

# Att skapa eller icke skapa

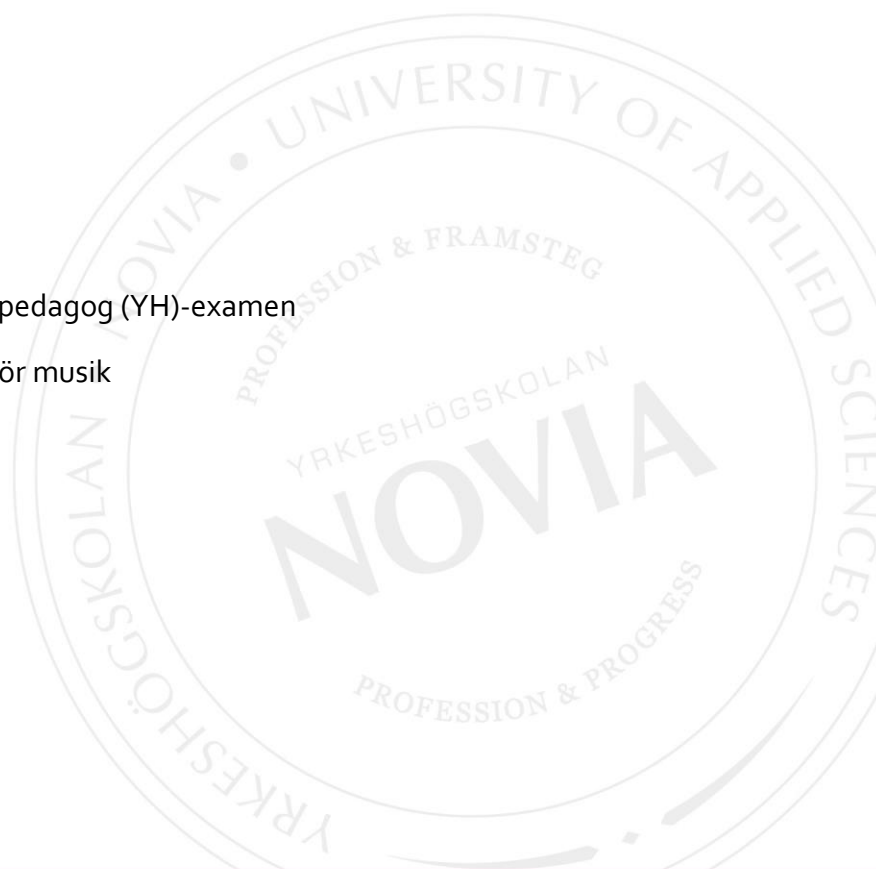
En uppgörelse med den konstnärliga blockeringens filosofi  
och psykologi utifrån Julia Camerons teori om  
konstutövning

Anna Jungner

Examensarbete för musikpedagog (YH)-examen

Utbildningsprogrammet för musik

Jakobstad 2016



## EXAMENSARBETE

Författare: Anna Jungner

Utbildning och ort: Musik, Jakobstad

Inriktningsalternativ/Fördjupning: Musikpedagog

Handledare: Bettina Backström-Widjeskog

Titel: Att skapa eller icke skapa – En uppgörelse med den konstnärliga blockeringens filosofi och psykologi utifrån Julia Camerons teori om konstutövning

---

Datum 7.12.2016

Sidantal 52

---

### Abstrakt

Syftet med detta arbete är att gestalta och analysera författaren Julia Camerons teori om konstutövning, som den uttrycks i två av böckerna i hennes *Artist's Way*-trilogi. I synnerhet strävar jag efter att uppnå en förståelse av det vanliga fenomenet att människors konstnärliga handlingar stöter på hinder eller blockeringar i form av deras egna tanke- och beteendemönster. Ett annat viktigt syfte är att undersöka vad individen själv kan göra för att bryta sina blockerande mönster och frigöra sin konstnärliga potential. I denna forskning använder jag en hermeneutisk forskningsansats.

Min studie visar att grundorsaken till konstnärliga blockeringar är kollektiva, felaktiga föreställningar om vad konst är och vem som är konstnär. Våra kulturella myter om konsten och konstnären ger upphov till en uppdelning av människor i konstnärer och icke-konstnärer, och den resulterande konstnärliga ojämlikheten får negativa konsekvenser för båda grupperna. Jag beskriver Camerons egna teser om konstens verkliga väsen och syfte samt konstnärens verkliga identitet, och utreder och analyserar den konstnärliga blockeringens olika former, uppkomst och mekanismer. Slutligen identifierar jag sex huvudsakliga strategier som varje individ kan använda för att överkomma sina blockeringar och frigöra sin fulla konstnärliga potential.

---

Språk: svenska      Nyckelord: musikeridentitet, konstnärsidentitet, konstnärsroll, konstnärligt skapande, kreativitet, konstnärlig blockering, Julia Cameron, Artist's Way

---

## BACHELOR'S THESIS

Author: Anna Jungner

Degree Programme: Music, Pietarsaari

Specialization: Music teacher

Supervisor: Bettina Backström-Widjeskog

Title: To create or not to create – Settling the battle with creative blockage using Julia Cameron's theory on creativity

---

Date 7.12.2016

Number of pages 52

---

### Abstract

The aim of this thesis is to investigate and analyze author Julia Cameron's theory on creativity, as expressed in two of her books in the *Artist's Way* trilogy. In particular, I strive to gain an understanding of the common phenomenon that a person's creative actions are obstructed or blocked by their own patterns of thought and behavior. Another important purpose is to investigate what actions the individual person can take to break their blocking patterns and free their creative potential. My research is conducted using a hermeneutic approach.

According to my study, the primary cause of creative blocks are collective, faulty ideas about the essence of art and the identity of the artist. Our cultural mythology about art and artists causes a dichotomy between artists and non-artists, and the resulting artistic inequality becomes the cause of negative consequences for both groups. I describe Cameron's own philosophy on the actual purpose of art and the artist's actual identity, and explore and analyze the forms, causes and mechanisms of creative blockage. Ultimately, I identify six major strategies which can be adopted by any individual concerned with overcoming their artist's block and freeing their full creative potential.

---

Language: Swedish      Key words: creativity, artist's identity, artist's block, creative blockage, Julia Cameron, Artist's Way

---

# Innehåll

1	Inledning.....	1
1.1	Syfte och forskningsfrågor.....	3
1.2	Den hermeneutiska forskningsansatsen.....	4
2	Julia Camerons teori om konstutövning.....	5
2.1	Två böcker om konstnärliga blockeringar.....	5
2.2	En underliggande teori om konstutövning .....	7
3	Den dominerande, världsligt orienterade synen på konstutövning.....	10
3.1	Konsten ligger i resultatet.....	10
3.2	Konstnär kan vissa människor bli .....	12
3.3	Vårt konstnärliga klimat och dess konsekvenser .....	13
4	En alternativ, andligt orienterad syn på konstutövning .....	17
4.1	Konstnär är varje människa till sin natur .....	17
4.1.1	Konstnären finns inom oss .....	18
4.1.2	Konstnären finns bortom oss.....	19
4.2	Konsten ligger i processen.....	20
4.2.1	Konstutövning är sant självuttryck .....	20
4.2.2	Konstutövning är mänsklig och andlig kommunikation .....	22
4.3	Strategier för konstnärligt skapande ur ett andligt orienterat perspektiv.....	27
5	Den konstnärliga blockeringens psykologi .....	30
5.1	Den konstnärliga blockeringens former.....	30
5.2	Den konstnärliga blockeringens uppkomst .....	34
5.3	Den konstnärliga blockeringens mekanism.....	38
5.4	Strategier för konstnärligt skapande i ett världsligt orienterat klimat.....	42
6	Sammanfattande diskussion.....	46
7	Referenser .....	53

# 1 Inledning

Tanken om att utbilda mig till ett yrke på musikens område fanns i princip inte i min föreställningsvärld under mina första 38 år, trots grundlig musikutbildning under uppväxten - i de begränsade former som då erbjöds. Men efter många års paus från aktivt musicerande gick jag med i ett stort och intensivt körprojekt, som kom att ge mig förnyade och djupt meningsfulla upplevelser av musicerande. Det var dessa erfarenheter som gav mig impulsen att söka in till den musikutbildning som fanns i mina hemtrakter, och när jag blev antagen var det en oerhörd och tidigare otänkbar framtidsutsikt att jag nu skulle få ägna mig åt och "äga" min livslånga passion, musiken, på riktigt. Eller skulle jag det?

I dag, ett antal år senare, finner jag mig så gott som färdigutbildad som musikpedagog, verksam som sånglärare och körledare sedan flera år tillbaka - men paradoxalt nog fortfarande fullt sysselsatt med att försöka göra musikens område till "mitt" på riktigt. Fortfarande försöker jag hitta tillbaka till en glädje och trygghet i att frambringa musik som jag upplevde i yngre år, och känna att det är möjligt och motiverat för mig att ta plats och ton som musiker. Fortfarande kämpar jag med tvivel, rädslor och skam som lätt uppstår i anknytning till musicerande. Visserligen har jag stort utbyte av arbetet med att lyfta fram andras musicerande som pedagog, men det räcker inte - vare sig ur ett pedagogiskt eller personligt perspektiv. För att kunna ha något att ge som pedagog behöver jag ett eget, levande förhållande till det jag undervisar i - och på det personliga planet är inte undervisning hela svaret på min musikaliska drivkraft. Jag har ett behov av att göra musik själv också, och inte bara i enstaka ryck då och då. Jag behöver hitta sätt att göra musicerandet till en bestående del av min vardag och identitet, och sluta fastna i tvivel på min förmåga och mitt musikaliska existensberättigande.

Tack vare de studier jag nu är i färd med att slutföra vid Yrkeshögskolan Novia har jag verkligen lärt mig det musikaliska *hantverket*, det vill säga att förstå och använda musikens byggstenar. Det är inställningen till och de psykologiska processerna kring musicerande som ställer till det för mig. När det gäller min identitet som musiker har musikutbildningen snarare skapat en större osäkerhet än en större trygghet. Jag har alltså fått värdefull undervisning i musikens "praktik", men ofta upplevt ett ännu större behov av musikutövningens *filosofi* och *psykologi*. Jag har saknat tillfällen att synliggöra, diskutera och utveckla tankar och förhållningssätt till vad musikutövning djupast sett är och syftar till, och jag har saknat hjälp när det gäller att formulera och hantera de psykologiska utmaningar som är förknippade med musicerande i dag. Det känns som om min musikutbildning har

handlat om att bygga upp en ståtlig byggnad, men att den står och balanserar på en osäker grund som med jämna mellanrum ger vika - då jag istället för att fritt musicera går en hård kamp mot de olika psykologiska barriärer som omger musikutövningen.

I dag frågar jag mig varför en konstnärlig utbildning inte synliggör och tar upp de särskilda psykologiska utmaningar och svårigheter som ett konstnärligt yrke medför. Trots att jag som studerande ägnat mycket tid åt att fundera på min "musikerproblematik" har jag haft svårt att tydligt definiera den och sätta den i ett större sammanhang. Att aktivt be om hjälp med att bearbeta den har aldrig föresvävat mig, eftersom jag mer eller mindre omedvetet utgått ifrån att jag är ensam om mina svårigheter och att de kanske rentav diskvalificerar mig från en plats på musikens område. Det antagandet har dock med tiden luckrats upp en del av återkommande diskussioner med några vänner, bekanta och medstuderingar, som var för sig vittnat om en liknande inre kamp i förhållande till sin konstutövning.

I valet av ämne för min kandidatuppsats är det just nämnda "musikerproblematik" som har varit den drivande faktorn, men så länge denna problematik inte var tillräckligt klart formulerad i mitt medvetande var det svårt att hitta en lämplig infallsvinkel. Längre funderade jag på att forska i mindfulness, flow eller andra aspekter av att "gå upp i" musicerande, eftersom jag betraktade det som en väg ut ur mina svårigheter. Men jag insåg efterhand att min musikpassion inte kan reduceras till en strävan efter att uppnå särskilda, förhöjda sinnestillstånd. Jag behövde bredda begreppen, eftersom jag snarare var intresserad av själva inställningen till handlingen att musicera, oavsett i vilket sammanhang eller i vilket sinnestillstånd det sker, och av drivkraften som får människor att vilja frambringa musik.

Det var när jag blev tipsad om och läste några böcker om kreativitet av en författare vid namn Julia Cameron som fler bitar började falla på plats. Camerons resonemang om det konstnärliga skapandets väsen och specifika utmaningar satte ord på just det jag upplevt och brottats med, och gav mig även konkreta strategier för att bearbeta det problematiska. Det var också förlösande att inse att det inte bara är fråga om min personliga problematik, utan om strukturella problem som uppstår som en krock mellan vår mänskliga natur och den kultur vi lever i. Läsningen väckte också efterhand en viss förvåning över att jag inte hade stött på tankegångar som Camerons i andra sammanhang, eftersom jag uppfattade det hon skrev om som stora och universella frågor som borde utgöra allmänt tankegods.

Ändå lade jag ifrån mig böckerna med en ovisshet om var jag egentligen skulle börja för att åstadkomma någon förändring i min tillvaro. Jag hade fått mycket ny information, men tillämpningen förblev vag. Jag upplevde Julia Camerons sätt att presentera sina idéer och

metoder som yvigt, splittrat och otydligt. Det kändes som om jag fick många viktiga pusselbitar, men hade svårt att uppfatta helhetsbilden, eftersom författaren inte hjälpte mig att pussla ihop någon sådan. För att jag verkligen ska ha någon nytta av Camerons böcker, insåg jag, behöver jag bearbeta och processa textmassan, klargöra de centrala principerna och bilda mig en sammanhängande förståelse av det hon skriver om - jag behöver gestalta hennes *teori* om konstutövning. Det är ett sådant forskningsarbete som ligger till grund för denna uppsats.

## 1.1 Syfte och forskningsfrågor

Det jag för egen del vill uppnå med min forskning är att utveckla en sorts egen musikerfilosofi och -psykologi; en filosofi som formulerar vad jag djupast sett eftersträvar med min verksamhet som musiker och pedagog, och en psykologisk strategi som hjälper mig att tänka och handla på sätt som främjar mitt musicerande, såväl som min undervisning. Detta vill jag åstadkomma genom att analysera Julia Camerons teori utifrån mina egna tankar om och upplevelser av musikutövning. I ett större perspektiv hoppas jag kunna lyfta fram vad jag börjat betrakta som en utbredd men osynlig konstnärsproblematik i ett mer allmänt medvetande, i synnerhet bland studerande och utbildare i konstnärliga ämnen. Jag vill åskådliggöra hur denna problematik påverkar människors liv i grunden samt visa på möjliga sätt att hantera och bearbeta den så att vi blir fria att uttrycka oss konstnärligt utan att hindras av självtvivel och rädslor.

Syftet med min forskning är att gestalta och analysera Julia Camerons teori om konstutövning. I synnerhet strävar jag efter att uppnå en förståelse av hur människors konstnärliga handlingar påverkas av deras egna tanke- och beteendemönster. Ytterligare ett viktigt syfte är att identifiera viktiga strategier som hjälper individen att tänka och handla på sätt som frigör den egna konstnärliga potentialen.

Mina forskningsfrågor är:

1. Vilken teori om konstutövning är det Julia Cameron ger uttryck för i sina böcker?
2. Hur påverkas människors konstnärliga handlingar av deras egna tanke- och beteendemönster, enligt Camerons teori?
3. Vilka konkreta strategier hjälper konstnären att frigöra sin konstnärliga potential, enligt Camerons teori?

Min forskning kommer att bestå i att studera och analysera några av Julia Camerons centrala verk om kreativitet, och min forskningsansats är den hermeneutiska.

## 1.2 Den hermeneutiska forskningsansatsen

Hermeneutisk forskning handlar om att tolka meningsskapande mänskliga aktiviteter, i detta fall texter. Enligt en av hermeneutikens portalfigurer, Hans-Georg Gadamer, kan forskning inte ge några objektiva sanningar, utan bara visa på olika tolkningar eller sätt att förstå företeelser. Ett grundläggande begrepp är förförståelse: forskaren är aldrig neutral och objektiv, utan tolkar alltid sitt studieobjekt (sin text) utifrån sina egna subjektiva, förutfattade meningar och förväntningar, sin förståelsehorisont. Denna, liksom tillvägagångssättet, bör forskaren öppet redovisa, så att studien kan läsas kritiskt. Enligt Gadamer bör forskaren även sträva efter att bortse från sitt eget sammanhang och förstå sin text förutsättningslöst eller i sin kontext, vilket kallas horisontsammansmältning. Avgörande för studiens validitet är att jag använder ett relevant material som kan besvara de frågor jag söker svar på, samt att mina tolkningar av materialet är rimliga. Det ligger dock i frågornas och i forskningsansatsens natur att det inte existerar några absoluta och slutgiltiga svar, bara tolkningar som bär spår av forskarens förförståelse och val. Det viktiga är att forskarens väg fram till tolkningen blir synlig för läsaren.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Hermeneutik, 2016, 19 augusti; Göteborgs universitet, 2007



## 2 Julia Camerons teori om konstutövning

Julia Cameron, född 1948 i USA, är bland annat författare, kompositör och kreativitetscoach, och mest känd för sin första bok *The Artist's Way* (1992).<sup>2</sup> Den svenska översättningen har titeln *Öka din kreativitet: Den artistiska vägen*, med underrubriken "En kurs i hur du upptäcker och utvecklar din kreativitet". Cameron beskriver i förordet hur bokens material uppstått genom hennes undervisning i en kreativitetsverkstad, där hennes metoder varit sådana hon från början lånat, tänkt ut och gissat sig till<sup>3</sup>. Min undersökning av Camerons teori om konstutövning baserar sig dels på denna bok, dels på en bok som presenteras som en uppföljare<sup>4</sup> till *The Artist's Way: Walking in This World* (2002), eller i svensk översättning *Konsten att vara kreativ: På vandring genom livet*. I min studie har jag vid sidan av de svenska översättningarna (som jag ställvis upplevt som vaga och missvisande) också använt originaltexten på engelska.

