

Make Time for Creativity

もくじ

第1章 ワークライフバランス (17)

バランスを見つけよう / 「働くこと」vs「つくること」 / 共存？ それとも分離？ / 使えるものはなんでも使おう / スキマ時間をどう使うか / まとまった時間は有効か / あなたに最適な時間は？ / 逆を試す / クリエイティブ To-Do リスト / 今日の「やったこと」リスト / 朝の使い方 / 1日の始まり / 振り返り / 習慣と粘り強さ / ソーシャルメディア / まとめ

第2章 日々の儀式 (49)

なぜ「儀式」なのか？ / 儀式=習慣+魔法 / 振り返り / 連想のマトリックス / 「条件づけ」リスト / 儀式と日常生活 / 遠ざける？ 統合する？ / 空間 / 神聖な場所 / 音の効果 / プレイリスト / 身体的な儀式 / カラダを使って / モノと儀式 / 道具とおまもり / 儀式を変える / まとめ

第3章 ゴールと目的 (83)

内なる動機 / なぜ「つくる」のか? / なにがあなたを駆り立てるか?
/ あなたのゴールは? / 目的を定めよう / プロセスに駆り立てられる
/ プロダクトに駆り立てられる / プロダクト? それとも、プロ
セス? / ノルマと締切 / クリエイティブの原価計算 / ゴールをひと
つ定める / 目隠し / 振り返り / クリエイティブのジャグリング / 終
わり方 / 手放すこと / まとめ

第4章 ダウンタイムと創造性 (117)

なぜ休むのか? / アートが仕事になるとき / 「ダウンタイム」をど
う定義するか / タイムアウト / 「忙しさ」の再定義 / 一時停止する
こと / 時計を気にせず歩く / 「生産的」とはなにか? / あなたの
かけたち / フィールドトリップ / レポート / 立ちはだかる壁 / まとめ
/ メモ

はじめに	7
謝辞	144
訳者あとがき	145

はじめに

アーティストコラボレーションにおける
唯一の懸念は、自分のことを一度もア
ーティストと思ったことがないことなんだ。

スフィアン・スティーブンス*

(シンガーソングライター、
「Carrie&Lowell」 「Illinois」 「Michigan」)

いまだに自分をアーティストと呼ぶこと
に違和感がある。アーティストと言うだ
けでお金持ちだろう、だれかが面倒みて
くれているだろう、仕事はしていないだ
ろうと思われるから。

エマ・コールマン†

(ビジュアルアーティスト)

* ブランドン・ストウシー, "It's Sufjan Stevens' Way or the Highway", *Interview Magazine*, 2009年11月30日

† ブランドン・ストウシー, "On Becoming Comfortable with the Idea of Being an Artist", *The Creative Independent*, 2018年11月1日

自分は彫刻家だと思う。ただ、パスポート 審査の書類には「アーティスト」と書く。

マシュー・バーニー*

(マルチメディアアーティスト、
「クレマスター」シリーズ制作者)

あなたは自分をアーティストとは呼ばないかもしれない。それでかまわない。いわゆる「アーティスト」と呼ばれるひとの多くも、実はそうしていたりする。なにかを「つくる」仕事をしているだけであって、アーティストと称するのは確定申告やパスポートの申請、それか少し形式ばった立食パーティーでの社交辞令くらいだとも聞く。

これは、ものづくりに対する理にかなった考え方のひとつだ。実際、なにかを「つくる」ひとの大半は、その仕事だけで生計を立てているわけではない（むしろ一銭たりとも収入がないこともある）。だから自分の創作そのものや、その行為自体への愛がなければ続かない。逆を言えば、その愛さえあればどれだけ早起きしようと、夜更かししようと、周りを気にせずつくり続けられる。

ぼく自身、いつもなにかしら稼ぎ仕事をしてきた。ラクな仕事ばかりではなかったけれど、どうにかつくるための時間を確保してきた。フルタイムの「アーティスト」だったことは一度もない。それはアーティストではないって？ 決してそんなことはない。

* ブランドン・ストウシー, "An Interview with Matthew Barney," *Believer Magazine*, 2007年1月1日

大切なことに時間を割く

映画や出版、美術館の展示や演劇の世界では、決して表舞台には名前が出ない無数の優れたクリエイターやパートタイムスタッフが裏方として働いている。どの仕事も創造性に満ち、欠かせぬ役割を担っている。それなのに、だれもが称賛や栄光を得られるわけではない。

