

Erik Anvang

KREATIVITET

Traditionelt & Spirituelt

4:7



VisdomsNettet

www.visdomsnettet.dk

KREATIVITET

Traditionelt & Spirituelt

4:7

Erik Ansvang



VisdomsNettet
www.visdomsnettet.dk

KREATIVITET

Traditionelt & Spirituelt

4:7

Af Erik Ansvang

KAN KONTAKTEN GENSKABES TIL DEN IBOENDE KREATIVITET?

Kan kontakten til den iboende kreativitet genskabes? Er det muligt at frigøre sig fra begrænsninger og fejlansigt? Kan man lære at se nye muligheder, hvor andre kun ser det anerkendte og accepterede?



En af Albert Einsteins venner fortalte ham engang om en oplevelse, som er et godt eksempel på denne problematik:

Ved en strand havde han oplevet en lille dreng, der tilsyneladende uden større held forsøgte at slå smut. Med den voksnes bedrevenen havde han taget en flad sten op, og vist ham, hvordan det skulle gøres. Stenen sprang hen over vandet, og flotte ringe bredte sig, hver gang den ramte vandet.

Men drengen havde været ganske uimponeret:

"Nåh – runde ringe" – havde han sagt, "dem har jeg da kunnet lave længe. Det jeg prøver på, er at lave firkantede".

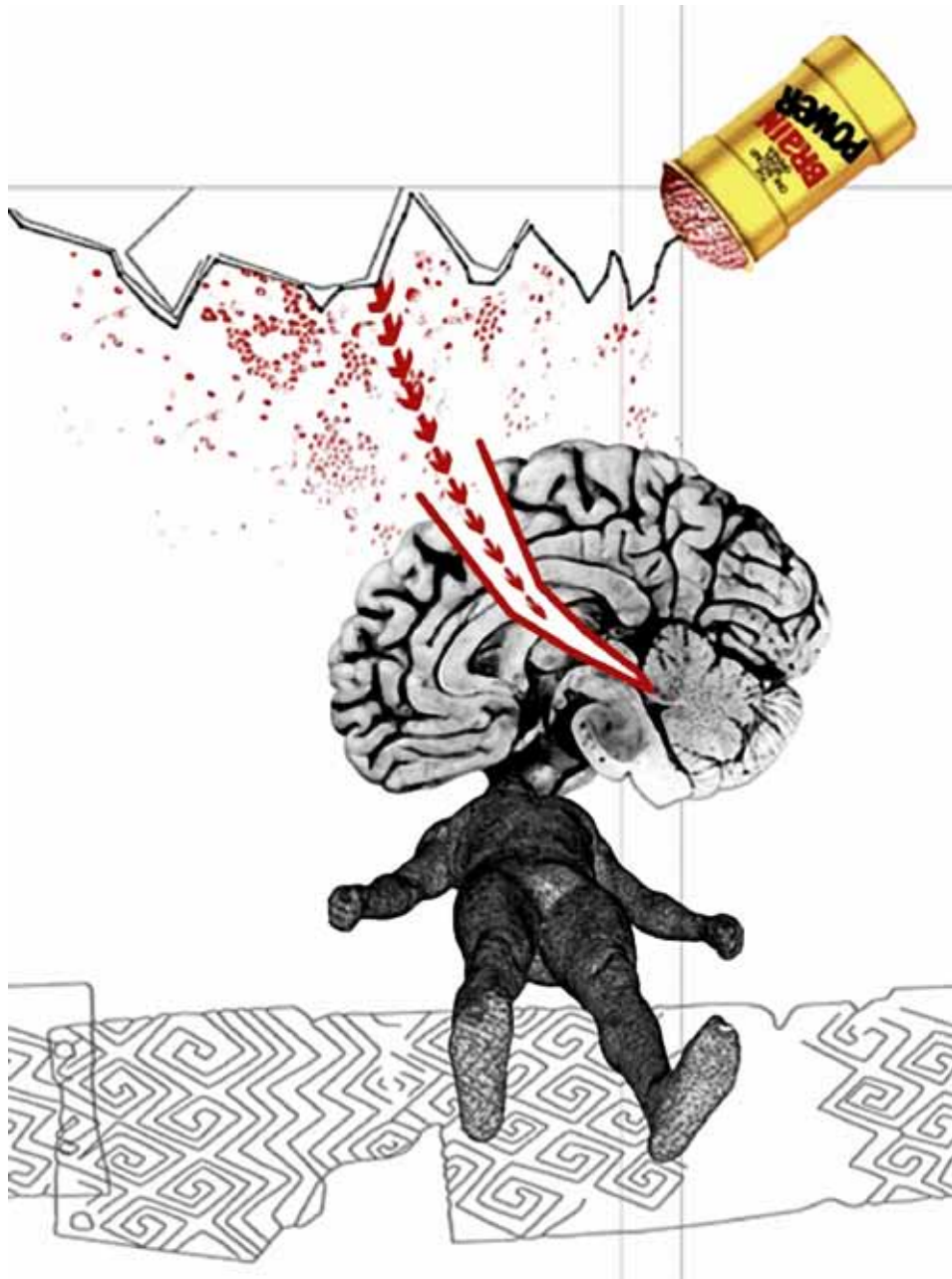
Med en varm latter sagde Einstein til vennen:

"Hils drengen, hvis du ser ham igen, og sig ham, at han ikke skal være ked af, hvis det ikke lykkes. Det vigtigste er at have stillet et nyt problem – og forsøgt at løse det!"

