

نچیس جارویس  
ندای

هیچ رازبزرگی وجود ندارد

ترجمه زهرا ابراهیمی

خلاقانه



بنگاه ترجمه و نشر  
کتاب پارسه



### چیس جارویس (۱۹۷۱ امریکا)

او عکاس، کارگردان، هنرمند و کارآفرین است. جارویس در سال ۲۰۱۰ پلتفرم آموزش آنلاین CreativeLive را بنیان‌گذاری کرد. او به دلیل بازتعریف تلاقی هنر و فرهنگ عامه از طریق تصاویر ثابت و متحرک شناخته شده است. کار تجاری و عکاسی برای برندهایی نظیر نایکی، پیسی، ولوو، ریباک، اپل و ردبول باعث شده تا جارویس از طرف جوایز بین‌المللی عکاسی، عکاسان تبلیغاتی امریکا و جوایزی از این دست، تحسین شود.

## فهرست

- تحسین‌ها از ندای خلاقانه ..... ۱۱
- در وهلهٔ نخست بخوانید! ..... ۱۵
- مقدمه ..... ۱۹
- گام اول: تصور کنید ..... ۳۷
۱. به ندای خود گوش بسپارید ..... ۳۹
۲. در مسیر خود گام بردارید ..... ۵۹
۳. برجسته می‌شوید ..... ۸۷
- گام دوم: طراحی کنید ..... ۱۲۳
۴. روش‌های خود را توسعه دهید ..... ۱۲۵
۵. خلوت خود را ایجاد کنید ..... ۱۵۹
۶. بهترین عملکرد خود را ارائه دهید ..... ۱۸۹
- گام سوم: اجرا کنید ..... ۲۰۹
۷. آن قدر کاری را انجام دهید تا در آن تبحر پیدا کنید ..... ۲۱۱

- ۲۲۷ ..... ۸. دانشگاه تو
- ۲۴۷ ..... ۹. برای پیروزی باید شکست خورد
- ۲۷۱ ..... گام چهارم: تقویت کنید
- ۲۷۳ ..... ۱۰. افراد خود را پیدا کنید
- ۲۹۷ ..... ۱۱. مخاطبان خود را ایجاد کنید
- ۳۲۳ ..... ۱۲. شروع کنید!
- ۳۴۵ ..... در آخر بخوانید
- ۳۵۵ ..... سپاسگزاری‌ها

## تحسین ها از ندای خلاقانه

من همیشه اعتقاد داشته‌ام اگر بر ایجاد تجربیات، مشاغل و روابط شگفت‌انگیز متمرکز شوید، از زندگی لذت خواهید برد و موفق‌تر خواهید بود. ندای خلاقانه راهنمایی جذاب، درست برای انجام همین کار است، این کتاب نوشتهٔ مردی است که در برنامهٔ «زندگی خلاق» در پی علائقش بود و شرکتی به وجود آورد تا به دیگران الهام ببخشد.

سر ریچارد برانسون، بنیانگذار گروه ویرجین

میان خلاقیت ذاتی اشتیاق ما برای زندگی معنی‌دار و هدفمند، ارتباطی سرکش و رام‌نشده وجود دارد. هنگامی که عازم ماجراجویی‌های خودمان می‌شویم تا یاد بگیریم خلاقیت چگونه قدرت تغییر همه‌چیز را در اختیار دارد، تجربیات چیس و تعهدش به خلق کردن، او را به راهنمایی فوق‌العاده تبدیل می‌کند.

برنه براون، PhD، نویسندهٔ کتاب پرفروش شمارهٔ ۱ نیویورک تایمز شهامت رهبری<sup>۱</sup>

ندای خلاقانه راهنمایی دنباله‌دار برای هرکسی است که چه برای خواسته‌های شخصی چه به‌عنوان آرمان شغلی قدم در مسیر خلاقیت می‌گذارد. منبع بهتری

برای شکوفایی استعداد واقعی خود و اندازه‌گیری بلندای اقتصاد خلاق پیدا نخواهید کرد.

