azt mondta neki, „Te is képes vagy így elmesélni egy történetet”.

Egy másik alkalommal, amikor hazafelé sétált a moziból, talált fél tucat tekercs 35 milliméteres filmet a filmszínház kukái közelében. A Phil Silvers és Carmen Miranda főszereplésével készült *Four Jills in a Jeep* című filmből származtak. Elbűvölte a szereplők látványa, ahogy feltartotta a filmet a nap felé.

Amikor szemügyre vette a celluloidot, látta, hogy a filmek nem csupán mágikus fantáziák, amiket szombat esténként meg lehet nézni (természetesen arról is híres volt, hogy keddenként, szerdánként és csütörtök délután is filmeket nézett, amikor iskolában kellett volna lennie). Emberi lények készítették őket, és egy folyamat eredményei voltak.

Egy olyan folyamaté, amit ő, Allan Stewart Konigsberg (a művésznevét 1952-ben vette fel), egy jelentéktelen brooklyni srác is el tudna sajátítani. Mit számít, ha zsidó családja küszködött, mit számít, ha utálta a középiskolát és kibukott a brooklyni főiskoláról? Ő, Allan Konigsberg elhitte, hogy meg tudja csinálni.

Ez egy meglepő felismerés a legtöbbünk számára. Hogy lehet belőlünk filmes vagy festő. De ezen a ponton kell nekikezdenünk.

Ameddig úgy tekintünk a művészetre, mint valamire, ami

felettünk áll, a művészekre pedig úgy, mint akik különböznek tőlünk, sosem leszünk képesek alkotni.

Itt az ideje eltüntetni a cukormázat a művészet világáról. Igen, a művészek prófétáik, újítók és nagyszerű tehetségek, de te is az vagy.

ÍRJ EGY UTOLSÓ FEJEZETET

„Gyakorolnod kell, hogy kizárd a kultúra zaját, hogy meghallhasd a szíved üzeneteit. Mint egy madárleső, a művész is kifejleszti azt a képességet, hogy hirtelen vesz észre és nevez meg pillanatokat. Amikor senki más nem látja a vörös tanagarát, te magabiztosan mondhatod, hogy »én láttam«."

ANI DIFRANCO ÉNEKES-DALSZERZŐ

Harminc perc van hátra az életedből. Írj egy történetet arról, hogy mihez kezdenél ezekkel az utolsó értékes percekkel.

Nem fogják osztályozni. Nem fogom elküldeni a Pulitzer-díjat osztó bizottságnak. Még az anyukádnak sem kell megmutatnod, ha nem akarod. De írj valamit. Mit ennél? Vagy innál? Mivel töltenéd az időt?

- Adományozd el az összes ruhád, amit idén nem vettél fel.
- Fakadj dalra az áruház zöldségesrészlegén.
- Most azonnal állj fel, és mondd ki: „Mestermű vagyok. Senki sem fogható hozzám.”

Jó társaságban vagy

George O’Keeffe éveken át reklámokat gyártott, mielőtt elég erőt gyűjtött azt festeni, amit igazán akart.

31. HÉT

9. mítosz: bizonyos feltételeknek teljesülniük kell az alkotáshoz

„A művész olyan ember, aki bátorságot, eszességet, kreativitást és vakmerőséget alkalmaz a status quo megkérdőjelezésére.”

SETH GODIN, A *MI A BŐGÉS?* CÍMŰ KÖNYV ÍRÓJA

Bill Murray beszélgetésbe elegyedett a sofőrjével, miközben San Franciscóban taxizott.

– Szóval – kezdte. – Mit csinálsz akkor, amikor nem olyan lökötteket furikázol, mint én?

– Szaxofonozok – mondta a sofőr.

– Gyakorolsz? – kérdezte Bill.

– Bárcsak tudnék. Napi tizennégy órában ezt a taxit vezetem.

– Hol van most a szaxofon?

– A csomagtartóban.

– Nos, húzódj le – utasította Murray. – Én majd vezetek, te pedig játszol.

Ahogy Murray elmesélte a történetet a közönségének a steakétteremben, ahol szintén megálltak a hosszú Sausalitóig

tartó útjuk alatt, „A szaxofonozás szebbé tette az estét”.

Ez a történet is lyukat üt abba a mítoszba, mely szerint bizonyos feltételeknek teljesülniük kell, hogy művészet jöjjön létre. Ezen a héten az utolsó régi szokásokat is le fogjuk vetni magunkról. Ne is próbáld meg a következő kifogásokat alkalmazni.

„Nem New Yorkban vagy Hollywoodban élek.” Jeff Daniels a michigani Chelsea-ben él, egy nagyjából ötezer lelket számláló városban. Jeff Bridges egy montanai farmon él. Sean Penn a 2010-es földrengés után egy sátorban élt Haitin.

Amikor a Crystal Bridge elindította a monumentális State of the Art nevű kiállítását, rájöttek, hogy a művészek mindenhol alkotnak, a délvidéki kecskefarmoktól kezdve a régi New England-i pitegyárakig.

Hadd emlékeztesselek arra, hogy Nelson Mandela rejtegetett papírlapokra írta az emlékiratait, amíg a Robben Island-i börtönben raboskodott.

A legkevésbé sem számít, hogy hol vagy.

„Nincsenek meg a megfelelő eszközeim vagy a kellő felszerelésem.” Jimmy Lee Sudduth a szülei verandája előtti koszban, az ujjaival kezdte bámulatos rajzolói karrierjét. Az alabamai Fayette-ben dolgozva rátalált a saját „vásznaira” – furnérlemezek, ajtók, összeomlott épületek gerendái –, és a saját festékét is ő maga csinálta, sarat és olyan dolgok pigmentjeit használva, mint a bogyók, a motorolaj és növények levei.

Vagy gondoljunk az alabamai művészre, Thornton Dialra, aki

a műveibe beleépít mindent, a szétroncsolt Mickey egér figuráktól kezdve a matracokon át kidobott amerikai zászlók foszlányaiig. Mindkét művésznek voltak alkotásai a Smithsonian és a MoMA múzeumokban.

Egyiküknek sem voltak megfelelő eszközeik.

„Mérd fel, hogy mi az, ami már megvan – mondja a filmes Robert Rodriguez. – Ha az apádnak van egy italboltja, készíts filmet egy italboltról. Van egy kutyád? Készíts egy filmet a kutyádról."

Bármiből születhet művészet.

„Nem sajátítottam el a megfelelő technikákat a filmkészítéshez, egy könyv megírásához vagy egy dal eladásához." Ismételd utánam: A művészetet nem csak egyféleképpen lehet megalkotni.

Ismét elmondom Robert Rodriquezt idézve: „Nincs szükséged menő kamerára. Nincs szükséged egy rakás felszerelésre. Nincs szükséged forgatókönyvre. Nincs szükséged nagyszerű színészekre, gyönyörű helyszínekre, vágásra vagy akár még pénzre sem. Az egyetlen dolog, amire szükséged van, az valami, amivel felveszel egy sor képet, és valami, amivel lejátszhatod.

„Az én művem nem úgy néz ki, mint az övé." Gratulálok! Épp most alkottál valami egyedit. Meg kell tanulnod kiállni a saját munkád mellett, még akkor is, ha borzalmas. Különösen akkor, amikor borzalmas.

„Nem tudom elérni, hogy egy múzeum vagy egy irodalmi ügynök képviseljen." És akkor mi van? Hála az olyan

oldalaknak, mint az Etsy, a Zazzle, a Yokaboo vagy akár az Amazon Handmade, rengeteg mód van a művészeted értékesítésére.

Számtalan művész keresi úgy a kenyerét (igen, ez tényleg lehetséges – egy újabb mítosz dől meg), hogy a saját weboldalát üzemelteti, ő foglalkozik a saját eladásaival, és úgy alakít ki magának közönséget, hogy nem a régi múzeumos megoldást alkalmazza.

„Nincs természetes tehetségem, mint az igazi művészeknek.” Itt kerül képbe a gyakorlás. Betty Edwards, a *Jobb agyféltekés rajzolás* című könyv írója a művészetet az olvasáshoz hasonlította. Nem adunk a gyerekek kezébe egy rakás könyvet, és várjuk el tőlük, hogy tudjanak olvasni. Nem vádoljuk őket azzal, hogy nem értenek az olvasáshoz, ha nem tanulják meg maguktól.

Mind megtanultunk olvasni. Mind megtanulhatunk művészetet létrehozni. Egyszerűen arról van szó, hogy megtanulod a folyamatot, és elég önbizalmat gyűjtesz ahhoz, hogy belevágj.

Milyen kincsed van, amit nem eladni akarsz, vagy legyőzni vele valamit, hanem egyszerűen csak felajánlani? Milyen kincset tartottál eddig titokban?

ÍRJ FEL EGY VERSET A PARK BETONJÁRA

„Azt kívánom, bárcsak költő vagyok feliratú pólókat viselnének a művészek.”

LIZ LAMOREUX MŰVÉSZ

Igen, remek lenne, ha írnál egy saját verset, de ha nem így lesz, keress egy olyan verset, ami megszólítja a lelked, és mutasd meg egy park látogatóinak. Egy Kansas City-i telefonszerelő különböző színű krétákat használ arra, hogy felfesse a verseit a Loose Parkban. Késő este megy ki, amikor senki sincs ott, és gyönyörű gondolatokat hagy hátra a másnapi látogatóknak.

Ha pedig szükséged van egy versre, nyugodtan használd fel a barátnőmét Virginia Petzoldét, aki nagylelkűen megosztotta velem ezt a tavaly nyáron New Yorkban tartott Creating Miracles workshopom

alatt.

Ami igazán számít

Már átlátok a képzeletbeli félelmem illúzióján
Mivel fiatalon, az életem hajnalán elhittem egy hazugságot...

A hazugság nehéz volt, mint egy kő, így árnyékot vetett belső bájomra
Mert befészkelte magát a szívembe, egy törékeny kis zugba
Ez a kődarab még nem volt az enyém, de felém lett hajítva
Így egy időre kölcsönvettem... figyelmemmel elárasztva
A kő hideg volt és érdes, úgy éreztem, nem vagyok érdemes
A követ nem a szeretet alkotta, ez megkérdőjelezhetetlen
Hanem ítélkezés, önbizalomhiány és a félelem

Ahogy telt az idő, kioltotta a fényem, és a lelkem körécsavarodott
Nem hagyott rendesen élni...
A teljességtől elszakított, és
Mindentől, ami helyes és igaz számomra

Elcseréltem az igazságot és a fényt egy elképzelt önmagamra
Így tápláltam a hamis félelmemet
Azzal, akinek gondoltam magam fiatal éveimben

De valahogy egy bennem élő kreatív erő miatt magamhoz tértem
És éreztem a lelkem belső esszenciáját, amit oly régen elcseréltem
Mintha egy távoli dob muzsikáját hallottam volna
A saját belső dallamom valódi vibrálását éreztem

Így megtanultam szítani a szeretet, az öröm és az igazság lángját
Amelyek kialudtak a fiatalságom köré csavart hazugságban
A ritmus segített megszeretni azt, akinek lennem kell
De még mindig több kellett ahhoz, hogy valóban szabad lehessek

Még mindig a hazugság csapdájában éreztem magam, ami tüzelte hamis képeimet
Amit oly sokáig elhittem... és egymásra építette börtönöm köveit
Így negyven évig falak mögött rejtőzködve
Nem hagyhattam, hogy más észrevegye

Azt, akinek magamat hittem
Nem tudtam kiengedni a könnyeimet
Amik visszatartottak attól, aki valójában voltam korai éveimben

Majd egy nap elég bátor lettem, hogy leküzdjem az elmém
Hogy megnézzem, mit találok,
Kezemet a kőből készült falra helyezvén
Éreztem a felgyülemlett haragot, félelmet és keserűséget,
A lélek sötét éjszakáját...
És a nyilvánvaló őrültséget
Könnyek folytak arcomon
Hogy megolvasszák a lágy zug előtti köveket

Olyan erősen folytak, hogy ledöntötték a börtönt és a kerítéseket
Így megérinthettem a szívemet
És az illúzió mögött ott volt... valamilyen elképzelt árny
Hogy lássam, mit számít igazán
Hogy szeretetből és kecsességből vagyok
Nem kell elrejtenem az arcom
Elvégre
Én vagyok a magam barátja
A szabadság kulcsa
Én vagyok

Zumba a léleknek

- Tedd be a kedvenc albumod, és táncolj tizenöt percig.
- Vegyél egy lottószelvényt, és tervezd meg, hogyan költenéd el.
- Szervezz meseestet.

Jó társaságban vagy

Carey Mulligan színésznőt minden egyes színitanodából elutasították, ahova jelentkezett. A Drama Centre London egyik felvételiztető munkatársa azt mondta a később legjobb női főszereplő kategóriában Oscar-jelölt Mulligannek, hogy lehetne inkább gyerekműsor-vezető a tévében.

4. RÉSZ

A kreatív tőke megteremtése

AVAGY MIÉRT KELLENE
MEGMONDANOD
A NETFLIXNEK, HOGY HOVA MENJEN

„Öröm lehet bármi és akármi, amit megtapasztalunk.
Csak elég bátornak kell lennünk ahhoz, hogy hátat fordítsunk
a megszokottnak, és belevágjunk a nem hétköznapi életbe.”

JON KRAKAUER AMERIKAI ÍRÓ ÉS HEGYMÁSZÓ

A pénzügyi korlátok gyakran szolgálnak kézenfekvő kifogásként, amikor nem vesszük tudomásul a múzsák kopogtatását.

A kifogás valahogy így hangzik:

> *Egészen biztosan követni fogom az álmomat, amint összegyűjtöm rá a pénzt, amikor már nem kell lakbért fizetnem.*

Szeretném megszégyeníteni ezt a rendkívül selejtes védekezést.

Nem tudom nem figyelembe venni, hogy szinte minden egyes dolog, amit régen szenvedélyből csináltunk, ma pénzügyi haszonszerzés tárgya. És igen, valóban nagy hatása van annak, hogy pénzügyi tőkére nehéz szert tenni.

De így állnak a dolgok. A pénzben és a kreativitásban nincs semmi közös.

A pénzügyi tőkével ellentétben a kreatív tőke

tulajdonképpen végtelen. Nincsen mély- és csúcspontja. És mindegyikünk teljes mértékben hozzáférhet.

A múzsáknak végtelen mennyiségű dala, filmje, könyve, találmánya és számos más ragyogó dolga van, amiket nem tudok megnevezni, mert még nem öntöttek formát. A múzsák mindig azt üzenik a hozzánk hasonló embereknek, hogy hozzák létre az alkotásaikat.

Egyszerűen csak tegyél lépéseket a felé a dolog felé, amitől a leginkább érzed, hogy élsz, mivel így hozzáférhetsz az Isten adta kreatív tőkédhez. Kezdj bele abba a dologba, amit akkor csinálnál, ha sosem hallottad volna a pénz szót. Felismered majd a libabőrről, amikor izgalmat és örömet érzel a testedben.

> *De, de… ki fogja fizetni a számlákat, amikor a könyvemet írom, vagy épp a főcímdalomat komponálom?*

Erre a következő a válaszom. Ki fizet, amikor egész nap a Netflix előtt ülsz? Ki küld csekkeket azokért az órákért, amiket a Facebook böngészésével töltesz?

Mindegyikünk képes arra, hogy birodalmakat építsen a képzeletéből. Ebben a részben valódi alkotók példáit fogjuk szemügyre venni, akik pénzt csináltak őrült ötleteikből.

A kreatív tőke megteremtése szent folyamat. Mindegyikünket hívogatja.

32. HÉT

A lila kréta ereje

„A képzelet, mint egy hűséges állat, akkor fog jönni, amikor tudja, hogy nyitva van az ajtó.”

CAROL LLOYD, A SAN FRANCISCÓ-I THE WRITING PARLOR ALAPÍTÓJA

Kedvenc segítő könyvemet sosem találnád meg a helyi könyvesbolt önfejlesztő részlegén. Jóval azelőtt írták, hogy az önfejlesztés szó egyáltalán létezett volna.

Ez a *Harold and the Purple Crayon* (Harold és a lila varázskréta) című gyerekkönyv, amely sokkal többet árul el az az emberek számára adott lehetőségekről, mint bármilyen pozitív gondolat, amivel Norman Vincent Peale valaha elő tudna állni.

Ez a hatvanöt oldalas mestermű, amit Crockett Johnson írt 1955-ben, egy Harold nevű kisfiú történetét meséli el, aki egyik este úgy dönt, hogy elmegy sétálni. Amikor nem látszódik a holdfény (márpedig mindenki tudja, hogy egy jó sétához holdfény kell), Harold előveszi a lila zsírkrétáját, és megrajzolja a Holdat.

Egy járdára is szüksége van (amit megrajzol), ami egy erdőhöz vezet (csak egy fát rajzol, mert nem akar eltévedni), amiről kiderül, hogy egy almafa (vagy legalábbis az lesz, amint Harold krétája hozzáér). Sajnos az almák még nem érettek, ezért Harold rajzol egy rémisztő sárkányt, hogy őrizze a fát.

Amikor beleesik az óceánba, Harold képes összeszedni minden turpisságát, rajzol a lila zsírkrétájával egy csónakot, és elindul a part felé, ahol rajzol egy kilencféle pitével teletömött piknikkosarat.

Az egész könyv Harold nagyszerű kalandjairól szól, ahogy megmászik egy hegyet, ahogy egy léggömbbel repül és bejárja a várost, és mindezt a hűséges lila krétája hozza létre.

Ez a könyv azért erőteljes, mert megmutat egy hatalmas spirituális igazságot – a saját életünk írói vagyunk. Mi rajzolunk meg benne minden részletet – még a sárkányokat és az óceánokat is, amelyekbe „véletlenül” beleesünk.

Harold elmehetett volna sétálni, láthatta volna, hogy nincs Hold, leülhetett és szomorkodhatott volna. Hát nem ezt csináljuk a legtöbben? Francba, nincs Hold. Jobb lesz, ha felhívom a terapeutám, és bezuhanok az ágyba. Vagy megrajzolhatta volna a Holdját, összehasonlíthatta volna El Grecoéval, és azt mondhatta volna: „Reménytelen utánzó vagyok. Sosem lesz belőlem művész.”

Ehelyett újra és újra fogta a lila krétáját, és megrajzolt minden eseményt, minden választ, minden barátot, akire szüksége volt. Mindenkiben megvan ez az erő. Megcélozhatjuk a kínai nagy falat, egy ebédet a Savoy Hotelben, vagy hogy a nyugati parton sárkányrepülőzünk, és még így is visszaérünk az

asztalunkhoz a tíz órai megbeszélésre.

Harold csak egy gyerek volt. Még nem vesztette el a képzeletét, a csodákra való fogékonyságát és a bámulatát. Még senki sem magyarázta el neki, hogy nem kaphat meg bármit, amit akar. Amíg nála volt a lila krétája, bejárhatta az egész univerzumot.

A mai világban a kréták és a kreativitás akár egyazon dolog is lehet. Hány olyan felnőttet ismersz, akinek még most is vannak zsírkrétái?