At give tanken og opmærksomheden frihed kræver mod. Mod til at tænke, føle og handle anderledes end flertallet. Måske er man den eneste i verden, der tænker den nye tanke! E. Paul Torrance udtrykte det på denne måde:



*"Det kræver mod at være kreativ.
Så snart man får en ny ide,
udgør man en minoritet på én."*



Blokeringer og programmeringer

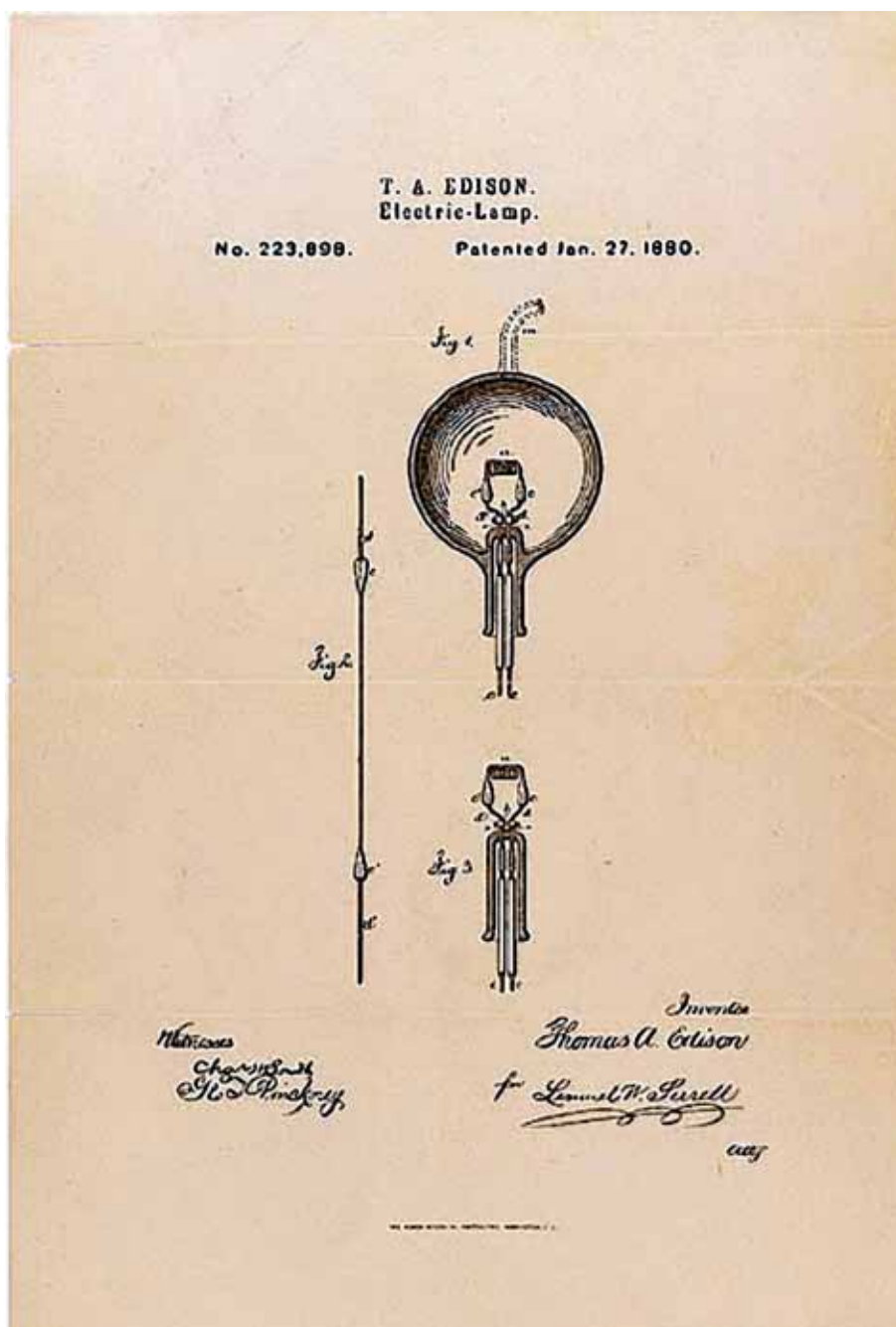
Det erkendes kun sjældent, hvor meget selvtillid og styrke et menneske skal have for fuldt ud at give udtryk for sine medfødte kreative evner.