جیمی چین<sup>۱</sup>، کارگردان برنده اسکار فیلم انفرادی آزاد<sup>۲</sup>

چیس جارویس فردی فوق‌العاده خلاق است. کتاب جدیدش با عنوان ندای خلاقانه خود دلیل روشنی است که خلاقیت هم هنر و هم تمرین است. چیس با صداقت محض و بینش استادانه، از افسانه‌های پیرامون معنای فردی خلاق بودن پرده‌گشایی و ثابت می‌کند هر کسی می‌تواند خلاق باشد. ندای خلاقانه طرز فکر شما را با تمام وجود درباره چگونگی و چرایی خلاقیت انسان‌ها تغییر می‌دهد، و این انگیزه و الهام را در اختیاران می‌گذارد تا زندگی بهتری از آنچه تصورش را می‌کنید، بسازید.

دبی میلمن<sup>۳</sup>، هنرمند و رئیس دانشکده هنرهای تجسمی، استاد در برنامه‌بردسازی و مجری پادکست طراحی اهمیت دارد<sup>۴</sup>

هرکسی رؤیایی دارد. در حرفه خلاقانه چیس جارویس نزدیک‌ترین چیزی که به نقشه‌ای برای دنبال کردن آن رویا و در ادامه‌اش موفقیت وجود دارد را در اختیارمان می‌گذارد. مطالعه این کتاب برای هر خالق یا کارآفرینی ضروری است.

دیموند جان<sup>۵</sup>، ستاره شسارک تنک کانال ABC، بنیانگذار / مدیرعامل کمپانی FUBU و مدیرعامل گروه شسارک

چیس به شکل خستگی‌ناپذیری سخاوتمندانه و بی‌وقفه خلاق، ما را به چالش می‌کشد تا تغییرات در فرهنگ و رسانه را به‌عنوان فرصتی استثنایی ببینیم. اگر به اصلاح امور اهمیت می‌دهید، این کتاب برای کمک به شما در دسترس‌تان است. ست گودین، نویسنده کتاب‌های پر فروش و کارآفرین

1. Jimmy Chin

2. Free Solo

3. Debbie Millman

4. the Design Matters

5. Daymond John

### تحسین‌ها از ندای خلاقانه ■ ۱۳

این کتاب در مورد ندای خلاقیت شما نیست، بلکه در مورد فریاد خلاقیت از درون شماست که در جدال برای شنیده شدن و آماده شدن برای تغییر جهان است. جیمز ویکتور<sup>۱</sup>، هنرمند، فعال اجتماعی و نویسنده کتاب *لحنت به کمال مطلوب* طراحی خوب به دیگران کمک و آن‌ها را شادمان می‌کند. چیس جارویس نحوه انجام این کار را به شما نشان می‌دهد.

استفان زاگمایستر، طراح و بنیانگذار کمپانی زاگمایستر و والش<sup>۲</sup>

چیس جارویس همان فرد محبوبی است که برای مشاوره به او مراجعه می‌کنم. مطمئنم از تماس‌هایم خسته شده است. چیس از نخستین افرادی بود که قدرت اینترنت را برای هنرمندان به رسمیت شناخت و هنوز هم دارای بهترین بینش برای هرکسی است که در پی دنبال کردن مسیر خلاقانه‌ای هست. او چیزهای بسیاری به من آموخته است. این کتاب مثل گفتگویی طولانی و صمیمانه با چیس است. و هیچ چیز با ارزش‌تری از این در جهان وجود ندارد.

براندون استنتون، خالق مردم نیویورک و نویسنده پرفروش نیویورک تایمز

---

1. James Victore

2. Sagmeister & Walsh

## دروهله نخست بخوانید!

خلاقیت تمام‌شدنی نیست. هرچه بیشتر استفاده کنید، بیشتر خواهید داشت.

