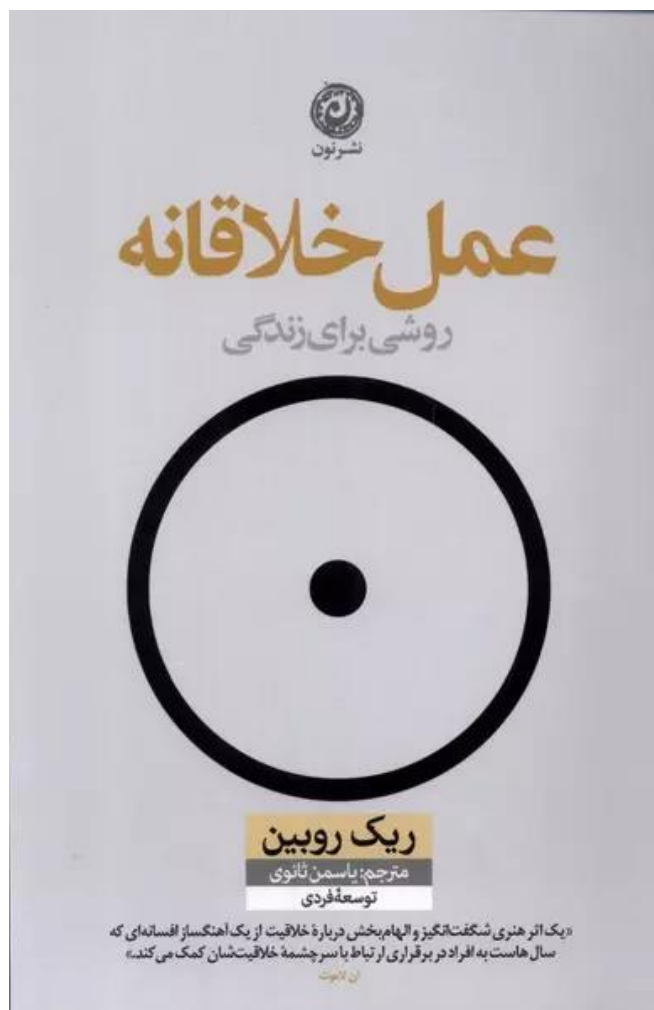




عمل خلاقانه

نویسنده: ریک روبین

ترجمه: یاسمن ثانوی

میکرو کتاب های دبیر خانه کشوری کار آفرینی

دوره اول متوسطه

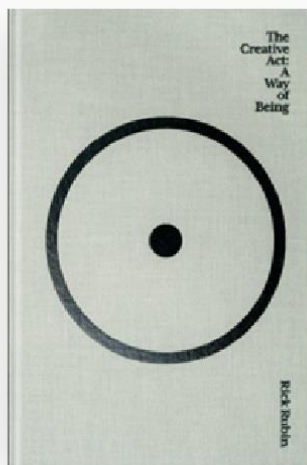
خلاصه سازی و ترجمه کتاب های معروف در زمینه تقویت مهارت

های نرم کار آفرینی

خلاصه سازی، ترجمه و ویرایش:

دبیر خانه کشوری کار آفرینی دوره اول متوسطه

بهمن ماه 1403



The Creative Act

A Way of Being

by Rick Rubin | 2023 | 432 pages



میکرو کتاب "عمل خلاق: راهی برای بودن"

درباره نویسنده

ریک روبین یکی از تهیه کنندگان و مدیران برجسته‌ی موسیقی آمریکایی است که به‌عنوان هم‌بنیان‌گذار دف جم رکوردینگز و بنیان‌گذار امریکن رکوردینگز شناخته می‌شود. او نقش مهمی در محبوب‌سازی هیپ‌هاپ ایفا کرد و با هنرمندانی مانند بیستی بویز و ران-دی‌ام‌سی همکاری داشت. تأثیر روبین فراتر از هیپ‌هاپ است و او در تولید آلبوم‌های موفق در ژانرهای مختلف از جمله هوی متال، آلترناتیو راک و کانتری نقش داشته است. همکاری‌های او شامل گروه‌های معروفی مانند رد هات چیلی پپرز، متالیکا و ادل می‌شود. روبین به‌عنوان یکی از تأثیرگذارترین تهیه‌کنندگان دهه‌های اخیر شناخته شده و در سال ۲۰۰۷ در فهرست "۱۰۰ فرد تأثیرگذار جهان" مجله تایم قرار گرفت. اولین کتاب او با عنوان "عمل خلاق: راهی برای بودن" در ژانویه ۲۰۲۳ منتشر شد.