- Manglende selvtillid
- Frygt for kritik
- Fejlagtig opfattelse af succes
- Tilbøjelighed til at sammenligne
- Behov for det velkendte
- Frygt for ensomhed
- Mangel på selvindsigt

Manglende selvtillid

Faktisk er netop manglende selvtillid en af de alvorligste blokeringer. Manglende selvtillid kommer til udtryk i tvivl om egne evner eller frygt for at blive sammenlignet med andre. Frygt for modgang. Frygt for fejltagelser.

Edison er et godt eksempel. Da Edison opfandt den elektriske pære udførte han ca. 3.000 forsøg. Han begik altså 3.000 fejl, før det lykkedes.



*Edisons ansøgning om patent
på den elektriske pære i 1880*

Fejl er en nødvendighed, hvis man vil udtrykke sin kreativitet. Husk også 3M's "superlim", som forskerne ikke kunne få til at klæbe, og alligevel blev klæbefri lim en kæmpe succes.

Frygt for kritik

Kreativitet er ødelæggende for det etablerede og accepterede. Og fordi de fleste mennesker har en naturlig tendens til at bevare status quo, udsættes nye tanker og ideer ofte for destruktiv kritik og fordømmelse.

Spændende mennesker er mennesker, der overrasker. Der findes ikke noget mere kedeligt end forudsigelige mennesker. De gør altid det, de altid har gjort. De skaber tryghed for sig selv og i deres omgivelser, men prisen er høj – de bliver stillestående, kedelige og grå.

Alle kender mennesker, der er gået i stå. På jobbet møder man kolleger, der for længst er gået på pension – de har bare glemt at fortælle det til ledelsen. Man møder mennesker overalt, der praler af, at de eksempelvis har 30 års erfaring inden for et område. Sandheden er måske, at de har 1 års erfaring, der er 29 år gammel. De gør det, de altid har gjort – og de er oven i købet stolte af det.

Hvem har lyst til at blive betragtet som "hr. Jævn og fru Grå"? De fleste vil helst respekteres som levende, spændende og inspirerende mennesker, men det bliver man ikke, hvis man dag ud og dag ind gør det, man plejer at gøre. Hvis man vil undgå at gå i stå, skal man øve sig i at udvikle mod og overvinde sin frygt for at skille sig ud og være anderledes. Man skal beslutte sig for at være overraskende. Ikke en gang imellem, men *hver dag*. Det skal indarbejdes i karakteren. Derfor ...

Mindst én gang om ugen skal man finde på mindst én ting, som man vil gøre anderledes, end man plejer. Det behøver ikke at være store og dramatiske ting. Find på små overraskelser, men gør det hver eneste uge.

Eksempler:

- Lav om på daglige rutiner. Vælg ikke altid de samme pladser ved spisebordet, i sofaen, i sengen etc. Byt rundt og se, hvad der sker.
- Gå i bad sammen med din partner i stedet for hver for sig. Skrub hinanden på ryggen – eller hvad man nu kan finde på.
- Køb smart tøj, som skiller dig markant og positivt ud fra mængden. Glem alt om, hvad de andre køber. Vær trendsætter.
- Indfør en hel uge med kun positiv tænkning og tale.
- Eller ... ???



Fejlagtig opfattelse af succes

Spørg et hvilket som helst såkaldt almindeligt menneske, hvad succes er. De fleste vil definere begrebet inden for materiel ejendom og magt. Når de kreative evner bruges til jagten på materiel succes, tager livet en usund drejning. Resultatet er en umættelig sult efter mere. Den iboende kreativitet forvandles til snuhed, hensynsløshed, udspekulerthed. Definér egne *immaterielle* succeskriterier. Skriv dem ned i idearkivet.

Tilbøjelighed til at sammenligne

Den sikreste måde til at mindske glæden over en kreativ præstation er at sammenligne den med andre. Ved sammenligning hæmmes tanke- og følelsesliv, og enhver succes bliver relativ – oven i købet med risiko for at succes'en ved sammenligning bliver en relativ fiasko.

Kreative præstationer skal udelukkende sammenlignes med egne tidligere præstationer. Alle mennesker er enestående. Hvis man underlægger sig andres succeskriterier gennem sammenligning, fjerner man sig fra sit kreative center. Kreative løsninger er ikke gode eller dårlige – de er forskellige.

Behovet for det velkendte

Med tiden bliver de fleste mere og mere konservative og vanebundne. Nye ideer forkastes, fordi de er i modstrid med de etablerede tanke- og handlingsmønstre. Det er derfor klogt at iagttage sig selv. Taler man i floskler og klichéer? Bruges ordet "man" eller "du" ofte, når man taler om sig selv? Det er faresignaler! Det drejer sig om at stå ved det, man gør og mener. Sig ..."*sådan gør jeg*" i stedet for "*sådan gør man jo*" eller "*sådan er det jo*".



