



فکر کنید

متفاوت فکر کنید

در ستایش نگاه و اندیشه متفاوت

ویژه نامه رایگان وبلاگ یک پزشک برای نوروز سال ۹۱

نویسنده: علیرضا مجیدی

# بنام خدا

## خلاقیت

### متفاوت فکر کنید

در ستایش نگاه و اندیشه متفاوت

ویژه‌نامه رایگان وبلاگ یک پزشک برای نوروز سال ۹۱

نویسنده : علیرضا مجیدی

ویراستار : دکتر فرزانه عبیری

کتاب الکترونیک خلاقیت به صورت رایگان برای استفاده کاربران اینترنت منتشر شده است، هرگونه استفاده بدون اجازه و هماهنگی قبلی از مطالب این کتاب، در نشریات و رسانه‌های آنلاین و کاغذی، موجب ناخشنودی عمیق نویسنده این کتاب خواهد شد. اگر می‌خواهید کتاب را در سایت یا وبلاگ خود قرا بدهید، حتماً به ما به این صورت لینک بدهید: کتاب الکترونیک خلاقیت توسط وبلاگ «یک پزشک» تهیه و منتشر شده است.



## مقدمه ویراستار

هرچند بقیه جانداران تمام و کمال تامین شده‌اند اما انسان، با دست خالی و پای برهنه، بدون هیچ امتیازی برجای مانده است. پس پرومتئوس، سرگشته از اینکه با انسان چه کند تا در آوردگاه هستی حرفی برای گفتن داشته باشد، از آسمان، آتش که مظهر معرفت و رقص دایم و عشق است و خرد و قدرت خلاقه که جوهر موجود در همه هنرها ذکر شده را دزدید و به انسان هدیه داد تا با خرد و خلاقیت انسان آواز، موسیقی، زیبایی، تقارن، تناسب، توازن و قدرت بیافریند. به این ترتیب خلاقیت تحفه‌ای از آسمان است که در برابر تمام امتیازات دیگر جانداران به انسان بخشیده شده است و بی شک رمز دوام و ضامن بقای آدمیست.

اثری که پیش رو دارید نسخه پی دی اف مجموعه مقالاتی است که توسط همکار بزرگوار، آقای دکتر مجیدی، در قالب ویژه نامه نوروز ۱۳۹۰ به رشته تحریر در آمده و اولین بار در سایت شخصی ایشان یعنی «یک پزشک» منتشر شده است.

در این سلسله مقالات، از مناظر متفاوت و جدیدی به مبحث خلاقیت پرداخته شده که خواندن آن را جذاب و دلنشین می‌کند. امید است شما نیز پس از مطالعه این اثر با حقیر هم نظر گردید.

در اساطیر یونان آمده است زمانی که خدای عالمیان، تصمیم به ایجاد عالم خلقت کرد، این را بر عهده خدایان گذاشت. پس از آن که خدایان، فانیان را خلق کردند، به پرومتئوس که نامش به معنی دوراندیشی است (پرو پسوندی است که نشانگر اندیشه قبل از عمل است) و برادرش اپیمتئوس که نامش به معنی نتیجه‌گیری است (اپی به معنی اندیشه پس از عمل است) مأموریت دادند تا به هر مخلوق وسایل زیستن را عطا کنند و بدین منظور جمعی از تمام صفات موجود در عالم را در اختیار این دو برادر قرار دادند. تا پرومتئوس اول اندیشه کند و سپس دست در کار آورد، برادر دیگر یعنی اپیمتئوس بی اندیشه‌ای، دست در کار یازید و آنچه را بود و نبود، در میان مخلوقات تقسیم کرد؛ به بعضی جانداران سرعت و به بعضی قدرت بخشید، به گروه کمی توانایی پریدن و به بعضی زندگی زیرزمینی عطا کرد، خوراک عده‌ای را از درختان و عده‌ای را از ریشه‌ها و گروهی را، دیگر جانداران قرار داد. شیر را شجاعت و بلبل را نغمه و شامه قوی را به سگ بخشید و... و به این ترتیب، هر کس قدرت بقا پیدا کرد.

از آنجا که اپیمتئوس به اندازه کافی خردمند نبود، تمام ذخائر اش را بی‌ملاحظه بین موجودات پخش کرد و نژاد انسان را دست خالی باقی گذارد و نمی‌دانست که با او چه کند. پس از اتمام کار، پرومتئوس که رسید، دید که

# به افتخار دیوانگان - در ستایش نگاه و اندیشه متفاوت



“

هرسال بهار که می رسد و خونی تازه در رگ و پی طبیعت به گردش در آمده و روحی تازه در قامت بیجان درخت که دمیده می شود، تو گویی آدمی هم جانی تازه گرفته و شوری نو در سر دارد. این تجربه مشترک تقریباً همه ماست که در آستانه هر سال تازه، به خود وعده‌ها و قول‌هایی می‌دهیم، مثلاً وزنم را کم خواهم کرد، برنامه‌ریزی کرده و از لحظاتم بهتر و مفیدتر استفاده خواهم کرد، تا می‌توانم کتاب خواهم خواند و ...

”

ببینیم. سال‌ها بعد از آموزگاری دیگر که هیچ وقت به صورت فیزیکی در جوارش نبودم، خاکستری دیدن را یاد گرفتیم، که به گمانم مهمترین آموزه او می‌تواند باشد. چیزی که البته به مذاق مایی که عادت داریم، همیشه سیاه و سفید ببینم خوش نمی‌آید.

هرسال بهار که می رسد و خونی تازه در رگ و پی طبیعت به گردش در آمده و روحی تازه در قامت بیجان درخت که دمیده می‌شود، تو گویی آدمی هم جانی تازه گرفته و شوری نو

جدی گرفته است. چیزی که آموزگار گفت، تنها یک جمله بود در این مایه: البته اشخاصی هم هستند که در این مورد، طور دیگری فکر می‌کنند! این جمله مبدل شد به سرآغاز شک من به اینکه شاید همیشه زاویه نگاه ما در زندگی درست نباشد، شاید لازم که گاهی از زاویه دیگری به رویدادها و مشکلاتمان نگاه کنیم، شاید لازم باشد که گاه خود را جای بقیه بگذاریم، شاید لازم باشد که خشک‌مغزی را کنار بگذاریم و با ذهنی باز همه راه‌حل‌ها و زاویه‌های ممکن را در زندگی

موضوع سخن آموزگارم را در آن روز بازگو نمی‌کنم، شاید خود آن آموزگار هدفی از گفتن آن جمله معترضه در انتهای عبارتی که از روی کتاب درسی می‌خواند، نداشت و هیچ وقت متوجه نشد که یکی از دانش‌آموزانش، حرفش را بسیار

اگر فرصتی پیش می‌آمد، آن آموزگار بی‌ادعای دوران ابتدایی‌ام را پیدا می‌کردم و دقایقی با او در مورد آن روز تأثیرگذار در آن مدرسه محقر صحبت می‌کردم و به او می‌گفتم که در قالب یک جمله، چقدر برای همیشه دیدگاهم را در همه زندگی، «تغییر» داده است.



به یکی از بهترین تبلیغات اپل که به جرأت یکی از بهترین تبلیغات تاریخ هم محسوب می‌شود.

برخلاف تبلیغاتی که ما عادت داریم در نشریات و تلویزیون خودمان ببینیم، شیوه‌های مؤثرتری از تبلیغ هم در کشورهای غربی معمول هستند، یکی از این شیوه‌های درست کردن تبلیغاتی است که بیننده بعد از دیدن آنها به خاطر حس شوخ‌طبعی، نشاط یا شیطنت نهفته در آگهی، حس و حال خوبی پیدا کند و تبلیغ و چیز تبلیغ شده در ذهنش بماند. اما شیوه دیگر تبلیغ، تبلیغاتی هستند که بیننده را با خود درگیر می‌کنند، در این تبلیغات ممکن است هیچ علامت یا ردی از خدمات یا محصولات یک شرکت نباشد، اما تبلیغ به گونه‌ای ساخته می‌شود که ذهن بیننده را دقیق یا حتی ساعات متمادی با خود درگیر می‌کند. به عبارت دیگر این تبلیغات انتزاعی هستند و آنقدر جذاب ساخته می‌شوند که هر کسی مشتاق می‌شود، کشف رمزشان کند. بعد از کشف رمز و فهم مقصود آگهی، کمتر پیش می‌آید که بیننده به هوش آگهی‌ساز آفرین نگوید و تحسینش نکند.

اعتراف می‌کنم که تا پیش از مرگ استیو جابز، آگهی think different را ندیده

خود را پیدا کند و ظرفیت‌های ذهنی خود را ارتقا دهد و در چنین «جامعه»‌ای است که تعاملات، درک متقابل، هم‌فکری و نوآوری‌های زنجیره‌ای، جوی از امید پدید می‌آورند.

در «یک پزشک» حتی وقتی پست‌های ظاهراً سرگرم‌کننده برایتان می‌نویسم، هدف و مقصدی را دنبال می‌کنم، تا به حال دست کم سه پست سرگرم‌کننده نوشته‌ام که در آنها تأکیدی داشتم بر اهمیت زاویه دید، اینکه برای دیدن چیزها باید زوایای مختلفی را امتحان کرد و شهامت آن را داشت. (+ و + و +)

با مقدماتی که گفتم، می‌رسیم به ویدئویی که اصلاً ایده انتشار ویژه‌نامه نوروزی «یک پزشک» به خاطر دیدن همین ویدئوی یک



دقیقه‌ای بود.

به احتمال زیاد در روزهای بعد از فوت استیو

در سر دارد. این تجربه مشترک تقریباً همه ماست که در آستانه هر سال تازه، به خود وعده‌ها و قول‌هایی می‌دهیم، مثلاً وزنم را کم خواهم کرد، برنامه‌ریزی کرده و از لحظاتم بهتر و مفیدتر استفاده خواهم کرد، تا می‌توانم کتاب خواهم خواند و ...

اما فارغ از همه این موارد و پوست‌انداختن‌هایی که به تناسب بهار طبیعت در ذهنمان القا می‌شود و مشتاقشان می‌شویم، خیلی کم پیش می‌آید که به خود وعده «متفاوت دیدن» و «متفاوت اندیشیدن» را بدهیم، تغییری بنیادی که همه تحولات خوب را می‌تواند در برداشته باشد.

ما عادت داریم که از تناقضات، سرخوردگی‌ها، شگفتی‌ها، تنازلات اخلاقی، اینکه روی هیچ کسی نمی‌توانیم حساب کنیم، کسی دیگر به فکر کتاب نیست، در جمع‌های خودمانی شکوه کنیم و در بسیاری اوقات در بحث‌ها و گفتگوها «ناآگاهی جمعی» را دلیل این ناکامی‌ها بدانیم، غافل از آنکه اینکه با اینترنت و این دانشگاه‌های پراکنده در سراسر کشور، این نداشتن دیتای خام نیست که باعث مشکلات می‌شود، مشکلات ما را اینترنت چندگیگابیتی در دسترس برای همه، حل نخواهد کرد، مشکل اصلی ما ایراد در پردازش اطلاعات خام است، مشکل ما دور کردن تعصب‌های ذهنی و

شیوه دیگر تبلیغ، تبلیغاتی هستند که بیننده را با خود درگیر می‌کنند، در این تبلیغات ممکن است هیچ علامت یا ردی از خدمات یا محصولات یک شرکت نباشد، اما تبلیغ به گونه‌ای ساخته می‌شود که ذهن بیننده را دقیق یا حتی ساعات متمادی با خود درگیر می‌کند.

بودم، اما وقتی در یوتیوب جستجو کردم و آگهی را برای اولین بار دیدم. ذهنم به شدت مشغول شد. فکر می‌کنم این آگهی را تا به امروز صد باری دیده باشم.

پرواضح است که انتظار ندارم آگهی‌ای که برای من آنقدر تأثیرگذار و زیبا به نظر باشد،

جابز و در جریان مراسم و بزرگداشت‌هایی که مردم و علاقه‌مندان اپل برای او ترتیب می‌دادند به عبارت think different که به شیوه‌های مختلف در قالب پوسترهایی توسط مردم در فروشگاه‌های اپل نصب می‌شد، برخوردیده‌اید. این عبارت اشاره دارد

پایبندی‌های فیزیکی و ذهنی و پیدا کردن شهامت دیدن از زوایای متنوع است.

در پرتو چنین نگاه‌های متفاوتی است که یک «فرد» می‌تواند آمادگی لازم برای انجام دادن کارهای متفاوت را پیدا کند، انگیزه لازم برای رسیدن به آرزوهای دوران کودکی

دقیقا همین حس را در شما هم برانگیزد. شد که تحقیق کاملی در مورد داستان این آگهی زیبا بکنم. حاصلش پستی است که تا آگهی را ببینید. حسی که آگهی در من ایجاد کرد، باعث کرد.

ترجمه متن آگهی

به افتخار دیوانگان، نخاله‌ها، سرکشان، دردسرسازان، وصله‌های ناجور. آنان که همه چیز را جور دیگری می‌بینند. آنهایی که علاقه‌ای به قواعد ندارند و هیچ احترامی برای وضع موجود قائل نیستند. می‌توان از آنها نقل قول کرد، با آنها مخالفت کرد، از آنها ستایش یا بدگویی کرد. اما تنها کاری که نمی‌توان با آنها کرد، نادیده گرفتن آنهاست، زیرا آنها همه چیز را تغییر می‌دهند، آنها نژاد انسان را به پیش می‌رانند. برخی آنها را دیوانه می‌پندارند، اما آنها را نابغه می‌خوانیم. زیرا کسانی که آن قدر دیوانه باشند که در فکر عوض

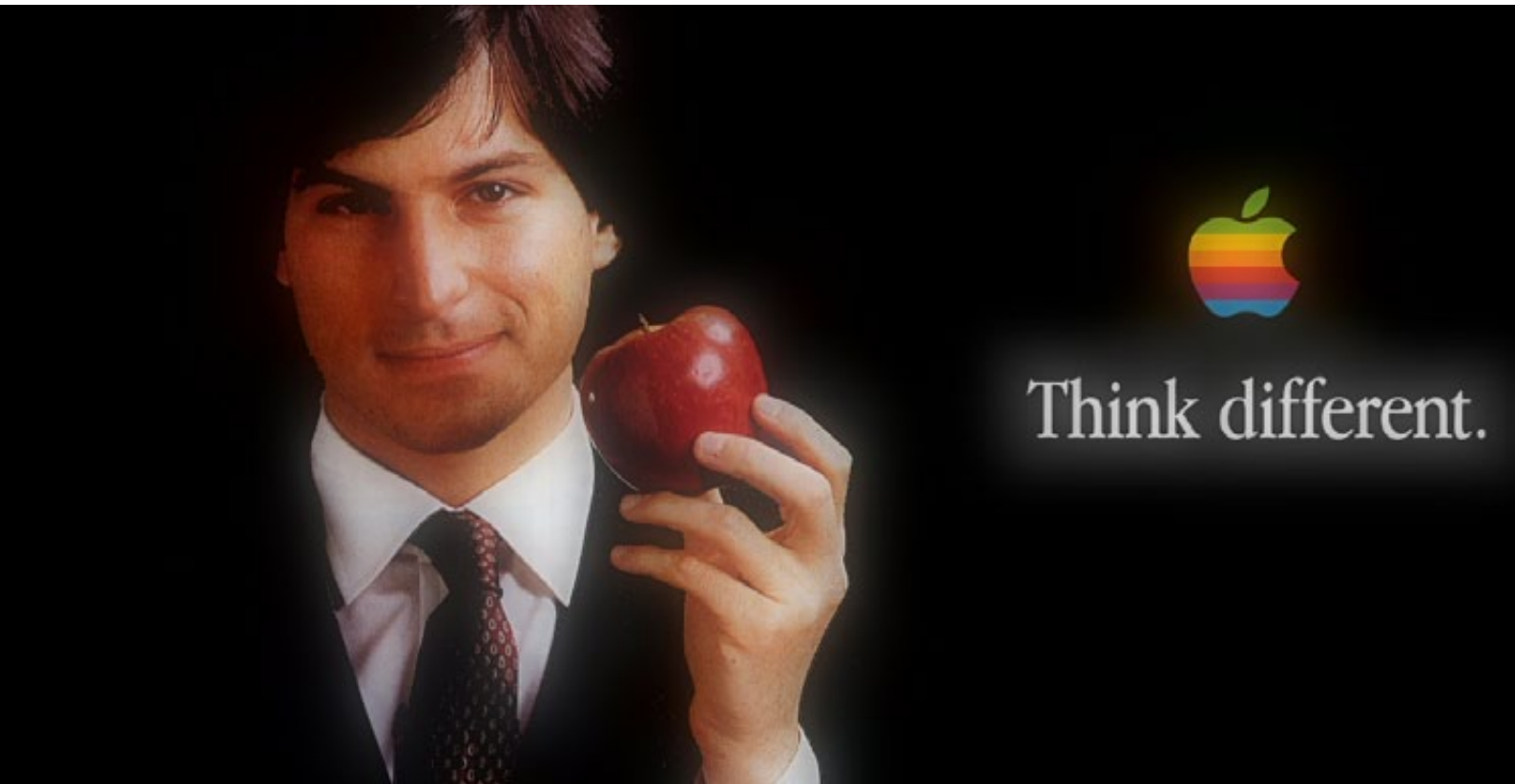


تک نفره را در عرض اقیانوس اطلس انجام داد. در سال ۲۰۰۹، **فیلمی** بر اساس داستان زندگی او با بازی هیلاری سوانک ساخته شد.  
- آلفرد هیچکاک  
- مارتا گراهام: رقصنده آمریکایی  
- **جیم هنسون**: آفریننده مپت‌ها  
- فرانک لوید رایت: معمار، طراح و نویسنده آمریکایی  
- پابلو پیکاسو

آمریکایی  
- توماس ادیسون  
- محمد علی (کلی)  
- **تد ترنر**: بنیان‌گذار شبکه CNN و نخستین شبکه خبری که به صورت ۲۴ ساعته خبر پخش می‌کرد.  
- **ماریا کالاس**: خواننده مشهور سوپرانوی یونانی/آمریکایی  
- ماهاتما گاندی  
- **آملیا ایهارت**: نخستین زنی که پرواز

کسانی که در این آگهی دیده می‌شوند، به ترتیب اینها هستند:  
- آلبرت اینشتین  
- **باب دیلن**  
- مارتین لوتر کینگ  
- **ریچارد برانسون**: تاجر ماجراجوی انگلیسی  
- جان لنون  
- **بوکمینستر فولر**: مهندس، معمار، نظریه‌پرداز سامانه، طراح، مخترع

# متفاوت بیندیش: کارزار تبلیغاتی که شهرت را به اپل بازگرداند



بود، اما او عقل کل این کارزار تبلیغاتی نبود، در حقیقت او در مراحل با تندخویی و عصبانیت با عوامل درگیر در این پروژه برخورد کرد و متن اولیه آگهی را «آشغال» نامید.

راب سیلتنن گرچه به استعداد های جابز اذعان دارد و **سخنرانی استنفورد جابز** را یکی از الهام بخش ترین و آموزنده ترین سخنرانی ها می داند، اما در عین حال به زبان گزنده و خلق و خوی تند و تیز جابز هم اعتراف دارد.

راب سیلتنن عقیده دارد که باید جابز را مثل دیگر افراد خاکستری دید، او جابز را از این لحاظ، آمیزه ای از شخصیت میکلائلث، هنری فورد، جان مک انرو، ماکیاولی و مایس فان در روهه - معمار معروف آلمانی - می داند.

آنجا که خود در بطن حادثه بوده است، این موارد را اصلاح کند. اگرچه جابز در همه جنبه های تجاری اپل و آگهی سازی ها به شدت درگیر و دخیل



Rob Siltanen

در پست قبل آگهی زیبای «متفاوت بیندیش» اپل را دیدید، در این پست، داستان ساخته شدن این آگهی را برایتان تعریف خواهیم کرد:

یکی از کلیدی ترین اشخاص درگیر در کارزار تبلیغاتی «متفاوت بیندیش» شخصی به نام «راب سیلتنن» Rob Siltanen بود. او در نوشته کاملی که چندی پیش منتشر شد، پرده از جزئیات این کارزار تبلیغاتی برداشته است. راب سیلتنن در آن زمان به همراه «لی کلو» مدیریت شرکت تبلیغاتی TBWA/chiat/day را برعهده داشت.

به دنبال انتشار کتاب پرفروش «والتر ایساکسون» در مورد بیوگرافی جابز، او متوجه اشتباهاتی در داستان ساخته شدن آگهی متفاوت بیندیش شد، که لازم دید از

Lemmings با اصرار جابز و همفکرانش پخش شد که این آگهی، با شکست بزرگ مواجه شد.

راهبرد تبلیغاتی اسکالی این بود که در آگهی‌های انتزاعی هم به نوعی خصوصیات و حتی قیمت محصولات آورده شود، در این شیوه تبلیغ به جای اینکه یک تصویر کلی از ایده‌ها و اهداف، به صورت یک آگهی انتزاعی در ذهن بینندگان ماندگار شود، بر دادن اطلاعات جزئی در مورد محصولات تازه تأکید می‌شد.

در راستای چنین راهبرد تبلیغاتی و همچنین سرمایه‌گذاری روی پروژه‌هایی مثل **نیوتون**، اپل رو به سراسیمی سقوط می‌رفت. اپل بر روی نیوتون یک میلیارد دلار هزینه کرده بود، اما در نهایت صاحب محصولی شد که غیرمحبوب بود و سودآور نبود، بین سال‌های ۱۹۹۵ تا ۱۹۹۷، اپل صدها میلیون دلار را به این ترتیب از دست داد و هزاران فرصت شغلی از بین رفت. در همین دوره بود که دومین رئیس اپل

وسیع کار اپل، میزان تمرکز این شرکت را بر تک‌تک محصولات کم کرده بود.

