

Ніщо в цій книжці
не можна вважати істиною.
Це роздуми про те, що я помітив, —
не стільки факти, скільки міркування.

Якісь ідеї знайдуть відгук,
тоді як інші ні.
Щось може пробудити
давно забуте внутрішнє знання.
Візьміть лиш те, що стане вам в пригоді.
На решту ж не зважайте.

Кожна така мить —
це запрошення
зазирнути глибше,
поглянути ширше
чи придивитися ближче,
відкриваючи можливості
для нового способу буття.

Кожен є творцем



Люди, які не займаються традиційним мистецтвом, часом остерігаються називати себе митцями. Вони сприймають творчість як щось надзвичайне, щось, що виходить за межі їхніх можливостей. Як покликання для особливих людей, які народилися з цим даром.

На щастя, це не так.

Творчість не є рідкісним обдаруванням. Опанувати її не важко. Це фундаментальний аспект людського буття. Право за народженням, яким наділені всі ми.

Творчість стосується не лише мистецтва. Ми всі щодня займаємося нею.

Створити щось — означає дати життя тому, чого раніше не було. Це може бути розмова, рішення проблеми, лист

другові, перестановка меблів у кімнаті, новий шлях додому, який оминає затори.

Створене вами не потрібно засвідчувати, записувати, продавати чи ховати під скло, щоб воно стало витвором мистецтва. Навіть у повсякденному житті ми є творцями на глибинному рівні, формуючи власне сприйняття реальності та бачення навколишнього світу.

Ми щомиті занурюємося в поле недиференційованої матерії, де наші органи чуття збирають часточки інформації. Зовнішнього світу, який ми бачимо навколо себе, не існує як такого. Завдяки низці електрохімічних реакцій ми створюємо власну реальність на внутрішньому рівні. Створюємо ліси й океани, тепло й холод.

Читаємо слова, чуємо голоси й даємо їм потрактування. А тоді за мить формуємо реакцію. І все це відбувається у світі, який створюємо ми самі.

Незалежно від формальної участі в мистецькому процесі всі ми живемо як митці. Ми сприймаємо, фільтруємо і збираємо дані, а потім, спираючись на цю інформацію, формуємо певний досвід для себе та інших.

Неважливо, робимо ми це свідомо чи несвідомо — сам факт буття дає нам змогу бути активними учасниками безперервного процесу творення.

Жити як митець — це спосіб існування в цьому світі. Спосіб сприйняття. Практика уважності. Налаштування нашої чутливості на тонші ноти. Пошук того, що нас приваблює

і відштовхує. Здатність помічати, які відтінки почуттів у нас виникають та куди вони ведуть.

Якщо ви налаштовані на це, все ваше життя стає формою самовираження. Ви існуєте як творча істота у творчому всесвіті. Як неповторний витвір мистецтва.

Налаштування



Думайте про всесвіт як про вічний процес творення.

Дерева квітнуть.

Клітини відтворюються.

Ріки стають притоками інших рік.

Світ пульсує продуктивною енергією, яка рухає всім, що існує на цій планеті.

Будь-яке втілення цього процесу виконує свою роботу від імені всесвіту, кожне по-своєму, відповідно до власного творчого імпульсу.

Подібно до того, як дерева вирощують квіти й плоди, людство створює мистецькі роботи. Міст «Золоті ворота», «Білий альбом», «Герніка», Свята Софія, Сфінкс,

космічний шатл, автобан, «Місячне сяйво», Колізей у Римі, викрутка *Phillips, iPad*, філадельфійський чизстейк.

Озирніться навколо: існує безліч дивовижних надбань, які варто цінувати. Кожне з них є проявом вірності людства собі, так само як колібрі зберігає вірність собі, будуючи гніздо, персикове дерево — приносячи плоди, а грозова хмара — проливаючи дощ.

Кожне гніздо, кожен персик, кожна краплина дощу й кожен видатний витвір — різні. Може здаватися, що деякі дерева приносять смачніші плоди, а деякі люди створюють величніші твори. Та смак і краса — в очах того, хто дивиться.

Звідки хмара знає, коли лити дощ? Звідки дерево знає, що починається весна? Звідки знає птах, коли будувати нове гніздо?

Всесвіт працює як годинник.



