

MOJA KREATIVNA GODINA

STVARANJE NAJBOLJE GODINE IKAD





KREATIVNOST JE ŽIVOT

**Dragi Maštarijanci,
Dobro došli u svoju
najkreativniju godinu.**

Ovaj ebook je moj poklon vama, kojim želim da vam se zahvalim što ste na ovom putu pored mene.

Nadam se da ste spremni da i ove godine zajedno budemo kreativni i produktivni.

Trudila sam se da bude vrlo jednostavno, tako da možete da odštampate ovih par strana, a možete i da prepisete u neku drugu svesku.

Ovo su samo smernice, a vi naravno imate potpunu slobodu da ih prilagodite sebi.

Hajde da stvaramo zajedno.

Duša

Obećanje sebi

Ova godina je moja i učiniću je potpuno jedinstvenom.

Biram da pazim na sebe.

Biram svoje prioritete.

Biram da verujem da znam šta je dobro za mene.

Obećavam sebi da će mi kreativnost biti prioritet ove godine.

Obećavam sebi da ću voleti čak i svog Unutrašnjeg kritičara.

Obećavam sebi da ću slušati svoju intuiciju.

Obećavam da ću slaviti svoje uspehe, ma koliko mali oni bili.

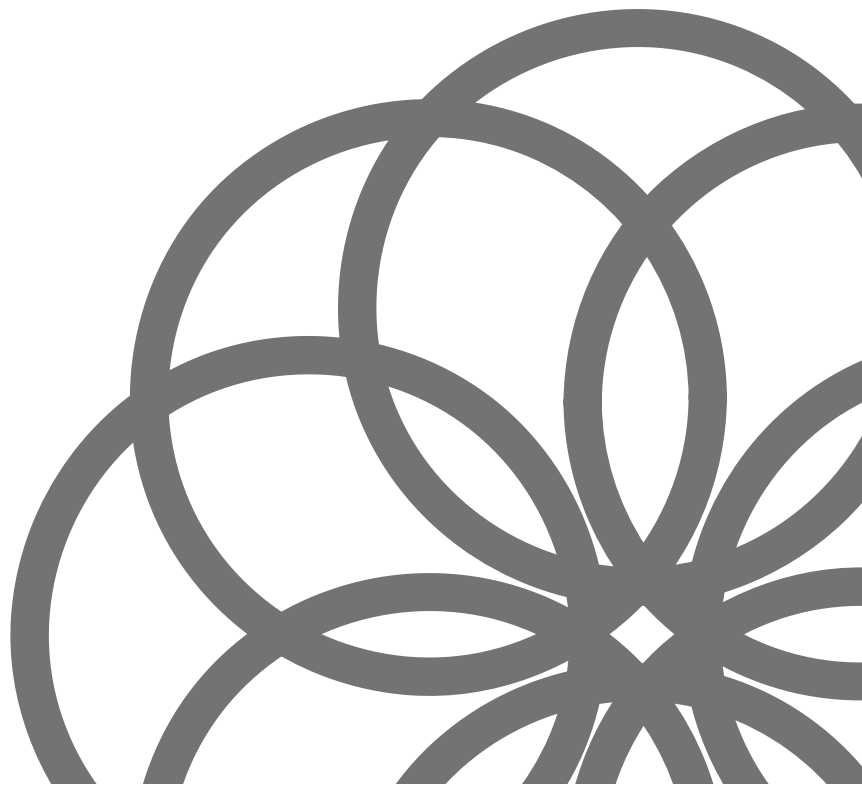
Prihvatam da ja imam punu odgovornost za svoju kreativnost i svoj život i prihvatam da ovu godinu pretvorim u svoje remek delo.

Stvaraću ono što mi prija.

Radiću ono što volim.

Voleću sebe.

potpis



KO SAM JA?

Jedna od mojih omiljenih vežbi je „Ja sad- Ja buduća“.

Vrlo je jednostavno. Napišete (ili nacrtate) kako se osećate, izgledate, o čemu razmišljate u sadašnjosti, a kako želite da se osećate, kako da izgledate, i šta da mislite u narednom periodu.