جابز اصلاً از این وضعیت خشنود نبود، به موازات تسلط روزافزون جابز بر اپل، هدف اصلی او بازسازی تصویر اپل در اذهان و در نزد رسانه‌ها بود. در همین راستا بود که او به فکر یک کارزار تبلیغاتی قوی و مؤثر افتاد تا اپل را از این ورطه نجات دهد.

بعد از جدایی جابز از اپل، در ۱۳ سپتامبر سال ۱۹۸۵، اسکالی تغییرات زیادی در اپل ایجاد کرد، یکی از آنها تغییر راهبرد بازاریابی اپل بود. اسکالی و تعدادی از اعضای هیئت مدیره علاقمند به نوعی از روش تبلیغاتی که در **آگهی بازرگانی ۱۹۸۴**



گرچه قدرت راهبری جابز را نمی‌توان انکار کرد، ولی باید دانست که انبوهی از نواخ و آدم‌های بااستعداد در زمان ریاست او بر اپل خود را وقف اپل کرده بودند و باید همواره به نقش کلیدی این افراد پشت پرده، توجه داشت.

### وضعیت شرکت اپل تا پیش از پخش شدن آگهی «متفاوت بیندیش» و اجرایی شدن سیاست‌های جابز:

در بیستم دسامبر سال ۱۹۹۶، یازده سال پس از زمانی که استیو جابز از اپل کنار گذاشته شد، جابز به اپل بازگشت، در آن زمان اپل با مشکلات خاصی روبرو بود. اپل در ماه‌هایی به سر می‌برد که در آن مطبوعات علاقه‌شان را به برند اپل از دست داده بودند، اپل نه تنها از سوی شرکت‌های بزرگ، بلکه از سوی شرکت‌های کوچک‌تر هم تهدید می‌شد، مثلاً یکی از این شرکت‌ها، یک کلون مک به نام **umax S۹۰۰** ساخته بود که با داشتن یک پردازشگر سریع ۲۵۰

“ اپل بر روی نیوتون یک میلیارد دلار هزینه کرده بود، اما در نهایت صاحب محصولی شد که غیرمحبوب بود و سودده نبود، بین سال‌های ۱۹۹۵ تا ۱۹۹۷، اپل صدها میلیون دلار را به این ترتیب از دست داد و هزاران فرصت شغلی از بین رفت ”



اپل نیوتون

اپل نمودار است، نبودند. در حالی که جابز و همفکران او شیفته این نوع آگهی‌سازی بودند. این تبلیغ زیبا در جریان مسابقه فینال لیگ فوتبال آمریکایی - سوپر بول - در سال ۱۹۸۴ پخش شد. در آن زمان جابز و گروهی متشکل از بیل کمپبل، استیو وزنیاک، لی کلاود، توانسته بودند نظرشان را بقبولانند تا آگهی پخش شود. این آگهی یکی از موفق‌ترین آگهی‌های تلویزیونی سراسر تاریخ شد.

البته تبلیغاتی که جابز می‌پسندید، همیشه موفق نبود، مثلاً در سال ۱۹۸۵، تبلیغ

مگه‌رتزی، از «پاورمک» ارزان‌تر و سریع‌تر بود.

در زمان بازگشت جابز به اپل، «مایکل اسپیندلر» متعاقب «اسکالی»، رئیس اپل شده بود، اپل در آن زمان با مشکل عدم تمرکز بر محصولات روبرو بود، این شرکت سعی داشت که محصولاتی با طیف گسترده، متناسب با کاربری آدم‌های عادی و حرفه‌ای بسازد.

گرچه اپل در این زمان هنوز برنده جایزه‌های طراحی محصول می‌شد و معدودی از محصولاتش الهام‌بخش بودند، اما گستره



گرفت که شخصا این مشکل را حل کند و این وظیفه را به زیردستان خود محول نکند. نقطه عطف موفقیت‌های اپل با آگهی متفاوت بیندیش آغاز شد. در جولای سال ۹۷، لی کلو به دفتر راب سیلتنن آمد و به او گفت که باید با هواپیما عازم سن خوزه شوند، و از آنجا با خودرو به کاپرتینو بروند تا با جابز در مورد ساخت آگهی مهمی صحبت کند. این زمان مصادف بود با مدت کوتاهی بعد از بازگشت جابز. لی

مقر اپل مستقر شد و در قسمت تحقیقات و توسعه اپل، شکاف‌هایی ایجاد کرد. تحت این فشارها، آمیلو مجبور شد، تعداد پروژه‌ها را از ۳۵۰ به ۵۰ برساند و بعد جابز این ۵۰ پروژه را به ۱۰ عدد تقلیل داد، او سیستم تولید محصول پیچیده‌ای را که واحدهای مختلف آن دارای همپوشانی‌های در کارکردشان بودند، به یک محیط ساده تبدیل کرد، جابز همچنین پروژه تحقیقاتی را شروع کرد که در نهایت به تولید iMac

بعد از کنار رفتن اسکالی به نام گیل آملیو، تصمیم گرفت با کاهش هزینه‌ها، سود اپل را افزایش دهد و مهم‌تر از آن، شرکت Next را که جابز بعد از ترک اپل بنیان گذاشته بود، بخرد. او شماری از مدیران این شرکت را در موقعیت‌های بالا در اپل به کار گمارد و جابز را به هیئت مدیره و هیئت اجرایی اپل آورد. جابز در بازگشت به اپل از رخوت حاکم در شرکت به ویژه در قسمت توسعه محصولات و بازاریابی ناراحت بود،

## در چهاردهم ژوئن سال ۱۹۹۷، جابز کودتایی علیه آملیو ترتیب داد، او در هیئت مدیره سخنرانی انتقادآمیزی علیه آملیو انجام داد که منجر به ریاست غیررسمی جابز بر اپل شد، او رئیس در سایه شد

امید داشت که chiat/day بتواند آگهی را از اپل بگیرد. در آن زمان این شرکت جایگاه خوبی داشت و جوایز متعددی برده بود، سیلتنن در آن زمان ۳۳ ساله بود. در آن زمان شرکت او به تازگی آگهی خوبی برای نیشان درست کرده بود که آگهی سال لقب گرفته بود. آنها جابز را در اتاق کنفرانس با لباس معمولش ملاقات کردند، آنها که انتظار برخورد گرمی از او داشتند با برخورد رسمی و یک سلام و خوشامدگویی کوتاه روبرو شدند. جابز گفت که اپل در وضعیت بدی گرفتار شده است و اضافه کرد که برای آگهی قبل از آنها با شرکت‌های متعددی ملاقات داشته‌اند. جابز در ابتدا نمی‌خواست آگهی به صورت تلویزیونی باشد و فقط به تبلیغات در مجلات کامپیوتری فکر می‌کرد.

انجامید. اما همه این تغییرات ساختاری عمده قادر به بازسازی وجهه اپل نبود و اپل نسبت به مایکروسافت و IBM کم آورده بود. اپل در این زمان یک شرکت خسته با رؤسای ملال‌آور و محصولات بد بود. در این میان

او در این زمان سودای ریاست بر اپل را در سر می‌پروراند، بیش از همه به خاطر اینکه حس می‌کرد، اپل به او نیاز دارد. در چهاردهم ژوئن سال ۱۹۹۷، جابز کودتایی علیه آملیو ترتیب داد، او در هیئت مدیره سخنرانی انتقادآمیزی علیه آملیو انجام داد



از چپ به راست: استیو ورنیاک، جابز و گیل آملیو

اینجا بود که سیلتنن با حرف‌هایی نظر جابز را عوض کرد: «نیمی از دنیا فکر می‌کنند که اپل خواهد مرد، چند تبلیغ چاپ‌شده در مجلات کامپیوتری سودی برایتان نخواهد داشت. شما باید به دنیا نشان بدهید که اپل

استارت‌آپ‌هایی مثل real و یا هو، عرصه را بیش از پیش بر اپل تنگ کرده بودند. جابز در این زمان وارد میدان شد و تصمیم

که منجر به ریاست غیررسمی جابز بر اپل شد، او رئیس در سایه شد، او در اتاقی در محل هیئت مدیره و دفتری در همسایگی

«متفاوت بیندیش» طعنه‌ای به آگهی IBM هم می‌تواند باشد، شعار تبلیغاتی IBM در آن زمان think IBM بود که کارزار تبلیغاتی IBM برای ThinkPad بود و از آنجا که کریگ، اپل را بسیار متفاوت از IBM می‌دید، الحاق شعارش را با تصاویر مشاهیر دگراندیش ترکیب معرکه‌ای می‌دانست.

لوگوی رنگین‌کمان، تباینی با عکس‌های سیاه و سفید داشت و متفاوت بندیش را برجسته‌تر می‌کرد.

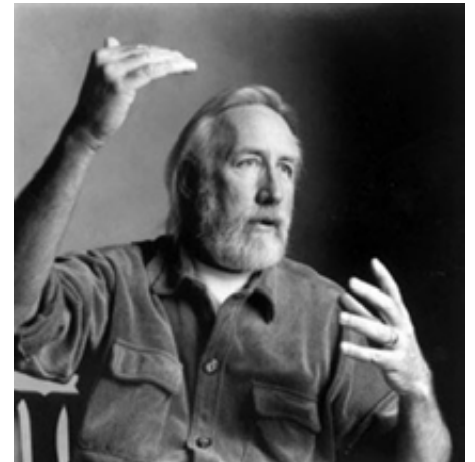
خود جابز هم به پرتره‌های سیاه و سفید بسیار علاقه داشت و دیوار دفتر او در شرکت Next هم مزین به پرینت‌هایی از عکس‌های بزرگان بود، روی دیوار خانه او هم پرتره‌های سیاه و سفیدی از قهرمانان جابز مثل آلبرت اینشتین نصب شده بود، بنابراین ایده تانیماتو پسندیده شد و حالا

است. ارزیابی شرکت chiat/day نشان داد که وضع اپل واقعا وخیم است. هفته بعد اعضای گروه در یک اتاق کنفرانس بزرگ گرد هم آمدند، اتاقی که پر از عکس‌ها و طراحی‌های مدادی ایده‌ها بود. اگر شما فیلم «یک ذهن زیبا» را دیده باشید، می‌توانید این صحنه را تصور کنید، صحنه‌ای که هر سانتیمتر دیوار از بریده‌های نشریات پوشیده شده بود.

در میان ایده‌ها یکی جلوه‌گری می‌کرد: عکس‌های سیاه و سفید از آدم‌های تحول‌خواه و رویدادهای مهم: اینشتین، گاندی، ادیسون و حتی عکسی که در آن مخالفان جنگ ویتنام در لوله‌های تفنگ گل می‌نهادند.

در بالای هر عکس رنگین‌کمانی از لوگوی اپل دیده می‌شد و عبارت متفاوت بیندیش هم روی عکس درج شده بود و به جز اینها

به نیرومندی یک شیر است. شما باید کاری بزرگ‌تر و برجسته‌تر انجام بدهید. شما به تبلیغ تلویزیونی نیاز دارید.»



لی کلو

جابز از سیلتنن و لی ایده خواست، این دو در آن لحظه چیزی برای عرضه نداشتند و برای کار روی یک ایده خوب به شرکت بازگشتند، کارکنان شرکت باید در مدت

در بالای هر عکس رنگین‌کمانی از لوگوی اپل دیده می‌شد و عبارت متفاوت بیندیش هم روی عکس درج شده بود و به جز اینها هیچ چیز دیگری روی این تبلیغ خاص نبود، نه نامی از اپل برده شده و نه هیچ کدام از محصولاتش.

سیلتنن و کلو باید این ایده خام را به فرمت تبلیغ ویدئوی تلویزیونی درمی‌آوردند.

تقسیم کار انجام شد و بعضی از اعضای گروه مشغول کار روی ایده‌های تبلیغ تلویزیونی شدند و بقیه هم مشغول پیدا کردن عکس‌های سیاه و سفید برای تبلیغات مجله‌ای شدند.

کلو و جنیفر گولوب هم کارشان پیدا کردن ویدئوی افراد مشهور بود.

قرار بود تبلیغی ساخته شود که خلق بیننده را بعد از پخش شدنش تغییر بدهد و این کار با حس و حالی که متن و صدا و تصویر بدهد، انجام بدهند.

در مورد آگهی تلویزیونی تصمیم گرفته شد که آگهی یک دقیقه‌ای باشد و در شرکت «لی کلو» یعنی شرکت chiat/day، با

هیچ چیز دیگری روی این تبلیغ خاص نبود، نه نامی از اپل برده شده و نه هیچ کدام از محصولاتش.

کسی که این طرح و ایده را ارائه داده بود، کریگ تانیماتو بود. طرح او در میان انبوه طرح‌های کلاسیک از کامپیوترها از دیگر افراد شرکت می‌درخشید.



طراحی ابتدایی آگهی روی کاغذ

کریگ در مورد طرحش توضیح داد که

کوتاهی ایده خوبی پیدا می‌کردند و آگهی را به چنگ می‌آوردند.

با شروع مذاقه در مورد ایده این حرف مطرح شد که از آنجا که آدم‌های خلاق زیادی از کامپیوترهای اپل استفاده می‌کنند، شاید بشود از این مسئله استفاده تبلیغاتی کرد و آن را دستمایه آگهی قرار داد.

آنها شروع به تحقیق کردند و دریافتند که آدم‌هایی مثل استیون اسپیلبرگ و استینگ جزو مشتری‌های اپل هستند. البته آنها در جریان تحقیقشان به موارد و نظرات بسیار منفی در مورد اپل هم برخوردند.

برخی کامپیوترهای اپل را چیزی بیش از یک اسباب‌بازی نمی‌دانستند، از نظر آنها خرید محصولات اپل، خرید احماقانه از شرکتی است که بازارش در حال تنزل



### ولز در تبلیغ متفاوت بنندیش

نصب بود و با استفاده از نرم‌افزار Adobe

AfterEffect ساخته شد.

ایده به این صورت بسط پیدا کرده بود که

استفاده از مک تهیه شود و جابز همراه با کارمندان بخش بازاریابی، فرایند تولید فیلم را در هر مرحله نظارت کند. در آن زمان یک ارتباط ماهواره‌ای بین دفتر جابز و شرکت chiat/day برقرار شده بود، تا به جای ایمیل کردن فایل‌های فشرده ویدئویی، همه کلیپ‌ها به صورت کامل، قابل مشاهده باشد. به شرکت تبلیغاتی chiat/day هفده روز وقت داده شود. آنها در این مدت می‌بایست علاوه بر آماده کردن آگهی تلویزیونی، بیلبوردهایی برای مراکز خرید بزرگ شهرهایی مثل لوس‌آنجلس و نیویورک هم آماده می‌کردند. فرصت خیلی کم بود و تصور می‌شد که برای چنین تبلیغ سرنوشت‌سازی، باید زمان بیشتری داده شود.

یکی از مشکلات پیش رو، خرید کپی‌رایت استفاده از تصاویر مشاهیر بود و اینجا بود که جابز خیلی سودمند واقع می‌شد، از جمله این مشاهیر «جون باز» Joan Baez بود که زمانی دوست‌دختر جابز بود! باز خواننده مشهوری است که بیشتر به سبب فعالیت‌هایش در زمینه حقوق بشر، صلح و محیط زیست شهرت دارد. فرد مشهور دیگری که قرار شد در آگهی از چهره او استفاده شود، هنرمندی به نام «یوکو اونو» بود که همسر جان لنون بود.

در حالی که «کلو» به عنوان یک تبلیغاتچی نمی‌توانست این بزرگان یا خانواده آنها را راضی کند، جابز به شهرتی که در مقام

“ یکی از مشکلات پیش رو، خرید کپی‌رایت استفاده از تصاویر مشاهیر بود و اینجا بود که جابز خیلی سودمند واقع می‌شد، ”

در طول تاریخ روشن‌بینان واقعی به صورت متفاوت فکر می‌کنند و این اپل است که از ابزارهای مورد نیاز این افراد را می‌سازد. متن اولیه تبلیغ این بود: افرادی هستند که دنیا را به صورتی متفاوت

ایده اولیه این بود که از **ترانه دیوانه seal** استفاده شود و مخصوصاً آن قسمت از ترانه که می‌گوید ما بدون اندکی دیوانگی و شیدایی، نمی‌توانیم به بقایمان ادامه دهیم. **(متن ترانه)**

یکی از مشهورترین آدم‌های عرصه کامپیوتر داشت، می‌توانست خیلی ساده رضایت افراد را جلب کند. تبلیغ تلویزیونی با استفاده از یک سیستم AVID 4000 که سیستم مک روی آن

بشر پر است از اشتیاق. شاعری، زیبایی، عشق و عاشقی، اینها چیزهایی هستند که بر آنها زنده می‌مانیم. زمانی که نمایشنامه مستحکمی پخش می‌شود و شما را به فکر شعر گفتن می‌اندازد، شعر شما چه می‌تواند باشد.»

سیلتنن نزد جابز جملات کوتاهی از فیلم را نقل کرد و جابز گفت که او هم این فیلم

که زمانی که ویدئو کوتاه می‌شد، ترانه به کلی قدرتش را از دست می‌داد. به علاوه مشکلات کی‌رایت هم در میان بود. گروه تبلیغاتی نزد جابز رفتند تا بگویند که نمی‌شود از ترانه دیوانه CRAZY استفاده کرد. درست همین جا بود که سیلتنن فیلم **انجمن شعرای مرده** را به یاد آورد، در این فیلم که رابین ویلیامز در آن بازی می‌کند

می‌بینند، آنها به چیزها به شیوه‌ای تازه نگاه می‌کنند، آنها می‌آفرینند، اختراع می‌کنند و تخیل می‌کنند، ما ابزارهای این افراد را می‌سازیم. چون در حالی که برخی این افراد را دیوانه می‌پندازند، ما متوجه نبوغ آنها می‌شویم.

در این قسمت باید تصاویر محو می‌شوند و لوگوی اپل همراه با شعار تبلیغاتی متفاوت

شهامت خارج شدن از گود مبارزه و پیدا کردن آوردگاه‌های تازه را داشته باشید. برخلاف آن چیزی که ممکن است هر کسی به شما بگوید، کلمات و ایده‌ها دنیا را عوض می‌کنند.

را دیده است و رابین ویلیامز هم یکی از دوستان اوست.

سیلتنن قول داد که مشابه فیلم، متنی با همین مفهوم و صلابت بنویسد و هفته بعد ارائه کند.

سیلتنن یک شبانه‌روز کامل روی ایده کار کرد، ابتدا و انتهای متن را مشخص کرد: تقدیم به آدم‌های دیوانه، اینانند نامتجانس‌ها، مشکل‌سازها، آدم‌هایی که دنیا را متفاوت می‌بینند.

و بخش انتهایی: آدم‌هایی که به حد کافی دیوانه هستند که باور توانایی تغییر دنیا را داشته باشند، همانهایی هستند که حقیقتا از عهده این کار برمی‌آیند.

سکانسی وجود داشت که تأثیر زیادی روی سیلتنن گذاشته بود:

«ما باید به صورت مداوم به چیزها به شیوه‌ای متفاوت نگاه کنیم، همان موقعی که تصور می‌کنید چیزی را می‌دانید باید نگاهی متفاوت به این دانسته خود بیفکنید. شهامت خارج شدن از گود مبارزه و پیدا



کردن آوردگاه‌های تازه را داشته باشید. برخلاف آن چیزی که ممکن است هر کسی به شما بگوید، کلمات و ایده‌ها دنیا را عوض می‌کنند.

ما به خاطر جالب بودن شعر نمی‌سراییم و

بیندیش ظاهر می‌شد.

ویدئوی اولیه دو دقیقه‌ای بود و باید قبل از ارائه به جابز به ۶۰ ثانیه تقلیل می‌یافت. ولی مشکل اینجا بود که نمی‌شد ترانه و متن را با هم در این آگهی ۶۰ ثانیه‌ای جای داد شد.

قرار شد که کلو، کار مهم ارائه ایده اولیه را به جابز برعهده بگیرد. نظر اولیه جابز این بود که علیرغم ایده بسیار خوب، تصور مردم مبنی بر خودخواه بودن جابز و همراه شدن تصاویر نوابغ با اپل در این آگهی، جو منفی‌ای ایجاد خواهد کرد.

اعضای شرکت تبلیغاتی بعد از این نظر جابز سکوت کردند، آنها هیچ تبلیغ جایگزین دیگری برای اپل در کیسه نداشتند، اما لحظاتی بعد جابز خیال آنها را راحت کرد و با ایده تبلیغ موافقت کرد. شرکت موفق شده بود آگهی را جذب کند.

نخستین مشکل الحاق ترانه CRAZY گروه

تقدیم به آدم‌های دیوانه، اینانند نامتجانس‌ها، مشکل‌سازها، آدم‌هایی که دنیا را متفاوت می‌بینند.

درخشانی دارند، اما مانند اپل گاهی برچسب‌های ناجور به آنها می‌خورد. زمانی

شعر نمی‌خواهیم، بلکه به خاطر اینکه به نوع بشر تعلق داریم، این کار را می‌کنیم. نوع

seal به بدنه آگهی بود. ترانه مفاهیم خوبی به ویدئو اضافه می‌کرد، اما مشکل این بود

هنکس هم برای خواندن متن در نظر گرفته شده بودند، سرانجام این ریچارد دریفوس بود که متن را خواند. **(این آگهی را با صدای جاز ببینید!)**

ریچارد دریفوس هنرپیشه سرشناس برنده اسکاری است که او را به واسطه بازی در فیلم‌هایی مثل آرواره‌ها، برخورد نزدیک از نوع سوم و Goodbye girl می‌شناسیم



**ریچارد دریفوس در Goodbye girl**

که بازی در فیلم آخر، برای او اسکار سال ۷۷ را به ارمغان آورد. دریفوس متن را با آهستگی و با تأکید خاصی خواند، طوری که تک‌تک کلمات با صدای او اهمیت یافتند.