Frygt for ensomhed

Mange er bange for at være alene. Tv'et eller radioen tændes straks, når man er alene. Man sætter sig sjældent ned uden anden påvirkning end egne tanker. De fleste har næsten mistet sansen for uforstyrrethed. Det er vigtigt at opøve evnen til at være alene med sig selv og være selv-aktiverende, selv-stimulerende og selv-antændende. Faktisk er det grundlaget for genialitet. Forsøg eventuelt total tavshed et helt døgn? Eller en hel uge? Det er i øvrigt en yoga-øvelse!

Mangel på selvindsigt

Mennesker, som bliver bekendte med de sande indre behov, er bedre i stand til at påtage sig en kreativ selvansvarlighed. Her kan man citere psykologen Carl R. Rogers, som har sagt:

"Bag alle menneskers problemer ligger et centralt, universelt spørgsmål: >Hvad er mit virkelige jeg. Hvordan bliver jeg mig selv<?"

Når mennesker lever i kraft af deres reaktion på andre menneskers krav, ved de ofte ikke, at de har et "jeg".

Den indre proces, der blev til en ydre

I den vestlige verden bruger man hovedsagelig den venstre hjernehalvdel. Når man hovedsagelig bruger denne hjernehalvdel, er aktiviteterne rettet *udad*. Man er aktiv og handlende. Denne fokusering har skabt en ubalance, som er uheldig for den indre kreative proces. Her er et par eksempler ...

Landbrugssamfundet er gået i opløsning. I landbrugssamfundet var sandhed noget relativt uproblematisk. Man skulle bare fortælle, hvordan det forholdt sig – f.eks. hvad man havde gjort. Altså en *indre* selvransagelse. Var man i bekneb, skulle man sværge ved sin salighed, at det forholdt sig, som man sagde. Det betød selvfølgelig ikke, at alle talte sandt. Men problemet var alene et spørgsmål om at finde ud af, hvem man i sin omgangskreds turde stole på. Altså en *indre* vurdering.

Industrisamfundet bygger på distance og på kultuddannelse omkring det naturvidenskabelige eksperiment. Det vil sige *andres* tekniske formåen. Det betyder, at sandhedsbegrebet er blevet noget absolut, som kan afgøres af enhver gennem eksperiment. Sandheden afsløres gennem neutral distance og åbenhed ved måleresultaternes sammenligning. Sandheden er blevet noget *uden for* mennesket. Sandheden er blevet *objektiv*. Det er blevet et grunddogme. Det er ikke længere den enkelte, der afgør, hvad der er sandt. Det er en opgave for eksperter.

Der er nu gjort opmærksom på, at den væsentligste grund til, at de fleste mennesker har vanskeligheder med at udtrykke deres iboende kreativitet, er en *ydre* fokusering. Den er et udtryk for kulturen. Men hvorfor er det sådan?

Det nyfødte barn er bevidst om omgivelserne, men skelner tilsyneladende ikke mellem den og sig selv. Det er ikke bevidst om sig selv som en selvstændig enhed. Efterhånden som bevidstheden om adskilthed fra moderen begynder at udvikles, udvikles også bevidstheden om adskilthed fra de øvrige omgivelser. Under hele opvæksten lærer barnet at tænke og opføre sig dualistisk, for det ser forældrene handle dualistisk. Mennesket lærer at karakterisere sig selv gennem den måde, det viser sig for hinanden.



Den særlige identitet udledes fra de særpræg, der adskiller et menneske fra andre:
Menneskets ...



højde
vægt
alder
køn
nationalitet
hudfarve
tøj
hus
bil
sociale status
arbejde
venner
følelser
tanker
ideologier
... etc.

Følelsen af, hvem man er, stammer derfor fra vekselvirkningen med den ydre verden.

Det er udmærket, for følelsen af at være et adskilt selv, giver mulighed for at skelne sit eget selv fra andres. Problemet er, at man anser denne oplevelse som den eneste rigtige. Man tror, at den *indre* identitet er lig med disse *ydre* ting.

Problemet er dualitet

Den engelske videnskabsmand Peter Russel har givet et godt billede på denne tænkning. Hvis man skal beskrive et hul i et stykke farvet træ, vil man beskrive hullet ved hjælp af omgivelserne. Det kan f.eks. være rundt (hullets kant), rødt (træets farve) og sort (hullets baggrund). Hullets identitet er så at sige udledt af det, der omgiver det. De fleste mennesker vil beskrive et hul på denne måde, fordi selve hullets karakter er mere abstrakt. Hullet er noget usynligt med noget synligt uden om.

Det samme gælder den indre identitet, som er menneskets bevidsthed. Den er vanskelig at beskrive. Derfor baserer man selvfølelsen på omgivelserne. I dag er den fjernet så meget fra én selv, at den på mange væsentlige områder i livet er lagt ud til eksperter.