Усьому час-пора,

І на все слухна хвилина під небом:

Час народитись і час померти,

Час садити і час посаджене виривати.

Час убивати й час лікувати,

Час руйнувати і час будувати.

Час плакати і час сміятись,

Час сумувати і час танцювати.

Час розкидати каміння

І час його збирати¹.

¹ Біблія, Проповідник, 3:1—5. Переклад Івана Хоменка. — Прим. пер.



Ці ритми залежать не від нас. Усі ми беремо участь у масштабному творчому акті, яким не керуємо. Керують нами. Митець живе за космічним розкладом, як і вся природа.

Якщо у вас виникає захоплива ідея, а ви не втілюєте її в життя, вона знайде свій прояв через іншого творця. І не тому, що інший митець краде вашу ідею, а тому, що її час настав.

У величному процесі, що розгортається навколо, ідеї та думки, теми, пісні й інші витвори мистецтва існують в ефірі й дозрівають, коли настає час, готові знайти своє втілення у фізичному світі.

Ми, митці, маємо засвоїти цю інформацію, трансформувати й поділитися нею. Ми всі перекладачі послань, які транслює всесвіт. Найкращими стають митці з найбільш чутливими антенами для вловлювання енергії, що відгукується нам певної миті.

Чимало видатних митців передусім формують таке чуття не для того, щоб творити мистецтво, а щоб захистити себе. Їм доводиться захищатися, адже все завдає їм більшого болю. Вони відчувають глибше.



Творчість часто проявляється в мистецьких рухах. Архітектура в стилі баухаус, абстрактний експресіонізм, кінематограф французької Нової хвилі, поезія бітників, панк-рок — це лише кілька прикладів із сучасної історії. Такі рухи виникають, немов хвилі. Деякі митці здатні зчитати

культуру й осідлати хвилю. Інші, побачивши хвилю, воліють пливати проти течії.

Ми всі є антенами для вловлювання творчої думки. Деякі сигнали потужні, інші слабші. Якщо ваша антена не налаштована як слід, ви можете загубити важливі дані серед шуму. Зокрема тому, що творчі сигнали, які до нас надходять, часто слабші, ніж та інформація, яку ми збираємо усвідомлено. Вони швидше енергетичні, аніж сенсорні; ми сприймаємо їх інтуїтивно, а не фіксуємо на рівні свідомості.

Зазвичай ми збираємо дані про навколишній світ за допомогою п'яти органів чуття. У випадку з інформацією, яка передається на вищих частотах, ми сприймаємо енергетичний матеріал, який неможливо відчути фізично. Він суперечить логіці — неначе електрон, що може бути у двох місцях одночасно. Ця невловима енергія надзвичайно цінна, хоча мало хто є достатньо відкритим, щоб її утримати.

Як же нам виявити сигнал, який не можна ні почути, ні зафіксувати? Відповідь — не шукати його. Не намагатися передбачити чи проаналізувати свій шлях до нього. Натомість потрібно створити відкритий простір, в який він зможе увійти. Простір, настільки вільний від властивої нашому розуму перевантаженості, що він діє як вакуум. Притягує до себе ідеї, доступ до яких нам відкриває всесвіт.

Здобути цю свободу не так важко, як здається на перший погляд. Ми всі починаємо з цього. У дитинстві нам трапляється значно менше перешкод на шляху від появи ідеї до її засвоєння. Ми із задоволенням приймаємо нову

інформацію, замість того щоб порівнювати її із засвоєною раніше; ми живемо в поточному моменті, а не хвилюємося через майбутні наслідки; ми діємо спонтанно, а не намагаємося все аналізувати; ми допитливі, не виснажені. Навіть найбуденніші життєві переживання сприймаються із захватом. Глибокий смуток і сильне піднесення можуть поступатися місцем одне одному з інтервалом у кілька хвилин. Немає жодних масок, як і приналежності до певної історії.

Багатьом митцям, які здатні безперервно створювати видатні роботи, вдається зберегти такі дитячі якості. Практикуючи спосіб буття, який дає змогу дивитися на світ незіпсованими, невинними очима, ви можете здобути свободу діяти відповідно до задуму всесвіту.

Коли настає час для певних ідей,
вони знаходять спосіб
виразити себе через нас.