Emlékszel azokra a nagy doboz zsírkrétákra, amikben hatvannégy szín volt – a barackszíntől kezdve a fukszián át a levélzöldig? Azzal az egy dobozzal megszerezhettél mindent, amit a kicsi szíved kívánt – kék körhinták barackszínű ügető pónikkal, lila kastélyok sárgászöld felvonóhidakkal és lila fűvel, bár lehet, hogy a tanárodnak nem tetszettek az ilyen dolgok. Hát nem tudod, hogy a fű zöld?

Viszont minden eltelt tanév után kisebb lesz a krétásdoboz. Mire leérettségizünk, nincs nálunk más, csupán egy kék toll.

A héten menj el, és vegyél néhány zsírkrétát. Alkossuk meg úgy a világot, ahogy nekünk tetszik. És ha netán beleesnénk az óceánba, vagy összefutnánk egy sárkánnyal, csak rajzolunk magunknak egy mentőcsónakot, és a part felé vesszük az irányt, ahol várni fog minket legalább egyféle pite.

ÍRD LE, MILYEN VOLT AZ ELSŐ RANDID

„Alkosd meg a saját dolgaidat. Még akkor is, ha csak egy kis játék a barátaiddal, vagy egy film, amit feltöltesz a YouTube-ra. Ez segít kitalálni, hogy miben vagy jó. És hamar találhatsz vele közösséget. Többet kapsz, mint amennyit veszítesz."

GRETA GERWIG SZÍNÉSZNŐ

Ne is próbálj úgy tenni, mintha nem emlékeznél az első randidra. Kevés olyan dolog van, ami erősebb érzelmeket vált ki. Mit viseltél? Hová mentetek? Mi volt a legnagyobb félelmed? Találkoztatok ismét?

- Foglalj le egy asztalt a parkban, és tarts römibajnokságot.
- Vegyél ki valamit az éléskamrádból, és rajzold le.
- Egyél valami olyat, amit még sosem próbáltál ki.

Jó társaságban vagy

Steve Winwoodot, akit a *Rolling Stone* magazin minden idők száz legjobb énekese közé választott, kirúgták a Birmingham and Midland Insitute of Musicból.

33. HÉT

Hinned kell

„Ha a szíved egy olyan irányba húz, ami rejtélyes és csodálatos, bízz benne és kövesd.”

DAVID WILCOX DALSZERZŐ

1959 januárjában egy harmincéves, nyolc általánost végzett detroiti fickó kölcsönvett nyolcszáz dollárt a családi megtakarítási alapból, hogy vegyen egy házat, ami nem túl szokatlan cél egy korabeli férfi esetében. De ennek a harmincéves, vállalkozó szellemű fickónak nagyobb tervei voltak. Arra használta az igénytelen kétemeletes házat, hogy lemezkiadót alapítson.

Ez a férfi természetesen Berry Gordy, a lemezkiadó cég a Motown, és a tervről, nos, mondjunk csak annyit, hogy bevált. 1959 és 1972 között Gordy vállalkozása 535 kislemezt adott ki, melyek kétharmada felkerült a slágerlistákra is. Abból a kis lemezstúdióból, ami alig volt nagyobb, mint egy franciaágy, Gordy hatvan listavezető slágert adott ki, mielőtt Hollywoodba költözött, és eladta volna a kiadót az MCA Recordsnak hatvanegymillió dollárért.

Azért mesélem el ezt a történetet, mert megmutatja, milyen erő van abban, ha nyitott vagy a nagyobb lehetőségekre. Berry Gordy könnyen elfogadhatta volna a kisebb dolgokat is. Fekete volt egy olyan korban, ahol a feketéket még nem tartották szépnek. Otthagyta az iskolát, már elbukta a kezdődő bokszkarrierjét, nem tudott sem hangszeren játszani, sem kottát olvasni.

De volt egy álma. Dalokat akart írni. És ha senki más nem akarja kiadni őket, majd ő maga megteszi.

Mindegyikünknek ott kell kezdeni, hogy megragadjuk az álmunkat. Látunk egy víziót. Halljuk a lüktetést a szívünkben. Elkezdünk azon gondolkodni, hogy mi lenne, ha „talán, csak talán, képesek lennénk” megírni egy dalt, eltáncolni egy verset, belevetni magunkat egy új életmódba. Hajlandók leszünk azt mondani, hogy „márpedig lehetséges”.

De még maga Gordy sem tudhatta, hogy amikor rátalált a tizenkilenc éves Smokey Robinsonra és a középiskolai kvartettjére, a Matadorsra (akik később Miracles néven futottak), hogy korunk egyik legnagyobb zenei jelenségét fogja beindítani.

Amikor először elkezdünk odafigyelni az álmainkra, nem mindig tudjuk, hogy hová vezetnek minket. Ez jó hír. Ha látnánk a végkifejletet, lehet, hogy elijesztene minket, lefékeznénk és azt gondolnánk, „Hű, ez túl nagy falat nekem”. Szerencsére csak annyit kell tennünk, hogy megtesszük az első lépést, és kidugjuk az egyik lábujjunk az ajtón.

A másik dolog, amit a Motown-jelenség remekül szemléltet az az, hogy mennyi tehetség van, akiket gyakran nem fedeznek fel.

Ha Berry Gordy elégedett lett volna azzal, hogy anyacsavarokat szorítgat egy detroiti autógyárban, amely egy volt a sok munka közül, amit a Motown előtt kipróbált, akkor sosem juttatta volna ki Diana Rosst, Stevie Wondert és több száz más szegény fekete gyereket a gettóból. Lehetetlennek tűnik, hogy az ilyen kaliberű szupersztárok más utat is választhattak volna. De ha Diana Rossnak nem lett volna egy álma, akkor lehet, hogy csak egy újabb hajléktalan lett volna a 9. utca sarkán; Stevie Wonder csak egy újabb segélyeken élő fekete kölyök lett volna. Hála Istennek nekik volt lehetőségük hozzáférni a bennük lakó kreatív szellemhez.

Ha Gordy nem alakította volna át a 2648 West Grand Boulevard cím alatti házat, sosem írták volna meg az *I Heard It Through the Grapvine*, az *Ain't No Mountain High Enough*, és az *I'll Be There* című dalokat, valamint sok ezer más számot sem.

Nekem személy szerint teljesen más lett volna a gyerekkorom, ha a Four Topsnak nem lettek volna olyan slágerei, mint a *Reach Out, I'll Be There*, sosem táncoltam volna Andy Gilmore-ral Jim Rinklemeyer buliján. Sosem tudtam volna meg, hogy Burt kölnit használ, és sosem tudtam volna, hogy olyan az illata, mint a molyirtónak. Ez a felfedezés kétségtelenül ahhoz a tweedzakóhoz köthető, amit ellopott a bátyja szekrényéből, és sosem tudtam volna, hogy milyen érzés tizenhárom évesnek és fülig szerelmesnek lenni. Sajnos nem volt elég bátorságom ahhoz, hogy valaha újra beszéljek vele.

Hányunknak nincs bátorsága ahhoz, hogy megvizsgáljuk a bennünk élő kreatív szellemet? Hányan élünk spirituális segélyeken, mert nem ragadtuk meg az álmot? Az a fajta

tehetség, amit Gordy megtalált a védenceiben, ott van elrejtve azokban az emberekben, akik mellett nap mint nap elsétálunk. Rejtett, mivel sosem kereste senki, sosem mondta azt senki, hogy „Hé, figyeld csak meg, mire vagyunk képesek”. El van rejtve azon gondolatok mögött, amelyek azt mondják, hogy nem vagyunk rá érdemesek, „álarcok” alatt, amiket a show kedvéért felveszünk.

Mindnyájunkban ott van ugyanaz a kreatív szellem. De nem, te valószínűleg azt gondolod, hogy Detroit más volt. A szupersztárok listája végtelen – a Temps, a Tops, a Supremes. De tudod mit? Gordy ugyanilyen egyszerűen megalapíthatta volna a lemezkiadót, és ugyanilyen sikeres lehetett volna Clevelandben, Chicagóban, vagy a nebraskai Omahában. Ezekből csak Gordy elképzelése hiányzik.

Nem akarom letagadni, hogy sok tehetség élt akkortájt Detroitban. Amit akkor csináltak azon a háromsoros felvevőrendszeren az A stúdióban, azt csak úgy lehet jellemezni, mint annak zenei megfelelőjét, amikor a repülőn az ablak mellett ülünk.

De csak azért történt meg, mert egyetlen férfi hajlandó volt felállni, és azt mondani, hogy „hiszek”.

ÉNEKELJ A KOCSIBAN

„A művészetek kegyesek azokhoz, akik gyakorolják őket.”

KURT VONNEGUT ÍRÓ

Ha még nem láttad volna James Corden szenzációs internetes sorozatát, a Carpool Karaoke-t, amelyben ő és egy énekes szupersztár Los Angelesben furikáznak, és a sztár legnagyobb slágereit éneklik, valószínűleg nincsen Facebookod.

Először engedd meg, hogy hadd gratuláljak, majd pedig hadd mondjam el, hogy van valami nagyon vicces abban, ahogy azt nézed, hogy híres emberek a saját dalaikat éneklik egy hétköznapi helyzetben, a csapataik felkészítése, rendezése és finomításai nélkül.

A Carpool Karaoke nevetségesen egyszerű: James, egy beállított kamera, és olyan sztárok az

anyósülésen, mint Justin Bieber, Adele, Stevie Wonder vagy akár Michelle Obama. Üldögélnek és mindenféléről beszélgetnek, miközben dugóban állnak, sávot váltanak vagy beállnak egy gyorsétteremhez. Az egyik epizódban Jennifer Hudson énekelve adta elő a Whopper-rendelését a Burger Kingben.

Ezen a héten fogd az egyik barátod, vedd elő az okostelefonod, és rendezd meg a saját verziód. Aztán csak rajtad múlik, hogy felteszed-e a Facebookra, vagy sem.

Zumba a léleknek

- Készíts egy újfajta pitét.
- Találj ki egy új alkotmánymódosítást.
- Tervezz meg egy faházat.

Jó társaságban vagy

1954-ben Elvis Presley-t egy fellépés után kirúgták a countryzenés műsoroknak otthont adó Grand Ole Opryból. A menedzser, Jimmy

Denny azt mondta Elvisnek: „Nem lesz belőled semmi, fiam. Inkább maradj a kamionozásnál.”

34. HÉT

Kövesd a morzsákat

„Amikor az ember alkotásba fog, egy új mennyországot hoz létre,
egy új égboltot, egy új energiaforrást."

PARACELSUS SVÁJCI ORVOS, FILOZÓFUS ÉS ASZTROLÓGUS

A legutóbbi statisztikák szerint a 2002-ben kiadott *A méhek titkos élete* című könyvből hatmillió példány kelt el, harmincöt nyelvre fordították le, és filmet is készítettek belőle Queen Latifah, Alicia Keys és Dakota Fanning főszereplésével. De a könyv sosem készült volna el, ha a szerző, Sue Monk Kidd nem lett volna elég bátor és felelőtlen ahhoz, hogy elkérje, amit akart és nem követte volna a kreatív tőkéjéhez vezető morzsákat.

1993-ban egy a krétai Palianis nevű kolostorban Kidd meghajolt a sötét arcú Szűz Mária képe előtt. Alázatosan bátorságot kért ahhoz, hogy író válhasson belőle. Mindig is tudta, hogy írni szeretne, de mivel attól félt, hogy nem tud megélni belőle, meggyőzte magát, hogy ápolói végzettséget szerezzen, és nővérként dolgozzon huszonkilenc éves koráig. Addig a napig, amíg hangosan ki merte mondani az álmát a

rücskös faágról logó szentkép előtt, leginkább Sandy nevű férjével és két gyerekével kapcsolatos inspiráló történeteket írt.

Miután hazatért Görögországból, megírta az első fejezetet egy lányról, akinek a hálószobájának fala tele van méhekkel. Elvitte egy írókonferenciára, ahol az egyik professzor úgy véleményezte, hogy „érdekes, de kevés benne a lehetőség”. Bár ösztönözték, hogy írjon könyvet, ebből a fejezetből egy rövid novellát írt, később pedig el is felejtette. De nem teljesen.

Hat éven át ott lappangott a fejében. Hat évvel és pár dokumentarista könyvvel később ismét Görögországban volt, ezúttal egy diploma utáni utazáson vett részt a lányával, Annnel. A menopauzához közeledve még mindig dörömbölt a szívében az a kéretlen álom, hogy író legyen belőle, még mindig tudatta vele, hogy jelen van. Egy epheszoszi olajfaligetben, közel a házhoz, amelyben régen Mária élt, úgy döntött, hogy ismét hangosan kimondja a kérését.

Ahogy a *Traveling with Pomegranates* című memoárjában is írja: „Amikor imákat küldünk az univerzumnak, meghallgatásra találnak? Megváltoztatnak valamit? Vagy a könyörgéseink egy mágikus gondolatot jelentenek?”

Sok idő eltelt, mióta konkrétan rákérdezett, de ismételten a regényről érdeklődött. Iránymutatást akart, egy egyértelmű jelet.

Amint elhagyta a kis imádkozókápolnát, hogy visszatérjen a lányához, egy méh landolt a bal vállán. Ann ösztönösen odanyúlt, hogy elhessegesse, de Sue kinyújtotta a karját, és megrázta a fejét, mintha azt mondta volna, „Ne. Ez egy méh. Egy méh.”

Lesétáltak a dombról a szenteltvízzel teli forrás mellett. A méh a helyén maradt, Sue vállán visszament a buszhoz.

„Mi van ezzel a jószággal? – kérdezte Ann, valóban aggódva. – Mintha örökbefogadott volna.”

„Azt mondja, hogy épp készülök hazamenni, és befejezni a regényt, amit hat éve kezdtem el – mondta Sue.”

ADJ NEVET A DEBÜTÁLÓ ALBUMODNAK

„Még Isten sem tud irányítani egy leparkolt kocsit."

MARY OMWAKE, A UNITY EGYHÁZ LELKÉSZE

Hé, nem azt mondtam, hogy dalokat kell írnod. Csak annyi a dolgod, hogy találj ki egy okos (vagy jelentőségteljes?) címet a debütáló albumodnak, amelyben kétségtelenül benne lesz, hogy leugrasz a strandra vagy léggitározol.

Zumba a léleknek

- Találj fel egy új pizzát.
- Vegyél meg egy albumot, ami nem szerepel a slágerlistákon.

- Piknikezz reggel a parkban.

Jó társaságban vagy

A *New Yorker* egyik szerzője, Calvin Trillin „hányásnak” nevezi az írásai első változatát, amibe leír mindent, ami eszébe jut. Gyakran aggódik amiatt, hogy valaki esetleg meglátja, mielőtt átírná.

35. HÉT

Ó, miket ki nem találsz

„A művész szerepe nem az, hogy megoldásokat találjon, hanem hogy rávegyen minket, hogy az összes, kimeríthetetlen változatában szeressük az életet.”

LEV TOLSZTOJ

Dr. Seuss negyvenhét könyvet írt, és nyert három Oscar-díjat, valamint a híres Pulitzer-díjat.

De a nyolcvanhét éves korában bekövetkezett halála napjáig ragaszkodott hozzá, hogy hihetetlen sikere leginkább a szerencsének köszönhető. Első könyvét, az *And to Think That I Saw It on Mulberry Street*et huszonhét kiadó utasította el. Azt gondolták, hogy „túl más”, és „nincs benne tanulság vagy üzenet.”

Harminckét éves korában Ted Geisel (A Dr. Seuss művésznév volt, amit a főiskola alatt talált ki) úgy döntött, hogy hiába fáradozik a könyve kiadásán. Azzal az erős meggyőződéssel sétált ki a huszonhetedik kiadó irodájából, hogy az egyetlen értelmes dolog, amit tehet az, hogy visszamegy a lakásába, és ünnepélyesen elégeti a kéziratot, amin oly sok ideje dolgozott.

Ennyit a kreatív tőkéről.

Ahogy bánatosan és lógó fejjel baktatott a Madison Avenue-n, leszólította egy régi főiskolai barátja.

„Hé, mi az ott a kezedben?”, kérdezte a barátja, Mike McClintock, aki eggyel alatta járt a fősikolán.

Geisel kedvtelenül azt felelte, hogy „semmi, csak egy könyv, amit majd otthon elégetek”.

McClintock, akit három órával korábban neveztek ki a Vanguard Press ifjúsági könyves szerkesztőjének, azt mondta: „Hé, itt vagyunk az irodám előtt. Menjünk fel és vessünk rá egy pillantást.”

„Ha a Madison Avenue másik oldalán sétáltam volna, ma is egy mosodában dolgoznék”, mondta Geisel.

Szerencse volt? Én inkább úgy szeretek gondolni Geisel véletlenszerű találkozójára a régi főiskolai baráttal, mint Louis Pasteur híres mottójának tökéletes megvalósulására: „A szerencse csak az arra felkészült szellemnek kedvez.”

Geisel egész életében kreatív tőkét generált. Gyerekkora óta rajzolt, angyalszárnyas teheneket és kutyákat, akik szűk drótkerítések között bujkáltak iskolai füzetének margóin.

Geisel szerencsének nevezte. Én csábító bizonyítéknak arra, hogy amikor elkötelezed magad a művészeted mellett, egy egész kórusnyi angyal és egy húszfős zenekar fog énekelni és kísérni.

Geisel egyszer azt mondta, hogy a legjobb tanács, amit adhat, a következő: „Írj mindennap egy versszakot, ne azért, hogy elküldd a kiadónak, hanem azért, hogy kidobd a szemétbe.”

Arra is biztatta a fiatal művészeket, hogy „legalább egy képet

fessetek minden hónapban, csak a móka kedvéért”.

Más szavakkal élve, gyakorlás, gyakorlás, gyakorlás.

Mindennap meg kell csinálnod. Nem kellenek hozzá órák, de minden egyes nap csinálj egy keveset. Írj egy haikut (mégis mennyire lehet nehéz tizenhét szótag?), vagy készíts reklámzenét egy általad használt terméknek. Esetleg rajzolj egy új kalapot a Kalapos Macskának.

FIRKANAPLÓK

„A remény és a kreativitás a két legfontosabb dolog a világon.”

EMMA STONE SZÍNÉSZNŐ

Rajzolj le valamit, vagy ami még jobb, mind a tizenegy dolgot a listáról.

1. A Three Stooges humoristacsapat.
2. Egy zsiráf (húzd ki magad).
3. Egy kávéscsésze.
4. Egy földönkívüli.
5. Batman.
6. Egy száj.
7. Egy panda.
8. Egy bagoly.
9. A hálószobád.
10. Az első háziállatod.
11. A macska új kalapja!

Van ceruzád? Vigyázz, kész, rajt!

Zumba a léleknek

- Szervezz Activity-bulit.
- Ünnepeld meg a teliholdat.
- Rajzold le a tündérkeresztanyád.

Jó társaságban vagy

Rudyard Kiplinget, *A dzsungel könyvé*nek íróját 1889-ben kirúgták újságírói állásából a *San Francisco Examiner*től. A szerkesztője azt mondta neki: „Sajnálom, Mr. Kipling, de egyszerűen nem tudja rendesen használni az angol nyelvet.”

36. HÉT

Kavicsállatok, őrültségek és szigetelőszalag

„Minden, ami vagy, és amit teszel, teli van Istennel: a fák, az aszfalt, az emberek, akik hajlakkért veszekednek a boltban. Ez butaságnak hangzik, de a butaság pont annyira fontos, mint a szeretet és a tragédia."

