

**CALEA
ARTISTULUI
CĂTRE O CREATIVITATE
SUPERIOARĂ**

EDITURA PARALELA 45

Redactare: Mugur Butuza
Corectură: Ramona Rossall
Tehnoredactare: Mihail Vlad
Design copertă: Mirona Pintilie
Pregătire de tipar: Marius Badea

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
CAMERON, JULIA

**Calea Artistului către o creativitate superioară : cum eliberezi
artistul din tine** / Julia Cameron ; trad. din lb. engleză și note de
Mugur Butuza. – Ed. a 2-a, reviz.. – Pitești : Paralela 45, 2024
ISBN 978-973-47-4164-9

I. Butuza, Mugur (trad. ; note)
159.9

The Artist's Way. A Spiritual Path to Higher Creativity
Julia Cameron

Copyright © 1992, 2002, 2016 Julia Cameron
All rights reserved.

Copyright © Editura Paralela 45, 2024

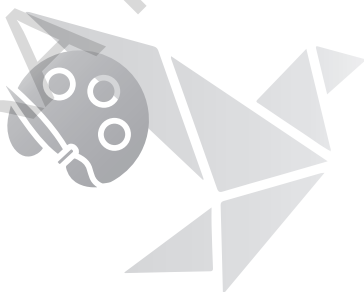
Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar conținutul
este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.
www.edituraparelela45.ro

Julia Cameron

CALEA ARTISTULUI CĂTRE O CREATIVITATE SUPERIOARĂ

Cum eliberezi artistul din tine

Ediția a II-a, revizuită



Traducere din limba engleză și note de
Mugur Butuza

Editura Paralela 45

Cuprins

Mulțumirile mele de pe Calea Artistului.....	7
Introducere la a zecea ediție, aniversară, a <i>Căii Artistului</i>	13
Introducere.....	23
Electricitatea spirituală. <i>Principiile de bază</i>	31
Instrumentele de bază	40
Recuperarea unui sentiment al siguranței.....	60
<i>Artiștii din umbră</i> 60 <i>Inamicul tău lăuntric: opinii negative centrale</i> 66	
<i>Aliatul tău lăuntric: armele afirmative</i> 70 <i>Sarcini</i> 74 <i>Verificare</i> 77	
Recuperarea unui sentiment al identității.....	78
<i>Să devii sănătos</i> 78 <i>Parteneri de joacă toxici</i> 79 <i>Zăpăcitorii</i> 82	
<i>Scepticismul</i> 88 <i>Atenția</i> 91 <i>Sarcini</i> 96 <i>Verificare</i> 98	
Recuperarea unui sentiment al puterii.....	100
<i>Furia</i> 100 <i>Sincronicitatea</i> 101 <i>Rușinea</i> 107 <i>Cum să abordezi</i>	
<i>criticile</i> 113 <i>Muncă de investigație, un exercițiu</i> 114 <i>Creșterea</i> 116	
<i>Sarcini</i> 117 <i>Verificare</i> 120	
Recuperarea unui sentiment al integrității.....	121
<i>Schimbări oneste</i> 121 <i>Visuri îngropate, un exercițiu</i> 130	
<i>Privarea de lectură</i> 130 <i>Sarcini</i> 133 <i>Verificare</i> 135	
Recuperarea unui sentiment al posibilității	136
<i>Limite</i> 136 <i>Să găsești râul</i> 140 <i>Capcana virtuții</i> 143	
<i>Chestionarul capcanei virtuții</i> 148 <i>Bucurii interzise, un exercițiu</i> 148	
<i>Lista de dorințe, un exercițiu</i> 149 <i>Sarcini</i> 150 <i>Verificare</i> 152	
Recuperarea unui sentiment al abundenței	153
<i>Marele Creator</i> 153 <i>Luxul</i> 157 <i>Contabilitatea, un exercițiu</i> 162	
<i>Nebunia banilor, un exercițiu</i> 163 <i>Sarcini</i> 164 <i>Verificare</i> 165	

Recuperarea unui sentiment al conexiunii.....	166
<i>Să ascuți</i> 166	
<i>Perfecționismul</i> 169	
<i>Riscuri</i> 170	
<i>Gelozia</i> 173	
<i>Harta geloziei, un exercițiu</i> 174	
<i>Arheologie, un exercițiu</i> 175	
<i>Sarcini</i> 176	
<i>Verificare</i> 178	
Recuperarea unui sentiment al rezilienței.....	179
<i>Supraviețuirea</i> 179	
<i>Puterea de fildeș</i> 181	
<i>Câștiguri deghizate ca pierderi</i> 186	
<i>Vârsta și timp: produs și proces</i> 190	
<i>A umple forma</i> 194	
<i>Modelări timpurii, un exercițiu</i> 198	
<i>Afirmării</i> 200	
<i>Sarcini</i> 200	
<i>Verificare</i> 203	
Recuperarea unui sentiment al compasiunii.....	204
<i>Frica</i> 204	
<i>Entuziasmul</i> 206	
<i>Răsucirile creatoare de 180 de grade</i> 208	
<i>Să străpungi blocajele</i> 213	
<i>Sarcini</i> 215	
<i>Verificare</i> 217	
Recuperarea unui sentiment de autoprotecție	218
<i>Pericolele itinerarului</i> 218	
<i>Abuzul de muncă</i> 221	
<i>Seceta</i> 225	
<i>Faima</i> 227	
<i>Competiția</i> 229	
<i>Sarcini</i> 232	
<i>Verificare</i> 235	
Recuperarea unui sentiment al autonomiei	236
<i>Acceptarea</i> 236	
<i>Succesul</i> 240	
<i>Zenul sporturilor</i> 243	
<i>Să construiești altarul artistului tău</i> 249	
<i>Sarcini</i> 250	
<i>Verificare</i> 251	
Recuperarea unui sentiment al credinței	252
<i>Să ai încredere</i> 252	
<i>Misterul</i> 254	
<i>Imaginația la joacă</i> 255	
<i>Viteza evadării</i> 258	
<i>Sarcini</i> 260	
<i>Verificare</i> 261	
Epilog.....	264
<i>Calea Artistului</i> 264	
<i>Cuvinte pentru Cale</i> 266	
Calea Artistului. Întrebări și răspunsuri.....	267
<i>Introducere</i> 267	
<i>Întrebări și răspunsuri</i> 267	
Ghid pentru clusterelor de creație.....	272
Apendice: mix de itinerarii.....	278
<i>Formarea Cercului sacru</i> 278	
<i>O rugăciune a artistului</i> 286	

Mulțumirile mele de pe Calea Artistului

Până în prezent, mai mult de un milion de persoane au contribuit la Calea Artistului. Este o adevărată mișcare. Sunt totuși persoane fără de care siguranța și creșterea ei nu ar fi fost posibile. Doresc să le mulțumesc aici câtorva dintre ele.