مایا آنجلو

از خودتان پرسید: آیا شیوه کار کردنم درست است؟ آیا شیوه زندگی کردنم درست است؟

این کتاب درباره خلاقیت است، اما به تعبیری عمدتاً درباره زندگی و نحوه زیستن است. این کتاب فقط درباره شروع تمرینی خلاقانه یا تبدیل شدن به طراح، نویسنده، عکاس یا کارآفرین بهتر نیست؛ اگرچه تمام مهارت‌های خلاقانه‌تان را لبریز خواهد کرد. اینکه چگونه زندگی غنی‌تر، ژرف‌تر و باارزش‌تری نسبت به قبل داشته باشیم. پذیرفتن خلاقیت در زندگی‌تان درست مانند لحظه‌ای است که دوروتی<sup>۱</sup> از خانه سیاه و سفید کانزاس وارد سرزمین خیالی درخشان و رنگارنگ شد.

---

۱. Dorothy، شخصیتی خیالی آفریده‌ال. فرانک باوم در داستان جادوگر شهر<sup>ا</sup> و بسیاری از رمان‌هایی که به روایت ماجراهای این شهر می‌پردازد.



فکر کنید چه چیزی باعث شد امروز، در این لحظه، این کتاب را باز کنید. در جستجوی چه هستید؟

اگر مطمئن هستید که بیشترین انگیزه را دارید و از توانایی هایتان در حد کمال استفاده می‌کنید، عالی است. اگر بخشنده‌گی و شادی را به هر کاری وارد کنید، نه تنها کارهای خلاق بلکه در هر زمینه‌ای، فوق‌العاده می‌شود. اگر روابط مهم‌تان را روحیهٔ خلاقیت و ابتکار روزانه سرشار از شادی، الهام، سرزندگی کند، پس هر آنچه را که می‌توانم به شما یاد بدهم، آموخته‌اید. هر کاری که می‌کنید، موفقیت‌آمیز است. زندگی رؤیایی دارید. به آفرینش روزانه‌تان بازگردید. دنیا به آنچه شما می‌دهید نیاز دارد. لطفاً این کتاب را به کسی که به آن نیاز دارد بدهید.

هنوز در حال خواندن هستید؟

خب، احتمال دیگر این است که شما در واقع زندگی رؤیایی ندارید. شاید فاصلهٔ زیادی هم با آن داشته باشید. در عوض در جستجوی آن هستید. ممکن است از پا درآمده، از کار افتاده، و درجا بنزید. یا شاید فقط گمان کنید که زندگی می‌تواند چیزی بیش از این باشد. چیزی از قلم افتاده است. شاید شما خودتان را «فردی خلاق» تصور کنید یا نکنید. به هر حال مهم نیست. اما چیزی در مورد این کتاب شما را علاقه‌مند کرده است. شاید هنوز نمی‌دانید چه چیزی است. شاید می‌دانید و حاضر نیستید اعتراف کنید. به آن هم خواهیم رسید. هر چند مطمئن باشید که این کتاب برای شما مناسب است. یا شاید شما را فردی خلاق می‌شناسند، اما در حقیقت چیزی خلق نمی‌کنید. در هر حال، چیز زیادی خلق نمی‌کنید. قبلاً عکاسی می‌کردید، برنامه‌نویسی می‌کردید، دست به قلم بودید، یا سازی می‌نواختید، اما به هر دلیلی از عاداتی که زمانی شما را به هیجان می‌آورد یا راضی می‌کرد فاصله گرفتید. نکته جالب اینجاست که هر چقدر هم سخت تلاش می‌کنید نمی‌توانید به وضعیت عادی‌تان برگردید. این کتاب برای شما نیز مناسب است.

