

# 《30天学会创意：唤醒与生俱来的创造力潜能》

## 书籍信息

版次：5

页数：

字数：229000

印刷时间：2012年08月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787511325068

## 编辑推荐

《30天学会创意--唤醒与生俱来的创造力潜能(精)》编著者崔拉·夏普。创意无所不在，机会天天都有，好的创意的关键，不是想什么，在什么时候或什么地方想，而是“怎么想”。锻炼创意思维的方法，绝不是只有一道法门、一条路，而是门中有门，路中有路。只要你愿意换个角度，跳出传统思维模式的限制，就能让你的创意源源不断，开创惊人的成绩。对于美国\*伟大的编舞家之一崔拉·夏普而言，创意并不是上天赐予的礼物，也不单单是有如天启的神秘灵感火花，而是充分的准备工作和辛勤努力产生的结果。每一个想要成为有创造力的人都能触手可及。只要你愿意，让创意成为日常生活的一种习惯，那么创意\*\*可以是你的囊中之物。创意需要你做的一件事情就是自动自发地让它成为一种习惯，成为你生活中不可或缺的一部分。想象有限，创意无限。谨小慎微的想法是无法让人热血沸腾的，雄心壮志才能鼓舞人心。模仿别人的创意也许短期内可以奏效，却无法让你拥有成功的人生。要想让自己的人生立于不败之地，就要学会创意，保持自己与众不同的特色。

## 内容简介

《30天学会创意--唤醒与生俱来的创造力潜能(精)》编著者崔拉·夏普。

《30天学会创意--唤醒与生俱来的创造力潜能(精)》内容提要：创意是对传统的叛逆，是打破常规的大智大勇，是一种智能拓展，是破旧立新的循环式上升。没有了创意，我们将没有生存的本钱。

本书中，崔拉·夏普讲述了她在35年的创作生涯中学到的各种经验。

并将它们拿出来与读者分享。在她的创作领域中。一间空空如也的房间、一张空无一物的办公桌、一面空白洁净的画布，都可以激励人们精力充沛地创作。她手把手地引导读者搜罗创意，找出作品的主轴、走出成规的泥沼，对读者了解和认识创意的秘密、正确识别自己的创意潜质、掌握创意思考的相关技能和应用技巧，拓展思维。突破人生瓶颈具有相当大的指导性。

不管你是画家、作曲家、导演、舞蹈编导等创作人员，还是洽谈生意的商界人士；不管你是研发新式菜肴的厨师，还是希望孩子以全新的视角看待世界的母亲；不管你是希望在学习方法上有所突破的学生。还是希望在工作领域中独树一帜的白领，都能从中收益良多。

[显示全部信息](#)

# 目录

???	?????????
???	?????????
???	????DNA
???	???????
???	?????????
???	?????????
???	???????????
???	???????????
???	???????????
???	???????????
???	???????????
?????	???????????"?"
?????	???????????

# 前言

英国作家狄更斯说过：“这是一个最好的时代，这是一个最坏的时代。”时代的发展给我们带来了无数的机遇，但是我们也无法避免因激烈竞争而产生的“生存还是死亡”的抉择。我们要以怎样的方式面对挑战，面对不确定和无限的未来？在这个追求个性和创新的年代，怎样才能在工作学习中脱颖而出？怎样让自己的生活充满新奇和惊喜？答案只有一个，那就是学会创意，唤醒体内与生俱来的创造力潜能，用创意引导生活。

创意是对传统的叛逆，是打破常规的大智大勇，是一种智能拓展，是破旧立新的循环式上升。看一看现在的生活，再想一想若干年以前的地球，我们不难想象，如果人类没有了创意将是怎样的状况。

没有了创意，我们将没有生存的资本。创意无所不在，机会天天都有，好的创意的关键，不是想什么，在什么时候或什么地方想，而是“怎么想”。而锻炼创意思维的方法，绝不是只有一道法门、一条路，而是门中有门，路中有路。只要你愿意换个角度，跳出传统思维模式的限制，就能让你的创意源源不断，开创惊人的成绩。

