

ĮŽANGA

Absoliuti galia

*Kiekvienas yra savo lemties kalvis, lyg skulptorius,
laikas rankose pradinę žaliavą – būsimą kūrinį.
Kaip kiekvienoje meno srityje, taip ir šioje – gimstame
tik su potencialu, o tikrasis meistriškumas ateina
per mokymąsi ir nuolatinę praktiką.*

– Johann Wolfgang von Goethe*

Yra tokia galios ir intelekto forma, kuri įkūnija aukščiausią žmogaus prigimties viršūnę. Būtent ji yra didžiausių istorinių pasiekimų ir atradimų šaltinis. Tai toks intelektas, kurio lavinimas neįtrauktas į ugdymo programas ir nėra pedagogų prioritetas, tačiau beveik visi esame su juo kada nors susidūrę. Jis išryškėja kritinėmis aplinkybėmis – kai tenka užbaigti pradėtą darbą, skubiai spręsti problemą, užgriuvus netikėtiems sunkumams. Arba įsigilinus į kokį nors projektą. Bet kokiu atveju spaudimas išjudina ir padeda susikaupti. Visomis išgalėmis pasineriame į savo užduotį. Intensyvi koncentracija įžiebia kūrybiškumą – idėjos aplanko mus beužmiegant, jos prasiveržia nejučia, tarsi iš pasąmonės. Tuomet atrodo, kad galime lengviau paveikti kitus; galbūt skiriame jiems daugiau dėmesio, o gal jų pagarbą įkve-

* Citatų vertimas čia ir toliau – Neringos Jagelavičiūtės-Teišerskienės.

pia mūsų spinduliuojama energija. Įprastai gyvenimas teka sava vaga, ir mes su ja, vis reaguodami į įvykius. Bet būna ypatingų laikotarpių, kai jaučiamės galį išties nulemti ateitį.

Asmeninė galia pasireiškia štai kaip. Dažniausiai gyvename užsisklendę savyje – savo svajonių, troškimų ir įkyrių minčių pasaulyje. Tačiau užplūdus ypatingai produktyvumo bangai jaučiame impulsą kažko imtis, nuveikti kažką prasmingo. Priverčiame ištrūkti iš kasdienių minčių kiaučio ir atsiverti pasauliui. Tuomet staiga įžvelgiame naujas detales, aplanko naujos idėjos – mus pagauna įkvėpimas ir tampame kūrybiškesni.

Kai galutiniai terminai nebespaudžia ir sunkumai įveikti, ši galios ir kūrybiškumo banga dažniausiai nuslūgsta. Išsiblaškytas vėl tampa kasdienybė, jausmas, kad viską kontroliuojame, dingsta.

Problema ta, kad ši galios ir intelekto forma dažniausiai lieka už akademinio dėmesio ribų – ji arba ignoruojama, arba mistifikuojama, o tai tik kliudo perprasti jos esmę. Įsivaizduojame, kad kūrybiškumas ir aštrus protas nukrenta iš dangaus, yra įgimti, o gal juos lemia gera nuotaika ar tinkamas žvaigždžių išsidėstymas. Būtų nuostabu, jei kažkas padėtų įminti paslaptį – apibrėžti šią galią ir suprasti, kaip ją prisišaukti, o tuomet – ir išlaikyti.

Pavadinkime šią galios būseną *meistriškumu* – jausmu, kad sugebame keisti tikrovę, įkvėpti kitus ir augti patys. Nors daugelį jis aplanko tik trumpam, kai kuriems – savo srities Meistrams – jis tampa gyvenimo būdu ir kredo. Šios galios pagrindas – tai paprastas meistriškumo įvaldymo procesas, priimamas kiekvienam iš mūsų.

Štai kaip viskas vyksta. Tarkime, mokomės groti pianinu ar pradedame naują darbą, kuriame reikės išmokti tam tikrų įgūdžių. Iš pradžių mums viskas svetima. Pirmąjį įspūdį apie

pianiną arba darbo aplinką lemia išankstinės nuostatos, neretai įkvėptos baimės. Kol dar tik mokomės groti, pianinas mums yra tikra mįslė – visai nesuprantame, kaip susiję klavišai, akordai, pedalai ir visi tie tylūs mechanizmai, iš kurių gimsta muzika. Pradėję dirbti, dar nežinome, kaip tarp žmonių pasiskirsčiusi valdžia ir įtaka, kaip mąsto mūsų viršininkas, kokių taisyklių ir tvarkos laikytis, kad darbas eitųsi sklandžiai. Abiem atvejais esame pasimetę, nes reikalingos žinios mums nepasiekiamos.