Lui Jeremy Tarcher, pentru că mi-a publicat lucrarea, pentru că a editat-o și s-a ocupat de ea cu atâta grijă, cu scripărea și viziunea specifice lui.

Lui Joel Fotinos, pentru că mi-a alimentat și păstrat materialul lucrării, gestionându-mi nu numai munca, dar și cele mai adânci porniri ale inimii și cele mai adevărate visuri, cu limpezime și forță.

Lui Mark Bryan, grațitudinea mea o merită pentru că s-a luptat să-mi protejeze și aperse materialul lucrării, pentru gândirea sa novatoare și vizionară și pentru că a avut capacitatea de a fi înțeleș și iertat deseale – și necesarele – divergențe ale căilor noastre.

Fiiței mele, Domenica Cameron-Scorsese, pentru că a îngăduit să-și împartă mama cu alții și pentru că suportă dubla presiune de a fi din a doua generație ce moștenește faima și de a avea un talent de prima mână. Merită grațitudinea mea pentru că este întotdeauna acel gen de artist pentru care vreau să scriu cărți bune și folositoare. Cu admirație pentru priceperea ei, pentru tandrețea ei și pentru „tupeul“ ei artistic curat.

Emmei Lively, cu grațitudine pentru puterea ei vizionară și pentru convingerea îndrăzneată de care a dat dovadă lucrând atât cu muzica mea, cât și cu cărțile mele. Ne-am întâlnit prin *Calea Artistului* și prin musicalul

Calea Artistului către o creativitate superioară

meu, *Avalon*, și ne-am bucurat să convergem pe această cale, drept colaboratori într-ale muzicii în acești ultimi patru ani.

Susanei Schulman, cu grațitudine pentru lungii ani de devoțiune și dedicare față de *Calea Artistului*, cu admirație pentru viziunea ei și cu umilință pentru curajul de care a dat dovadă pe tot parcursul încercărilor dure la care am fost supuse concomitent.

Cu grațitudine lui Pat Black și companiei sale, pentru că au avut un parcurs uniform în timpul în care *Calea Artistului* și eu însămi am crescut în sușuri și coborâșuri.

Cu grațitudine, lui David Groff, pentru scrisul lui rafinat și pentru gândirea sa.

Johannei Tani, pentru grațioasa și pătrunzătoarea redactare.

Și Sarei Carder, pentru asistența iscusită și grijulie, ce trece mai presus și dincolo de simpla datorie – toți aceștia trei sunt suflete creatoare.

Lui James Nave, pentru loialitatea și generozitatea de care a dat dovadă ca partener vechi într-ale predării.

Și lui Tim Wheeler, mulțumiri speciale pentru geniul lui muzical și pentru parteneriatul creativ, din care am avut ce învăța, de-a lungul mai multor ani și proiecte.

De asemenea, grațitudinea mea se îndreaptă spre Mauna Eichner și Claire Vaccaro, pentru inspirata și fastidioasa muncă de design, în care au ținut cont întotdeauna de faptul că forma urmează funcția – astfel încât cărțile mele să întruchipeze formula artistului: „Frumusețea e adevăr, iar adevărul e frumusețe.“

Și de-așemenea, grațitudine, mereu, surorii mele, Libby Cameron, colaboratoare frecventă, artistă rafinată și desenatoare de animații, ale cărei inteligență și scilipiri mi-au permis să creez instrumente noi pentru a sprijini *Calea Artistului*. Mulțumirile mele cele mai calde pentru munca inspirată la *The Artist's Date Book* (Randevu cu artistul), *Supplies* (Provizii), *God is Dog Spelled Backwards* (Dumnezeu e Câine scris de la coadă la cap) și cartea în curs de apariție *How Not to Make Art* (Cum să NU faci artă) și la orice altceva care merită cu adevărat.

Mulțumirile mele de pe Calea Artistului

Gratitudinea mea Soniei Choquette și lui Larry Lonergan, pentru dragostea și pentru limpezimea viziunii pe care le-au dovedit cât timp am muncit ca să împlinesc visuri vaste pornite din mici semințe.

Lui Edmund Towle și lui Robert McDonald, pentru creativitatea și curtoazia cu care m-au înconjurat și m-au inspirat pentru a da orice formă muncii mele creatoare.

În cele din urmă, vreau să le mulțumesc celor care au luat-o înainte și mi-au arătat drumul, mai ales Juliannei McCarthy, lui Max Showalter, lui John Newland și tuturor celor ce-au ținut felinarul spiritual pentru a lumina Calea noastră a Artistului, cu priceperea lor artistică și cu generozitatea lor.

Introducere

la a zecea ediție, aniversară, a *Căii Artistului*

Arta este o tranzacție spirituală.

Artiștii sunt vizionari. Noi practicăm în mod obișnuit o formă de credință, văzând limpede și mișcându-ne spre un țel creator ce licărește în depărtare – deseori vizibil pentru noi, dar invizibil celor din jurul nostru. Oricât ar fi de greu de ținut minte acest lucru, munca noastră este aceea care creează piața, nu invers. Arta e un act de credință, iar noi exersăm practicarea ei. Uneori suntem chemați în pelerinaje în numele ei și, aidoma multor pelerini, ne îndoim de chemare chiar și când răspundem la ea. Dar de răspuns, răspundem.