### 2.1 Två böcker om konstnärliga blockeringar

Båda böckerna tillhör kategorin självhjälpsböcker, och bägge är upplagda som en kurs eller ett program som löper över tolv veckor. Den första boken är avsedd som en hjälp att komma igång med konstnärligt skapande, och riktar sig främst till personer som har en konstnärlig längtan men som ansett att de inte kan eller får göra något av den. Dessa personer kallar Cameron *blockerade konstnärer*, eftersom deras konstnärliga skapande blockeras (hindras, hämmas) av deras egna tankar och handlingar. Den andra boken vänder sig enligt författaren till personer som redan är konstnärligt verksamma, och behandlar de många psykologiska hinder som helt eller delvis kan blockera även aktiva konstnärers skapande. I praktiken är det ändå till stor del samma problemställningar som lyfts upp i båda böckerna, och i min läsning är det fråga om en sammanhängande teori i två böcker som kompletterar varandra.

Det bör påpekas att i Julia Camerons böcker, liksom i denna uppsats, används begreppen "konst" och "konstnärer" brett. Konst är en samlingsterm för konstnärliga uttrycksformer som musik, litteratur, bildkonst, foto, film, teater och dans. Konstnärer är alltså såväl bildkonstnärer och skulptörer som musiker, författare, fotografer, scenografer, regissörer, skådespelare, dansare och så vidare.

---

<sup>2</sup> Julia Cameron, 2016, 3 februari

<sup>3</sup> Cameron 2000, s. 9

<sup>4</sup> Cameron 2004

Vid sidan av konstutövning är det alltså blockering som är nyckelordet. Om människors skapande lust och förmåga aldrig hämmades eller hindrades skulle nämnda två böcker inte behövas. Syftet med dem är att hjälpa läsaren att bli medveten om sina hindrande tanke- och handlingsmönster, sina blockeringar, och att hitta sätt att hantera dem så att skaparkraften tillåts komma till uttryck igen. De tolv avsnitten i respektive program innehåller dels en teoridel bestående av förklarande texter i ämnet som Cameron själv kallar essäer, dels beskrivningar av övningar som läsaren själv kan göra i syfte att bearbeta sina blockeringar och/eller frigöra sitt konstnärliga skapande. Några övningar lyfter författaren fram som centrala redan i böckernas inledning, med uppmaningen att läsaren ska göra dem till en bestående del av sina dags- och veckorutiner. "The Artist's Way" kan då sägas vara en metod som innebär 1) att man inleder varje dag med att för hand skriva morgonsidor - tre sidor oavbruten så kallad medvetandeström, det vill säga vilka tankar som än dyker upp i huvudet, utan att styra eller censurera, 2) att man varje vecka går på konstnärsträff med sig själv som enda sällskap, genom att uppsöka valfri miljö eller aktivitet som väcker längtan och nyfikenhet (och inte bara upplevs som "nyttig"), och 3) att man regelbundet tar en veckopromenad på minst 20 minuter.<sup>5</sup>

Julia Cameron är som framkommit ingen forskare eller vetenskaplig skribent, utan för i sina böcker fram sina egna erfarenheter, idéer och metoder som konstnär och kreativitetscoach. Det hon skriver blir relevant för mig av två orsaker. För det första kan jag känna igen mina egna tankar och upplevelser som har med konstutövning att göra (det Cameron skriver må inte ha några vetenskapliga belägg, men det är subjektivt sant för mig - och griper tag just därför att jag får mina tankar och upplevelser bekräftade av en utomstående källa). För det andra ger mig läsningen nya idéer och synvinklar, som hjälper mig att förändra och vidareutveckla mina tanke- och handlingsmönster i en gynnsam riktning. Däremot känner jag mig inte nödvändigtvis manad att göra alla de föreslagna övningarna eller följa programmet till punkt och pricka. Jag föredrar att tillägna mig en förståelse av den problematik och de möjliga lösningar som jag upplever som relevanta för min egen situation, och sedan tillämpa min förståelse direkt på min egen vardag och konstutövning - att gå min egen "artistiska väg", istället för den exakta väg som stakas ut i Camerons böcker.

Min ingående läsning av de två böckerna har gett bilden av en underliggande, sammanhängande teori signerad Julia Cameron. Textens upplägg och stilistik gör det dock svårt att skönja denna bild. Ofta har jag upplevt det som att författaren ingående presenterar

---

<sup>5</sup> Cameron 2000, s. 25-41; Cameron 2004, s. 20-26

en mängd enskilda bitar av ett stort pussel, och bara i förbifarten antyder vad helhetsbilden egentligen föreställer.

## 2.2 En underliggande teori om konstutövning

Under min tidiga läsning hade jag intrycket att bilden, det vill säga Camerons teori, var relativt komplicerad och innehöll många detaljer. Men i takt med att jag fördjupat mig i materialet, som omfattar omkring 500 boksidor totalt, har en allt enklare och tydligare bild framträtt. Det jag kallar Camerons teori om konstutövning är svårt att omedelbart upptäcka vid läsningen, eftersom hon inte uttryckligen för fram en sådan teori eller skriver i ett sådant syfte. Det är endast genom att plocka ut (för mig) relevanta element samt strukturera om och analysera materialet som jag har kunnat skapa mig en bild av en sammanhängande teori. Teorin har med andra ord analyserats fram ur mitt eget perspektiv, och skulle kanske inte formuleras på samma sätt av en annan forskare - eller av Cameron själv.

När jag började sammanställa den teori som Cameron ger uttryck för i *Öka din kreativitet* och *Konsten att vara kreativ* plockade jag först ut ett knappt tiotal teser om det konstnärliga skapandets väsen och lika många konkreta strategier. I det fortsatta arbetet med att strukturera materialet blev de grundläggande teserna färre, och strategierna utökades först till närmare tjugo, innan de koncentrerades i sex grundprinciper. Men efterhand hittade jag också ett annat sätt att dela in och beskriva författarens tankegångar. Jag fick upp ögonen för en tudelning i texten, bestående i att Cameron gör en skillnad mellan vad konstutövning innebär *i vår kultur i dag*, och vad konstutövning innebär för människan *bortom kulturella faktorer*. Hon nämner å ena sidan vår västerländska kultur och dess syn på konst och konstnärer som en stor orsak till det breda spektrum problem människor upplever i anknytning till konstutövning. Å andra sidan återkommer hon ständigt till sin syn på vad konstutövning egentligen handlar om, en syn som enligt henne skiljer sig från den kulturellt dominerande uppfattningen, och som hon sammanfattar i frasen "creativity as a spiritual practice"<sup>6</sup>, fritt översatt "konstnärligt skapande som andlig utövning".

Genom att ställa upp de två synsätten bredvid varandra har jag fått lättare att hålla dem isär, kontrastera dem mot varandra, och även att förstå de motsägelsefulla inslagen i mina egna tankar och erfarenheter på området. Med den tudelade strukturen har det blivit tydligt för mig att mina upplevda problem enligt Camerons tankegångar hänger ihop med det ena

---

<sup>6</sup> Frasen återfinns i titeln till en engelskspråkig samlingsutgåva av *The Artist's Way, Walking in This World och en tredje bok*, som tillsammans presenteras som en trilogi med namnet *The Complete Artist's Way: Creativity as a Spiritual Practice*.

perspektivet, medan de möjliga lösningarna verkar höra hemma i det andra. För att kunna beskriva och diskutera Camerons teori har jag behövt skapa benämningar för de båda synsätten. Det har då fallit sig naturligt att använda författarens egen terminologi och benämna det synsätt hon förespråkar en *andligt orienterad* konstsyn, medan en *världsligt orienterad* syn har verkat som en tillämplig term för det kontrasterande synsätt hon beskriver.

Jag är medveten om att ordet "andlig" riskerar att ge associationer till religiösa uppfattningar av något bestämt slag, vilket i så fall skapar en felaktig bild av vad som avses med begreppet "andligt orienterad" i detta arbete. Ordet "själslig" har övervägts som ett alternativ, men inte visat sig lämpligt för att i alla sammanhang översätta det Cameron omnämner som "spiritual". Dessutom utgör inte "världslig och själslig" ett lika givet begreppspar som "världslig och andlig". Nationalencyklopedin definierar "andlig" som "motsats till världslig"<sup>7</sup> och "motsats till kroppslig: om sådant som tillhör människans inre liv, t.ex. andliga övningar och andligt liv (spiritualitet)"<sup>8</sup>, medan en definition av "andlighet" är "begrepp som har blivit vanligt sedan 1990-talet och som närmast återger det engelska ordet *spirituality*"<sup>9</sup>. Vilken slags spiritualitet eller andlighet Julia Cameron avser framkommer i större detalj av kapitel 4.

När jag i det följande presenterar Camerons teori inleder jag med att i kapitel 3 beskriva och analysera Camerons karakteristik av den världsligt orienterade synen på konstutövning, som enligt henne dominerar vår kultur. Kapitel 4 redogör för den alternativa, andligt orienterade konstsyn som Cameron för fram, och sammanfattar även hennes strategier för att leva och verka obehindrat skapande i enlighet med denna konstuppfattning. Kapitel 5 behandlar de negativa följder det världsligt orienterade synsättet får för individen i form av tanke- och handlingsmönster som helt eller delvis blockerar konstnärligt skapande, och identifierar även strategier för att hantera dessa blockeringar och vår världsligt orienterade kultur i allmänhet. I kapitel 6 sammanfattar och diskuterar jag slutligen Camerons teori. Sammantaget strävar jag i dessa kapitel efter att klargöra vad ett världsligt orienterat synsätt innebär för konstnären, samt vad en andligt orienterad syn *förutsätter* av konstnären.

Som synes är ambitionen inte, vare sig hos Cameron eller i denna uppsats, att jämföra två synsätt ur ett neutralt perspektiv som beaktar för- och nackdelar med bägge. För det första har vi som sociala och kulturella varelser inte haft någon neutral möjlighet att välja

---

<sup>7</sup> Nationalencyklopedin, andlig. 2016-11-18

<sup>8</sup> Nationalencyklopedin, andlig. 2016-11-18

<sup>9</sup> Nationalencyklopedin, andlighet. 2016-11-18

perspektiv, utan fostrats in i rådande synsätt. Det är den (enligt Cameron) världsligt orienterade kulturen som omger oss och genomsyrar vårt tänkande, och därför *innebär* den vissa förhållanden för oss och en viss prägling som vi inte har valt. Den andligt orienterade synen är något nytt och ovant för oss, och därför *förutsätter* den medvetna ansträngningar om vi ska kunna tillägna oss den. För det andra är utgångspunkten, för mig såväl som Cameron, att det finns en problematik som är kopplad till det världsligt orienterade synsättet (eller paradigmet), och att lösningen söks i ett andligt orienterat synsätt (paradigm). Det rör sig alltså om ingenting mindre än ett eftersträvat *paradigmskifte*.

### 3 Den dominerande, världsligt orienterade synen på konstutövning

Den konstsyn som i detta arbete kallas den världsligt orienterade är enligt Julia Cameron vårt kulturella arv, med rötter i vår samtida västerländska, konsumtionsinriktade och individualistiska kultur - en kultur som enligt Cameron präglas av idéer om konst som hon utan omsvep avfärdar som "mycket märkliga"<sup>10</sup> och rentav felaktiga<sup>11</sup>. I sina böcker ägnar hon dock inte mycket utrymme åt att beskriva och analysera just dessa uppfattningar, eftersom tonvikten där ligger på att föra fram kontrasterande idéer samt utreda mer praktiska frågor. I detta kapitel har jag därför sett det som berättigat, eller rentav nödvändigt, att knyta ihop och vidareutveckla författarens formuleringar med egna resonemang och analyser i högre grad än i kapitel 4. Det är också ett kapitel jag ständigt har fått återkomma till och vidareutveckla när analysarbetet i övriga kapitel har gett nya synvinklar på den konstsyn som dominerar vår nuvarande kultur - men som Cameron snarare antyder än resonerar utförligt kring. I detta kapitel, bör påpekas, är det endast Julia Camerons sociologiska perspektiv på vår konstuppfattning som behandlas och analyseras - utifrån mitt eget perspektiv.

Den grundläggande frågan är förstås: vad är konst? I praktiken betraktar vi sannolikt konsten i termer av en målning, en skulptur, en roman, ett musikstycke, en teaterpjäs, en film, eller en konsert, utställning eller föreställning. Det vi betraktar som konst är ofta ett färdigt *resultat* av konstnärligt skapande.

#### 3.1 Konsten ligger i resultatet

Ett grundläggande, underförstått antagande i vår kultur, menar Cameron, är att konst är detsamma som det färdiga konstverket. Enligt Cameron är det vårt konsumtionsinriktade samhälle av i dag som har präglat vårt tänkande och gett oss en fixering vid produkter och resultat.<sup>12</sup> Det är därför helt automatiskt och ofreflekterat som vi likställer konsten med det slutliga konstverket eller framförandet, det vill säga slutprodukten eller slutresultatet av konstutövningen. Vårt underförstådda eller uttalade syfte med att uttrycka oss genom konstnärligt skapande blir följaktligen att uppnå ett slutligt resultat. Om man ska dra resonemanget till sin spets är vi då i själva verket intresserade av att konstutövningen ska nå

---

<sup>10</sup> Cameron 2004, s. 293

<sup>11</sup> Cameron 2007, s. 200

<sup>12</sup> Cameron 2000, s. 164

sitt slut och vara avklarad. Vi strävar till en punkt där konsten inte är någonting vi gör, utan någonting vi har gjort.

I vår nuvarande kultur uppfattar vi oftast inte konstutövningen som ett syfte i sig, och ser inget större värde i själva den konstnärliga *processen*. Snarare uppfattar vi den som en transportsträcka och ett medel för att nå det verkliga målet. När vi upplever en konstnärlig impuls eller längtan i någon form tolkar vi den ofta som en längtan efter att redan bemästra något eller att ha åstadkommit ett färdigt konstverk. I vårt eventuella konstnärliga skapande fokuserar vi på den uttänkta slutprodukten eller -prestationen, och tillåter oss inte konstnärlig utövning om den inte uppenbart leder till ett önskat slutmål<sup>13</sup>.

När konsten framför allt är en produkt vi konsumerar (snarare än en process vi deltar i) upplever vi den främst som ett "världsligt" ting, en sorts utsmyckning av vår personliga och samhällseliga tillvaro. När konsten definieras som en samling konstnärliga produkter på en kulturell marknad blir den i mångt och mycket en perifer samhällsfråga - oviktig, onödig och onyttig. I sig må den tillmätas ett visst, marginellt värde av estetiskt och känslomässigt slag, men däremot förutsätts konsten inte ha någon mer djupgående och central betydelse för våra liv eller vårt samhälle i stort.<sup>14</sup>

Ett färdigt, avslutat konstverk kan i de flesta fall inte längre sägas vara föremål för skapande, och det som då återstår för oss - konstnärer eller inte - är att betrakta verket, läsa det, lyssna till det, det vill säga att uppleva det som åskådare, åhörare och läsare. Det som återstår är att konsumera den konstnärliga produkten - och då blir produktens upplevda egenskaper och kvalitet en fråga av stor betydelse för oss. Både på ett mer övergripande kulturellt och på ett personligt plan formulerar vi bestämda förväntningar på de konstnärliga produkterna i form av *konstnärliga normer och ideal*<sup>15</sup>, som kan sägas uttrycka vår uppfattning om konstnärliga verks godkända kvalitet respektive högsta möjliga kvalitet.

Att bedöma den konst vi konsumerar och utvärdera den mot våra individuella eller kollektiva normer och ideal blir en självklar del av vår konstkonsumtion och -upplevelse. Det är kanske också enbart den konst som uppfyller våra normer och ideal som vi räknar som "riktig" konst. Om uppfyllda normer eller ideal på detta sätt ingår i själva vår definition av konst blir syftet med konstutövning inte bara att åstadkomma ett konstnärligt slutresultat, utan att åstadkomma ett "tillräckligt bra" respektive "fantastiskt" resultat. Den konstutövning som

---

<sup>13</sup> Cameron 2000, s. 164-165

<sup>14</sup> Cameron 2004, s. 262

<sup>15</sup> Cameron 2004, s. 100

inte beräknas resultera i någondera uppfattar vi ofta som i princip meningslös - och att skapa ("riktig") konst blir framför allt en prestation. De konstnärliga uttryck vi kan godkänna som tillräckligt bra är det inte alla människor förunnat att åstadkomma.