No, ovog puta ćemo malo izmeniti ovu vežbu, tako da je zadatak da nabrojite sve vaše uspehe i postignuća u prethodnoj godini i sve ono što želite da postignete u narednoj.

Uživajte u podsećanju i pripremanju za ono što vam predstoji.



JA U PROŠLOSTI



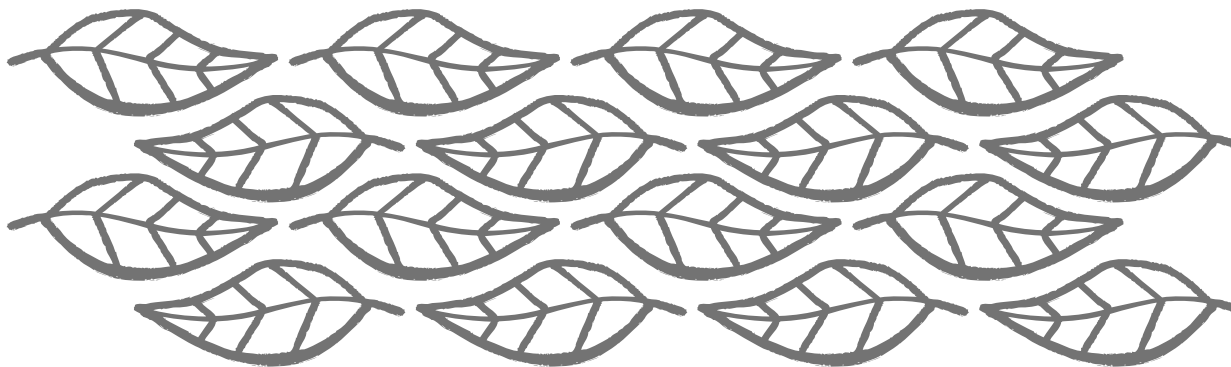
JA U BUDUĆNOSTI



UMETNIČKI SASTANAK

Umetnički sastanci su vreme za raspaljivanje mašte, za pronalaženje inspiracije, za usklađivanje sa sobom, za podsećanje kako izgleda igrati se.

Redovni odlazak na Umetnički sastanak umanjuje mogućnost od nastanka kreativnih blokada i odlaganja, i stvara značajnu razliku u posvećenosti poslu i lakoći stvaranja.



Pored toga što ćete pokrenuti svoju kreativnu energiju, ovi sastanci su odličan način da se ponovo povežete sa sobom. Često upadnemo u uloge koje sebi nametnemo (ili koje nam društvo nametene), pa zaboravimo šta zapravo volimo ili želimo. Isto tako mogu da pomognu da rešimo neka druga goruća pitanja ili probleme, samim tim što se nećemo baviti njima.

No, iako zvuči veoma jednostavno, “odete negde, jednom nedeljno, i radite nešto što vas zabavlja”, vrlo lako možete da osetite otpor u jednom trenutku, i da smislite million i jedan razlog (da ne kažem izgovor) da ne odete na isti.”

Molim vas, nemojte ih izbegavati.

Ove godine redovno idite na sastanak sa svojim Unutrašnjim umetnikom.

Jednom nedeljno, samo vas dvoje.

Ako se ponekad desi da ne možete da smislite šta biste mogli da radite, ne brinite, i na to sam mislila.

Spremila sam vam spisak ideja za predstojeće sastanke, a u nastavku imate i mali planer u kojem možete da beležite svoj napredak.

Ova lista je samo orijentaciona i slobodno dodajte na nju šta god vam zvuči zabavno.

I naravno, uživajte u svojim sastancima.

IDEJE ZA UMETNIČKI SASTANAK

Izvedite svog umetnika u pozorište ili bioskop.

.

Prošetajte
po obližnjem parku, ili pronadite neki u kojem još niste bili.

.

Posetite
biblioteku ili knjižaru. Obradujte svog umetnika i sebe nekom novom
knjigom.

.