DONALD ROLLER WILSON, MŰVÉSZ

Amikor huszonhárom éves voltam, egy jamaikai jós azt mondta, miután ránézett a bal tenyeremre, hogy a legnagyobb problémám az lesz, hogy kiválasszam, melyik érdeklődési körömmel foglalkozom majd a sok közül. Akkoriban ruhákat terveztem (például túlságosan szűk, sárga kezeslábasokat, gombokkal és gumilabdákkal a cipzáron), rögbiztem, cikkeket írtam, és próbáltam betörni az utazást serkentő programok világába.

Még ma is nagyon sokféle műfajjal foglalkozom. Írtam gyerekkönyveket, egy forgatókönyvet, néhány regényt és több száz újságcikket az új-zélandi bungee jumpingtól kezdve a marokkói szőnyegvásárlásig. Más szavakkal élve, nehéz engem

pontosan meghatározni.

Ha neked is gondot okoz, hogy eldöntsd, melyik művészeti ágban alkoss, az lehet, hogy azért van, mert a te műfajodat még nem találták fel. Esetleg találd fel a magadét.

Nagy karrierek születtek az ilyen újításokból. A Los Angeles-i művész, Kim Abeles a szmoggal alkot. Részletes stencileket vág ki, amiket aztán odakint hagy az üvegen, ahol nem kell sok idő ahhoz, hogy összegyűljenek rajta a kocsik kipufogójából és a gyárak füstjéből jövő mikroszkopikus részecskék. Készített már szmogból egy poros asztalon megterített kétszemélyes vacsorát, valamint egy sor elnöki dísztányért is. Woodrow Wilson, aki a beiktatási beszédében a felelősségteljes ipar mellett szólalt fel, csak négy napig volt kint a szmogban. George Bush viszont negyven napot kapott.

Chris Wink, a Blue Man Group társalapítója azt mondta, hogy bár vonzották a művészetek, nem volt tehetsége a képzőművészethez. „Az emberek arról beszélnek, hogy kövesd az álmaidat, ami csodálatos, ha az álmod beillik egy ügyes kis kategóriába, például hogy »evolúciós biológus akarok lenni«. Én nem tudtam követni az álmaimat, mert több is volt belőlük.”

Előadóművészként Chris kékre festi magát, dobol, kritizálja a kortárs kultúrát, és pillecukrokat kap el a szájával.

„Egy bizonyos ponton az agyam csak másodlagos szervvé vált, és a megérzéseimre hallgattam: »Találj egy módot arra, hogy kombináld az összes álmod, és ki a fenét érdekel, hogy pincér vagy?« Meg kellett szabadulnom a gyerekességemtől és az önbizalomhiányomtól. Ki kellett fejlesztenem a saját énem”, mondja.

Ted L. Nancy író egy teljesen új irodalmi műfajt alkotott meg azzal, hogy nevetségesen őrült leveleket küldött különböző cégeknek. Jerry Seinfeld támogatásával – aki először küldte el a leveleket az ügynökének – Nancy leveleit összegyűjtötték a *Letters from a Nut* című könyvben, amelyből hatalmas siker lett.

Nancy írt a Coca-Cola vállalatnak, és arról érdeklődött, hogy a Kiet Doke nevű itala esetleg összetűzésbe kerülne-e az övékkel; írt a San Diego Padresnek is, és megkérdezte tőlük, hogy kilátogathat-e a meccsre egy hordozható zuhannyal a fején (mert az egészségügyi állapota megkívánja, hogy a feje elzárva legyen); valamint érdeklődött egy Las Vegas-i kaszinónál mint háromszáz kilós George Harrison-hasonmás, hogy esetleg meghívnák-e a zenekarát, a Fat Beatlest. „A 222 kilós Tubby Paul – írta – egy helyes kis Fat Beatle."

Seinfeld a második Nuts-könyv bevezetőjében a következő kérdést teszi fel: „Ahelyett, hogy ezekkel a hülye levelekkel lennének elfoglalva, az embereknek nem kellene inkább dolgozniuk, és hozzájárulniuk nemzetünk fejlődéséhez?"

Azaz: nem csak időpazarlás ez a sok butaság?

Szerintem nem. Valójában még azt is mondanám, hogy *még több* butaságra lenne szükségünk, több hajlandóságra ahhoz, hogy őrületnek nézzünk ki.

A bolondos angol megfelelője, a *silly*, a közép-angol *sillig* szóból ered, ami azt jelentette, hogy 'áldás'.

Ha mindnyájan csinálnánk naponta három butácska dolgot, például vécépapírt ragasztanánk a lábunkra, vagy ordítoznánk a bedugult autópályákon (ezeket a dolgokat csinálta C. W. Metcalf humorszakértő, hogy legyőzze végső fázisban lévő

komolyságát), hogy több áldás érne minket.

Szabadabban keresnénk új utakat, szabadabban találnánk új kalandokat. Alkotókként nem azért vagyunk itt, hogy megalkossuk azt, amit már megalkottak.

Lehet, hogy egy kicsit el kellene engednünk magunkat, hogy egy bolondosabb csillagzat alatt álmodozzunk.

Ahogy egy gyerekdal is mondja, „Bumm, bumm, hát nem nagyszerű őrültnek lenni?”

TALÁLJ KI ÖT COUNTRY- ÉS WESTERNDALCÍMET

„Az írás folyamatának egy része nem arról szól, hogy elmagyarázod az elképzelésed, hanem hogy felfedezed.”

ROBERT TOWNE FORGATÓKÖNYVÍRÓ

Ezen a héten country- és westerndalszerző válik belőled. Nem számít, ha még sosem írtál dalt. Engedélyt kapsz arra, hogy egy borzalmas country- és westernszámot írj. Vagy esetleg egy jót. Néha, amikor megengedjük magunknak, hogy ne legyünk tökéletesek, briliáns dolgok kerülhetnek a felszínre.

Az a feladatod, hogy írj egy dalt, vagy találj ki öt country- és westerndalcímet. Ne feledd, ezek gyakran viccesek, és sokszor szerepelnek benne szívfájdalmak, anyukák és kamionok.

Egyszer magam is írtam egy C&W dalt a nashville-i

Sony Studiosban egy híres dalszerzővel. A címe azt lett, hogy *A gyerekünk ronda, és ez nem az én hibám*.

Zumba a léleknek

- Öltözz fel úgy, mint a kedvenc filmes karaktered.
- Szervezz egy tanfolyamot.
- Írj egy köszönőlevelet Istennek, majd add fel.

Jó társaságban vagy

Kurt Vonnegut, tizennégy amerikai klasszikus mű írója egyszer azt mondta: „Amikor írok, úgy érzem magam, mint egy karok és lábak nélküli ember, zsírkrétával a szájában.”

37. HÉT

Kreatív segítők

„A saját magam kísérlete vagyok.
A saját magam műalkotása."

MADONNA ÉNEKES-DALSZERZŐ

Amikor Sting kapott egy öreg, elhangolt, rozsdás húrú gitárt, úgy érezte, mintha egy örök barátot szerzett volna, aki segíteni fog neki kijutni az angliai Wallsend városából, ahol felnőtt.

Akkoriban nyolcéves volt, és már eldöntötte, hogy nem akar hajókat építeni, mint a több ezer másik férfi, akik minden reggel elsétáltak a házuk előtt a kikötő felé menet. Látta, hogy ez egy nehéz élet – zajos és veszélyes, mérgező munkakörülményekkel.

Az apja tejesember volt, a nagyapja hajóács, és gyerekként Sting szorongással telve tűnődött azon, hogy vajon ez lesz-e a sorsa. Nem nagyon volt más munka a szülővárosában Anglia észak-keleti partján.

„De amikor megörököltem azt a csapzott, öreg gitárt, hamar rájöttem, hogy tettestársra találtam, aki majd segít elszökni ebből az ipari környezetből", mondta.

„Az volt az álmom, hogy elhagyjam ezt a várost, mint azok a hajók, amik sosem tértek vissza, amint elindultak. Dalszerző akartam lenni, emberek tömegeinek akartam elénekelni ezeket a dalokat a világ minden részén, és azt akartam, hogy hatalmas pénzösszegeket fizessenek érte.”

Az álom akkor kezdődött, amikor I. Erzsébet brit királynő a városba érkezett, hogy összetörjön egy üveg pezsgőt egy hajó orrán. Sting anyja arra kényszerítette őt és a testvéreit, hogy öltözzenek fel legszebb vasárnapi ruhájukba, amiért a konvoj elhalad a kikötő árnyékában lévő kis házuk előtt.

„Nem is olyan régen még azt hitték, hogy a királyi családoknak varázserejük van. Az emberek feltartották a beteg gyerekeiket azt remélve, hogy megérinthetik a király ingujját, és ezzel meggyógyulnak – mondta Sting. – Az én időben már nem így volt, de még így is nagyon izgalmas volt, amikor Anna királynő vagy a királyi család egy másik tagja jött beszédet tartani.”

„Ott álltam és lengettem a kis zászlómat, egy hatalmas, fekete Rolls Royce-ban pedig ott ült I. Erzsébet királyné. Úgy tűnt, mintha észrevett volna. A szemembe nézett. Mosolyogtam. Ő is mosolygott. Volt egy közös pillanatunk.”

„Nem gyógyított meg semmiből. Pont az ellenkezője történt. Megfertőzött egy ötlet. Rájöttem, hogy nem tartozom az utcára. Nem akartam a kikötőben dolgozni. Abban a kocsiban akartam lenni. Egy nagyobb életet akartam. Egy nem átlagos életet.”

És így kezdődik. Amikor időt szánunk arra, hogy odafigyeljünk.

TALÁLD KI, HOGYAN HASZNÁLHATNÁL ÖTFÉLEKÉPP EGY KARTONDOBOZT

„A feltaláláshoz jó képzelőerőre és egy rakás szemétre van szükséged.”

THOMAS A. EDISON AMERIKAI FELTALÁLÓ

Az Amerikai Egyesült Államokba érkező termékek kilencven százaléka még mindig a jó öreg kartondobozokban érkezik. Szerencsére a kartondobozt szét lehet tépni és újrahasznosítani, de ezen a héten ahelyett, hogy kidobnád őket, találj ki rájuk öt alternatív felhasználási módot. Nem kell ténylegesen elkészítened őket, csak használd a képzeleted varázspálcáját. Láttam már olyat, hogy az újrahasznosított dobozokból szövőgépek, labirintusok, kastélyok és árnyékszínházak készültek.

Zumba a léleknek

- Vegyél paradicsompalántát az összes barátodnak, és vidd el nekik három recept kíséretében.
- Ismerd meg az országodban található összes őshonos virágot. Keress meg legalább ötöt.
- Készíts papírrepülőt egy színes lapból.

Jó társaságban vagy

Huszonöt top 40-be került dal kiadása után még a nagyszerű Don Henley is tud kételkedni magában. Azt mondja: „Ki vagyok én, hogy ezt csináljam? Miért érdemelem meg, hogy az érzelmeim és a gondolataim erre az üres bakelitre kerüljenek, amit több millió ember fog hallani? Minden egyes alkalommal le kell küzdenem az érzést, hogy alkalmatlan vagyok, azt az érzést, hogy nem érdemlem ezt meg.”

38. HÉT

A kudarc ajándéka

„Mindig is azt mondtam, hogy akarok valaki lenni. Azt hiszem, konkrétabban kellett volna fogalmaznom."

LILY TOMLIN SZÍNÉSZ ÉS KOMIKA

Az első világháború véget ért, és Walt Disney-nek, aki a szülei aláírásának meghamisításával lépett be a vöröskereszt mentőszolgálathoz, volt egy álma. Mit számít, hogy még csak tizennyolc éves volt, csupán egy gyerek a *Kansas City Star* hírlap többi dolgozójához képest.

Az égető ambíciója, az álma, ami az olyan hosszú és fárasztó napokon tartotta benne a lelket, amikor hangos ezredeseket kellett furikáznia Franciaországon keresztül, és babot, valamint cukrot szállítania a hadikórházakba, az volt, hogy rajzolhasson szülővárosa újságjába, a *Star*ba.

Már újságkihordóként dolgozott a neves kiadónál, minden reggel fél négykor kelt, hogy rendesen összehajtogassa és elkészítse a reggeli újságot a mohó olvasóknak. Minden hajnalban, amikor átlapozta az újságot, csodálattal nézte a szerkesztői oldalon lévő képregények rajzait, és azt gondolta:

„Egy nap én is itt leszek.”

Azt gondolta, miután visszatért a háborúból, a *Star* biztos örömmel fog alkalmazni egy ilyen feltörekvő művészt.

Összeszedte a portfólióját, berontott az újság foglalkoztatási igazgatójának irodájába, és várt. A tolla már készen állt rá, hogy aláírja a szerződést. De az üdv a csapatban felkiáltás helyett, amire számított, a kedves úriember azt mondta, hogy „Sajnáljuk, nem tudjuk alkalmazni”.

Ez aztán a vereség. Disney legnagyobb álmát törték darabokra.

Honnan sejthette volna, hogy az élet valami nagyobbat tartogatott számára?

Ha olyan lett volna, mint a legtöbbünk, akkor a farkát behúzva visszavonult volna, egyenesen a pincébe. Arra a hangra hallgatott volna, amely mindnyájunkat kísért, a hangra, ami azt mondja: „Látod, megmondtam, hogy semmirekellő vagy.”

Később megint hallgathatott volna erre a hangra, amikor pár hónappal később egy reklámügynökség, a Pressman-Rubin Studios felvette, hogy mezőgazdasági gépeket rajzoljon, majd egy szűk hónap múlva el is bocsátották azzal az indokkal, hogy hiányzik belőle a rajzolás képessége.

Természetesen egy ideig a sebeit nyalogatta, de huszonegy éves korára ugyanezt a nem létező rajzolási képességet használta arra, hogy vicces animált sorozatokat készítsen Kansas City lakosairól, hírekkel, szolgálati közleményekkel és első animált karakterének, Whosis Professzornak a vicceivel tarkítva. Ezek elég népszerűvé váltak ahhoz, hogy Disney

alkalmazni tudott pár animátort (ingyenes animációleckéket ajánlott bárkinek, akit érdekelt a rajzfilmipar), akik csatlakoztak hozzá a családi garázsban.

Disney álma elkezdett növekedni. Nagyobb közönséget akart elérni, mint Kansas City, és olyan rajzfilmet akart csinálni, ami egy országos terjesztőnek is tetszene. Megírta a *Piroska és a farkas* egy egyszerű adaptációját, és leforgatta egykezes kamerájával. Beszélt korábbi rövid alkotásait bemutató filmszínházak vezérigazgatójával, és rávette, hogy küldje el őket a New York-i terjesztőnek. Minden nagyobb terjesztő nemet mondott. Az egyetlen kis cég, amelynek eléggé tetszett ahhoz, hogy száz dollár előleget küldjön, egy hónapon belül csődbe ment.

Bár 1923-ra ötszáz dollárt kapott a *Tommy Tucker's Tooth* című, egy helyi fogorvosnak készített rövidfilmjéért, öt újonc animátora kilépett, és a filmjeit már nem tudta finanszírozni.

Egy újabb bukás. Egy újabb kudarc.

Így hát amikor az álmaid legközelebb zsákutcába futnak, gondolj Walt Disney-re. Vedd észre, hogy talán azért nem válnak valóra az álmaid, mert még nem elég nagyok.

Lehet, hogy az elképzelésed megelőzi a korát, és nem elég nagy a pálya, amire készülsz.

Disney úgy gondolta, hogy mindent megadna neki, hogy ha a *Kansas City Star* rajzolója lehetne.

Ha megvalósult volna a „legmerészebb" álma, a *Star*nak lett volna egy középszerű rajzolója, egy fickó, akiről egyikünk sem hallott volna. Nem lenne Mickey egér, nem lenne Disneyland. A barátnőm, Kitty, sosem tudta volna utánozni Donald kacsát.

Csak annyit mondok, hála az égnek, hogy Walt Disney-t ennyi kudarc érte.

ALKOSS EGY KÉPREGÉNYHŐST

„Az élet olyan, mint egy tízsebességes bicikli. A legtöbbünknek vannak olyan sebességei, amiket sosem használunk.”

CHARLES M. SCHULZ KÉPREGÉNYRAJZOLÓ MŰVÉSZ

Szegény Charlie Brown! A papírsárkánya mindig beleragad egy fába, Lucy barátja öt centet kér minden tanácsadásért, a kutyája, Snoopy pedig folyton csak veszekszik a Vörös Báróval.

Cathy Guisewite reklámszakember volt, amíg meg nem alkotta *Cathy*t, amely megérintette a „baby boomer” generáció egyedülálló nőit.

A héten az a feladatod, hogy találj ki egy képzeletbeli karaktert. Keltsd életre. Tudj meg mindent a szokásairól, arról, hogy miket szeret, hogy mik idegesítik, és úgy általában, minden kis sajátosságát.

Mit szeret reggelizni? Volt már házas? Mivel foglalkoztak a szülei? Mi a kedvenc dala? Hol dolgozik? Válassz egy nevet, és kezdj el írni.

Zumba a léleknek

- Tervezz meg egy kertet.
- Készíts papírfigurát az első barátodról vagy barátnődről.
- Beszélgess tizenöt percig a testeddel.

Jó társaságban vagy

Richard Bach tízezer szavas történetét a repülő sirályról tizennyolc alkalommal utasították el, mielőtt a Macmillan 1970-ben végre kiadta. 1975-re több mint hétmillió példányban kelt az Egyesült Államokban.

39. HÉT

Ereszd el a hajad

„Mind itt ragadtunk együtt ezen a kis bolygón."

MATT HARDING, UTAZÓ ÉS INTERNETES HÍRESSÉG

Matt Hardingnak van valamije, amit sokan „nem tiszta jövőképnek" neveznek. A videojátékozáson kívül fogalma sem volt, hogy mit akar kezdeni a bolygón töltött nagyjából hetven évével. Az apját zavarta, hogy a fiából hiányzik az ambíció, ezért abbahagyta a főiskolai tandíjának fizetését, mert így akarta Mattet rákényszeríteni, hogy munkát keressen. Elvégre a felelősségteljes felnőttek ezt csinálják, nem? Eladják a lelküket „az *embernek*".

De Matt nem volt hajlandó követni a felelősségteljes felnőttek szabályait. Nem volt hajlandó elvállalni egy megszokott nyolcórás állást. Ehelyett világot akart látni, elutazni annyi országba, amennyibe csak lehetséges.

A hang, ami arra ösztönöz minket, hogy fogadjuk el a lelkünket megbénító uralkodó törvényt, a szemébe nevetett.

„Nem tudod megcsinálni hatalmas bankszámla és jól fizető állás nélkül, ahol sok szabadságot is ki lehet venni. Inkább

felejtsd el.”

De Matt nem hallgatott rá. Addig dolgozott, amíg össze nem gyűjtött egy kis pénzt. Majd felmondott a munkahelyén, és ismét útra kelt. Addig utazott, amíg a pénzhiány arra nem kényszerítette, hogy újra bevonuljon az irodába, az országok listája pedig csak nőtt, és folyamatosan felírta őket a listájára. Egy nap, amikor Hanoiban sétált, egy szerencsés esemény miatt beindult a kreatív tőkéje. A haverja, akinél volt egy kamera, rávette, hogy táncoljon olyan hülyén, ahogy szokott, ő pedig majd felveszi.