### 3.2 Konstnär kan vissa människor bli

Den "riktiga" konstnären är inte vem som helst som ägnar sig åt någon konstnärlig handling (i kontrast till exempelvis ett begrepp som "motionär", som betecknar en person som ägnar sig åt motion i vilken form och på vilken nivå som helst). Vår världsligt orienterade uppfattning är snarare att konstnärsidentiteten är något en särskilt begåvad och ambitiös person kan *uppnå*. Som kultur har vi enligt Julia Cameron en snäv definition av begreppet konstnär och uppfattar konstnärligt skapande som något endast en liten elit av "riktiga" konstnärer sysslar med.<sup>16</sup> I själva verket förminskar vi både konsten och konstnärerna, menar Cameron, dels genom att bara se till slutresultatet av konstutövningen och uppfatta det som en världslig produkt som enbart tjänar en utsmyckande funktion, dels genom att bara betrakta en liten minoritet av människor som konstnärer - begåvade och skickliga, men mer eller mindre onyttiga ur en samhällelig synvinkel.<sup>17</sup>

Vi gör alltså en skillnad - skapar en större eller mindre klyfta - mellan å ena sidan personer som kan och får skapa konst, och å andra sidan personer som inte kan eller bör skapa konst. För att åskådliggöra detta har jag valt att dra en parallell till begrepp som "social ojämlikhet" och "ekonomisk ojämlikhet" och benämna detta fenomen *konstnärlig ojämlikhet*. Min iakttagelse är att konstutövning i dag ofta inte delas på jämbördiga villkor eller görs i sammanhang där alla närvarande är lika delaktiga. För det mesta delar konstupplevelsen upp människor i konstnärer och publik, sändare och mottagare, producenter och konsumenter. Oavsett om detta uppfattas positivt eller negativt utgör en sådan konstupplevelse en i grunden konstnärligt ojämlik situation.

I det följande kommer jag att med hjälp av Camerons text analysera vårt *konstnärliga klimat* och de konsekvenser det får för oss i egenskap av konstnärer respektive publik. Med uttrycket "konstnärligt klimat" avser jag då de samlade förhållanden i vilka vår konstutövning sker. Hit hör alltså både den inställning till konstutövning som präglar oss själva och vår omgivning, och de mer konkreta former och ramar för konstutövning som erbjuds i vårt kulturella sammanhang.

---

<sup>16</sup> Cameron 2007, s. 201

<sup>17</sup> Cameron 2004, s. 262



### 3.3 Vårt konstnärliga klimat och dess konsekvenser

Som verksamma konstnärer i vår kultur har vi inte enbart vårt konstnärliga uttryck att koncentrera oss på. Ställda inför en publik tillkommer omständigheten att vi så att säga har blivit avskilda från de andra människorna i "gruppen" och exponerade för deras uppmärksamhet och reaktion på vår person och våra handlingar. I vår kultur förväntas konstutövning ske eller resultera i sådana situationer som i hög grad lyfter fram eller *exponerar konstnären som individ*. I vår kultur, framhåller Cameron, har konstens arena blivit mer eller mindre synonym med scenens eller offentlighetens rampljus<sup>18</sup>. Detta kan vi som konstnärer uppleva positivt eller negativt, men oavsett vilket kan vi sägas befinna oss i ett mer eller mindre utsatt eller "skarpt" läge på ett socialt och psykologiskt plan. Att vara konstnärligt verksam är i vår kultur förknippat med både stora vinster och stora risker, specifikt när det gäller våra mänskliga behov av självaktning, socialt anseende, social samhörighet och självförverkligande.

Genom konstutövningen kan konstnären uppnå en stor vinst i form av att bli socialt uppskattad, erkänd och bekräftad som individ. I vår kultur lyfts de erkända, "utvalda" konstnärernas individualitet fram, och de blir uppmärksammade, hyllade och "älskade" för sin talang och mästarelikhet<sup>19</sup>. Ofta tolkar vi därför vår konstnärliga drivkraft och längtan just som en längtan efter att åstadkomma prestationer som leder till att vi blir framlyfta som individer och får denna bekräftelse, i form av erkännande, "kärlek" och ekonomisk eller karriärmässig framgång. Vi uppfattar i många fall denna sociala bekräftelse som konstens förlängda eller främsta syfte, och betraktar därmed konsten mer eller mindre som ett medel för att uppnå helt andra (socioekonomiska) mål, snarare än som ett mål i sig.

Å andra sidan ligger det en motsvarande stor risk i att som konstnär utsätta sin person och sin verksamhet (och i förlängningen sin självbild och sitt sociala välbefinnande) för den "sociala prövning" som konstutövning innebär i vår kultur i dag. Cameron gör en jämförelse med andra typer av kulturella miljöer där konstutövning är ett mer naturligt inslag i det dagliga livet. En sådan miljö lämnar ett helt annat "utrymme för blygsammare själar att riskfritt utöva sin kreativitet". I västerlandet måste en person som vill vara konstnärligt verksam däremot ofta utsätta sig för mer eller mindre offentliga vistelser i rampljuset, situationer som ställer mycket höga sociala och psykologiska krav och som ur konstnärens perspektiv är "rena giftet", menar Cameron.<sup>20</sup> Vår nuvarande syn på hur konstutövning ska

---

<sup>18</sup> Cameron 2004, s. 263

<sup>19</sup> Cameron 2004, s. 293

<sup>20</sup> Cameron 2004, s. 261

gå till innebär i praktiken att många konstnärligt sinnade personer inte har tillgång till någon miljö där de tryggt och fritt kan utveckla sitt konstnärliga uttryck.<sup>21</sup>

Enligt min analys ger den rådande konstnärliga ojämlikheten upphov till en underliggande frustration och ett bristande välbefinnande hos oss alla, oavsett vilken roll vi befinner oss i. Som konstnärer får vi *agera* och uppleva konstutövningen på ett direkt och konkret plan, men vi gör det i en situation där vi är mer eller mindre socialt utsatta och *otrygga*. I publikrollen riskerar vi däremot ingenting, vi är socialt *trygga* - men vi är också hänvisade till att ta emot och konsumera konsten istället för att själva vara direkt delaktiga i att skapa den. Det enda som i den situationen återstår för oss - för vår egen inneboende drift att göra och skapa (se kapitel 4) - är att *reagera* på konsten. I rollen som åskådare, åhörare eller läsare (och här inkluderar jag även kritiker, juryer, lärare och så vidare) blir vi därför märkbart upptagna av att bedöma vår upplevelse av konsten och utvärdera den mot våra normer och ideal. Eftersom konsten självklart betraktas som konstnärens personliga prestation blir även hans konstnärskap (hens uttryck, förmåga, briljans, mänsklighet, ödmjukhet - eller brist på dessa) en viktig del av upplevelsen, som också självklart bedöms och utvärderas. Publikens bidrag till samspelet blir att ge sitt mottagande i form av applåder, kroppsspråk och mimik, kommentarer, omdömen och recensioner - eller i form av likgiltig eller bristande respons.

Enligt Cameron har vi som kultur överhuvudtaget en *kritisk grundinställning* som gör att vi saknar en verklig mottaglighet för det konsten strävar att förmedla och åstadkomma<sup>22</sup>. Detta innebär att rampljuset i praktiken blir "så starkt att det skadar rotsystemet", det vill säga det stöd från omgivningen som enligt Cameron är avgörande för att konsten och konstnärerna ska kunna blomstra. I vårt nuvarande konstnärliga klimat krävs det ofta mycket av en konstnär för att vinna stöd och uppskattning från en publik, eller ens från människor i sin nära omgivning.<sup>23</sup> Ofta kritiserar och skambeläggs den konstnärliga handlingen - mest drabbande för konstnären är det i regel när det sker i massmediala sammanhang.<sup>24</sup> Kritiker av olika slag "öser ut bekämpningsmedel och vet inte hur de lovande, spåda, gröna skotten ska vårdas för att växa till sig."<sup>25</sup> I publikrollen kritiserar vi utan att skapa något själva.<sup>26</sup> För

---

<sup>21</sup> Cameron 2004, s. 263

<sup>22</sup> Cameron 2004, s. 261

<sup>23</sup> Cameron 2004, s. 261

<sup>24</sup> Cameron 2000 s. 88, 154

<sup>25</sup> Cameron 2004, s. 263

<sup>26</sup> Cameron 2004, s. 261

konstnären, påpekar Cameron, är det faktiskt en stor sorg att uppleva att omvärlden inte förstår eller accepterar det man vill förmedla genom sin konst.<sup>27</sup>

Vi lever alltså i och formas av ett konstnärligt klimat som i många fall kan beskrivas som kallt och fientligt, och som utsätter verksamma konstnärer för kritisk granskning, höga krav och hård press. Det får, som jag tolkar Camerons text, två huvudsakliga konsekvenser för oss. För det första lär vi oss att vara försiktiga, att "hålla en låg profil; vi vet att vi kan bli straffade om vi sticker ut hakan. Så vi gömmer våra förmågor, både från oss själva och andra /.../ Vi lär oss att kritisera oss själva, att tillrättavisa oss, att sätta in oss i fack."<sup>28</sup>, skriver Cameron, som anser att det rådande konstnärliga klimatet lär oss att "förvara vår kreativa själ i cynismens trygga bunker"<sup>29</sup>. Framför allt är det många av oss som helt avstår från att uttrycka sig genom konstnärliga handlingar.<sup>30</sup> Dels stämmer bilden av konstnären inte överens med vår självbild, dels är vi mycket medvetna om hur hårt och krävande klimatet är för verksamma konstnärer. Man skulle kanske kunna uttrycka det som att konstnärligt uttryck av många uppfattas som jämförbart med att vända sig till omvärlden med något man har på hjärtat - och löpa den överhängande risken att mötas av ett slag i ansiktet.

För det andra påverkas vi, när vi trots allt hittar styrkan och modet att vara konstnärligt verksamma, sannolikt djupt av det kritiska klimatet genom att bli självmedvetna och självcentrerade. Vi fokuserar i hög grad på vår egen prestation och utvärderar den ständigt ur ett kritiskt konsument- eller publikperspektiv. I vissa situationer kan vi vara så upptagna av att hantera vår pressade situation, att "överleva" i vår konstnärsroll, att vi inte förmår öppna oss och föra någon riktig kommunikation med omvärlden genom vår konst<sup>31</sup>. Trots vår uppdelning i konstnärer och publik verkar det som om vi alla är djupt fostrade in i konsumentperspektivet. Vi är konsumenter på så många plan, av varor, tjänster, information, konst; när vi befinner oss i en konstnärsroll kan vi inte plötsligt hänga av oss konsument- eller publikperspektivet, utan förhåller oss till vår egen konstutövning som kritiska konsumenter. Vi må vara djärva nog att axla konstnärsrollen - men agerar ändå som om vi vore publiken. Vi skapar inte helt fritt, och njuter inte till fullo av den konstnärliga processen, eftersom vi till stor del är sysselsatta med att betygsätta vår konst och vårt konstnärskap<sup>32</sup>.

---

<sup>27</sup> Cameron 2004, s. 131

<sup>28</sup> Cameron 2004, s. 72

<sup>29</sup> Cameron 2004, s. 262

<sup>30</sup> Cameron 2004, s. 295

<sup>31</sup> Cameron 2004, s. 293

<sup>32</sup> Cameron 2000, s. 144

Vi vinnlägger oss om att göra "tillräckligt bra" eller "fantastisk" konst, och att prestera eller "leverera" i egenskap av konstnärer.

Våra världsligt orienterade uppfattningar om konstnärer och konst är enligt Cameron i själva verket myter, och lyder i min sammanfattning:

- Konstnär kan vissa människor bli. Övriga människor är hänvisade till att konsumera och reagera på konsten i egenskap av publik.
- Konsten ligger i resultatet.
- Konstnärens syfte är att 1) prestera en slutprodukt som uppfyller normer eller ideal (ur eget/andras konsumentperspektiv), och att 2) uppnå socialt erkännande som individ.

Ur ett renodlat konstnärsperspektiv skulle utgångspunkten och betoningen kunna vara en helt annan: "Jag har en livsupplevelse och en längtan att uttrycka och gestalta den. Därför skapar jag konst." Den stora skillnaden är att man då inte betraktar sin konstutövning och utvärderar sina konstnärliga impulser utifrån, ur det kritiska publik- eller konsumentperspektivet, utgående ifrån omvärldens krav och förväntningar, ur ett världsligt orienterat perspektiv. Istället agerar man så att säga "inifrån ut", enligt signaler från sitt eget inre, ur ett perspektiv som skulle kunna betraktas som andligt. Man följer då i själva verket till stora delar det andligt orienterade synsätt som är ämnet för nästa kapitel.

## 4 En alternativ, andligt orienterad syn på konstutövning

När jag i föregående kapitel undersökte och analyserade Julia Camerons karakteristik av den konstsyn som dominerar vår kulturella miljö var det idén om konsten eller konstverket som var den givna utgångspunkten. Produkten eller resultatet står i centrum, eftersom vårt synsätt i mångt och mycket verkar motsvara konsumentens perspektiv. Men när jag ska sammanfatta Camerons alternativa, andligt orienterade konstsyn gör jag en upptäckt: den rimliga ordningsföljden blir den omvända. I denna konstfilosofi är det konstutövaren, människan, som är utgångspunkten, medan den konst hon skapar kommer i andra hand, eller rättare uttryckt är en naturlig följd av hennes väsen. Om konstnärsidentiteten enligt det världsligt orienterade perspektivet sammanfattas i frasen "jag har skapat (godkänd/erkänd) konst, därför är jag konstnär", blir motsvarande fras enligt den andligt orienterade synen "jag är människa, därför skapar jag konst".

### 4.1 Konstnär är varje människa till sin natur

I själva verket utgör den kreativa, skapande driften vår sanna mänskliga natur, menar Cameron, och hänvisar till sina egna och många andra människors erfarenheter som hon fått ta del av genom sin undervisning. Skaparkraften är helt enkelt en del av vår mentala utrustning<sup>33</sup>, och att ge uttryck för den är varje människas födslorätt<sup>34</sup>. Vi har en grundläggande längtan och vilja som driver oss att skapa, och som är en del av vår inneboende potential och vårt mänskliga arv.<sup>35</sup> Den skapande förmågan är något vi alla kan uppleva i någon form<sup>36</sup>, även om vi inte må vara etablerade konstnärer: "många är konstnärer av ett mer privat slag; de gör skön konst av sina hem och sina liv men avstår från att utöva sin kreativa begåvning i offentliga sammanhang"<sup>37</sup>. När vi nonchalerar och rationaliserar bort vår längtan efter att uttrycka oss genom skapande, och när vi intalar oss att våra konstnärliga drömmar är omöjliga eller onödiga att förverkliga, då förnekar vi enligt Cameron vår egen natur och "vårt andliga arv". Vi tappar kontakten med vårt innersta väsen och blir deprimerade och kraftlösa.<sup>38</sup>

---

<sup>33</sup> Cameron 2000, s. 11

<sup>34</sup> Cameron 2004, s. 257

<sup>35</sup> Cameron 2007, s. 202

<sup>36</sup> Cameron 2007, s. 201

<sup>37</sup> Cameron 2004, s. 69

<sup>38</sup> Cameron 2004, s. 27; Cameron 2004, s. 72, 257

#### 4.1.1 Konstnären finns inom oss

Som konstnärliga varelser har vi alltså ett grundläggande behov av att ge uttryck för vår inneboende skaparkraft.<sup>39</sup> Vi vill också förmedla vårt konstnärliga budskap med en allt större precision och skönhet, vilket driver oss att utveckla vårt konstnärliga hantverk<sup>40</sup>, exempelvis genom att lära oss bemästra ett musikinstrument i allt högre grad. Men när vi alltför ensidigt koncentrerar oss på att bli bättre konstnärer förlorar vi någonting viktigt ur sikte, menar Cameron, nämligen källan ur vilken vår konst uppstår: oss själva som vi är. Vi har en tendens att betrakta konsten som ett ideal och ett mål vi vill uppnå, men enligt Cameron handlar den inte i någon större utsträckning om vad vi skulle kunna *bli* - den handlar om vad vi redan *är*. Om vi ständigt försöker bli mer och annorlunda späder vi snarare ut kraften i det vi faktiskt är; den unika personlighet som gör vår konst speciell.<sup>41</sup>

Vårt konstnärssjag skapar ständigt någonting nytt, eller skapar åtminstone någonting på nytt. Till och med när vi upprepar någonting som andra redan gjort tillför vi ny kreativ energi i form av vår personliga tolkning, för att inte tala om den omfattande förnyelse som sker när vi "medvetet utforskar och utvidgar vårt kreativa territorium".<sup>42</sup> För att kunna uttrycka vår egenart och göra originell konst måste vi få kontakt med vårt äkta, ursprungliga jag (jfr. engelskans "origin" för ursprung), och det kräver att vi accepterar oss själva som vi är.<sup>43</sup> Ur den synvinkeln handlar konstnärlig relevans och originalitet om den process det innebär att förbli äkta, ärlig och sann mot sig själv, och att vara villig att föra fram sin sanna mening genom konsten.<sup>44</sup> Som Cameron uttrycker det:

Vi är allihop utrustade med ett inre prisma genom vilket vi betraktar omvärlden. Viljan att avslöja vad det prisma visar oss är avgörande för den konstnärliga äktheten. Och konstnären måste hela tiden aktivera prisma för att släppa in nya och mer omfattande verklighetsvisioner.<sup>45</sup>

Den skapande driften och förmågan är alltså människans verkliga natur enligt Cameron, som dock inte stannar där. Hon går ett steg längre, och hävdar att vår skaparkraft har sin ursprungliga källa i någonting som ligger utanför människan: "Det finns en underliggande, förhärskande kreativ kraft som genomsyrar allt liv - även oss."<sup>46</sup>

---

<sup>39</sup> Cameron 2004, s. 71

<sup>40</sup> Cameron 2004, s. 229

<sup>41</sup> Cameron 2004, s. 101-102, 109

<sup>42</sup> Cameron 2004, s. 105

<sup>43</sup> Cameron 2004, s. 27

<sup>44</sup> Cameron 2000, s. 198; Cameron 2004, s. 249

<sup>45</sup> Cameron 2004, s. 87

<sup>46</sup> Cameron 2000, s. 19

#### 4.1.2 Konstnären finns bortom oss

Cameron talar om "a natural life force" (ungefär en naturens livskraft), och menar att denna naturens skaparkraft är samma kraft som driver oss människor att skapa. Vår kreativitet är en del av oss, och samtidigt en större eller högre kraft som verkar genom oss, "a spiritual force" (en själslig eller andlig kraft).<sup>47</sup> Redan tidigt i förordet till sin första bok understryker författaren att hon inte refererar till någon gudsuppfattning tillhörande någon viss religion. En andligt orienterad konstsyn (som jag som forskare har valt att benämna den) är inte beroende av att man överhuvudtaget har en gudsuppfattning, enligt Cameron, som menar att många av våra vanliga gudsuppfattningar snarare utgör hinder för den som vill tillägna sig hennes resonemang. Den högre skapande kraft eller princip hon talar om är upp till läsaren att uppfatta på ett sätt som motsvarar den egna existentiella livssynen. Cameron ger en rad förslag på hur man kan förstå kreativitetens källa: man kan definiera den som en högre makt, Gud, universum och så vidare, men man kan också betrakta den som kreativ energi, ett skapande flöde eller "mental elektricitet".<sup>48</sup> Poängen verkar inte vara att definiera vad man "tror på", utan att öppna sig för möjligheten att människans skapande impulser har en koppling till någon högre eller djupare dimension eller aspekt av tillvaron, livsupplevelsen eller det egna jaget.