Scriu pe un birou chinezesc negru, lăcuit, orientat spre vest, cu vedere dincolo de fluviul Hudson, spre America. Mă aflu pe malul cel mai vestic al insulei Manhattan, care este o țară în sine, cea în care trăiesc acum, muncind să transpun musicaluri din pagină pe scenă. Manhattan e locul unde sunt de căutat interpreții de muzică. Ca să nu mai vorbesc de Broadway. Mă aflu aici pentru că „arta“ m-a chemat aici, iar eu, supusă, am venit.

Manhattanul are, probabil, o densitate de artiști pe cap de locuitor mai mare decât oricare alt loc din America. În cartierul meu din Upper West Side, violoncelele sunt la fel de numeroase și de îndesate precum vacile în Iowa. Sunt parte din peisaj. Așa cum stau aici, scriind la mașina de scris și privind afară prin geamlăcurile ferestrei, și eu sunt ceva ce Manhattanul cunoaște foarte bine. Scriu o piesă muzicală pentru

Calea Artistului către o creativitate superioară

pian la zece cvartale distanță de locul unde Richard Rodgers, un adolescent deșirat, a urcat câteva trepte ca să se întâlnească cu un băiat scund, care a devenit partenerul său pentru multă vreme, Larry Hart¹. Au visat împreună și în vremuri bune, și-n vremuri grele.

Apartamentul meu e situat pe Riverside Drive. Din acest capăt îngust al insulei, Broadwayul abia se vede, undeva înapoia mea, căci în clipa asta sunt cu fața spre vest, spre fluviul negru ca cerneala, iar soarele apune în panglici colorate deasupra sa. Fluviul e lat, nu doar întunecat, iar în zilele vântoase – și sunt destule – apa lui face valuri mici, cu creste albite. Remorchere roșii ca cireșele și încăpățânate ca scarabeii își înfig prova în valuri și își taie drum în amonte ori în aval, împingând barje lungi cu râturile lor. Manhattanul e port la ocean și chei al visurilor.

Manhattanul geme de visători. Toți artiștii visează, iar noi ajungem aici purtând cu noi acele visuri. Nu suntem toți îmbrăcați în negru, fumând încă și bând alcooluri tari, trăind încă boema sordidă a apartamentelor minuscule din blocuri fără lift, pline de speranțe și gândaci, din cartiere atât de mizere, că până și șobolanii s-au mutat din ele. Nu, asemenea gândacilor de bucătărie, aici artiștii sunt peste tot, și în blocurile de chiriași, și în mansardele luxoase – chiar în clădirea asta, unde locuiesc, cu pianul și mașina mea de scris, mai locuiește o soprană de operă, ale cărei triluri urcă din curtea interioară precum cântul unei ciocârlii în zbor. Adeseori, nu întotdeauna, ospătarii de la cârciumile din cartier sunt actori. Iar foarte frumoasele fete cu mers de rață din cartier chiar dansează, deși, judecând după mersul lor legănat, nu ți-ai putea închipui cu câtă grație o fac.

În după-amiaza asta am băut o ceașcă de ceai la Edgar's Cafe, cafe-neaua numită astfel după Edgar Allan Poe, care a trăit prin zonă și a murit

¹ Richard Rodgers (1902–1979), compozitor american, câștigător al tuturor premiilor importante din industria spectacolelor: Emmy, Oscar, Tony și Grammy; a compus peste 900 de cântece și 43 de musicaluri jucate pe Broadway. A compus și muzică pentru film și spectacole televizate. Multă vreme a făcut echipă cu textierul Lorenz „Larry“ Hart (1895–1943), autor al unor hituri celebre: *The Lady is a Tramp*, *Blue Moon*, *My Funny Valentine* etc.

tocmai în nordul orașului, în Bronx¹. M-am uitat la ferestrele de la parter ale locuinței lui Leonard Bernstein, din clădirea Dakota, apoi am ameuț puțin, ca de fiecare dată, când am trecut pe lângă intrarea ei boltită, unde a fost împușcat John Lennon. Apartamentul unde mă aflu acum e la nici un cvartal de locurile pe unde bâuțuia Duke Ellington, iar acolo se și găsește o stradă numită după el. Manhattanul e un loc bâuțuit de fantome. Puterea – și puterile – creatoare curg prin canioanele lui verticale.

În Manhattan am început să predau Calea Artistului. Întocmai ca toți artiștii – ca noi toți, dacă ascultăm – am avut experiența inspirației. Am fost „chemată” să predau, dar am răspuns acelei chemări cam fără tragere de inimă. *Cum rămâne cu arta mea?* m-am întreat. Încă nu învășasem că avem tendința de a și face ceea ce propovăduim, că deblocându-i pe alții m-aș debloca pe mine însămi și că, asemenea tuturor artiștilor, aș înflori mai ușor de-aș avea compania unor suflete înrudite ce-ar face salturi de credință asemănătoare. Chemată să-i învăț pe alții, nu-mi puteam închipui ce învățături bune mi-ar aduce acest fapt mie însămi și, prin mine, și altora.

În 1978, am început să-i învăț pe artiști cum să se „deblocheze” și „să se pună pe picioare” după ce-au fost răniți în creativitatea lor. Le-am împărtășit instrumentele pe care le-am deprins în propria mea practică artistică. Și am făcut-o pe cât de ușor și delicat am putut.

Le spuneam: „Ține minte, există o energie creatoare care vrea să se exprime prin tine.” „Nu-ți judeca munca și nu te judeca nici pe tine însuși. Îți vei da seama mai târziu ce-ai făcut.” „Lasă-l pe Dumnezeu să-și facă lucrarea prin tine.”

Instrumentele mele erau simple, iar elevii mei, pușini. Și instrumentele, și numărul cursanșilor s-au înmulțit constant, chiar foarte mult, în următorii zece ani. Și la început, ca și mai tot timpul, elevii mei erau în principal artiști blocați ori răniți – pictori, poeți, ceramiști, scriitori, regizori, actori – sau indivizi care își doreau, pur și simplu, să fie cât de cât mai creativi în vieșile lor personale sau în orice gen de artă. Am păstrat lucrurile

¹ De fapt, Edgar Allan Poe s-a stins din viață la 7 octombrie 1849 în Baltimore, statul Maryland.