Ha még nem volt szerencséd Matt mára híressé vált YouTube-videójához, a furcsa tánc egy bizarr, csapkodós és térdemelős lépegetés, amit a kamasz fiúk szoktak produkálni a gimis bálokon. A barátja felvette, ahogy előadja Hanoi utcáin. Majd Tongán. Aztán pedig a Fülöp-szigeteken, Maliban, a Panama-csatorna mellett. A nővére, aki próbálta tartani a kapcsolatot a kalandozó testvérével, könyörgött neki, hogy indítson egy weboldalt, ahová feltölti a videókat az őrült táncáról. A „Where the Hell is Matt?” (azaz Hol a fenében van Matt?) című videó, ami dokumentálja, ahogy a vigyorgó Matt körbetáncol hatvankilenc országot, vírusszerűen kezdett terjedni egyik számítógépről a másikra.

Mielőtt észbe kapott volna, a videót több mint tizenkétmillióan nézték meg, és Mattből egy csapásra híresség lett. Interjút készített vele a *The Washington Post*, Jimmy Kimmel és a *National Geographic* is. A Visa még egy tévéreklámot is forgatott vele. A NASA kitette a weboldalára a videót a nap képének. Ami pedig a kreatív tőkét illeti,

megkereste a Stride Gum, hogy készítsenek egy közös videót a honlapjukra. Azt akarták, hogy Matt táncoljon, és mindenki más is vele táncoljon a világon. Természetesen beleegyeztek, hogy ők fizetik.

KÉSZÍTS TAROT-KÁRTYÁT

„A rajzoláshoz be kell hunynod a szemed, és énekelned kell.”

PABLO PICASSO

Figyelj, nem azt kérem, hogy egy egész paklit készíts. A feladat az, hogy egyetlen lapot alkoss. A kártyák kicsik – sokkal egyszerűbb ezeket kidíszíteni, mint egy istálló oldalát. Ez egy alkotó feladat, nem pedig jóslás.

Ha szeretnéd, elkészítheted a saját verziódat az egyik kedvenc kártyádból – mondjuk a Főpapnőt, a Remetét vagy a Kelyhek ötöst. Vagy kitalálhatod a saját karaktered. Egy trubadúr? Egy hableány?

- Ölelj meg tizennégy embert.
- Kölcsönözd ki a kedvenc Disney-meséd, és egyél gumicukorkukacokat.
- Kempingezz a kertedben.

Jó társaságban vagy

Maya Angelou, az *I Know Why the Caged Bird Sings* és sok más bestseller írója ezt mondja: „Ahányszor megírok egy könyvet, ahányszor szembekerülök a sárga notesszel, hatalmas a kihívás. Tizenegy könyvet írtam, de minden alkalommal azt gondolom, hogy »Ó, most rá fognak jönni. Mindenkit átvertem, és le fognak leplezni«.”

40. HÉT

Igen, és...

„Nem tudom máshogy elmagyarázni a művészet létezését, mint valami olyan dolgot, ami túlmutat rajtunk. Egyetlen zenei döntést sem tudok meghozni anélkül, hogy a célom nem az Istennel való kapcsolat lenne."

SOFIA GUBAIDULINA OROSZ ZENESZERZŐ

Tyler Perry nem volt mindig az a sikeres producer, rendező és színész, aki ma. Két seb van a csuklóján, amelyek egy korábbi öngyilkossági kísérletből maradtak hátra, és egy korábbi „élettervét" mutatják. New Orleansban született, négy testvér közül ő volt a legidősebb, az apja alkalmi ácsmunkákat vállalt, az anyja pedig rosszul fizetett bölcsődei gondozó volt. De nem az volt a legrosszabb, hogy szegénységben éltek. A kétéves korában elárvult, tanulatlan apának nem voltak valami jók a szülői készségei. Emmitt Perry hajlamos volt verni asztmás fiát abból a téves meggyőződésből, hogy ezzel keményebbé és erősebbé teszi.

Hogy megszökjön a boldogtalan gyerekkorából, Tyler sok időt töltött ábrándozással. Kitalált világokat teremtett, amelyek

szöges ellentétben álltak a saját életével. Történeteket írt és illusztrált villákban élő, háziállatokat tartó, boldog gyerekekről.

Tizenhat éves korában Tyler Perry otthagyta az iskolát, és megváltoztatta a nevét (ifjabb Emmitt néven született), hogy semmi köze ne legyen gyűlölt apjához. Az élete rosszról borzalmasra fordult.

Huszonegy éves volt, amikor egy nap tévénézés közben Oprah műsorára kapcsolt. A beszélgetős műsorok királynője azt javasolta a közönségének, hogy írják le az érzéseiket azokkal az emberekkel kapcsolatban, akik bántották őket. Azt mondta, katartikus érzés. Miután Perry utánanézett a *katartikus* szó jelentésének a szótárban, elkezdte kiönteni magából az apja, az anyja és a szegénység iránti érzelmeit. Több oldalt írt, végül pedig azt gondolta magában: „Ember, ebből színdarabot kell csinálnom."

A legtöbben őrültnek nevezték volna. Nem fejezte be a középiskolát, az ég szerelmére. Semmit sem tud arról, hogyan kell színdarabot írni.

De a kreativitás magját elültették, megszületett a belső döntés. A labda elkezdett gurulni. Perry felfedezte, amit ma csak „Isten kis villanásainak" nevez.

Oprah feladatából színdarab formájában vált kreatív tőke, egy valódi színdarab, *I Know I've Been Changed* címmel. Mindenféle állást elvállalt, volt használtautó-kereskedő és adósságbehajtó is, aminek segítségével összeszedett tizenkétezer dollárt a színdarab megvalósításához.

Sajnos megbukott. A nyitóhétvégén összesen harminc ember nézte meg, nagy részük a barátja volt. A legtöbben itt megálltak

volna, de Perry kreatív tőkéje elkezdett halmozódni. Tüzet fogott. Már túl késő volt ahhoz, hogy azt mondja, „nem vagyok elég jó, nem vagyok elég okos”. Hat éven keresztül dolgozott a színdarabon, újra és újra színpadra vitte. Minden alkalommal megbukott, amitől egyre nagyobb és nagyobb pénzügyi slamasztikába került. Hat hónapon át élt a kocsijában, hajléktalan volt, frusztrált, és azon gondolkozott, miért hitte, hogy jó ötlet Oprah-ra hallgatni.

Most ugorjunk 1998 februárjához. Úgy döntött, ad neki még egy utolsó esélyt. Abban a templomban kialakított színházban, amit álmai megvalósításának utolsó lehetőségeként kibérelt Atlantában, a nyitóesten tönkrement a radiátor az öltözőben.

Ahogy dideregve ült ott, teljes bizonyossággal azt mondta magának, hogy „Ennyi volt. Követni fogom anyám tanácsát. Fel fogom adni ezt az őrült álmot. Biztos tévedtem”.

De amikor kikukucskált a függöny mögül, látta, ahogy az emberek sorban állnak, hogy bejussanak. Mindhárom előadásra elfogyott az összes jegy. A következő színdarabja, melyet egy dallasi lelkésszel közösen írt meg, ötmillió dollárt termelt öt hónap alatt. Tyler Perry ma az egyik legjobban fizetett ember Hollywoodban, valahol százmillió dollár körül keres egy évben. Ő volt az első afroamerikai, aki saját stúdiót nyitott, díszletei és irodái több mint tizenkilencezer négyzetméteren terülnek el a georgiai Atlantában. És mindez azért, mert felhalmozta a kreatív tőkét.

ÍRJ MEG EGY *SATURDAY NIGHT LIVE*-JELENETET

„A tökéletesség a jó ellensége."

ANSEL ADAMS FOTÓS

Gyerekkoromban a *Laugh-In* című műsor volt a legnépszerűbb a tévében. A barátaimmal jeleneket írtunk a műsorhoz, és előadtuk őket a szüleink előtt. Én játszottam Edith Annt és azt az őrült telefonkezelőt (egy csörrenés), aki zsebkendőket tömött a melltartójába, és abban biztos lehetsz, hogy még díjakat is osztogattunk.

Nos, ha mi meg tudtuk ezt csinálni, amikor hetedikesek voltunk, akkor biztos te is meg tudod most.

Ezen a héten az a feladatod, hogy írj egy *Saturday Night Live*-jelenetet. Akár át is hívhatod a barátaidat, találjátok ki együtt, majd pedig adjátok elő a saját

változatotokat.

Zumba a léleknek

- Csinálj ugróiskolát ragasztószalaggal a nappalidban, és ugrálj.
- Öltözz úgy, mint egy apáca.
- Puszilj meg öt embert.

Jó társaságban vagy

Madeleine L'Engel *Időcsavar* című könyvét 261 kiadó utasította el.

41. HÉT

Medencés játékok

„Az élet egy medencés játékokkal teli szekrény."

AMY POEHLER SZÍNÉSNŐ ÉS KOMIKA

Ha olvastad az E^2-t, akkor emlékezhetsz rá, hogy megerősítéseket használtam arra, hogy beindítsam a szabadúszó írói karrierem. Még képeslapokat is küldtem magamnak olyan emlékeztetőkkel, hogy „Én, Pam Grout, nagyszerű író vagyok"; „Bennem, Pam Groutban megvan a képesség arra, hogy New York-i szerkesztőknek írjak".

Így hát nagyon izgatott lettem, amikor felfedeztem egy másik írót is, aki megerősítéseket használt a karrierje beindítására.

Scott Adams, a Dilbert-képregény alkotója napi tizenöt megerősítés megírásának („Én, Scott Adams, híres rajzoló leszek") tulajdonítja gyors sikerét.

A megerősítések kezdetben mókásak voltak. Akkoriban hipnózissal foglalkozó tanfolyamra járt. Az egyik társa megemlítette, hogy ha megerősíted, amit akarsz, akkor bevonzod azt a dolgot az életedbe. Először nem hitte el, de azt gondolta, mégis kinek árthat vele, egy próbát megér.

Egy randival indított azzal a lánnyal, aki (legalábbis szerinte) sokkal jobban nézett ki nála.

„Akkoriban egy hatos, talán hat és feles voltam. Ő pedig kilences. Tényleg nem sok esély volt rá, hogy randizzon velem”, mondta.

De miután több hetet töltött ennek megerősítésével, végül randizni kezdtek.

Még mindig nem volt meggyőzve, így úgy döntött, befektetési tanácsot fog kérni. Tőzsdézni akart.

Természetesen sokat segített volna, ha tudja, hogyan kell részvényeket venni. Ennek ellenére elkezdett megerősítéseket írni azzal kapcsolatban, hogy mennyire ért a részvényekhez. Egyik este felébredt, és ijesztően tisztán hallotta, hogy valami azt súgja, „vegyél Chryslert”. Akkoriban még zöldfölű srác volt, és fogalma sem volt róla, hogy kell részvényt vásárolni.

De nyomon követte a Chryslert (a Lee Iacocca-időszak alatt), és látta, ahogy nagyon megemelkedett, és megtöltötte a befektetők zsebét pénzzel.

Legközelebb (ekkor már készen állt) kapott egy fülest arról, hogy fektessen be az ASK számítógépekbe. A részvények értéke hamarosan tíz, majd pedig húsz százalékkal növekedett. Önelégülten eladta a részvényeket, boldogan eltette a bevételt, de később hallotta, hogy az értékük megduplázódott, aztán megtriplázódott.

Ezután pedig bevetette a napi tizenöt megerősítését a GMAT-teszten. Hetvenhét pontot ért el első alkalommal, ami nem volt elég magas ahhoz, hogy bejusson az általa választott Berkeley Egyetemre.

Úgy döntött, kilencvennégy pontra van szüksége, ha be akarja biztosítani a felvételét álmai iskolájába.

„Tudtam, hogy nem voltam elég okos ahhoz, hogy elérjem a kilencvennégyet, de folyamatosan megerősítettem és elképzeltem ezt a számot. Folyamatosan azt láttam magam előtt, ahogy egy kilencvennégyes szám látszik ki a borítékból”, mondta.

Újra megcsinálta a tesztet, pedig tudta, hogy valószínűleg a hetvenhét a határa.

Több hét is eltelt, mire megérkezett a boríték a postaládájába. Megfordította, megnézte a kis átlátszó részt, és látta, hogy kilencvennégy pontot ért el. Így hát mire elkezdte megerősíteni magában azt, hogy „Én, Scott Adams, híres rajzoló vagyok”, már profin ment neki. Az univerzumnak nem sok választása volt, meg kellett jutalmaznia népszerű rajzát, amely a legutolsó statisztikák szerint kétezer újságban jelent meg világszerte.

GONDOLJ ÚJRA EGY TÜNDÉRMESÉT

„Régen Hófehérke voltam, de megváltoztam."

MAE WEST SZÍNÉSZNŐ

Úgy kezdődnek, hogy „Egyszer volt, hol nem volt", és úgy végződnek, hogy „Boldogan éltek, míg meg nem haltak".

De mi történik, miután a korábban balsorsú pár végre egymásra talál, és együtt ellovagolnak a naplementébe?

A Disney már majdnem egy évszázada újragondolja a tündérmeséket. Most rajtad a sor.

Bármi lehetséges. Íme, pár ötlet:

1. Játszódjon a modern korban. Vagy ne.
2. Készíts sorozatot belőlük. Mi lett Jancsival és Juliskával, amikor felnőttek? Dorothy visszatért Ózhoz?
3. Változtass a helyszínen. Mi lenne, ha egy ipari

forradalom előtti híres európai népmese Chicagóban játszódna?

4. Keverd össze a meséket. Mi lenne, ha Hamupipőke és Rapunzel találkoznának?
5. Vigyél bele egy csavart. Ha csak egy kicsit is eltérsz az eredeti történettől, már az is mindenféle érdekes helyzethez vezethet.
6. Meséld el a gonosz nézőpontjából. A *Wicked* című könyv és a belőle készült Broadway musical remek példa erre.
7. Legyen a hősnőből akcióhősnő.

Zumba a léleknek

- Tanuld meg öt nyelven azt mondani, hogy „szeretlek”.
- Jegyezz meg három viccet.
- Fizesd ki egy idegen lejárt parkolójegyét.

Jó társaságban vagy

A karrierje végén Jackson Pollock egyáltalán nem tudott már dolgozni. Bámulta az üres

festővásznat, és azt mondta a barátainak, „utálom az ecsetet, utálom a művészetet”.

5. RÉSZ

A világ felemelése

„A művészek az igazság őrzői. Nekünk kell felszólalnunk a semmibe vett és társadalom peremére szorult emberekért.”

COMMON SZÍNÉSZ ÉS ELŐADÓ

Azt hittem, ez a könyv a művészekről szól.

De miközben hagytam, hogy a múzsák beszéljenek, és hagytam magam közvetíteni, észrevettem egy második üzenetet is, ami előtört: hogy a kreativitás arról szól, hogy elképzelünk egy új világot, hogy megtervezünk egy új elképzelést.

Amikor jól csinálják, a művészet gyógyít.

Mint művészek, kulturális terepmunkát végzünk a világban.

Ahelyett, hogy a mai világ helyzete miatt tüntetünk és nyavalygunk, hagynunk kell, hogy a frusztráció legyen a múzsánk. Engednünk kell, hogy a bosszúságaink dalolásra és táncolásra inspiráljanak minket, és arra, hogy azt kiáltsuk: „Inkább ezt akarjuk.”

Amikor egy jácintkék ara elveszíti a fészkét az eltűnőben lévő esőerdőben, nem siránkozik és hívja fel a terapeutáját. Hanem énekel. Örömteli hangot hallat, emlékeztetve minket arra, amit elvesztettünk.

A világot végül nem a politikusok fogják újra összerakni,

hanem az a több ezer ember, akik felajánlják tehetségüket, és az a több ezer ember, akikből a lehetőségek nagykövete lesz.

A mi feladatunk az, hogy közzétegyük a művészetünket, hogy mások meglepődjenek, sírjanak és kiabáljanak az örömtől. És csak ekkor dobhatjuk be a vörös pirulát, amikor tátva van a szájuk.

A művészet nemcsak feltár minket, hanem arra bátorít, hogy keressük a kapcsolatokat, hogy kezet fogjunk egymással, hogy a jó érdekében közösen cselekedjünk. A csináld magad nem azt jelenti, hogy csináld egyedül. Az alkotás elvégre lehet csapatsport is.

Az egyik ember beállítja a ritmust. A másik elkezdi a dallamot, és nemsokára már az egész közönség csatlakozott a kórushoz, reményt adva az egész világnak.

42. HÉT

Öntsd dalba

„Egy kicsit mind összeomlunk; tegyük hát inkább egymás irányába.”

RICHARD KENNEY KÖLTŐ ÉS PROFESSZOR

Ahányszor sor kerül egy újabb tömeges lövöldözésre, be akarok futni a fürdőbe hányni, és szétverni valami keményet.

Hogyan lett ez az országomból, amelynek minden reggel hűséget esküdtem az általános iskola hat éve alatt?

Bár ma is élni kell az életet – meg kell írni ezt a könyvet, sütiket kell rendelni az érettségiző lányomnak –, úgy érzem, vonzanak ezek a tragédiák. Csábít, hogy mozdulatlanul üljek a tévé előtt, nézzem a borzalmakat, és a fejemet rázzam.

Igen, a mókusok még így is felmásznak a fákon található fészkeikbe, és kötelességtudóan gyűjtögetik a makkokat a következő télre. Eközben az emberek ki-be futkosnak az ajtókon, ami csak pár méterre van a kis ételtartalékaiktól. Annak ellenére is gyűjtögetnek, hogy tavaly egy hatalmas vihar a földbe tiporta a fészkeiket. Akkor is gyűjtögetnek, ha közeleg a halál, és az élet kegyetlen.

Egy részem el akar bújni, fogni akarja a lányomat, és Új-Zélandra szökni, ahol az apjának van egy borászata, és ahol feltehetően békésebb lenne az élete.

De nincs itt az ideje annak, hogy elfussunk, vagy bénultan üljünk, miközben tehetetlenül emésztgetjük az események alakulását.

Itt az ideje cselekedni, itt az ideje alkotni. Itt az ideje békét teremteni a káoszból, itt az ideje szeretetet szőni a felfoghatatlan fonalaiból.

Könnyű azt gondolnom, hogy „Hogy akadályozhatnék meg én, egy jelentéktelen kansasi lakos, egy kezdődő borzalmat?”

De ezzel elfelejtem azt, aki vagyok.

Alkotó vagyok, akit a nagy teremtő képmására teremtettek.

Nem vagyok jelentéktelen.

Ha mást nem, írhatok arról, hogy mit jelentenek számomra ezek a vérfürdők. Valójában semmit sem tudok Sandy Hookról[{6}]. Tartottam egy rövid légzéstanfolyamot a közelében lévő connecticuti Washingtonban, de amúgy nincs más kapcsolatom a kisvárossal.

De a történet rólam is szól. A haragomról, arról a sok alkalomról, amikor bosszút akartam állni, mert valaki elutasított. Azokról az időkről, amikor valaki azt mondta, „Viszlát, nem téged kereslek”.

A szívünk be nem gyógyult részeiről szól: ezek a sebek azt akarják, hogy visszaüssünk.

Miért akarunk lecsapni? Mert úgy érezzük, nincs hatalmunk. Mert elfelejtettük, kik vagyunk. Elfelejtettük, hogy a teremtő életereje folyik a mi ereinkben is.