Kreativitet eller manglende kreativitet er tilsyneladende nært knyttet til oplevelsen af *dualitet* ... altså et forhold mellem to poler. Hvis man primært bruger den venstre hjernehalvdel, er man tilbøjelig til at tænke konkret og detaljeret – altså mindre kreativt. Er man i stedet primært fokuseret i højre hjernehalvdel, har man tendens til at tænke i billeder og helheder – altså det der traditionelt betragtes som mere kreativt.

Man kan kalde denne tænkning for vandret polarisering:



VENSTRE	HØJRE
(positiv)	(negativ)
Maskulin	Feminin
Aktiv	Passiv
Intellekt	Intuition
Logik	Æstetik
Analytisk	Holistisk
Fornuft	<u>Kreativitet</u>

Meget tyder på, at hjernens venstre side arbejder med fornuftsbetonet, rationel tænkning og sproglige evner – f.eks. læsning, skrivning og tale. Den fungerer logisk, analytisk, trin for trin. Hjernens højre side har tilsyneladende en visuel-rumlig funktion, en æstetisk og følelsesbetonet opfattelse – og såkaldt intuitiv tænkning. Venstre halvdel forbindes med aktiv, udadvendt tænkning – med *"at gøre noget"*. Højre halvdel forbindes med passiv, indadvendt tænkning – med *"at være"* – og *"at lade ting være"*.

I nutidens samfund bruger man hovedsagelig den venstre halvdel. Det afspejles i den generelle holdning til verden. Når man siger, at folk er intelligente, menes der sædvanligvis, at de kan tænke logisk, ræsonnere fornuftigt og udtrykke sig klart – altså primært venstre hjernes aktiviteter. Denne forkærlighed er delvis en afspjling af undervisningssystemet, for der trænes man mest af alt i venstre hjernes funktioner. Denne tænkemåde er også kulturelt betinget. Der lægges større vægt på at *gøre* end at *være*.



Meditation giver integration

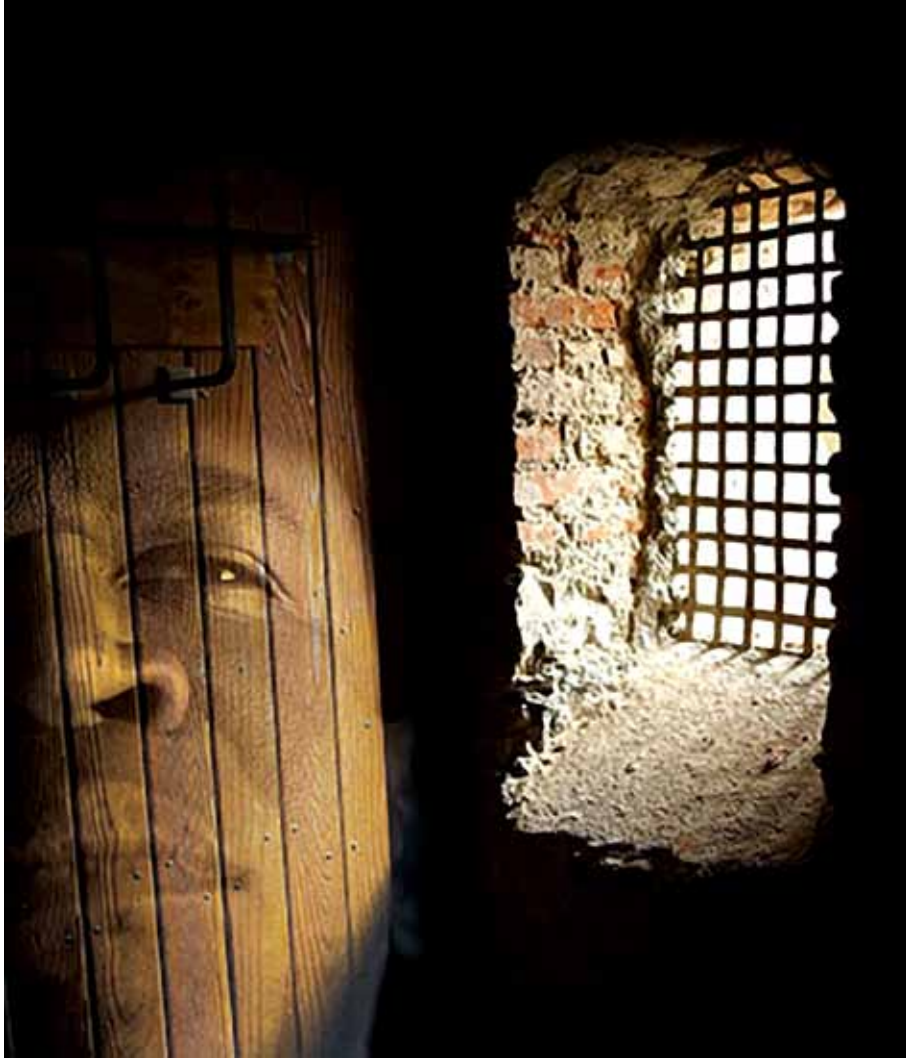
Studier af hjernens elektriske aktivitet hos mennesker i dyb meditation afslører en tiltagende synkronisering af hjernehalvdelenes elektriske aktivitet. Jo dybere meditation, jo større integration. Balancen mellem de to måder at tænke på synkroniseres. Det antyder, at polariseringen mellem det maskuline og feminine er en illusion. Bag dualiteten er der enhed og helhed.

