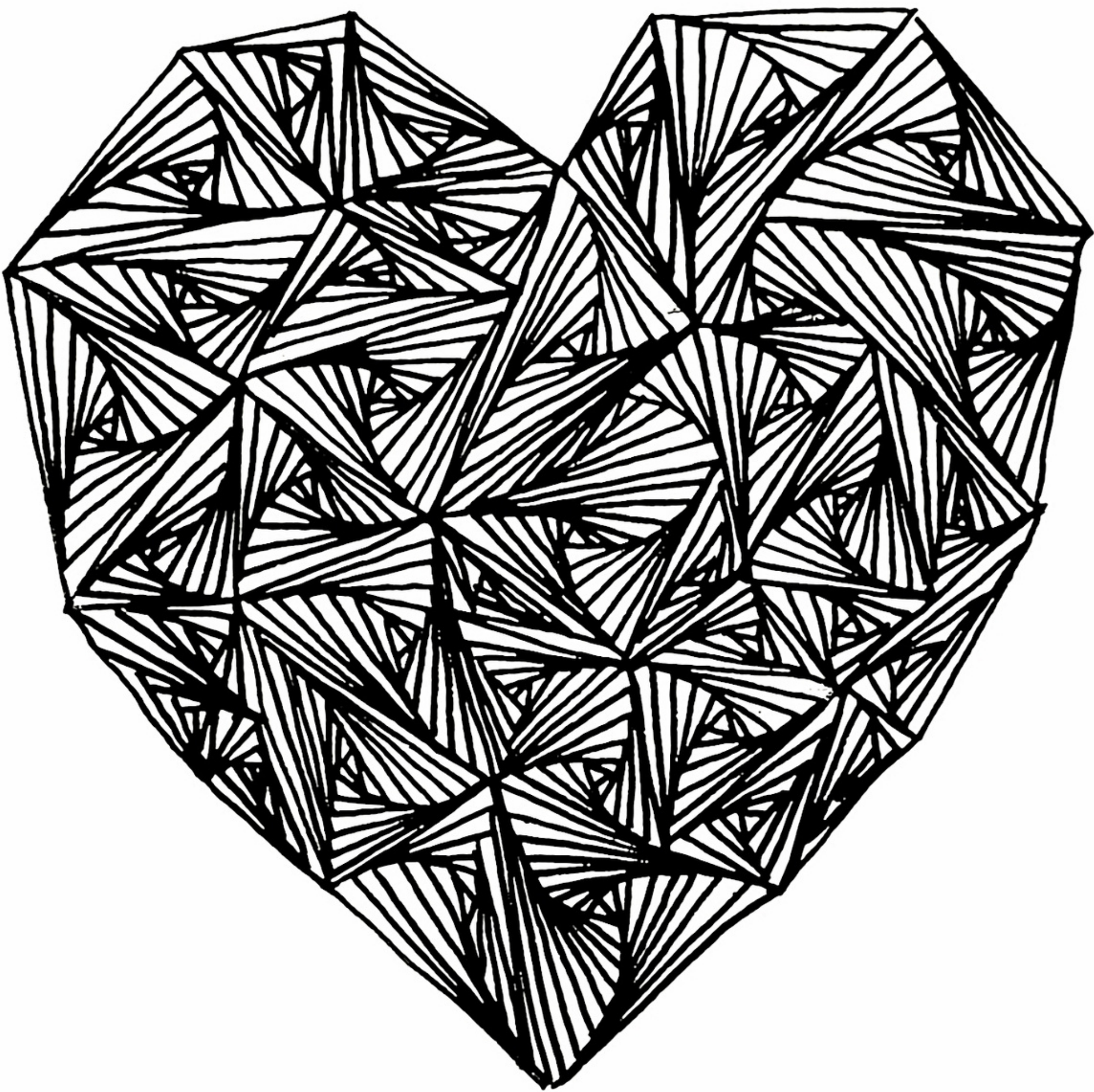


Život kao umetničko delo

5 saveta kako da živite kreativnije
i da od svog života napravite
umetničko delo



U poslednje vreme često dobijam ista pitanja.

