



«**Война за креатив**» Стивена Прессфилда предназначена людям творческих профессий. Однако не менее полезной она будет для всех, кто хочет преодолеть себя и обстоятельства и претворить в жизнь желания и планы. —

Чем важнее какое-либо стремление нашей души для нашего развития, тем больше Соппротивления мы будем испытывать, следуя ему. Как преодолеть внутренние барьеры и начать творить, рассказывает в своей книге «Война за креатив» Стивен Прессфилд. Прежде всего, книга предназначена для людей творческих профессий. Однако не менее полезной она будет для всех, кто хочет преодолеть себя и обстоятельства и претворить в жизнь желания и планы, которые могли копиться годами или даже десятилетиями и не находили выхода. — Большинство дел не делается не потому, что они сложны или требуют особых навыков, а потому, что мы не можем преодолеть внутреннее Соппротивление и постоянно все откладываем на завтра, до понедельника, до лучших времен. В результате мы не следуем своему призванию. Соппротивление реально, но этого внутреннего врага можно и нужно победить. — Автор, успешный американский писатель и сценарист, знает о войне за креатив не понаслышке. На пути к своему призванию ему пришлось быть копирайтером, школьным учителем, водителем, барменом, рабочим на нефтедобывающем предприятии, медбратом в больнице для душевнобольных, собирать фрукты и жить в автоприцепе.

—

## Как художнику бороться с разрушительной силой в самом себе

Автор: Ефим Репин  
04.11.2011 22:31

---

Прессфилд четко определяет врага креативности — Соппротивление. Этим словом он обозначает то, что Фрейд называл влечением к смерти, — разрушительную силу внутри человека, которая проявляется всякий раз, когда мы составляем жесткий долгосрочный план действий, необходимых для достижения целей. Это сила отторжения, энергия, которую генерирует наша бездеятельность. Оно мешает нам следовать своему призванию — в творчестве, в бизнесе, в личной жизни, в спорте, в духовном совершенствовании, в обучении чему-либо.

—

Личин у Соппротивления много. Соппротивление — это сила природы, оно действует безлично, фальсифицируя, лжесвидетельствуя, запугивая, обольщая, препятствуя движению вверх и сталкивая вниз. Соппротивление представляет нам набор благовидных разумных обоснований для того, чтобы не делать нашу работу, — вместо того чтобы показать нам наш страх (что может заставить нас устыдиться и побудить заняться делом). Рационализация — пиарщик Соппротивления. Разумные объяснения, которые оно нам предлагает, особенно коварны, потому что многие из них истинны. Но Соппротивление упускает из виду то, что все эти обоснования в конечном итоге не стоят и ломаного гроша. У Толстого было 13 детей, но это не помешало ему написать «Войну и мир». Лэнс Армстронг болел раком и семь раз подряд побеждал на велогонке Tour de France — и так далее.

—

Страх, проблемы, создаваемые зачастую собственными руками, слабое здоровье, драматизация собственной жизни — суть тоже формы Соппротивления. «Много работающая художница не будет вляпываться в неприятности просто потому, что это помешает ей делать ее работу. Она изгоняет из своего мира все источники беспокойства. Она обуздывает внутреннее стремление к беспокойству и трансформирует его в свою работу», — объясняет Прессфилд.

—

Он предлагает свой взгляд и на проблемы со здоровьем: «По оценкам врачей, от 70 до 80% их работы не связано с лечением болезней. Люди не болеют, они драматизируют свою жизнь». В некоторых случаях депрессии, беспокойства и всевозможные синдромы нарушения внимания — это и вовсе изначально заказ маркетологов: «Придумайте болезнь — и мы сможем продавать лекарство». Многие пешеходы были покалечены или убиты на перекрестке Соппротивления и Коммерции.

—

Выступление в роли жертвы — антитеза выполнению своей работы. Откажитесь от этого, призывает Прессфилд. Проблемы со здоровьем придают значимость вашему существованию: болезнь — крест, который приходится нести. Некоторые люди постоянно переходят от одного недуга к другому: едва они вылечатся от одной болезни, как на смену приходит другая. Это напоминает акт творения, заменяющий реальные дела, которых жертва избегает, тратя так много сил на поддержание своего состояния.

—

Страх и неуверенность в себе — это хороший знак. Страх подсказывает нам направление пути. Чем сильнее мы боимся работы или призвания, тем сильнее должна быть уверенность в том, что работу необходимо сделать, а за призванием последовать. Соппротивление переживается как страх, а степень страха равна силе Соппротивления. Следовательно, чем больше страха мы испытываем перед определенным делом, тем важнее это дело для нас, постулирует Прессфилд.