در وهله نخست بخوانید! ■ ۱۷

یا اصلاً چیزهایی خلق می‌کنید. می‌نویسید، ورزش می‌کنید، آواز می‌خوانید، یا کاری را تمام و کار دیگری را بلافاصله شروع می‌کنید. کاری که ممکن است شغل موقتی یا شغل تمام‌وقت‌تان باشد، اما مرتباً خلق کرده‌اید و موفق بوده‌اید. ولی حالا نمی‌دانید چطور ادامه بدهید؛ یا اصلاً باید ادامه دهید؟ شاید پروژه فعلی‌تان به بن‌بست خورده است، مشتری‌ها شما را دیوانه کرده‌اند و آماده‌اید همه چیز را رها کنید. یا بعد از آخرین اجرایی که روی صحنه داشته‌اید، از درون احساس خلاء می‌کنید. در واقع، شاید حتی اشتیاق داشتن هم به نظر‌تان آرام‌بخش باشد.

اگر حرفه خلاقانه‌تان، همه آنچه همیشه در رؤیاهایتان می‌دیدید نیست، آیا زمان آن نرسیده که تسلیم شوید؟  
عجله نکنید.

بدون داشتن حرفه خلاقانه انعطاف‌پذیر، دوستان خلاق حامی، جامعه‌ای شکوفا و ذهنی قدرتمند، زندگی شور و شوق یکسانی نخواهد داشت. حتی فردی موفق و حرفه‌ای هم دچار لغزش می‌شود. این کتاب کمک می‌کند تا آنچه را گم شده است پیدا کنید. خلاقیت در درون شما - در حال حاضر، هم‌اکنون - اهرمی است که از آن استفاده خواهیم کرد. به قول ارشمیدس، جایی برای ایستادن به ما بدهید و با این اهرم دنیا را حرکت خواهیم داد.

یک احتمال نهایی هم وجود دارد: روی کاغذ، همه چیز در مورد حرفه خلاقانه‌تان خوب به نظر می‌آید، اما باز هم در مورد ادامه مسیر احساس بی‌انگیزگی یا حتی بی‌علاقگی می‌کنید. این اتفاق می‌افتد. برای من اتفاق افتاد. ممکن است همه چیز در ظاهر خوب به نظر آید و همچنان به شما احساس پوچی القا کند.

راه‌حل موجود این است که به یاد آورید چرا از ابتدا دست به خلق و آفرینش زدید. مسیر پیش‌رو را با بازگشت به آغازش پیدا می‌کنیم. چیزی در درون‌تان شما را به ابراز کردن فرامی‌خواند. خواه با تکاندن گردوغبار

از روی گیتاری که در دوران دبیرستان می‌نواختید شروع کنید یا در کلوپ کمدی برنامه اجرا کنید؛ آن الهام- آن شادی، آن نیروی زندگی را که پیش‌تر به چنین اندازه‌ای احساس می‌کردید- هنوز در دسترس شما است. فقط باید آن ندا را بشنوید و مسیر خود را دنبال کنید.

هر کجا که خودتان را پیدا کنید، هر روز جدید، فرصتی برای گوش سپردن به ندای خلاقانه‌تان است.

زیبایی مسیری که می‌پیمایم این است که هرگز هیچ اقدامی بیهوده نیست- شما در تمام پیچ‌وتاب‌ها هر چقدر هم سرگردان باشید گم نمی‌شوید. این ماهیت فرآیند خلاقیت است؛ همه چیز اهمیت دارد. همه چیز معنایی دارد. ناامیدی، بی‌حوصلگی، یا دلخوری که ممکن است اکنون احساس کنید، فقط شهودتان است که به شما می‌گوید تغییری پیش‌رو وجود دارد. آیا آمادگی دارید؟

زندگی خوب، برنامه‌ریزی شده است. خلق شده است. و این کتاب درباره داشتن زندگی بهتر با خلاقیت است. با ابراز دائمی خود به روش‌های ساده، نیرو و انگیزه لازم برای خلق زندگی رؤیایی‌تان را کشف خواهید کرد. خلاقیت به اندازه ورزش، تغذیه مناسب و ذهن آگاهی برای سلامتی و تندرستی ضروری است. تنها با این انرژی مؤثر آزادشده قادر خواهید بود به کمال زندگی‌تان برسید.