Net jeigu ir džiūgaujame dėl atsivėrusių galimybių, netrukus suprantame, kad teks rimtai pasistengti. Didžiausias pavojus – kad pasiduosime nuoboduliui, nekantrai, baimei ir pasimeti-mui. Kad nustosime stebėti ir mokytis, ir taip išsprausime save į kampą.

Kita vertus, jei suvaldome šias emocijas ir leidžiame įvykiams klostytis sava eiga, nutinka kai kas įstabaus. Kai nuolat stebime ir mokomės iš kitų, perprantame taisykles ir pamatome, kaip viskas veikia ir susijungia į visumą. Jei atkakliai treniruojamės, galiausiai mums pavyksta; ištobuliname pagrindinius įgūdžius ir esame pasirengę naujiems, dar įdomesniems iššūkiams.

Kažkurią akimirką studentas tampa praktikuojančiu. Eksperimentuojame su savo idėjomis ir taip įgyjame vertingos patirties. Augantis supratimas leidžia vis labiau improvizuoti. Užuo-t kartoję, ką jau daro kiti, pradedame veikti savaip, savitu stiliumi ir braižu.

Jei nuoširdžiai darbuojamės toliau, su metais įvyksta dar vienas šuolis – šuolis meistriškumo link. Pianino klaviatūra nebėra svetimkūnis; ji tampa tarsi dar viena galūne, nervų sistemos dalimi, papildomais pirštais. Pradedame gaudytis profesinėje aplinkoje – kokie yra kolegų santykiai, bendra verslo situacija. Šis pojūtis padeda bendrauti ir suprasti žmones, nuspėti jų reakcijas. Galime greitai apsispręsti ir rasti netikėtų išeičių.

Tampame išradingi. Taip gerai išmokome taisykles, kad galime jų nebepaisyti arba jas keisti.

Absoliučios galios manifestavimo procesą galima suskirstyti į tris fazes arba lygius. Pirmoji – *Praktikos*; antroji – *Kūrybos*; trečioji – *Meistriškumo fazė*. Pirmajame lygmenyje mums viskas nauja – esame pašaliečiai, besistengiantys kuo geriau perprasti pagrindinius dalykus ir taisykles. Antrajame, praktikos ir įsitraukimo etape, pamatome mechanizmą iš vidaus, kaip viskas susiję, todėl aiškiau suprantame savo sritį. Įgyjame naują galią – gebėjimą eksperimentuoti ir improvizuoti. Trečiajame etape pasiekiamo tokį išmanymo, patirties ir koncentracijos lygį, kad visiškai aiškiai matome visumą.

Galime pavadinti šią galią intuicija, tačiau juk intuicija – tai tiesiog gebėjimas akimirksniu įvertinti tikrovę be jokių paaiškinimų ar formulių.

Intuicija Meistriškumo lygmenyje – tai proto ir nuojautos, sąmonės ir pasąmonės, žmogiškumo ir gyvūniškumo derinys. Tai būdas akimirksniu užmegzti gilų ryšį su aplinka, tarsi jausume ir suprastume dalykus iš esmės. Kai buvome maži, tai darėme kone natūraliai, tačiau laikui bėgant ši vidinė galia ir spontaniškumas dažniausiai išgaruoja – ją užgožia įkyrus informacinis triukšmas. Meistrai grįžta į šią pirmąją būseną, ir ji pasireiškia spontaniškumu bei gebėjimu operuoti pasąmonės turiniu, bet daug efektyviau, nei tai daro vaikai.

Absoliučios galios manifestavimo procesą vainikuoja intuityvi galia, snaudžianti kiekvieno žmogaus smegenyse. Galbūt esame ją patyrę probėgsmiais, pasinėrę į kokią nors problemą ar projektą. Meistriškumui būdinga tai, kad intuicija paklūsta mūsų valiai, ir tai yra nuoseklaus darbo pasekmė.

Meistriškumą galite vertinti taip. Visais laikais vyrai ir moterys jautėsi tarsi įkalinti savo ribotos sąmonės, nes neturėjo

tiesioginio ryšio su tikrove, o juo labiau – galios paveikti savo aplinką. Jie visaip bandė tai apeiti ir pasiekti išplėstos sąmonės būseną bei valdžios jausmą, pasitelkdami magijos ritualus, transą, užkeikimus ir kvaišalus.