Kreativitet er – ud fra en traditionel opfattelse – udtryk for en ubalance i den maskuline/feminine polarisering. Man antager, at de mest kreative mennesker primært udtrykker sig gennem den højre hjernehalvdel – den feminine pol. Kreativitet har derfor noget at gøre med *identifikation*. I nutiden identificerer de fleste mennesker sig med processerne *uden* for sig selv og ikke processerne *inde* i sig selv. De identificerer sig ikke med den, de dybest set er.

Nøgleordet er altså *identifikation*. Ordet "identificere" stammer fra det latinske *idem-ficare* og betyder "at gøre den samme". Hvad man identificerer sig med, gør man til den samme som sig selv. Derfor identificerer man sig med omgivelsernes forventninger – med *oplevelserne* – i stedet for at identificere sig med sig selv – nemlig *den, der oplever*.

Man identificerer sig med oplevelserne i den ydre verden, men kreative processer er indre processer. Man identificerer sig med svingningerne mellem plus og minus ... mellem godt og ondt ... mellem sympatier og antipatier ... etc.

Man må derfor erkende, at man ikke er pendulets svingninger. Man er *svingningspunktet*.



*Mennesket dør to gange.
Første gang, når det holder op med
at bruge sine kreative evner.
Anden gang er blot en formalitet.*

Tænker du kreativt?

Her er en mulighed for at teste din tænkemåde!

Her får du tre muligheder for at teste den måde, du tænker på, når du skal løse en opgave. Tænker du kreativt og anderledes, eller har du en tilbøjelighed til at tænke traditionelt og dermed begrænse din kreativitet.

Opgaven får du på en selvstændig side. Løsningen får du på den efterfølgende side. *Men lad være med at kigge!* Du snyder kun dig selv for muligheden for lidt dybere selvindsigt.

Der er ingen rigtige eller forkerte svar på opgaverne. Metoderne til løsning af opgaverne afslører blot forskellige måder at tænke på.



Prøv at fortsætte alfabetet efter det princip, der er vist her!

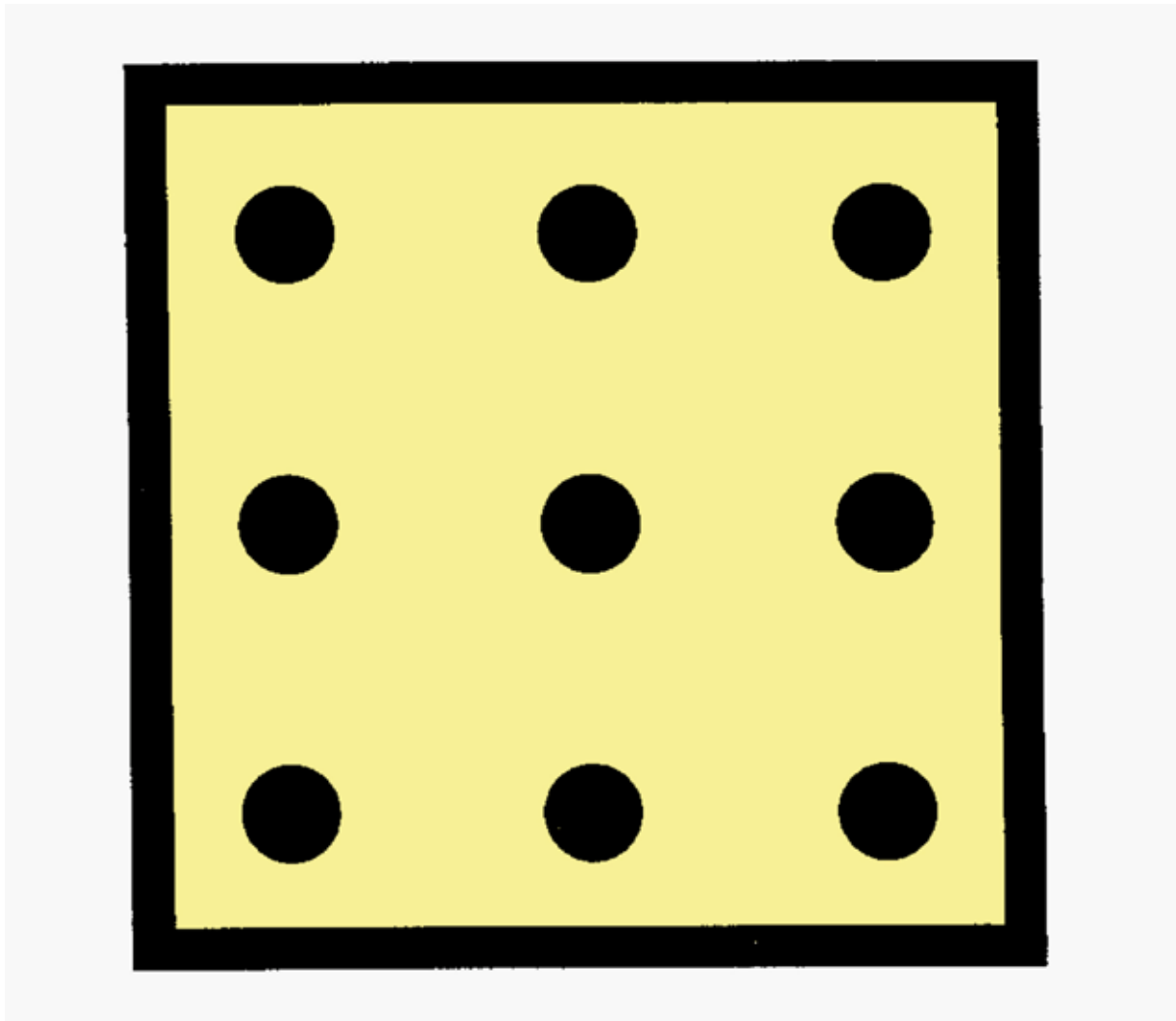
"Løsningen" findes på næste side.