När vi öppnar oss för vår kreativitet och strävar efter att konsten inom oss ska få komma fram, då öppnar vi oss också för den större kraftens kreativitet inom oss och ger uttryck för vårt sanna jag; denna "inre gudomlighet".<sup>49</sup> Cameron uttrycker det som att vi förstärker vår individuella kreativitet genom att koppla in oss till de större kreativa energierna i universum.<sup>50</sup> Det universella kreativa flödet kommer alltså inte bara till uttryck inom oss, utan också genom oss; vi är kanaler för det.<sup>51</sup> Det kreativa flödet "strömmar genom oss och formas av oss, som ljus strömmar genom ett prisma"<sup>52</sup>:

Konsten verkar genom oss. Den färgas av våra personligheter, men vi är inte dess ursprung i egentlig mening. Ett konstverk kan uppstå genom oss, men vår egen existens har uppstått ur något mycket större. /.../ Man kan hävda att vi alla står i tjänst hos en konstnär som är större än den som bor inom oss. Livet självt verkar genom oss.<sup>53</sup>

---

<sup>47</sup> Cameron 2007, s. 201-202

<sup>48</sup> Cameron 2000, s. 10

<sup>49</sup> Cameron 2000, s. 19; Cameron 2004, s. 38, 54

<sup>50</sup> Cameron 2007, s. 201

<sup>51</sup> Cameron 2004, s. 63

<sup>52</sup> Cameron 2000, s. 187

<sup>53</sup> Cameron 2004, s. 296

Vad är då syftet med konstnärligt skapande, enligt det andligt orienterade synsättet? Är det inte, som den världsligt orienterade synen gör gällande, att åstadkomma ett konstverk, ett slutresultat? Nej, inte i huvudsak. Konstverket uppstår snarare som en biprodukt av det centrala: konstutövningen i sig, handlingen att uttrycka sig konstnärligt, den konstnärliga *processen*.

## 4.2 Konsten ligger i processen

Människans sanna, skapande natur betyder inte att vi har ett (världsligt) behov av att stå där med ett färdigt konstverk och få social bekräftelse som individer. Den betyder enligt Julia Cameron att vi har ett andligt behov av att uttrycka oss och kommunicera genom konstnärliga handlingar. Det är själva görandet och inte slutresultatet av görandet som i grunden är det viktiga för oss.

### 4.2.1 Konstutövning är sant självuttryck

Det vi människor gör när vi uttrycker oss konstnärligt, enligt Cameron, är att vi kartlägger världen - vår inre värld, och den yttre världen som vi uppfattar den. Vi "doppar penseln, pennan, handen rakt ner i jaget" och ger uttryck för vår egen livsupplevelse, vår inre rikedom bestående av "ett komplext, utsökt och mäktigt samspel av färg, ljus och skuggor, en medvetandets katedral lika fantastisk som naturen själv".<sup>54</sup> Konsten ligger i mötesögonblicket, där vi "möter vår sanning, oss själva och uttrycket för oss själva".<sup>55</sup> Ofta har vi kanske en föreställning om att det konstnärliga uttrycket grundar sig i vår fantasi, men Cameron menar att det i själva verket tar avstamp i vårt verkliga liv. Originell konst uppstår inte i första hand genom att vi uppfinner och hittar på, utan snarare genom att vi ger uttryck för våra konkreta och specifikt individuella tankar och upplevelser.<sup>56</sup> (Det är heller inget självändamål för konsten att alltid vara nyskapande, tillägger Cameron. Alla arbeten är influerade av andra arbeten, och när vi människor berörs av konst handlar det sällan om att vi upplever någonting helt nytt och obekant; istället är det våra gamla upplevelser vi ser i ett nytt ljus.<sup>57</sup>)

Det är alltså vårt liv som i hög grad är vår konst, och för att vi ska ha någonting värt att göra konst av måste vi verkligen *leva* vårt liv, vårt  *eget* liv som återspeglar vårt sanna jag.<sup>58</sup>

---

<sup>54</sup> Cameron 2004, s. 71, 77, 85

<sup>55</sup> Cameron 2000, s. 103

<sup>56</sup> Cameron 2000, s. 102-103; Cameron 2004, s. 243

<sup>57</sup> Cameron 2000, s. 198

<sup>58</sup> Cameron 2000, s. 204; Cameron 2004, s. 123



Konsten kräver å ena sidan att vi i tillräcklig grad prioriterar våra egna behov framför att alltid sträva efter att uppfylla andra människors önskningar.<sup>59</sup> Å andra sidan kräver konsten också att vi inte isolerar oss med den. Det är det "levande livet" som ger konsten dess näring och får den att utvecklas, skriver Cameron. Livet är större än konsten, och hellre än att sträva efter att vara konstnärer på heltid kan vi sträva efter att vara människor på heltid; då "flödar konsten över ur hjärtan fyllda av liv".<sup>60</sup>

När vi låter någonting konstnärligt uppstå ur vårt komplicerade och ofta splittrade inre, då genomgår vi en sorts förvandling. Vi upplever en läkande och helande verkan på vårt liv och vår relation till omvärlden. Som Cameron uttrycker det har konstnären i oss "mindre nytta av att diskutera en viss fråga än av att måla, skriva eller komponera med den i fokus". När vi brottas med livets svårigheter ger konsten oss en obegränsad frihet att hävda att "jag är mer än summan av mina delar." Med hjälp av vår inre, konstnärliga process tar vi steget ut ur rollen som offer för omständigheterna och når fram till en ny klarhet, kanske framför allt om oss själva - vi är inte hjälplösa och misslyckade. Enligt Cameron får vi genom konstutövning tvärtom en aning om vår andliga identitet, vår "gudomliga gnista" (vilket jag återkommer till i avsnittet nedan).

Men även om det är välgörande för oss att använda vår konstnärliga förmåga är detta bara en bieffekt av vår kreativitet och inte själva syftet med den. Det vi behöver är inte i första hand att förändra våra känslor och "må bättre", utan det vi behöver är att konfrontera vad vi faktiskt känner och önskar och ge konstnärligt utlopp för hur vi "verkligen mår". Snarare än att försöka anpassa vår upplevelse till rådande normer behöver vi släppa fram den i oförfalskad och konstnärlig form. Men när vi gör det omvandlar vi den samtidigt; då förändras både vi själva och normerna. Vårt konstnärliga uttryck är i själva verket den medicin som kan bota både oss själva och omvärlden, hävdar Cameron: "Konst är som alkemi. Den omvandlar livets malm till guld."<sup>61</sup>

Men att ge uttryck för vårt sanna jag, vår ärliga livsupplevelse och våra verkliga frågeställningar är inte vår enda drivkraft som konstnärliga varelser. Vi skapar inte konst i något vakuum eller enbart för vår egen skull. Även om vi uteslutande skulle vända oss till oss själva i vår konstutövning är det egentligen en sorts inre personifikation av "den andre"

---

<sup>59</sup> Cameron 2004, s. 122

<sup>60</sup> Cameron 2004, s. 149-151

<sup>61</sup> Cameron 2004, s. 71-78

vi då riktar oss till. Konsten är framför allt ett sätt att *kommunicera*, inte bara med oss själva utan också med omgivningen.<sup>62</sup>

#### 4.2.2 Konstutövning är mänsklig och andlig kommunikation

I motsats till vad vår samtida världsligt orienterade kultur påstår handlar konst inte om att lyfta fram vår individualitet, enligt Cameron<sup>63</sup>, tvärtom handlar konsten om vår delade mänsklighet. Konst är i själva verket en fråga om att skapa och upprätthålla mänsklig gemenskap, och om att i någon form *tjäna* andra människor.<sup>64</sup> Konsten är alltså, och har alltid varit, ett uttryck för vår strävan efter kommunikation och samhörighet - och denna strävan begränsar sig inte till den mänskliga sfären.<sup>65</sup>

Genom historien har våra förfäder enligt Cameron vetat eller anat det som vi i dag har blivit blinda för<sup>66</sup>: att vårt konstnärliga skapande i själva verket är en *andlig handling*<sup>67</sup>, ett sätt att "snudda vid det gudomliga och tillåta det att beröra oss"<sup>68</sup>. Cameron hävdar att vår konstutövning djupast sett är både andlig upplevelse<sup>69</sup> och andlig praktik eller utövning<sup>70</sup>, ett sätt för oss att uttrycka vördnad och tacksamhet för våra liv<sup>71</sup>. När vi är helt koncentrerade på att skapa något kan vi få kontakt med den djupare, andliga identitet som Cameron liknar vid en gudomlig gnista.<sup>72</sup>

Kanske är det så att den innerligaste bönen sker när konst blir till. När vi skapar något kreativt röjer vi helt enkelt vägen till vår skapare. I skapelseögonblicket får vi en skynt av honom, eller det, som skapat oss, och vi inser att också vi äger något av den gudomliga gnista som gav oss liv. Det är via denna fundamentala kommunikationskanal, konstnär till konstnär, skapare till kreatör, som vi får en sann uppfattning om vår verkliga identitet.<sup>73</sup>

Genom konsten för vi ett slags samtal "både med inspirationskraften som påverkar oss medan vi arbetar och med andra människor som möter oss och dessa krafter när de tar del av det vi skapat".<sup>74</sup> Vår konst kan sägas vara en förmedlare av "inspiration", av de "stora

---

<sup>62</sup> Cameron 2004, s. 242-243

<sup>63</sup> Cameron 2000, s. 110; Cameron 2004, s. 295

<sup>64</sup> Cameron 2004, s. 295

<sup>65</sup> Cameron 2004, s. 293

<sup>66</sup> Cameron 2004, s. 257, 295

<sup>67</sup> Cameron 2004, s. 295

<sup>68</sup> Cameron 2004, s. 257

<sup>69</sup> Cameron 2000, s. 18; Cameron 2004, s. 257

<sup>70</sup> Cameron 2007

<sup>71</sup> Cameron 2004, s. 299

<sup>72</sup> Cameron 2004, s. 75

<sup>73</sup> Cameron 2004, s. 54-55

<sup>74</sup> Cameron 2004, s. 293

tankar och djärva intentioner och högre sfärer som kan tala till oss och genom oss, om vi släpper fram dem".<sup>75</sup> Cameron gör en jämförelse med hur människor tidigare i historien enligt henne haft en syn på konsten som "en gudomlig gåva, en möjlighet för Gud att verka genom oss", och som vi sett tidigare i detta avsnitt formulerar hon det själv bland annat som att "livet självt verkar genom oss". Konstutövning är alltså en möjlighet för oss att ingå i ett större sammanhang, i en både mänsklig och andlig gemenskap. Vi kan göra konst utifrån en vilja att tjäna högre syften än vår egen förstärkta individualitet. Cameron talar om att tjäna andra människor, tjäna en större andlig gemenskap, eller helt enkelt tjäna konsten. När vi gör detta blir vi enligt henne äkta och sanna, och når en sorts "renhet som låter skapelsens skönhet förverkligas genom oss". Egentligen "gör" vi inte ens konst då - vi *lyssnar*.<sup>76</sup>

Varje gång vi för konsten åter till den helgade sfären, varje gång det vi åstadkommer på något sätt kan tjäna andra, om så bara för att förmedla tankar om skönhet eller sanning eller medmänsklighet /.../ får vi uppleva att kreativiteten flödar obehindrat och att våra kreativa tvivel minskar. När vi ber om att få "lyssna" blir våra verk värda att lyssna till, och själva hör vi mänsklighetens hjärtslag, som har ett gudomligt ursprung.<sup>77</sup>

Redan i inledningen till sin första bok introducerar Julia Cameron detta lyssnande som en utgångspunkt för konstnärligt skapande. Hon berättar om sin egen bakgrund som författare och alkoholmissbrukare. Längre var det alkoholen som hjälpte henne att ta sig över de mentala hindren och kunna skriva, men när hon vid 30 års ålder slutade dricka var hon tvungen att hitta ett nytt sätt att arbeta. Det var då Cameron enligt egen utsägo lärde sig att lämna över sitt skapande till "den enda gud jag kunde tro på, kreativitetsens gud, livskraften som Dylan Thomas kallade '*the force that through the green fuse drives the flower*'". Hon lärde sig att ta ett steg åt sidan och låta den kreativa kraften verka genom henne; att "helt enkelt infinna mig vid manuskriptsidan och skriva ner det jag hörde."<sup>78</sup> Som redan framkommit anser Cameron att konstutövning inte består i att hitta på eller uppfinna någonting.<sup>79</sup> Som konstnärer har vi tvärtom den stora uppgiften att uppmärksam lyssna efter det som vill och försöker födas fram till världen genom oss.<sup>80</sup> I följande citat utvecklar Cameron sina tankegångar om den lyssnande processen:

När en skådespelare befinner sig i ögonblicket ägnar han/hon sig åt att lyssna efter det nästa 'kreativa rätta'. När en målare målar har han/hon ofta börjat med en plan, men den

---

<sup>75</sup> Cameron 2004, s. 294

<sup>76</sup> Cameron 2004, s. 294-296

<sup>77</sup> Cameron 2004, s. 295

<sup>78</sup> Cameron 2000, s. 12-13

<sup>79</sup> Cameron 2000, s. 141

<sup>80</sup> Cameron 2004, s. 249

planen får snart ge upp kampen mot målningens egen plan. Det uttrycks ofta som att penseln rör sig av sig själv. De som dansar, komponerar eller skulpterar gör samma erfarenhet: vi är snarare en ledning, ett medium, än skapare av det vi ger uttryck för.

Konst är en handling som man utför genom att lyssna och släppa taget medan man låter källan bestämma. Det tycks som om all världens historier, målningar, musikstycken och teaterföreställningar lever precis under ytan på vårt vanliga medvetande. De rinner genom oss som en underjordisk flod, och vi kan hämta kraft ur den floden. Som konstnärer låter vi oss falla ner i strömmen. Vi hör efter vad som finns där nere och agerar därefter /.../.

De här ögonblicken av lysande inspiration kräver att vi förlitar oss på dem och agerar med tillit. /.../ Vi lär oss inte bara att lyssna, utan också att med ökande förtroende lyda den röst som säger: 'Prova det här, testa det där, säg så här ...'

De flesta skribenter har råkat ut för att få en dikt eller en del av en text alldeles färdig ur pennan. Sådana fynd betraktar vi som små underverk. Vi har emellertid inte klart för oss att det är de som är det normala. Vi är ett instrument snarare än skapare av vårt verk.

/.../ När jag undervisar i hur man skriver filmmanuskript påminner jag mina elever om att hela deras film redan existerar. Deras uppgift är att lyssna efter den, att betrakta den och sedan skriva ner den.

Man kan påstå detsamma om alla konstarter. Om målningar och skulpturer väntar på oss, då väntar sonater på oss; böcker, pjäser, dikter väntar också på oss. Vår uppgift är bara att få ner dem. För att göra det, låter vi oss falla ner i källan.<sup>81</sup>

Enligt Cameron föredrar en del människor att föreställa sig inspirationsflödet som "en mängd radiosignaler som oavbrutet sänds ut samtidigt". Som konstnärer lär vi oss att hitta den frekvens som känns rätt för oss, och att likt föräldrar "urskilja vårt barns röst bland alla de andra idérösterna".<sup>82</sup> Oavsett hur vi väljer att visualisera eller beskriva processen så handlar vårt konstnärliga skapande i hög grad om att ta oss förbi vår självmedvetenhet, att nå in i detta universella kreativa flöde, och *tillåta* det konstnärliga uttrycket att uppstå snarare än att *åstadkomma* det.<sup>83</sup>

Den konstnärliga processen sker i ögonblicket, men även i ett längre tidsperspektiv. Processen med att bygga upp en konstnärlig helhet av våra skapande handlingar och föra ut denna till omvärlden är också en väsentlig aspekt av vår uppgift som konstnärliga varelser. När det gäller att förverkliga ett specifikt konstnärligt projekt kan vi enligt Cameron ta hjälp

---

<sup>81</sup> Cameron 2000, s. 141-143

<sup>82</sup> Cameron 2000, s. 143

<sup>83</sup> Cameron 2000, s. 164

av en mer övergripande typ av andlig process, som kan liknas vid att följa en "andlig stig" eller göra en "andlig vandring". Författaren pekar ut tre distinkta faser av denna vandring: den konstnärliga drömmen, handlingen av tillit samt mottagandet av vägledning och hjälp.