Begalinis noras rasti greitą sprendimą aktualus ir šiandien – vis dar vaikomės paprastų sėkmės receptų, senovinių paslapčių, bylojančių, jog vien pakeitę savo požiūrį pritrauksime palankią energiją. Šios paieškos primena vaiduoklių gaudymą – tai kelias, nereikalaujantis jokių pastangų, žadantis apčiuopiamą galią, greitą ir lengvą sprendimą, legendinį proto Eldoradą.

Negana to, kad žmonės skendi fantazijų liūne, jie dar ir ignoruoja tą galios formą, kuri iš tikrųjų yra jiems prieinama. Ir, skirtingai nuo niekuo nepagrįstų magiškų ar banalių formulių, šios galios pėdsakus regime žmonijos istorijoje. Didieji atradimai ir išradimai, įstabieji architektūros paminklai ir meno kūriniai, technologijų progresas – visa tai yra proto meistrystės kūriniai. Dėl šios galios ją įvaldę žmonės gali paveikti tikrovę taip, kaip senovės mistikai ir magai nė nesvajoto.

Ištisus amžius meistriškumą nuo žmonių akių slėpė aukščiausios užtvaros. Jis buvo vadinamas genialumu ir manyta, kad ši galia ne kiekvieno nosiai. Genialumas laikytas privilegija, įgimtu talentu ar tiesiog palankiu žvaigždžių išsidėstymu. Jis buvo paverstas tokia pat neįmenama paslaptimi kaip magija. Tačiau šios užtvaros egzistuoja tik mūsų galvoje. Štai kur visa paslaptis: mūsų smegenys vystėsi šešis milijonus metų ir būtent jų raida, o ne kas kita lemia, kad galime atrakinti snaudžiančią vidinę galią – meistriškumą.

Meistriškumo paslaptys

Jei visų mūsų smegenys iš esmės panašios, maždaug taip pat surėdytos ir jose pasėta ta pati meistriškumo sėkla, kodėl per visą istoriją turime tik saujelę žmonių, kuriems iš tiesų pavyko atsiskleisti? Akivaizdu, kad mums svarbiausia atsakyti iš šį klausimą.

Mozarto ar Leonardo da Vincio atvejai aiškinami tuo, kad jie jau gimė apdovanoti ypatingu talentu. Visgi tūkstančiai vaikų pasižymi išskirtiniais gebėjimais tam tikroje srityje, tačiau tik nedaugelis jų iš tiesų pasiekia ką nors reikšmingo. Kita vertus, tie, kurie vaikystėje neatrodo tokie gabūs, vėliau gali pranokti visus lūkesčius. Vien talentas ar aukštas intelekto koeficientas negarantuoja, kad žmogus daug pasieks.

O iš tikrųjų visų didžiųjų meistrų istorijose vyrauja tas pats motyvas: ankstyvas susižavėjimas kuria nors veikla ar polinkis į ją, netikėtai nusišypsojusi proga sužinoti, kaip tai panaudoti, o tuomet – entuziastingas ir sutelktas pasinėrimas į praktiką. Jų tobulėjimą lemia užsispyrimas daugiau treniruotis ir gebėjimas greičiau įsisavinti žinias, o tai kyla iš aistringo troškimo mokytis bei atsidavimo savo sričiai. Šią aistrą galima paaiškinti tam tikra įgimta ir paveldėta savybe – ir tai, beje, nėra nei talentas, nei genialumas, nes jie ugdomi, o stiprus polinkis į konkrečią sritį.

Mūsų polinkiai atspindi asmenybės unikalumą. Šis unikalumas nėra vien romantiška ar filosofinė sąvoka, tai – mokslinis faktas: genetiškai kiekvienas iš mūsų yra savitas; kito tokio žmogaus su identiška genetinė sąranga niekada nebuvo ir nebus. Šis unikalumas atsiskleidžia per įgimtą trauką tam tikrai veiklai ar sričiai. Pavyzdžiui, muzikai ar matematikai, tam tikroms sporto šakoms ar žaidimams, galvosūkiams, meistravimui ir konstravimui arba žodžio menui.