"Kako stižeš da crtaš svaki dan?"

"Kako imaš volje za sve to?"

A još češće čujem,

"Ja bih volela da radim nešto tako, kreativno, ali ne mogu ja to, nemam vremena, znanja..."

Hajde da krenemo redom.

Jeste da izgleda potpuno haotično (ponekad) sa troje male dece i svime ostalim što život nosi.

No, kao i sve drugo u životu kreativnost se vežba.

Sve je stvar vežbe.

Kreativnost je mišić koji se vežba, ali koji daje divne plodove svog postojanja jednom kada ga pokrenete.

A ulaganje u kreativnost je ulaganje u sebe.

Kad počnete da je uvodite u svoj život lagano počnete da se rastajete sa suvišnim stresom i "lošim" emocijama, a povećavate osećaj svrsishodnosti i sklada sa sobom.

Nemojte sputavati sebe na samom početku,
nemojte praviti granice tamo gde ne postoje,
jer granice postoje samo u vašem umu.
Promenite svoje navike i obogatite svoju
dnevnu rutinu i život.

Prenesite svoj život iz sivila u svet okupan
bojama.

Razumem, strah je veliki činilac, ali krenite od
toga da stvarate za sebe.
Za svoju dušu.

Nije bitno da li je savršeno ili najbolje na svetu,
bitno je da se igrate.

Ispitujte i istražujte šta sve možete da uradite.

Smete da bojite van linija.

Igra i zabava vam pružaju osećaj slobode,
a sloboda podstiče nastanak ideja.

Slobodan um = kreativan um.

Postavite svoju kreativnost kao prioritet u
svom životu i budite dosledni.

**Zauzvrat dobićete svoje umetničko
delo zvano život.**

Umetničko delo je nešto što zavređuje divljenje, nešto jedinstveno i nešto za šta se veruje da iziskuje veliku količinu umeća, truda i vremena da se stvori.

Umetnost je svest o lepom, balans, ritam, harmonija, elegancija, sklad...

A zašto ne bismo primenili ove principe na svoje živote?

Da živimo svesni lepote koja nas okružuje.

Da pratimo ritam svoje duše.

Da stvaramo harmoniju oko sebe.

Da živimo u skladu sa potrebama svog srca.

Nema potrebe juriti neki savršeni život, već da u svom životu prihvatite i svetlo i tamu, i da bez obzira gde se sad nalazite, krenete u stvaranje onoga što za vas predstavlja umetnost.

1. Postavite svoju kreativnost kao prioritet

Nemojte se nadati da će kreativnost sama od sebe da se pokrene. Pristupite tome ozbiljno i napravite neki dogovor sa sobom o tome da ćete biti redovni i dosledni.

Ophodite se prema tome kao prema poslovnom sastanku.

Zakažite sastanak sa svojom kreativnošću i zabavite se.

Nemojte preskakati i odlagati, ako baš ne morate.

Isto tako ne očekujte da možete uvek odvojiti 2-3 sata za stvaranje.

Nekad je dovoljno i samo 15 minuta.

Pitanje je

Da li ste sebi prioritet?

2. Odvojite vreme i mesto za sebe

Napravite mesto u svom domu, kalendaru i svojoj glavi za kreativnost.

Ako ste u mogućnosti napravite sebi i neki kutak za stvaranje.

Neko prijatno mesto gde ćete se osećati inspirisano i zadovoljno.

Nije bitno da li želite da stvarate ili samo posmatrate svet oko sebe, bitno je da odvojite **svoje vreme za stvaranje svog života.**

Ne morate imati savršene uslove za stvaranje, dovoljno je samo da se ubacite u svoj kreativni tok.

Pronađite dan i vreme vam najviše odgovaraju.

Počnite malim koracima.