این کتاب مناسب شماست.

## مقدمه

چیزی به اسم افراد خلاق یا افراد غیرخلاق نداریم. فقط افرادی از خلاقیت خود استفاده می‌کنند و افرادی نمی‌کنند. و استفاده نکردن از آن مجازاتی ندارد. اما همان‌طور که کاشف به عمل آمده، خلاقیت استفاده نشده بی‌خطر نیست، خطرناک است.

برنه براون

همه چیز روی کاغذ درست به نظر می‌رسید: آرزوهای «متناسب» و برنامه‌روشنی برای دستیابی به آن‌ها داشتم. می‌دانستم که برنامه‌ام برای زندگی چیست و اطمینان داشتم که می‌توانم در انجامش موفق باشم. اما احساس سردرگمی می‌کردم. ناآرام بودم و از نظر عاطفی پریشان و درگیر بودم. نمی‌توانستم احساسم را دقیق بگویم، اما احساس خوبی نداشتم. تقلا می‌کردم اما نمی‌توانستم قدم دیگری پیش بروم؛ چطور می‌توانستم برنامه‌ام را دنبال کنم؟ زمانی که یکی از عزیزانم را از دست دادم متوجه چیزی شدم؛ اینکه برنامه‌ام اقتضاح بود. در آن برنامه هر عملی به خودی خود منطقی بود، اما مقصود مرا دل‌سرد می‌کرد. سال پیش از آن، فرصت دنبال کردن حرفه‌ای فوتبال را رها کردم. آن موقع به دانشکده پزشکی می‌رفتم و زندگی دیگری را

در پیش گرفته بودم که هیچ علاقه‌ای به آن نداشتم. داشتم چه کار می‌کردم؟  
چطور این اتفاق افتاده بود؟

در تمام زندگی ام درصدد کسب رضایت دیگران بر می‌آمدم، و آن را به هر قیمتی به دست می‌آوردم. به نظر می‌رسید پزشکی انتخاب درست و بدیهی بود. تنها انتخاب همین بود. با تمام وجود باورش داشتم. اما فقدان آن عزیز، درس دیگری به من آموخت. مرگ ناگهانی پدر بزرگم مرا از خواب بیدار کرد. از دست دادن او به من یادآوری کرد که فقط یک بار زندگی خواهم کرد. اگر در این دوره ندای درونی ام را دنبال نکنم، هرگز نخواهم کرد.

اما اگر بیماران را درمان نمی‌کردم، به کجای این جهان تعلق داشتم؟ باید چه کار می‌کردم؟ حرفه من چه بود؟ هنوز شکل یا حالت دقیق آن را نمی‌دانستم اما چیزی در درونم میل به رهایی داشت. خودم را در یکی از دوراهی‌های زندگی یافتیم؛ مسیر «امن و مطمئن» در یک طرف، عدم قطعیت - و فرصت - از طرف دیگری پیش می‌رفت.

سرانجام متوجه شدم که آن ندا، نجوایی در دوردست‌هاست. اغلب ما دیگر روزی از خواب بیدار نمی‌شویم تا تصمیم بگیریم برای دامپزشک متخصص اسب یا خوانندگی اپرا به دنیا آمده‌ایم. این داستانی است که بعد از وقوع حقیقت به خودمان می‌گوییم، زمانی که در نهایت آنجا که باید خودمان را یافته‌ایم. نه، ندا حسی شهودی است، کششی که هنگام انجام کاری درست تجربه می‌کنیم: این اتفاق عالی است! این کار را ادامه خواهیم داد تا ببینم مرا به کجا می‌برد.