Calea Artistului către o creativitate superioară

simple pentru că de fapt așa și erau. Creativitatea este precum meșorul – răsare din nou dacă ai câtuși de puțină grijă de ea. I-am învățat pe oameni cum să asigure spiritului lor creator nutrimentele simple și întreținerea de care aveau nevoie pentru a-l ține sătul. Oamenii au răspuns creând cărți, filme, picturi, fotografii și multe, multe altele. Apoi s-a dus vorba, iar grupurile cărora le predam au fost tot mai simplu de completat.

Între timp, am continuat să-mi produc propria artă. Am scris piese de teatru. Am scris romane și scenarii. Am făcut filme pentru cinema și pentru televiziune și am scris povestiri. Am scris poezie, apoi am făcut spectacole. Făcând această muncă, am deprins noi instrumente pentru creație, am scris și mai multe eseuri de predare și, la îndemnul prietenului meu, Mark Bryan, am adunat eseurile în note de curs, iar apoi într-o carte în toată regula.

Mark și cu mine am muncit cot la cot ca să tipărim și să broșăm cartea nepretențioasă pe care să o pot trimite persoanelor care aveau nevoie de ajutor. Am trimis-o prin poștă, în forma aceea simplă, la vreo mie de persoane, care, la rândul lor, au fotocopiat-o și au împrumutat-o prietenilor lor. Am început să auzim istorii incredibile despre recuperare: pictori care pictau, actori care jucau, regizori care regizau și oameni ce nu practicau o artă anume care au început să facă arta pe care doreau să o facă dintotdeauna. Am auzit povești despre avansări bruște și despre treziri lente.

Jeremy P. Tarcher, cunoscutul editor al celor cu potențial creativ și uman, a citit o versiune timpurie a cărții și a decis să o publice. Între timp, am împărțit cartea într-un curs de douăsprezece săptămâni, fiecare dintre secțiuni ocupându-se de o anumită temă. Această carte nepretențioasă a fost distilatul a doisprezece ani de predare și a douăzeci de ani de producție artistică în felurite forme. La început i-am spus: *Healing the Artist Within* (Vindecarea artistului lăuntric). În cele din urmă, după multă cumpănire, am hotărât să-i spun *Calea Artistului*, pentru că explica și explora creativitatea ca pe o chestiune spirituală. Am început să fiu martaora propriilor mele miracole.

Am călătorit adesea ca să predau, iar la sesiunile de autografe și în locurile evenimentelor cu public, oamenii au început să-mi aducă CD-uri, cărți,

filme și scrisori, toate transmițând acest gând: „Am folosit instrumentele tale și am făcut asta, îți mulțumesc foarte mult.“ Cel mai frecvent compliment ce mi-a fost făcut este: „Cartea ta mi-a schimbat viața“ și l-am primit de la artiști necunoscuți, ca și de la artiști recunoscuți, în locuri uitate de lume, dar și în spații cosmopolite. Folosind instrumentele acestea, pictori blocați au ajuns să câștige premiile juriilor la expoziții mari. Scriitorii care nu scriau au ajuns să câștige premiile Emmy sau Grammy, pentru lucrările lor. Am devenit umilă în fața puterii lui Dumnezeu, a Marelui Creator, de a restaura puterea, vitalitatea și inspirația celor ce bat cărări creatoare individuale, diverse și divergente. O femeie, scriitoare blocată aflată la jumătatea celui de-al cincilea deceniu de viață, a ajuns dramaturg premiat. Un instrumentist, multă vreme doar de acompaniament, a conceput și produs un album de virtuozitate solo. Visuri nutrite de multă vreme au înflorit în tot locul unde și-a pus Dumnezeu mâna sa de grădinar. Am primit mulțumirile ce i se cuveneau de fapt lui Dumnezeu. Eu nu eram decât o conductă spirituală a faptului spiritual central că Marele Creator îi iubește pe ceilalți artiști și-i ajută în mod activ pe aceia care s-au deschis pe ei înșiși creativității.

De la artist la artist, din mână în mână, *Calea Artistului* a început să se răspândească. Am auzit de grupuri formate în jungla din Panama, în zone rurale izolate de la antipozi și chiar în cealaltă inimă a întinericului – *The New York Times*. Grupuri de druizi, de mistici sufiți, de buddhiști au găsit cu toții teren comun în preceptele creative simple din această carte. Calea Artistului a ajuns și pe internet, formându-se grupuri sau, cum le spun eu, „clustere“ asemănătoare tulpinilor de dovleci, trimițând vițe și cârcei ca să formeze când un grup în Anglia, când unul în Germania, când un contingent de elvețieni de sorginte jungliană. Întocmai ca însăși viața, Calea Artistului, care a început să fie numită o „mișcare“, s-a mișcat într-adevăr înainte, cu tenacitate și chiar voracitate. Artiștii care-i ajutau pe artiști au proliferat. Lucrările de artă s-au înmulțit, iar carierele au evoluat și s-au stabilizat, înconjurate de prieteni de nădejde. Am fost martoră de bunăvoie la toate acestea.

Calea Artistului către o creativitate superioară

O sută de mii de persoane au cumpărat și folosit cartea. Apoi două sute de mii, apoi un milion, apoi mai multe. Am auzit de utilizarea, și uneori am ajutat la inițierea Căii Artistului în spitale, închisori, universități, centre de susținere a talentelor și, deseori, printre terapeuți, doctori, grupuri pentru persoanele bolnave de SIDA și în programele pentru femeile abuzate, ca să nu mai vorbesc de atelierelor artiștilor, de seminarele teologice și de conservatoare. Și, desigur, întotdeauna trecea din mână în mână, din gură-n gură, de la inimă la inimă, de la artist la artist, ca o formă de prim ajutor și de resuscitare delicată. Ca o grădină miraculoasă, *Calea Artistului* a continuat să crească și să tot crească. Și încă mai crește. Chiar în această dimineață am primit prin poștă o nouă carte publicată, însoțită de o notă de mulțumire. Până în prezent, *Calea Artistului* a fost tradusă în aproape douăzeci de limbi; a fost predată și recomandată peste tot, în *New York Times* și la Muzeul Smithsonian, la Institutul Esalen, ca și în studiourile de elită ale școlii de muzică Julliard. Asemenea Asociației Alcoolicilor Anonimi, clusterele Căii Artistului s-au reunit în subsolurile bisericilor și în centre de tratament, în colibe acoperite cu stof din America Centrală și în dărăpănături înconjurate de pitoni din Australia. Am spus că mulți terapeuți organizează grupuri facilitate? Chiar o fac. Oamenii „(se) vindecă” pentru că a fi creativ este sănătos – iar prin practicarea creativității își găsesc sinele mai vast. Și cu toții suntem mai vaști decât ne putem închipui.