Zakažite vreme ove nedelje samo za sebe i svoju kreativnost. Napišite pesmu, napravite kolač, nacrtajte ili obojite nešto, ili bilo šta što vam prija.

3. Lista projekata

Lista projekata je zapravo zamena za todo listu.

Predstavlja spisak ideja na kojima želite da radite u narednom periodu.

Ideje se ne pišu po nekom prioritetu, niti po bitnosti ili veličini. Jedini uslov je da želite na tome da radite i da mislite da će vam baš ti projekti upotpuniti i obogatiti život.

Po meni listu je dobro ne pretrpavati, ali maksimum stvari na njoj ipak odredite sami. (Moj maksimalni broj je 10, jer mi sve preko toga stvara pritisak.)

Kada neki projekat završite, "skidate" ga sa liste i pravite mesto za neku novu svežu ideju.

Odličan način da stalno imate svoje projekte "ispred nosa" i da im se unapred radujete.

4. Inspirišite se životom

Budite otvoreni da slušate i gledate. Obratite pažnju na stvari koje vidite svakog dana, ali ih pogledajte novim očima.

Promenite perspektivu.

Sve oko nas je u konstantnom pokretu i promeni, iskoristite to kao inspiraciju za svoje stvaranje.

Pokrenite se.

Budite u prirodi.

Okružite se zanimljivim i inspirativnim ljudima.

Postavljajte pitanja i budite radoznali za svet oko vas. Radoznali ljudi se nikada ne zadovoljavaju postojećim i stalno istražuju.

Maštajte. Idite lagano napred korak po korak, dan po dan. Dopustite sebi da se igrate, svaki dan po malo. Jer ovom svetu neće škoditi malo više mašte i šarenila.

5. Uživajte u svom stvaranju

Ništa od ovoga nema smisla ako vam ne predstavlja uživanje.

Budite nežni prema sebi i dopustite sebi da pravite greške i da rastete kroz proces stvaranja.

Prepustite se i ne razmišljajte mnogo o svakom pokretu, potezu, reči koju napišete...

Zabavite se.

Igrajte se.

Stvarajte.

Igra je samo učenje na drugi (zabavniji) način.

Budite radoznali da vidite gde će vas kreativnost odvesti.

Jedna stvar je sigurna, vratiće vas sebi.

*"Ako želiš da se baviš umetnošću,
radi na svom životu."*

Anton Pavlovič Čehov

Pitanja za razmišljanje

Koje kvalitete i vrednosti želite u svom životu?

Koje promene možete da naćinite već danas?

Kakva osoba trebate biti za takav život?

Koje stvari i ljudi vas inspirišu?

Vreme je za akciju!

- Ove nedelje zakazujem vreme za sebe

- Lista projekata na kojima želim da radim

1. -----

2. -----

3. -----

4. -----

5. -----

- Ićiću u prirodu -----

ili razgledanje grada -----

- Proslaviću svoj uspeh sa

Ko sam ja?

Zdravo, ja sam Duša, kreativni istraživač i mastermind iza bloga Maštarium.

Volim da se penjem po drveću, čitam i pišem.
Volim da sviram, crtam i slikam.

Do skora sam pila kafu u neograničenim količinama, a sad su mi samo preostali ljubav prema životu i radoznalost kao gorivo, dok jurim za svojim klincima.

Volim da kroz zvuk, crtež, reči, boje... istražujem svoj unutrašnji i spoljašnji svet, i želim da ohrabrim druge ljude da pokrenu svoju uspavanu kreativnost i obogate svoje živote.

Srećno stvaranje.

Čestitam vam na spremnosti da pokrenete svoju kreativnost.

Nadam se da vam je ova mini e-knjiga poslužila, te da ćete mi se pridružiti i početi da živite svoje umetničko delo.

Ako imate neke predloge, pitanja ili želite da se povežemo, nađite me na Instagramu - [@dushaabramovic](https://www.instagram.com/dushaabramovic), gde redovno delim svoje radove i misli.

Uživajte u svom stvaranju.

Duša