Muzička
prodavnica je zabavna za kupovinu i/ili isprobanje muzičkih
instrumenata.

.

Odlazak
u kupovinu novog materijala za rad je isto tako inspirativno.

.

Pronadite
neko prijatno mesto za kafu i kolač, ili piće po svom izboru. ;)

.

Pružite podršku drugim kreativcima, prisustvujte
nekoj književnoj večeri.

.

Posetite
neku izložbu. Otvaranje zvuči još zabavnije.

.

Sigurno postoji neki koncert na koji biste rado
otišli.

.

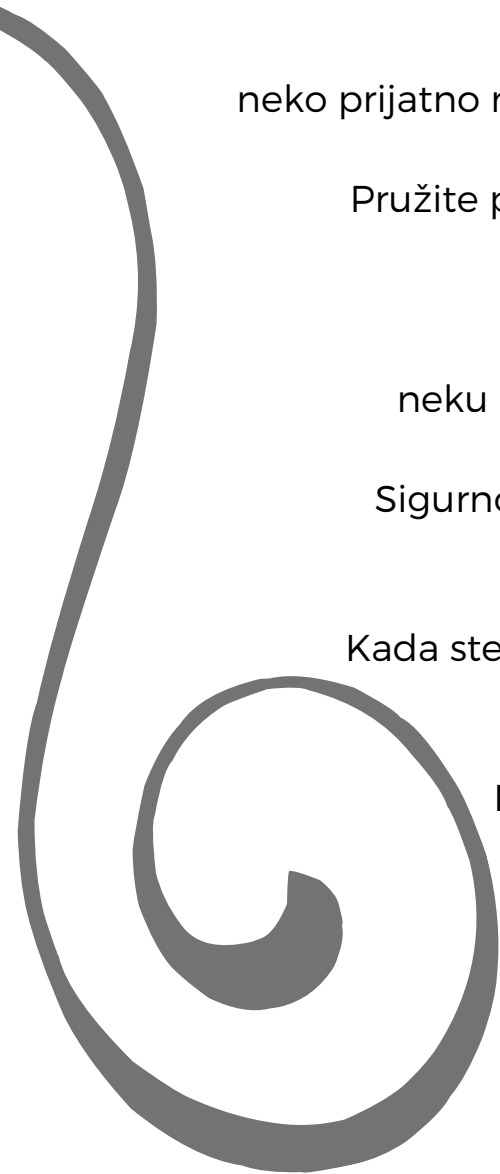
Kada ste poslednji put bili u muzeju? Sad je pravi
trenutak.

.

Napravite avanturu na buvljaku.

.

Ili pronadite neku antikvarnicu.



Botanička bašta je spokojno mesto za druženje sa Unutrašnjim umetnikom.

.

A možete i zajedno da sređujete svoju baštu ili dvorište.

.

Vikend putovanje, što da ne?

.

Ako ste mogućnosti prošetajte do plaže ili neke druge vode.

.

Možete da odete u Cirkus ili Luna park, ako vaš Umetnik to voli.

.

Istražite nepoznate predele, idite na izlet gde nikada niste. Istražite dodatno svoju okolinu.

.

Posetite neki manastir ili crkvu, to su objekti sa posebnom energijom.

.

Idite u Uradi sam i razgledajte. Možda je vaš Umetnik više raspoložen za građevinu.

.

Ili idite na kuglanje. Izbacite stres iz sebe.

.

Probajte nešto novo, na primer ples. Samo odaberite koji i pravac podijum.

.

