

# Inspiroidu arjesta!

## Mertzi Bergmanin vinkit inspiroitumiseen

- Kysy ja ihmettele – uteliaisuus inspiroi.
- Tee havaintoja missä ikinä liikutkin.
- Ota selvää, kuinka toiset ihmiset (alaisesi, kollegasi, puolisosi, ystäväsi...) inspiroituvat.
- Ajattele luovasti ja vaihda näkökulmia tuttuihin asioihin ja ilmiöihin.
- Kirkasta oman elämäsi tavoitteet ja tee tilaa tärkeille asioille.
- Kuvittele tapahtumille paras mahdollinen lopputulos.

■ *Lähtökohtana on tyhjä tila, avainsanana kiinnostuminen ja päämääränä oikeiden kysymysten löytäminen.*

**I**nspiroidu arjesta! Höh? Ei, kun kiinnostava juttu! Pyhätön kausi on edessä, juhlat on juhlittu ja härkäviikot menossa. Nyt jos koskaan pitää miettiä, miten arjesta voi haltioitua.

– Kysymys on vain valinnoista, yritysvalmentaja **Mertzi Bergman** väittää.

– Jos asennoidut arkeen siten, että näet sen tylsänä ja harmaana, niin sitä se on. Pysähdy hetkeksi arjen äärelle, tarkastele yksityiskohtia, tutki ja ihmettele. Anna inspiroitumiselle mahdollisuus, Bergman kannustaa.

## Tee tilaa, vaihda näkökulmaa

Inspiroitumiseen on myös konsteja. Yksi hyvä tapa on näkökulman vaihtaminen.

Bergmanin kirjassa on naurattavia esimerkkejä: ”Mene makaa-

maan kotona pöydän alle ja yritä olla vihainen. Valitse joku ongelma parisuhteessasi ja tarkastele sitä James Bondin hahmossa.”

Ympäristönvaihdoskin tekee hyvää. Eikä tarvitse lähteä maanääreen. Riittää, kun poikkeat matkallasi käräjätalon aulakahvioon tai pysäytät auton ja kiipeät lintutorniin, jonka ohi ajat joka aamu. Uusille reiteille poikkeaminen, outoon miljööseen ajautuminen inspiroi melkein väistämättä.

– Jätän kalenteriini aina vähän tyhjää hillumistilaa, aikaa epämääräiseen vaelteluun...

Bergman kehottaa myös kyseenalaistamaan itsestäänselvyksiä. Älä alistu ehdottomuuteen, kahda kyynisyyttä äläkä anna rajoittavien uskomusten kahlita tekemisiäsi.

– Inspiroituminen vaatii tilaa ajatella. Kysymykset raivaavat tilaa mieleemme. Moni ongelma rat-

keaa, kun löytyy oikea kysymys.

Monelle pakko on kuitenkin paras inspiraation lähde.

Toisin kuin voisi luulla Bergman ei hylkää ajatusta, vaan sanoo, että se on ammattimainen ja hyvä lähtökohta.

– Se on ikään kuin inspiroitumisen harjoittamista. Kun pakosta ryhtyy työhön, saattaa kuitenkin saada jotain hyvää tai ainakin keskinkertaista aikaiseksi. Tulos ilahduttaa, innostaa, syntyy inspiraatioon johtava sykli.

– Pakko on tärkeää myös siksi, että ilman sitä luovutamme mukavuudenhalullemme, laiskuudellemme ja pelollemme, Bergman muistuttaa.

## Päätä kiinnostua lähellä olevasta

Miten ihminen inspiroituu, haltioituu ja ajautuu ns. flow-tilaan? Bergmanin mielestä oman inspi-

roitumisen ihmettä kannattaa joskus tarkastella jälkikäteen, vaikkei siihen selitystä löytyisikään.

– Voi miettiä, mitä inspiroitumisessa oikein tapahtui, mikä syysä jotakin liikkeelle. Sanan latinankielinen verbi inspirare merkitsee sisään puhaltamista, hengittämistä ja tunteen synnyttämistä. Siksi innoitus syntyy meille tärkeissä paikoissa. Me hengitämme sisään tunnelman ravitsemaa ilmaa ja koemme, kuinka jokin suuri, tuntematon havahtuu meissä.

Arjesta inspiroituminen vaatii silmän harjaannuttamista arkielämän tarkasteluun. Bergman tietää, että on vaikea uskoa, että lähellä on enemmän.

– On vain päätettävä tehdä arjesta tutkimusmatka.

**Lähde:**

**Mertzi Bergman:**

**Inspiroidu arjesta. WSOY 2005.**