

"Brilian!" —New York Magazine

KEEP GOING →

PUBLISHERS
WEEKLY
BESTSELLER

10 WAYS TO STAY CREATIVE IN GOOD TIMES AND BAD

AUSTIN KLEON

Copyright (c) 2019 by Noura Digital

Penulis Buku Bestseller Steal Like an Artist

KEEP
GOING ➔



Menyajikan bacaan yang diramu dari beragam informasi, kisah,
dan pengalaman yang akan memperkaya hidup Anda dan keluarga.

KEEP
GOING →

AUSTIN KLEON

KEEP GOING

Karya Austin Kleon

First published in the United States under
the title: KEEP GOING: 10 Ways to Stay
Creative in Good Times and Bad
Copyright (c) 2019 by Austin Kleon
Published by arrangement with Workman
Publishing Co., Inc., New York.
Cover by Austin Kleon

Penerjemah: Nuraini Mastura
Penyunting: Ida Wajdi
Penyelaras aksara: Nurjaman
Penata aksara: CddC
Desain sampul: Austin Kleon
Desain sampul versi Indonesia: Hedotz
Digitalisasi: Lian Kagura

Diterbitkan oleh Penerbit Noura Books
PT Mizan Publika (Anggota IKAPI)
Jln. Jagakarsa No.40 Rt.007/Rw.04,
Jagakarsa-Jakarta Selatan 12620
Telp: 021-78880556, Faks: 021-78880563
E-mail: redaksi@noura.mizan.com
<http://www.nourabooks.co.id>

ISBN: 978-602-385-994-8

Ebook ini didistribusikan oleh: Mizan
Digital Publishing
Jl. Jagakarsa Raya No. 40 Jakarta Selatan
- 12620
Phone.: +62-21-7864547 (Hunting)
Fax.: +62-21-7864272
email: mizandigitalpublishing@mizan.com
email: nouradigitalpublishing@gmail.com

Instagram: @nouraebook Facebook page:
nouraebook

UNTUK MEGHAN + OWEN + JULES
(ALASAN BAGIKU UNTUK TERUS BERGERAK)

AKU MENULIS BUKU INI KARENA AKU
BUTUH MEMBACANYA ... 11

SETIAP HARI ADALAH GROUND HOG DAY ... 15

SEHARI DEMI SEHARI ... 16

MENCIPTAKAN RUTINITAS HARIAN ... 24

BUAT DAFTAR ... 32

TUNTASKAN SETIAP HARI DAN LUPAKANLAH ... 41

PUTUSKAN HUBUNGAN DARI DUNIA ... 48

AGAR TERHUBUNG DENGAN DIRI SENDIRI ... 48

KAMU BISA TERBANGUN TANPA TERLARUT
PADA BERITA ... 54

MODE PESAWAT TERBANGUN BISA JADI
SEBUAH CARA HIDUP ... 61

BELAJAR UNTUK BERKATA TIDAK ... 67

“KREATIVITAS” BUKANLAH SEBUAH NOMINA ... 74

PEKERJAAN SEJATIMU ADALAH BERMAIN ... 78

LINDUNGI HARTAMU ... 89

ABAIKAN ANGKA-ANGKANYA ... 97

TAK ADA HADIAH, TAK ADA KARYA SENI ... 103

KAMU MEMILIKI SEMUA YANG KAMU PERLUKAN ... 110

LAMBATKAN LAJU DAN MENGGAMBARLAH ... 117

BERI PERHATIAN PADA HAL YANG KAMU PERHATIKAN ...	125
SENI ADALAH UNTUK KEHIDUPAN (BUKAN SEBALIKNYA) ...	134
BERUBAH ITU TANDA KAMU HIDUP ...	143
ORANG-ORANG SEPAHAM VS ORANG-ORANG SEJIWA ...	149
KUNJUNGI MASA LALU ...	154
BIARKAN PERALATANMU RAPI DAN BAHAN-BAHANMU BERANTAKAN ...	160
BERBENAH ADALAH BEREKSPLORASI ...	165
TIDUR MERAPIKAN OTAK ...	169
TINGGALKAN HAL-HAL LEBIH BAIK DARIPADA SAAT KAMU MENEMUKANNYA ... 175	
TO EXERCISE IS TO EXORCISE (BEROLAHRAGA	
DEMI MENGUSIR SETAN) ...	183
KREATIVITAS MEMILIKI MUSIM ...	194
INI PUN AKAN BERLALU ...	205

TERDENGAR
DI TITANIC



“Maksudku, benar, kita tenggelam.”