Kényelmes kultúránkban elég könnyű ezt elfelejteni. Már nem mi készítjük a saját kenyerünket, nem mi énekeljük a saját dalainkat, nem mi táncoljuk a saját ritmusunkat. Már nem igazán alkotunk semmit. Túlságosan gyakran felejtjük el még azt is, hogy képesek vagyunk rá. Pont az a dolog van alvó állapotban, ami összeköt minket a teremtővel.

És amikor felejtünk, kicsúszik a lábunk alól a talaj. Amikor Picasso felismerte, hogy a festés egyfajta mód arra, hogy formába öntse a félelmeit és a vágyait, tudta, hogy megtalálta az útját.

A fiú, aki a Sandy Hook iskolában gyilkolt, még nem találta meg az útját. Elhitette magával, hogy jelentéktelen. Nem tudta, hogy az egész univerzum életereje lüktet a testében. Nem értékelte, hogy mennyire szent minden egyes pillanat.

Nem tudta, hogy egy dalban is kiordíthatta volna a haragját, és hogy elutasították. Nem tudta, hogy eltáncolhatta volna a mérgét.

Bárcsak tudta volna.

Neki már túl késő. De nekünk, akik ugyanannyira bűnösök vagyunk a haragban és a tombolásban, mint a gyilkosok, akikre ujjal mutogatunk, még nem túl késő.

Erős vagy. Megalkothatod a válaszokat az országunkat érő szörnyűségekre, azokra a dolgokra, amelyek miatt fel akarjuk tenni a kezeinket és más országokba menekülni.

Van benned egy színdarab, ami másokat megbocsátásra ösztönözhet. Van benned egy festmény vagy egy történet, ami a félelmet reménnyé változtathatja, a borzalmakat pedig békévé. Már az is elég, ha csak egy ember lel békére hatására.

Ahogy Henry Miller kérdezte egyszer: „Hol van elrejtve ezen a széles földön a szentségek szentsége?”

A még mindig makkokat gyűjtő mókusokban van. Benned van.

SÉTÁLGASS

„Minden igazán nagy gondolat séta közben születik meg.”

FRIEDRICH NIETZSCHE FILOZÓFUS

A *flaneur* franciául *sétálót* jelent. Egy flaneur nem azért sétál, hogy eljusson valahova. Hanem azért, hogy pimaszul rácsodálkozzon és beleszeressen a világba. A sétálás nemcsak forradalmi tett egy erőteljesen autós kultúrában, de átalakítja a sétáló elméjét is.

A világ nagy gondolkodói közül sokan lelkes hívei voltak a sétálásnak, a kószálásnak és a bóklászásnak. Beethoven mindennap sétált, akár esett, akár sütött a nap. Dickens, Einstein, Darwin, Jobs, Thoreau, Arisztotelész, Beckett és Csajkovszkij (egy név is elég, hogy felismerjük ezeket a zseniket) napi szinten sétáltak.

Zumba a léleknek

- Batikolással fesd be az egyik fehérneműdet.
- Készítsd el a saját csomagolópapírod.
- Olvass el öt gyerekkönyvet.

Jó társaságban vagy

Mielőtt Iris DeMent, az énekes-dalszerző kiadta első, *Infamous Angel* című albumát, egy nashville-i vegyesboltban dolgozott.

Mielőtt megírta volna az első dalát, ugyanúgy kételkedett magában, és ugyanolyan kevés önbizalma volt, mint mindnyájunknak. Megírt egy sort, széttépte, meggyőzte magát arról, hogy teljesen felesleges, mert úgysem lesz olyan, mint a hősei – Loretta Lynn, Merle Haggard és a Carter Family.

43. HÉT

Dolgozz a világ meggyógyításáért

„Naiv dolog konstruktív ellenszert keresni olyan dolgokkal, mint a költészet vagy egy dal az emberek hangján? Én ostobábbnak találom katonai erővel és a status quo fenntartásával keresni a tartós gyógyírt.”

KIM STAFFORD KÖLTŐ ÉS ÍRÁSOKTATÓ

A Ramadán szent hónapja alatt sok közel-keleti városban egy *mesaharatinak* nevezett küldönc járja az üres sikátorokat hajnal előtt. Az a feladata, hogy doboljon, verseket olvasson, és felébressze az embereket a reggeli imához.

A művészek olyanok, mint a mesaharatik: felfedezik a világ szűk utcáit, verik a dobjaikat, és felébresztik az embereket. Kifejezik azokat az elképzeléseket, hogy mi egyénként és a társadalom tagjaiként lehetünk többek annál, amik vagyunk. Utah Phillips ezt úgy jellemezte, mintha idegenek előtt fednéd fel magad.

A művészet a következőkkel szolgálja az emberiséget:

1. **Új ötleteket csempész a kultúrába.** Új koncepciókat

és ötleteket ismertet meg az emberekkel, amelyek talán kevésbé esnének jól egy politikus vagy egy szónok szájából. Egy jó műalkotás nemcsak megindít, hanem megváltoztat, átállítja a belső kapcsolóidat.

Jodi Picoult *Apró csodák* című könyve egy afroamerikai nővérről szól és egy fehér felsőbbrendűséget hirdető apáról, aki új gondozót kér újszülött gyereke mellé. Ez a könyv késztetett arra, hogy kiértékeljem a saját kis előítéleteimet és fehér előjogaimat.

Miután Martin Luther King Jr. hallotta Pete Seeger *We Shall Overcome* című dalát, ezt tette meg az emberjogi mozgalom egyik legjelentősebb szlogenjének.

Vagy gondoljunk a független filmes John Saylesre, aki arra invitálta a nézőit, hogy szálljanak szembe a kapzsisággal, az igazságtalansággal és a szegénységgel.

A művészek történészek, történetmesélők és egy ősi, szavak nélküli, szereteten alapuló nyelv őrzői.

2. **Tiszteletet vált ki.** A művészet arra sarkall minket, hogy másképp lássuk, intimebben szeressük a világot. Lelassít minket, és teljesen kitárja az érzékeinket. Ez a módszer arra, hogy teljesen jelen legyünk és friss szemmel lássunk.

   Lehetővé teszi, hogy eddig láthatatlan dolgokat vegyünk észre és értékeljünk. Segít meglátni a természet gyakran figyelmen kívül hagyott csodáit, és megpillantani mindennapi életünk lenyűgöző részleteit.

Gyakran sokkolnak a részletek, amelyek felett elsiklottam, amikor leülök és valóban papírra vetek valamit. Egy nap lerajzoltam a lányomat, Tasmant, miközben ő azzal az ecsettel festett, amit karácsonyra adtam neki. Egy ötéves lerajzolása amúgy majdnem olyan kihívást jelentő feladat, mintha a mexikói ugróbabot szerettem volna megörökíteni. Valószínűleg a festőtanoncok ezért kezdik csendéletekkel.

Ahogy elkezdtem rajzolni a farmerját, észrevettem a hegyes zsebeket a hátulján, a dupla szegést a varrás mentén, a követ, amit a parkban szedett fel, és belegyömöszölt a zsebébe. A rajzolás előtt csak egy pár barna farmerről volt szó egy idegesítő cipzárral, ami sosem maradt behúzva. Beleszerettem ebbe a farmerba, és még több szeretetet éreztem a kedves kis ötéves lány iránt, aki viselte.

3. **A varázslat életben tartása.** Amikor a rajztanárt megkérdezte a négyéves kislánya, hogy mit dolgozik, ő elmagyarázta neki, hogy másokat tanít rajzolni.

A kislány megdöbbent: „Úgy érted, elfelejtették?”

Pontosabban hagyták, hogy a tehetségük és az egyediségük eltűnjön egy sor önostorozó mondat alatt:

„Ó, én sosem tudnám ezt csinálni.”

„Az emberek azt gondolnák, hogy megőrültem.”

Gondolj vissza arra, amikor gyerek voltál. Az egész világ volt a festővásznad. A képzelet felhasználásával a nyalókapálcikákból mágikus repülők lettek, amelyek

szaltóztak és fejjel lefelé repültek. Egy darab szappan volt a mindentudó kis gőzmozdony („Azt hiszem, menni fog! Azt hiszem, menni fog!”) vagy egy híres FBI-os limuzinja. És a strand – ó, a strand – végtelen építőanyagot biztosított. Emlékszel a homokvárakra, a várárkokkal, királyokkal, megmentésre váró kisasszonyokkal és varázslókkal? Akkoriban a képzeletednek nem volt határa.

De aztán a szüleid azt mondták.

„Viselkedj a korodhoz illően.”

„Ne beszélsz teli szájjal.”

„Ha mindenki más kútba ugrana, te is utánuk ugranál?”

Majd a tanárok is hozzátették a magukét:

„A vonalak között fess.”

„Olyan legyen a gabonapelyhes tálad, mint a többieké.”

„A fák zöldek – nem lilák.”

És így mielőtt valami igazán veszélyeset csinálhattál volna, a tanáraid megtanították neked, mi az az igazi művészet és irodalom, mik a metaforák és a stílusok. Végre rájöttél, mennyire jelentéktelenek voltak a kreatív próbálkozásaid. Elvégre „kik vagyunk mi a nagy mesterekhez képest?”

A munkahelyen természetesen csak rosszabb lett. Ha nem te voltál a főnök – a nagyfiú –, akkor a fő feladatod a szabályok követése volt. Tartsd vissza a képzeleted. Valamint a túlórák, az etetendő gyerekek és a

jelzáloghitel mellett valószínűleg nem is volt idődd szappanokkal és homokvárakkal játszani.

Hamarosan rájöttél, hogy már nem is tudod, hogyan kell. Az élet színei kifakultak, varázslatai elapadtak. Rég eltűnt a képességed arra, hogy csodálkozz, meglepődj, vagy hogy tanácstalan legyél: elraktad őket egy dobozba a gyerekkori játékaiddal együtt.

Hol van a távirányító?

Néhányan ezt hívják felnőttségnek – hogy felelősségteljesek vagyunk.

Nem tudom, te hogy vagy vele, de én azt akarom, hogy elvarázsoljanak. Homokvárakat akarok építeni, asztalokon akarok táncolni, és pizsamában akarok ugróiskolázni.

Mi van, ha a társadalom azt mondja, hogy ezek haszontalan tevékenységek, gyerekes kívánságok, tökéletes időpocsékolások?

Mi van, ha a kreativitás nem ad biztonságot?

A kreativitás ismeretlen, sőt veszélyes. De unom, hogy behúzzam a sorba a székem, hogy egyenes vonalban meneteljek.

Készen állok cikcakkban menni, igent mondani, kitalálni a saját táncomat.

Legyen ez a te meghívod arra, hogy csatlakozz hozzám.

LÉGY GONDOLATMŰVÉSZ

„Milyen vad történelem íródik a keblekben.”

EDGAR ALLAN POE, *A HOLLÓ* ÍRÓJA

Néha nehéz szem előtt tartani az Oscart, amikor még az első jelenetet sem írtad meg. De képesnek kell lenned arra, hogy ott lebegjen a lelki szemeid előtt. Gondolatművésznek kell lenned.

Felejtsd el a tényeket. A tényt, hogy még sosem írtál forgatókönyvet, a tényt, hogy még azt sem tudod, mennyire kell behúzni az oldalon az első szereplő nevét.

Koncentrálj arra, ahogy a kis aranyszobor ott ül a kandallód tetején. Koncentrálj a tapsra, miközben idegesen kimész elmondani a köszönőbeszéded.

Shirley MacLaine, aki elnyerte a legjobb női főszereplőnek járó díjat a *Becéző szavak*ban Aurora Greenwayként nyújtott alakításáért, mesteri szinten

űzi a gondolatművészkedést. Már jóval korábban elképzelte, hogy Oscart fog kapni, még a ruhát is, amit az eseményen viselni fog.

Zumba a léleknek

- Találj ki egy karaktert, és készíts neki Facebook-profilt.
- Írj egy sajtóközleményt magadról.
- Mindig legyen nálad valami, amibe leírhatod az ötleteidet.

Jó társaságban vagy

Lin-Manuel Miranda, a nagy sikerű *Hamilton* alkotója bevallotta, hogy „Amikor írok valamit, én is átmegyek azon fázison, hogy csak egy csaló vagyok. És azon a fázison is, hogy sosem fogom befejezni”.

44. HÉT

Alkotni vagy meghalni

„Mit nyerhetünk azzal, hogy elhajózunk a Holdig, ha nem tudunk átkelni a szakadékon, ami elválaszt minket önmagunktól? Ez a legfontosabb felfedezőút, és enélkül a többi nemcsak hogy értelmetlen, de katasztrofális is.”

THOMAS MERTON TRAPPISTA SZERZETES

A következő egy órában hatvan ember próbálja majd megölni magát az Egyesült Államokban. Közülük négy sikerrel fog járni. Mire elolvasod ezt a fejezetet, az egyik társad már halott lesz – nem a rák miatt, nem egy megfáradt szív miatt, hanem a saját fájdalma elviselhetetlen terhétől, attól a súlytól, ami végül meggyőzte, hogy emeljen fegyvert értékes homlokához, vagy borotvapengét a csuklójához, amit az anyukája a kezében tartott, amikor megtanította járni.

Az Egészségügyi Világszervezet szerint 2030-ra a depresszió meg fogja előzni a rákot, az agyvérzést, a háborút és a baleseteket a fogyatékosságok és a halál vezető okaként.

Nem kell bizonygatnom, hogy valami nincs rendben – dühítően nincs rendben – ezzel a helyzettel. Valami teljesen

elszabadult.

Valami szentet megsértettek. Az emberi lélek elvesztette a hitét.

Lassan, idővel, feladtuk az örökségünket. Lemondtunk arról a képességünkről, hogy gondolkozzunk, hogy kitaláljunk dolgokat, hogy elképzeljünk dolgokat, hogy tervezzünk, hogy álmodjunk. Ehelyett fogjuk a telefonjainkat és a távirányítóért nyúlunk. Pizzát rendelünk.

Egy isteni ajándékot adtak nekünk – a teremtés képességét. Meg vagyunk áldva azzal az erővel, hogy irányítjuk a saját végzetünket és kiszélesítjük a kozmoszt.

Mindnyájunkban van egy mesterszakács, egy feltaláló, egy író, egy politikus. Ezek a lelkünkben élő hősök, ezek a hatalmas óriások szó szerint haldokolnak az unalomtól. Már halálra unják a sorozatnézést.

Az egyszerű ételek, a tévézés és a készen kapható dolgok mind túszul ejtették a bennünk élő isteneket. Nem csoda, hogy mind depressziósak vagyunk. Mi, a legnagyobb alkotók, akik képesek vagyunk városokat építeni és nemzeteket inspirálni, azzal töltjük az időnket, hogy *Szex és New York*-ismétléseket nézünk.

Elfelejtettük, hogy egész galaxisok léteznek a markunkban. Bolond istenek vagyunk. A legmélyebb impulzusunk az alkotás. Enélkül az élet steril, nem több, mint megszokott ismétlések sorozata.

Nem vagyok annyira őrült, hogy azt feltételezzem, egy olyan egyszerű dolog, mint a versírás vagy egy dal eléneklése meg fogja változtatni az öngyilkossági rátát ebben az országban.

Nem azt mondom, hogy a gyógyszerek helyett használjuk a rajzfüzetünket.

De ez is egy kezdet.

Az alkotás már magában is a hatalom egy kifejezése, a remény tette. Arra emlékeztet minket, hogy nem vagyunk tehetetlen bábok, hogy nem marhák vagyunk a nagy, kozmikus vágóhídon. Egy dal megírása vagy egy váza frissen szedett szarkaláb lerajzolása arra emlékezet minket, hogy tehetünk valamit, arra emlékeztet, hogy képesek vagyunk a semmiből létrehozni valamit. És ahogy gyűlnek ezek az emlékeztetők, ahogy elkezd nőni a remény, már nem érezzük úgy, hogy elárasztanak a saját és a világ gondjai. Eszünkbe jut, hogy emberként és az univerzum társteremtőiként hatalmas erővel rendelkezünk, és megváltoztathatjuk a dolgokat.

A mi felelősségünk az, hogy az élet lüktetésének és szépségének szemtanúi legyünk. Az egyetlen feladatunk pedig, hogy rátaláljunk, és elénekeljük a saját dalunkat.

Válaszolhatsz a hívó szóra. Vagy meghalsz.

ADJ ELŐ EGY JELENETET AZ *ÓZ, A NAGY VARÁZSLÓ*BÓL

„Fogd az összetört szívet. Alkoss belőle művészetet.”

CARRIE FISHER SZÍNÉSZNŐ

Igen, barátokra lesz szükséged. Valaki a bádogember lesz, valaki a madárijesztő, valaki pedig a gyáva oroszlán. Lehet, hogy még Totót és a boszorkányt is látni akarod a jelenetedben. Te döntöd el. Te választod ki a színészeket is. De ne feledd, hogy ezen a héten színész vagy, egy énekes, és akár még egy varázsló is.

Zumba a léleknek

- Készíts öt különböző stílusú papírrepülőt. Nézd meg, melyik repül a legjobban.
- Készítsd el a saját színeződ.
- Próbálj ki egy buddhista meditációs gyakorlatot.

Jó társaságban vagy

Jerry Seinfeld az első színpadi fellépésén teljesen lefagyott, és kifütyülték a színpadról.

45. HÉT

Mit akar üzenni az univerzum rajtad keresztül?

„Nélküled nekünk, többieknek nélkülöznünk kell számos csodás dolog forrását.”

LEO BUSCAGLIA, PROFESSZOR ÉS SZÁMOS ROMANTIKUS BESTSELLER ÍRÓJA

Egy helyi orvos egyszer „napi egy órányi szépséget” írt fel az egyik barátomnak. Kóros fáradtságtól szenvedett, egy olyan állapotban, amelynek nincs klinikai oka. Azt parancsolta neki, hogy mozduljon ki, és töltsön mindennap minimum egy órát azzal, hogy észreveszi a nagylelkűséget, a kecsességet és a művészieséget.

Ez a kezdőpont az alkotók számára is. Azzal kell kezdenünk, hogy érezzük a bőséget, hogy tudjuk – ahogy Buscaglia is mondta –, hogy valami csodás dolog forrásai vagyunk.

Az alkotás minden öröme azzal kezdődik, hogy érezzük a végtelen lehetőséget. Hogy felismerjük, hogy mindenhol vannak kincsek. A mi feladatunk az, hogy összegyűjtsük őket, és hangot adjunk nekik.

A művész olyan ember, aki fontos dolgokat fed fel a világ nevében, valaki, aki – amint azt Mary Oliver mondja – odafigyel, elcsodálkozik, majd pedig mesél róla.

A művészlét nem olcsó módja a figyelemszerzésnek. A művész felajánl egy ajándékot a világnak és a benne élő összes lénynek.

És akkor mi van, ha senki sem akarja megvenni? Szögeld oda egy telefonpóznára. Küldd be egy blogra. Adakozz bőségesen. Pazarolj el mindent.

Az álmok eltűnnek, ha nem mesélünk róluk, vagy nem írjuk le őket.

A világegyetem történetében sosem lesz még egy belőled. Az élményeidet, a bölcsességedet és a tehetségedet sosem lehet újra megalkotni. Valami olyan van benned, amihez a világ sosem férne hozzá nélküled.