Calea Artistului am vrut să fie gratuită și, precum mișcarea în doisprezece pași, pe cât posibil lipsită de lider, destinată autodidacților. Am vrut să crească prin simplitate și lipsă a controlului și să-și realizeze extinderea printr-o serie de verificări și evaluări ce vin de la sine, ușor de făcut, naturale, ori, să le spunem, chiar sezoniere. „Se va păzi de abuzuri și se va călăuzi și se va îndrepta de la sine.” Asta a fost abordarea mea.

De când am trecut pragul milionului, mi-a fost teamă că nu voi mai avea timpul și intimitatea necesare pentru a-mi produce propria artă – experiență personală fără de care n-aș mai putea continua să-i ajut pe alții. Cum aș mai putea scrie o carte de învățăminte dacă nu am intuiții proaspete despre ce i-aș putea învăța pe alții? Puțin câte puțin, m-am retras în solitudinea

laboratorului creației mele personale – acel loc liniștit și calm din mine unde puteam face artă și puteam învăța făcând-o. Fiecare lucrare de artă pe care am făcut-o m-a învățat ce să predau. Fiecare an în care am lucrat m-a învățat că puterea de creație nu cunoaște limite. Nu există limită superioară, deși uneori creșterea este lentă. Credința este ingredientul necesar.

Am început să scriu rapoarte, cărți scurte, țintite, menite să demanteleze pericolele reale și prezente în care poți intra încercând să duci o viață creativă sănătoasă și simplă. Am scris *The Right to Write* (Dreptul de a scrie), *Supplies* (Provizii) și altele, ghiduri nepretențioase și ușurele, precum *The Artist's Date Book* (Randevu cu artistul), *The Artist's Way Morning Pages Journal* (Jurnalul Căii Artistului pentru paginile de dimineață), și cartea mea de rugăciuni destinată să dea un sentiment al siguranței și o stare de bine celor care au apucat-o pe calea creativității în această lume. Am vrut ca oamenii să aibă parte de voie bună și de buni tovarăși de drum. Deși arta este o cale spirituală, e parcursă cu mai mult folos dacă ești însoțit de pelerini asemenea ție. Oamenii au ascultat.

Între timp, cărțile Căii Artistului au devenit obligatorii în autocarele de turneu folosite în lumea muzicii, au fost incluse ca semn al înțelepciunii în decorurile de filme, au fost trimise prin poștă către și de către bunicuțe trecute bine de prima bătrânețe, dar care-nfloreau sclipitor, și au servit mulți artiști de succes ca punte de trecere de la un habitat creativ la altul și de la un gen la altul.

În ce mă privește pe mine, un roman, o culegere de povestiri și trei piese de teatru și-au câștigat locul cert între celelalte șaptesprezece cărți publicate, în ciuda continuării activităților artistice și de dascăl. Atât elevii mei, cât și eu am câștigat premii. Revista *Utne Reader* a numit *Calea Artistului* o capodoperă; albumul de poezie pe care l-am înregistrat cu Tim Wheater a fost selecționat pentru titlul de cea mai bună coloană sonoră; cărțile mele de învățături au continuat să fie pe listele de bestsellere și de opțiuni ale editorilor din toată America și din lume. Să fie atunci de mirare că adesea m-am simțit tulbure și confuză, copleșită de viteza cu care se mișcau oamenii și se petreceau evenimentele? E una dintre ironiile vieții de

Calea Artistului către o creativitate superioară

scriitor recunoscut aceea că înclinația noastră firească de a rămâne singuri îndărătul biroului e din ce în ce mai dificil de urmat. Propriile mele pagini de dimineață mi-au fost sursă de călăuzire constantă și neprețuită. Mi s-a spus și să caut solitudinea, și să caut compania altor artiști care cred, ca și mine, că suntem conduși mereu atât de Marele Creator, cât și de cei care au pornit înaintea noastră pe Calea Artistului și care iubesc aceleași forme de artă ca și noi. Puteri mai înalte stau gata pregătite să ne ajute dacă o cerem. Trebuie să fim pregătiți să cerem ajutor, suficient de deschiși la minte încât să ne lăsăm călăuziți și doritori să credem în ciuda puseurilor de îndoială. Creativitatea este un act de credință, iar noi trebuie să fim devotați acestei credințe și doritori să o împărțim pentru a-i ajuta pe alții și pentru a fi, la rândul nostru, ajutați.

Dincolo de fereastra apartamentului meu, deasupra Hudsonului, o pasăre foarte mare urcă-n zbor. Am tot văzut pasărea asta de câteva zile, plutind, plutind pe vânturile aprige ce formează siajul dimprejurul acestei insule. E prea mare să fie uliu. Nu are forma unui pescăruș. Valea Hudsonului e plină de vulturi, zburând în înălțimi. Nu pot să cred că această pasăre e vultur, dar ea pare să știe cu exactitate ce este: vultur. Nu-și spune numele, doar îl poartă. Poate că și noi, ca artiști, suntem astfel de păsări, confundați, de noi înșine și de alții, cu altceva decât suntem, călătorind pe curenții visurilor noastre, vânând în canioanele comerțului nostru ceva ce-am văzut de la mare înălțime. Pentru artiști, zborul și rugăciunea sunt proceduri de rutină. Trebuie să avem încredere în procesul pe care-l desfășurăm, să privim dincolo de „rezultate“.

De-a lungul veacurilor, artiștii au vorbit despre inspirație, mărturisind că le vorbea Dumnezeu sau îngerii. În epoca pe care-o trăim, astfel de concepții, precum aceea că arta este o experiență spirituală, sunt rareori pomenite. Și totuși, experiența centrală a creativității este mistică. Deschizându-ne sufletele către ceea ce trebuie făcut, îl întâlnim pe Dumnezeu.