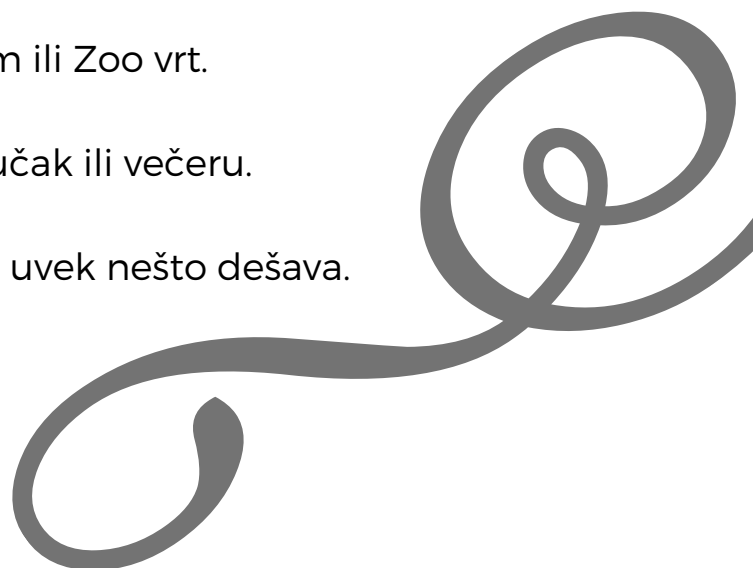
Idite u Akvarijum ili Zoo vrt.

.

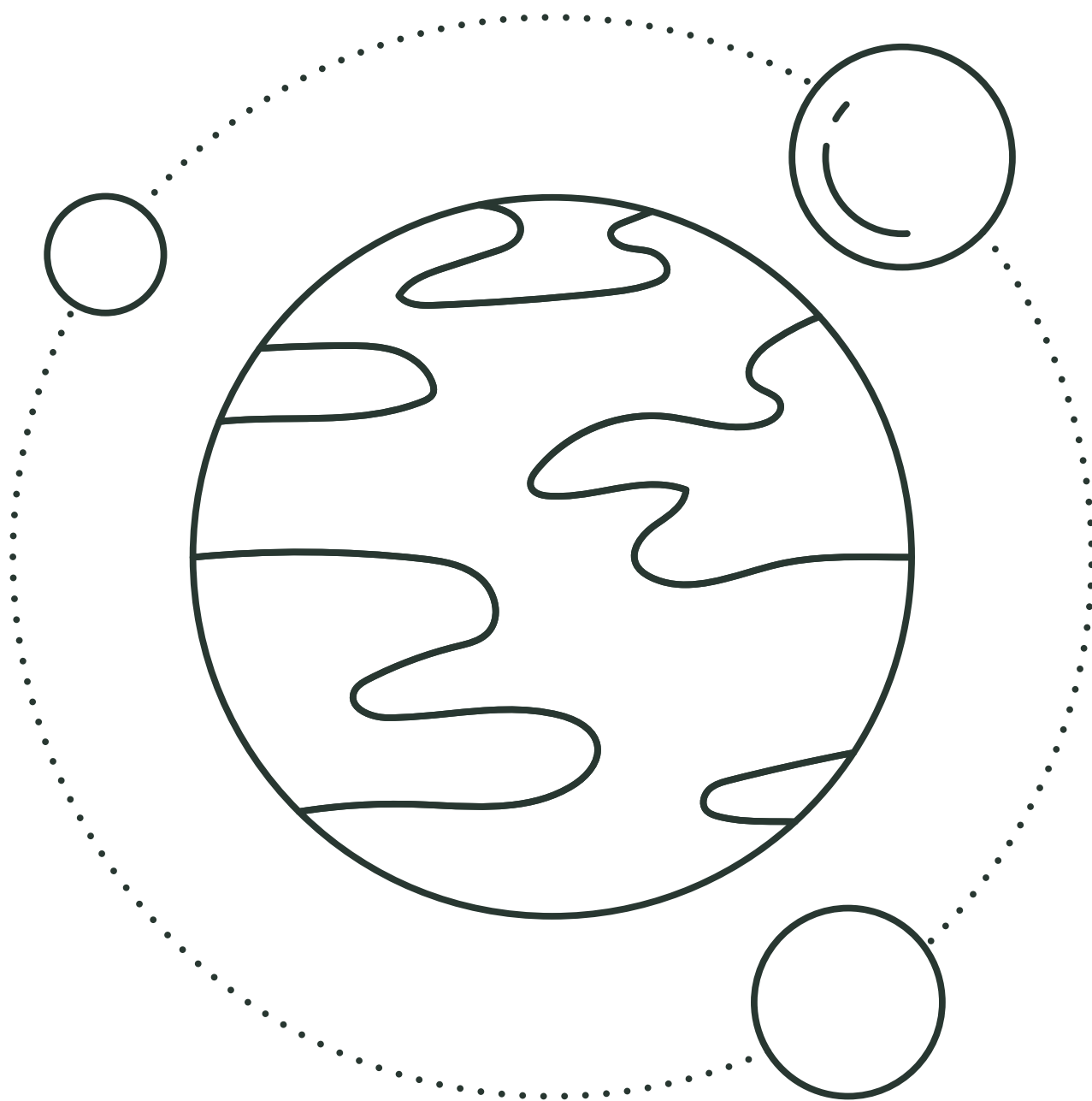
Izvedite sebe na ručak ili večeru.