اگر به آن احساسات گوش دهیم و اجازه دهیم این کشش‌ها ما را راهنمایی کنند، اگر به این ندا گوش بسپاریم، به زودی متوجه می‌شویم مسیر درست خودمان را طی می‌کنیم. مهم نیست به کجا می‌رویم، ما دقیقاً همان جایی هستیم که باید باشیم.

پس این طور نبود که در بیست و یک سالگی ناگهان متوجه شوم می‌خواهم

هنرمند، عکاس ورزش‌های مخاطره‌آمیز یا مؤسس برنامه آموزشی آنلاین باشم. فقط تصمیم گرفتم به ندای دلم گوش کنم. فقط می‌دانستم که عکس گرفتن را دوست دارم. تصورم این بود مادامی که نسبت به کاری که انجام می‌دهم احساس خوبی داشته باشم، همه چیز روبراه خواهد شد؛ همین‌طور هم شد.

همان موقع، لحظه‌ای شد که دلم را به دریا زدم تا تقریباً تمام افراد حاضر در زندگی‌ام را ناامید کنم. برای دومین بار برنامه آینده‌ام را رها کردم و نخستین گام را با تردید در مسیر جدید برداشتم، مسیری که در آن، در جستجوی حرفه خلاقانه‌ام بودم. من امروز هنوز همان مسیر را طی می‌کنم و هرگز به پشت سر نگاه نکرده‌ام.

خلاق بودن به معنای رها کردن شغل، پوشیدن لباس رزم یا نقل مکان به پاریس نیست. به معنای پوشیدن لباس متفاوت یا پیدا کردن گروه کاملاً جدید دوستان «هنری» نیست. به معنای داشتن شخصیتی دیگر یا گذراندن دوره‌ای بحرانی نیست. هر چیزی را که فکر می‌کنید در مورد معنای خالق بودن می‌دانید فراموش کنید. خلاقیت عملکردی طبیعی و حیات‌بخش انسان است که برای سلامتی و تندرستی‌مان ضروری است. خلاقیت به اندازه تنفس طبیعی است.

اجازه بدهید به این مسئله پردازیم. دنیایی را تصور کنید که نفس کشیدن عملی شرم‌آور است. در چنین دنیایی، در مدرسه به بچه‌ها یاد می‌دادند: «بچه‌ها کمتر نفس بکشید!» بچه‌ها هرگز نمی‌دویدند و بازی نمی‌کردند زیرا این کار نیازمند دم و بازدم‌های مداوم بود. بزرگسالان هم از ترس نفس کشیدن برای چیزی هیجان‌زده نمی‌شوند. تصور کنید در دنیایی هستید که با اکسیژن کمی زندگی می‌کنید و همواره احساس سرگیجه و خستگی دارید. آن‌گاه تصور کنید که به شما می‌گویند یک نفس خوب و عمیق از هوای تازه بکشید که تمام وجودتان را پر کند؛ نیروبخش، روح‌انگیز و برایتان

فوق العاده خوب است. تصور کنید به شما می گویند که جامعه بیمار است، نه شما. تصور کنید به شما می گویند که تنفس عمیق طرز تفکر و احساس شما را برای همیشه تغییر خواهد داد.

آن گاه چه کار خواهید کرد؟

همه ما خلاق به دنیا آمده ایم. هر نژاد، جنسیت، باور، توانایی یا گذشته ای که دارید، خلاقیت از شما استقبال می کند. هدف این کتاب فراخواندن شما به پذیرش و بهره گیری از تمام مزایای خلاقیت است.