Den konstnärliga *drömmen* är enligt Cameron en viktig faktor för människors skapande. Samtidigt som vi kanske tvivlar på vår identitet och duglighet som konstnärer har vi en obestridd längtan som driver oss framåt mot en viss form av skapande. Denna längtan är ett uttryck just för människans sanna konstnärliga identitet, som guidar henne och visar henne åt rätt håll. Cameron konstaterar att alla drömmar visserligen inte besannas, men "de innehåller alltid ett korn av sanning."<sup>84</sup> Varje människa har något hon innerst inne drömmer om att göra, och det är just detta som det ur ett andligt perspektiv är meningen att hon ska göra<sup>85</sup> eller hennes uppgift att göra<sup>86</sup>. Många människor har dessvärre stora svårigheter med att erkänna hur deras sannaste livsdröm ser ut, och att lita på sitt eget omdöme i frågan.<sup>87</sup>

I linje med den världsligt orienterade konstsyn som genomsyrar vårt tänkande (se kapitel 3) tolkar vi också lätt våra drömmar som symptom på en längtan efter att förstärka vår sociala ställning som individer (vilket kanske får oss att avfärda drömmarna). Men även om sådana motiv kan finnas, har våra sanna konstnärliga drömmar alltid djupare och mer grundläggande motiv, anser Cameron.<sup>88</sup> De är i själva verket "en autentisk respons som uppstår när den kreativa energin i vårt inre söker en ny arena för att komma till tals"<sup>89</sup>, och de "springer ur en gudomlig källa"<sup>90</sup>. Med en liknande terminologi kan vår specifika skaparlängtan sägas vara vår kallelse.<sup>91</sup> Enligt författaren är våra livsdrömmar egentligen ett slags visioner, och föremål för "en helig transaktion som vi vet mycket lite om".<sup>92</sup>

I samma ögonblick som vi vågar hysa *tillit* till våra drömmar uppstår en andlig kedjereaktion, där dimensionen av "någonting högre" agerar i respons, menar Cameron. Det är när vi tar steget, tar oss själva på allvar och verkligen bestämmer oss för - förbinder oss till - att förverkliga ett konstnärligt projekt vi drömmer om, som vi samtidigt utlöser det stöd vår dröm behöver i form av *hjälp och vägledning*.<sup>93</sup> Så länge vi tvivlar, tvekar och agerar planlöst kommer också vår livsväg att framstå som planlös, med korta perioder av utveckling och

---

<sup>84</sup> Cameron 2004, s. 31, 54

<sup>85</sup> Cameron 2000, s. 132, 217

<sup>86</sup> Cameron 2004, s. 257

<sup>87</sup> Cameron 2000, s. 132, 217-218

<sup>88</sup> Cameron 2004, s. 63, 257

<sup>89</sup> Cameron 2004, s. 63

<sup>90</sup> Cameron 2000, s. 19

<sup>91</sup> Cameron 2004, s. 281

<sup>92</sup> Cameron 2000, s. 229

<sup>93</sup> Cameron 2004, s. 32, 264

framsteg insprängda i långa dödperioder av stagnation.<sup>94</sup> I själva verket finns det en meningsfull väg för varje människa, och den slår vi in på genom det inre löftet om att vara sanna mot oss själva och våra drömmar, och att ge uttryck för det vi är och det vi värderar högst i livet. Det är vår egen beslutsamhet, det att vi vågar tro på vårt projekt och kommer i gång med det, som har förmåga att väcka genklang i någonting utanför oss själva.<sup>95</sup> Det avgörande är just den konkreta handlingen av tillit, det att vi sätter vår tilltro till oss själva, och enligt Cameron i förlängningen till "kraften som skapade oss"<sup>96</sup>, istället för att se oss som maktlösa offer för "marknaden". Det rör sig om en form av troshandling<sup>97</sup>, eller kanske rättare översatt just en handling av tillit ("act of faith")<sup>98</sup>.

Det är denna handling som får hjälp att uppenbara sig i olika former: som möjliga samarbetspartners eller andra yttre tillfälligheter och sammanträffanden (så kallad synkronitet), eller som inre ingivelser och resurser vi varit omedvetna om.<sup>99</sup> När vi hittar vår rätta väg, då upplever vi enligt Cameron att vi gör nytta och att arbetet går lätt - och dessutom att dörrar öppnas och tillfällen uppstår.<sup>100</sup> När vi förmår jaget att träda åt sidan och i en anda av tillit låter den kreativa kraften verka genom oss, då "sker underverken av sig själva - till synes med oss som upphovsmän".<sup>101</sup> Men vi måste också vara öppna för den hjälp som kommer i vår väg. Vi måste lägga märke till den, och vi måste våga tacka ja och ta emot den. Vi måste vara villiga att gripa möjligheten och agera när tillfällen uppstår.

Hur ska vi som konstnärliga individer då *tänka och handla* i praktiken för att kunna leva fritt skapande i enlighet med Camerons andligt orienterade filosofi? På de 500 sidor av Camerons "Artist's Way"-lära jag har studerat är det en stor mängd metoder som rekommenderas. Men när jag sammanställt och analyserat dem har jag kunnat identifiera sex huvudsakliga områden som de många råden faller inom, och formulerat sex centrala strategier signerade Cameron. Fyra av dem återknyter direkt till den andligt orienterade konstsynens grundteser, och presenteras i det följande. De återstående två strategierna rör sig om att bearbeta och förebygga de (världsligt orienterade) tanke- och handlingsmönster som blockerar vårt skapande, samt hantera det konstnärliga klimat vi lever i, och behandlas i slutet av kapitel 5.

---

<sup>94</sup> Cameron 2000, s. 218

<sup>95</sup> Cameron 2000, s. 218; Cameron 2004, s. 32, 35

<sup>96</sup> Cameron 2004, s. 264

<sup>97</sup> Cameron 2004, s. 207

<sup>98</sup> Cameron 2007, s. 386

<sup>99</sup> Cameron 2000, s. 143; Cameron 2004, s. 270

<sup>100</sup> Cameron 2000, s. 132; Cameron 2007, s. 118

<sup>101</sup> Cameron 2004, s. 207

### 4.3 Strategier för konstnärligt skapande ur ett andligt orienterat perspektiv

Sammanfattningsvis för Cameron fram följande teser, som bildar grundpelare för hennes andligt orienterade konstfilosofi:

- Konstnär är varje människa till sin natur.
- I ett större, andligt perspektiv är det ett universellt skapande flöde som verkar genom människan och färgas av hennes unika person.
- Konsten ligger i processen.
- Konstnärens syfte är att 1) ge utlopp för sin skaparnatur och uttrycka sin sanna livsupplevelse, och att 2) kommunicera samt tjäna sin unika uppgift på ett både mänskligt och andligt plan.

Dessa teser lägger grunden för och återspeglas i följande fyra grundläggande strategier som hittas i Camerons text:

#### Strategi 1: Var den du verkligen är.

Var äkta, ärlig och sann mot dig själv - mot din verkliga personlighet, din verkliga livsupplevelse och dina verkliga behov. Försök inte vara någonting annat eller mera (eller mindre) än den du är, eller agera "förnuftigare" eller "normalare" - ha *tillit* till ditt verkliga jag. Tillåt dig att göra och utforska sådant som väcker din lust, nyfikenhet och förundran (utan att behöva förstå "nyttan" med det). Lev ditt eget liv, utifrån dina egna värderingar, istället för att i första hand försöka uppfylla utifrånkommande förväntningar. Det innebär inte att aldrig ta hänsyn till andra människor, men det kan bland annat innebära att avdela tillräckligt med (ostörd) tid och utrymme för det konstnärliga skapande du längtar efter.

#### Strategi 2: Gör din dagliga konst.

Släpp taget om behovet av att försöka styra och kontrollera det som ligger i en okänd framtid, och fokusera istället på den lilla konstnärliga handling du kan göra just nu. Plocka varje dag upp instrumentet, pennan, penseln, och ta nästa lilla steg i din konstutövning. Gör det i en anda av *tillit* till att det både är meningsfullt i nuet och kommer att skapa meningsfull konst i ett längre tidsperspektiv - en tillit till att det är *meningen* att du ska följa dina konstnärliga impulser.

### Strategi 3: Lyssna efter konsten.

Gör konst i en inställning av *tillit* - av att släppa taget, sluta "försöka" och istället snarare *lyssna* efter vad som vill födas till världen genom dig.

### Strategi 4: Följ din konstnärliga kallelse.

Följ dina drömmar i en inställning av *tillit* (åtminstone till att det ligger något väsentligt i dem, kanske rentav till att "universum stöder våra sannaste drömmar"). Cameron beskriver en process i tre steg: 1) Ta dina djupaste drömmar på allvar. 2) Ta steget - bestäm dig för, *förbind dig till*, att förverkliga din dröm. 3) Var sedan öppen för och ta emot den hjälp och vägledning som uppenbarar sig i form av "synkronitet" (sammanträffanden, tillfällen och hjälpande händer som dyker upp) och inre ingivelser. Cameron lånar ett uttryck av författaren Stella Merrill Mann för att sammanfatta den tredelade processen: "Ask, believe, receive."<sup>102</sup>

Genom alla fyra strategierna ovan löper som synes den genomgående principen att man (medvetet) väljer att *handla i tillit* i stället för att styras av olika former av rädsla eller kontrollbehov.<sup>103</sup> Man sätter sin tillit till att man duger och räcker till som man är, utan att först behöva förändra sig för att kunna börja gå i den riktning man vill (strategi 1). Man accepterar också att, bildligt uttryckt, gå stigen fram utan att veta hur den ser ut längre fram eller vart den leder (strategi 2). Ifall man inte är främmande för tanken om en universell skaparkraft, eller kanske en djupare dimension av jaget, kan man också sätta sin tillit till att konsten är någonting som kommer till en eller kanaliseras genom en, att man snarare tillåter den att ta form än att man bygger upp den med avsevärd ansträngning och disciplin (strategi 3). Man kan slutligen välja att känna en tillförsikt i att denna högre dimension av jaget eller tillvaron kommer till uttryck genom våra djupaste drömmar, att den "kallar" oss att förverkliga någonting och även hjälper oss på olika sätt när vi hörsammar kallelsen och vågar ta steget (strategi 4).

Ovanstående fyra förhållningssätt till liv och konst är sannolikt inte alls främmande för *alla* människor som lever i vår världsligt orienterade kultur. Kanske är det snarare just ovanstående strategier som i högre eller lägre grad redan följs av de konstnärer som klarar av att vara verksamma i vårt konstnärliga klimat. Gissningsvis är dessa strategier den ena hemligheten som de overksamma, blockerade, konstnärerna inte känner till - medan den

---

<sup>102</sup> Cameron 2007, s. 304, 307

<sup>103</sup> Cameron 2000, s. 217, 187-190



andra hemligheten ligger i att bryta själva det blockerande mönstret. I nästa kapitel behandlar jag den konstnärliga blockeringens olika former, bakomliggande orsaker samt psykologiska mekanismer, och reder också ut vilka strategier vi enligt Cameron kan använda för att bearbeta våra blockeringar och hantera tillvaron som konstnärer i en världsligt orienterad kultur.

## 5 Den konstnärliga blockeringens psykologi

Bakgrunden till Julia Camerons böcker, liksom till denna uppsats, är som framkommit att det finns ett problem: det är någonting som (helt eller delvis) hindrar människor från att göra konst. Enligt Cameron blockerar alla människor i någon mån sitt konstnärliga skapande.<sup>104</sup> Även flertalet verksamma konstnärer drabbas någon gång, till sin egen överraskning, av en blockerad skaparkraft.<sup>105</sup> Vi får en impuls att uttrycka oss i konstnärlig handling - men avfärdar impulsen, skjuter upp vår konstutövning till "senare", eller korrigerar och beskär den för att den ska uppfylla bestämda konstnärliga ideal eller passa in i vårt nuvarande projekt. Eller så handlar impulsen om en större konstnärlig dröm - men vi tar få eller inga steg i drömmens riktning. I sina "Artist's Way"-böcker pekar Cameron ut det vi kanske på något plan visste, men inte riktigt hade insett vidden av: att det i sista hand är vår egen inställning som blockerar vårt konstnärliga skapande. Det är våra egna föreställningar som gör att vi undviker att följa en konstnärlig impuls i stunden eller en konstnärlig dröm i ett längre tidsperspektiv, och går miste om meningsfulla upplevelser, utveckling och tillväxt.

I de texter jag har studerat beskriver Cameron ingående en stor mängd blockerande föreställningar och diskuterar hur var och en av dem kan bemötas och bearbetas, men det är endast i bisatser hon behandlar blockeringens psykologi på ett mer principiellt plan. Själv upplever jag mängden beskrivna problem och lösningar som alltför många för att kunna överblicka, hålla i minnet och ha någon användning av i praktiken. Jag har istället studerat, kategoriserat och analyserat Camerons många exempel för att kunna knyta ihop ledtrådarna, reda ut orsak och verkan och skapa en djupare förståelse av den konstnärliga blockeringens övergripande strukturer och underliggande mekanismer. Liksom i kapitel 3 har detta krävt en hel del vidare analys som snarare är min egen än direkt uttalad i Camerons text. I följande avsnitt undersöker och analyserar jag inledningsvis den konstnärliga blockeringens olika varianter.

### 5.1 Den konstnärliga blockeringens former

Nedan följer ett översiktligt urval av de blockerande föreställningar som Cameron tar upp till behandling. För åskådlighetens skull har jag här formulerat alla exempel enligt en liknande modell. Dessa tankar och tankekomplex kan röra sig, och kombineras på olika sätt, i individens föreställningsvärld utan att hen är riktigt medveten om dem - men ifall de

---

<sup>104</sup> Cameron 2000, s. 11

<sup>105</sup> Cameron 2004, s. 225

formulerades medvetet skulle de alla kunna inledas på samma sätt: "Jag kan inte följa mina konstnärliga impulser just nu (eller överhuvudtaget) därför att ..." eller "Jag kan inte ta några steg i riktning mot min konstnärliga dröm just nu (eller överhuvudtaget) därför att ..."

- 1) ... jag saknar (tillräcklig) konstnärlig begåvning/förmåga.<sup>106</sup>
- 2) ... jag är en mycket sämre konstnär än NN.<sup>107</sup>
- 3) ... jag är för lat och/eller oföretagsam.
- 4) ... jag är för rädd och/eller socialt tillbakadragen.<sup>108</sup>
- 5) ... jag är för gammal; det är för sent.<sup>109</sup>
- 6) ... jag får inte vara anspråksfull eller göra mig märkvärdig / jag måste tänka på andras självkänsla.<sup>110</sup>
- 7) ... jag får inte vara självisk och ägna tid och engagemang åt konstutövning, jag måste prioritera mina plikter / ställa upp för människor i min omgivning.<sup>111</sup>
- 8) ... jag ser det som viktigare att vara till någon nytta och/eller göra rätt för mig.
- 9) ... jag behöver ägna mig åt att tjäna mitt uppehälle istället för att skapa konst (som inte betalar några räkningar).
- 10) ... jag är nybörjare / jag har för lång väg att gå till mitt konstnärliga mål, så det är ingen idé.<sup>112</sup>
- 11) ... jag måste först lista ut vilket verk min konstutövning skulle syfta till, och/eller vad det skulle vara för nytta med det.<sup>113</sup>
- 12) ... jag måste först lista ut hur, eller om, jag ska kunna åstadkomma ett mästerverk / tillräckligt bra konstverk / något färdigt verk överhuvudtaget / ens något påbörjat verk.<sup>114</sup>

---

<sup>106</sup> Cameron 2000, s. 48-52

<sup>107</sup> Cameron 2004, s. 102

<sup>108</sup> Cameron 2004, s. 193-194

<sup>109</sup> Cameron 2000, s. 49, 162-165

<sup>110</sup> Cameron 2000, s. 93

<sup>111</sup> Cameron 2000, s. 119-122

<sup>112</sup> Cameron 2000, s. 164-165

<sup>113</sup> Cameron 2000, s. 165

<sup>114</sup> Cameron 2000, s. 175-176; Cameron 2004, s. 208

13) ... jag måste först lista ut hur, eller om, jag ska kunna lösa alla praktiska problem i anknytning till mitt konstnärliga projekt.<sup>115</sup>

14) ... jag måste först skaffa mig konstutbildning / bättre utrustning / göra om garaget till ateljé.

15) ... jag måste först slutföra studierna / säga upp mig från jobbet / gå i pension / få mer tid för att ägna mig åt konsten på allvar.

16) ... jag tvivlar på att någon kommer att förstå och uppskatta min konst, så det är ingen idé.<sup>116</sup>

17) ... jag måste först räkna ut hur, eller om, min konst ska kunna leda till erkännande och/eller framgång.<sup>117</sup>

18) ... jag måste först lista ut hur, eller om, jag skulle klara av situationen att min konst leder till erkännande och/eller framgång.

19) ... konstnären NN har redan lagt beslag på min konstnärliga idé och/eller nisch, så det är ingen idé.