Artiștii muncesc în chiliile lor peste tot în Manhattan. Față de munca noastră dăm dovadă de devoțiunea călugărilor și, întocmai ca și ei, unii dintre noi vor fi vizitați de viziuni, iar alții vor trudi în toate zilele, cunoscând

gloria doar de la distanță, îngenunchind în capelă, dar neprimind niciodată un premiu Tony, Oscar sau National Book. Și totuși, vocea aceea liniștită și mică poate să vorbească în noi la fel de tare ca în oricine altcineva.

Astfel că ne rugăm. Câțiva vor cunoaște faima. Onoarea însă îi va vizita pe toți cei care muncesc. Ca artiști, experimentăm faptul că „Dumnezeu e în detalii“. Producându-ne arta, ne facem viețile artistice. Producându-ne arta, ne întâlnim direct cu mâna Creatorului nostru.

EDITURA PARALELA 45

Introducere

De obicei, când sunt întrebată cu ce mă ocup, răspund: „Sunt scriitoare și regizoare și predau cursuri de creativitate.“

Ultima parte e aceea care îi interesează pe interlocutori.

„Cum poți preda creativitatea?“ vor să știe. Pe fețele lor, curiozitatea se luptă cu sfidarea.

„Nu pot“, le răspund. „Îi învăț pe oameni să-și *permită* să fie creativi.“

„Aha. Vrei să spui că suntem cu toții creativi?“
Acum neîncrederea și speranța dau bătălia.

„Da.“

„*Chiar* crezi asta?“

„Da.“

„Și deci ce faci?“

Ceea ce fac se găsește în această carte. Deja de un deceniu, predau un curs spiritual al cărui scop este să elibereze creativitatea oamenilor. L-am predat artiștilor și neartiștilor, pictorilor și celor ce fac filme și casnicilor și avocaților – oricui era interesat să trăiască mai creativ prin practicarea unei arte; sau, mai general spus, oricui era interesat să practice arta trăirii creative. În timp ce foloseam, predam și împărtășeam folosirea instrumentelor pe care le-am găsit, proiectat, divinat sau care mi-au fost încredințate, am văzut cum se sparg bariere și cum se transformă vieți prin simplul procedeu al angajării Marelui Creator în descoperirea și recuperarea puterilor noastre creative.

*Imaginația
primară, după
cum o consider eu,
este puterea vitală.*

SAMUEL TAYLOR
COLERIDGE

Calea Artistului către o creativitate superioară

„Marele Creator? Sună de parcă ar fi vreun zeu amerindian. Sună prea creștin, prea new-age, prea...” Tâmpit? Simplist? Amenințător?... Știu. Gândește-te la acest procedeu ca la un exercițiu de deschidere a minții. Spune: „OK, Marele Creator, în fine, ce-o mai fi însemnând și asta” și citește mai departe. Permite-ți să experimentezi cu ideea că ar putea exista un Mare Creator și că s-ar putea să obții un folos de la el, în vederea eliberării creativității tale.

Pentru că, în esență, Calea Artistului e o cale spirituală, inițiată și practică prin creativitate, această carte folosește cuvântul „Dumnezeu”. Unora ar putea să li se pară cam neclar – conjurarea unor idei vechi, nefolositoare, neplăcute sau, pur și simplu, de necrezut despre Dumnezeu, așa cum ai fost crescut să-l înțelegi. Fii, te rog, deschis la minte.

Ține minte că, pentru a duce cu succes la capăt acest curs, nu e necesar un concept despre Dumnezeu. De fapt, multe dintre concepțiile comune despre Dumnezeu ne pot încurca. Nu lăsa semantica să fie o piedică în plus pentru tine.

Ori de câte ori apare cuvântul *Dumnezeu* în aceste pagini, îl poți înlocui cu noțiunile de direcție sau curgere bună, armonioasă. Vorbim despre o energie creatoare. *Dumnezeu* e o abreviere folositoare pentru mulți dintre noi, dar la fel sunt și *Zeită, Minte, Univers, Izvor* sau *Putere Supremă...* Important nu este cum o numim. Important este să încerci a o folosi. Pentru mulți dintre noi, a o gândi ca pe o formă de electricitate spirituală a fost o foarte bună rampă de lansare.

Prin abordarea simplă, științifică a experimentării și observării, se poate stabili cu ușurință o legătură folositoare cu curgerea sau cu buna direcție armonioasă. Intenția acestor pagini nu este aceea de a se lansa în explicații, dezbateri sau de a da definiții ale acelei curgeri. Nu trebuie să înțelegi electricitatea pentru a o putea folosi.

*Pentru a-și
împlini destinul,
omului i se cere să facă
din sine ceea ce
se presupune că trebuie
să devină.*

PAUL TILLICH

*Eu însumi nu fac
nimic. Sfântul Duh
împlinește totul
prin mine.*

WILLIAM BLAKE

Nu-i spune Dumnezeu decât dacă îți convine. Aparent, nu există o necesitate de a-i da nume, decât dacă acel nume e o abreviere folositoare pentru ceea ce experimentezi. Să nu pretinzi că crezi dacă nu crezi. Dacă rămâi pentru totdeauna un ateu, un agnostic, fie!, asta nu înseamnă că nu vei putea trăi o viață transformată prin operarea cu aceste principii.

Am lucrat de la artist la artist cu ceramiști, fotografi, poeți, scenariști, dansatori, romancierii, actori, regizori și cu cei care știau doar ce visau c-ar putea fi sau cu cei care visau doar să fie ceva mai creativi. Am văzut pictori blocați pictând, poeți epuizați vorbind în limbi, scriitorii ce băteau pasul pe loc, jalnici și cu orgoliul rănit, grăbindu-se să încheie șpalturile finale. Astfel am ajuns nu doar să cred, ci să știu:

Că nu contează ce vârstă ai sau ce drum ai ales în viață, indiferent că a produce artă e cariera, sau hobbyul, sau visul tău, nu e prea târziu, ori prea egotist, ori prea egoist, ori prea tâmpițel să muncești în vederea sporirii creativității tale. Un student de cincizeci de ani care „a vrut întotdeauna să scrie“ a folosit aceste instrumente și a ajuns un dramaturg premiat. Un judecător s-a folosit de aceste instrumente ca să-și împlinească visul de-o viață: acela de a sculpta. Nu toți studenții devin artiști cu normă întreagă în urma acestor cursuri. De fapt, mulți artiști cu normă întreagă au declarat că, într-un fel creator, s-au împlinit devenind oameni cu normă întreagă.