Minden embernek egyedi a látásmódja. Minden emberben ott rejlik az arany.

Kérlek, könyörgöm. Ne fossz meg minket a közreműködésedtől.

Jolie Guillebeau, egy művész az oregoni Portlandből azt mondja, hogy egy évvel azután volt képes magáénak tekinteni a választott foglalkozását, miután elvégezte a művészeti iskolát. „A diploma ellenére nem tudtam magam művésznek nevezni. Nem tudtam festeni vagy rajzolni – egyetlen képet sem. Lebénított a félelem, a perfekcionizmus és a belső kritikám, ami a művészeti iskolában jött elő belőlem.”

Miután négy hónapig írogatott a naplójába, röviden össze tudta foglalni, hogy mit gondolt. Három szóból állt.

A festők festenek.

„Tudtam, hogy festenem kell, tudtam, hogy hinnem kell az ötletek bőségében. Így hát elhatároztam, hogy három hónapon át mindennap festek egy képet, akkor is, ha van ötletem, akkor is, ha nincs. Csak így tudtam szembeszállni a démonjaimmal, egyik napról a másikra.”

Száz nap után befejezett száz képet. Csodával határos módon ezekből nyolcvanhetet el is adott.

Hat évvel később még most is mindennap fest egy képet. Ő úgy látja, hogy így osztja meg a történetét, a bőségét.

Találd meg a saját bőséged azokban a kis pillanatokban, amelyeket ünnepelni kell, még akkor is, ha csak te veszed észre őket.

ÍRJ EGY LEVELET A SZERKESZTŐNEK

„A világ legyen érdekesebb attól, hogy itt vagy.”

NEIL GAIMAN ÍRÓ

Biztos van valami, ami nagyon zavar, valami, ami már hónapok óta nem hagy nyugodni. Ahelyett, hogy magadban forronganál, itt az ideje elmondani a véleményed. Ki tudja? A szerkesztő még talán nyomdába is küldheti.

Zumba a léleknek

- Keress egy fát a parkban, amit feldíszíthetsz, mint egy karácsonyfát.
- Szedj ki valamit a szemétből, és kezdj vele valamit.

- Vegyél fel egy olyan ruhadarabot, ami nem igazán illik a szabványos viselethez.

Jó társaságban vagy

Stevie Nicks olyan ideges lesz, mielőtt színpadra lép, hogy még kisminkelni sem tudja magát. Erős remegés jön rá és hányingere lesz. Bár jó dalszerzőnek tartja magát, de kitart a mellett a hite mellett, hogy nem valami jó zenész.

46. HÉT

A benned élő vadóc

„Sose kérdezd, hogy csinálhatsz-e valamit. Inkább mondd azt, hogy megcsinálod. Majd csatold be a biztonsági övet.”

JULIA CAMERON, *A MŰVÉSZ ÚTJA* CÍMŰ KÖNYV ÍRÓJA

Évek óta azt tanácsolják, hogy kerüljünk kapcsolatba a bennünk élő gyermekkel. Azt mondják, hogy az egyetlen mód a legbelsőbb érzelmi gondjaink megoldására az, ha felkaroljuk a belső gyermeket, és ő lesz a legfőbb bizalmasunk.

Az egyetlen probléma az, hogy elfelejtjük megkérdezni, milyen volt a teadélután a tündérkirállyal. Annyi időt töltünk azzal, hogy az apjáról kérdezzük, aki sosem volt ott mellette, és a napközis felügyelőről, aki bezárta a szekrénybe, hogy emiatt nem osztja meg velünk a bolondos dolgait, a gyönyörű dalát és a vad fantáziáját.

A gyerekek fontos dolgokat tudnak, olyan dolgokat, amiket mi, érett felnőttek elfelejtettünk. A gyerekek tudják, hogy a pocsolyákban lehet ágakat hajóztatni, hogy a hóviharokban lehet hóangyalokat csinálni, és hogy a törött seprűnyelekből remek lovacskák lehetnek. Ők tudják, hogy a cukorkák jobbak,

mint a pénz, és hogy a szép kagylók utáni kutatás fontos időtöltés.

És amikor a művészetről van szó, egy első osztályosnak sosem az jut eszébe, hogy nem tudja, hogyan kell festeni, táncolni vagy szobrászkodni. Elvégre gyurmából bármit lehet csinálni. A gyerekek tudják, hogy álmodjanak nagyot, hogyan barátkozzanak össze sárkányokkal, hercegekkel és tündékkel.

Mi ezzel a belső gyermekkel akarunk konzultálni.

Nemcsak a belső kis vadócot akarjuk visszahívni, azt, aki fára mászik és homokvárakat épít, hanem olyan dolgokat akarunk csinálni, amiket a gyerekek.

Mint a bemutatók. Miért nem számít ez hétköznapi dolognak? Minden héten össze kellene ülnünk családokkal, a legközelebbi barátainkkal, és megmutatni nekik valamit, ami nekünk nagyon tetszik, valamit, ami egyedi bennünk. Bemutathatnák egy rajzunkat, amit a bankszámla szélére firkáltunk, vagy valamit, ami a ruhatisztítónál jutott eszünkbe.

A felnőttek is kitalálnak dolgokat. Csak nem mondjuk el senkinek. Nem gondoljuk, hogy fontos. A lenyírandó fű és a megjavításra váró hangtompítók mellett ezek nem fontosak.

Mennyivel közelebb lennénk egymáshoz, ha megállnánk annyi időre, hogy megtiszteljük egymást egy bemutató körben? Ha meghallgatnánk egymás történeteit, megnéznénk egymás alkotásait. Mind éhezünk a közösségre. Több mód kell a kapcsolatteremtésre. A felnőtteknek is szükségük van erre.

Mesékre, zenére, szundira és rágcsálásra is szükségünk van. Talán még jobban, mint a gyerekeknek.

A kisiskolások játszhatnak tamburinon, butácska dalokat

énekelhetnek és pöröghetnek vadul, míg mi az oldalvonalról figyelünk, mint a rendes felnőttek.

Mi lett azzal, hogy felakasztottuk a hűtőre az ujjunkkal festett képeket? Mi történt az olvasónaplókkal? A társasjátékozással?

Ahelyett, hogy a bennünk élő gyermek feldolgozására, a bennünk élő gyermeken való munkálkodásra fókuszálunk, elképzelem, ahogy az emberek összegyűlnek, és megmutatják az önarcképeiket, a kitűzőiket és a lufiállataikat. Látom, hogy nevetnek mindenféle kalandon, verseket írnak a járdára, és hatalmas mottókat graffitiznek fel a hidakra. Látok egy hatalmas piknikkosarat, amiből mindenki megkóstolja a hihetetlen mennyiségű szendvicset. Látom, ahogy újonnan feltalált ünnepnapokat tartanak, és varietéműsorokat kabaréjelenetekkel és házi készítésű hangszerekkel.

De mindenekfelett gyógyulást látok, szórakozást, az életet úgy, ahogy azt egy hatéves éli.

TARTS BEMUTATÓESTET

„Azért vagy itt, hogy meghonosíts egy kozmikus ünnepet.”

MICHAEL BECKWITH, AZ ÚJ GONDOLAT MOZGALOM EGY OKTATÓJA

Emlékszel a *Már az óvodában megtanultam mindent, amit tudni érdemes* című könyvre? Nos, azért annyira népszerű, mert teljesen betalált. Mégis mi mást kellene tudnunk?

Ezen a héten hívd át a barátaidat. Kérd meg őket, hogy hozzanak valamit, ami értékes számukra, és egymás után beszéljenek róla. Meg fogsz lepődni, milyen jól fogtok szórakozni.

Zumba a léleknek

- Írj új befejezést egy detektívregénynek.
- Utánozd a kedvenc rajzfilmfigurád.
- Tarts Barbra Streisand- vagy Keanu Reeves- (vagy akit szeretnél) filmfesztivált.

Jó társaságban vagy

Tom Wolfe, a *Savpróba* és a *Hiúságok máglyája* című bestsellerek írója azt mondja: „Az a rossz bármilyen könyv első mondatában, hogy amint leírtad, rájössz, hogy ez az alkotás nem lesz olyan nagyszerű, mint ahogy azt elképzelted. Nem is lehet.”

47. HÉT

Bátorság

„Kell egy bizonyosfajta, szinte fizikai ideg, olyan, amellyel át tudsz sétálni egy farönkön egy folyó felett.”

MARGARET ATWOOD KANADAI KÖLTŐ ÉS ÍRÓ

A kreativitáshoz nagy bátorság kell.

Amikor írunk, énekelünk vagy festünk, veszélybe sodorjuk magunkat. Rálépünk a magasan kifeszített drótra, és egy egész cirkusznyi ember figyel minket.

Nem csoda, hogy gyakran meghátrálunk.

A művészeted nagyjából mindent magában foglal – a szükségletedet arra, hogy felfigyeljenek rád, továbbá hogy az igazat mondd, és hogy változtass valamin.

Nem is meglepő, hogy izgulsz egy kicsit, nem?

A félelmünk gyakran álruhában jelentkezik – mint például a halogatás („Majd holnap dolgozom a harmadik jeleneten”), vagy hogy elfoglaltak vagyunk („Majd elkezdem a regényt, ha a gyerekek iskolában vannak”), vagy a depresszió („Majd festek, ha nem leszek ennyire szomorú”).

Nevezd, aminek akarod, de ugyanarról a gondról van szó.

A kreativitás valóban ijesztő.

Megkockáztatjuk az elidegenedést. Bár az emberek istenként kezelik a sztárokat és a reggeli tévéműsorokban megjelenő bestsellerírókat, nem igazán értékelik a saját életükben azokat az ismerősöket, akik bezárkóznak és verseket írnak, vagy gitároznak. Amikor alkotunk, gyakran egyedül vagyunk, és egy másik világba kerülünk, egy olyan világba, ahol nincsenek mindig a közelünkben. Az emberek gyakran fenyegetve érzik magukat.

Gyakran biztatni fognak és gratulálnak, amikor kiadják az egyik művet, vagy szerepet kapsz egy színdarabban, de addig hajlamosak becsmérlőn nézni rád.

Amíg befogod a szád, bólogatsz a megfelelő időben, követed a tanácsokat és nem csinálsz semmi tiltott dolgot, addig senki sem fog kinevetni, ellenkezni és kritizálni.

De amint megírsz, kimondasz vagy megfestesz valamit, az álarc lehull. Az emberek tudni fogják. És ehhez bátorság kell, nagy B-vel.

Bátorság kell ahhoz is, hogy szembeszállj a saját félelmeiddel, és hogy szembenézz a saját igazságaiddal. Amikor megadod magad a művészetednek, lehet, hogy úgy érzed majd, hogy az igazságaid ellentmondanak a világ felé mutatott énednek.

Ments Isten, lehet, hogy rájössz, hogy nem akarod azt csinálni, amit a társadalom szerint csinálnod kellene. Például Emily Dickinson a költészetén keresztül fedezte fel, hogy nem akart férjez menni és háztartást vezetni, mint az anyja.

És különös bátorság kell ahhoz, hogy szembeszálljunk azokkal a nyaggató kis hangokkal, amelyek folyamatosan azt

mondogatják, hogy unalmas vagy, azokkal a hangokkal, amelyek ragaszkodnak hozzá, hogy ha írsz vagy festesz, akkor kockára teszed a megélhetésed. Bátorság kell hozzá, hogy felvedd ellenük a harcot, és folyamatosan menj előre, amikor mindig kirakják a lábaikat, és megpróbálnak elgáncsolni.

Bátorság kell a kitartáshoz is, hogy tovább folytasd akkor is, amikor nem azt kapod, amit vársz. De továbbra is gürcölnöd kell érte.

Számtalanszor el fognak utasítani, az emberek sokszor azt fogják mondani, hogy „Sajnálom, engem ez nem érdekel”.

De bátornak kell lennünk, és ennek ellenére is haladnunk kell előre.

TALÁLJ KI EGY KOREOGRÁFIÁT

„Egy olyan bölcsesség titkárnője vagyok, melyet a világ tett elérhetővé számomra."

KIM STAFFORD ÍRÁSOKTATÓ

Rendben, szóval nem vagy George Balanchine, és az egyetlen tánclépés, amit ismersz az, hogy előreteszed a jobb lábad. Nem számít. Tedd be a kedvenc zenéd, állj fel a kanapéról, és mutasd meg magad.

Zumba a léleknek

- Rendezz *Monopoly*-bajnokságot.
- Névtelenül küldd el a kedvenc versed húsz embernek.

- Öltözz be egy szexi jelmezbe (vagy valami olyanba, amit amúgy nem vennél fel), és menj el bulizni.

Jó társaságban vagy

Bob Dylant kifütyülték a színpadról, amikor először lépett fel elektromos gitárral.

48. HÉT

Tea két személyre

„Csak egyetlen igazi hiány van… amikor nem vagy képes átadni az ajándékaidat azoknak, akiket a legjobban szeretsz.”

MAY SARTON KÖLTŐ ÉS EMLÉKIRATÍRÓ

Amikor már belelendültél (és garantálom, hogy inspirálni fog a másik két gyakorlat), beszélgetni akarsz majd más művészekkel is. És nem a Facebookon, bár kétségkívül az is jó lehet. A szalonokra gondolok, a 17. és 18. századi francia szalonokra. Gyűjts össze egy csapatot azzal a céllal, hogy megosszátok a múzsáitok áldásait.

Mint ahogy a régi idők szalonjai elhozták azt, amit ma a felvilágosodás korának nevezünk, arra számítok, hogy az ezen könyv hatására létrejött szalonok is felemelik ezt a szomorú és viharos világot, és kimozdítanak minket az idegesítő rutinjainkból. De tudd, hogy nem kis dolgot kérek tőled.

A szalonok az ősi görög szimpóziumoktól Gertrude Stein híres párizsi összejöveteleiig mindig is inkubátorként működtek a provokatív – mondhatni veszélyes – ötletek számára. A

szenvedélyes beszélgetések szenvedélyes tettekhez vezetnek. Nem kevesebbet várok, mint a nagyságot.

Ez egy jó dolog. Ha olyan vagy, mint én, akkor égető vágyat érzel arra, hogy kikerülj a rutinból, igaz?

Bár az univerzum mindig vezet minket, mindig segít alkotni, néha kicsit emberibb dolgoknak kell emlékeztetniük minket. Ezért létfontosságú egy olyan környezetet találni, amiben értékelik a művészetet, és amiben bátorítják az alkotást.

Ezen a héten egy művész partnert fogsz keresni magadnak, valakit, akinek beszélhetsz a művészi céljaidról, félelmeidről és eredményeidről. Valakit, aki hajlandó meghallgatni a mondandód, egy különleges lelki társat, akit tényleg érdekelnek a gondolataid és a lelkedet nyomó érzelmek.

Ez a partner minden héten biztatni fog. Hinni fog benned, bátorítani fog, és meg fogja veregetni a vállad, amikor odateszed magad, és a művészeteddel foglalkozol.

Ha kicsit kínosnak érzed, hogy ennyi időt kérsz valakitől, ne feledd, hogy egy ajándékot ajánlasz fel neki. Ugyanezt te is meg fogod tenni érte (meghallgatod, megnézed és biztatod az alkotásra), de felajánlod a saját lényed ajándékát is.

Ez az személy abban a kiváltságban részesül, hogy láthatja a valódi éned. Nem azt, akit a középiskolában elítéltek bolti lopásért, vagy aki megbukott hatodikban. Ezek csak piti kis dolgok, amiket emberként követtél el.

Nem, ez az ember az első sorba kap jegyet a lelátón a gazdagabb, mélyebb, isteni énedhez. És ez, kedves barátom, ritka és felbecsülhetetlen ajándék. Meglátni valakinek az eredeti, istenszerű oldalát mindig magasabb szintre emel.

Gyakran a kisebbik énünket mutatjuk a barátainknak és a családunknak, azokat az éneinket, amik folyamatosan agyalnak és túl sok cukrot esznek. De a nagy éned, a művész éned, amely hajlandó meztelenül és félelem nélkül kiállni, csak ajándékokat ad. Bízz bennem! Inspirálni fogod a partnered. És örülni fog neki, hogy megkérted.

Talán már most is ismersz valakit, aki hajlandó eljátszani ezt a szerepet kezdődő művészi karrieredben. Ha nem, tegyél ki egy felhívást a helyi színházba, könyvtárba vagy hobbiboltba. Adj fel egy személyes hirdetést. Valakit találni fogsz.

Valószínűleg jobb, ha valaki olyat választasz, akivel nem szoktátok meg egymást – mint a férjed vagy a legjobb barátod. Nem sértésből, de a baráti kapcsolatok arra csábítanak, hogy maradjunk a megszokottnál. Ezeknek a találkozóknak frissnek, nyernek és élénknek kell lenniük.

Leírhatnék egy rakás szabályt, hogy hogyan kell csinálni, de bízom abban, hogy amint a művészet is feltár előtted egy mélyebb tudást, úgy az is természetes lesz, hogy megismered a partnered, és megosztod vele a dolgaidat.

Csak két dolgot javaslok. Először is, minden héten üljetek össze. Lehet, hogy szorongatónak tűnik, hogy szakíts rá egy kis időt az így is betáblázott napodban. De végül semmi sem lesz ennél fontosabb.

A második szabály: Sose ítélkezzetek egymás munkái felett, és ne kritizáljátok. Igen, megmutatjátok egymásnak a munkáitokat – büszkén, bátran –, de sose tegyetek megjegyzéseket vagy javaslatokat. Azért vagytok ott, hogy megváltoztassátok a gondolkodást arról, hogy „jónak kell

lennie” arra, hogy „megcsináltad”!

A te feladatod az, hogy bátorítsd és éljenezd a tényt, hogy a partnered odatette magát, és elvégezte a munkát. Pont. Mindössze ennyi a fontos. Tedd oda magad. A munka elvégzése. A múzsák majd elintézik a többit.

SZIVÁRVÁNYSZÍNŰ MŰVÉSZEKET KERESÜNK

„Aznap valami előtérbe került a háttérből. Az álom egy nagy lépést tett felém.”

JEN LEE MŰVÉSZ ÉS FILMES

Készíts és helyezz el egy közleményt a helyi színház, könyvtár vagy hobbibolt hirdetőtábláján.

És ne feledd, van választásod. Keresd meg a legközelebbi alkoholos filcet, és írj valami ilyesmit: *Vakmerő, de tiszteletteljes művész keres vakmerő, de tiszteletteljes művésztársat. Hívd _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _-t (név) a _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ (telefonszám) számon.*

Vagy megtervezheted a sajátodat. Legyen egyértelmű és vakmerő.

Zumba a léleknek

- Vágj ki kuponokat olyan dolgokhoz, amik neked nem kellenek, és hagyd őket a termékhez közeli polcon.
- Fénymásold le az arcod.
- Tanulmányozz egy szentet.

Jó társaságban vagy

Vincent van Gogh azon aggódott, hogy nem elég kreatív. Úgy érezte magát, mintha „be lenne börtönözve” a szíve.

49. HÉT

Egy kis segítség a barátainktól

„Csoportosuljatok, mint a csillagok."