20) ... konstnären NN:s konst leder redan till erkännande och/eller framgång (trots att jag och min konst vore mer förtjänta av dessa).<sup>118</sup>

När jag analyserar och kategoriserar tankekomplexen ovan faller de grovt sett i följande kategorier (som i olika former också beskrivs på spridda ställen i Camerons text):

a) underförstådda antaganden om konstnären som högt begåvad, tungt meriterad, orädd, ambitiös och/eller hårt arbetande sedan tidig ålder - i kombination med en bild av den egna otillräckligheten på något av dessa områden (se exempel 1-5)

b) underförstådda antaganden om konstnären som självisk, fåfäng, onödig, onyttig och/eller fattig - i kombination med en bild av de egna (moraliska) plikterna och dygderna (se exempel 6-9)

---

<sup>115</sup> Cameron 2000, s. 175-176; Cameron 2004, s. 30, 208

<sup>116</sup> Cameron 2004, s. 210-211, 273-274

<sup>117</sup> Cameron 2004, s. 30

<sup>118</sup> Cameron 2000, s. 197

c) underförstådda antaganden om konstnärens tillvaro och konstutövningens praktiska förutsättningar - i kombination med en bild av de egna nuvarande förhållandena som otillräckliga (se exempel 14-15)

d) underförstådda antaganden om att konstens främsta syfte (ur ett slags konsumentperspektiv) är uppnådda slutresultat som uppfyller normer och/eller ideal - i kombination med ovissheten om hur eller huruvida detta syfte kan uppnås (se exempel 10-13)

e) underförstådda antaganden om att konstens främsta syfte (ur ett konstnärsperspektiv) är uppnådd social bekräftelse och/eller framgång - i kombination med ovissheten om hur eller huruvida detta syfte kan uppnås (se exempel 16-20)

Vid en närmare titt på ovanstående kategorier framträder mönstret ännu tydligare. Det gemensamma draget för a), b) och c) är att en (positiv eller negativ) världsligt orienterad bild av konstnärens egenskaper och verksamhet jämförs, och krockar, med en (negativ respektive positiv) bild av individens egna egenskaper och förutsättningar. I kategorierna d) och e) är det den världsligt orienterade synen på konstens väsen och konstutövningens syften, kombinerad med en negativ bild av de egna möjligheterna att uppfylla dessa, som gör att individen helt eller delvis avfärdar konstutövning som en motiverad handling i sin nuvarande situation.

I stora drag verkar alla de blockerande föreställningarna kunna summeras i två världsligt orienterade grundblockeringar, som återspeglar det Cameron kallar våra myter angående konstnärer respektive konst (se kapitel 3), och som jag skulle beskriva i följande formuleringar:

1) "*Den personliga förutsättningen* för att kunna följa en konstnärlig impuls/dröm är att man har bestämda, "konstnärliga" egenskaper, erfarenheter och/eller livsförhållanden - och på grund av min nuvarande *otillräcklighet* av dessa kan jag inte följa min impuls/dröm." Ju högre tankar vi har om konstnären som individ, och ju lägre konstnärlig självuppfattning vi har, desto mer blockeras vi rimligen som konstnärer.

2) "*Syftet* med att följa en konstnärlig impuls/dröm är att prestera ett slutresultat som uppfyller normer och/eller ideal och gör att jag blir socialt godkänd/erkänd som individ - och på grund av min nuvarande *ovisshet* om hur jag ska uppnå detta kan jag inte följa min impuls/dröm." Ju högre konstnärliga ideal vi håller oss med, och ju lägre uppfattning vi har om våra konstnärliga möjligheter, desto mer blockerade är vi sannolikt.

När jag först läste Cameron fick jag det intrycket att vår kulturella, världsligt orienterade, syn på konstutövning stod för en del av människors konstnärliga blockeringar, medan de flesta snarare uppstod på en helt individuellt psykologisk nivå. Det är först nu när jag har ställt upp de vanligaste blockerande föreställningarna, klassificerat och närmare studerat dem som jag inser att den sociokulturella komponenten *alltid* finns där - och alltid vägs mot individens bild av sin egen person, sina individuella egenskaper, möjligheter och levnadsförhållanden. Alla konstnärliga blockeringar uppstår alltså som en individuell tolkning av både yttre, sociokulturella budskap och inre, psykologiska budskap. Det *är* med andra ord den världsligt orienterade konstsynen som i mångt och mycket ligger bakom uppkomsten av vår konstnärsproblematik - men även vår självbild är helt central.

## 5.2 Den konstnärliga blockeringens uppkomst

Som Cameron antyder eller exemplifierar på olika ställen i sin text nås vi av yttre omvärldsbudskap (föreställningar, uppfattningar, antaganden, attityder, värderingar) tillhörande två huvudkategorier:

- 1) Vi får budskap om omgivningens syn på *konstens och konstnärens* väsen och syfte.
- 2) Vi får budskap om omgivningens syn på vårt *eget, individuella* väsen och syfte, det vill säga våra individuella egenskaper, styrkor, svagheter, möjligheter och (praktiska och moraliska) plikter gentemot andra. Man kan säga att vi på detta sätt tilldelas ett individuellt handlingsutrymme. Vi har ramar för vad som är meningsfullt eller lämpligt för oss att ägna oss åt, hur stor plats vi tillåts ta i sociala sammanhang, hur mycket hänsyn vi på olika plan förväntas visa andra människor och så vidare.

Därtill mottar vi budskapen på två olika plan:

- 1) Vi möter attityder både till konsten och (direkt eller indirekt) till oss själva från den omgivande kulturen eller samhället i stort. Dessa budskap förmedlas till oss genom det vi läser, ser och hör via olika massmedier och genom våra erfarenheter (i egenskap av konstnärer eller publik) av offentliga situationer såsom konserter, föreställningar och utställningar, och utgör det jag kallar vårt övergripande *konstnärliga samhällsklimat*.

2) Vi möter attityder både till konsten och till oss själva från vår sociala närmiljö under uppväxten och hela livet, det vill säga via föräldrar, övrig familj, vänner, bekanta, lärare och så vidare. Detta har jag valt att benämna vårt personliga *konstnärliga närklimat*.<sup>119</sup>

Som Camerons text visar formas våra konstnärliga attityder särskilt starkt av våra egna erfarenheter av konstutövning, och i synnerhet av omgivningens reaktion på denna. Många av våra blockerande föreställningar uppstår eller förstärks i samband med att vi upplever att vi får negativa erfarenheter av konstutövning och råkar ut för vad Cameron kallar *konstnärliga skador* eller *konstnärliga förluster*. När det gäller vår konstutövning i mer offentliga sammanhang - i det konstnärliga samhällsklimatet - består dessa skador exempelvis i att vi som konstnärer får ett negativt eller likgiltigt mottagande, kritiska recensioner eller kommentarer; att vi inte får rollen, inte blir tillfrågade att vara med, att framträdandet ställs in, eller att vi förlorar pengar; men också att vi själva upplever att vi misslyckas och gör bort oss - att vi förlorar tilltron till oss själva.<sup>120</sup> En del av dessa konstnärliga skador är förknippade med en handlingsförlamande skam och sorg, medan andra snarare ger upphov till ilska eller avund. Ibland uppstår känslan av misslyckande paradoxalt nog i samband med en konstnärlig framgång. Om vi upplever framgången som ovan och pressande händer det att vi (till vår egen skam) reagerar genom att dra oss tillbaka och upphöra med vår konstutövning. Sådana *konstnärliga U-svängar* förekommer enligt Cameron faktiskt i alla karriärer, och är också konstnärliga förluster i sig.<sup>121</sup>

För många människor är det främst det konstnärliga närklimatet, i synnerhet under uppväxten, som har orsakat konstnärliga skador. Ända från tidig ålder får vi olika former av respons från omgivningen som berättar hur andra personer ser på våra konstnärliga handlingar. Unga konstnärer vars konstnärliga uttryck *avfärdas* eller ignoreras slutar med tiden att försöka och uppfattar inte sig själva som skapande individer med möjlighet eller rätt att uttrycka sig konstnärligt, enligt Cameron, som framhåller att ett barns konstnärliga impulser är beroende av näring och stöd i form av uppmärksamhet och uppmuntran från omgivningen för att fortleva:<sup>122</sup> "Mycket talar för att man både som människa och konstnär är den man är - men trots allt blir man den man är, *helt och fullt*, genom att bli bekräftad."

---

<sup>119</sup> Cameron 2000, s. 50

<sup>120</sup> Cameron 2000, s. 153-155

<sup>121</sup> Cameron 2000, s. 179-181

<sup>122</sup> Cameron 2000, s. 43-44

I andra fall uppmuntras den unga visserligen i sin konstnärsroll, men bara till en viss gräns - i de flesta fall får barnet ingen insikt om sin fulla konstnärliga potential.<sup>123</sup> Många unga konstnärer *avråds* från att följa en konstnärlig bana eftersom det inte ses som ett önskvärt eller realistiskt alternativ, och försöker närma sig sin konstnärliga längtan på ett "förnuftigt" sätt och kanalisera den till ett yrke som ligger i närheten av det konstnärliga, exempelvis genom att bli lärare i konstnärliga ämnen.<sup>124</sup>

Slutligen uppstår konstnärliga skador inte minst när en ung konstnär *tillrättavisas* eller förlöjligas för sina konstnärliga svagheter, utforskningar, anspråk eller ambitioner. Skammen som detta ger upphov till förträngs snabbt, men kan senare dyka upp och blockera individens konstutövning vid de mest skilda tillfällena och perioder av livet - exempelvis genom att blotta tanken på eller försöket att uttrycka sig konstnärligt framkallar skam och undvikande, eller genom att en verksam konstnär plötsligt och oförklarligt "tappar intresset" för att slutföra ett konstnärligt projekt.<sup>125</sup>

Det framstår som tydligt att alla personer inte mottar samma slags budskap om konsten och jaget under sin uppväxt och sitt fortsatta liv, utan varje individ har en helt egen historia av mottagna signaler som har format hens person och livsbana. Som jag tolkar Camerons andligt orienterade filosofi (se kapitel 4) kan alla människor sägas ha en likvärdig *andlig* grundförutsättning för konstnärligt uttryck, men däremot växer alla uppenbarligen inte upp med likvärdiga *sociala* förutsättningar för ett fortsatt, ohejdat skapande. Dessutom tolkas inte nämnda omvärldsbudskap likadant av alla personer. Tvärtom finns det en stor individuell variation i hur vi påverkas av omvärldens uppfattningar. Som jag uppfattar det skiljer vi människor oss åt även när det gäller vår förmåga att *mentalt hantera* konstutövning i vårt nuvarande konstnärliga klimat.

Cameron påpekar att en del personer har en högre *känslighet* än andra för intryck från omvärlden. Rimligen påverkas dessa personer djupare av det omgivande konstnärliga samhälls- och närklimatet, av de signaler, förväntningar och behov de avläser av omgivningen, i anknytning till egen konstutövning eller mer allmänt.<sup>126</sup> När detta konstnärliga klimat upplevs som kallt och krävande ger det upphov till många konstnärliga blockeringar hos extra känsliga personer.

---

<sup>123</sup> Cameron 2004, s. 47

<sup>124</sup> Cameron 2000, s. 43-47

<sup>125</sup> Cameron 2000, s. 87-89

<sup>126</sup> Cameron 2004, s. 130, 179



En del personer har också en livligare *fantasi* (föreställningsförmåga) än andra, och är mer benägna att måla upp inre scenarier av olika slag. Även denna egenskap kan gå överstyr i ett konstnärligt klimat som upplevs som kallt och hårt (och dessutom lever vi i en massmedialt präglad kultur som särskilt uppmärksammar negativa, dramatiska händelser och hotande faror, vilket troligen färgar människors fantasi på ett allmänt plan). Dessa fantiserande personer får då en tendens att dramatisera sin livssituation och föreställa sig olika mer eller mindre ödesdigra framtidsscenarioer, inte minst angående de misslyckanden och motgångar en eventuell egen konstutövning skulle kunna resultera i; de har med andra ord en benägenhet att bli konstnärligt blockerade.<sup>127</sup>

I styckena ovan strävade jag medvetet efter att använda mer eller mindre negativt anstrukna, överseende och avfärdande formuleringar om de personliga egenskaperna känslighet respektive fantasi eller föreställningsförmåga. På detta sätt ville jag försöka förmedla något av de attityder som präglat min egen livsbana (där jag med stigande ålder alltmer uppfattat och rättat mig efter att jag i olika sammanhang tydligen "inte ska vara så känslig", och helst bör sluta "göra mig till" med mina "löjliga" idéer). Det var först när jag läste Julia Camerons böcker som jag började inse att den mänskliga känsligheten och föreställningsförmågan i första hand är styrkor och inte svagheter. I själva verket är de i detta sammanhang att betrakta som gåvor - konstnärliga sådana.

Personer med denna kombination av egenskaper - en intensiv känslighet för intryck från omvärlden samt en välutvecklad föreställningsförmåga - blir enligt Cameron lätt inspirerade och engagerade av sina intryck, och är mottagliga för de konstnärliga möjligheter det öppnar upp.<sup>128</sup> De kan kanske sägas få fler konstnärliga impulser än andra människor, eller ha en begåvning för just konstnärligt skapande (medan andra människors skapande, kreativa förmåga kanske snarare söker sitt utlopp genom andra former av mänsklig verksamhet). Även om dessa personer må ha sämre förutsättningar än andra att mentalt hantera konstutövning i vårt rådande konstnärliga klimat, så har de möjligen större specifikt *konstnärliga förutsättningar*.

Detta betyder inte att vi är tillbaka vid den världsligt orienterade uppfattningen att bara en liten elit av särskilda talanger är eller kan bli riktiga konstnärer. Skaran av känsliga, fantasifulla konstnärer är enligt Cameron mycket större än vi inser; konstnärerna finns överallt ibland oss. Många av dem gör dessvärre just ingen konst under nuvarande

---

<sup>127</sup> Cameron 2000, s. 166-168; Cameron 2004, s. 190-191, 226-227

<sup>128</sup> Cameron 2004, s. 130, 179, 214-215

förhållanden, och många av dem har inte ens förstått att de har någonting att göra på konstens område. Enligt min analys ovan har dessa människor vid sidan av de allmänmänniska, *andliga* förutsättningarna även de uttalat *konstnärliga* förutsättningarna för skapande, men de är inte medvetna om någondera, och har inte på länge omsatt dem i handling. Kanske är den avgörande faktorn att dessa överksamma konstnärer inte har haft turen att ha lika goda *sociala* förutsättningar som de verksamma konstnärerna?

Det verkar vara ett paradoxalt drag i vår kultur att de mest konstnärligt sinnade individerna, de som kanske skulle ha störst behov och utbyte av att uttrycka sig genom konst, och kanske även skulle ha mest att bidra med till det övriga samhället i form av konstnärlig (och andlig) kommunikation, är de som riskerar att drabbas hårdast och tystas mest effektivt av det rådande konstnärliga samhällsklimatet - framför allt de individer som inte har kompensrats med ett tillräckligt stödande konstnärligt närklimate. Det är i synnerhet dessa känsliga och fantasifulla personer, som kanske är var och varannan av oss, som gömmer undan sina förmågor, både från andra och från sig själva. Det är i synnerhet dessa konstnärer som mer eller mindre omedvetet blockerar sitt konstnärliga skapande.<sup>129</sup>

Att blockera sitt skapande betyder alltså att undvika det, att *inte* uttrycka sig konstnärligt. I det följande undersöker jag hur den blockerande processen ser ut och gör en analys av den underliggande psykologiska mekanismen.

### 5.3 Den konstnärliga blockeringens mekanism

Enligt Cameron innebär blockeringen i praktiken att de konstnärliga impulserna *avleds* och/eller *dövas*, och hon nämner två huvudsakliga (mer eller mindre omedvetna) beteenden som åstadkommer detta:

1) När vi är konstnärligt blockerade ersätter vi ofta konstutövning med *tankar* kring konstutövning.<sup>130</sup> Vi styr om den konstnärliga impulsen till att fantisera och drömma om konstnärligt skapande, planera och analysera det, grubbla och oroa oss för det, och vi begrundar våra möjligheter att lyckas eller misslyckas som konstnärer.<sup>131</sup> Även om det inte syns och märks lägger vi som blockerade konstnärer ner mycket energi på att tvivla på oss

---

<sup>129</sup> Cameron 2004, s. 72, 262

<sup>130</sup> Cameron 2000, s. 209; Cameron 2004, s. 190-191, 226-227

<sup>131</sup> Cameron 2000, s. 62-63, 72, 166-168; Cameron 2004, s. 226-227

själva och plågas av ånger, avund och sorg.<sup>132</sup> Ju mer vi blockerar vårt skapande desto mer upptagna blir vi i regel av tankar kring vår konstnärliga överksamhet<sup>133</sup>.

2) Konstnärlig blockering tar sig ofta konkret uttryck i olika slags *missbruk*. Enligt Cameron använder varje konstnärlig person flera metoder av detta slag för att döva eller styra om sin kreativa energi. Oftast rör det sig om en upptagenhet av eller fixering vid ätande, alkohol eller andra droger, arbete och upptagenhet av sysslor, romantisk-erotiska erövringar eller relations- och situationsdramatik. De flesta av dessa utgör i sig mer eller mindre vanliga inslag i en människas liv, och blir problematiska först när man missbrukar dem. Detta gör människor dessvärre ofta för att undvika att följa konstnärliga impulser, menar Cameron.<sup>134</sup>

Som vi har sett består den konstnärliga blockeringen både av (mer eller mindre omedvetna) negativa föreställningar eller *tankar* om vår egen relation till konstutövning, och av (mer eller mindre omedvetna) reaktioner i form av *beteenden* som undviker konstutövning. Men det finns ytterligare en komponent, en slutlig nyckel när vi vill förstå våra konstnärliga blockeringar och göra något åt dem. Det finns någonting som länkar samman tanken och beteendet; som svarar på frågan om *varför* dessa tankar leder till att vi inte skapar konst. Den saknade pusselbiten är de (mer eller mindre omedvetna) negativa *känslor* som tankarna ger upphov till. Och när det handlar om konstnärliga blockeringar verkar alla dessa känslor utmynna i en och samma känsla: rädslan.