Žmonės, kurių talentas atsiskleidžia vėliau, šį potraukį išgyvena kur kas ryškiau nei kiti. Tai tarsi vidinis pašaukimas, vis išnyrantis mintyse ir sapnuose. Ar atsitiktinai, ar nuolatinių pastangų dėka jie randa savo kelią – veiklą, kurioje gali realizuoti šiuos polinkius. Atsidavimas ir aistra leidžia lengviau išverti sunkumus – abejones, nuobodžias ir varginančias studijų bei praktikos valandas, neišvengiamas nesėkmes ir kandžias pavyduolių replikas. Jie išsiugdo tokį atsparumą ir pasitikėjimą savimi, kad kitiems – tik pasvajoti.

Mūsų visuomenėje įprasta mąstymą ir aukštą intelektą greitinti su sėkme ir pasiekimais. Tačiau emocijos čia vaidina ne menkesnį vaidmenį – būtent nuoširdus įsitraukimas garantuoja meistriškumą: neužtenka tiesiog atlikti savo darbą. Sėkmę garantuoja ne vien protiniai gebėjimai, bet ir užsidegimas, kantrybė, atkaklumas bei pasitikėjimas savimi.

Anksčiau karjeros sritį pasirinkti ir joje sužibėti galėjo tik privilegijuotieji arba žmonės, pasižymėję kone antžmogišku veržlumu ir energija. Žmogus gimdavo karių luome arba būdavo rengiamas valstybės tarnybai, atrenkamas iš tų, kurie priklausė atitinkamai visuomenės grupei. Tik gryno atsitiktinumo dėka jis pasižymėdavo talentu ar aistra savo profesijai. Milijonams žmonių vien dėl jų socialinio sluoksnio, lyties ir etninės grupės dirbti pagal pašaukimą buvo griežtai draudžiama. Net jei jie ir norėdavo atsiduoti savo pašaukimui, kliudė informacijos ir žinių apie konkrečią sritį stoka – jas kontroliavo elitas. Būtent todėl istorijoje yra sąlyginai nedaug Meistrų, o tie, kuriuos žinome, yra taip aukštinami.

Tačiau šiandien šių socialinių ir politinių kliūčių beveik neliko. Mums prieinama tokia informacija ir žinios, apie kurią senovės Meistrai galėjo tik pasvajoti. Dabar turime kur kas daugiau galimybių rinktis širdžiai artimą sritį.

Ir nors žmonija pasiekė istorinį tašką, kai visos galimybės meistriškumui yra atviros, kai vis daugiau žmonių gali rinktis savo kelią, mums teks įveikti dar vieną kliūtį, kuri trukdo atskleisti šį potencialą, – šįkart ji mažiau akivaizdi ir yra pavojingai išsisknijusi kultūroje – pati meistriškumo sąvoka nebevertinama ir yra laikoma savotiška atgyvena, netgi gėda. Meistriškumas nebėra siekiamybė.

Bent menkiausia užuomina apie discipliną ar pastangas atrodo nebepriimtina: „Kam ištisus metus plūktis, jei galia ir taip ranka pasiekiamo? Už mus viską padarys technologijos.“ Tokia pasyvi nuostata netgi įgavo moralinę poziciją: „meistriškumas ir galia yra blogis; tai – patriarchalinio elito teritorija.“

Jei nepasisaugosite, šis požiūris gali nejučia išsikeroti ir jūsų mąstyme. Nesąmoningai nuleisite pasiekimų kartelę, todėl tik minimaliai stengsitės ir laikysitės disciplinos – tiek tikrai neužteks, kad veiktumėte efektyviai. Norėdami pritapti, kitų nuomonės paisysite labiau nei vidinio balso. Rinksitės tokią veiklos sritį, kurią rekomenduos bendraamžiai ar tėvai arba kuri pasirodys pelninga. Paneigę savo pašaukimą, nebūtinai būsite pasmerkti nesėkmei, tačiau ateis laikas, kai entuziazmo stygius grįš bumerangu. Pradėsite dirbti automatiškai. Gyvensite vien dėl laisvalaikio ir trumpalaikių malonumų. Taip tapsite vis apatiškesni, įstrigsite pirmajame – naujoko – lygyje. Bet kokios pastangos atneš tik nusivylimą ir frustraciją, o jūs taip ir nesuprasite, kad problemos šaknys – kūrybinio prado išsižadėjimas.