Tænkte du i systemer, eller tænkte du i form?

De fleste vil være tilbøjelig til at forsøge at afsløre systemet i opbygningen af alfabetet - eksempelvis om opbygningen skjuler et talsystem ... 1 - 3 - 2 - etc. Denne tænkemåde er styret af venstre hjernehalvdel. De færreste vil se bogstaverne som henholdsvis kantede og runde former, men hvis de gør det, er tænkningen styret af højre hjernehalvdel. Og ganske få er det, man kalder "helhjernede", og de vil forsøge begge metoder.



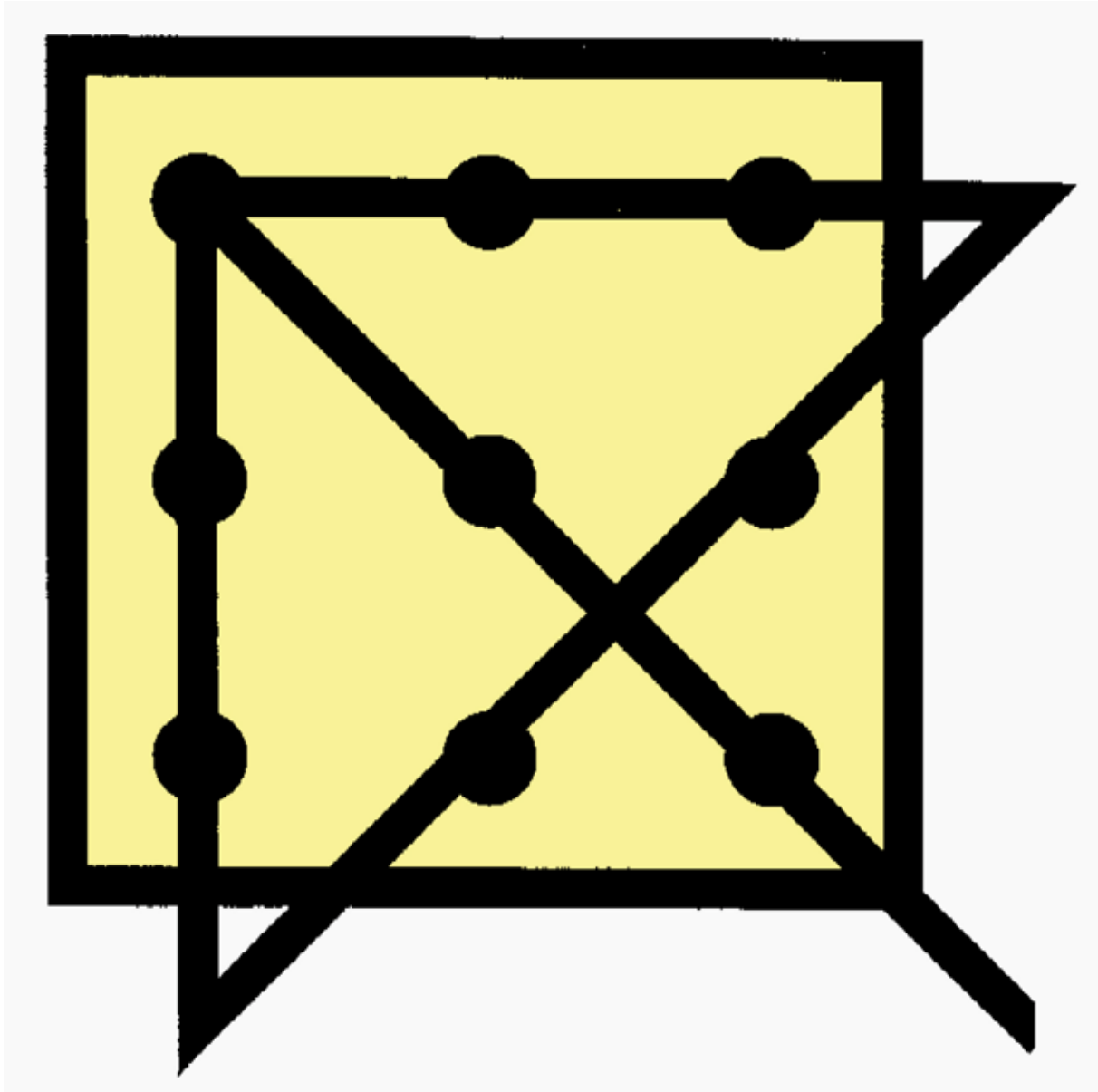
Næste opgave findes på næste side!