—

Неуверенность же служит индикатором сильного стремления к чему-либо. Новатор-самозванец отчаянно самоуверен, а настоящий новатор напуган до смерти, комментирует Прессфилд. Грандиозная самооценка — симптом Соппротивления. Она — признак любителя. Профессионал знает, что успех, как счастье, приходит в качестве побочного продукта работа. Профессионал концентрируется на работе, и ему все равно, получает он награды или нет.

—

Враг установлен. Следующий шаг — борьба с Соппротивлением. «Становимся профессионалами», — провозглашает курс Прессфилд, имея в виду не специалистов в тех или иных областях, а Профессионалов в противоположность Любителям.

—

Профессионал, по Прессфилду, любит свое дело настолько, что посвящает ему свою жизнь. Каждый день и целый день, несмотря ни на что, в болезни и в здравии, мы повязаны обязательствами, и ставки на нас как на профессионалов высокие и реальные. Речь идет о выживании нашем и наших семей, о первичных потребностях. Мы принимаем вознаграждение за наш труд, мы здесь не шутки ради. Профессионал не терпит хаоса, не может жить в беспорядке. Он на задании. Он изгоняет хаос из своего мира, чтобы изгнать его из своего сознания. Он хочет, чтобы ковер был вычищен, а порог — подметен, для того, чтобы Муза могла войти, не испачкав платья.

—

Профессионал беспощаден к себе. Он уважает Сопротивление. Он знает, что если он уступит сегодня, каким бы благовидным ни был повод, завтра он уступит дважды. Профессионал знает, что Сопротивление похоже на специалиста по телефонному маркетингу: стоит взять трубку — с вами покончено. Профессионал даже не реагирует на телефон. Он продолжает работать.

—

Он ведет свое дело в реальном мире. Несчастье, несправедливость, дурные вести и неприятные звонки, даже перемены к лучшему и счастливые сообщения — все это составляет поле битвы. Профессионал понимает: кочек и буераков не бывает только на небе.

—

Однажды кто-то спросил Сомерсета Моэма, как он пишет — по графику или по вдохновению. «Я пишу только тогда, когда приходит вдохновение, — ответил он. — По счастью, оно приходит каждое утро, ровно в девять часов».

—

Если перевести это в понятия, которыми оперирует Прессфилд, Моэм сказал: «Я презираю Сопротивление, я не позволю ему беспокоить меня, я просто буду делать свою работу». Моэм напомнил и о другой более глубокой истине: выполняя повседневное рутинное действие — усаживаясь за стол и начиная работать — он приводит в движение загадочную, но безошибочную последовательность событий, которые и вызывают вдохновение.

—

Профессионал уважает свое ремесло и не считает себя выше его, он признает вклад тех, кто работал до него, не отказывается от помощи, разыскивает компетентного наставника и слушает в оба уха. Он не принимает негативную оценку близко к сердцу.

—

«Почему я делаю такой акцент на профессионализме? — ставит вопрос Прессфилд. — Потому что самое важное в любом деле — это собственно труд. Главное — ежедневно

садиться за стол и делать попытку».

—

Это важно, потому что, когда мы день за днем садимся за работу и доводим что-либо до совершенства, начинает происходить нечто таинственное, говорит Прессфилд. Начинается процесс, при котором неизбежно и безотказно небеса приходят нам на помощь. Невидимые силы становятся нашими союзниками, счастливая случайность помогает нам реализовать наш замысел.

—

Это секрет, который знают настоящие художники и не знают те, кто ими притворяется. Муза ценит нашу преданность. Когда мы каждый день садимся за нашу работу, вокруг нас концентрируется сила. Мы уподобляемся намагниченному жезлу, притягивающему железные опилки. Приходят идеи. Появляются озарения.

—

«Если вам это не по душе, то я разрешаю думать об ангелах абстрактно», — декларирует Прессфилд, переводя разговор о природе созидательного к высшим материям. Ангелы — агенты эволюции. Они работают на Бога. Их задача — помогать нам. Пробудить нас. Встряхнуть.

—

Объясняя суть творчества, Прессфилд вспоминает блейковское «Вечность влюблена в творения времени» и рассуждает о том, как вечность передает сообщения нам, запертым в рамки земного существования. Он приходит к выводу, что мы способны дать физическое рождение музыке высших сфер. Пятая симфония существовала раньше, чем Бетховен уселся за рояль. Она существовала как возможность — без физического воплощения. Она еще не была музыкой. Нужен был кто-то — человек, художник (или, точнее, гений, душа), чтобы воплотить ее в жизнь. Когда мы начинаем, мы узнаем наш путь и позволяем ангелам войти и сделать свою работу.

—

Важнейшую роль играет определение своего места в жизни. И «настройка по умолчанию» — определение себя через иерархию — губительна для созидания. Активизируется она автоматически еще в детском возрасте. «И лишь позже, обычно после сурового обучения в университете несчастий, мы начинаем изучать

## Как художнику бороться с разрушительной силой в самом себе

Автор: Ефим Репин  
04.11.2011 22:31

---

альтернативы», — пишет Прессфилд.