سیلتنن سرخورده شد، در شرایطی که روح و قلب خود را بر سر این کار گذاشته بود، جابز نه‌تنها استقبالی از متن او نکرده بود، بلکه به شدت به او تاخته بود.

متن اولیه که به متن اصلی نزدیک است این بود:

«به افتخار آدم‌های دیوانه

اینپایند آدم‌های نامتجانس، شورش‌ها، دردسرسازان، اینها آدم‌هایی هستند که دنیا را متفاوت می‌بینند.

آنها کسانی هستند که اختراع می‌کنند، تصور می‌کنند و می‌آفرینند.

آنها کسانی هستند که نوع بشر را به پیش می‌برند، در حالی که برخی، آنها را دیوانه می‌پندازند، ما نبوغ را در آنها می‌بینیم.

زیرا آدم‌هایی که به اندازه کافی دیوانگی دارند که باور داشته باشند توانایی تغییر دنیا را دارند، درست همانهایی هستند که از عهده این کار برمی‌آیند.»

سیلتنن سرخورده به شرکت بازگشت، نوشتن متن باید به شخص دیگری سپرده می‌شد. در همین زمان شرکت نویسندگان دیگری را داخل و خارج شرکت برای نوشتن متن در نظر گرفت، یکی از این اشخاص کن سگال بود، او روزی به ملاقات سیلتنن آمد و گفت با تغییراتی اندک در متن موافقت ضمنی جابز را گرفته است، جابز متن‌های دیگر را دیده بود و هیچ کدام از آنها

رالف والدامرسون - شاعر و مقاله‌نویس معروف نیمه قرن نوزدهم - هم گفته بود: بزرگ بودن مترادف است با درست درک نشدن.

مارتین لوترکینگ قبل از اینکه در دنیا به عنوان قدیس شناخته شود، یک آدم دردسرساز تصور می‌شد. «تد ترنر» زمانی که قصد داشت، کانال خبری ۲۴ ساعته به راه بیندازد، به استهزاء گرفته می‌شد. اینشتین هم زمانی چیزی بیشتر از آدمی با ایده‌های عجیب تصور نمی‌شد.

به شیوه‌ای مشابه در سال ۱۹۹۷، اپل هم به صورت یک سازنده اسباب‌بازی دیده می‌شد که فقط عده کمی از آدم‌های خاص که می‌خواهند سیستم عامل متفاوت از بقیه داشته باشند، به آن رو می‌کردند.

سیلتنن تصور می‌کرد که با آگهی‌اش موجب تجدید نظر آدم‌هایی می‌شود که چنین نگاهی به اپل دارند و به آنها یادآوری می‌کند که دگراندیشی چیز خوبی است.

در حالی که سیلتنن خطوط اول و آخر را مشخص کرده بود، تقلای او نوشتن سطرهای میانی بود. این قسمت باید علاوه بر القای مفاهیم کلی مورد نظر با ویدئوی اشخاصی که پخش می‌شد، ارتباط برقرار می‌کرد.

سرانجام سیلتنن متن را نوشت، این متن به صورت صدا روی ویدئو گذاشته شد. ویدئو

زمانی رالف والدامرسون - شاعر و مقاله‌نویس معروف نیمه قرن نوزدهم - گفته بود: بزرگ بودن مترادف است با درست درک نشدن.

سرانجام آگهی پخش شد و آنقدر از آن استقبال شد که تا مدت‌ها سوژه صحبت عوام و خواص بود.

برای مایی که سال‌ها پس از پخش این آگهی از مسیر تحول و موفقیت اپل آگاهی داریم، روشن است که این آگهی چقدر در

راضی‌اش نکرده بود.

حالا که متن آگهی آماده شده بود، آنها باید کسی را پیدا می‌کردند که با صدایی تأثیرگذار متن را بخواند، انتخاب اول رابین ویلیامز بود، اما او موافقت نکرد. در شرایطی که در بازه زمانی کوتاهی جابز و حتی تام

برای جابز، نمایش داده شد. اما جابز به شدت از متن ناخشنود بود و آن را آشغال قلمداد کرد. جابز گفت که کاش نویسندگانی از انجمن شعرای مرده یا نویسندگانی واقعی بودند و می‌توانستند متن خوبی برای این آگهی بنویسند.

” بر طبق توافقات انجام شده، به همه افرادی که از تصویر آنها استفاده شده بود یا به وراث و خانواده آنها پول یا تجهیزات کامپیوتری برای اهدا به خیریه‌ها و سازمان‌ها غیرانتفاعی داده شد.“

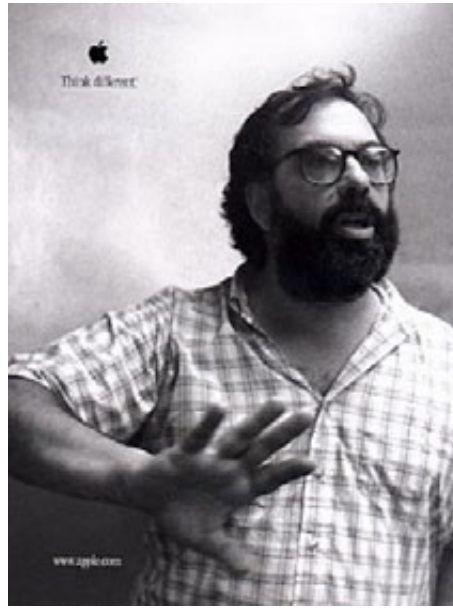
بود و برخلاف آگهی‌های معمول شرکت‌های کامپیوتری، در این نسخه آگهی هم از تصویر مک یا محصولات دیگر اپل استفاده نشد و آگهی‌ها به جای اینکه مطابق شیوه معمول به نشریات کامپیوتری داده شوند به مجلات مد و نشریه‌های عامه‌پسند داده شدند.

علاوه بر آگهی تلویزیونی «متفاوت بیندیش»، بین سال ۹۷ تا ۹۸، تصویر ۲۹ شخصیت مشهور در قالب پوسته‌های تبلیغاتی درآمد: آدم‌هایی مانند جان هوستون، فرانک کاپرا، اورسون ولز، فرانسیس فورد کاپولا، ریچارد فاینمن و فرانک سیناترا.

نکته حاشیه‌ای جالب این آگهی ایراد گرامری است که به عبارت Think Different وارد است، Different قید نیست و باید به صورت differently می‌آمد، اما گویا برخی هم مثل فرهنگنامه Merriam-Webster کاربرد Different را به صورت قید به رسمیت می‌شناسند.

منابع: ویکی‌پدیا - فوربس و +

بخشی از آن مدیون آگهی بود.



کاپولا در تبلیغ متفاوت بیندیش

پس از آن **آی‌مک** وارد بازار شد، کامپیوتری که طراحی انقلابی داشت و یکی از پر فروش‌ترین تاریخ شد. کسی چه می‌داند شاید اگر این آگهی نبود، خیلی‌ها به جای انقلابی قلمداد کردن آی‌مک، آن را یک اسباب‌بازی دیگر معرفی می‌کردند! آگهی آنقدر خوب بود که توانست برنده جوایز متعددی شود.

یکی از نکات جالب این تبلیغ این بود که قرار شده بود هیچ نشانی از محصولات اپل در این تبلیغ نباشد.

بر طبق توافقات انجام شده، به همه افرادی که از تصویر آنها استفاده شده بود یا به وراث و خانواده آنها پول یا تجهیزات کامپیوتری برای اهدا به خیریه‌ها و سازمان‌ها غیرانتفاعی داده شد.

نسخه چاپی و بیلبرد آگهی‌ها هم بی‌نظیر

آن زمان برای اپل سرنوشت‌ساز بوده است. اما در زمان پخش، همه نظر مثبتی در مورد آگهی نداشتند، مثلاً لس‌آنجلس تایمز نوشت که خیلی جالب است که آگهی با گروهی از آدم‌های مرده ساخته شده است و از این نظر آگهی متناسب با اپل است، چون اپل هم به زودی برند مرده‌ای خواهد بود. اما در میان توده مردم، آگهی واقعا تأثیرگذار بود، مردم تا مدت‌ها در مورد برندی صحبت می‌کردند که مدتی بود از دامنه توجه‌شان دور شده بود، اپل در آن زمان شیر نبود، اما تصور شیر بودن را ایجاد کرده بود و توانسته بود نظرها را عوض مند. بله! جابز خودش این آگهی را خلق نکرد، اما فرمان اجرای آن را در قوتی مناسب صادر و حامی آگهی شد.

زمانی که آگهی بخش شد، اپل هیچ محصول تازه‌ای نداشت که وارد بازار کند، اما همین آگهی موقعیت اپل را تقویت کرد و در عرض ۱۲ ماه ارزش سهام اپل سه برابر شد که



# چرا ناخودآگاهانه از ایده‌های خلاقانه می‌ترسیم؟



بیابیم؟ آیا انجام آنها عملی است؟ اگر اشتباه کنیم، چه می‌شود؟ و ... کلا ما از عدم اطمینان خوشمان نمی‌آییم و دوست داریم از این حالت بگریزیم. متأسفانه در جریان روند خلاقیت از آنجا که ما باید کاری را انجام بدهیم که قبلا انجام نشده، نوعی عدم اطمینان ذاتی وجود دارد. ما دوست داریم که به صورت عادت‌ی تصمیم‌گیری کنیم و انتخاب‌هایی کنیم که به نظرمان عملی‌تر می‌آیند.

+

خواستار ایده‌های خلاق هستند، شواهد نشان می‌دهند که به سبب محبوبیت نهانی پیروی از روتین‌ها و هم‌رنگی با جماعت، اندیشه‌های خلاق طرد می‌شوند. در تحقیقی که در سال ۲۰۱۱ انجام شد، پژوهشگران پی بردند که گرچه ممکن در مقام حرف مردم خلاقیت را بستانند، اما به صورت ناخودآگاه، فکر دیگری در مورد خلاقیت دارند و درست مثل اندیشه‌های نژادپرستانه که به صورت مخفی در ذهن ما آشیانه دارند، ما در نهان نسبت به خلاقیت مقاومت داریم.

در جریان تحقق یادشده، مولر و همکارانش دریافته‌اند که عدم اطمینانی که فکر کردن در مورد خلاقیت در سر مردم ایجاد می‌کند باعث می‌شود که اندیشه‌های منفی در مورد خلاقیت در سرشان ایجاد شود و آنها را از پیروی کردن از ایده‌ها باز می‌دارد. این تحقیق تأییدکننده این مسئله است که مردم به خاطر افزایش حالت عدم اطمینان که ایده‌های خلاقانه ایجاد می‌کند، میانه‌ای با این ایده‌ها ندارند و ناخودآگاه چنین تفکری در ذهن مردم شکل می‌گیرد:

ما می‌دانیم که چگونه کارهایی را که قبلا عادت به انجام دادنشان داشتیم، انجام بدهیم. چیزهایی جدید مرموز و مبهم هستند. چگونه می‌توانیم به آنها دست

آیا جامعه واقعا برای خلاقیت ارزش قائل است؟ ممکن است مردم به ما بگویند که جامعه عاشق آدم‌های خلاق با ایده‌ها و راه‌حل‌های نوآورانه است، اما آیا واقعا این طور است؟

شاید خودتان تجربه کرده باشید که معلم‌ها چندان میانه‌ای با دانش‌آموزان خلاق ندارند. در تحقیقی هم که در سال ۱۹۹۵ انجام شد، همین مطلب اثبات شد. البته شاید این مسئله به خاطر باشد که دانش‌آموزان خلاق، عموماً سرکش‌تر هستند و دوست ندارند از قوانین روتین تبعیت کنند.



اما این مسئله تنها منحصر به مدرسه‌ها نیست، در صنعت، اقتصاد و دانشگاه‌ها هم وضعیت مشابهی حکم‌فرماست، مثلا در حالی که رؤسای سازمان‌ها می‌گویند که

# چرا خواب آلودگی می‌تواند آدم را خلاق‌تر کند؟!



“

آدم‌های عادی می‌خواهند با شیوه روتین حل مسئله، یک معادله دوقسمتی را حل کنند و بیشتر روی خود اعداد رومی تمرکز می‌کنند، اما آدم‌هایی که آسیب مغزی دارند، اجباری برای حل مسئله به شیوه روتین در خود نمی‌بینند، پس روی علائم، درست به اندازه اعداد تمرکز می‌کنند.

”

بباید این مسئله کوچک را با هم حل کنیم.

در عبارت زیر شما حق دارید که فقط با جابجا کردن یک خط، معادله را درست کنید.

$$IV = III + III$$

متوجه شدید؟ خیلی ساده است، کافی است که I را از سمت چپ به سمت راست بیاورید تا IV، تبدیل به VI شود.

۹۲ درصد مردم به سادگی این مسئله کوچک را حل می‌کنند، اما جالب است بدانید که ۹۰ درصد بیماران هم پیش‌پیشانی یا prefrontal مغزشان هم آسیب دیده و طبعاً دچار آسیب شدید توجه و تمرکز هستند، می‌توانند این مسئله را حل کنند.

حالا بباید مسئله را مشکل‌تر کنیم. این بار

این مسئله را حل کنید:

$$III = III + III$$

خوب، اگر این مسئله را نمی‌توانید مثل قبلی به سرعت حل کنید، نگرانی ندارد، به خصوص اگر بدانید فقط ۴۳ درصد آدم‌های عادی قادر به حل این مسئله هستند.

اما جالب است بدانید که ۸۲ درصد بیماران دچار آسیب مغزی‌ای که بیشتر اشاره کردم، می‌توانند این مسئله را حل کنند!

چرا این طور است، چرا یک آسیب مغزی، عملکرد بیماران را در این مورد خاص بهتر می‌کند؟

پاسخ در نحوه حل مسئله نهفته است. برای حل مسئله باید با جابجا کردن یکی از خطوط علامت + آن را به علامت = تبدیل کرد تا معادله  $III = III = III$  شکل بگیرد.

آدم‌های عادی می‌خواهند با شیوه روتین حل مسئله، یک معادله دوقسمتی را حل کنند و بیشتر روی خود اعداد رومی تمرکز می‌کنند، اما آدم‌هایی که آسیب مغزی دارند، اجباری برای حل مسئله به شیوه روتین در خود نمی‌بینند، پس روی علائم، درست به اندازه اعداد تمرکز می‌کنند، به شکل متناقضی این بیماران که مشکل ادراکی دارند، نمی‌توانند جستجوییشان را فقط محدود روی اعداد کنند، و طیف بیشتری از انتخاب‌ها را دارند و طبعاً می‌توانند خیلی راحت‌تر مسئله را حل کنند!

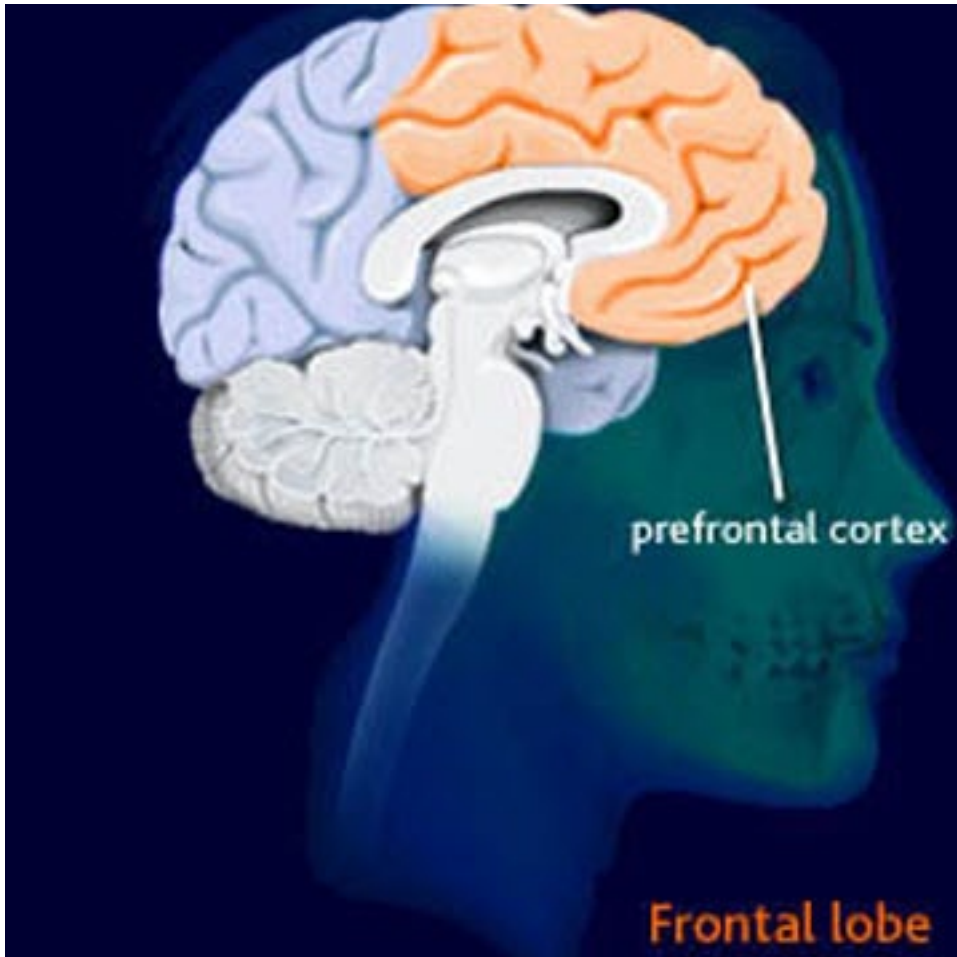
خب! مقصود من از چیزهایی که در بالا گفتم این نیست که چکشی بردارید و به قشر پیشانی مغزتان آسیب بزنید تا خلاق‌تر



بشوید. مقصود من این بود که هدایت حیطة توجه و تمرکز، بخشی ضروری در فرایند هوش، نبوغ و خلاقیت است و اگر مغز ما بتواند از اطلاعات بی‌ربط، پاسخ‌هایی برای مشکلات پیدا کند، ما قادر به حل

سؤالات نیازمند نوآوری، موفق‌تر بودند. بهتری داشتند. به این ترتیب دانشجویهای خواب‌آلود این تحقیق، درست مثل بیماران دچار آسیب مغزی، از ناتوانی در تمرکز سود می‌بردند! ذهن آنها سازمان‌بندی نداشت و خواب‌آلود

همان طور که انتظار می‌رفت، بیشتر دانشجویها شب‌بیدار و جغدهای شب بودند، طوری که شرکت در کلاس‌های ۹ صبح برایشان عذاب‌آور بود.



مسائلی می‌شویم که دیگران قادر به حل آنها نیستند.

به تازه گی نتایج تحقیقی که به رهبری ماریک ویث Mareike Wieth در کالج البیون انجام شده بود، بازتاب زیادی در اینترنت پیدا کرده بود. در این تحقیق از ۴۲۸ دانشجو خواسته شد که عادات و اعمالی را که در ۲۴ ساعت شبانه‌روز انجام می‌دهند بنویسند و بگویند که در صبح یا عصر خلاق‌تر یا هشیارتر هستند. همان طور که انتظار می‌رفت، بیشتر دانشجویها شب‌بیدار و جغدهای شب بودند، طوری که شرکت در کلاس‌های ۹ صبح برایشان عذاب‌آور بود.

در مرحله بعد تحقیق، محققان مسائلی را به دانشجویها دادند، حل کردن نیمی از این معماها، نیاز به یک بینش خلاقانه داشت. نیمی دیگر از مسائل، مسائل استاندارد و مثل سؤالات جبری بودند. این مسائل نیازی به بینش خلاقانه نداشتند، و حل آنها نیاز به تمرکز روتین داشت.

به دانشجویها برای حل مسئله، ۴ دقیقه فرصت داده شد، از نیمی از دانشجویها صبح ساعت هشت و نیم، امتحان گرفته شد و از نیمی دیگر ساعت پنج عصر.

شاید تعجب کنید، اما دانشجویهایی که صبح امتحان داده بودند و انتظار داشتیم که با توجه به خواب‌آلودگی مفرط، نتوانند پاسخ سؤالاتی خلاقانه را بدهند، در پاسخ به

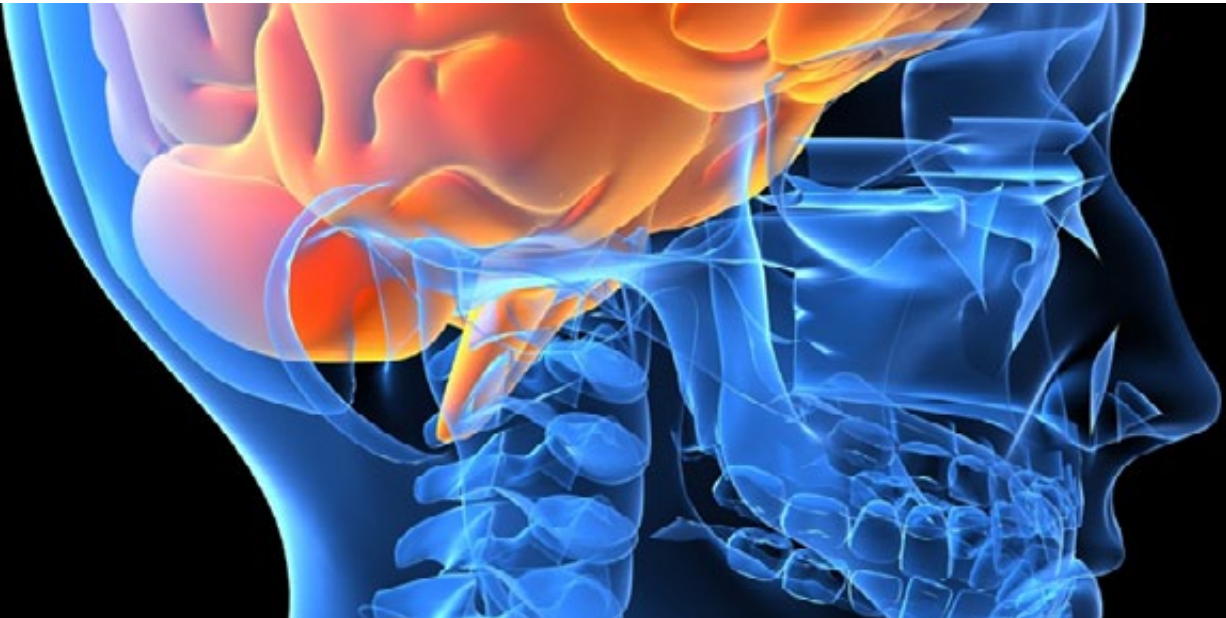
بود و آنها ناخودآگاه راه‌هایی را که در شرایط معمول از آنها صرف‌نظر می‌کردند، پی می‌گرفتند و به پاسخ سؤالات می‌رسیدند. اما در یک تحقیق جالب در دانشگاه ایلینویز شیکاگو، دانشجویهای مست و دانشجویهای هشیار با هم مقایسه شدند. به این دانشجویها تعدادی چیستان داده شد تا حل کنند. این بار هم نتیجه به دست‌آمده جالب بود، دانشجویهای مست، ۳۰ درصد عملکرد

باعث تقویت تخیل می‌شود. البته پیداست که این تحقیقات پیشنهاد نمی‌کنند که با خواب‌آلودگی و ولنگاری، خلاقیت خود را تقویت کنید، بلکه بر اهمیت نگاه متفاوت از زوایای متفاوت برای حل مشکلات و مسائل تأکید می‌کنند.

