



一生之作

艺术家从不被一时冲动的奇思异想支配,而总是孜孜不倦地苦练手艺以达到直觉和思想的和谐.

现实的一端是纯粹的事实,而另一端则是纯粹的想象.在这两极之间存在一个变幻无穷的“光谱”,所有风格各异的小说故事便游离于这光谱之间.

强有力的故事讲述便是在这光谱之中找到了一个平衡点.

创作故事如此,人生故事亦是如此.

如果我们的作品飘向了其中的一端,那我们就必须学着将作品中人性的所有方面融为一个和谐的整体,我们一直处于这一创作的光谱之中:拥有敏锐的视觉、听觉和感觉,并与强大的想象力达成平衡



“大多数艺术家承受的痛苦来自逃避创作”

我们一直走在向前进的道路上, 从未停歇.

路过的风景、喜悦、痛苦、焦虑, 最后都会化作专属于我们的礼物, 进入我们的生活中, 被我们识别到, 并以分享和启发的方式传递给他人.

本我、真我、自性, 以奇妙的方式在人生中运作.

本我/Self 1为我们阻拦危险、启动编辑模式, 同时又容易让我们陷入情绪当中

真我/Self 2让我们体会到和宇宙链接、圆满、富足、冷静的面对创造和人生中的万事万物

自性是那个不生不灭、如如不动的自体。它永远陪伴着我们，只不过被本我与真我挡住，终有一天会被我们看见

我们在创作与生活当中，不断挖掘原始模型故事——普遍性的人生体验，从中有所洞察、有所感悟，体会如此真实存在的意识与冲突，最后归于平静、与之共处。

发现生活，以焕然一新的试验性方式，去运用我们的思想，宣泄我们的情感，去欣赏，去学习，去增加生活的深度，为世界带来双重愉悦（自我的愉悦以及他人阅读到你作品时的愉悦）



但更重要的是，尽可能地在生活中体验各种事物，不要害怕失败。重要的是你的人生中是赢是输，而不是你是否参与了游戏。输得越多，最终你将赢得胜利--这只是一个时间问题。宝丽来相机的发明者爱德温·兰德最擅长描述他对错误的定义：“错误是未来的利益，其全部价值尚未实现。”

——《文案训练手册》

当我们有意识、不费力的专注去创作、去生活

活出自己理想的生活状态

我们的生命和生活本身就成为了我们的作品

持续的写作、内在游戏和创造

一个优雅且流畅的闭环就此形成

这过程不仅创造外界的事物

更能致力于打磨这艺术品——“人”的创作与照见：明白自身如何感受世界、如何思考、如何对治习气

一生之作将从这个过程中凝结出来，通向未来与自性的桥梁。

坚持每天笔耕，一行接一行，一页接一页，一刻接一刻。把《以写入道·生命的内在游戏》常备在身边。运用你从中所学到的东西，作为指南，直到把其中的原理掌握得像你与生俱来的天赋一样，收放自如。

在做这一切的同时，扔掉你的恐惧。因为在想象和技巧之外，世界要求于你最最重要的东西是勇气，敢于冒着被拒绝、被嘲讽和经历失败的风险的勇气。在你为写出内涵深刻

而又美感并行的故事(以及人生故事)上下求索的同时,审慎思考,大胆下笔. 那么, 就像语言的主人公一样, 你的舞蹈会惊艳世界.

今日游戏:

游戏背景:

不管是练习写作、练习内在游戏、培养习惯、觉察自身、启动一个新项目、开启新账号、写一本书等等

刚开始的一段时间都是费力的 — 突破舒适区的时期, 绝大多数人会在这个阶段放弃. 一旦过了临界点, 之前的用力就会变为顺势而行.

游戏方式:

- 一、近期有什么想启动的事情? 写下来
- 二、有哪些策略可以降低启动能量? 用写作思考
- 三、尝试链接本我和真我 / Self 1和Self 2, 看看他们如何看待这件事? 会不会给予你新的启发?
- 四、启动这件事

PS: 因为《以写入道·生命的内在游戏》, 我每天“不得不写作”, 这让我离“一生之作”更近一点点, 也进一步整合我过去的所学、所想、所用.

如果你准备好了, 就也启动一个类似形式的项目吧 :)

一起来玩这无限的生命游戏~

旅程愉快!

我们一起前行!

一省