هنگامی که چیزی خلق می کنیم، به نیروی قدرتمند درون مان وصل می شویم. همان اندازه که بستر این انرژی را ایجاد می کنیم در کنترل آن نقشی نداریم. قدرت این نیروی خلاق در هر انسانی غیر قابل انکار است؛ آن قدر افسارگسیختگی اش را دیده ام که جور دیگری فکر نمی کنم. این قدرت هم اکنون دارد در درون تان جوش و خروش می کند، چه بدانید چه ندانید. زمانی که چیزی را خلق می کنیم، این منبع عظیم درونی فعال می شود. حتی اگر چیزی که می سازیم ساده و کوچک باشد، حتی اگر با وقفه های بسیار دست به ساخت آن بزنیم، اولین اقدام را برای آزاد کردن نیروی خلاقیت انجام داده ایم. خلاقیت مان اهمیتی نمی دهد. حالا بیدار شده است. انرژی در جهات مختلف می چرخد. اگر با ساختن وسایل و ابزار جدید روز به روز و ماه به ماه همچنان از انرژی خلاقه مان استفاده کنیم، اتفاق فوق العاده ای رخ می دهد. احساس بهتری همچون: هشیاری، کامیابی و تکامل می کنیم. با به کارگیری مداوم خلاقیت به منبع جدیدی از نشاط دسترسی پیدا می کنیم. تبدیل ایده ای در ذهن تان به واقعیت ملموس، یکی از رضایتمندی های بزرگ زندگی است، خواه نتیجه نهایی داستانی، عکس، وعده غذایی یا تجارت باشد. ما برای انجام این کار با مخزنی به دنیا آمده ایم، تکه کوچک مترامی از پلوتونیوم خلاقیت. این رآکتور حاوی سوختی برای یک عمر خلاقیت ماست. در حقیقت هر چه بیشتر از قدرت آن استفاده کنید، بیشتر در اختیار

شما خواهد بود. اما خلاقیت مانند پلوتونیوم خطرناک است. تمام این انرژی باید جایی برود. باید از طریق تمرین خلاقانه منظم آزاد شود. اگر حبس شود ممکن است اوضاع بحرانی و سمی شود. اگر خلاقیت تان بروز داده نشود، ممکن است زندگی تان تباه شود.

### خلاقیت چیست و چرا اهمیت دارد؟

خلاقیت تمرین تلفیق یا تغییر دو یا چند چیز متفاوت به روش‌های جدید و مفید است. همین است، اگرچه این تعریف ساده اعماق پنهانی دارد.

مهم‌تر، چرایی آن است: زمانی که ما چیزی خلق می‌کنیم، با دل و جان از خودمان مایه و ارزش می‌گذاریم و در عوض توقع چیزی نداریم. برای انجام این کار باید به خود واقعی و اصلی‌مان وصل شویم. این گفته به این معنی است که خلاقیت، همان فرآیند یادگیری اعتماد به خودتان است. وقتی خلاقیت درون تان جاری می‌شود، قضاوت نمی‌تواند جلوی شما را بگیرد. غیرممکن است. این کتاب نحوه‌ی رهایی از تمام قضاوت‌ها و اعتماد کامل به خودتان را به شما نشان می‌دهد. هر آنچه نیاز دارید اکنون درون شماست. آینده‌ی شما بر پایه‌ی سه فرضیه‌ی مجزا قرار دارد:

۱. شما ذاتاً خلاق هستید و از ظرفیتی بی‌حد و حصر برای ایجاد و

رشد چیزهای جدید بهره‌مندید.

۲. دستیابی به این ظرفیت نیازمند نوعی توان خلاقانه است که باید برای رسیدن به پتانسیل کامل تان تقویت شود.

۳. خودتان را فردی خلاق معرفی کنید، دنیای اطرافتان را به منزله‌ی بوم نقاشی در نظر بگیرید، و ایده‌هایتان را همواره ابراز کنید، به این صورت، زندگی‌ای را که واقعاً برای خودتان می‌خواهید به صورت شهودی خواهید ساخت.

به عبارت دیگر: بله، نواختن پیانو شما را آدم بهتری می‌کند. آشپزی یا