ぼくはこれまで、自分がマネジメントするミュージシャンのショーを企画したりツアーを回ったり、MoMA PS1 やニューミュージアム、ハーシュホーン、ブロード (The Broad) といった美術館などでアートと音楽に関するイベントをオーガナイズしてきた。必ずしも自分の名前が記事やレビューで紹介されるわけではなかったが、それでよかった。なにに時間と労力を注いだかは自分が一番よくわかっているし、携わった仕事が世に出たことを自分が誇れていればそれで十分だった。

実際ぼくの創作の多くは、アイデアやひとをつなげることにあった。自分自身がコラボレーターであって、ひとと協働することの力をだれよりも信じている。厳密には「ものづくり」の人間ではない。この本も読者とのコラボレーション作品だと思っている。あなたの声がなければ、完成しない構成になっている。

つくることに対するあなたの衝動を、このあと示される問いに記してほしい。そして、このプロジェクトをともに歩みだそう。

「アーティスト」と聞いて、あなたはどんなイメージを浮かべる？

自分をアーティストだと思う？ そうである場合、どんなアーティスト？ そうでない場合、それはなぜ？

ところで、あなたに「パッションプロジェクト」はあるだろうか？ 普段の仕事や日中の責務以外に情熱を注いでいる活動のことだ。（稼ぎの有無にかかわらず、時間を捧げている活動はある？）

自分が向いていると感じるクリエイティブな作業はある？ 得意だ、ラクにこなせる、やっているだけで充足感がある、そう感じる活動はあるだろうか？（飲み会の企画、旅のプランニング、基金集め、事業の立ち上げなど。なんでも OK だ）

自分ならではのクリエイティブな仕事はどんなふうに名付けられる？ ひとこと、あるいはフレーズや文章でもかまわない。書き出してみよう。

「あなたの仕事はなんですか？」もし、報酬の有無を抜きにして答えるなら、あなたはどうか答えるだろうか？

ここまでの回答を振り返ってみよう。日々の生活のなかで、こうした問いと向き合う時間をどれだけつくりけているだろうか？

この本『Make Time for Creativity』は、創造的な人生を送るためのセルフガイド3部作の初巻だ。実のところ、あなたが自分を「アーティスト」と思うかどうかはどちらでもかまわない。それがどうであれ、この本は（そしてシリーズは）読者であるあなたのために書かれた。

この本は「パッションプロジェクト」——自分が情熱を傾け、時間を捧げたい活動——の時間をいかに生み出すかについて、さまざまな角度から検証を進めていく。ワークライフバランス、日々の儀式、ゴールと目的、ダウンタイムと創造性——そんな4章から成る構成だ。各章ではぼく自身の経験に加え、これまで仕事をとみにしてきたアーティスト、ミュージシャン、作家、映画監督、ダンサー、デザイナーやビジュアルアーティストたちの体験談、そして

1

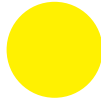
ワークライフバランス

日々の予定にいか
創作を組み込むか

日々の儀式

2

ポジティブな
連想で
創作を習慣化する



なにをつくりたいのか?
なぜつくりたいのか?
を特定し、向き合う

ゴールと目的

3

4

パフォーマンスと創造性

自分をケアし、
仕事を見つめ直す

アドバイスが盛り込まれている。

ひとつのコミュニティのように感じられる本をつくりたい。そんな思いから、これまでコラボレーションしてきた仕事仲間や友人たちに協力を得て、一冊にまとめた。

あなたがこの本を手にしたのはきっと偶然ではない。ここに収められたすべての言葉はあなたの創作プロセスに光を照らすために、ぼくがアーティストたちへ投げかけ集めたものだ。(過去のインタビュー企画からの抜粋も一部含まれる)

アーティストたちの言葉は、マインドセットやゴール設定、挫折や成功についての考え方、仕事と創作のバランスの取り方、はたまたその崩し方、そしてそうした困難な舵取りのなかでいかに健康を保つかに至るまで、さまざまな示唆を与えてくれる。彼らの言葉たちが章ごとにアイデアの森を成し、読者のあなたはその森のなかで自分を見出したり、思いがけない発見と出合ったりするだろう。

この本には引用や問いかけが比較的多く、時には読者に指示を出すこともある。読み進めるなかで大切にしてほしいのは、自分なりの意味を見出しながら、紹介されるアーティストたちと対等な立場で自分の創造性と向き合うことだ。

現時点でどう思っているかはさておき、あなたもまたアーティストなのだから。ここに記されるあなたの言葉が、この本を完成させる。その言葉がこの本に価値をもたらす。

さあ、一緒にはじめよう。