• نکات کلیدی

1. خلاقیت جنبه‌ای اساسی از انسان بودن است
2. جهان مانند یک ساعت کار می‌کند: هر چیزی زمان خود را دارد
3. آگاهی و گوش دادن برای فرآیند خلاقانه ضروری هستند
4. ذهن مبتدی: قدرت ندانستن
5. الهام و عادت‌ها: تعادل بین خودجوشی و انضباط
6. آزمایش و ساخت: سفر خلق
7. پذیرش نقص و آسیب‌پذیری در هنر
8. مسئولیت هنرمند به خود اثر است
9. تطبیق و رشد: چرخه تمرین و بازیابی
10. زمینه محتوا را شکل می‌دهد: قدرت دیدگاه
11. بازی و جدیت: دوگانگی در خلق هنر

نکات کلیدی

1- خلاقیت جنبه‌ای اساسی از انسان بودن است

خلاقیت یک توانایی نادر نیست. دسترسی به آن دشوار نیست. خلاقیت جنبه‌ای اساسی از انسان بودن است. این حق طبیعی ماست و برای همه ماست.

همه خلاق هستند. خلاقیت محدود به هنرهای سنتی نیست؛ در زندگی روزمره ما حضور دارد. از حل مسئله تا تغییر چیدمان مبلمان، ما به طور مداوم چیزهای جدیدی را به وجود می‌آوریم. این توانایی خلاقانه ذاتی و در دسترس همه است.

ما همه هنرمندیم. با درک، فیلتر کردن و انتخاب تجربیاتمان، ما به طور فعال در فرآیند مداوم خلق شرکت می‌کنیم. تمام زندگی ما شکلی از بیان خود است که هر انتخابی که می‌کنیم به کار هنری منحصر به فرد ما کمک می‌کند.

- نمونه‌هایی از خلاقیت روزمره:

- پیدا کردن مسیر جدید به خانه
- نوشتن یادداشتی برای یک دوست
- حل مسئله‌ای در محل کار
- چیدمان گل‌ها در گلدان

2- جهان مانند یک ساعت کار می‌کند: هر چیزی زمان خود را دارد

برای هر چیزی—فصلی است—و زمانی برای هر هدف زیر آسمان

جدول زمانی کیهانی. جهان بر اساس برنامه خود عمل می‌کند و ایده‌ها و آثار خلاقانه در زمان‌های از پیش تعیین شده به بلوغ می‌رسند. به عنوان هنرمندان، نقش ما این است که به این ریتم‌ها گوش دهیم و آن‌ها را به شکل فیزیکی ترجمه کنیم.

گسترش جهانی. ما بخشی از یک فرآیند خلاقانه ابدی هستیم، مانند درختانی که شکوفا می‌شوند یا رودخانه‌هایی که مسیرهای جدیدی می‌سازند. تلاش‌های هنری ما راهی برای شرکت در این رقص بزرگ کیهانی است.

- چرخه‌های طبیعی در خلاقیت:

- الهام در لحظات غیرمنتظره
- ایده‌هایی که به طور همزمان توسط چندین هنرمند بیان می‌شوند
- جنبش‌های هنری که به عنوان موج‌های فرهنگی ظهور می‌کنند

3- آگاهی و گوش دادن برای فرآیند خلاقانه ضروری هستند

گوش دادن به معنای تعلیق باور است.

حضور را پرورش دهید. آگاهی شامل توجه به آنچه در اطراف و درون ما اتفاق می افتد بدون وابستگی یا قضاوت است. این حالت باز به ما اجازه می دهد اطلاعات ظریف تری را درک کنیم و امکانات خلاقانه خود را گسترش دهیم.

گوش دادن فعال. گوش دادن واقعی فراتر از شنیدن کلمات است؛ شامل حضور کامل با آنچه بیان می شود است. با تعلیق پیش فرض ها و واکنش های خود، خود را به دیدگاه های جدید و درک عمیق تر باز می کنیم.

- تمرین هایی برای افزایش آگاهی و گوش دادن:

- تمرینات مدیتیشن و ذهن آگاهی

- پیاده روی های اکتشافی حسی

- گوش دادن عمیق به موسیقی یا صداهای طبیعی

- نوشتن مشاهدات بدون قضاوت

4- ذهن مبتدی: قدرت ندانستن

در ندانستن قدرت بزرگی وجود دارد. وقتی با یک وظیفه چالش برانگیز روبرو می شویم، ممکن است به خود بگوییم که خیلی دشوار است، ارزش تلاش ندارد، این گونه کارها انجام نمی شود، احتمالاً کار نمی کند یا احتمالاً برای ما کار نمی کند.

نادانی را بپذیرید. نزدیک شدن به وظایف با ذهن مبتدی می تواند موانع پیش فرض ها و محدودیت ها را از بین ببرد. این حالت ندانستن اجازه می دهد راه حل های نوآورانه تر و پیشرفت های غیرمنتظره ای به وجود آید.

