

## Rollo May „Drąsa kurti“

- p.9 Sartre „Drąsa – tai ne nevilties nebuvimas, bet gebėjimas veikti būnant šalia nevilties“.
- p.10 Be drąsos mūsų tikėjimas virsta konformizmu.
- p.15 Žmogiškasis artumas reikalauja drąsos, nes neišvengiamai yra susijęs su rizika.
- p.15 Mūsų visuomenėje lengviau apsinuoginti fiziškai negu psichiškai ar dvasiškai.
- p.18 Žmonės, kurie teigia žinantys absoliučią tiesą, pavojingi.
- p.18 Žmogus, kuris nebijo tuo pačiu metu ir tikėti, ir pripažinti savo abejonių, yra lankstesnis ir labiau atviras naujoms žinioms.
- p.21 Muzikos ar kitų meno kūrinių priėmimas yra toks pat kūrybinis procesas kaip ir kūrimas.
- p.27 Kūryba savyje neša didelį nepaaiškinamos kaltės jausmą. Su tuo susijusi daugelio tapytojų ir poetų savižudybės mįslė.
- p.30 Kūrėjas yra priverstas įveikti faktiškuosius (pinigus, materialumą) mūsų pasaulio dievus.
- p.33 [Kūryba kaip maištas prieš savo neišvengiamą mirtį]
- p.41 Kūrybinį procesą visų pirma reikia suprasti ne kaip ligos išraišką, bet kaip psichinės sveikatos ženklą ir normalių žmonių savirealizacijos siekį.
- p.52 [Mumis gali geriau manipuliuoti, jei yra užkabinamos mūsų emocijos, mes labiau [traukiami]]
- p.58 Kūryba – tai giliai sąmoningo subjektyvaus žmogaus **susitikimas** su pasauliu.
- p.62 Ne atviras motinos atstūmimas yra pirminės rimtos traumos priežastimi, bet greičiau toks, kuris užmaskuotas melu ir veidmainiavimu...
- p.64 Kiekvienas kūrybos aktas visų pirma yra naikinimo aktas.
- p.65 Viešpatauja tokia nuomonė, kad įžvalgos momente pažintiniai procesai prislopsta. Mano manymu, jie kaip tik paaštrėja.
- p.66 Įžvalga ateina tokiam momente, kai pereinama nuo darbo prie poilsio.
- p.67 Įžvalgai reikalingi du poliai: sąmoningo darbo ir po to sekančio poilsio.
- p.72 Reikia turėti sugebėjimą konstruktyviai leisti vienatvę.
- p.72 Kai asmenybė bijo sąmonės, tai ji stengiasi kiekvieną akimirką užpildyti užimtumu, kad pastoviai būtų triukšmo, kuris slopintų sąmonę.
- p.75 Mes gyvename itin mechanizuotame pasaulyje. Bet kokie iracionalūs impulsai yra suvokiami kaip grėsmė.
- p.76 Šiuolaikinis žmogus jaučia tokią didelę sąmonės baimę, kad tarp savęs ir jos pastato visokiausius instrumentus ir mašinas.
- p.84 Mes, poetai, kovojame su nebūtimi, kad priverstume ją tapti būtimi. Mes beldžiamės į tylą, kad priverstume ją tapti garsu.

**p.85 [Kūryba visada yra objektyvaus pasaulio ir kūrėjo subjektyvumo susidūrimas. Objektyvus pasaulis nuolat kinta, o žmogaus subjektyvumo neįmanoma pakartoti, todėl kiekvienas meno kūrinys yra unikalus ir nepakartojamas.]**

p.92 Poetas susituokia su kalba, o jų santuokos vaisius yra eilėraštis.

p.100 Ekstazė – tai laikinas objekto-subjekto dichotomijos įveikimas.

p.101 [Kūrybiškus žmones labiau traukia chaosas, abstrakcija, nei konkretūs dalykai ir formos.]

p.112 Esmine gera darančio žmogaus savybe yra sugebėjimas valdyti savo aistras, bet ne paklusti joms.

p.113 Entuziasmas, en – theo, reiškia – būti Dieve.

p.118 [Psichoterapeutas, duodamas patarimus, privalo būti pakankamai konkretus ir patarimai trumpi, taip paliekamas dviprasmiškumas ir klientas yra priverstas daryti išvadas pats.]

p.125 Sąmonė kaip tokia kyla iš ribų suvokimo.

p.133 Vaizduotė – tai sugebėjimas „pakelti inkarą“ su viltimi, kad kažkur tuštumoje atsiras nauja vieta, kurioje bus galima jį nuleisti.

p.133 Psichologinėje kalboje pataloginė baimė prarasti savo ribas vadinama psichoze.

p.134 Kai gyvenime visiškai neegzistuoja vaizduotė (tyrimas su smegenų pažeidimus turinčiais žmonėmis), tai reikalingos nuolatinės aiškiai nubrėžtos ribos.

p.146 Nepilną geštaltą užpildo mūsų fantazija.