多数人认为，创意是上天赐予的礼物，是转瞬即逝的灵感。其实，那些创意高手——畅销作家、广告创意总监、编舞家、摄影师、导演、编剧、科技研发人员，都是让创意成为习惯的人。

[显示全部信息](#)

## 在线试读部分章节

对于一些人来说，这间空空如也的排练室象征着某种深邃、神秘，甚至让人害怕的事情，象征着一项艰巨的任务，从一无所有开始，以你自己的方式努力工作，创作出完整、优美且让众人满意的舞蹈作品。这无异于作家将一沓新纸放入打字机中开始写作，或者面对着不停闪烁的电脑屏幕，刚刚打开一个空白文档；无异于画家面对着一张纯净的画布；无异于雕刻家目不转睛地凝视着一大块未经雕琢的石头；无异于坐在钢琴旁的作曲家，纤长的手指游移在琴键上方却不知如何落下。

一些人认为这个时刻——在创作开始前的这个时刻，是如此痛苦不堪，他们总是无法轻松地应对。他们会起身，离开电脑、画布或钢琴。他们会去小睡一会儿，或出去购物，或准备午餐，或在屋子的里里外外做一些日常家务。他们这样做是在拖延。拖延发展到极致，这件让他们感到恐怖的事就会让他们全然不知所措。

这一处空无一物的空间可谓简陋而平淡，但是，我的整个职业生涯一直都在面对它。这是我的工作，同时，这也是我的天职。我要让这空旷的空间充实起来，构建我的身份。

我是舞蹈演员和舞蹈编导。在过去的35年中，我创作了130支舞蹈和芭蕾。其中一些非常棒，还有一些不是那么优秀，其中一些遭到不太好的评论。当然，这是一种谦虚的说法。一般说来品质不会有“好”或“差”的说法，通常是“非常好”和“比较好”的区别。我和舞蹈演员们几乎在你能想象到的任何场合和环境中工作过。我曾经在牧牛场排练过，也曾经在数以百计的舞蹈排练室排练过。其中一些装修考究，造价高昂，尽显奢华；还有一些则尘土飞扬，脏乱不堪，老鼠在排练室的周边乱窜。

我曾经在前捷克斯洛伐克的首都布拉格的一个电影制片厂度过了8个月，为著名导演米洛斯·福尔曼(Milos Forman)执导的电影《莫扎特传》(Amadeus)编舞，并执导其中的歌剧连续镜头；1979年，米洛斯·福尔曼执导电影《头发》(Hair)的时候，我还为这部影片策划过在纽约市中央公园拍摄的关于马的连续镜头；我与舞蹈演员们在伦敦、巴黎、瑞典的斯德哥尔摩、悉尼和柏林的歌剧院都工作过。我经营自己的舞团已经有30年，我曾经创作并执导百老汇戏剧界最叫座的节目。我已工作了足够长的时间，并一如既往地创作。到现在为止，我发现，在这间空空如也、宽敞明亮的排练室里，不仅存在着挑战和惶恐，同时还存在着宁静与承诺。这里俨然成了我的家。

在这么多年之后，我认识到，要成为有创造力的人是一份全职工作，有着它自己的日常模式。举例来说，这也是为什么作家喜欢为自己制订日常工作计划的原因。大多数多产的作家都会在清晨早早地起床，这个时候，万籁俱寂，电话不会叮咚作响，他们的大脑得到了充分的休息，精力充沛、思维敏捷，不会受到其他人的打扰。他们可能会为自己定下一个目标——今天写一千五百字，或者一直在书桌前待到中午，但是，成功的真正秘诀在于他们能够坚持每天都这样做。换句话说，他们有着很强的自律性。久而久之，创意就成了一种习惯。

不管是画家每天早晨来到画架前，还是医学研究者每天回到实验室工作，这种例行工作也是创作过程的一部分，所占比重可能更多。这种日常例行工作每个人都能做到。

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)