Forbind alle 9 punkter i rammen med 4 sammenhængende lige linjer uden at gentage en linje eller løfte blyanten.

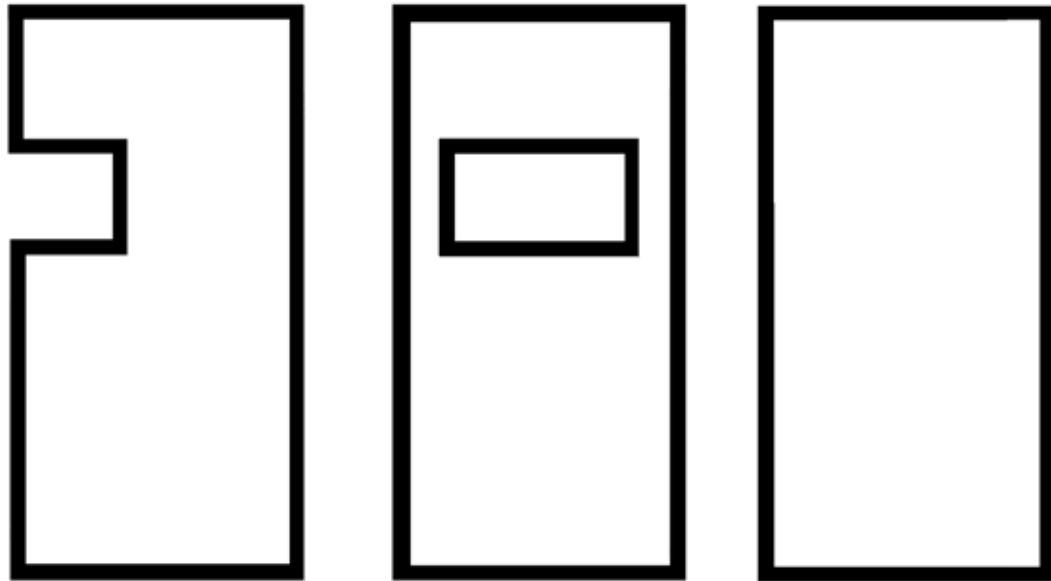
"Løsningen" finder du på næste side!

**Respekterede du rammen,
eller var du i stand til
at overskride denne begrænsning?**



Mange opgaver kan kun løses,
hvis vi tør overskride fastsatte
rammer og grænser

Sidste opgave finder du på næste side!



Fra siden

Forfra

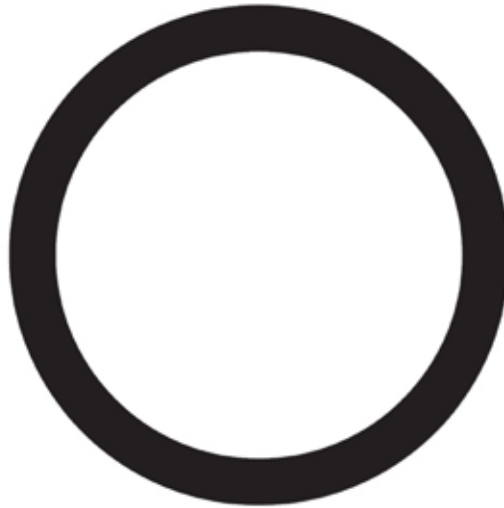
Bagfra

Hvordan ser genstanden ud
set fra bunden?

"Løsningen" finder du på næste side!

Tænkte du firkantet?

Svaret er, at **den er rund**. Det er eneste mulige løsning på opgaven. Men når øjet præsenteres for firkanter, er hjernen tilbøjelig til at tænke i firkanter. Derfor vil de fleste automatisk foreslå, at bunden (eller toppen) på genstanden er firkantet.



I øvrigt er det arbejdstegningen til en genstand, man møder overalt i det offentlige rum:





VisionsNettet

www.visionsnettet.dk