.

Idite na pijacu. Tamo se uvek nešto dešava.



**USUDI SE DA
SANJAŠ.
USUDI SE DA
STVARAŠ.**



PLANER ZA UMETNIČKI SASTANAK

Nedelja

Gde idemo?

Šta radimo?

Utisci

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

22.

23.

24.

Nedelja

Gde idemo?

Šta radimo?

Utisci

25.

26.

27.

28.

29.

30.

31.

32.

33.

34.

35.

36.

37.

38.

39.

40.

41.

42.

43.

44.

45.

46.

47.

48.

49.

50.

51.

52.



PROJEKTI U OVOJ GODINI

Svi smo upoznati sa predrasudom da su kreativci neorganizovani.

OK, možda nam se ponekad desi da se zanesemo, ali ništa nije toliko strašno.

No, bilo kako bilo, nije na odmet malo organizovati svoje pinkle.

Meni mnoooogo znači moja lista projekata.

To je mutirana To-Do lista sa spiskom stvari na kojima želim da radim.

Nekad je na toj listi 2, a nekad 52 stvari, ali broj nije bitan.

Listu možete da menjate sa vremena na vreme. Da skinete ono što vam se više ne sviđa, i da stavite ono što vas privlači.

Lista je potpuno živa i vrlo inspirativna .

Naročito dobro dođe onima koji ne beleže svoje ideje, pa se smore kada posle određenog vremena vide svoje ideje u tuđoj izvedbi (što i ovako može da se desi, ali je malo manje tužno).

A sad, hajde da napravimo listu.

MOJI PROJEKTI:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

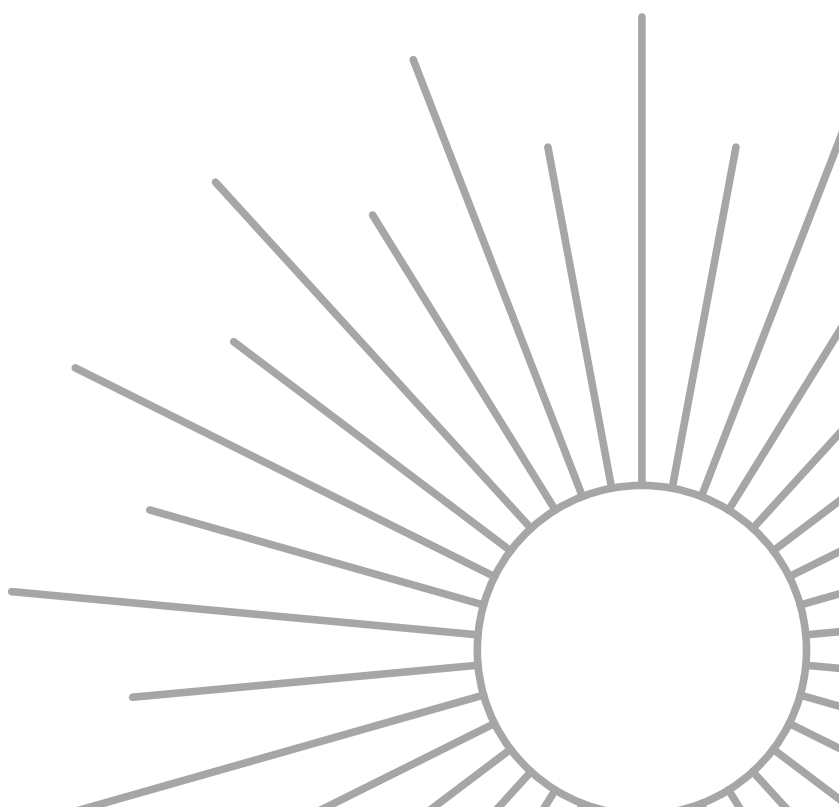
16.