Джерело творчості



**Ми починаємо з усього:
усього побаченого,
усього зробленого,
усього придуманого,
усього відчутого,
усього вигаданого,
усього забутого,
а ще всього невисловленого й необміркованого,
що спочиває всередині нас.**



Це і є наш первинний матеріал, з якого ми вибудовуємо кожну мить творчості.

Цей матеріал не виникає всередині нас. Його Джерело — зовні. Довколишня мудрість — це невичерпний дар, який завжди доступний.

Ми або відчуваємо його, або запам'ятовуємо, або налаштовуємося на нього. Не лише через свій чуттєвий досвід. Це можуть бути також мрії, інтуїція, фрагменти підсвідомого чи інші, ще незвідані шляхи, якими зовнішнє потрапляє всередину.

Наш розум сприймає цей матеріал як щось, що приходить ізсередини. Та це ілюзія. У нас усередині зберігаються лише крихітні фрагменти безмежного Джерела. Ці дорогоцінні клаптики виринають із підсвідомості, немов туман, і конденсуються, утворюючи думку. Ідею.



Джерело можна уявити як хмару.

Насправді хмари нікуди не зникають. Вони лише змінюють форму. Перетворюються на дощ і стають частиною океану, а згодом випаровуються й знову стають хмарами.

Те саме стосується й мистецтва.

Мистецтво — це кругообіг енергетичних ідей. Новими їх робить те, що, повертаючись, вони щоразу інакше поєднуються. Не існує двох однакових хмар.

Саме тому, коли нас вражає новий витвір мистецтва, він відгукується на глибшому рівні. Можливо, це щось знайо-

ме повернулося до нас у незвичній формі. Чи, може, це щось справді нове, і ми його шукали, не усвідомлюючи цього. Відсутній фрагмент безкінечної головоломки.

Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>

Коли ми втілюємо
ідею в реальність,
вона немов стає меншою.
З неземного стає земним.

Уява не має меж.
Фізичний світ їх має.
Творіння ж існує в обох.

Усвідомленість



Для більшості повсякденних справ ми обираємо порядок денний та розробляємо стратегію досягнення мети. Створюємо програму.

Усвідомленість діє інакше. Програма розгортається навколо нас. Світ є діячем, а ми — лише свідки. Від нас майже нічого не залежить.

Дар усвідомленості дає нам змогу помічати, що відбувається навколо та всередині нас тут і зараз. І робити це, не заглиблюючись. Ми можемо спостерігати за фізичними відчуттями, думками й емоціями, звуками чи візуальними сигналами, запахами й смаками.

Завдяки усвідомленості ми можемо спостерігати за чимось відсторонено. І завдяки цьому відстороненню,

без втручання нашої думки, квітка, яку ми споглядаємо, розкривається для нас інакше. Це стосується всього на світі.

Усвідомленість — не той стан, у який можна ввійти примусово. Вона не потребує значних зусиль, хоча наполегливість тут теж важлива. Усвідомленість приходить з вашого активного дозволу. Це присутність у безкінечному «зараз» і прийняття його.

Як тільки ви позначили той чи інший аспект Джерела, ви більше не споглядаєте, а вивчаєте його. Це стосується будь-якої думки, яка позбавляє вас відчуття присутності, чи то аналіз, чи просто усвідомлення стану усвідомленості. Аналіз — вторинна функція. Усвідомленість виникає першою — як безпосередній зв'язок із об'єктом вашої уваги. Коли на мене справляє враження щось захопливе чи прекрасне, я спершу проживаю цей досвід. І лише згодом намагаюся осмислити його.

Ми не можемо змінити те, що ми бачимо, але ми можемо змінити свою здатність бачити.

Ми можемо розширити або обмежити свою усвідомленість, проживати її з розплющеними чи заплющеними очима. Ми можемо вгамувати внутрішнє, щоб більше сприймати ззовні, або ж вгамувати зовнішнє та помічати більше того, що відбувається у нас усередині.

Ми можемо дивитися на якусь річ так близько, що вона втрачає свої характерні риси, або поглянути з такої відстані, що вона здається чимось зовсім іншим.

Всесвіт настільки великий, наскільки ми здатні його сприйняти. Плакаючи нашу усвідомленість, ми розширюємо всесвіт.

Це розширює межі не лише матеріалу, з якого можна творити, а й самого життя.