فرضیات را به چالش بکشید. با پرسش از باورها و روش های تثبیت شده خود، خود را به امکانات جدید باز می کنیم. این رویکرد می تواند به کشفیات پیشگامانه و روش های جدیدی از خلق منجر شود.

- مزایای ذهن مبتدی:

- افزایش خلاقیت و نوآوری

- کاهش ترس از شکست
- باز بودن بیشتر برای یادگیری
- توانایی‌های حل مسئله بهبود یافته

5- الهام و عادت‌ها: تعادل بین خودجوشی و انضباط

الهام خارج از کنترل ماست و ممکن است یافتنش دشوار باشد. تلاش لازم است و دعوت‌ها باید انجام شود. در غیاب آن، ممکن است روی بخش‌های دیگر پروژه که مستقل از این انتقال کیهانی هستند کار کنیم.

الهام را پرورش دهید. در حالی که نمی‌توانیم کنترل کنیم که الهام چه زمانی به سراغمان می‌آید، می‌توانیم شرایطی ایجاد کنیم که آن را دعوت کند. این شامل باز بودن، کنجکاوی و توجه به محیط و تجربیات درونی ماست.

انضباط را توسعه دهید. ایجاد عادت‌ها و روال‌های منظم چارچوبی برای شکوفایی خلاقیت فراهم می‌کند. با حضور منظم در تمرین خود، شانس برخورد با الهام را افزایش می‌دهیم و توانایی خود را برای ترجمه آن به کار ملموس بهبود می‌بخشیم.

- استراتژی‌هایی برای تعادل بین الهام و عادت‌ها:

- زمان خلایقانه منظم تعیین کنید
- فضای کاری الهام‌بخش ایجاد کنید
- تمرین ذهن‌آگاهی برای باز بودن به الهام
- ایجاد آیین‌هایی که نشان‌دهنده زمان خلق است

6- آزمایش و ساخت: سفر خلق

اگر فقط یک بذر دارید—یک دیدگاه بسیار خاص که می‌خواهید اجرا کنید—این خوب است. هیچ راه درستی وجود ندارد. با این حال، ممکن است در نظر بگیرید که این می‌تواند به یک محدودیت تبدیل شود، زیرا دیگر از تمام آنچه در شماست بهره نمی‌برید.

اکتشاف را بپذیرید. فرآیند خلاقانه شامل جمع‌آوری بذرها، آزمایش با امکانات مختلف و ساختن کار به شکل نهایی آن است. این سفر کشف اغلب به نتایج غیرمنتظره و هیجان‌انگیزی منجر می‌شود.

تعادل بین دیدگاه و باز بودن. در حالی که داشتن یک دیدگاه واضح می‌تواند مفید باشد، باز ماندن به امکانات جدید در طول فرآیند خلاقانه اجازه می‌دهد تا عمق و غنای بیشتری در کار نهایی به وجود آید.

• مراحل فرآیند خلاقانه:

1. جمع‌آوری بذرها

2. آزمایش

3. ساخت

4. تکمیل

7- پذیرش نقص و آسیب‌پذیری در هنر

نقص‌هایی که وسوسه می‌شوید آن‌ها را اصلاح کنید ممکن است همان چیزی باشند که کار را عالی می‌کنند.

نقص‌ها را جشن بگیرید. نقص‌ها در هنر اغلب به انسانیت و قابلیت ارتباط آن کمک می‌کنند. با پذیرش آسیب‌پذیری‌های خود و اجازه دادن به آن‌ها برای نشان دادن در کارمان، هنر اصیل‌تر و قدرتمندتری خلق می‌کنیم.

به فرآیند اعتماد کنید. گاهی اوقات آنچه به عنوان اشتباه یا نقص درک می‌کنیم می‌تواند به پیشرفت‌های غیرمنتظره منجر شود یا به ویژگی‌های تعیین‌کننده کار تبدیل شود. اعتماد به فرآیند خلاقانه شامل پذیرش این "نقص‌ها" به عنوان نقاط قوت بالقوه است.

• راه‌هایی برای پذیرش نقص:

مستقر در استان کردستان

○ اجازه دادن به "تصادفات خوشحال" در کارتان

○ مقاومت در برابر وسوسه بیش از حد صیقل دادن یا کامل کردن

○ به اشتراک گذاشتن کارهای در حال پیشرفت برای غلبه بر کمال‌گرایی

○ جشن گرفتن یکتایی که از لمس انسانی ناشی می‌شود

8- مسئولیت هنرمند به خود اثر است

تنها مسئولیت هنرمند به خود اثر است. هیچ الزامات دیگری وجود ندارد. شما آزادید که هر چه می‌خواهید خلق کنید.

آزادی خلاقانه. هنرمندان هیچ تعهدی به پرداختن به مسائل اجتماعی یا تطابق با انتظارات خارجی ندارند. تمرکز اصلی باید بر خلق کار اصیل باشد که با خالق همخوانی دارد.