Tetapi

musiknya

sungguh

luar biasa

“Menurutku, aku perlu tetap menjaga kreativitas bukan demi membuktikan apa pun, tetapi karena aku merasa senang saja melakukannya Bagiku, berusaha untuk bersikap kreatif, dan menyibukkan diri, berpengaruh besar untuk menjaga gairah hidupmu.”

—Willie Nelson

AKU MENULIS BUKU INI KARENA AKU BUTUH MEMBACANYA

Beberapa tahun lalu, aku bangun tiap pagi, memeriksa tajuk utama di ponselku, dan merasa seakan-akan dunia semakin bodoh dan keji dalam tempo semalam saja. Sementara itu, aku telah menulis dan membuat karya selama lebih dari satu dekade, tetapi tampaknya hal itu tidak menjadi lebih mudah. *Bukankah mestinya ia jadi lebih mudah?*

Segalanya membaik bagiku saat aku telah berdamai dengan fakta bahwa keadaannya mungkin tidak akan *pernah* jadi lebih mudah. Dunia ini sinting. Kerja kreatif itu sulit. Hidup itu singkat, sementara seni itu lama.



Entah kamu telah menghadapi kejemuhan, baru mulai dari awal, sedang memulai kembali, atau sudah sukses besar, pertanyaannya selalu sama: Bagaimanakah cara untuk terus bergerak?

Buku ini memuat daftar sepuluh hal yang telah membantuku. Aku menuliskannya utamanya bagi para penulis dan seniman, tetapi menurutku prinsip-prinsipnya bisa berlaku bagi siapa pun yang berusaha menciptakan kehidupan kreatif yang produktif dan penuh makna, termasuk para pengusaha, pengajar, murid, pensiunan, dan aktivis. Kebanyakan poinnya adalah hal-hal yang telah kucuri dari orang-orang lain. Kuharap kamu akan temukan beberapa hal yang pantas untuk dicuri juga.

Tidak ada aturan, tentu saja. Kehidupan adalah sebuah seni, bukan ilmu sains. Jarak tempuh kalian mungkin bervariasi. Ambil yang kamu perlukan dan tinggalkan selebihnya.

Teruslah bergerak dan jaga dirimu baik-baik.

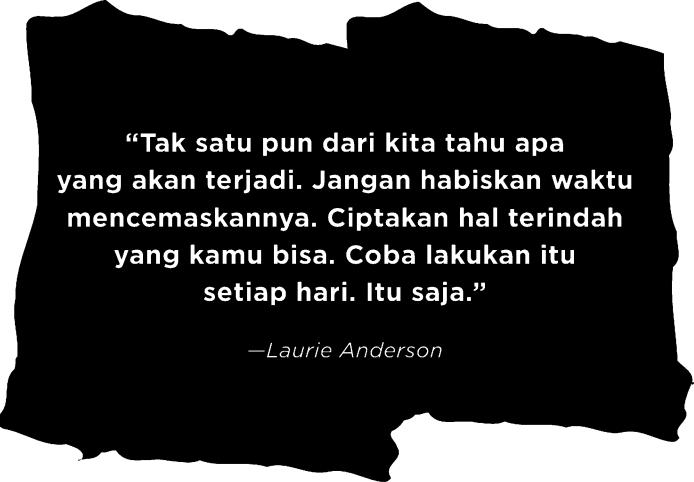
Aku pun akan melakukan hal yang sama.

① SETIAP
ADALAH
GROUND

HARI

HOG DAY

SEHARI DEMI SEHARI



“Tak satu pun dari kita tahu apa yang akan terjadi. Jangan habiskan waktu mencemaskannya. Ciptakan hal terindah yang kamu bisa. Coba lakukan itu setiap hari. Itu saja.”

—Laurie Anderson

Setiap kali seseorang mulai berbicara tentang “perjalanan kreatif”, aku memutar bola mataku.

Hal itu terdengar terlalu angkuh bagiku. Terlalu heroik.

Satu-satunya perjalanan kreatif yang tampak kutempuh adalah perjalanan bolak-balik sejauh tiga meter dari pintu belakang rumahku ke studio di garasiku. Aku duduk di meja kerjaku dan menatap lembaran kertas kosong sambil berpikir, “Bukankah aku melakukan hal yang sama seperti ini kemarin?”

Saat aku sedang mengerjakan karyaku, aku tidak merasa bagai sosok Odysseus. Aku lebih merasa seperti Sisyphus yang menggelindingkan batu besar menaiki bukit. Saat bekerja, aku tidak merasa menjadi sosok Luke Skywalker. Aku lebih merasa sebagai Phil Connors dalam film *Groundhog Day*.