منبع

## یک تحقیق جنجالی:

### آیا می‌توانیم با تحریک الکتریکی مناطق خاصی از مغز خلاق‌تر شویم؟!



«همه آتش‌های روح و کارهایم خودبخود توسعه می‌یابند، آنها روشمند تعریف می‌شوند، هر چند ممکن است طول بکشد، به صورت کامل در برابرم می‌ایستند و در ذهنم تکمیل می‌شوند، طوری که می‌توانم با یک نگاه، به مانند دیدن یک نقاشی خوب یا مجسمه زیبا، در آنها سیاحت کنم.»

ولفگانگ آمادئوس موزارت

الکتریسیته! به تازگی دو دانشمند به نام چای Chi و اسنایدر، [مقاله‌ای](#) منتشر کرده‌اند. عنوان مقاله آنها این است: تسهیل بینش به یاری تحریک غیرتهاجمی مغز! آنها در این مقاله ادعا کرده‌اند که با تحریک بخش گیجگاهی قدامی مغز در نیمکره راست همزمان با مهار بخش مشابه در نیمکره چپ می‌توان همان لحظات «آهان» را ایجاد کرد و به افراد کمک کرد تا با بینشی تازه به حل مسئله بپردازند! بخش گیجگاهی قدامی، قسمتی است که وظیفه تشخیص و ترجمه طرح‌های بینایی

اگر کسی این لحظات را تجربه کرده باشد، می‌داند که چه میزان این لحظات می‌توانند اعتیادآور باشند، در این لحظات ما پر از ایده هستیم، ایده‌ها در این لحظات خود را به ما دیکته می‌کنند تا ما از روی آنها نسخه‌برداری کنیم. در این لحظات ما در یک بهشت ذهنی هستیم. اما آیا می‌توان با کمک دانش به صورت مصنوعی مغز را به این دوره‌های شکوفایی برد؟ جالب است بدانید که به تازگی دانشمندان ادعا کرده‌اند که راهی برای القای این وضعیت یافته‌اند، آن هم با کمک جریان

در جملات بالا موزارت تجربه شناختی خود را در هنگام تولید بزرگ‌ترین آثار هنری‌اش، توصیف کرده است. این لحظات ناب را می‌توان خیلی ساده و خودمانی، همان‌لحظاتی دانست که ما با شوق یافتن پاسخ چیزی «آها» می‌گوییم، لحظاتی که هر چیزی سریع رخ می‌دهد و به ناگاه همه چیز با هم جفت و جور می‌شود تا یک ایده را بسازند، این ایده‌ها گاهی از هیچ جایی مشتق نمی‌شوند و واقعا خلق می‌شوند. این لحظات را همچنین می‌توان، لحظات بینش نامید، این لحظات اوج فرایند خلاقیت هستند.

را برعهده دارد. نمی‌گرفت، در این گروه تظاهر می‌شد که نبوده است. مغز تحریک می‌شود. این گروه در واقع گروه در گروه دوم، سمت چپ تحریک و قسمت شاهد تحقیق بودند و برای این در تحقیق راست مهار می‌شد و در گروه سوم به صورت گنجانده شده بودند که مشخص شود کاهش معکوس قسمت راست مهار و قسمت چپ یا افزایش ظرفیت فکری، ناشی از آثار روانی تحریک می‌شد.

اما در بخش چپ این قسمت کار متفاوتی می‌کند و باعث می‌شود ما بر فرضیات و تصورات قبلی خود تکیه کنیم و بنابراین مهار قسمت چپ، باعث می‌شود از تجربیان و پیش‌فرض‌های قبلی خود رهایی یابیم.



نیمکره راست، باعث ایجاد بینش و معنای تازه می‌شود. اما در نیمکره چپ این قسمت کار متفاوتی می‌کند و باعث می‌شود ما بر فرضیات و تصورات قبلی خود تکیه کنیم و بنابراین مهار قسمت چپ، باعث می‌شود از تجربیان و پیش‌فرض‌های قبلی خود رهایی یابیم.

به صورت مختصر و مفید، این دو محقق می‌گویند که شما اگر قسمتی از مغز را مسئول ایجاد ایده است، تحریک کنید و قسمتی از مغز را که باعث تکیه شما بر نظریات قبلی است، مهار کنید، مغز شما آزاد می‌شود و می‌توانید راه‌حل‌های جایگزین را ببینید.

آیا چنین چیزی ممکن است. آیا ما می‌توانیم به این صورت تبدیل به یک داوینچی شویم یا دست‌کم هر وقت در حل مسئله‌ای گیر کردیم، از این شیوه استفاده کنیم؟ بگذارید اول روش انجام این تحقیق جالب را برایتان توضیح بدهم، تحریک الکتریکی مغز در این آزمایش با جریان الکتریکی برقی که یارای عبور از استخوان جمجمه را داشت یا tDCS صورت گرفت، مهار مغز هم تحریک کاتودی که باعث کاهش تحریک‌پذیری سلول‌های مغز می‌شد، انجام شد.

چای و اسنایدر، افراد مورد آزمایش را به سه گروه تقسیم کردند، در گروه اول عملاً هیچ تحریک الکتریکی مغز صورت

یکی از مقالات مهمی که این دو محقق به آنها استناد کرده بودند، این تحقیق بود که بر اساس آن نبوغ هنری که حاصل شیوه نگاه متفاوت به دنیا است، در بعضی اوقات به صورت خود بخودی در کسانی ایجاد می‌شود که دچار دمانس یا تحلیل مغز در قسمت گیجگاهی قدامی چپ می‌شوند. اما همین تحقیق مورد استناد قرار گرفته هیچ پایه علمی نداشت، مهارت هنری منطقی از آسیب مغزی ناشی نمی‌شود. رفتار آدم‌ها بعد از دمانس می‌تواند عوض شود، اما دمانس نمی‌تواند به کسی نبوغ هنری والا بدهد. به علاوه تحقیقاتی هم هستند که نشان می‌دهند روند دمانس می‌تواند باعث کاهش خلاقیت شود.

#### منبع

اینقدر انعطاف‌پذیر نباشیم. این کار به علاوه تأثیر موقتی دارد و باعث ایجاد خلاقیت ماندگار نمی‌شود.

بعلاوه در این تحقیق واقعا خلاقیت سنجیده نشد، همه کار این تحقیق این بود که ذهن را از حواشی پاک کند و راه‌اندازی مجدد کند و باید در نظر داشت که باز شدن در ایده‌های جدید به روی ما، دقیقا به معنی توانایی یافتن یکی از آنها نیست. این تحقیق دری را به روی ما باز می‌کند و مانع ورود اشخاص مزاحم به دنیای فکری ما می‌شود، اما در پشت در باز شده، باید قلمروی آباد شده از افکارمان وجود داشته باشد تا ما با عبور از در، به مقصود برسیم.

به علاوه ما راه‌های قدیمی بی‌دسترتری برای خلاص شدن از اندیشه‌های مزاحم داشتیم: چند دقیقه استراحت کردن در هنگام انجام کار هم دقیقا همین کار را بدون خطر آسیب ناشی از شوک الکتریکی برایتان انجام می‌دهد.

به علاوه باید دید که چرا این دو محقق اینقدر روی قسمت گیجگاهی قدامی تمرکز کرده‌اند. در همه پژوهش‌های قبلی، دانشمندان روی دو بخش مغز دقیق می‌شدند، یکی از آنها قشر پیش‌پیشانی مغز یا Prefrontal بود که به اختصار PFC نامیده می‌شود، این قسمت مسئول تفکر خلاق، حافظه و حل مسئله است. بخش دوم هم قشر سینگولیت قدامی یا Anterior Cingulate Cortex که اختصارا به

نتیجه به دست آمده این بود که در دسته سوم، همان طور که انتظار می‌رفت، توانایی حل مسئله به صورت واضحی بهتر از دو گروه دیگر می‌شود.

خب! بسیار عالی است، از این به بعد کلاهی حاوی الکتروود می‌توانید سر کنید و دیگران را از افزایش هوشتان، شگفت‌زده کنید! اما عجله نکنید و ادامه مقاله را هم بخوانید:

نخست باید توجه داشته باشید که «بینش» با «خلاقیت» تفاوت دارد، بینش لحظه‌ای است که در آن به روشنی متوجه قضایا می‌شوید، اما خلاقیت به معنی توانایی حل



مسئله با استفاده از شیوه متفاوتی از فکر و ادراک است. واقعیت این است که ما برای خلاقیت به هر دو نیمکره مغزمان نیاز داریم

خب! بسیار عالی است، از این به بعد کلاهی حاوی الکتروود می‌توانید سر کنید و دیگران را از افزایش هوشتان، شگفت‌زده کنید!

آن ACC می‌گوییم، این قسمت مسئول تشخیص خطا و تشخیص ربط داشتن محرک‌هاست.

و کاری که این تحقیق عجیب و غریب می‌کند، درست مثل ضربه فیزیکی ناگهانی است که به کسی وارد آید و از ما بخواهد که

## خلاقیت از دید نوروساینس



“

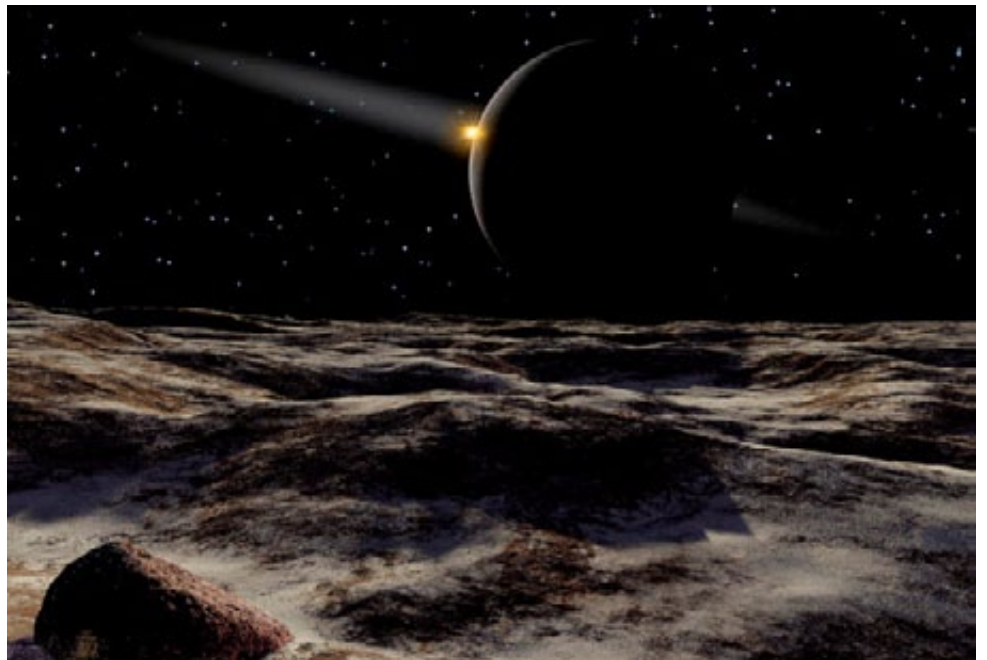
مطالعات جدید تئوری‌های قبلی در مورد خلاقیت را به کنار رانده‌اند، تئوری‌هایی که بیشتر بر نقش مراکز لذت مغز به عنوان موتور محرک رفتار آدمی تأکید می‌کردند. به جای این تئوری این روزها، میانجی‌های عصبی مثل دوپامین هستند که در توضیح کارکردهای مغزی، حرف اول را می‌زنند.

”

چشمانتان را ببندید و غروب خورشید را در یک ساحل تصور کنید. تصویری که در ذهنتان می‌سازید چقدر حاوی جزئیات است؟

آیا شما به سادگی افتادن گوی نارنجی خورشید را در آب دریا تصور می‌کنید؟ یا اینکه تصویر دقیق‌تری در ذهن می‌سازید و درختان نخل، شن‌های ساحل و برخورد امواج دریا با پاهایتان را هم پیش چشم می‌آورید؟

حالا تصور کنید که در سطح سیاره پلوتون ایستاده‌اید و از آنجا به غروب خورشید نگاه می‌کنید. این بار برای تخیل غروب خورشید، باید تلاش ذهنی بسیار بیشتری



خود مغز هم ربط دارد. افرادی مثل والت دیزنی، اسیتو جاز و فلورانس نایتنگل، چیزها را به صورت متفاوتی می‌دیدند. بعضی از این «دگربین»ها، توانایی‌شان ذاتی بود، اما این به معنی آن نیست که ما نتوانیم دگربینی را فراگیریم و نتوانیم به اشیا طوری که باید

صرف کنید. این بار شما می‌توانید خورشید را در حال غروب بر سطح سیاره‌ای یخ‌زده تصور کنید، در حالی که نور خورشید، فقط اندکی از دیگر ستاره‌ها بیشتر است. ممکن هم هست دریاچه‌های مایعات سمی یا بازتاب نور خورشید را بر سطح سیاره یخ‌زده تخیل کنید.

“ برای خلاق بودن، شما باید راه‌های عصبی تازه‌ای در مغزتان ایجاد کنید و کمتر بر تجارب قبلی خود اتکا کنید. ”

حس بهینه بودند، فعال کرد. اما وقتی که مغز مجبور باشد که چیزی را تصور کند که قبلاً واقعاً دیده نشده، مثل غروب خورشید در پلوتون، احتمال تصورات خلاق بالا می‌رود، به خاطر اینکه دیگر مغز نمی‌تواند به تجارب قبلی تکیه کند.

برای خلاق بودن، شما باید راه‌های عصبی تازه‌ای در مغزتان ایجاد کنید و کمتر بر تجارب قبلی خود اتکا کنید. مارک تواین در این مورد می‌گوید: آموزش بیشتر شامل آن چیزهایی می‌شود که ما فراموش کرده‌ایم. بیشتر مردم نمی‌توانند این کار را به صورت طبیعی انجام بدهند و هر چقدر بیشتر تلاش می‌کنند که به صورت متفاوت فکر کنند، بیشتر با طبقه‌بندی‌ها و تجارب قبلی محصور می‌شوند. آن دسته ایده‌سازانی که کارشان نامؤثر است، بیشتر به این خاطر ناموفق هستند که به جای اینکه روند دگربینی در آنها ذاتی باشد، این روند را به صورت صناعی در خود برنامه‌ریزی می‌کنند. اما مدار مشترکی را که مسئول تخیل و ادراک است می‌توان برنامه‌ریزی مجدد کرد. شما می‌توانید با تغییر سمت و سوی توجه‌تان، باعث شوید که قشر پیشانی مغزتان که مسئولیت تصمیم‌گیری را برعهده دارد، مدارهای مغزی‌اش را تغییر بدهند و به

باشند و نه طوری که هستند، بنگریم! ادراک و تخیل به هم پیوسته هستند، چرا که مغز برای هر دوی این کارها از یک مدار عصبی استفاده می‌کند، به عبارتی تصور کردن، همان روند ادراک منتها به صورت برعکس است. بنابراین دلیل دشوار بودن تصور ایده‌های واقعاً تازه، به نحوه ترجمه سیگنال‌ها رسیده از چشم برمی‌گردد. تصاویری که به شبکیه ما می‌رسند، لزوماً همان چیزی نیستند که توسط شما دیده می‌شوند.

وقتی مغز با سیگنال‌های دیداری دوپهلوی روبرو شود، تلاش می‌کند آنها را به نوعی پردازش کند و برای این کار از تجارب آماری پیشین و توقعات آماری که این تجربیات در مغز ایجاد کرده‌اند، استفاده می‌کند. تجربیات نحوه اتصالات سلول‌ها عصبی را تغییر می‌دهند، طوری که مغز را در پردازش اطلاعات توانمندتر می‌سازند. هنگامی که محرکی وارد مغز ما می‌شود، ممکن است سلول‌ها و مدارهای عصبی زیادی آن را دریافت کنند، اما پردازش اصلی این محرک را فقط زیرگروه کوچکی از نورون‌ها انجام می‌دهند. استفاده از گروه کوچک‌تر نورون‌ها، شبکه مغز را در انجام وظایفش کارا تر می‌کند.

آنچه شما در جریان این تصویرسازی‌های ذهنی می‌سازید، نمایانگر شیوه کارکرد مغز ماست و نشان می‌دهند که چقدر ساختن ایده‌های تازه می‌تواند دشوار باشد.

پیشرفت‌های اخیر در دانش اعصاب یا نوروساینس، دیدگاه ما را نسبت به مسئله خلاقیت تغییر داده است. در این میان استفاده از دستگاه MRI عملکردی یا fMRI که به دانشمندان امکان تماشای فعالیت مغز را می‌دهد، بسیار مفید بوده است.

مطالعات جدید تئوری‌های قبلی در مورد خلاقیت را به کنار رانده‌اند، تئوری‌هایی که بیشتر بر نقش مراکز لذت مغز به عنوان موتور محرک رفتار آدمی تأکید می‌کردند. به جای این تئوری‌های این روزها، میانجی‌های عصبی مثل دوپامین هستند که در توضیح کارکردهای مغزی، حرف اول را می‌زنند.

خلاقیت و تصور با ادراک شروع می‌شوند. دانشمندان علوم اعصاب دریافته‌اند که آنچه ما از محیط پیرامون خود درک می‌کنیم، عملاً همان اطلاعات خامی نیست که توسط چشم‌ها و گوش‌هایمان به مغز ارسال می‌شوند. جالب است که ادراک ما از محیط بیرونی‌مان، علاوه بر اینکه به سیگنال‌ها رسالی اعضای حسی بستگی دارد به کارکرد



“ مغز ما تنها زمانی که به محرک‌هایی برخورد می‌کند که قبلا با آنها مواجه نشده بود شروع به سازماندهی مجدد روند ادراک می‌کند. بنابراین ساده‌ترین راه برانگیختن تخیل این است که محیط‌هایی را پیدا کنیم که تجارب قبلی‌مان در آنها شکل نگرفته‌اند. ”

برخورد می‌کند که قبلا با آنها مواجه نشده بود، شروع به سازماندهی مجدد روند ادراک می‌کند. بنابراین ساده‌ترین راه برانگیختن تخیل این است که محیط‌هایی را پیدا کنیم که تجارب قبلی‌مان در آنها شکل نگرفته‌اند. به علاوه لزومی ندارد که این محیط تازه، لزوماً به حوزه کاری و تخصصی شما ربطی داشته باشد.

منبع

سینما، شاهد نمایش تبلیغات طراحی‌هایش روی پرده نشد، تصور نمی‌کرد که انیمیشن با استقبال روبرو شود و روزی ممکن شود و مردم را به سالن‌های نمایش بیاورد.

مثال جالب‌تر مورد **دیل کیهولی Dale Chihuly** است، او یک نابغه مجسمه‌سازی است. اما استعداد او وقتی نمودار شد که بعد از یک تصادف شدید و از دست دادن یک چشم، مجبور شد که طور دیگری به



دنیا نگاه کند!

مغز ما تنها زمانی که به محرک‌هایی

این ترتیب شما چیزها بتوانید چیزها را به صورت متفاوت ببینید.