Som barn skapar vi fritt och hämningslöst. Den konstnärliga impulsen omsätts mer eller mindre direkt i handling utan att närmare ifrågasättas. Sedan förändras något, och min analys av detta lyder som följer: Med ökande ålder och tilltagande kognitiva funktioner börjar vårt intellekt i allt högre grad utvärdera våra impulser utifrån våra samlade och tolkade erfarenheter, våra attityder, på det aktuella området. När en konstnärlig impuls uppstår utvärderas denna på ett omedvetet plan i vårt psyke med utgångspunkt i det vi sett, hört och varit med om i anknytning till konstnärliga handlingar. Vi har tolkat dessa erfarenheter genom vårt eget individuella filter (och broderat ut dem med hjälp av vår föreställningsförmåga), sannolikt med viss tonvikt på uppfattade potentiella hot mot vår "överlevnad".

I detta fall är det snarast vår självbild som kan vara "hotad till livet", eller närmare bestämt den konstnärliga delen av vårt jag. I själva verket är denna konstnärliga del av varje människa

---

<sup>132</sup> Cameron 2000, s.175-176

<sup>133</sup> Cameron 2000, s. 133

<sup>134</sup> Cameron 2007, s. 202; Cameron 2000, s. 187-190

att betrakta som ett *inre konstnärsbarn*, hävdar Cameron<sup>135</sup>. Den unga konstnären i oss är fritt lekande, öppen för upplevelser och nyfiken på vitt skilda ting - men behöver också en trygg och tillåtande miljö för att kunna skapa konst och blomstra i konstnärsrollen. I brist på en sådan upplevd trygghet måste det inre konstnärsbarnet skyddas från potentiellt "skadlig" konstutövning - genom konstnärliga blockeringar.

Min slutsats är alltså att "kontrollcentralen" i vår hjärna vill försäkra sig om att det är tryggt och motiverat för oss att uttrycka oss konstnärligt. När vår konstnärliga impuls möts av övervägande negativa (blockerande) attityder - som vet berätta att konstnärlig handling riskerar att resultera i misslyckande, socialt nederlag eller ogynnsamma förhållanden av något slag - då signaleras detta potentiella hot till oss genom en känslreaktion av negativt och obehagligt slag. För att vår inre identitets överlevnad och optimala levnadsförhållanden ska kunna garanteras måste vi fås att avfärda impulsen, och detta känslomässiga obehag ska förmå oss att göra just det. Så länge vi överväger att agera konstnärligt finns obehaget där - men om vi avleder eller dövar den konstnärliga impulsen genom att istället välja tryggare handlingar är hotet avvärjt och den negativa känslomässiga signalen behövs inte längre; rädslan dämpas och obehaget lindras.

I mängden av exempel Cameron ger skönjer jag en grov indelning i två nivåer av rädsla. För det första har vi att göra med en starkare rädsla som är förknippad med ett upplevt hot om att hamna i mer eller mindre skrämmande och obehagliga situationer - sannolikt situationer som kan få individens sociala (konstnärliga) anseende och därmed (konstnärliga) självbild att raseras. Det verkar i stora drag vara den otillräckliga konstnärsidentiteten (det vill säga den ena grundblockeringen enligt min analys i avsnitt 5.1) som ligger bakom detta upplevda hot mot "konstnärarnas överlevnad", och rädslan kan kanske betraktas som ett slags "konstnärlig överlevnadsinstinkt". Typexemplet är rädslan för att exponera sin konstutövning för en publik och göra bort sig totalt eller få ett negativt mottagande. Känslan är obehaglig, men dämpas helt eller delvis av ett beslut att inte agera, respektive skjuta upp det till en senare tidpunkt - att så att säga blockera sin konstnärliga stig.

För det andra upplever vi ofta en svagare rädsla som snarare gäller en diffust upplevd risk för att ägna tid och ansträngning åt någonting som visar sig vara poänglöst och inte gynnar den personliga eller sociala livssituationen på något sätt. I min tolkning rör det sig här om ett slags existentiellt hot om "meningslösheten". Konstnärens samlade och tolkade erfarenhet meddelar att det finns en viss risk för att konstutövningens (i praktiken) många små

---

<sup>135</sup> Cameron 2000, s. 17, 183

vardagliga handlingar inte "lönar sig", att de kan visa sig vara bortkastad möda. Här vill jag dra ett parallell till den andra grundblockeringen (se avsnitt 5.1), som innebär att konstnären misstänker att det antagna syftet med konstutövningen inte kommer att kunna uppnås. Den rädsla detta ger upphov till kan vara så pass lågintensiv att den snarare upplevs som ett vagt obehag - men dock ett obehag. Detta obehag inför den potentiella meningslösheten lindras genom att konstnären skjuter upp konstutövningen med "bekvämlighet", "oföretagsamhet" eller "lättja" som motivering.

För (känsliga och fantasifulla) människor med ett bagage av negativa konstnärliga erfarenheter och attityder är tanken på konstutövning alltså förknippad med (mer eller mindre omedvetet) upplevda hot, risker samt känslomässiga obehag eller rädslor. Detta gör att konstnärligt skapande undviks (blockeras) helt eller utförs ryckvis, med tillfälligt uppbådat mod. Undvikandet sker dock sällan som följd av ett medvetet beslut, utan snarare i form av en omedveten reaktion. För dessa överksamma konstnärer är det ett tryggare alternativ att helt eller delvis undvika konstutövning och uppleva att man har kontroll över sin situation istället för att utsätta sig för de känslomässiga risker som konstutövning medför i vårt rådande konstnärliga klimat.<sup>136</sup> Ändå kan vi som blockerade konstnärer inte finna någon ro eller låta oss nöja med denna trygghet - för de konstnärliga impulserna och drömmarna lämnar oss inte i fred. Vi kan avvärja dem genom att fortsätta fundera och analysera, men i slutändan kan vi inte tänka bort vår konstnärliga drivkraft och längtan. Vi må hindra oss själva från att skapa konst, men vi kan inte ändra på det faktum att vi (enligt ett andligt orienterat synsätt) *är* konstnärer och *behöver* uttrycka oss konstnärligt för att leva ett meningsfullt liv.

Sammanfattningsvis sker den konstnärliga blockeringen genom att 1) den konstnärliga impulsen/drömmen möts av mer eller mindre omedvetna tankar som målar upp hot om en raserad självbild (det inre konstnärsbarnets död) eller om en meningslös livsföring, vilket ger upphov till 2) mer eller mindre omedvetna rädslor eller obehag, vilket i sin tur leder till 3) mer eller mindre omedvetna reaktioner i form av beteenden som syftar till att dämpa rädslan - eller egentligen till att undgå hoten mot jaget; att rädda självbilden och upplevelsen av mening. Egentligen, inser jag nu, skulle jag föredra att tänka på denna problematik i termer som "konstnärliga farhågor", "konstnärliga rädslor" respektive "konstnärligt undvikande", som jag tycker tydligare illustrerar vad det rör sig om, istället för att använda det mer vaga och abstrakta uttrycket "konstnärlig blockering".

---

<sup>136</sup> Cameron 2000, s. 48, 183, 187-190, 217; Cameron 2004, s. 273-274

Vad kan vi då göra för att bryta det blockerande mönstret och komma ur vår konstnärliga förlamning? I min läsning har jag kommit fram till att Camerons metoder i stora drag går ut på att 1) *bli medveten om* de egna blockerande attityderna, känslorna och reaktionerna och 2) *agera medvetet* i tanke och handling istället för att låta gamla, automatiserade mönster upprepas.

#### **5.4 Strategier för konstnärligt skapande i ett världsligt orienterat klimat**

Enligt Cameron fungerar den konstnärliga blockeringens mekanism just därför att den väcker "en irrationell rädsla för någon gräslig konsekvens som du ska vara alltför generad för att ens uttala högt". Förnuftet säger oss att vi inte ska låta bli att skapa konst på grund av "någon fånig rädsla, men eftersom rädslan är fånig vill du inte uttrycka den, och så kan blockeringen sitta kvar på sin plats". Så länge vi viftar undan och förtränger våra "fåniga" och "barnsliga" farhågor fortsätter de att vara omedvetna "sanningar" i ett ständigt pågående, automatiskt tankeflöde och resultera i en omedveten, automatisk reaktion av undvikande. Så länge vi tiger om våra konstnärliga farhågor och rädsor kommer vi inte att hitta någon lösning på vårt konstnärliga dilemma.<sup>137</sup> Detsamma gäller de negativa erfarenheter av konstutövning som ofta är en bakomliggande orsak till våra blockerande tankemöster. Dessa konstnärliga förluster eller skador är oundvikliga inslag i varje konstnärlig karriär, påpekar Cameron, och samtidigt tillhör de en kategori erfarenheter som man sällan talar högt om eller öppet bearbetar och sörjer. Det är enligt Cameron just för att vi gömmer och tränger undan vår smärta och besvikelse som dessa upplevelser kan bilda grogrund för nya blockeringar som hindrar konstnärlig tillväxt eller konstutövning överhuvudtaget.<sup>138</sup>

Även här börjar jag för övrigt tycka att termerna "konstnärliga skador" respektive "konstnärliga förluster" är onödigt abstrakta, och åtminstone i vissa sammanhang kunde bytas ut mot exempelvis "konstnärliga sorger", som i min mening är betydligt mer åskådligt och beskrivande. För att på ett (enligt mig) optimalt sätt kunna formulera Camerons grundläggande tes angående de konstnärliga skadornas respektive blockeringarnas betydelse för människors konstutövning, ska jag därför börja med att förtydliga och omformulera begreppen:

---

<sup>137</sup> Cameron 2000, s. 51-52

<sup>138</sup> Cameron 2000, s. 153-154, 158

Konstnärliga skador är negativa *erfarenheter* som har gett upphov till obehagliga känslor som *sorg, ilska, skam och avund* - angående någonting som har hänt (i barndomen, förra året eller i dag). De är inte blockeringar i sig, utan snarare en bakomliggande orsak till många blockeringar. Jag kommer att använda termen *konstnärliga sorger* för att beskriva detta.

Konstnärliga blockeringar är negativa *attityder* till våra egna konstnärliga handlingar, som i mötet med en konstnärlig impuls skapar en upplevelse av hot, vilket ger upphov till obehagliga känslor i form av *rädsla*, vilket leder till beteenden som undviker konstutövning. Blockeringarna grundar sig alltså i farhågor och rädslor inför någonting som kan komma att hända. Jag kommer därför att använda uttrycken *konstnärliga farhågor* och *konstnärliga rädslor* för att åskådliggöra detta.

Följande tes hos Cameron kan sägas anknyta till den andligt orienterande filosofin, men särskilt aktualiseras av det världsligt orienterade konstnärliga klimatet. Den påföljande strategin motiveras av att vi är tvingade att hantera vår situation som "andliga" konstnärer i ett "världsligt" sammanhang där konstutövning ofta ger upphov till negativa erfarenheter och attityder hos oss. Vi har inte valt att bli konstnärligt blockerade eftersom detta skett på en omedveten nivå, men när vi blir medvetna om mönstret och medvetet agerar för att bryta det, kan vår skaparkraft få fritt utlopp igen.

Tes: Det är undangömda konstnärliga sorger, rädslor och farhågor som hindrar oss från att skapa.

#### Strategi 5: Lyft fram dina konstnärliga sorger, rädslor och farhågor - och bemöt dem.

För det första behöver vi *lyfta fram* vår inre konstnärs sorger, rädslor och farhågor i ljuset och möta dem som de verkligen ser ut, istället för att rationalisera bort och släta över dem. Vi kan uppmärksamma dem i samlade insatser, men vi kan också bemöta dem i den takt de uppstår eller aktualiseras. Vi måste tillåta konstnärsbarnet i oss att sörja, och vi måste visa det medkänsla. Enligt Cameron bör vi prata om våra konstnärliga sorger, farhågor och rädslor med någon nära vän - men det är viktigt att vi vänder oss till rätt person för att inte få våra gamla tankemönster ytterligare förstärkta (jfr. strategi 6 nedan). (Själv vill jag påstå att en del (introverta) personer kan uppleva exempelvis dagboksskrivande som mer läkande än att "prata ut".) För det andra behöver vi *bemöta* dessa sorger och rädslor med någonting som bekräftar det inre konstnärsbarnet i oss. Våra blockerande, konstnärsfientliga attityder behöver bemötas med konstnärsvänliga attityder (jfr. strategi 6), och när vi råkar ut för konstnärliga sorger (skador, förluster) behöver vi bekräfta konstnären i oss genom att snarast

göra någon liten konstnärlig handling. Som Camerons metafor lyder är det första vi måste göra när vi har fallit av en häst att "get back on the horse".<sup>139</sup>

Den sjätte och sista strategin som jag vaskat fram ur Camerons text handlar om att inte nöja sig med att hantera de skador och problem som vårt hårda och krävande konstnärliga klimat åsamkat oss, utan att även agera förutseende så att nya sorger, farhågor och rädslor inte i onödan uppstår. "Vår kreativitet är ungdomlig och den blir lätt sårad", skriver Cameron, och därför behöver den "omges av välvilja, kanske också av lekfullhet och definitivt av empati, så att den kan växa, experimentera och komma till uttryck."<sup>140</sup> Genom medvetna handlingar kan vi själva skapa eller bidra till en gynnsam miljö för vår inre konstnär.

Tes: Vårt inre konstnärskarn behöver ett stödjande och tillåtande konstnärligt klimat för att kunna skapa.

#### Strategi 6: Odlad ditt eget konstnärliga klimat.

Vi kan inte ändra på vare sig det konstnärliga samhällsklimat eller närklimatet bestående av människor i vår omgivning. Däremot kan vi delvis välja i vilken form och grad vi söker oss till och utsätter oss för dessa. Vi behöver exempelvis med omsorg välja vilka vänner, släktingar och bekanta vi diskuterar våra konstnärliga idéer och problem med (se även strategi 5), och vara uppmärksamma på hur vår massmediekonsumtion påverkar vårt eget skapande. Kanske är inte konstnären i oss särskilt betjänt av att läsa så många recensioner eller följa talangtävlingar i tv. Dessutom kan vi skapa vad jag kallar ett eget *konstnärligt mikroklimat*, om vi bestämmer oss för att vi själva kan utgöra den "förälder" vårt konstnärskarn behöver. Vi kan erbjuda *stöd* och tröst genom att exempelvis ge detta inre barn uppmuntrande kommentarer för dess ansträngningar, eller "skämma bort" det med små presenter och glädjeämnen. Inte minst behöver vi fokusera mer på *lust* än på plikt när det gäller vårt konstnärliga skapande, eftersom det är "lättast att övertala konstnärskarnet att arbeta om vi behandlar arbetet som en lek".<sup>141</sup> Slutligen behöver vårt konstnärliga jag *frihet* istället för tvång. Om vi hanterar det som ett ungt och vetgirigt djur är vi enligt Cameron på rätt spår: "Ett ungdjur sticker sin nyfikna nos i både det ena och det andra. Vårt kreativa djur måste få ha samma frihet."<sup>142</sup>

---

<sup>139</sup> Cameron 2007, s. 439

<sup>140</sup> Cameron 2004, s. 245

<sup>141</sup> Cameron 2000, s. 178

<sup>142</sup> Cameron 2004, s. 97



Men på ett mer allmänt plan är det faktiskt ett gynnsamt konstnärligt mikroklimat vi bygger upp när vi strävar efter att tillägna oss de andligt orienterade, konstnärsvänliga teser och strategier som Cameron för fram. Med tanke på hur mycket de världsligt orienterade, konstnärsfientliga attityderna hittills har fått dominera vår tankevärld, kan det vara helt nödvändigt att vi medvetet övar oss på och nöter in våra nya, konstnärsvänliga attityder om de ska ha en chans att få fotfäste. Vi kan ha hjälp av att skapa egna formuleringar, så kallade affirmationer, som uttrycker våra nya uppfattningar och värderingar, och läsa eller uttala dem dagligen eller regelbundet. På detta sätt går vi aktivt till motdrag mot alla de blockerande attityder som redan har fått avsevärd "affirmation" (bekräftelse) i vår föreställningsvärld. Dessa kommer knappast att plötsligt försvinna, men de är inte längre det enda vi har att ta till för att utvärdera våra konstnärliga impulser och drömmar. Vi har fått ett val: vi kan välja vilka tankar (och resulterande handlingar) vi *fokuserar* på.<sup>143</sup>

Vi kan fokusera på konstnärsvänliga uppfattningar som bekräftar för konstnärns barnet att det är tryggt att skapa konst, att det är både tillåtet och glädjefyllt i sig att fritt leka, att konstnärns identiteten inte kan hotas eftersom vi vad som än händer är och förblir konstnärer. Vi kan fokusera på nästa lilla konstnärliga handling vi kan göra, och vi kan fokusera på att agera i tillit istället för att styras av rädsla och kontrollbehov. Vi kan även välja att *inte* fokusera på vissa föreställningar, i all synnerhet den om att konstutövning skulle handla om att uppnå social bekräftelse och framgång, en uppfattning som enligt Cameron är som ett gift för konstnären. Alla tycker vi om att få välförtjänt uppskattning, men fokuserar vi på vilket mottagande vi får, vilka framgångar vi har eller på konkurrensen med andra konstnärer, innebär det att vi fokuserar på andras uppfattning om oss istället för på vår egen. Enligt Cameron förgiftar vi då vår egen källa, förlorar kontakten med vår egen kraft och bromsar vår egen utveckling<sup>144</sup>. Hon sammanfattar:

När vi ger egot och rädsorna som drivs av egot en central plats i förhållande till vår konst, då ställer vi upp en enorm stötesten framför oss, och vår konstutövning kan inte utvecklas obehindrat eftersom den måste förbruka så mycket energi på att forcera den där stenbumlingen som hindrar framkomligheten. /.../ Vi gör bättre tjänst om vi tjänar konsten.<sup>145</sup>

I ett konstnärsvänligt mikroklimat är konsten alltså inte reducerad till ett medel för att uppnå helt andra mål, som att förstärka "egot", utan syftet och meningen med konsten är *konsten*.