Bagi kamu yang belum pernah menyaksikannya atau memorimu perlu diingatkan kembali, *Groundhog Day* adalah sebuah film komedi tahun 1993 yang dibintangi Bill Murray sebagai Phil Connors, seorang peramal cuaca yang tersangkut dalam satu pusaran waktu dan terbangun setiap pagi di tanggal 2 Februari—Hari Groundhog—di Punxsutawney, Pennsylvania, rumah bagi Punxsutawney Phil, *groundhog* (marmut) terkenal yang bisa meramalkan akankah ada enam minggu musim dingin lagi, berdasarkan

bila ia melihat bayangannya atau tidak. Phil, sang peramal cuaca, membenci Punxsutawney, dan kota itu menjadi semacam tempat penebusan bagi dirinya. Meski mencoba segala hal yang terpikirkan olehnya, dia tetap tak bisa keluar dari kota itu, dan dia tak bisa mencapai tanggal 3 Februari. Musim dingin, bagi Phil, tiada akhirnya. Tak peduli apa pun yang dilakukannya, dia masih saja terbangun di ranjang yang sama setiap pagi untuk menghadapi hari yang sama.

Dalam momen keputusasaan, Phil berpaling pada pasangan mabuk di sebuah bar arena boling dan menanyai mereka, “Apakah yang akan kamu lakukan kalau kamu terjebak di satu tempat? Setiap hari kejadiannya sama persis, dan tak satu pun yang kamu lakukan berarti?”

Itulah pertanyaan yang mesti dijawab Phil untuk memajukan plot film tersebut, tetapi itu juga merupakan pertanyaan yang harus kita jawab untuk memajukan plot kisah hidup kita.

Menurutku, caramu menjawab pertanyaan ini adalah senimu.

setiap

Hari

diciptakan
dari awal

Aku bukanlah orang pertama yang menyiratkan bahwa *Groundhog Day* mungkin merupakan perumpamaan hebat akan zaman kita. Harold Ramis, sang sutradara dan rekanan penulis naskah film itu, mengatakan dirinya menerima banyak sekali surat dari para pendeta, rabi, dan biarawan, yang memuji pesan spiritual dari film itu dan mengklaimnya untuk agama mereka sendiri. Namun, menurutku film itu memiliki relevansi tertentu bagi orang-orang yang ingin melakukan pekerjaan kreatif.

Alasannya adalah kehidupan kreatif itu *tidaklah* linear. Ia bukanlah sebuah garis lurus dari titik A menuju titik B. Ia lebih seperti sebuah simpul, atau spiral, ketika kamu selalu kembali ke titik awal yang baru setelah setiap proyek. Tak peduli seberapa suksesnya dirimu, seberapa tinggi tingkat prestasi yang kamu raih, kamu tidak akan pernah benar-benar “tiba”. Selain kematian, tidak ada garis akhir atau masa pensiun bagi orang kreatif. “Bahkan setelah kau mencapai kesuksesan,” musisi Ian Svenonius menulis, “segelintir kecil pengikut yang bahkan memperhatikan akan bertanya, ‘Berikutnya apa?’”

Para seniman yang benar-benar produktif yang kukenal selalu bisa menjawab pertanyaan itu, karena mereka telah menemukan sebuah *praktik harian*—cara kerja berulang yang memisahkan mereka dari kesuksesan, kegagalan, dan kekacauan dunia luar. Mereka semua telah paham ingin menghabiskan waktu untuk apa, dan mereka mengupayakannya setiap

hari, apa pun yang terjadi. Entah karya terakhir mereka ditolak, diabaikan, atau diakui secara universal, mereka tahu mereka akan tetap bangun keesokan hari dan melakukan pekerjaan mereka.

Kita hanya memegang sedikit kendali atas kehidupan kita. Satu-satunya hal yang bisa kita kendalikan adalah cara kita menghabiskan hari-hari kita. Apa yang kita kerjakan dan seberapa keras kita mengerjakannya. Hal itu mungkin terkesan agak berlebihan, tetapi aku benar-benar berpikir bahwa hal terbaik yang bisa kamu lakukan jika kamu ingin membuat sebuah karya adalah berpura-pura kamu sedang membintangi film *remake Groundhog Day* versimu sendiri: hari kemarin telah usai, hari esok mungkin tak akan pernah datang, yang ada hanyalah hari ini dan apa yang bisa kamu lakukan dengannya.