17.

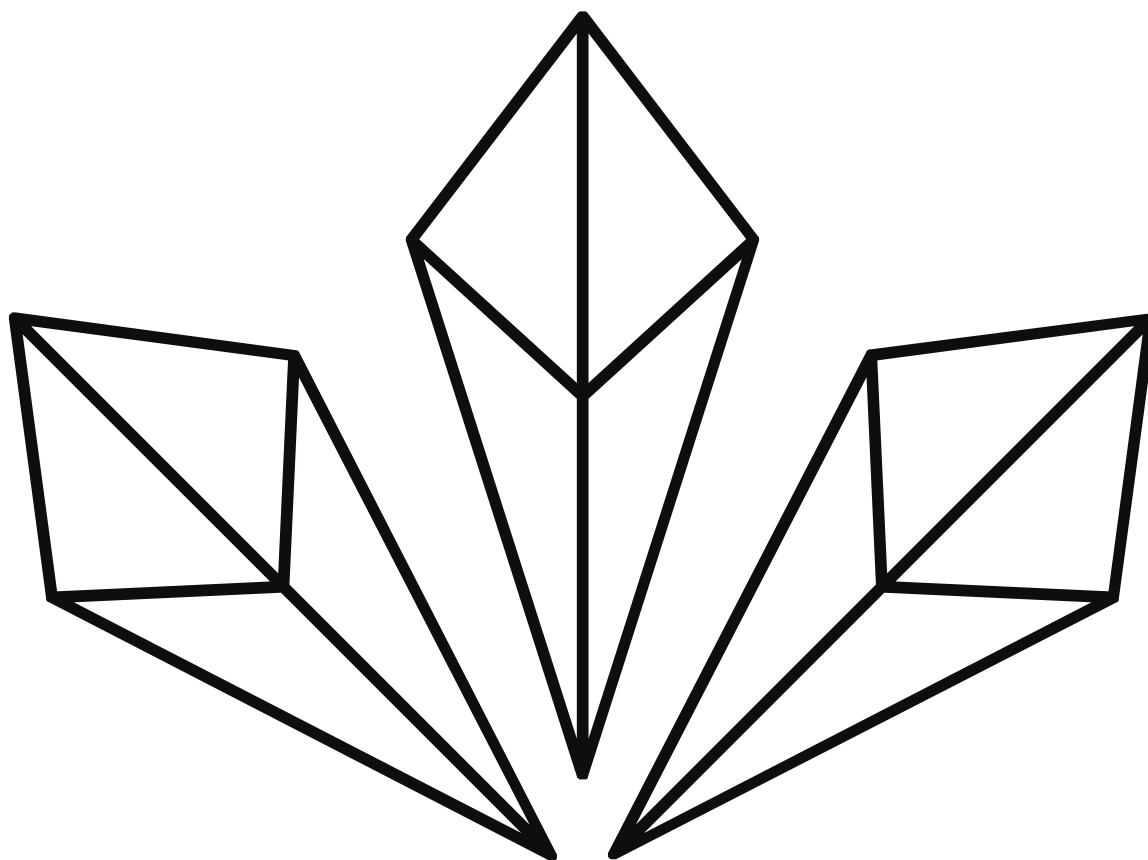
18.

19.

20.



Srećno stvaranje
i javite kako napredujete u svojoj
najkreativnijoj godini.



"Shine like a diamond."

Hvala vam što ste tu.

Duša