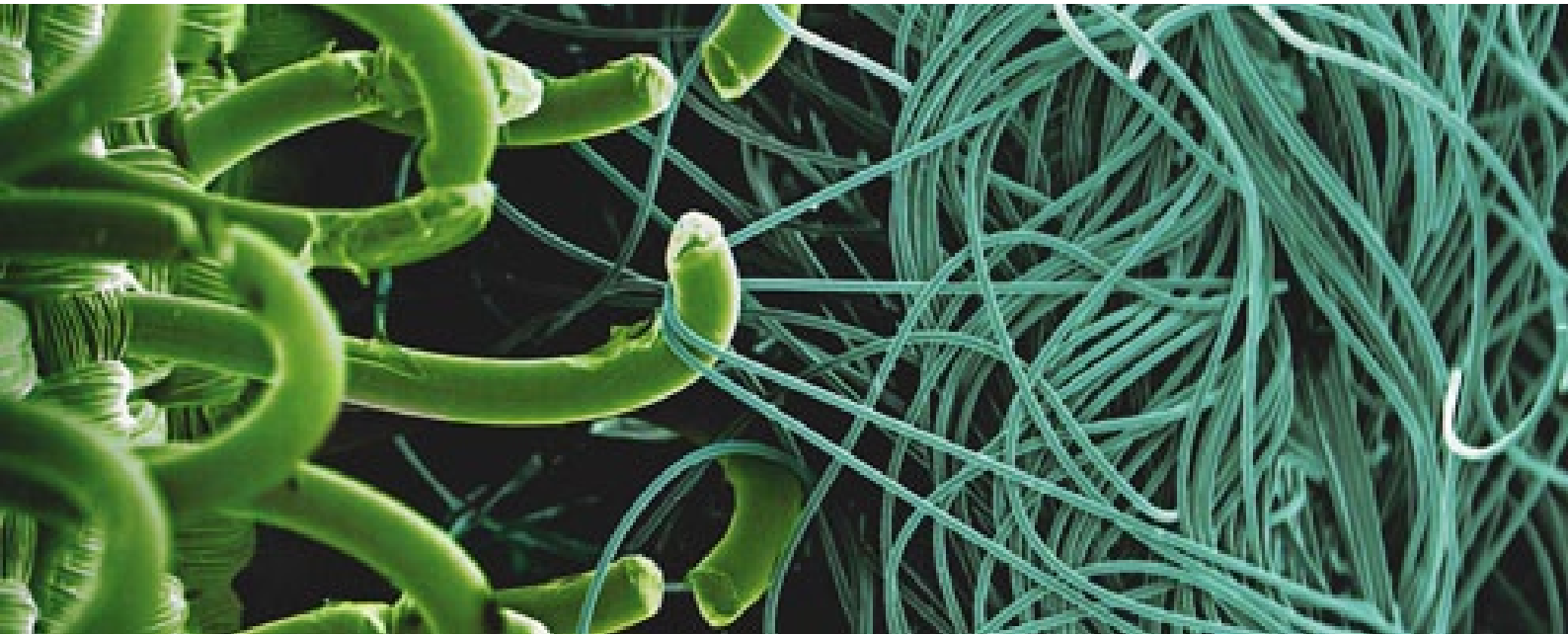
شما برای این کار به محرک‌های تازه - خواه به صورت اطلاعات تازه یا محیط تازه - نیاز دارید تا شیوه توجه‌تان را به محیط پیرامون تغییر بدهید. هر چقدر در ایجاد این تغییر کوشا تر باشید، به همان میزان امکان رسیدن شما به بینش‌های جدید بیشتر می‌شود.

پاره‌ای از بزرگ‌ترین تحولات تاریخ بشریت، حاصل تغییر شرایط متفکران و نوآوران بوده‌اند. در اینجا چند مثال می‌زنم تا بیشتر متوجه اهمیت موضوع شوید:

**کری مولیس**، شیمی‌دانی است که اصول اولیه واکنش زنجیره پلمیراز یا PCR را پایه نهاد که تحول بنیادینی در دانش ژنتیک ایجاد کرد و انجام آزمایش‌های ژنتیکی را ممکن کرد. ایده‌های این کار بزرگ، در آزمایشگاه به سر کری مولیس خور نکرده، بلکه او وقتی در یک غروب بهاری در یکی از ساحل شمالی کالیفرنیا رانندگی می‌کرد، ایده‌ها به ذهنش رسیدند.

والث دیزنی یکی از بزرگ‌ترین تصویرسازان تاریخ است، اما او تا زمانی که در یک

## چگونه ذهن ایده‌ها را می‌سازد؟ خلاقیت کوانتومی توضیح می‌دهد!

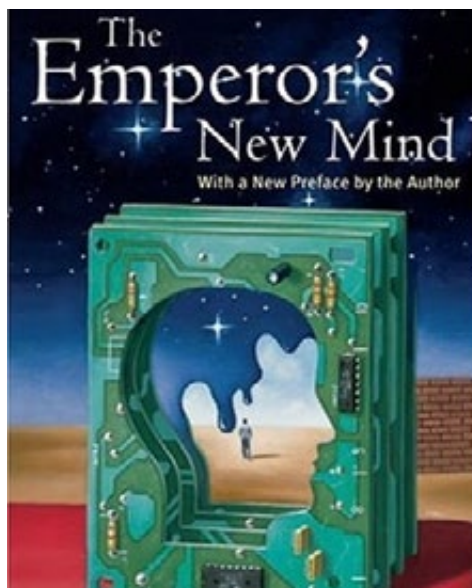


یک الکترون، اتم و حتی به باور برخی، کل دنیا، تا زمان یک برهم‌کنش، در طیفی از احتمالات به سر می‌برد و به شیوه مشابه مغز خلاق آدمی تا پیش از اینکه به یک حالت منطقی که جریانی از تفکرات هوشیارانه است برسد، در گستره‌ای از راه‌ها و احتمال رسیدن به نتایج گوناگون در حرکت است.

دانشمندان فیزیک کوانتوم به صورت روزافزون، به بررسی شیوه پردازش افکار توسط مغزهای خلاق علاقه‌مند شده‌اند.

یا اندازه‌گیری آنها دارد، آنها موج یا ذره در نظر گرفته می‌شوند.

یک الکترون، اتم و حتی به باور برخی، کل دنیا، تا زمان یک برهم‌کنش، در طیفی از احتمالات به سر می‌برد و به شیوه مشابه مغز خلاق آدمی تا پیش از اینکه به یک حالت منطقی که جریانی از تفکرات هوشیارانه است برسد، در گستره‌ای از راه‌ها و احتمال رسیدن به نتایج گوناگون در حرکت است.



راجر پنروز، ریاضی‌دان دانشگاه آکسفورد است، او کتابی با عنوان «ذهن تازه امپراتور» دارد که در آن گفته است که فرایندهای غیررایانشی اما تا اندازه‌ای کوانتومی، می‌توانند مسئله هوشیاری و خلاقیت را در انسان‌ها توضیح بدهند! زمانی هم فیزیکدانی به نام فریمن دایسون گفته بود که ذهن و هوش، در شالوده دنیا درهم‌تنیده شده‌اند.

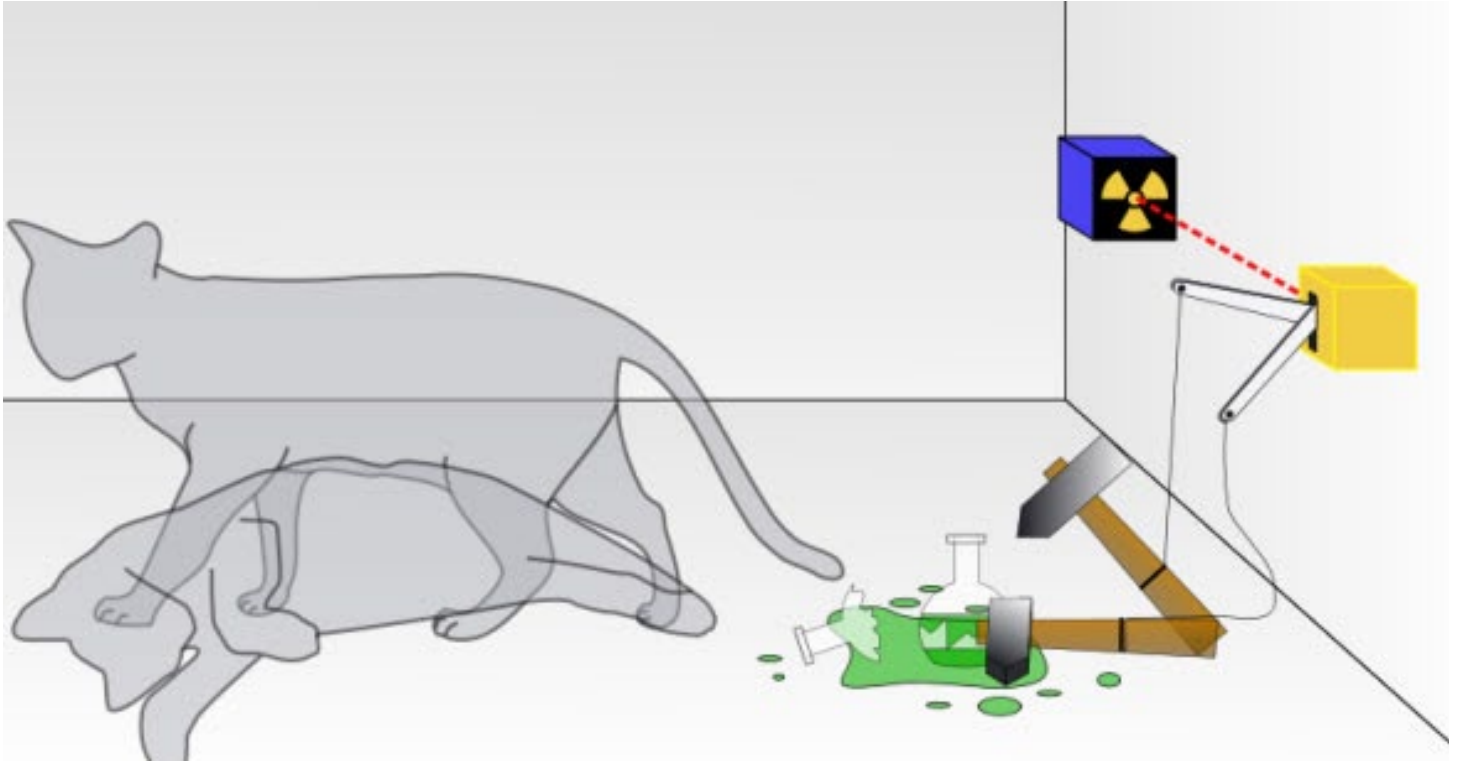
به احتمال زیاد چیزهایی در مورد آزمایش فکری «گره شرودینگر» می‌دانید:

آزمایش چنین است: فرض کنید گره ای در جعبه‌ای در بسته زندانی است. در این جعبه یک شیشه گاز سیانور، یک چکش، یک حسگر پرتوزا و یک منبع پرتوزا نیز

در فیزیک کوانتوم، بی‌نهایت ذره زیراتمی وجود دارد که در حالات گوناگون، از هیچ بیرون می‌آیند و احتمالات می‌تواند آنها را توضیح بدهد. تا هنگام مشاهده، این ذرات



وجود دارد. ذرات پرتوزا بصورت نامنظم تابش می‌کنند و به همین دلیل برای آنها نیمه عمر در نظر می‌گیرند. حال فرض کنید حسگر و چکش طوری تنظیم شده باشند لحظه، احتمال به یقین تبدیل خواهد شد. اما هدف من در اینجا از نقل این آزمایش این بود که تأکید کنم که همانگونه که مشاهده در این آزمایش ذهنی گربه را از این افکار به صورت‌هایی مثل واژگان، عبارات، استعارات، تصاویر، رؤیاهای، احساسات، نمادها، اختصارات، صداها و ... هستند. ذرات فکر



که در صورت تابش موج پرتوزا بین ساعت ۱۲ و ۱۲:۰۱، چکش شیشه حاوی گاز را شکسته و گربه بمیرد. اگر در ساعت ۱۲:۰۱ در جعبه را باز کنید چه خواهید دید؟ اگر از طریق فرمول نیمه عمر منبع، احتمال تابش بین ساعت ۱۲ و ۱۲:۰۱ را ۵۰٪ پیش بینی دنیای احتمال به درمی‌آورد، در دنیای ذهن هم مشاهده و مذاقه در افکار، می‌تواند آنها را از سرگردانی خارج کند و به ایده و فکر تبدیل کند.

**خلاقیت کوانتومی**

ذهن ما به مانند دنیا است، ما میلیاردها ذره از هیچ می‌آیند و با افکار دیگر محصور می‌شوند و بر روی هم تأثیر می‌گذارند. به مانند ذرات زیراتمی، این ذرات فکری هم وجود واقعی ندارند، بلکه وجودی به صورت احتمال دارند. تا زمانی که شما این ذرات فکری را نبینید، آنها وجود واقعی ندارند.

“ ذهن ما به مانند دنیا است، ما میلیاردها ذره فکری، مشاهدات و اطلاعات نداریم که در ذهن هشیار و ناهشیار ما در حال گردش هستند، ”

انتخاب هوشیارانه شماست که آنها را واقعی می‌کند. وقتی که شما با یک طوفان فکری از ایده‌ها و افکار مواجه می‌شوید، افکار متناسب با نحوه تعامل با شما، ارزش پیدا می‌کنند. ما طوری تربیت شده‌ایم که منتقد، قضاوت‌کننده و در گربه داخل جعبه در هنگام برداشتن درب جعبه ۵۰٪ مرده است و ۵۰٪ زنده است. اما وقتی درب جعبه را بر می‌دارید خواهید دید که گربه یا مرده و یا زنده است. نمی‌توان گفت ۵۰٪ سلولهای بدن گربه مرده‌اند و ۵۰٪ آنها زنده‌اند. در فاصله یک فکری، مشاهدات و اطلاعات داریم که در ذهن هشیار و ناهشیار ما در حال گردش هستند، این ذرات فکری مورد مشاهده قرار نگرفته‌اند، هر بیت از این اطلاعات احتمال دارد به مسیرهای مختلفی برود، تکامل پیدا کند یا در طول زمان تغییر یابد.

بدهیم. با فهرست کردن همه افکار و ذرات فکری بدون ارزیابی یا قضاوت در مورد آنها، می‌توانیم مبدل به آدمی خلاق شویم.

آلبرت اینشتین روند فکری مشابهی داشت که خودش نام بازی ترکیب کردن را بر آن نامیده بود، او در این روند فکری، احساسات، تصاویر ذهنی متوالی، رؤیاها و

اندیشه‌های خود هستند، این ثبت و ضبط از این جهت مهم است که به آنها امکان می‌دهد که هر زمان که خواستند با مشاهده آنها، آنها را وارد روند خلاقیت هوشیارانه خود کنند. آنها فارغ از قضاوت و با توانایی تحمل ابهامات افکار، همه آنها را به مانند احتمالات مختلف در فیزیک، ثبت می‌کردند.

منطق‌گرا باشیم و با تکیه بر تجارب قبلی خود، افکار را ارزیابی کنیم و در مورد آنها قضاوت کنیم.

ذهن‌های عادی، از آنجا که عادت دارند به صورت ساده به پیچیدگی‌ها زندگی نگاه کنند، میانه‌ای با افکار مبهم ندارند، این ذهن‌ها دوست ندارند که روی چیزهای

از توماس ادیسون تا به حال ۳۵۰۰ دفترچه یادداشت پیدا شده است. شاید بدانید که او سه هزار طرح مختلف برای ایجاد سیستم روشنایی داشت که سرانجام با آزمودن انبوهی از آنها به نتیجه رسید.

افکار سانسور نشده خود را با ترکیب کردن چندباره، مبدل راه‌های حل مسئله می‌کرد، راه‌هایی که به مفاهیم انقلابی مطرح شده از سوی او از همان‌ها نشأت گرفت.

برای مثال اینشتین زمانی خواب زنی را دیده بود که در آن واحد عاشق او و شخص دیگری است و از این رؤیا به تئوری عدم علیت رسیده بود! یا در رؤیای دیگری او دنیایی را به خواب دیده بود که در آن زمان به جای یک محور، سه محور دارد، جایی که متعاقب هر لحظه، سه آینده متولد می‌شود. او با اندیشیدن در مورد این رؤیا به تئوری دنیاهای متعدد رسید که بعدها توسط فیزیکدانانی مثل استفان هاوکینگ رشد پیدا کرد.

### تولید خلاق

نوابغ از زاویه‌ای به ایده‌ها می‌نگرند که هیچ کس دیگری اختیار نمی‌کند، شما باید وقتی با فهرست ایده‌هایتان تعامل می‌کنید به آنها از زوایای مختلف بنگرید.

جورج دو مسترال، مخترع سوئیسی بود که زیپ چسبی یا Velcro را اختراع کرد. او دنبال راه سریع و بهتری برای اتصال چیزها به هم بود. فکر می‌کنید که چطور این ایده زیپ به ذهن او رسید؟ روزی او با سگش به

پس جای تعجب نیست که این روند، منتهی به تولید انبوهی از محصولات شود. باخ هر هفته حتی اگر بیمار یا خسته بود، یک قطعه موسیقی تصنیف می‌کرد، از موزارت بیش از ششصد قطعه موسیقی به جا مانده است. ما اینشتین را شاید تنها به خاطر فرضیه نسبیت بشناسیم، اما او ۲۴۸ مقاله چاپ‌شده دیگر هم داشت. داروین به خاطر نظریه تکامل مشهور است، اما در طول زندگی ۱۱۹ مقاله دیگر هم نوشته است. به شیوه مشابه، فروید ۳۳۰ مقاله و مازلو ۱۵۶ مقاله منتشر کرد.

رامبراند در طول حیات ۶۵۰ تابلو نقاشی و دو هزار طراحی کشید، ون گوگ بین سال‌های ۱۸۸۰ تا ۱۸۹۰، دو هزار اثر هنری ایجاد کرد که معادل ۴ اثر در هر هفته می‌شود. پیکاسو، ۲۰ هزار اثر هنری شامل مجسمه، نقاشی و رسانه‌های دیگر ایجاد کرد. شکسپیر ۴۰ نمایشنامه، ۱۵۴ سونات و تعداد بیشماری شعر خلق کرد.

### درو کردن افکار

کلید موفقیت در تفکر خلاق، این است که بتوانیم افکار موجی کوانتومی را که از ناهشیارمان بیرون می‌زنند، درو کنیم. این کار را با ثبت و تعامل با آنها می‌توانیم انجام

ظاهر نامرتب با چیزی تمرکز کنند. اما نوابغ خلاق، به شیوه دیگری فکر می‌کنند، وقتی آنها دچار طوفان مغزی می‌شوند، اقدام اول آنها این است که همه افکار و ایده‌ها را به مانند همه احتمالات ممکن، ببینند و آنها را ثبت کنند. آنها عادت دارند که بدون قضاوت، مشاهده کنند.

دلیل اینکه افکار و ایده‌ها پا به عرض وجود می‌گذارد، همین است. این نوابغ، به صورت جامع فکر می‌کنند، به این معنی که حتی چیزهای ظاهر نامرتب را وارد حیطه مشاهده خود می‌کنند. تفکر خلاق نیازمند برقراری ارتباط بین دو یا چند چیز نامشابه است.

اگر دقت کنید می‌بینید که همه نوابغ، انبوهی از تفکرات و ایده از خود به جا گذاشته‌اند. مثال‌های متعددی می‌توان در این مورد آورد. یک مثال خوب، انبوه طراحی‌ها، نقاشی‌ها و یادداشت‌های لئوناردو داوینچی است.

از توماس ادیسون تا به حال ۳۵۰۰ دفترچه یادداشت پیدا شده است. شاید بدانید که او سه هزار طرح مختلف برای ایجاد سیستم روشنایی داشت که سرانجام با آزمودن انبوهی از آنها به نتیجه رسید.

نوابغ خلاق، متوجه اهمیت ثبت و ضبط

کند، پیدا کند. اما پیدا کردن اینکه چه خصوصیتی در پارچه و دانه باعث پیوستن آنها به هم می‌شد آسان نبود و او باید با آزمون و خطا ویژگی مسئول را پیدا می‌کرد. سرانجام او موفق شد و نام اختراعش را Velcro گذاشت که آمیزه‌ای از مخمل و قلاب است.

دامن طبیعت رفت، در بازگشت متوجه که شلوارش با میوه‌های گیاهان جنگلی پوشیده شده است، در بازگشت او با دقت دانه‌های چسبیده به شلوارش را بررسی کرد و متوجه قلاب‌های ریز دانه‌ها شد که با گیر کردن به بافت پارچه شلوارش به آن چسبیده‌اند.



او توانست ارتباط منطقی بین یک چیز بدون اهمیت و چیزی که می‌خواست اختراع

## از رنجی که خلاقان می‌برند!



“

من یک نویسنده هستم، کتاب نوشتن شغل من است اما فراتر از آن، کتاب نوشتن عشق و اشتیاق مادام‌العمر من بوده است. و تصور نمی‌کنم هیچ زمانی تغییر در این مسأله ایجاد شود.

”

«بخور، عبادت کن، عشق بورز» نام دارد، کتابی که برخلاف کتاب‌های قبلی‌ام، به دلیلی در سطح دنیا پخش شد و تبدیل به موضوع خیلی احساسی شد و به پرفروش‌ترین کتاب در سطح بین‌المللی تبدیل شد. نتیجه این شد که الان هر جا که می‌روم، مردم با من طوری برخورد می‌کنند انگار که من نفرین شده هستم! جدی می‌گویم. نفرین شده، نفرین شده!

مردم به پیش من می‌آیند و می‌گویند که نگران نیستی؟ نگران نیستی که دیگر هیچ وقت نمی‌توانی کاری بهتر از این کتاب انجام بدهی؟ نگران نیستی که تا آخر عمرت به نویسندگی ادامه بدهی و دیگر هیچ وقت نتوانی کتابی بنویسی که کسی در دنیا به

بسیار زیبایی در مورد خلاقیت و دردسرهای آن انجام داده است که در اینجا متن این سخنرانی را می‌توانید بخوانید. ویدیوی این سخنرانی را می‌توانید در اینجا ببینید. من یک نویسنده هستم، کتاب نوشتن شغل من است اما فراتر از آن، کتاب نوشتن عشق و اشتیاق مادام‌العمر من بوده است. و تصور نمی‌کنم هیچ زمانی تغییر در این مسأله ایجاد شود.

به تازگی یک اتفاق عجیب در زندگی شخصی و زندگی شغلی من رخ داده است، به طوری که مجبور شده‌ام دو مرتبه رابطه خودم را با کارم بازننگری و تنظیم کنم. آن اتفاق عجیب کتابی است که اخیراً نوشته‌ام، این کتاب که خاطرات سفرم است،

مقدمه: الیزابت گیلبرت یک نویسنده مطرح آمریکایی است، او کتاب بسیار پرفروش و محبوبی با عنوان [Eat, Pray, Love](#) نوشته است که از روی آن فیلمی با بازی جولیا رابرتز و خاویر باردیم هم درست شده است.