“Setiap orang mampu menaklukkan pertarungan yang hanya berlangsung satu hari,” tulis sebuah kutipan awal dari buku meditasi bagi para pecandu alkohol yang memulihkan diri karya Richmond Walker, *Twenty-Four Hours a Day*. “Barulah ketika kamu dan aku menambahkan beban dua keabadian yang mengerikan—kemarin dan esok hari—kita kehilangan kendali. Bukan pengalaman hari ini yang memicu kesintingan orang. Melainkan penyesalan atau kegetiran atas sesuatu yang terjadi kemarin atau ketakutan akan ketidakpastian hari esok. Karena itu, marilah kita berusaha sebaik mungkin untuk menjalani hidup sehari demi sehari.”



Perjalanan kreatif bukanlah suatu perjalanan ketika kamu dianugerahi sebagai pahlawan yang jaya dan hidup bahagia selamanya. Perjalanan kreatif sungguhan adalah ketika kamu bangun setiap hari, seperti Phil, dengan lebih banyak tugas untuk dilakukan.

“Cara kita menghabiskan hari-hari kita, tentu saja, merupakan cara kita menghabiskan kehidupan kita.”

—Annie Dillard

MENCiptakan Rutinitas Harian

“Mengandalkan pada kerajinan tangan dan rutinitas terdengar jauh kurang seksi dari menjadi seorang genius artistik. Namun, itu merupakan strategi hebat agar tidak menjadi sinting.”

—Christoph Niemann

Akan ada hari-hari baik dan hari-hari buruk. Hari-hari ketika kamu merasa terinspirasi dan hari-hari ketika kamu merasa ingin melompat dari jembatan. (Dan hari-hari ketika kamu tidak bisa membedakan antara keduanya.)

Rutinitas harian akan membantumu melewatkannya hari dan memanfaatkan sebaik mungkin. “Sebuah jadwal menghindarkan kita dari kekacauan dan ketidakpastian,” tulis Annie Dillard. “Ia merupakan jangkar untuk menangkap hari-hari.” Ketika kamu tidak tahu apa yang mesti dilakukan selanjutnya, rutinitasmulah yang akan memberitahumu.

Ketika kamu tidak memiliki banyak waktu, rutinitas akan membantumu memanfaatkan waktu terbatas yang kamu miliki. Ketika kamu memiliki banyak kelonggaran waktu, rutinitas membantumu memastikan kamu tidak menyiakannya. Aku menulis selagi menekuni pekerjaan kantoran, menulis purna-waktu dari rumah, dan menulis selagi mengurus anak-anak kecil. Rahasia untuk menulis dengan semua kondisi itu adalah dengan memiliki sebuah jadwal dan menepatinya.

SETIAP HARI:

- DENGARKAN SEJUMLAH LAGU
- BACA PUISI YANG BAGUS
- LIHAT LUKISAN YANG INDAH
- UCAPKAN BEBERAPA KATA BIJAK

- GOETHE

Dalam bukunya, *Daily Rituals*, Mason Currey mengelompokkan rutinitas harian dari 161 individu kreatif: saat mereka bangun, saat mereka bekerja, apa yang mereka makan, apa yang mereka minum, bagaimana mereka mengulur waktu, dan lebih banyak lagi. Karyanya merupakan sebuah kolase liar dari perilaku manusia. Membaca tentang kebiasaan seorang penulis saja bagaikan mengunjungi sebuah kebun binatang bagi manusia. Kafka menulis hingga tengah malam sementara keluarganya tertidur pulas. Plath menulis di pagi hari sebelum anak-anaknya terbangun. Balzac menenggak lima puluh cangkir kopi setiap harinya. Goethe mengendus apel-apel busuk. Steinbeck harus meraut dua belas batang pensil sebelum mulai bekerja.

Memang menyenangkan untuk membaca tentang rutinitas dan ritual dari orang-orang kreatif, tetapi setelah beberapa saat, menjadi jelas bahwa tidak ada rutinitas yang sempurna dan universal bagi pekerjaan kreatif. “Rutinitas harian kita merupakan kumpulan yang sangat aneh dari berbagai kompromi, dorongan mental, dan takhayul,” Currey menulis, “yang dibangun melalui coba-coba dan dipengaruhi oleh berbagai kondisi eksternal.” Kamu tak bisa meminjam rutinitas harian seniman favoritmu begitu saja dan berharap itu akan cocok untukmu. Hari setiap orang itu dipenuhi dengan berbagai tanggung jawab—pekerjaan, keluarga,

kehidupan sosial—dan setiap orang kreatif mempunyai watak yang berbeda.