—

Определяя себя по иерархии, индивид будет конкурировать со всеми остальными, стремиться повысить свой статус, оценивать свое счастье и успех исключительно рангом в иерархии, оценивать каждый свой шаг по воздействию на окружающих.

—

Художник же должен действовать, опираясь на внутреннее понимание своего места во вселенной. Он должен делать свою работу из любви к искусству, не ориентируясь на общество, а глядя внутрь себя. Художник должен найти собственное место. Свое место добывается тяжелым трудом, это долгие часы и годы работы.

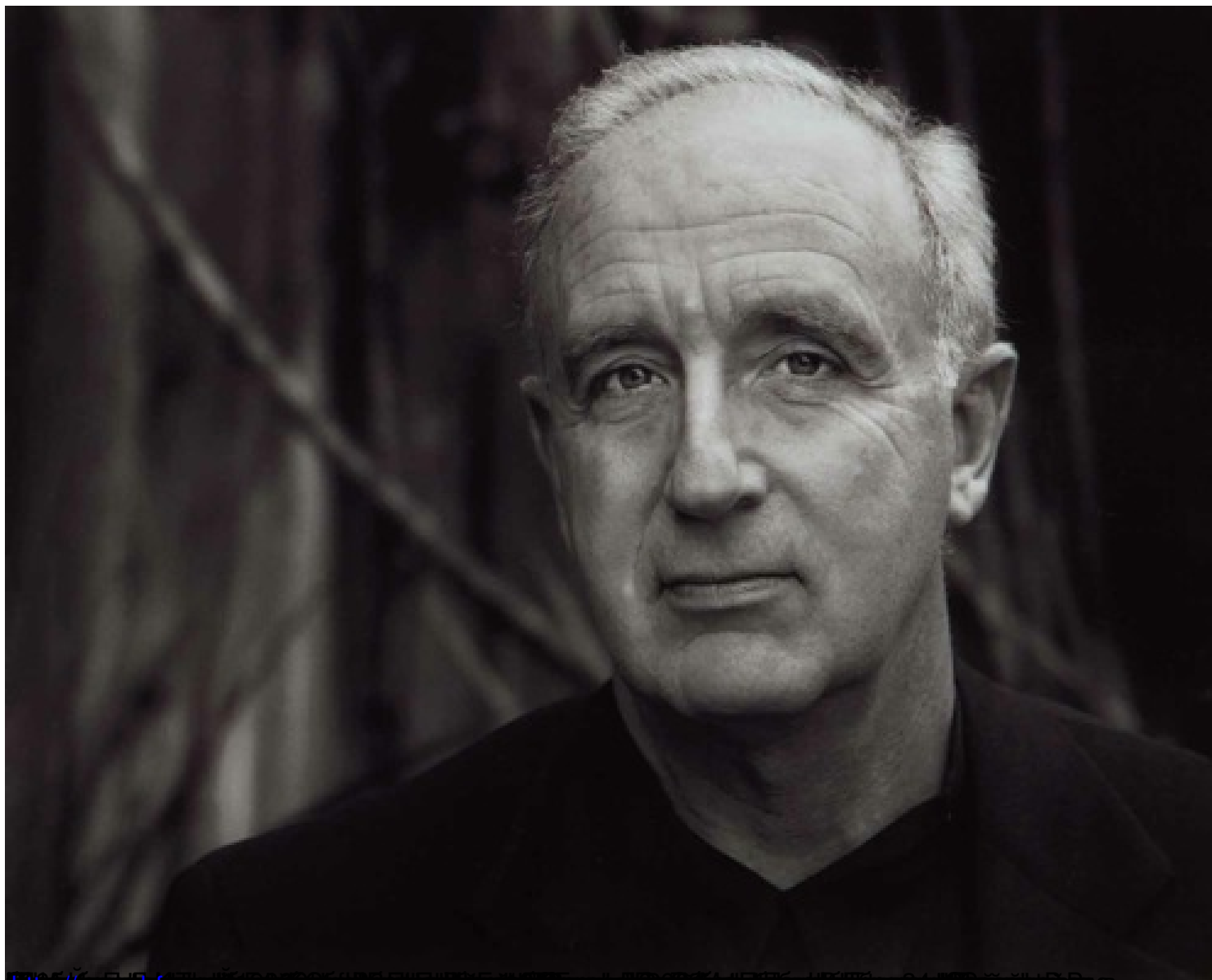
—

—

## Как художнику бороться с разрушительной силой в самом себе

Автор: Ефим Репин  
04.11.2011 22:31

---



<http://www.bfm.ru>