به شهود خود اعتماد کنید. به جای تلاش برای پیش‌بینی واکنش‌های مخاطب یا روندهای بازار، بر خلق کاری تمرکز کنید که شما را هیجان‌زده و به چالش می‌کشد. این رویکرد اغلب به هنر اصیل‌تر و تأثیرگذارتر منجر می‌شود.

• اصول یکپارچگی هنری:

- ابتدا برای خودتان خلق کنید
- از سانسور خود بر اساس واکنش‌های مخاطب خیالی اجتناب کنید
- بگذارید کار خودش صحبت کند
- اصالت را بر محبوبیت اولویت دهید

9- تطبیق و رشد: چرخه تمرین و بازیابی

تمرین ما را بخشی از راه می‌برد. سپس زمان می‌برد تا تمرین در بدن جذب شود. ممکن است این را مرحله بازیابی بنامیم. **چرخه را بپذیرید.** رشد هنری شامل هم تمرین فعال و هم بازیابی غیرفعال است. شناخت و احترام به این چرخه می‌تواند به بهبود پایداری و مؤثرتر منجر شود.

اجازه دهید یکپارچگی صورت گیرد. پس از دوره‌های تمرین یا خلق شدید، زمانی برای استراحت و تأمل اختصاص دهید. این مرحله بازیابی زمانی است که مهارت‌ها تثبیت می‌شوند و بینش‌های جدید پدیدار می‌شوند.

• اجزای چرخه تمرین-بازیابی:

1. تمرین یا خلق متمرکز

2. استراحت و تأمل

3. یکپارچگی ناخودآگاه

4. انرژی و الهام تجدید شده

10-زمینه محتوا را شکل می دهد: قدرت دیدگاه

زمینه محتوا را تغییر می دهد.

محیط را در نظر بگیرید. معنا و تأثیر یک اثر هنری می تواند به طور قابل توجهی تحت تأثیر زمینه آن، از جمله محیط فیزیکی، محیط فرهنگی و لحظه تاریخی قرار گیرد.

با دیدگاه بازی کنید. با تغییر زمینه یک اثر، هنرمندان می توانند معانی و تفسیرهای جدیدی را کشف کنند. این اصل می تواند به طور عمدی برای تقویت یا تضعیف پیام مورد نظر هنر استفاده شود.

• عناصر زمینه ای که باید در نظر گرفت:

○ محیط فیزیکی (گالری، فضای عمومی، پلتفرم دیجیتال)

○ لحظه فرهنگی و تاریخی

○ هم نشینی با آثار دیگر

○ پیش زمینه و تجربیات شخصی بیننده

11-بازی و جدیت: دوگانگی در خلق هنر

دیپارکانه کشوری کارآفرینی متوسطه اول
استادان کردستان

هنر را جدی بگیرید بدون اینکه به طور جدی به آن بپردازید.

تعادل بین بازیگوشی و تعهد. خلق هنر شامل هم شادی آزمایش بی قید و هم تعهد به دیدن پروژه ها تا تکمیل است. پذیرش هر دو جنبه می تواند به تمرین هنری موفق تر و رضایت بخش تر منجر شود.

شگفتی کودکان را پرورش دهید. به کار خود با کنجکاوی و اشتیاق یک کودک که چیزی جدید کشف می کند نزدیک شوید. این ذهنیت می تواند به غلبه بر موانع خلاقانه کمک کند و به ایده ها و رویکردهای تازه منجر شود.

- راه هایی برای گنجاندن بازی در تمرین هنری خود:
- زمانی برای آزمایش خالص اختصاص دهید
- تکنیک ها یا رسانه های جدید را بدون انتظارات امتحان کنید
- با دیگران به روش های بازیگوشانه همکاری کنید
- موضوعات یا تم های آشنا را دوباره تصور کنید

نقد و بررسی

کتاب **عمل خلاق: راهی برای بودن** نقدهای متفاوتی دریافت کرده است. برخی آن را عمیق و الهام بخش می دانند و حقایق جهانی درباره خلاقیت ارائه می دهد. دیگران آن را سطحی و پر از توصیه های بدیهی و تأملات شبه فلسفی می دانند. منتقدان مثبت از رویکرد الهام گرفته از بودیسم رویین قدردانی کرده و کتاب را مدیتیشن گونه و احیا کننده می یابند. منتقدان معتقدند که کتاب فاقد محتوا و توصیه های عملی است و آن را با حکمت های کوکی بخت مقایسه می کنند. کتاب صوتی که توسط رویین روایت شده است نیز به خاطر کیفیت مدیتیشن گونه اش هم تحسین و هم انتقاد دریافت کرده است. به طور کلی، به نظر می رسد کتاب بیشتر با کسانی که به رویکردهای معنوی به خلاقیت باز هستند، هم خوانی دارد.