

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler

El mètode Disney

Si de petits érem dels que ens agradava desmembrar les nostres joguines o guixar amb retolador les parets de casa podem autodenominar-nos com a persones creatives sense cap mena de dubte. De fet, tots tenim una part creadora dins nostre i tant se val si la utilitzem per preparar una amanida o per dissenyar un sofisticat giny tecnològic d'última generació. El que és important és que la nostra essència, genètica o instint evolutiu fan que sovint ens inquietem per crear noves idees o mecanismes que ens impulsin a anar endavant, encara que només sigui per pura supervivència.

Per altra banda, si el treball creatiu ja forma una part essencial de la nostra vida a través de la professió o afició la cosa ja canvia. Aquí no es tracta de bufar i esperar que soni la flauta. El que volem, sens dubte, és treure el millor que tenim dins nostre i oferir exclusivitat, novetat, funcionalitat, bellesa o qualsevol cosa que sentim que està allà amagada i que només nosaltres la podem treure a la llum. En aquest punt hem de ser curosos i entendre que un procés

creatiu no es redueix a encendre la bombeta de les noves idees i esperar que arribin els aplaudiments. S'ha d'idear, però també s'ha de materialitzar.

En aquest sentit, des de la programació neurolingüística, Robert Dilts va estudiar com treballaven als estudis Disney i en va treure un model que es pot aplicar a la majoria de treballs creatius. En una primera fase, els creadors de Mickey Mouse es reunien en un espai que anomenaven "Somiador" i es permetien plasmar qualsevol idea que tinguessin per boja que fos. La seva vestimenta era informal, el lloc era inspirador i no hi havia límits pel que fa a les idees. En la segona fase, es vestien de forma una mica més formal, es traslladaven a l'espai que anomenaven "Realista" i allà repassaven tot el que havien creat en la fase anterior. En aquest espai, decorat de forma més convencional, havien de triar entre les coses que es podien elaborar i les que no. Passaven pel sedàs totes les idees boges i es quedaven amb les que consideraven més adients. Finalment, en una tercera fase, es vestien gairebé d'etiqueta i en el que identificaven com a espai "Crític" feien una crítica constructiva de tot el que

s'havia decidit i creat en els espais anteriors. Que un treball no tingués ànima, que fos massa car o que no complís les expectatives provocava un suspens en la nota final i així implicava tornar a començar des del principi traslladant-se novament a l'espai "Somiador" i plantejar noves idees.

L'essència d'aquest mètode rau a trobar tres espais diferenciats i separar la part creativa de la part analítica i finalment saber ser autocrítics des de la distància. Si no volem que les nostres grans idees es quedin en un calaix, sento que fer aquest petit recorregut les vegades que faci falta ens pot ajudar que tinguin la llum que es mereixen. Feliços somnis.



L'HORÒSCOP

Dhanna Astròloga

Del 19/03 al 25/03

ÀRIES (Del 21/3 al 20/4)

Felicitats, el sol ja entra al teu signe i amb ell la primavera. Una mica de festa i esbarjo enmig de tantes obligacions laborals t'ajudarà a fer front a la situació.

CRANC (Del 22/6 al 21/7)

Connexió entre el que sents, les teves emocions més profundes i les obligacions. Pots trobar-te fent coses que fins ara no t'agradaven gaire amb certa satisfacció.

BALANÇA (Del 24/9 al 23/10)

Cerques evadir-te d'algunes obligacions que no et deixen desconnectar del tot. Ajudes algú que saps que ho necessita de veritat i possiblement ho portes tot en secret.

CAPRICORN (Del 22/12 al 20/1)

Els pensaments et porten lluny i a vegades fins i tot t'enverines tu sol. Ja toca passar a l'acció i deixar de donar-hi voltes. Si necessites aclarir alguna cosa, pregunta.

TAURE (Del 21/4 al 20/5)

Ningú millor que tu mateix sap el que et passa per dins. Deixa de fixar-te en opinions alienes, ja que és una manera de postergar solucions. Fes valer la teva opinió.

LLEÓ (Del 22/7 al 23/8)

No permetis que les inseguretats et minin l'estima, tots tenim punts febles. Sents que no tens prou o no arribes on vols arribar. Valora't per qui ets, no pel que tens.

ESCORPÍ (Del 24/10 al 22/11)

La teva filosofia de vida pot estar enfocada ara a alliberar-te del pes d'alguns pensaments i sentir-te més lliure en la teva relació. Ja no vols relacions que ofeguen.

AQUARI (Del 21/1 al 19/2)

Nostàlgia de separar-te d'algunes pertinences. Tu, com tothom, també experimentes l'afecció pels objectes. Però no seria sobrer desfer-se del que és realment innecessari.

BESSONS (Del 21/5 al 21/6)

Ganes de nous començaments, de descobrir coses fresques, novells coneixements que et proporcionin el plaer de saber més. Possibles noves amistats entren a la teva vida.

VERGE (Del 24/8 al 23/9)

Fas valoracions del que és realment important. Sobretot si darrerament has tingut algun contacte amb la mort, ara veus les coses d'una altra manera, no tan materialista.

SAGITARI (Del 23/11 al 21/12)

Pots notar-te cansat, com si vinguessis d'una llarga batalla, i potser és cert. Has posat tanta energia a tirar endavant en les darreres setmanes que toca un bon descans.

PEIXOS (Del 20/2 al 20/3)

No paguis amb una mala dieta les obsessions o pors que t'angoixen. Desfogar-te amb el menjar no et farà bé. Cerca activitats sanes o parlar en confiança del que et preocupa.