Din propria mea experiență și a foarte multor altora cu care am împărtășit-o, am ajuns să cred că creativitatea e adevărata noastră natură, că blocajele sunt deformări nenaturale ale unui proces în același timp normal și miraculos, precum deschiderea unei flori la capătul unui lujer verde. Am aflat că acest proces de a face contacte spirituale este în același timp simplu și clar.

Dacă ești într-un blocaj de creație – și cred că, într-o anumită măsură, suntem cu toții – e posibil, ba chiar probabil, să poți învăța să crezi mai liber,

*Într-adevăr,
de ce trebuie ca
„Dumnezeu“ să fie un
substantiv? De ce nu
verb... cel mai activ și mai
dinamic dintre toate?*
MARY DALY, TEOLOGĂ

Calea Artistului către o creativitate superioară

folosind voluntar instrumentele furnizate de această carte. Întocmai cum extensiile Hatha Yoga schimbă conștiința, când de fapt nu faci decât extensii, făcând exercițiile din această carte îți vei schimba conștiința, deși nu vei face „nimic“ altceva decât să scrii și să te joci. Fă lucrurile astea și breșa va apărea, fie că vei crede în ea, fie că nu. Fie că-i vei spune trezire spirituală, fie că nu.

Pe scurt, teoria nu contează atât de mult pe cât contează practica însăși. Ceea ce faci este să creezi canale în conștiința ta prin care pot opera forțele creative. Îndată ce vei fi de acord să desfunzi aceste canale, creativitatea ta va irumpe. Într-un fel, creativitatea ta e precum sângele. Tot așa cum sângele e un dat al corpului tău fizic și nu ceva ce-ai inventat tu însuși, creativitatea e un dat al corpului tău spiritual și nu ceva ce trebuie să inventezi.

Călătoria mea

Am început să predau cursurile de creativitate în New York. Am predat pentru că mi s-a spus să le predau. Acum mă plimbam prin West Village pe o stradă pietruită, într-o minunată lumină de după-amiază. În clipa următoare, brusc, am știut că ar trebui să încep să-i învăț pe oameni, grupuri de oameni, cum să se deblocheze. Poate că era o dorință ce stăruia în siajul altcuiva. În mod cert, Greenwich Village are o densitate de artiști, blocați sau altfel, mai mare decât oricare alt loc din America.

„Trebuie să mă deblochez“, o fi murmurat cineva.

„Știi cum s-o fac“, aș fi putut răspunde, preluând sugestia. Toată viața mi s-a întâmplat să primesc indicații interioare puternice. Eu le numesc „ordine de marș“.

Oricum, dintr-odată mi-a fost clar că știu cum să deblochez oameni și că asta eram menită să fac, începând atunci și acolo, cu lecțiile pe care le-am învățat eu însămi.

De unde au apărut aceste lecții?

*Când lași
pensula
să facă ce face ea,
va da de ceea ce
n-ai putut face prin
tine însuși.*

ROBERT MOTHERWELL

În ianuarie 1978, m-am lăsat de băut. N-am crezut niciodată că băutura mă face scriitoare, dar dintr-odată mi-a dat prin cap că, dacă nu mai beau, s-ar putea să mă blochez. În mintea mea, băutura și scrisul mergeau mână-n mână precum, ei bine, scotch-ul și sifonul. Pentru mine, șmecheria era, de fiecare dată, să trec de frică și să-ncep să pun pe hârtie. Era un joc contra cronometru: încercam să scriu înainte ca pileala să mă înconjoare precum ceața, iar fereastra de creativitate să se blocheze din nou.

La vremea aceea, aveam treizeci de ani și devenisem brusc abstinentă, aveam un birou în complexul Paramount și-mi făcusem o carieră din tipul acela de creativitate. Creativă în spasme. Creativă ca act al voinței și al egoului. Creativă pentru alții. Creativă, da, dar în jeturi, așa cum țâșnește sângele dintr-o carotidă secționată. Un deceniu de scris și tot ce știam să fac era să m-arunc cu capul înainte și să mă izbesc, în ciuda evidențelor, de zidul subiectului despre care scriam. Dacă creativitatea era spirituală în vreun sens, nu era decât prin asemănarea cu crucificarea. Am căzut în spini prozei. Am sângerat.

Dacă aș mai fi putut scrie în felul acela vechi și chinuitor, în mod cert aș mai face-o și acum. În săptămâna în care m-am lăsat de băut, mi s-au publicat două texte în reviste naționale, mi se turnase scenariul unui film artistic și aveam o problemă cu alcoolul pe care n-o mai puteam controla.

Mi-am zis că, dacă abstenența însemna lipsa creativității, nu voiam să fiu trează. Și totuși am acceptat că băutura m-ar ucide cu tot cu creativitate. Trebuia să învăț să scriu trează sau să renunț cu totul la scris. Necesitatea, nu virtutea, a fost începutul spiritualității mele. Am fost silită să găsesc o nouă cale a creativității. Și aici încep lecțiile mele.

Am învățat să-mi ofer creativitatea singurului zeu în care puteam crede, zeul creativității, acea forță vitală pe care Dylan Thomas o numea „forța care, prin fitilul verde, scoate floarea la vedere“. Am învățat să mă dau la o parte și să las forța creativității să lucreze prin mine. Am învățat să mă înfățișez în fața paginii albe și să scriu pur și simplu ce-am auzit. Scrisul a devenit mai mult un fel de tras cu urechea decât ceva precum inventarea bombei nucleare. Nu era așa de complicat și nu mă mai epuiza. Nu mai

trebuia să am starea necesară. Nu trebuia să-mi iau temperatura emoțională ca să observ dacă implica inspirația. Pur și simplu scriam. Fără negocieri. Bine, rău? Nu era treaba mea. Nu *eu* o făceam. Demisionând din funcția de scriitor conștient de sine, scriam liberă.