Atraskite save, kol laikas dar jūsų pusėje, – išnaudokite nepaprastas šio laikmečio galimybes. Reikia suvokti paprastą tiesą: kiekvienas turi tokį mąstymą ir smegenis, kurių yra vertas, – pagal tai, kaip gyvena ir ką daro. Naujausi neuromokslų atradimai paneigia seniai nusistovėjusią nuomonę, kad smegenų struktūrą lemia genetika. Mokslininkai turi įrodymų apie

smegenų plastiškumą – tai reiškia, kad psichinį kraštovaizdį formuoja mūsų mintys. Jie tyrinėja, kokią poveikį kūnui turi mūsų valia ir kiek įtakos mintys turi sveikatai bei fiziologinėms funkcijoms. Visai tikėtina, kad ateityje dar daugiau sužinosime apie mąstymo procesų įtaką gyvenimo dėsningumams ir tai, kad iš tikrųjų esame atsakingi už daugelį mums nutinkančių dalykų.

Pasyvių žmonių psichinis kraštovaizdis yra skurdokas. Kadangi jų patirtys ir veikimo laukas riboti, nenaudojamos smegenų jungtys nunyksta. Pasipriešinkite šių laikų tingumo madai – pasistenkite įvertinti, kiek įtakos savo gyvenimui turite jūs patys, ir ne kvaišalais, o darbais nukalkite tokį mąstymą, kokio trokštate. Pažadinę savyje Meistro mąstymą, atsidursite tarp pirmųjų, tyrinėjančių žmogaus valios galios ribas.



Perėjimą iš vieno intelekto lygmens į kitą galima laikyti savotišku virsmo ritualu. Augant senosios sąvokos ir požiūris praranda savo reikšmę; naujų galių išlaisvinimas yra savotiška iniciacija į aukštesnį pasaulėžiūros lygmenį. „Meistriškumą“ galite laikyti nepamainomu įrankiu arba žemėlapiu, kuris padės susigaudyti šiame virsmo procese. Knyga apima kelionę nuo žemiausių papokų iki pačių aukštumų.

Čia minimos idėjos grįstos išsamiais neuromokslų, kognityvinių mokslų, kūrybiškumo tyrimais, iškilių istorinių Meistrų biografijomis ir pokalbiais su naujųjų laikų Meistrais.

Knygą sudaro šeši skyriai, kurie žingsnis po žingsnio atskleidžia visą procesą. Viskas paprasta. Pirmas skyrius – pati pradžia, jame sužinosite, kaip atrasti savo pašaukimą, Gyvenimo misiją. Antrame–ketvirtame skyriuose aptariami įvairūs

Praktikos aspektai (igūdžių, socialinio intelekto lavinimas ir darbas su mentoriais). Penktas skyrius – apie Kūrybos etapą, o šeštas – apie mūsų pagrindinį tikslą – Meistriškumą. Kiekvienas skyrius prasideda istorija apie legendinę asmenybę, kurios gyvenimas puikiai įkūnija esminę skyriaus mintį. Susipažinę su Meistru, rasite potemę „Meistriškumo paslaptys“. Joje – detali aprašomos fazės analizė, konkrečios išvalgos, kaip pritaikyti žinias savo situacijai, ir patarimai, kur link kreipti mąstymą, kad paverstumėte viziją tikrove. Toliau pateikiamos įvairios strategijos, padėsiančios irtis į priekį. Jos leis dar aiškiau suprasti, kaip pritaikyti knygos idėjas praktiškai.



Svarbu nepamiršti, kad tobulėjimas nėra nuspėjamas procesas, turintis aiškų galutinį tikslą – meistriškumą. Iš dalies visas gyvenimas yra praktika – nepaliaujamai mokomės mokytis. Jei būsite atidūs, visus gyvenimo įvykius priimsite kaip pamokas. Mokydamiesi ko nors naujo lavinate kūrybiškumą, ir tai reikia daryti nuolat, kad palaikytumėte proto tonusą. Lygiai taip pat neužtenka vieną kartą įsivardyti pašaukimą – prie šio klausimo teks reguliariai sugrįžti, kad gebėtumėte prisitaikyti prie naujų aplinkybių.

Meistriškumo siekis įveda jus į gyvenimo ritmą ir priverčia žiūrėti tikrovei į akis. Visa, kas gyva, nuolat keičiasi ir juda. Vos tik nusprendžiate užmigti ant laurų, pasmerkiate save proto atžangai. Jūsų kūrybinės galios, kurioms išlavinti prireikė tiek pastangų, pradeda slopti, ir kiti tai pajunta. Ši galia ir intelektas yra lyg liepsna – jei nuolat nepakurstysite, ji užges.