این نویسنده در همایش TED، سخنرانی



می‌رسد که حتی آنهایی که دقیقاً خودکشی نکرده‌اند، به نوعی توسط استعدادهایشان پایمال شده‌اند.

مثلاً «نورمن میلر» قبل از مرگش در آخرین مصاحبه‌ای که داشته است، گفته هر یک از کتاب‌های من اندکی من را کشته است. این جمله خیلی عجیبی است که کسی در مورد حاصل عمرش بگوید، ولی ما حتی از شنیدن این حرف پلک هم نمی‌زنیم، چون در طی سالیان حرفهایی از این دست را زیاد شنیده‌ایم و به نوعی به طور دست جمعی بی‌تفاوت شده‌ایم و پذیرفته‌ایم که به نوعی خلاقیت و مصیبت کشیدن به طوری ذاتی با هم عجین هستند و هنر همیشه به رنج و درد ختم می‌شود.

سؤالی که می‌خواهم امروز از همه شما بپرسم این است که آیا همه شما با این مسأله راحت هستید؟ شما مشکلی با این مسأله ندارید؟

من به هیچ وجه با این فرض راحت نیستم، فکر می‌کنم این فرض، خیلی خیلی چندش‌آور است، ضمناً فکر می‌کنم این

دریایی و چیزهای دیگری که ترسناک هستند!

اما در مورد نویسندگی، به نظر شما منطقی است که از کسی انتظار داشته باشیم نگران این باشد که به شغلی بپردازد که فکر می‌کند برای انجام آن روی زمین قرار داده شده است و اینکه چه چیزی اختصاصاً در این مشاغل خلاق هست که باعث می‌شود ما نگران سلامت روانی آدم‌هایی باشیم که به آنها می‌پردازند، آن هم در شرایطی که اصلاً نگران آدم‌های مشغول در کارهای غیرخلاق نیستیم.

مثلاً پدر من مهندس شیمی است و من یادم نمی‌آید که در این چهل سالی که به این شغل اشتغال دارد، حتی یک مرتبه کسی از او سؤال کرده باشد که آیا از اینکه مهندس شیمی است، نگران نیست؟ کسی نمی‌پرسید که: «اوضاع و احوال مهندسی شیمی چگونه، جان؟»

البته منصف باشیم. گروه مهندس‌های شیمی در طی قرن‌ها برای خودشان به عنوان الکی‌های مبتلا به اختلال افسردگی

آن توجه بکنند؟ حتی کمی توجه - هیچ وقت - هرگز؟!

البته از آنجا که برخوردهای بدتری هم می‌توانست با من بشود، این سؤال‌ها تا حدی خیالم را راحت می‌کند. یادم می‌آید بیش از بیست سال پیش، زمانی که من یک دختر نوجوان بودم و شروع کردم به مردم بگویم که می‌خواهم نویسنده بشوم، با همین نوع واکنش مبتنی بر ترس مردم مواجه می‌شدم.

مردم می‌گفتند نمی‌ترسی هیچ وقت موفق



جولیا رابرتز در فیلم Eat, Pray, Love

نشوی؟ نگران نیستی مورد توجه واقع

زمانی رالف والدو امرسون - شاعر و مقاله‌نویس معروف نیمه قرن نوزدهم - گفته بود: بزرگ بودن مترادف است با درست درک نشدن.

فرض خیلی خطرناکی هم هست. من دلم نمی‌خواهد که این فکر به قرن بعدی هم انتشار پیدا بکند. فکر می‌کنم بهتر است ما سعی کنیم ذهن‌های خلاق و با ارزش جامعه را تشویق کنیم که زندگی بکنند.

در مورد خودم مطمئن هستم که برایم خطرناک است که پا در این مسیر تاریک بگذارم، مخصوصاً در شرایطی که به لحاظ شغلی الان دارم، من خیلی جوان هستم، فقط حدود چهل سالم است، یعنی شاید حدود چهار دهه دیگر توان کار داشته باشم و خیلی احتمال دارد که هر چیزی که از این

دوقطبی اسم در نکرده‌اند ولی خوب ما نویسنده‌ها، همچنین اسم و رسمی به هم زده‌ایم!

البته فقط ما نویسنده‌ها هم نیستیم، به نظر می‌رسد که همه افرادی که در شاخه‌های مختلف حرفه‌های خلاق کار می‌کنند به شدت به لحاظ روانی بی‌ثبات هستند. کافی است شما به تعداد مرگ و میر نگاهی بیاندازید، تنها در قرن بیست و یکم، تعداد زیادی از ذهن‌های جوان و بی‌همتایی بوده‌اند که در جوانی درگذشته‌اند و بسیاری از آنها هم خودکشی کرده‌اند، به نظر

نشوی و سرخورده بشوی و این تو را بکشد؟ نمی‌ترسی که همه عمرت را صرف این هنر بکنی و چیزی حاصل نشود و آخرش همه این رؤیاهای تحقق نیافته را با خودت به گور ببری و دهانت پر از خاکستر تلخ شکست باشد؟

جولیا رابرتز در فیلم Eat, Pray, Love جواب کوتاه به این سوال‌ها این است که بله! بله، من از همه این چیزها نگران هستم. من همیشه از اینها می‌ترسیده‌ام. من از خیلی چیزهای دیگر هم می‌ترسم که مردم اصلاً فکرش را هم نمی‌کنند، مثلاً از جلبک‌های

درون در و دیوارهای استودیوی هنری آن هنرمندان زندگی می‌کرده است. این همان فاصله‌ای است که من از آن صحبت می‌کنم، این همان سازه روانی است که شما را از نتیجه کارتان محافظت می‌کند. به این شکل هنرمندان قدیم از خیلی از آفات در امان بودند، مثلا اینکه دچار خود شیفتگی شدید بشوند، چون اگر اثر خیلی درخشانی خلق می‌کردند، همه‌اش به حساب خودشان

نوشته نمی‌شد، چون همه می‌دانستند که آن نابغه لامکان به آنها کمک کرده است. اگر هم کارشان بد از آب در می‌آمد، همه چیز تقصیر آنها نبود، چون همه می‌دانستند که نابغه شما تنبل و بی‌خاصیت بوده است! سال‌ها در مغرب‌زمین مردم به این شکل به خلاقیت نگاه می‌کردند. اما بعد از رنسانس، همه چیز عوض شد و دیگر به جای همه خدایان و راز و رمزهای عالم، این انسان بود که در مرکز عالم گذاشته شد و جایی برای موجودات افسانه‌ای که

خدا به آنها دیکته بگوید باقی نماند. این آغاز انسان‌گرایی منطقی بود، مردم شروع

باور داشتند که خلاقیت منشاء انسانی ندارد. باور مردم در آن زمان این بود که خلاقیت روحی الهی است که از یک منشاء مجزا و غیر قابل شناسایی به انسان‌ها وارد می‌شود و دلیل این اتفاق هم دور از ذهن و نادانسته است.

معروف است که یونانی‌ها این نفع‌های الهی را «دیمن» می‌نامیدند، معروف است که سقراط باور داشته که او هم یک دیمن



دارد که کلمات حکمت آموز را از ماورا بر او می‌خوانند.

به بعد بنویسم از نظر دنیا کارهایی باشد که بعد از موفقیت عجیب و غریب کتاب آخر من انجام شده است. باید این را واضح بگویم چون خیلی احتمال دارد که بزرگ‌ترین موفقیتیم را پشت سر گذاشته باشم.

اما نمی‌خواهم که به این مسأله دچار بشوم، ترجیح می‌دهم به انجام شغلی که دوستش دارم ادامه بدهم. سؤالی که پیش می‌آید این است که، چگونه؟

پس از فکر کردن‌های زیاد به نظرم رسیده که روشی که باید برای کار کردنم از این به بعد پیش بگیرم این طور باشد که یک ساختار محافظت روانی برای خودم درست بکنم. متوجه هستی؟ باید راهی پیدا بکنم که فاصله امنی بین من نویسنده و نگرانی‌ها و اضطراب‌های طبیعی که این کار به همراه دارد ایجاد بکنم. این یک سال گذشته من همین طور که به دنبال مدل‌هایی برای این که چطور این کار را انجام بدهم می‌گشتم، به گذشته‌های دور نگاه کردم و سعی

کردم جوامع دیگری را پیدا کنم و ببینم که آیا کسانی در گذشته بوده‌اند که برای این

” در یونان و رم باستان مردم باور داشتند که خلاقیت منشاء انسانی ندارد. باور مردم در آن زمان این بود که خلاقیت روحی الهی است “

به قبول این مسأله کردند که خلاقیت کاملا از وجود شخص ناشی می‌شود. برای اولین بار در تاریخ، در این مقطع است که شما می‌شنوید که مردم به یک هنرمند بگویند که نابغه است به جای اینکه بگویند او یک نابغه دارد.

رومی‌ها هم باورهای مشابه داشته‌اند ولی آنها به این روح «نابغه» می‌گفتند، این دیدگاه خیلی عالی است. چون رومی‌ها فکر نمی‌کردند که نابغه فردی است که اختصاصا خیلی باهوش است، بلکه فکر می‌کردند که نابغه، موجودی الهی و جادویی است که

یعنی محافظت و یاری‌رسانی به افراد خلاق که به نوعی با خطرات عاطفی که ذاتا در کارهای خلاق هست مواجهند، راه حلی داشته باشند؟

در این تحقیقات به یونان باستان و رم باستان رسیدم. در یونان و رم باستان مردم

با تمام قوا به سمت خانه بدود و شروع به دویدن می‌کرده و شعر با سرعت تعقیبش می‌کرده است و او باید هر چه زودتر خودش را به یک قلم و کاغذ می‌رسانده است تا وقتی که آن طوفان به او می‌رسید، بتواند آن را دریافت کند و روی کاغذ ثبتش کند. بعضی وقتها پیش می‌آمده که به اندازه کافی سریع نمی‌دویده است و از شعر عقب می‌افتاده و به موقع به خانه نمی‌رسیده و شعر از او جلو می‌افتاده و رد می‌شده است و شعر همچنان به مسیر خودش ادامه می‌داده و در افق محو می‌شد و به قول خودش

فرایند خلاقیت، همیشه فرایند طبیعی نیست، این فرایند همیشه رفتاری منطقی نیست، بلکه بعضی وقتها کاملا فراطبیعی به نظر می‌رسد، من اخیرا این تجربه کاملا خارق‌العاده برایم پیش آمد که با یک شاعر آمریکایی به نام «روت ستون» ملاقات کنم، او الان در دهه نود زندگی‌اش است و تمام عمر شاعر بوده است. او برای من از خاطراتش تعریف می‌کرد که وقتی در روستاهای ویرجینیا بزرگ می‌شده، روی زمین‌های کشاورزی کار می‌کرد، او می‌گفت که حس می‌کرده و می‌شنیده است

باید به شما بگویم که به نظر من این اشتباه بسیار بزرگی بود. به نظر من اینکه ما به یک انسان اجازه بدهیم که فکر کند که ظرف و مجرا و منشأ و عصاره رازهای ازلی و ابدی نشناخته الهی است، باعث وارد آمدن فشار و مسئولیت بسیار زیادی برای روان انسان می‌شود. مثل این است که از کسی بخواهیم که خورشید را ببلعد. این کار کاملا روح افراد را مچاله و پاره پاره می‌کند و باعث حجم بالایی از انتظارات در مورد توانایی‌های افراد می‌شود. من فکر می‌کنم این فشاری است که در

وقتی که او حس می‌کرده یک شعر دارد می‌آید، زمین شروع به لرزیدن زیر پایش می‌کرده است، او می‌دانسته است که تنها یک کار باید بکند و آن اینکه به قول خودش با تمام قوا به سمت خانه بدود

شعر می‌رفته تا یک شاعر دیگر را پیدا کند و بعضی وقتها هم او می‌گفت که پیش می‌آمده که شعر تقریبا از او جلو می‌زده و او هنگامی که به خانه می‌رسیده و به دنبال قلم و کاغذ می‌گشته است شعر در جلوی او بوده است و همین که او قلم به دست می‌گرفته شعر در حال گذر از او بوده است، دست دیگرش را دراز می‌کرده و شعر را می‌گرفته است. می‌گفت دم شعر را می‌گرفتم و آن را می‌کشیدم عقب به درون بدن خودم و در همین حال با دست دیگرم روی کاغذ ثبتش می‌کردم و در این مواقع می‌توانستم همه شعر را بنویسم ولی شعر از آخر به اول نوشته می‌شد!

وقتی من این را شنیدم با خودم گفتم این خیلی عجیب است، این دقیقا عین فرایند خلاقیت من است! نه! این اصلا شبیه من نیست. من مجرای اتصال به آسمان نیستم، می‌دانید من مثل یک قاطر هستم، من باید هر روز سر ساعت از خواب بیدار بشوم و کار کنم و عرق بریزم و قدم به قدم جلو بروم. ولی حتی من با همه قاطر بودم، گاهی به

که یک شعر دارد از دور دست به سمت او



می‌آید و می‌گفت که او شعر را به شکل یک قطار طوفانی هوا درک می‌کرده که شتابان به سمت او می‌آمده است.

وقتی که او حس می‌کرده یک شعر دارد می‌آید، زمین شروع به لرزیدن زیر پایش می‌کرده است، او می‌دانسته است که تنها یک کار باید بکند و آن اینکه به قول خودش

پانصد سال گذشته هنرمندان ما را کشته است، اگر این نظر درست باشد، سؤال این خواهد بود که حالا چکار کنیم؟ آیا ما می‌توانیم کار دیگری بکنیم؟ مثلا شاید بتوانیم به درک قدیمی از هنر برگردیم، همان ارتباط هنرمندان و واقعیت خلق رمز آلود!

شاید نه، شاید ما نتوانیم پانصد سال سابقه تفکر منطقی بشر را با این حرف‌ها پاک کنیم و احتمالا افرادی در بین شما هستند که خدشه‌های علمی کاملا معتبری در مورد ادعای من در مورد وجود پری‌هایی که دنبال افراد می‌دوند و پروژه‌های مردم را با آب جادو تقویت می‌کنند وارد کنند! و من احتمالا نمی‌توانم همه شما را به دنبال خودم در این راه بکشم.

ولی سؤالی که من می‌خواهم با شما مطرح بکنم این است که «چرا که نه؟»، چرا ما در این مورد به این شکل فکر نکنیم، چون این حرف‌ها به اندازه هر توضیح دیگر درباره ماهیت دیوانه‌کننده خلاقیت قانع‌کننده هستند.

آن چیز برخوردارم و فکر می‌کنم خیلی از شما ها هم برخوردار باشید. می‌دانید حتی من هم برایم پیش آمده که ایده‌هایی از منبعی به ذهنم رسیده است که برای منبع آن برایم قابل شناسایی نبوده است. این منبع چیست؟ ما چطور باید با آن منبع



مرتبط باشیم ولی در عین حال دیوانه هم نشویم؟ شاید این کار در حقیقت ما را از دیوانگی حفظ کند.

برای من بهترین نمونه‌ای که در دنیای معاصر دارم، «تام ویتس» موسیقیدان است، که چندین سال پیش با او مصاحبه‌ای برای یک مجله انجام دادم، ما داشتیم در مورد

وسایله‌ای برای ثبتش نداشت، نه کاغذی داشت، نه ضبط صوتی؛ در نتیجه مضطرب و دستپاچه شد و فکر کرد که این ملودی را از دست خواهد داد و دیگر به یاد نخواهد آورد و تا آخر عمر در حسرت این ملودی خواهیم بود.

او فکر کرد که به اندازه کافی توانمند نیست که آن ملودی به خاطر بیاورد، ولی ناگهان به جای ترس و وحشت، این فرآیند ذهنی و این افکار را متوقف کرد و یک کار کاملا جدید کرد. تام به بالا، به آسمان نگاه کرد و گفت ببخشید تو متوجه نیستی که من دارم رانندگی می‌کنم؟! به نظر تو من الان می‌توانم یک آهنگ را بنویسم؟ اگر می‌خواهی واقعا وجود داشته باشی یک وقت مناسب تر بیا سراغم، یک وقت که من بتوانم به تو رسیدگی کنم. در غیر این صورت امروز برو یک نفر دیگر را آزار بده. برو لئونارد کوهن را اذیت بکن!

و از آن روز فرآیند کاری تام کلا عوض

من همه توانم را دارم اینجا صرف می‌کنم. من هیچ چیز بیشتری ندارم. پس اگر تو می‌خواهی که کتاب بهتری از آب در بیاد باید سر کارت حاضر بشوی و سهم خودت را انجام بدهی

بیشتری ندارم. پس اگر تو می‌خواهی که کتاب بهتری از آب در بیاد باید سر کارت حاضر بشوی و سهم خودت را انجام بدهی. اما اگر تو اینکار را نمی‌کنی - به جهنم - نکن! ولی من از رو نمی‌روم من همچنان به نوشتن ادامه می‌دهم چون این شغل من است و بدان که من امروز سرکارم حاضر شدم و سهم خودم را انجام می‌دهم.»

قرنها پیش در صحرای آفریقای شمالی، مردم عادت داشتند که شبها برای رقص و موسیقی مقدس دور هم جمع بشوند و ساعت‌های متمادی، تا سحر، این رقص‌ها ادامه داشت و همیشه این رقص‌ها عالی اند چون این رقص‌ها حرفه‌ای بودن و کارشان

می‌شود. البته حاصل کارهایش تغییری نمی‌کند و همان قدر سیاه باقی می‌ماند! ولی فرآیند عوض می‌شود و اضطراب شدیدی که همیشه او را احاطه کرده بود، برطرف می‌شود. این فشار وقتی برطرف شد که آن جن یا آن نابغه‌ای که درونش بوده را بیرون آورد و آزادش کرد که برود به همان جایی که باید باشد و فهمید که نیازی نیست که این چیز آزار دهنده در درون او باشد، بلکه می‌تواند به شکل یک همکاری و مکالمه عجیب و غریب و غیر طبیعی، بین تام و این موجود خارجی باشد، که کاملا خود تام نیست.

من این داستان را که شنیدم کمی در روش

این موضوع صحبت می‌کردیم: تام در سراسر عمرش نمادی از هنرمند زجر کشیده معاصر بوده است و همیشه در حال درگیری برای کنترل و مدیریت سائق‌های خلاق در درون خودش بوده است، اما کم کم با بالا رفتن سنش آرام‌تر شد.

او به من گفت یک روز که در بزرگرایی در لوس آنجلس به سرعت در حال رانندگی بود، ناگهان صدایی به گوشش رسید که برای همیشه این مساله را در نظرش تغییر داد و آن صدا چیزی نبود جز: یک قطعه کوچک از یک ملودی.

الهام‌ها روشن و اغواگر هستند، تام به شدت دوستدار این ملودی زیبا شد، ولی هیچ



است، یک جلوه از خدا، خوب این خیلی خوب است. چون ما به این نیاز داریم. اما مشکل فردا صبح برای آن رقااص، وقتی که از خواب بیدار می شود، بروز می کند و می بیند که سه شنبه صبح ساعت یازده است و دیگر او جلوه ای از خدا نیست و فقط یک انسان میرای رو به پیروی است که تازه زانو درد هم دارد و شاید دیگر هیچ وقت به آن مقام دست پیدا نکند و شاید دیگر هیچ کس وقتی او می چرخد نام خدا را

را خوب انجام می دادند. ولی هر از چندی، خیلی به ندرت اتفاقی رخ می داد و یکی از این هنرمندها واقعا فرا مادی می شد و من می دانم که شما می فهمید من چه دارم می گویم، چون مطمئن هستم شما هم تا حالا یک موقعی توی زندگی تان یک اجرای هنری این طوری دیده اید. انگار که زمان متوقف شده باشد و آن رقااص پا درون یک درگاهی گذاشته باشد و بدون این که شخصاً کاری متفاوت از هزار شب قبل انجام

## وقتی که مورها به جنوب اسپانیا حمله کردند این رسم و رسوم را با خودشان به آنجا آوردند و تلفظ درطی قرنها از الله، الله، الله عوض شد و تبدیل شد به هولی، هولی

روانی هستیم، مدام به خودم تذکر بدهم که تترس، جان زن، تو کار خودت را بکن. مدام سر کارت و برای انجام سهم خودت هر چه که هست حاضر شو. اگر کار تو این است که برقصی، خوب، برقص.

اگر اون نابغه الهی که به تو اختصاص داده شده، تصمیم بگیرد که جلوه ای، فقط برای لحظه ای، از مجرای زحمات تو بروز کند، پس هولی!

و اگر هم نه، تو سهم خودت را به هر حال انجام بده و باز هم هولی به تو!

من به این باور دارم و فکر می کنم ما باید این را آموزش بدهیم.

به هر حال هولی به شما! فقط به خاطر این عشق انسانی و مداومتی که برای سر کار حاضر شدن دارید.»

این بار از زاویه ای دیگر به خلاقیت نگاه کردیم، با خواندن سخنرانی الیزابت گیلبرت متوجه شدیم که چقدر زایش یک ایده و یک خلاقیت می تواند دشوار و در عین حال باشکوه باشد.

این نویسنده در این سخنرانی، روش تکنیک روانی خود برای کم کردن تنش درونی اش حین خلق آثارش را با ما به اشتراک گذاشت.

به آواز نخواند. حالا باید بقیه عمرش را چه بکند؟ این سخت است. این از دردناک ترین چیزهایی است که باید در یک زندگی خلاق با آن کنار آمد.



ولی شاید راهی برای گریز از این همه درد و رنج وجود داشته باشد، اگر هیچ وقت از اول باور شما این نباشد که منشا جنبه های خارق العاده زندگی شما خود شما هستید، بلکه باور شما این باشد که اینها از یک منبع غیر قابل تصور به شما قرض داده می شود و فقط مدت کوتاهی از زندگی تان واجد این خصوصیات هستید و بعد این خصوصیات به نفر بعدی داده خواهد شد، اگر ما به این شکل به قضیه نگاه کنیم همه چیز عوض خواهد شد.