HENRY MILLER ÍRÓ

Mary Shelley, aki alig múlt húszéves, amikor megírta Frankenstein klasszikus történetét, azt állította, hogy sosem lett volna rá képes a barátai bátorítása nélkül, akikkel együtt laktak egy villában a Genfi-tónál. Sivár és esős nyár volt, Shelley és a barátai – beleértve későbbi férjét, Percy Bysshe Shelleyt, valamint a költő Lord Byront – a kandalló mellett töltötték hosszú estéiket. A költőtársak kihívták egymást, hogy mindenki írjon egy kísértetsztorit, és nyaggatták Maryt, hogy ő is csatlakozzon. Elkezdett gondolkozni rajta, míg egy este a múzsák egy rémisztő történettel ébresztették fel a mára ismertté vált fiatal orvosról és szokatlan tudományos kísérletéről.

Lehetséges, hogy Mary Shelley „elment volna" a történet mellett, ha nem olyanok veszik körül, akiknek szintén művészi elképzeléseik voltak.

A művészeknek bajtársakra van szükségük, akik lesben

állnak, és biztatnak, amikor fel akarod adni.

A mítosz a magányos, szenvedő művészről nagy árat követel. Nem kell egyedül lennünk: valójában sokszor még jobban tudunk alkotni, amikor kikukucskálunk elszigetelt művészi padlásszobánkból, és odaköszönünk valakinek.

A művészek emberemlékezet óta kávézókban gyűltek össze, hogy megosszák az ötleteiket, csevegjenek a szerkesztőkről, és tippeket adjanak egymásnak arról, hogy hol kapni a legjobb festéket. Hemingway kis fekete könyvében ott volt Gertrude Stein, F. Scott Fitzgerald, Matisse és sok más ismert művész neve.

Maxine Kumin és Anne Sexton Pulitzer-díjas költők külön telefonvonalat szereltettek a házukba, hogy órákat tölthessenek a munkájuk megbeszélésével. Szárnyaikat bontogató kezdőként egy költészetórán találkoztak először egy bostoni felnőttképzésen. Később egy nem hivatalos költészeti csoportot is alapítottak, ami kéthetente ülésezett a tagok otthonaiban. Amikor Kumin három gyereke látta, hogy kikészíti a csészéket és az üvegeket, mindig ellenkeztek: „Jajj, ne, már megint a költők? Sosem fogunk elaludni.”

Valószínűleg igazuk volt. Amikor a kémia működik, a művészek találkozói hangosak és izgalmasak lehetnek. Valakinek az ötletei inspirálják a többieket. Mindenki hozzáteszi a saját dolgát, hogy valami nagyobb jöjjön létre.

Az első évben Kumin és Sexton költőcsoportjának öt tagjából négy kiadott egy könyvet.

A Pulitzer-díjas Tony Kushner azt mondta, hogy egyenesen baromság, hogy egyedül írta volna az *Angyalok Amerikában*

című művét. Színészek, rendezők, korábbi szeretők, barátok és még az egyéjszakás kalandok is nyomot hagytak a színdarab szövegében. „Csak fantázia, hogy a művészek elszigetelten dolgoznak, és hogy a művészi elismerések kizárólag csak az egyén tehetségéből erednek” – mondta.

A művészet, ahelyett hogy elszigetelne minket, mint ahogy azt a közkeletű mítoszok mondják, valójában összehoz minket.

Amikor megosztjuk a munkákat, közelebb kerülünk egymáshoz. Felfedjük magunkat egymás előtt. Amikor felolvasunk egy verset, vagy megmutatunk egy festményt, rokon lelkekre találunk, bólogató barátokra, akik azt mondják: „Igen, én is. Én is így érzek.”

Mind kapcsolatokat akarunk, és közelséget.

Mostanában azonban megtanultunk úgy kapcsolódni, amit Caroline Myss „sebológiának” nevez. Ez így működik: Elmondom neked, hogy az apám sosem volt mellettem, hogy egy alkoholistával randiztam, és hogy felépülőben lévő társfüggő vagyok, és aztán hűha, máris egy rakás dologról tudunk beszélni.

Az egyetlen probléma az, hogy innentől kezdve kesztyűs kézzel fogunk bánni egymással. Ne hagyj cserben, mert különben az apámra fogsz emlékeztetni, amitől nagyon szomorú leszek, és elutasítalak, és bla bla bla bla bla.

Igen, van köztünk kapcsolat, de ez olyan kapcsolat lenne, amiből előnyünk származik, és ami táplálja a barátságunkat?

Én egy jobb módot szeretnék javasolni a kapcsolatteremtésre. Mondjuk el egymásnak a legmélyebb álmainkat. Olvassuk fel egymásnak a titokban írt verseinket. Tegyünk úgy, hogy te vagy

Mark Ruffalo én pedig Nicole Kidman, és menjünk el epres sajttortát enni.

Igen, néha még így is bele fogunk ütközni a haragba és a félelembe, de ha ezeket az égető érzéseket beleöntjük egy szereplőbe, egy novellába, egy dalba, akkor kiadjuk és elengedjük. Ha valami kézzel foghatót és valódit hozunk létre belőle, valamit, amit megoszthatunk egy másik emberi lénnyel, akkor szabadon ereszthetjük.

Az is jó, ha beszélünk egy problémáról. Mindenkinek éreznie kell, hogy valakit érdekel, hogy valaki meghallgatja. De amikor a szorongásodból alkotsz valamit – egy történetet, egy verset –, konkrétum lesz belőle, és hirtelen te rendelkezel felette, nem pedig fordítva.

Belefáradtam, hogy a gyengeségeim vezetnek, és hogy abban reménykedek, hogy majd kedvelsz, mert önbizalom-hiányos és ijedt vagyok. Igen, gondoltam rá, hogy borotvapengét emelek a kezemhez. Szintén könyörögtem már négykézláb egy férfinak, hogy ne hagyjon el. De egy táncoló istennő vagyok, egy pörgő mester, aki arra vágyik, hogy a benned élő Istennel táncoljon.

ÍRJ EGY VERSET

„Beszéd közben senki sem blokkol le.”

SETH GODIN, FANTASZTIKUS BLOGGER

Lehet, hogy segíteni fog, ha felteszel egy piros svájcisapkát. Vagy növesztesz egy rendezetlen szakállat. Keresd meg a dolog lelkét. Alkoss egy rímelő verset, egy haikut, vagy egy olyan verset, ami kifejezi a gondjaidat. Mindegy, csak írj valamit.

A következő oldalon egy verset találsz, amit én írtam. A saját verzióm dr. Seuss népszerű *Zöld sonkás tojás* című könyvéről. Ha más haszna nem lesz is, de legalább eloszlatja a kétségeidet, hogy nem vagy elég jó, vagy nem tudod, hogyan kell csinálni. Mielőtt megírtam volna ezt az egyik kreativitásórámra, még sosem írtam verset.

Zöld sonkás Pam

Én vagyok Pam.
Pam vagyok én.

Nem tetszett, hogy én vagyok Pam.
Aki mindig azt mondja, „igen, uram”, „igen, hölgyem”.

Nem tetszett, hogy én vagyok Pam.
Nem tetszett, hogy „igen, uram”, „igen, hölgyem”.

A dobozból ki akartam lépni,
Sikítani, táncolni, élni.

Nem tetszett, hogy „igen, uram”, „igen, hölgyem”.
Egyik sem tetszett nekem.
Én vagyok Pam.

De megtehetném? Meg tudnám tenni?
Eltörni a rácsokat? Megtehetném? Meg tudnám tenni? Elérhetném a csillagokat?

Ahogy telt az idő, kioltotta a fényem, és a lelkem körécsavarodott
Nem hagyott rendesen élni...

A teljességtől elszakított, és

Mindentől, ami helyes és igaz számomra.
Elcseréltem az igazságot és a fényt egy elképzelt önmagamra.
Így tápláltam a hamis félelmemet,
Azzal, akinek gondoltam magam fiatal éveimben.

De valahogy egy bennem élő kreatív erő miatt magamhoz tértem,
És éreztem a lelkem belső esszenciáját,
amit oly régen elcseréltem.
Mintha egy távoli dob muzsikáját hallottam volna,
A saját belső dallamom valódi vibrálását éreztem.

Nem a dobozban.
Nem rókabőrben.
Nem, amikor remegek,
Mert az emberek rám tekintenek.

Lehet, hogy kedvelném.
Majd meglátom.
Lehet, hogy kedvelném magam.

De megtehetném? Meg tudnám tenni?
A félelmeimen áttörni?
Legyél most. Legyél itt.
Csókold meg Richard Gere-t.

Próbáld ki. Próbáld ki.
És talán képes leszek meglátni.
Lehet, hogy tetszene önmagamnak lenni.

Mondd!
Jó, hogy én vagyok Pam.
Tényleg. Kedvelem.
Én vagyok Pam.

Akkor is kedvelem, ha fáj,
Vagy eljön az éj,
Vagy ha leszakad az ég.

És mint csillag. Vagy fent az ágakon.
Tudod, ő annyira én, annyira én vagyok.
Tényleg jó, hogy én vagyok Pam.
Köszönöm. Köszönöm.
Pam vagyok.

Zumba a léleknek

- Készíts egy oklevelet (Legjobb viccmesélő? Legjobb haver?), és ajándékozd el.
- Hagyj szórakoztató hangüzeneteket a barátaidnak.

- Keress egy varázsigés könyvet a könyvtárban. Próbálj ki egyet.

Jó társaságban vagy

A Beatlest elutasították a Decca Records producerei, mert „a gitáros bandák már lecsengőben vannak”.

50. HÉT

Egy büszke törzs

„És mégis, ők, akik már olyan rég eltávoztak, bennünk élnek mint hajlamok, mint a végzet terhei, mint a suttogó vér, mint egy gesztus, ami az idő mélységeiből emelkedik fel.”

RAINER MARIA RILKE KÖLTŐ

Művésszé válni olyan, mint belépni a Lions Klubba. A titkos jelszó az, hogy „több akarok lenni”. A titkos kézfogás pedig az, hogy „hiszek”.

Egyedül magadnak tartozol elszámolással, az idővel, amit arra teszel félre, hogy egyedül légy és hallgass. A beavatás a beleegyezés abba, hogy láss valami nagyobbat, hogy mélyebbre merülj, amikor a tradíciók azt mondják, hogy ennyi volt. Amíg mások megpróbálják becsukni a könyvet, a művész kinyitja, és azt mondja, lehetnek még benne oldalak.

Igent mondani a csendesen a füledbe suttogó múzsákra egy szent megállapodás. Bármilyen művészeti ágról legyen szó, azt mondani, hogy „itt vagyok”, azt jelenti, hogy egy hatalmas testvériséghez csatlakozol.

Szemtől szembe kerülsz Rúmival és Shakespeare-rel,

felveszed Gauguin, Gilda Radner és Peter Gabriel köpenyét. Egy büszke körbe lépsz be, amelynek tagjai sokféle helyről és sokféle időből származnak.

Keresd fel ezeket a fivéreidet és nővéreidet, ezeket a rokon lelkeket, és tanulmányozd a módszereiket, tanulj a sikereikből és a kudarcaikból, majd tedd hozzá a magadét. Ők hátrahagyták neked a köveket, amikre ráléphetsz, a lábnyomokat, amiket követhetsz. Ne aggódj, hogy te nem tudsz hozzáadni semmi újat vagy eredetit.

Mielőtt Beethoven elkezdett évi ötszáz dalt írni, a hőse, Joseph Haydn tanítványa volt. Eric Clapton John Lee Hooker, B. B. King és Buddy Guy nyomát követte. Természetesen mostanra már ő is olyan legendákat inspirál, akik ma zenélnek.

„Gyakran érzem úgy, hogy valami olyat adtak, amit folytatnom kell. Erőteljes felelősséget érzek. Olyan, mintha egy fáklyát vinnék” – mondja Eric Clapton.

Lehet, hogy először lemásoljuk a hőseink fáklyáját, vagy utánozzuk a stílusukat. Ezzel semmi baj nincs. Az utánzás természetes és szükséges a kezdő művésznek. Még a fiatal Picasso is a kortársai stílusában festett karrierje első pár évében.

Majd amikor már sok ideje benne vagyunk ebben az elköteleződésben, előlép a saját stílusunk és a saját hangunk, hogy elfoglalják jogos helyüket a fejlődés totemoszlopán.

Az egyik legértékesebb leckém John Steinbeck *Working Days: The Journal of The Grapes of Wrath* című művéből származik. Ez egy 1939-ben kiadott napló, ami leírja az *Érik a gyümölcs* című regénye megírása közben átélt kínzó kételkedést és

kétségbeesést.

Ne feledd, hogy az *Érik a gyümölcs* elnyerte a Pulitzer-díjat, és megalapozta Steinbeck két évtizeddel későbbi Nobel-díját. Az is jusson eszedbe, hogy Steinbeck végül bámulatos mód huszonhét könyvet írt.

Bár szigorúan megtiltotta, hogy még életében kiadják ezt a feltáró memoárt, örökké hálás leszek azért, hogy a halála utána engedte a közzétételét. Ez az erőteljes napló bepillantást nyújt Steinbeck mindennapi gondolataiba, megmutatja nekünk a nem tökéletes, de elszánt alkotó mélyen megnyugtató képét.

Az itt olvasható néhány mondat a sokak által zseninek tartott író naplójából fényt derít arra, hogy ugyanabban az imposztorszindrómában szenvedett, mint mi.

> „A sok gyengeségem elkezdte felütni a fejét. Nem vagyok író. Magamat és másokat is becsaptam."
>
> „Lerohant a saját tudatlanságom és tehetetlenségem."
>
> „Senki sem tudja, hogy mennyire tehetségtelen vagyok, csak én. Mindig küzdök ellene."
>
> „Ez a könyv egy szenvedés lett a saját hozzá nem értésem miatt."
>
> „Ez csak egy átlagos könyv. És az a legrosszabb, hogy ez a legjobb, amire képes vagyok."

Nos, átlagos? Az *Érik a gyümölcs* elnyerte a két legnagyobb irodalmi elismerést.

Steinbeck naplója egy fontos kreatív szentírás a művészetekkel foglalkozóknak. Emlékeztet arra, hogy az egyetlen tulajdonság, ami megkülönbözteti a csodálatost a

középszerűtől, az a hajlandóság arra, hogy a kételkedés ellenére is haladjunk előre.

Arra bátorítalak, hogy támaszkodj John Steinbeckre és más korábbi művészekre. Fogd meg a kezüket, és engedd nekik, hogy átsegítsenek a szakadékon.

TERVEZD MEG AZ EMLÉKIRATOD BORÍTÓJÁT

„A művészet lehetővé teszi, hogy egyszerre megtaláljuk és elveszítsük önmagunkat.”

THOMAS MERTON TRAPPISTA SZERZETES

Lehet, hogy csak egy hatalmas arcképet akarsz, a könyved címe pedig a bal első fogadra lesz ráírva. Vagy lehet, hogy inkább a hatodik osztályos rajzfüzetedet mutatnád meg, esetleg az első helyért járó díjat, amit azon a nyáron nyertél zsákban ugrálásért.

Milyen színű lesz a könyvborítód? Sok szó lesz benne? Egy díszes alcím? Ne feledd, te vagy a dizájner. Mi jelképzene leginkább téged a világ számára?

- Tervezz egy reklámtáblát a Time Square-re.
- Küldj egy tweetet a képviselődnek.
- Készíts szelfit egy idegennel.

Jó társaságban vagy

Enrico Caruso operaénekesnek azt mondták a tanárai, hogy egyáltalán nincs hangja és egyáltalán nem tud énekelni. A szülei arra biztatták, hogy legyen inkább mérnök.

51. HÉT

Az élet ünneplése

„Futni akarok, megragadni ezt a legcsodálatosabb kort az emberiség történelmében, amiben élek, kitömni vele az érzékeimet, meglátni, megérinteni, meghallgatni, megszagolni, megízlelni és remélni, hogy mások is velem fognak rohanni, üldözni és üldözve lenni ötletek és ötletekből született gépek által."

RAY BRADBURY SCI-FI- ÉS FANTASYÍRÓ

Mikor táncoltál utoljára? Légy őszinte. Arról beszélek, amikor igazán táncoltál, amikor a ritmus és a tested eggyé váltak. Amikor megadtad magad a ritmusnak, és elvesztetted az időérzéked.

Mikor énekeltél utoljára? Vagy ugráltál? Vagy mondjuk nevettél?

A *Vagány nők klubja: a Ya-Ya Testvériség isteni titkai* című könyvben a négy gyerekkori barát, a Ya-Yák már túlélték a válást, az alkoholizmust és még a halált is, humorral és örömmel. Igazából az életük elég hétköznapi. Egyikük sem volt híres, és egyiküknek sem volt eget rengető karrierje. Egyikük

sem volt milliomos, és egyiküket sem ismerte senki az alabamai Thornton kisvárosán kívül. De Istenem, igazán tudták, hogy kell élni. Lakomákat rendeztek. Nemcsak egyszerűen bulikat adtak, hanem gálákat szerveztek.

Erről szól a kreativitás. Több annál, mint megfesteni egy képet, vagy beküldeni egy verset egy kiadóba. Az életed megteremtését jelenti.

Keresd meg a szótárban a *kreativitás* szót, és találni fogsz ott egy képet, hogy egy régi Rodney Dangerfield-viccel éljek, a régi barátnőmről, Michelle-ről. Michelle nem ír (kivéve karácsonyi üdvözlőlapokat januárban) vagy fest, de mindent, amit csinál, életörömmel tesz, egyfajta csillogással. A konyhájába például kiakasztott egy képet egy tüzes sárkányról ezekkel a szavakkal: „Anya kávé nélkül." Minden februárban Monty Python-filmfesztivált rendez, Vegas-szintű kosztümöket készít, és olyan bulikat szervez, amiken mindenki csak egy esőkabátot visel.

Dame Edith Sitwell rokon lelke, aki egyszer azt mondta: „Nem vagyok különc. Csak jobban élek, mint a többi ember. Egy elektromos angolna vagyok egy aranyhalakkal teli tóban."

A felnőttek többsége ebben az országban aranyhal lett. Teljesen lekapcsolták az örömmérőjüket. A szórakozás túl sok gondot jelent. Megpróbálnak spórolni az energiájukkal. Csak arra nem jönnek rá, hogy az öröm és a szórakozás valójában energiát generál.

Amikor legközelebb a reptéren vagy, figyeld meg, mi történik, amikor törölnek egy járatot. A gyerekek szinte észre sem veszik. Ugróiskoláznak, vagy Elsát utánozzák a Disney *Jégvarázs*ából, esetleg bemásznak a székük alá. De az ő székeik valójában nem

is székek. Hanem kísértetházak, kastélyok vagy mágikus játszószobák.

A felnőttek csak ülnek és a telefonjukat bámulják.

Minden nap van 1440 percünk. Ezeket az értékes perceket elvesztegethetjük arra, hogy a telefonunkat nyomkodjuk, vagy felhasználhatjuk úgy is, hogy elektromos angolnává válunk.

VEDD ELŐ A VÍZFESTÉKET

„A kreatív folyamatot nem gomb irányítja, amit ki vagy be tudsz kapcsolni, hanem folyamatosan ott van veled.”

ALVIN AILEY TÁNCOS

Hallani sem akarom a kifogásokat. Nem érdekel, ha ötödikes korod óta nem festettél, nem érdekel, hogy ha nincsenek vízfestékeid – megveheted a gyerekkészletet a boltban pár száz forintért. Irodai papírra is festhetsz. Ne feledd, hogy a szórakozás kedvéért csináljuk.