*Poziția
artistului e una
umilă. În esență,
el este un canal
de transmisie.*

PIET MONDRIAN

Privind în urmă, sunt uimită că m-am putut lepăda de drama că sunt o scriitoare suferindă. Nimic nu moare mai greu decât o idee proastă. Și puține idei sunt mai proaste decât cele pe care le avem despre artă. Putem da vina pe identitatea noastră de artist suferind pentru multe cele: alcoolism, promiscuitate, probleme financiare, o anumită cruzime sau autodistrugere în chestiuni de inimă. Cu toții știm cât de faliți, nebuni, promiscui și neserioși sunt artiștii. Dar, dacă nu trebuie să fie așa,

atunci care e scuza mea?

Ideea că puteam fi sănătoasă, abstinentă și creativă mă înspăimânta, căci implica posibilitatea responsabilității personale. „Vrei să spui că, dacă am talentele astea, trebuie să le folosesc?” Da.

În mod providențial, în acel moment, mi-a fost trimis un alt scriitor blocat cu care și pe care să lucrez. Am început să-l învăț ceea ce învățam eu. (Dă-te laoparte. Las-o să lucreze prin tine. Adună pagini, nu judecăți.) Și astfel, a început și el să se deblocheze. Acum eram doi. Curând am făcut altă „victimă”, de data asta un pictor. Instrumentele funcționau și pentru artiști vizuali.

Acest lucru era foarte entuziasmant pentru mine. În momentele mele mai înălțătoare, îmi imaginam că mă transform într-un cartograf al creativității, că fac hărți ale drumului care duce spre ieșirea din confuzie, pentru mine și pentru oricine voia să urmeze același drum. *Niciodată* n-am planificat să devin un învățător. Doar eram furioasă că eu însămi nu aveam un învățător. De ce a trebuit să învăț ce-am învățat în felul în care-am făcut-o: numai prin încercare și eroare, numai lovindu-mă de ziduri? Noi, artiștii, ar trebui să putem fi mai dispuși să învățăm, mă gândeam. Scurtăturile și accidentele de parcurs pot fi semnalizate.

Acestea erau gândurile ce se învălmășeau în mine, în timpul plimbărilor mele de după-amiază, bucurându-mă de lumina de deasupra fluviului Hudson, punând la cale ce-aveam să scriu în continuare. Și-atunci am auzit ordinul de marș: trebuia să predau.

În mai puțin de-o săptămână mi s-a oferit un post de profesor și spațiu la Institutul de Artă Feministă din New York – de care nu mai auzisem niciodată până atunci. S-a adunat prima mea clasă – pictori, romancieri, poeți și regizori blocați. Am început să-i învăț lecțiile care acum sunt în această carte. După acea primă clasă au urmat multe altele și desigur multe alte lecții.

Calea Artistului s-a născut ca o sumă de note de curs nesistematizate, solicitate de partenerul meu, Mark Bryan. Cum, de la o vreme, s-a dus vorba, am început să trimit prin poștă pachete cu materiale. Un jungian peripatetician, John Giannini, a dus vestea despre aceste tehnici pe oriunde a mers, și se pare că a mers peste tot. Și după aceea primeam cereri de materiale. Apoi s-a auzit în rețeaua spirituală a creatorilor despre munca mea, iar oamenii îmi scriau din Dubuque, din Columbia Britanică, din Indiana. Apăreau studenți de peste tot din lume. „Sunt în Elveția cu afaceri ale Departamentului de Stat. Vă rog trimiteți-mi...” Și le trimiteam.

Pachetele s-au înmulțit și la fel și studenții. În cele din urmă, ca rezultat al unor presiuni foarte bine țintite din partea lui Mark – „Pune *totul* pe hârtie. Poți ajuta foarte mulți oameni. Ar trebui să fie o *carte*.” –, am început să-mi adun gândurile în mod sistematic. Am scris, iar Mark, care, la vremea aceea, era deja asistentul și însărcinatul meu, mi-a spus ce-am lăsat pe dinafară. Am scris mai mult, iar Mark mi-a spus ce lăsasem *din nou* pe dinafară. Mi-a reamintit că am văzut destule minuni ca să-mi pot susține teoriile și m-a încurajat să le includ și pe-acelea în carte. Am pus pe hârtie ce-am pus în practică vreme de un deceniu.

Paginile rezultate au apărut ca un plan pentru recuperarea prin tine însuși. Ca respirația gură la gură sau manevra Heimlich, instrumentele

Dumnezeu
trebuie să devină
o activitate în
conștiința noastră.
JOEL S. GOLDSMITH

Calea Artistului către o creativitate superioară

din această carte sunt gândite să salveze vieți. Te rog folosește-le și dă-le mai departe.

De multe ori am auzit spunându-se ceva de genul: „Înainte să vin la cursurile tale, eram complet rupt de creativitatea mea. Anii de amărăciune și pierdere și-au lăsat amprenta. Apoi, încet-încet, minunea a început să se-ntâmple. M-am întors la școală ca să-mi iau diplomă în teatru, m-am dus la audiții pentru prima oară după mulți ani, scriu în mod curent și, cel mai important, în sfârșit mă simt în largul meu când mă prezint drept artist.“

Mă îndoiesc că pot să vă transmit sentimentul miraculosului pe care-l încerc ca profesoară, ca martoră a ce era înainte de cursuri și ce e după în viața studenților mei. Pe durata cursului, simpla transformare fizică poate fi surprinzătoare, făcându-mă să înțeleg că termenul *iluminare* trebuie înțeles literal. Adesea, pe măsură ce iau contact cu energiile lor creatoare, fețele studenților capătă o anume strălucire. Aceași atmosferă spirituală electrizantă ce poate fi văzută într-o mare operă de artă poate umple o clasă de creație. Într-un anumit sens, de vreme ce suntem ființe creatoare, însăși viața noastră devine propria noastră operă de artă.