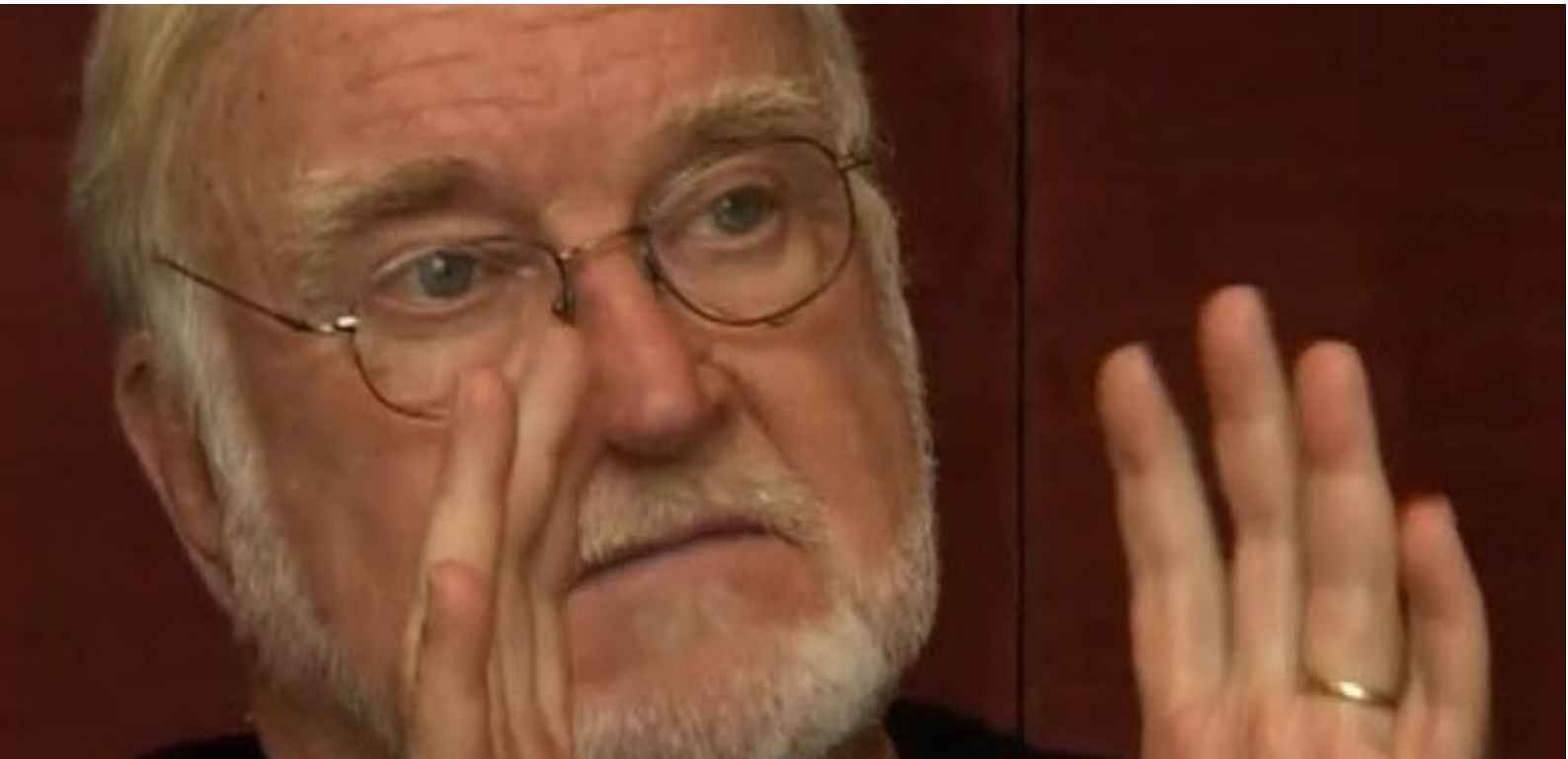
بدهد، انگار زمان متوقف شده و رقااص پا درون درگاهی گذاشته باشد، بدون اینکه شخصاً کاری متفاوت از هزار شب قبل انجام دهد، همه چیز با هم جفت و جور می شد و یکباره مثل اینکه او دیگر انسان زمینی نبود، انگار از درون متعالی شده و از زمین فاصله گرفته و با نور الهی که به او تابیده نورانی شده بود.

هر موقع چنین چیزی رخ می داد، مردم آن زمان این مساله را می شناختند و هر موقع چنین چیزی رخ می داد، آن را درک می کردند و برای این پدیده اسم داشتند، مردم شروع می کردند دست زدن و آواز خواندن: الله، الله، الله، خدا، خدا، این خدا است. می بیند؟

وقتی که مورها به جنوب اسپانیا حمله کردند این رسم و رسوم را با خودشان به آنجا آوردند و تلفظ درطی قرنها از الله، الله، الله عوض شد و تبدیل شد به هولی، هولی، هولی که شما هنوز در مراسم گاوبازی و رقص های فلامنکو می شنوید.

در اسپانیا هر موقع که رقااص کاری ناممکن و جادویی انجام می دهد، الله، هولی، هولی، الله، بی نظیر، براوو، غیر قابل توصیف، این

## سرخوشی و شکوه نوآوری و لحظه وجد



به خودم گفتم چون نمی‌توانم سینما بروم، اقلاً می‌روم به رایگان راجع به بشقاب پرنده‌ها چیزی بشنوم. مردی که سخنگوی کنفرانس آن شب بود، خیلی شخص جالبی بود و به جای آنکه راجع به آدم کوچولوهای سبز صحبت کند، در مورد این صحبت کرد که، چگونه روان اروپاییان به وسیله جنگ ضربه خورده بود و حالا ذهن آسیب‌دیده‌شان، خود بشقاب پرنده‌ها را به آسمان می‌تاباند. او در مورد این صحبت کرد که، چگونه **ماندالاهای** دین باستانی هند به قصد بازیافتن نظم و ترتیب، بعد از هرج و مرج جنگ، در آسمانها نمایان می‌شدند. این مطلب برای من بسیار جالب به نظر آمد. بعد از آن سخنرانی، شروع کردم به خواندن کتابهایش. آن شخص «**کارل یونگ**» بود،

می‌توانستند یک زندگی عادی، پرمحتوا و سرشار از رضایت و خوشی را پی بگیرند. به همین خاطر، تمایل پیدا کردم که بدانم، چه چیزی به زندگی ارزش زیستن را می‌دهد و سعی کردم، در زمان کودکی و نوجوانی، فلسفه مطالعه کنم و خودم را مشغول هنر و دین و چیزهای دیگری کنم تا بتوانم جواب آن سؤال را پیدا کنم تا بالاخره، به طور تصادفی، با روانشناسی برخورد کردم. من در یک پیست اسکای در سوئیس بودم، هیچ پولی نداشتم تا بتوانم خوش بگذرانم. برف آب شده بود و پول سینما رفتن را نداشتم، ولی در روزنامه‌ای خواندم که قرار است کنفرانسی به وسیله شخصی در مرکز زوریخ دیده‌شده برگزار شود، قرار بود در مورد بشقاب پرنده‌ها صحبت شود!

مقدمه: استاد روانپزشکی دانشگاه شیکاگو **Mihaly Csikszentmihalyi** - تحقیقات زیاد و دامنه‌داری در مورد خلاقیت انجام داده است. او یک سخنرانی بسیار شاخص در این مورد در همایش TED انجام داده است که در اینجا می‌توانید متن این سخنرانی را ببینید: من در اروپا بزرگ شدم، جنگ جهانی دوم مرا، در بین سنین هفت تا ده سالگی، گرفتار خود کرد. علیرغم شرایط جنگی، در آن مدت دریافتم که تعداد معدودی از بزرگسالانی را که می‌شناختم می‌توانند فجایی را که جنگ به زندگی‌شان وارد کرده بود، تحمل کنند و با وجود اینکه جنگ، شغلشان، خانه‌هایشان و امنیتشان را نابود کرده بود، همچنان

مکان‌هایی‌اند که مردم به آنجاها می‌رفتند تا زندگی را در فرم متمرکز و منظم‌اش تجربه کنند.

این مردم «احتیاج» به رفتن به همچنین جاهایی را نداشتند، این مکان‌ها درست مثل همین سالن همایش TED که شبیه یک آمفی‌تئاتر یونانی است، مکانی‌هایی بودند برای وجد.

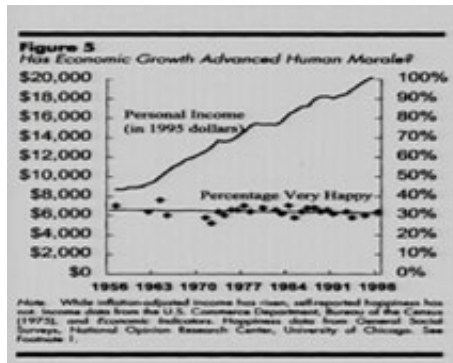
ولی در مورد آهنگ‌سازی که برایتان گفتم،



وجد بدون نیاز به رفتن به جایی، به سادگی به دست می‌آمد، او برای رسیدن به وجد، تنها یک تکه کاغذ نیاز دارد که بر رویش نقطه‌هایی را بنویسد و در حین این کار، او صداهایی را تصوّر می‌کند که بیشتر با ترکیب خاص، وجود نداشتند.

او هنگامی که به آن نقطه آغازین خلق کردن یک واقعیت و هستی نو می‌رسد، به لحظه وجد می‌رسد و وارد آن واقعیت دیگر می‌شود. این تجربه چنان قوی است که حس می‌کند که خودش وجود ندارد که شبیه یک حس رمانتیک اغراق‌شده است.

سیستم عصبی ما قابل به پردازش بیش از ۱۱۰ قطعه اطلاعاتی در ثانیه نیست. برای شنیدن و فهمیدن سخنان من، شما احتیاج



آهنگ‌سازان آمریکایی در دهه ۷۰ بود، مصاحبه‌ای که با او انجام دادم، چهل صفحه بود که در آن حس و حالش را در زمان‌هایی که روند ساخت موسیقی برایش خوب پیش می‌رفت را شرح داده بود. حس او در این زمان‌ها، چیزی بود که از آن تعبیر به به حالت «به وجد» آمدن می‌کرد.

وجد، در زبان یونانی به سادگی، معنی «در کنار چیزی قرار داشتن» را می‌دهد. اما بعد تبدیل شد به اصطلاحی برای یک حالت روانی که در آن، شخص احساس می‌کند کارهای عادی روزمره‌اش را انجام نمی‌دهد. پس وجد، اساساً، قدم برداشتن به سوی یک هستی جایگزین است.

خیلی جالب است، اگر توجه کنید، وقتی که ما در مورد تمدن‌هایی که آنها را سرآمد موفقیت بشریت می‌انگاریم، فکر میکنیم، خواه چین، یونان، هند، مایا یا مصر باشد، می‌بینیم که تمام چیزهایی را که در مورد آنها می‌دانیم، دراصل وجد آنهاست، نه زندگی روزمره آنها.

ما از پرستشگاه‌هایی که آنها بنا کردند، خبر داریم، مکانی که مردم برای تجربه کردن

کسی که اسم و آثارش برایم ناشناخته بود. (کارل یونگ روانشناس بسیار مشهور سوئسی است)

آنگاه، به این کشور آمدم تا روانشناسی تحصیل کنم و بنا کردم به جستجو برای پیدا کردن جوهره‌های شادی.

۳۰ درصد مردمی که از سال ۱۹۵۶ تا به حال در آمریکا بررسی شده‌اند می‌گویند زندگی‌شان بسیار شاد و خوش است. این آمار تا به حال هیچ تغییری نکرده است، در حالی که درآمد شخصی، با در نظر گرفتن نرخ تورم در این چند دهه، بیش از دو و حتی تقریباً سه برابر شده است، ولی میزان احساس خوشبختی، ثابت مانده است.

به عبارت دیگر، اگر درآمد بالای سطح فلاکت باشد، با افزایش بیشتر درآمد، میزان احساس شادی توسط مردم بالاتر نخواهد رفت.

یعنی، بعد از یک نقطه معین و اساسی که کم و بیش مطابقت با چند هزار دلار بالای حداقل سطح فلاکت دارد، یعنی افزایش منابع مادی لزوماً خوشی و شادی را افزایش نمی‌دهند.

پس سعی کردم که بفهمم ما در کجای زندگی روزمره و تجربیات معمولی‌مان، خوشی و شادی را واقعاً حس می‌کنیم و برای آغاز، حدود چهار سال پیش، شروع کردم به بررسی آدم‌های خلاق از جمله هنرمندان و دانشمندان تا بفهمم چه چیزی باعث شده که آنها زندگی‌شان را وقف کارهایی کنند که انتظار نمی‌رفت شهرت یا ثروت برایشان

“ او هنگامی که به آن نقطه آغازین خلق کردن یک واقعیت و هستی نو می‌رسد، به لحظه وجد می‌رسد ”

به پردازش ۶۰ قطعه داده در ثانیه دارید. به این دلیل است که شما نمی‌توانید به دو نفر، به صورت همزمان گوش بدهید و

واقعیتی متمایز به آنجا می‌آمدند. ما از سیرک‌ها، میدان‌ها و تئاترها خبر داریم که

در پی داشته باشد، ولی آنقدر بالرش بود که زندگی‌شان را معنادار کرده بود. یکی از این اشخاص، یکی از برجسته‌ترین

دارد، شخصی که زمانی بدون پول، شرکت سونی را پایه نهاد، در آن زمان آنها هیچ



سخنان او همین لحظات جاری که در آن بدون تلاش و به صورت خودانگیز، شعرهای جاری می‌شدند را پیدا کرده بود، این شاعر، احساس لحظات وجدش را به صورت درمی که به سوی آسمان شناور می‌شود، توصیف می‌کند. این شرح، بسیار شبیه به حس و حالی است که آلبرت اینشتین زمان کار روی فرضیه نسبیت، داشته است.

دقیقا همین حالت را اشخاص دیگر هم در لحظات وجود یا فلوی خود دارند، مثلا یکی از شاگردان من در گفتگویی که با ورزشکار برجسته استرالیایی به نام سوزان جکسون که یک ژیمناست مطرح در المپیک است، متوجه شدم وی در زمانی که هنر خود را با موسیقی ممزوج می‌کند، همین حس و

حرف‌هایشان را بفهمید. وقتی کسی کاملاً غرقِ چنین جریانِ پیچیده‌ای، برای آفرینش چیزی نو می‌شوید، همانطوری که این موسیقی‌دان هست، برایش توجه کافی باقی نمی‌ماند تا حواسش به احساسات بدنی یا مشکلاتِ خانگی‌اش باشد. او حتی قادر نیست که ببیند خسته یا گرسنه است. بدنش ناپدید می‌شود، هویتش از حسِ آگاهی ناپدید می‌شود، زیرا او به اندازه کافی حواس ندارد تا بتواند کاری که توجهِ بسیار لازم دارد را خوب انجام دهد و همزمان احساسِ زیستن را داشته باشد. پس به این ترتیب، هستی موقتا موقوف می‌شود. جریانِ خودکار و خودانگیزی که موسیقی‌دان شرح می‌دهد می‌تواند فقط برای اشخاص

اشخاص بسیاری حالت لحظات خلاقیت و آفرینش را به عنوان «جریان خودانگیز» شرح می‌دهند، من این نوع تجربه را «تجربه جاری یا فلو» نام داده‌ام

محصول خاصی نداشتند، اما یک انگاره داشتند و آن انگاره این بود که مکانی را بسازند که در آنجا، مهندسين لذتِ نوآوری فناوری را حس کنند و از مأموریت خود برای اجتماع آگاه باشند و برای خوشی جانشان، کار کنند. ایبوکا از اشتیاق و علاقه شدیدش است که به وسیله انجام دادن بهترین کار و داشتن «فلو» در حین کار، به وجود می‌آید، می‌گوید.

من قادر نیستم به همچنین مثالِ عالی در مورد وارد شدنِ «فلو» به مکان کار، چیزی اضافه کنم.

چگونه بدانیم که در نقطه «فلو» هستیم؟

۷ معیار برای فلو وجود دارد:

۱- تمرکز، مشغولیت کامل با کاری که در حال انجامش هستیم.

۲- حس سرخوشی، حس خارج بودن از واقعیت روزانه

۳- شفافیت درونی: دانستن کاری که باید

حال را دارد. در آخرین کتابم که عنوانش «تجارتِ خوب» است، شرح داده‌ام که آن دسته از رؤسای موفق که به وسیله همتهای خود به عنوان اشخاصی موفق، اخلاق گرا و مسئولیت مدار از لحاظ اجتماعی، توصیف می‌شوند، موفقیت را به معنای چیزی که دیگران را کمک می‌کند و درحین حال خود شخص را خشنود می‌سازد، تعریف کرده‌اند.

همانطور که تمامی این رؤسای موفق و مسئول می‌گویند، اگر شما یک شغل با معنی و موفق را می‌خواهید، نمی‌توانید برای موفقیت فقط یکی از اینها را داشته باشید.

آیتا رُدیک، یکی از همین این رؤسا است که با او مصاحبه کرده‌ام، او بنیان گذارِ Body Shop است که یک مؤسسه زیبایی است، او پادشاه فن آرایش و زیبایی به حساب می‌آید.

نقل قول جالبی از «ماسارو ایبوکا» وجود

اتفاق بیافتد که به قدر بسیار عالی تربیت یافته و تکنیکی را توسعه داده‌اند. مطابق تحقیقاتی که در مورد خلاقیت انجام شده است، مشخص شده است که بدون دست کم ۱۰ سال سابقه علمِ فنی در رشته‌ای به خصوص، خواه ریاضیات یا موسیقی باشد، کمتر پیش می‌آید که کسی بتواند چیزی واقعا نو را ایجاد کند یا بتواند چیزی را به صورتی تغییر دهد که از وضعیت قبلی‌اش بهتر باشد.

اشخاص بسیاری حالت لحظات خلاقیت و آفرینش را به عنوان «جریان خودانگیز» شرح می‌دهند، من این نوع تجربه را «تجربه جاری یا فلو» نام داده‌ام.

افرادی که در زمینه‌های مختلف فعالیت می‌کنند، این تجربه را به صورت‌های مختلف شرح می‌دهند، برای مثال یکی از شاگردان من که با یکی از بهترین نویسندگان و شاعران آمریکایی مصاحبه کرده بود، در

انجامش دهیم و چگونگی انجام آن  
 ۴- دانستن آنکه کاری که در حال انجامش هستیم قابل انجام است و اینکه مهارت‌های خود را پاره‌ای از چیزی وسیع‌تر و کامل‌تر حس خواهید کرد و موقعی که این شرایط حاضر باشند، کاری را که انجام می‌دهید، به همان طور که در نمودار بالا می‌بینید در کنار ناحیه فلو، دو ناحیه تحریک یا Arousal و ناحیه کنترل وجود دارد. کسی که در

“ ممکن است که شما در حال انجام کارهای بسیار متفاوت از دیگران باشید، ولی برای هر فرد، آن کانالِ «فلو»، موقعی پیش می‌آید که مشغول به کار مورد علاقه و پر لذت خویش است ”

ناحیه تحریک باشد با کمی افزایش مهارت می‌تواند وارد مرحله فلو شود و کسی که در ناحیه کنترل باشد با کمی افزایش انگیزش می‌تواند باز وارد ناحیه خواستنی فلو شود. ورود از ناحیه کنترل یا تحریک به ناحیه فلو نسبتاً آسان است، اما اگر در نواحی دیگر باشید، این کار دشوارتر می‌شود، برای مثال تمدد اعصاب یا Relaxation بد نیست، اما مثلاً بودن در ناحیه بی‌توجهی یا آپاتی، اصلاً خوب نیست، متأسفانه، بسیاری از تجربیات



مردم در همین ناحیه بی‌توجهی است. سؤال نهایی این است که چطور بیشتر زندگی روزمره‌مان را در آن کانالِ «فلو» بگذرانیم؟ بعضی‌ها می‌توانند بدون کمکی به صورت خودبخود به این فاز بروند ولی بعضی بدون کمک و راهنمایی قادر به این کار نیستند. رسالتی که ما داریم، کمک به همین افراد است.

خاطر خودش، با ارزش خواهد بود. ما حتی می‌توانیم این حس را اندازه بگیریم! در تحقیقاتمان، ما به اشخاص، پیچره‌های الکترونیکی می‌دهیم که روزی ۱۰ بار زنگ می‌زنند، هر وقت که زنگ زدند، افراد می‌گویند که در حال انجام چه کاری هستند، چه حسی دارند، کجا هستند و به چه چیزی دارند می‌اندیشند. دو چیزی را که ما اندازه می‌گیریم، مقدار دشواری که اشخاص در آن لحظه تجربه می‌کنند است به علاوه مقدار مهارت‌هایی که آنها حس می‌کنند در آن لحظه دارند.

پس برای هر فرد ما می‌توانیم یک میانگین معین کنیم، که در مرکز نمودار است و میزان میانگین سختی و مهارت خواهد بود که با افراد دیگر فرق خواهد داشت. هر شخص یک نوع نقطه معینی دارد که در وسط قرار خواهد داشت، وقتی که ما بدانیم که آن نقطه دقیق چیست، قادر به پیشگویی دقیق زمان «فلو» خواهیم بود، که زمانی است که سختی‌ها و مهارت‌های شما فراتر از مُعدل باشند.

ممکن است که شما در حال انجام کارهای بسیار متفاوت از دیگران باشید، ولی برای هر فرد، آن کانالِ «فلو»، موقعی پیش می‌آید که مشغول به کار مورد علاقه و پر لذت خویش است، همانند نواختن پیانو، یا احتمالاً بودن با دوستی صمیمی، یا مشغول کار بودن، البته اگر شغلتان قادر به فراهم کردنِ «فلو» باشد.