<sup>143</sup> Cameron 2000, s. 52-56, 171

<sup>144</sup> Cameron 2000, s. 196-197; Cameron 2004, s. 210-211

<sup>145</sup> Cameron 2004, s. 294

## 6 Sammanfattande diskussion

Efter att i kapitel 3, 4 och 5 ha diskuterat och analyserat de centrala delarna av Julia Camerons teori om konstupövning ska jag avslutningsvis i detta kapitel sammanfatta resultaten av min forskning. Mina forskningsfrågor var: 1) Vilken teori om konstupövning är det Julia Cameron ger uttryck för i sina böcker? 2) Hur påverkas människors konstnärliga handlingar av deras egna tanke- och beteendemönster, enligt Camerons teori? 3) Vilka konkreta strategier hjälper konstnären att frigöra sin konstnärliga potential, enligt Camerons teori?

Vad är konst? Enligt Camerons andligt orienterade filosofi är konst handlingen att uttrycka sig och kommunicera konstnärligt. Enligt den i dag kulturellt dominerande, världsligt orienterade synen, som den mycket kort beskrivs av Cameron, betraktas konst snarare i termer av färdigställda konstverk. Enligt det förra alternativet ligger konsten i konstupövningen eller den konstnärliga (och andliga) *processen*. Enligt det senare alternativet ligger konsten däremot i den konstnärliga (och världsliga) produkten eller *resultatet*.

Vem är då konstnär? Enligt det andligt orienterade synsättet bor konstnären i varje människa - och djupast sett är det frågan om en högre skapande princip eller "livet självt" som verkar genom individen. Enligt det världsligt orienterade synsättet utgör konstnärerna bara en liten elit av särskilt begåvade och meriterade personer.

Den andligt orienterade konsten framstår som en väsentlig del av människans liv på ett såväl personligt som existentiellt plan. Dessutom är den enligt Cameron ett uttryck för större idéer som kanaliseras och färgas av individen, och tjänar större mänskliga, samhällliga och andliga sammanhang. Den världsligt orienterade konsten fyller däremot sin marginella funktion som utsmyckande konsumtionsprodukt och individuell självförstärkning, och tillhör inte mänsklighetens verkligt viktiga frågor.

Sammanfattningen av Camerons teori, kompletterad med den psykologiska aspekten som återspeglas i de två senare forskningsfrågorna, kan göras ännu tydligare genom att placeras in i en visuell uppställning, en sorts tankekarta. Det var min handledare som gav mig en stor puff framåt i min forskningsprocess genom att föreslå att jag skulle göra upp en sådan, och jag vill i detta sammanhang gärna uttrycka min tacksamhet för värdefull handledning och uppmuntran. Efter många ändringar och justeringar har min tankekarta - för närvarande - stannat vid följande:

## Julia Camerons teori om konstutövning

<b>Den dominerande, världsligt orienterade synen på konstutövning:</b>	<b>En alternativ, andligt orienterad syn på konstutövning:</b>
<p>Världsligt orienterade myter om konstnären:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konstnär kan vissa människor bli.</li> <li>• Övriga människor är hänvisade till att konsumera och reagera på konsten i egenskap av publik.</li> </ul>	<p>Andligt orienterade teser om konstnären:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konstnär är varje människa till sin natur.</li> <li>• I ett större, andligt perspektiv är det ett universellt skapande flöde som verkar genom människan och färgas av hennes unika person.</li> </ul>
<p>Världsligt orienterade myter om konsten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konsten ligger i resultatet.</li> <li>• Konstnärens syfte är att             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) prestera en slutprodukt som uppfyller normer eller ideal (ur eget/andras konsumentperspektiv)</li> <li>2) uppnå socialt erkännande som individ</li> </ol> </li> </ul>	<p>Andligt orienterade teser om konsten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konsten ligger i processen.</li> <li>• Konstnärens syfte är att             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ge utlopp för sin skaparnatur och uttrycka sin sanna livsupplevelse</li> <li>2) kommunicera samt tjäna sin unika uppgift på ett både mänskligt och andligt plan</li> </ol> </li> </ul>

<b>Vad den världsligt orienterade synen innebär för konstnären:</b>	<b>Vad den andligt orienterade synen förutsätter av konstnären:</b>
<p>Automatiskt fokus på att prestera och söka socialt erkännande:</p> <p>1) Fokus på att prestera en slutprodukt som uppfyller normer eller ideal (ur eget/andras konsumentperspektiv).</p> <p>2) Fokus på omgivningens reaktion på den egna konsten och konstnärskapet.</p>	<p>Medvetet fokus på att handla i tillit:</p> <p>Strategi 1: Var den du verkligen är.</p> <p>Strategi 2: Gör din dagliga konst.</p> <p>Strategi 3: Lyssna efter konsten.</p> <p>Strategi 4: Följ din konstnärliga kallelse.</p>
<p>Praktiska konsekvenser i den världsligt orienterade verkligheten:</p> <p>Omedvetna tanke- och beteendemönster som bildar konstnärliga <i>blockeringar</i>.</p> <p>Ett konstnärligt klimat som skapar en <i>utsatthet</i> för den verksamma konstnären.</p>	<p>Medveten hantering av den världsligt orienterade verkligheten:</p> <p>Strategi 5: Lyft fram dina konstnärliga sorger, rädslor och farhågor - och bemöt dem.</p> <p>Strategi 6: Odla ditt eget konstnärliga klimat.</p>

I uppställningen ovan har jag besvarat samtliga av mina forskningsfrågor, och skapat en klar och tydlig överblick över Camerons teori. Forskningsarbetet kring dessa frågeställningar har varit tids- och arbetskrävande, och antagit rejäla proportioner i form av innehåll och sidantal. Detta är dock enligt min mening motiverat med tanke på ämnets relevans för den konstnärliga utbildning inom vars ramar denna uppsats tillkommit, liksom det intresse för och den "beställning" på en fördjupning i ämnet som framkommit bland studerande och lärare i konstnärliga ämnen.

I denna studie har jag medvetet valt att begränsa mitt perspektiv till Camerons teori, och att inte relatera till exempelvis sociologer som Pierre Bourdieu, psykologer som Aaron Beck, eller till psykoterapimetoder som KBT och ACT. Med min nuvarande förståelse av konstutövningens filosofi, sociologi och psykologi (uppnådd genom arbetet med denna uppsats) skulle jag däremot gärna bedriva en fortsatt, hermeneutisk forskning genom att studera andra texter och källor i ämnet än Camerons. Även exempelvis fenomenologisk och/eller fenomenografisk forskning kring hur konstens väsen och syfte uppfattas av olika grupper av konstnärligt verksamma respektive överksamma personer vore intressant att ta del av, liksom olika slags studier av så kallade konstnärliga blockeringars förekomst och utseende hos olika urval av personer.

Med utgångspunkt i Camerons uppfattning att vår samtida kultur domineras av en (enligt min beteckning) världsligt orienterad konstsyn drar jag några centrala slutsatser. Problemet, som jag ser det, är inte att en del konstnärer faktiskt har särskild fallenhet och utvecklar stor skicklighet i sitt konstnärliga hantverk och uttryck. Problemet är att vår fokusering på och mytologi kring dessa mästare i sitt skrå får otaliga andra konstnärer i olika skeden av sin utveckling att tappa modet och kraften att fortsätta på sin egen konstnärliga bana, och personer som inte är konstnärligt verksamma kan rimligen inte heller utvecklas som konstnärer. Problemet ligger alltså i att våra myter om konstnären i förlängningen ger upphov till en utbredd *konstnärlig ojämlikhet* i vår kultur, vilket får negativa följder för många människors liv, vardag, välbefinnande och upplevelse av mening.

Problemet är likaså inte att konstutövning resulterar i färdiga verk av ett slag som kan beröra och fascinera många människor, och som har framgångar på den kulturella marknaden. Problemet är snarare att vår fokusering på konstnärliga slutresultat, prestationer, normer och ideal leder många konstnärer i olika skeden av sin utveckling att bortse från värdet av och gå miste om upplevelsen i själva den konstnärliga processen, eller helt avstå från den i tron att den inte kommer att fylla något syfte. Även våra myter om konstens väsen och syfte är alltså en bakomliggande orsak till den rådande konstnärliga ojämlikheten.

Av allt att döma är en del (särskilt känsliga och fantasifulla) individer faktiskt mer konstnärligt sinnade än andra. Men det är ingenting som tyder på att det är just dessa konstnärer som syns och hörs mest, eller ens gör någon konst överhuvudtaget, i de former som konstutövning förväntas anta i dag. För att vara verksam som konstnär i vår kultur ska man snarare ha haft turen att växa upp i en särskilt stödjande och tillåtande social närmiljö - och med fördel också uppvisa personlighetsdrag av ett mer extrovert, djärvt och robust slag.

Det betyder givetvis inte att sådana personer är de enda "riktiga" konstnärerna, eller att de är de enda som har ett behov av och en förmåga att kommunicera med andra människor genom sin konst. Det betyder bara att det är lättare för dem att vara verksamma i det rådande konstnärliga klimatet, med dess obarmhärtiga rampljus och kritiska grundinställning. Det betyder också att många känsligare individer går miste om den väsentliga upplevelse och uppgift konsten enligt Cameron är, och att ett grundläggande mänskligt och andligt behov hos dessa personer aldrig kan fyllas. Vår konstnärliga ojämlikhet hänger alltså inte bara ihop med våra konstnärliga myter, utan även med våra konkreta omständigheter kring konstutövning. Sammantaget är det vårt konstnärliga klimat som i sin helhet ger upphov till denna ojämlikhet.

Hur kan vi då förändra detta destruktiva och kontraproduktiva konstnärliga klimat och minska den konstnärliga polariseringen? Som jag tolkar Camerons teori om konstutövning ligger möjligheten till förändring i oss själva. Det är inte marknaden eller myndigheterna, utan konstnärliga individer som du och jag som har allt att vinna på en ökad konstnärlig jämlikhet och ett varmare och vänligare klimat för konstnärlig verksamhet. Förändringen måste börja i att allt fler människor blir medvetna om problemet och lösningarna, och själva tar tag i sin konstnärligt sett problematiska situation.

Vi kan inte i ett slag krossa hela den konstnärsmyt som omger oss och som har format vårt eget tänkande fram till nu, men i våra egna tankar och handlingar kan vi göra valet att hävda vår födslorätt till konsten och konstnärsidentiteten. Det relevanta är inte att vi utövar konst på vissa sätt som uppfyller yttre normer och ideal, det väsentliga är att vi inser att vi har en absolut *rättighet* att följa våra konstnärliga impulser och drömmar - och att vi sannolikt också har ett djupt *behov* av att göra det, om vi tillåter oss att känna efter. Varje människa både får och behöver skapa konst.

Vi kan inte heller göra så mycket åt att vi lever och utövar vår konst i en kultur som ständigt bedömer oss med beröm och kritik och högljutt delger oss sina krav och förväntningar på vår konst. Men som konstnärer i anden eller själen kan vi inte tillåta oss att lägga något fokus på den aspekten av vår konstutövning, vare sig på risken att få kritik eller behaget i att få uppskattning. Fokuserar vi på det börjar vi blockera vår konstutövning, genom att antingen strypa dess flöde eller anpassa den till yttre normer.

Framför allt kan vi som är pedagoger i konstnärliga ämnen åstadkomma en betydligt större förändring än den enskilda konstnärliga individen. När det gäller min egen verksamhet som pedagog finns det många nya perspektiv jag kan hämta med mig från detta arbete, och jag

hoppas att detsamma kan gälla andra studerande, pedagoger och utbildare i konstnärliga ämnen. Alla har vi sannolikt skäl att ställa oss frågor som:

Ser jag konstnären i alla mina elever? Ser jag deras konstnärliga längtan och behov? Hur ser jag på potentialen i olika elever? Lyfter jag fram en del elever på andras bekostnad? Vad är det bästa sättet att frigöra konstnärlig potential och främja konstnärlig utveckling hos en elev? Är det att peka ut fel och brister, att rita upp ramar och begränsningar, att slå vakt om normer och ideal? Är det att berömma och uppmuntra? Kan det snarare vara att skapa en trygg, stödjande och tillåtande miljö med så låg tröskel som möjligt till konstutövningen? Kan det vara att uppmuntra konstnärlig frihet, utforskning och personligt uttryck? Kan det vara att göra konstutövningen till sin egen belöning?

Hur stor betydelse har det konstnärliga klimat jag som pedagog skapar i min verksamhet? Hur stor betydelse har stämningen och konkurrensen mellan eleverna? Vad kan jag göra för att hjälpa mina elever att hantera de socialt och psykologiskt krävande situationer som konstutövning ofta innebär i praktiken? Vad kan jag göra för att hjälpa dem att formulera och hantera sina konstnärliga sorger, rädslor och farhågor? Hur kan jag låta dem veta att de inte är ensamma i sin inre kamp?

Hur ser jag själv på konstens väsen och syfte? Vilken är min värdegrund i teorin, och hur agerar jag i praktiken? Behöver jag ta upp värdefrågor tydligare i min undervisning och diskutera dem med eleven? Är det min främsta uppgift att värna om konstnärliga normer och ideal - vems, i så fall? Hur lyhörd är jag för elevens egna ideal och målsättningar? Finns det andra värden och syften jag kan betona mer än jag gjort tidigare? Kan syftet ligga i de konstnärliga idéerna som förmedlas och inte bara i själva utförandet? Kan syftet vara själva den konstnärliga handlingen och processen snarare än resultatet? Kan ett viktigt syfte vara att inte bara förmedla ett konstnärligt resultat till en publik, utan snarare hitta sätt att involvera människor i själva processen? Kan vår verkliga uppgift som både konstnärer och pedagoger överhuvudtaget vara av ett betydligt större och djupare slag än den uppgift vi hittills har ägnat oss åt att fylla?

Egentligen kan Camerons strategier och teser anses handla om en omprogrammering från ett världsligt till ett andligt orienterat sätt att inte bara betrakta och utöva sin konst, utan även betrakta och leva sitt liv. Vid närmare anblick löper alla konstnärsvänliga attityder samman i en grundläggande tankeprincip: att betrakta sig som en främst andlig varelse, istället för ett helt avskilt jag sysselsatt med överlevnad och konkurrens i en värld av prestationer och resultat. Det handlar om att börja betrakta sig själv - och alla andra människor - som en

fullvärdig, meningsfull pusselbit av någonting större; en unik del av ett större sammanhang som alla människor ingår i, var och en med en helt egen uppgift att fylla som inte kan jämföras med eller bytas ut mot någon annans, en uppgift som varje människa själv har den största kunskapen om. Vid närmare eftertanke är vår syn på människans konstnärliga handlingar, vare sig denna syn är världsligt eller andligt orienterad, djupast sett en återspeglning av vår syn på vårt eget väsen och vårt syfte; vår syn på meningen med vår existens.

Arbetet med denna uppsats har i perioder stannat upp i takt med att Camerons teser och strategier har haft sin verkan. Det har helt enkelt inte gått att sitta och skriva uppsats när det plötsligt har funnits ett antal låtar som pockat på att bli färdigskrivna av mig. Det är med andra ord min personliga erfarenhet att Camerons filosofi fungerar. Närmare 300 studiepoäng i musik må inte ha gett mig något jakande svar på frågan om jag alls är någon riktig musiker och egentligen ska hålla på med musik - men arbetet med denna uppsats har gett mig ett svar, och jag hoppas att läsningen av den kommer att ge läsaren samma svar på sin fråga. Svaret är:

Ja.



## 7 Referenser

Cameron, J. (2000). *Öka din kreativitet: Den artistiska vägen*. Malmö: Richter.

Cameron, J. (2004). *Konsten att vara kreativ: På vandring genom livet*. Malmö: Richter.

Cameron, J. (2007). *The Complete Artist's Way: Creativity as a Spiritual Practice*. New York: Tarcher/Penguin.

Göteborgs universitet. (2007). Hermeneutik. Hämtad 2016-11-18, från <http://www.infovoice.se/fou/bok/kvalmet/10000012.shtml>

Hermeneutik. (2016, 19 augusti). I *Wikipedia*. Hämtad 2016-11-18, från <https://sv.wikipedia.org/wiki/Hermeneutik>

Julia Cameron. (2016, 3 februari). I *Wikipedia*. Hämtad 2016-05-02, från [https://en.wikipedia.org/wiki/Julia\\_Cameron](https://en.wikipedia.org/wiki/Julia_Cameron)

Nationalencyklopedin, andlig. Hämtad 2016-11-18, från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/andlig>

Nationalencyklopedin, andlig. Hämtad 2016-11-18, från [http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/andlig-\(motsats-till-kroppslig\)](http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/andlig-(motsats-till-kroppslig))

Nationalencyklopedin, andlighet. Hämtad 2016-11-18, från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/andlighet>