Zumba a léleknek

- Tervezd meg az első szoborkiállításod meghívóját.
- Rendezd át a bútoraidat.
- Tégy meg három jócselekedetet.

Jó társaságban vagy

A híres francia filmrendező, François Truffaut évekig filmkritikusként dolgozott, mert túlságosan félt attól, hogy elkészítse a saját filmjét.

52. HÉT

Az egyetlen könyv, ami meg fogja változtatni az életed az, amit te magad írsz

„És igen, igent mondtam, igent fogok mondani, igen.”

JAMES JOYCE ÍRÓ

Működési útmutató művészeknek.

Vegyél egy olcsó jegyzetfüzetet.

Fogj egy tollat. Könnyen ellophatsz egyet egy bankból.

Ezekkel az egyszerű eszközökkel megrajzolhatsz egy mesterművel, írhatsz egy verset, megírhatod a jövő év egyik Oscar-jelölt forgatókönyvét. Maguk az eszközök nem számítanak. Az számít, hogy ezek a csatornák, amiken keresztül áramlik a kreativitás, elérhetők.

Nem kell tudnod, hogy mi a fene folyik. A bizonytalanság a tanultak ellenére igenis erény.

Semmilyen technikát nem kell elsajátítanod. Amikor egy művészeti forma technikává válik, elveszíti a frissességét, már nem érződik kalandnak. Hanem üzlet lesz.

A szenvedély, a szeretet és a lelkedben égő tűz fogja megalkotni a művészeted.

Ne állj ellen annak, hogy hülyének fognak nézni. Öleld magadhoz a hibákat és a meglepetéseket. Légy hajlandó ismeretlen területekre tévedni.

Más szavakkal élve, fel kell emelned a tollat. El kell kezdened. Az ötletek csak akkor jönnek, ha cselekszel.

A kitartás, a napi egyeztetés a múzsákkal, ahogy azt Steinbeck is megmutatta, a minőség legjobb előjelzése.

A következő történet az *Art & Fear* című könyvben található, és szerény véleményem szerint mindent elmond.

Egy keramikus oktató a félév elején két csoportra osztotta a diákjait. Az első csoportot kizárólag a végeredmény alapján osztályozta. A jegyeket egy fürdőszobai mérlegen is meg lehetett határozni. Azok a diákok például, akik ötven edényt készítettek el, ötöst kaptak, míg azok akik negyvenet, négyest és így tovább. A második csoport tagjainak csak egy edényt kellett készíteniük, de annak tökéletesnek kellett lennie. A jegyeket egyedül a minőség határozta meg.

Érdekes dolog történt. A szemeszter végére azok, akiknek egy edényt kellett készíteniük, nemcsak hogy szorongással küzdöttek, de az állítólagos mesterművek, melyeken négy hosszú hónapig dolgoztak, mégsem lettek a legjobbak.

Azok a diákok viszont, akik egymás után ontották ki magukból az edényeket, végül nagyon jó minőségű darabokat készítettek. Ahelyett, hogy ücsörögve a legjobb módszeren gondolkoztak volna, ezek a tanulók egyszerűen gyakoroltak, gyakoroltak, tanultak a hibáikból, és még többet gyakoroltak.

Ha egyszerűen elkezded és megmozdulsz, szinte bárminek elsajátíthatod az elkészítési folyamatát. A kreativitás technikai szempontjai (mondjuk a formálás, a színek keverése, a megvilágítás) a kreatív vállalkozás kevesebb mint tíz százalékát teszik ki. A többi kilencven százalék a gyakorlásból, önmagad átadásából és valami nálad sokkal nagyobból ered.

Ne félj attól, hogy rossz dolgokat fogsz csinálni. Attól félj, hogy nem csinálsz semmit.

CSINÁLJ UTCAI ELŐADÁST

„A művészet lenne a pajzsom, az őszinteség pedig a lándzsám, a pokolba Jackkel és a közel ülő szemeivel."

MAYA ANGELOU, SZÁMOS KÖNYV ÍRÓJA

Oké, szóval mi számít előadásnak? Például beöltözhetnél Elvisnek, és elmehetnél táncolni. Befesthetnéd magad kékre, és pantomimezhetnél a parkban. San Franciscóban egyszer láttam egy emberi zenegépet. Nos, igazából egy hűtő volt, amit zenegépnek díszítettek fel. A benne lévő férfi pedig elénekelte a kért dalokat attól függően, hogy melyik résbe dobtad bele az érmét.

Készíthetnél dobot egy régi szemetesből, vagy rumbatököket babokból és üres üdítősdobozokból. Lehet, hogy feltalálsz egy újfajta előadást, mint az andoki zenészek, akik kecskék körmeiből készítettek rumbatököket, és egy húros hangszert egy tatu

páncéljából.

Ne feledd, minden lehetséges.

Ha jobban tetszik, akkor látogass el egy karaokebárba.

Zumba a léleknek

- Tanuld meg, hogy kell jelnyelven köszönni.
- Látogass el egy étterembe a város azon részén, ahol még sosem jártál.
- Készíts listát száz olyan dologról, amit a halálod előtt meg akarsz tenni.

Jó társaságban vagy

Miután elnyert négy Oscar-díjat, két Emmyt, három Golden Globe-ot és a hazájában, Nagy-Britanniában lovaggá ütötték, Laurence Olivier beismerte, hogy „A lámpaláz még mindig ott vár az ajtó előtt, minden ajtó előtt, és el akar kapni. Bármikor előjöhet, bármilyen formában”.

Utószó

A KREATÍV ÉLET

„Minden másodperc, amit megélünk, az univerzum új és egyedi pillanata, egy pillanat, amely korábban sosem volt, és a jövőben sosem lesz.”

PABLO CASALS CSELLISTA

Páran azért választottátok ki ezt a könyvet, mert azt reméltétek, hogy majd elindít egy bizonyos művészi karriert. Lehet, hogy író akarsz lenni vagy színész, vagy valamilyen más előre meghatározott kreatív utat választasz. Bár ez egy nemes cél, biztatlak és a legtöbb sikert kívánom neked, szeretném megjegyezni, hogy a valódi célja ennek a könyvnek az, hogy gyorsan és keményen eltávolodj mindentől, amit ismersz.

A kreatív életnek semmi köze a karrierhez. Arról szól, hogy minden cselekedetedbe beleviszed a kreativitást, és felhasználod a képzeleted, a találékonyságod és a játékosságod.

Az életed minden perce lehetőséget ad a kreativitásra. Akár szülő vagy, akár eladó, akár a zumbaparkettán rázod a

fenekeden lévő tollat.

A kreativitás egy elmeállapot – a napod egy összefüggéstelen, kockázatos megközelítése. Semmi sem kell tudnod. Csak el kell kezdened.

Az egyetlen dolgod az, hogy igent mondj, és azt kiabáld: halleluja – addig kiabáld, amíg egy szent kántálás nem lesz belőle.

Vesd le a múlt bilincseit. Mondj nemet a kicsinyes bizsukra és a vacak körökre, amiken eddig keresztülugráltál.

Pablo Casals, a híres csellista egyszer feltette a kérdést, „Mit tanítunk a gyerekeinknek az iskolában? Megtanítjuk nekik, hogy kettő meg kettő az négy, és hogy Párizs Franciaország fővárosa. Mikor fogjuk megtanítani nekik, hogy kicsodák?”

„Azt kellene mondanunk minden egyes gyereknek, hogy egy csoda vagy. Egyedi vagy. A világon nincs még egy gyerek, aki pontosan olyan, mint te. A többi millió évben, ami eltelt, egy olyan gyerek sem volt, mint te. Bármire képes vagy.”

A kreatív élet egy szent hívószó. Bontsd fel a pezsgőt. Vedd elő az aranyban csillogó lobogókat. Azért jöttünk, hogy Isten szent elképzelést gyarapítsuk.

Köszönetnyilvánítás

Hálás köszönet az összes olvasómnak, akik mindennap felvidítanak az e-mailjeikkel és a kedves szavaikkal. Mint mindig, most is köszönöm azoknak, akik lehetőséget adtak (tudjátok, kik vagytok), Jim Dicknek és Tasman Groutnak, valamint az alkotótársaimnak és a szerkesztőknek a Hay House-nál. Annyira áldott vagyok.

A szerzőről

Pam Grout világutazó, szerető anya, bestselleríró, milliomos és inspiráló látvány mindenki számára.

Valójában az említettek közül egyelőre csak négy igaz, de ez a sor egy olyan megerősítés, amelyet húsz éve kezdtem használni, mielőtt gyerekem született volna, mielőtt utazó író vagy egyáltalán író lettem, és mielőtt egyáltalán kedveltem volna saját magam. A megerősítések bizonyítottan működnek, hiszen most már büszkén mondhatom, hogy egy kivételével mindegyik igaz. Hagyom, hogy kitaláld, melyiknek kell még megvalósulnia.

A kansasi Lawrence-ben élek egy érdekes és kellemes egyetemi városban, ahol sok művész, liberális és hasonló gondolkodású ember él. Szeretek mindent, aminek köze van a kreativitáshoz. Talán ezért szólt a második könyvem arról, hogy hogyan legyünk kreatívabbak. Teniszezek, szeretek kertészkedni (de visszautasítom a vegyszerek használatát), forgatókönyveket írok (sajnos senki nem veszi meg őket… egyelőre) és tenni-venni. A tevés-vevés, ha nem lennél tisztában a szó jelentésével, azt jelenti, hogy alig csinálsz valamit. Szeretek együtt lenni és beszélgetni a barátaimmal, és könyveket olvasni a lányom társaságában.

Ha a karriert nézzük, könyveket és cikkeket írok. Egyelőre tizennyolc könyvem jelent meg, és számos magazinnak adtam már el cikkeket. Leginkább a *Travel & Leisure*-ben, az *Outside*-ban, a *Family Circle*-ben, a *Modern Maturity*ben, a *New Age Journal*ban, a *Scientific American Explorations*ben, az *Arizona Highways*ben, a *Travel Holiday*ben, a *Tennis*ben, a *Snow Country*ban, a *Washington Post*ban, a *Detroit Free Press*ben, a *First for Women*ben és az *Amtrak Express*ben megjelentekre vagyok büszke.

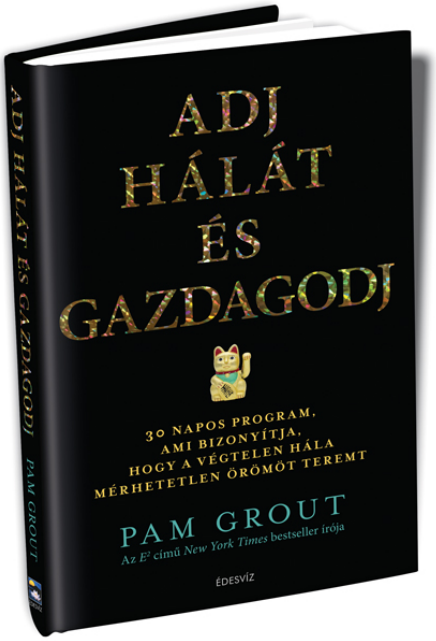
A *People* magazin közép-nyugati újságírója vagyok. A chicagói irodában dolgozom, és már mindenről írtam a dinoszauruszvadászoktól kezdve a fickókon át, akik kutyáknak nyitottak pékséget, egészen a csodálatos Boeing-munkásig, aki kimentett egy égő épületből hat gyereket.

A „Nos, hol is tartottam?” című utazási rovatért is én felelek. Az összes kontinensen jártam már, és gyakorlatilag minden sportot kipróbáltam. A repülőből való kiugrás még várat magára, de valamit kell hagynom a 90. születésnapomra is.

ADJ HÁLÁT
ÉS GAZDAGODJ

Elgondolkodtál már valaha azon, miért van az, hogy a gondolataid
könnyedén megteremtik neked a parkolóhelyet, de
a nagy köteg pénzt vagy a dögös pasit már nem mindig?

LEHETSÉGES, HOGY EGY MÁSIK FREKVENCIÁN VAGY?



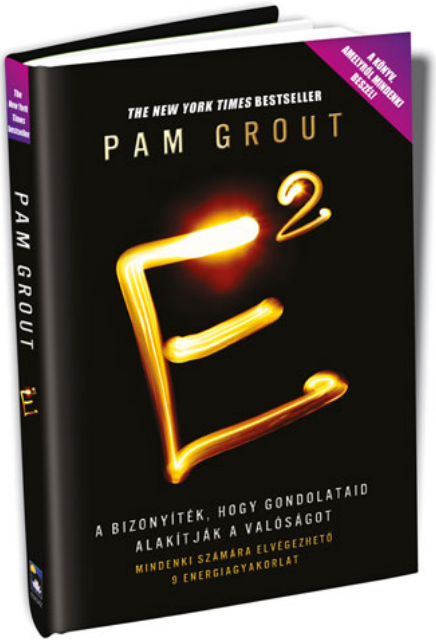
259 oldal
Keresd a weboldalunkon!
www.edesviz.hu

E-könyv
formátumban is kapható!

A bőség, a szeretet és a béke mindig elérhető, de fontos, hogy a megfelelő frekvencián legyél. Bármit is hallottál eddigi életed során, nem a gondolkodás az, ami bevonzza a csodákat – hanem a HÁLA. Mikor az öröm és a hála frekvenciáján vagy, az univerzum szabadon elhozhat neked bármit, alakíthatja a dolgokat, nyulakat húzhat elő a kalapból.

E^2

KILENC EGYSZERŰ ENERGIAGYAKORLAT
ANNAK BIZONYÍTÁSÁRA, HOGY
A GONDOLATAID ALAKÍTJÁK A VALÓSÁGOT



192 oldal
Keresd a weboldalunkon!
www.edesviz.hu

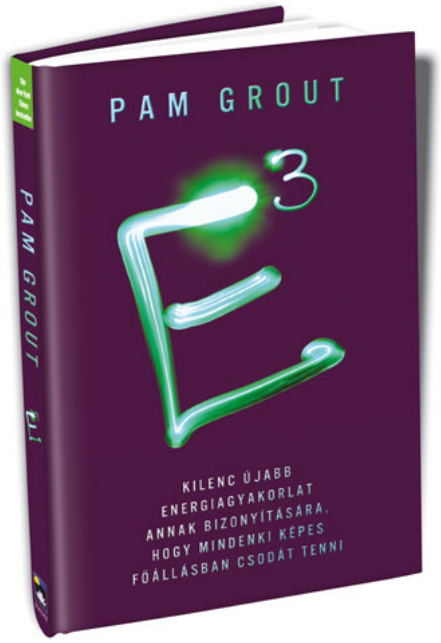
E-könyv
formátumban is kapható!

E a négyzeten – könnyed kísérleti kézikönyv egy komoly témáról. Egyszerű

kísérletsorozat, amely során bebizonyosodik, hogy a valóság képlékeny, a tudatosság felülkerekedik az anyagon, és életünket az elménk alakítja. Az univerzum határtalan, kimeríthetetlen és meglepően segítőkész.

E^3

KILENC ÚJABB ENERGIAGYAKORLAT
ANNAK BIZONYÍTÁSÁRA, HOGY
MINDENKI KÉPES FŐÁLLÁSBAN CSODÁT TENNI



245 oldal
Keresd a weboldalunkon!
www.edesviz.hu

E-könyv
formátumban is kapható!

A könyv megcáfolhatatlan bizonyítékokat sorol arra, miért csak rajtunk múlik,

hogy végre éljünk a lehetőséggel és használjuk az univerzum energiáját, ami örökké a rendelkezésünkre áll, a boldogulásunkat és a jólétünket szolgálva. Kilenc újabb érdekes kísérlet és számtalan hasznos tanács tárja szélesre a világ bőségének kapuit az olvasók előtt.

ÉDESVÍZ WEBÁRUHÁZ

AKCIÓK • INFORMÁCIÓK

webaruhaz@edesviz.hu
00-36-1-320-3642
www.edesviz.hu

ÉDESVÍZ KÖNYVESBOLT

1092 BUDAPEST • RÁDAY UTCA 14.

konyvesbolt@edesviz.hu
00-36-1-266-3778

ÉDESVÍZ KÖZÖSSÉG

ÉRDEKESSÉGEK • KÖNYVRÉSZLETEK • JÁTÉKOK

A mindennapokra!

ÉDESVÍZ KIADÓ

ÉDESVÍZ + magazin

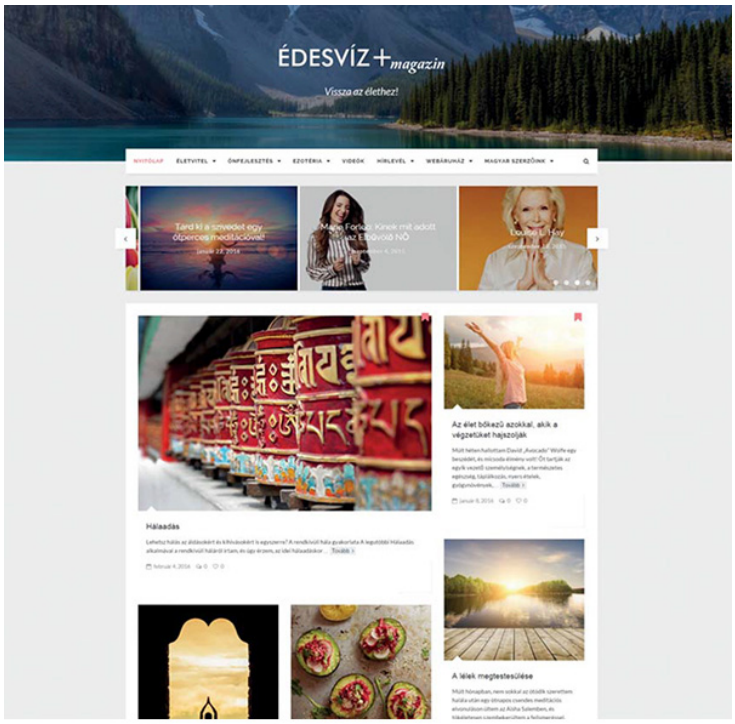
Cikkek az

EGÉSZSÉG • ÖNFEJLESZTÉS • EZOTÉRIA

témaköreiben

Érdekes információk szerzőkről és könyvekről

Keresd a www.edesvizkiado.hu címen



ÉDESVÍZ+*magazin*

ÉRDEKES INFORMÁCIÓK SZERZŐKRŐL ÉS KÖNYVEKRŐL
CIKKEK AZ EGÉSZSÉG – ÖNFEJLESZTÉS – EZOTÉRIA TÉMAKÖREIBEN

Keresd a **www.edesvizkiado.hu** címen.

[1] Devecseri Gábor fordítása.

[2] A *The New Yorker* magazinnak dolgozó éles tollú amerikai filmkritikus – *a szerk.*

[3] Amerikai tévés játék, amelyben kérdésekkel tesztelték, hogy mennyire ismerik egymást a házastársak – *a szerk.*

[4] Szilágyi Domokos fordítása.

[5] Szűr-Szabó Katalin fordítása.

[6] 2012 decemberében a Connecticut állambeli Newtown városában egy fegyveres ámokfutó huszonhat embert – tanárokat és gyerekeket – ölt meg a Sandy Hook Általános Iskolában, majd öngyilkos lett – *a szerk.*