شما برای انجام آن کافی است.  
 ۵- حس آرامش و نبود نگرانی، حس رشد، فارغ از محدودیت‌ها  
 ۶- حس بی‌زمانی، ساعت‌ها به مانند دقایق گذر کنند.  
 ۷- انگیزش درونی، همان چیزی که فلو را ایجاد می‌کند، پاداش‌های خود را هم به شما می‌دهد.

ما با همکارانمان در سراسر دنیا، حدوداً بیش از ۸۰۰۰ مصاحبه با مردم انجام داده‌ایم، از راهب‌های دومینیکن گرفته تا راهب‌های نابینا، کوهنوردان هیمالیا، چوپانهای ناواجو، که همگی از کارشان علیرغم فرهنگ‌ها و آموزش‌های متفاوت، بسیار لذت می‌برند. یک نقطه تمرکز وجود دارد، که وقتی قوت پیدا میکند، باعث احساساتِ وجد و فلو می‌شود، شما دقیقاً خواهید دانست که از یک لحظه به لحظه بعد چه کاری را می‌خواهید انجام دهید و بلافاصله، باز خورد دریافت خواهید کرد. خواهید دانست که کاری را که می‌خواهید انجام دهید شدنی است، حتی اگر مشکل باشد، حس زمان ناپدید می‌شود، خود را فراموش می‌کنید و



## کتاب‌هایی که زندگی شما را تغییر می‌دهند:

### معرفی ۱۱ کتاب در مورد آموزش خلاقیت و متفاوت‌اندیشی



“

در «یک پزشک»، پست‌های معرفی کتاب زیادی نوشته‌ام، شاید اگر هیچ کدام از کتاب‌های قبلی معرفی‌شده را تهیه نکرده باشید، خسران زیادی متوجه شما نشده باشد، اما این بار واقعا توصیه می‌کنم که دست کم دو سه کتاب این پست را تهیه کنید

”

پس در این پست تعدادی از بهترین کتاب‌هایی که در بازار کتاب ایران می‌توانید در مورد خلاقیت و شکوفایی پیدا کنید، به شما معرفی خواهم کرد.

در «یک پزشک»، پست‌های معرفی کتاب زیادی نوشته‌ام، شاید اگر هیچ کدام از کتاب‌های قبلی معرفی‌شده را تهیه نکرده باشید، خسران زیادی متوجه شما نشده باشد، اما این بار واقعا توصیه می‌کنم که دست کم دو سه کتاب این پست را تهیه کنید و سر فرصت و ذره ذره بخوانید، احتمال اینکه این کتاب‌ها بتوانند شما را

**آبراهام مزلو**، روانشناس آمریکایی مشهوری بود که نظریه مشهورتر «سلسله مراتب نیازهای انسانی» یا «هرم مزلو» را ارائه داد. به این هرم نگاه کنید و پیش خودتان قضاوت کنید که در سال‌هایی که سپری کرده‌اید، دنبال دست یافتن به کدام طبقه این هرم بوده‌اید.

در سلسله پست‌هایی که در ویژه‌نامه نوروزی «یک پزشک» داشتیم، خواستم شما را با «قله» این هرم آشنا کنم. اما این پست‌ها اگر بدون معرفی کتاب باشند، مسلما کامل نخواهند بود.

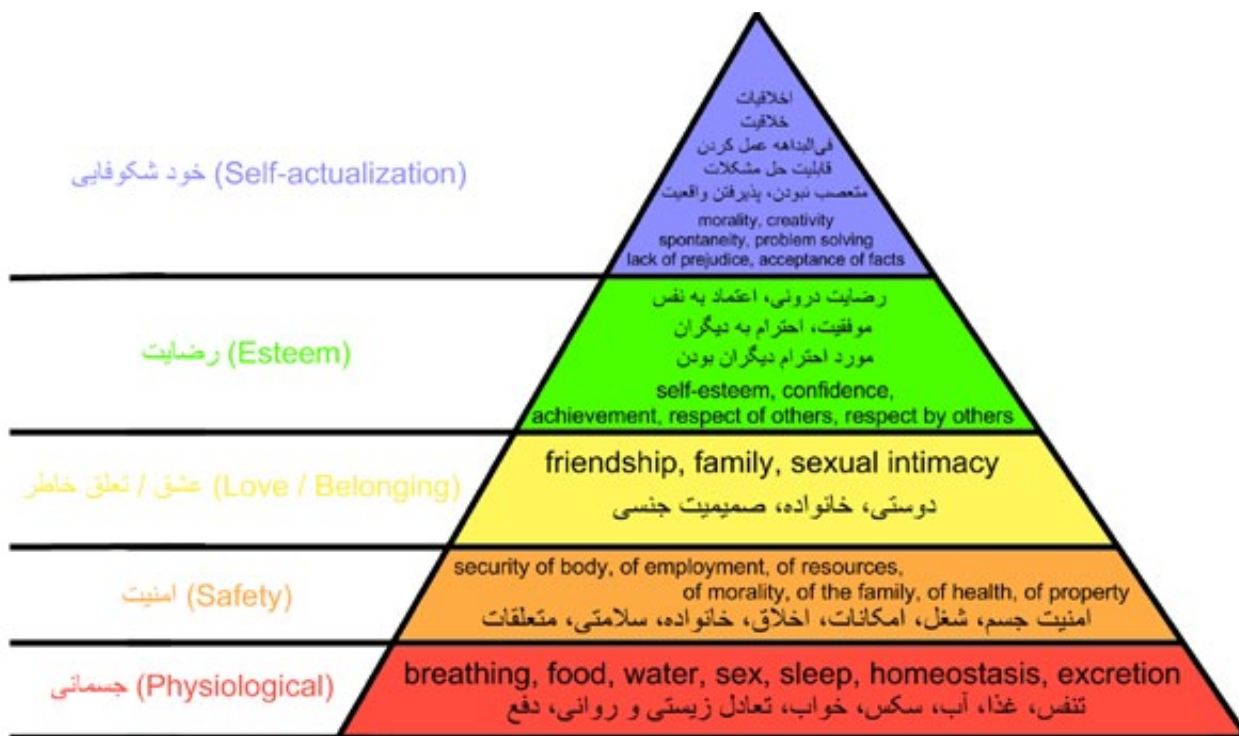
در بازار کتاب، انبوهند کتاب‌های شبه‌علمی روانشناسی که می‌خواهند هنر ثروتمند شدن، خوشبخت شدن، روابط موفق میان‌فردی یا رهایی از تنش‌های روزانه بیاموزند.

اما صرف‌نظر از درجه اعتبار علمی این کتاب‌ها، باید پرسید غایت آرزوی ما چیست؟ فرض کنید که این کتاب‌ها بتوانند ما را به ثروت برسانند، ما را به یارمان برسانند، ما را جذاب کنند یا از تنش‌های روزانه برهانند، آیا اینها نهایت شادی و رضایتمندی ما را فراهم می‌آورند؟

از روزمرگی رایج به درآوردن و شما را در مسیری نو بیندازند، زیاد است!

یک سرهنگ روسی سابق، یک جراح پلاستیک با سابقه و یک عارف هندی، سه کتاب از کتاب‌های معرفی شده در پایین را نوشته‌اند، برای من بسیار جالب بود که علیرغم این که این سه از سه دنیای کاملا متفاوت بوده‌اند، در شرایط مختلفی زیسته‌اند و در دهه‌های مختلفی، جهان‌آزمایی کرده‌اند، در نهایت روح سخنشان در مورد خلاقیت تقریبا یک چیزی بوده است و توصیه‌های

بنیادی‌شان با هم تفاوت زیادی ندارد. هر سه خلاقیت را -همچون مزلو- در رأس هرم نیازهای آدمی و نقطه اوج او می‌دانند و هر سه پیشنهاد می‌کنند که با فراغت از پایبند تن و جامعه، لذت خلاقیت و خودشکوفایی را بجشیم.



### هرم مراتب نیازهای انسان (هرم مازلو)

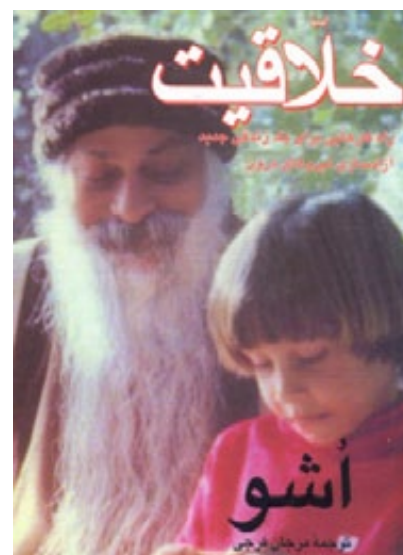
نشریه فرهنگی معرفی شده باشد و احتمالا نامش به گوشتان نخورده باشد، نظرم را تغییر داد.

اشو، بین سالهای ۱۹۳۱ تا ۱۹۹۰ می‌زیست، تعالیم «اشو»، توانسته زندگی میلیون‌ها نفر از همه سنین و مسلک‌ها را تغییر بدهد. از او به عنوان یکی از هزار آینده‌ساز قرن بیستم و یکی از ده مردی که سرنوشت کشور هند را تغییر داده‌اند، در کنار گاندی، نهرو و بودا نام برده شده است.

تلاش اصلی او کمک به ایجاد شرایطی

۱- **خلاقیت، راه‌کارهایی برای یک زندگی جدید، آزادسازی نیروهای درون:** این کتاب را واقعا تصادفی تهیه کردم و تصور نمی‌کردم که عارفی هندی به نام «اشو» اینقدر معانی عمیق در مورد زندگی و خلاقیت را بتواند در یک کتاب بگنجاند.

انتظار من این بود که مثلا با خواندن کتاب زندگی‌نامه استیو جابز، چیزهای بیشتری در مورد خلاقیت دستگیرم شود، اما این کتاب ۲۴۸ صفحه‌ای که شاید در کمتر روزنامه و



در گذشته، افراد خلاق شامل نقاشان، موسیقی‌دانان، شاعران، مجسمه‌سازان، صرفاً از روی ضرورت محض مجبور بودند از حسن شهرت و احترام چشم‌پوشند. آنها مجبور بودند، زندگی سنت‌شکنانه‌ای را در پیش بگیرند، زندگی یک خانه به دوش، این تنها راه ممکن برای بروز و ظهور خلاقیت

برای تولد نوع جدیدی از انسان بود. او در کتاب‌هایش با آمیختن حکمت جاودانه شرق و توان علمی و فناوری غرب، معجونی سخت‌گوارا به خوانندگان ارائه می‌دهند.

### بریده‌هایی از این کتاب:

اگر تک‌بعدی باشی، می‌توانی به قله‌ای رفیع دست پیدا کنی، اما آن موقع فقط یک

“ خلاقیت، بزرگ‌ترین عصیان در عالم هستی است. برای خلق کردن باید از همه قید و بندها رها شد، وگرنه خلاقیت تو چیزی جز تقلید و نسخه‌برداری نخواهد بود ”

این کتاب را انتشارات فردوس منتشر کرده است.

**۲- شکوفاسازی خلاقیت:** این کتاب نوشته دکتر رابرت فیشر و مری ویلیامز است و انتشارات پیک بهار با ترجمه ناتالی چوبینه آن را در ۲۴۶ صفحه منتشر کرده است. در شکوفاسازی خلاقیت، عوامل متفاوتی مؤثرند از جمله شرایط محیطی، نوع آموزش، نحوه سلوک، کمک‌های خانواده و ده‌ها مورد دیگر.

در این کتاب نویسندگان تلاش کرده‌اند تا با حفظ چارچوب‌های علمی و تجربی، به خوانندگان کمک کنند تا این توانایی نهفته و خفته را شکوفا کنند و آن را به صورت یک مهارت درآورند.

**۳ - سایکوسپیرنتیک، روان‌شناسی خلاقیت:** این کتاب بسیار مشهور است، کتاب در سال ۱۹۶۰ نوشته شده است و سالهاست که جزو برترین کتاب‌های کلاسیکی که می‌توانند به ارتقای شخصی و زندگی خوانندگان کمک کنند، قرار دارد.

نویسنده این کتاب، یک جراح زیبایی برجسته آمریکایی بود به نام **مکسول مالتز** است که در سال ۱۸۹۹ به دنیا آمد و در سال ۱۹۷۵ درگذشت.

آنان بود. در آینده دیگر لزومی به این کار نیست. اگر مرا درک کنید و حقیقت نهفته در گفته‌های مرا با دل و جان احساس کنید، آنگاه در آینده هر کس می‌تواند به عنوان فردی شاخص زندگی کند. دیگر نیازی به زندگی سنت‌شکنانه نیست. زندگی سنت‌شکنانه محصول فرعی یک زندگی جزمی، متحجر و قراردادی است که آبرو در آن حرف اول را می‌زند.

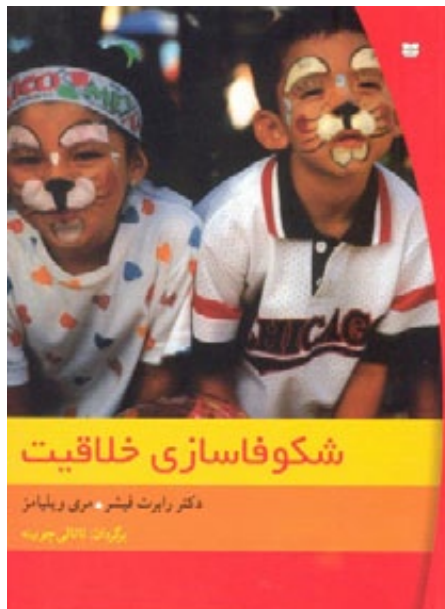
اما تصور نکنید که این کتاب یکسره، شامل توصیه‌های دقیق اشو است، کتاب مملو است از حکایات فلسفی و عرفانی نغز و پرمعنا. حتی اگر شما تعهدی در خود برای یادگیری خلاقیت از طریق این کتاب

قله‌ای. دلم می‌خواهد تو کل سلسله جبال هیمالیا شوی - نه فقط یه قله، که قله‌هایی بر فراز قله‌های دیگر.

### بوی خوش آزادی:

خلاقیت، بزرگ‌ترین عصیان در عالم هستی است. برای خلق کردن باید از همه قید و بندها رها شد، وگرنه خلاقیت تو چیزی جز تقلید و نسخه‌برداری نخواهد بود، فقط یک نسخه بدل! تو فقط هنگامی می‌توانی خلاق باشی که فردیت خویشتن را دریابی. تو به عنوان بخشی از روان‌شناسی عامه مردم نمی‌توانی چیزی خلق کنی. روانشناسی عامه مردم، غیرپویا و غیرخلاق است، چون زندگی کسالت‌آوری را سپری می‌کند، هیچ رقت و سرود و تفریحی نمی‌شناسد، از این رو قالبی و فاقد قوه ابتکار است.

فرد خلاق نمی‌تواند راه رفته را طی کند، باید راه خود را در میان جنگل‌های انبوه زندگی بیابد. باید تنها گذر کند، باید از ذهن توده مردم، مبرا و متمایز باشد. ذهن جمعی پست‌ترین ذهن در دنیاست، - حتی افراد به اصطلاح احمق هم از حماقت جمعی برترند. اما همین جمع‌گرایی از بازار رشوه گرمی برخوردار است، به این معنا که فقط برای افرادی احترام و افتخار قائل است که مصرانه راه ذهن جمعی را تنها راه صحیح بدانند.





شکسپیر در داستان هاملت می‌نویسد: «سلاح بگیریدید و در برابر دریای مشکلات بایستید.»

برای رسیدن به زندگی خلاق باید سلاح بگیرید، باید خود را با سلاح‌های پر قدرت مجهز کنید تا به وقت لزوم و در برخوردها با شدايد از آن استفاده کنید.

در قسمت دیگری از کتاب او روزی از زندگی خود را برایتان تعریف می‌کند که زندگی‌اش را تغییر داد، روزی که او تازه انترن شده بود و پدرش به شوق دیدن پسر در لباس سفید می‌خواست به دیدن او در بیمارستان بیاید. اما به ناگاه، خبری ناخوشایند با تلفن

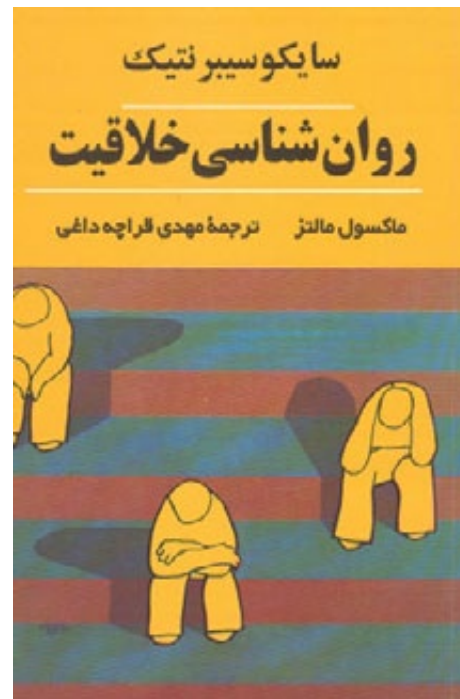


آدم تصور می‌کند که یک جراح پلاستیک باید مشغول‌تر از آن بوده باشد که کتاب بنویسد و راه زندگی توصیه کند، اما در مورد دکتر مالتز این طور نبود.

خودش در این کتاب در جایی نوشته است: چهل سال است که به کار جراحی پلاستیک مشغولم، در این مدت تصاویر جسمانی صدها، بلکه هزارها انسان را تغییر داده‌ام، کار رضایت‌بخشی دارم، سازنده هستم. چانه‌ها را صاف کرده‌ام، بینی‌ها را تراشیده‌ام، زخم‌های زشت را از صورت‌ها برداشته‌ام، چین و چروک و گوشت‌های اضافی صورت‌ها را محو کرده‌ام. دلیل این همه مراجعه مردم گواه این حقیقت است که آنها به تصویر جسمانی خود اهمیت می‌دهند و چرا ندهند؟ چرا نباید مردم به فکر سر و وضع و قیافه خود باشند؟ انسان عاقل و بالغ همین کار را می‌کند.

در نقش جراح پلاستیک به بسیاری از مردم کمک کرده‌ام، تا احساس بهتری از خود پیدا کنند و با این حال، زندگی همه‌اش به صورت زیبا نیست. نیروی دیگری هم هست که می‌تواند می‌تواند جراحات ذهنی شما را پاک کند. این نیرویی است که می‌تواند حتی در دنیای پرآشوب ما و حتی وقتی حوادث برخلاف میل ما اتفاق می‌افتند به ما احساس امنیت بدهد.

بحث بر سر تصویر ذهنی ماست.



به دکتر مالتز داده شد: پدر او در مسیر راه با کامیون تصادف کرده بود و در گذشته بود. دکتر مالتز در این کتاب شرح می‌دهد که چگونه نه تنها از آن شوک به درآمد، بلکه زندگی خلاق در پیش گرفت.

این کتاب را انتشارات شباهنگ منتشر کرده است.



است.

**۵- پرورش استعداد همگانی ابداع و خلاقیت:** این کتاب نوشته دکتر الکس اس

اسبورن است و انتشارات نیلوفر آن را منتشر



**۴- مگا خلاقیت:** این کتاب زیبا را دکتر

حرکت شرکت‌های بزرگ فناوری به کار کسانی می‌خورد که از زاویه خلاقیت صنعتی به پدیده خلاقیت نگاه کنند.

**کتاب‌های ۹ - ۱۰ و ۱۱:** انتشارات مبلغان سه کتاب جالب دارد که خواندش برای کسانی که می‌خواهند مسیر خلاقیت و داستان موفقیت شرکت‌ها و حتی کشورها را درک کنند، مفید است.

عنوان این سه کتاب: ساخت چین، شگردهای دل در تسخیر بازار، سرگذشت شگفت‌انگیز گوگل است.

خواندن این سه کتاب را به دوست‌داران فناوری و خلاقیت توصیه می‌کنم.



بخوانید، کتاب «مغز و خلاقیت» را به شما توصیه می‌کنم. این کتاب را ماریو توکورو و کن موگی نوشته‌اند. این کتاب را نشر دانژه منتشر کرده است.

**۸- هنر نوآوری:** این کتاب را تام کلی نوشته است که یک مشاور اقتصادی، نویسنده و سخنران برجسته در زمینه خلاقیت و نوآوری است.

کرده است. ظاهر کتاب ممکن جذاب به نظر نرسد و فونت کتاب هم مقداری ریزتر از معمول است.

این کتاب هم مملو از نکات تاریخی و حکایت‌هایی است که شما را تشویق به یادگیری خلاقیت و شهادت دست زدن به ابداع می‌کند.

**۶ - خلاقیت، تفکر انتقادی:** این کتاب نوشته آنتونی وستون است.



بریده‌ای از کتاب:

خلاقیت همان طور که خواهیم دید نوع خاصی از بازیگوشی را می‌طلبد، اما وادان نیست. خلاقیت کار می‌طلبد. از ادیسون نقل شده است که الهام تنها یک درصد نبوغ را تشکیل می‌دهد و ۹۹ درصد بقیه، عرق جبین ریختن است. شاید او کمی مبالغه کرده باشد. من می‌گویم ۲۰ درصد الهام و ۸۰ درصد عرق ریختن، اما خود همین هم، کم عرقی نیست!

این کتاب را انتشارات آمه منتشر کرده است.

**۷- مغز و خلاقیت:** پست‌هایی را در ویژه‌نامه خلاقیت یک پزشک به بررسی خلاقیت از دید نوروساینس اختصاص دادم، اما اگر می‌خواهید کتابی در این مورد



این کتاب با نقل داستان‌هایی از مسیر

تفكر  
Different  
Think