Untuk menciptakan rutinitasmu sendiri, kamu harus mengkhususkan waktu untuk mengamati hari-harimu dan suasana hatimu. Di manakah waktu luang dalam jadwalmu? Apakah yang bisa kamu pangkas dari harimu untuk menyediakan waktu? Apakah kamu bangun di awal pagi atau biasa begadang semalam? (Aku mengenal beberapa orang yang senang bekerja di sore hari. “Aku membenci waktu bajingan ini, baik pagi maupun malam,” tulis Charles Dickens.) Adakah ritual-ritual konyol atau takhayul yang bisa memacu kreativitasmu? (Aku menuliskan kata-kata ini dengan pensil, yang dilukis menyerupai sebatang rokok, menggantung dari bibirku.)

Sumber Inspirasi

sudah siap untuk



mengejutkanku

kala

aku hadir setiap hari
dan

berkata,

“Mau menghabiskan waktu
bersama?”

Kurasa bagi sebagian orang, rutinitas yang kaku terdengar seperti sebuah kungkungan. Namun bukankah kita semua bisa dipandang, “sedang menunaikan masa waktu kita?” Ketika penyanyi rap Lil Wayne mendekam di penjara, aku mendapatkan diriku merasa iri terhadap rutinitas hariannya, yang meliputi bangun pukul 11 siang, minum kopi, membuat sejumlah panggilan telepon, mandi, membaca surat-surat dari penggemar, menyantap makan siang, membuat beberapa panggilan telepon, membaca, menulis, menyantap makan malam, melakukan *push-up*, mendengarkan radio, membaca, dan tidur. “Ya ampun, aku yakin aku bisa banyak menulis kalau aku mendekam di penjara,” gurauku kepada istriku. (Saat aku mengunjungi Alcatraz, aku memandang tempat itu bisa menjadi sebuah koloni bagi penulis yang sempurna. *Sungguh pemandangan yang luar biasa!*)

Sedikit kungkungan—if itu yang kamu ciptakan sendiri—bisa saja membebaskanmu. Alih-alih membatasi kebebasanmu, sebuah rutinitas bisa *memberimu* kebebasan dengan melindungimu dari pasang surut kehidupan dan membantumu mengambil manfaat dari waktumu yang terbatas, juga energi dan bakatmu. Sebuah rutinitas mengukuhkan kebiasaan baik yang bisa memandumu menuju karya terbaikmu.

Yang terbaik dari semua, menurutku, adalah jika hari-harimu memiliki bentuk yang nyaris sama, maka hari-hari yang memiliki bentuk berbeda akan menjadi lebih menarik. Tidak ada yang mampu menandingi

meloloskan diri dari penjara, dan membolos tidak akan seru jika kamu tidak pernah bersekolah.

Muatan dari rutinitas harianmu tidak begitu penting. Yang penting adalah rutinitas tersebut ada. Rangkailah rutinitasmu sendiri, berusahalah sering-sering menepatinya, bebaskan diri darinya sekali waktu untuk bersenang-senang, dan modifikasikan rutinitas itu bila dipandang perlu.

**“Rasa pengarku akibat mabuk
sudah dijadwalkan dari setahun
sebelumnya.”**

—John Waters

BUAT DAFTAR

“Aku menyusun daftar untuk menjaga tingkat kegelisahanku. Jika aku menulis lima belas hal untuk dilakukan, aku akan kehilangan rasa yang samar dan mengganggu bahwa ada begitu banyak hal yang harus dikerjakan, yang kesemuanya sudah nyaris terlupakan.”

—Mary Roach

Daftar menghadirkan keteraturan pada semesta yang kacau. Aku *senang* membuat daftar. Setiap kali aku butuh kejelasan dalam hidupku, aku membuat daftar. Sebuah daftar mendorong seluruh gagasan keluar dari benakmu dan menjernihkan ruang batinmu sehingga kamu jadi benar-benar mampu melakukan sesuatu tentangnya.

Ketika kewalahan, aku selalu kembali pada daftar rencana gaya-lamaku. Aku membuat sebuah daftar besar akan segala hal yang perlu diselesaikan, aku memilih hal paling mendesak untuk dikerjakan, dan aku mengerjakannya. Kemudian aku mencoretnya dari daftarku dan memilih hal lain untuk dilakukan. Ulangi.

Beberapa seniman favoritku membuat daftar “rencana gambar”. David Shrigley akan membuat sebuah daftar besar berisi lima puluh hal untuk digambar selama seminggu ke depan. Memiliki daftar itu berarti dia tak perlu menghabiskan waktu di studio untuk mencemaskan tentang apa yang mesti dibuat. “Hal sederhana yang kupelajari selama bertahun-tahun ini adalah untuk sekadar memiliki titik awal dan begitu kamu memiliki titik awal, pekerjaan itu seakan mewujud sendiri,” ujarnya.

KIAT MENJADI BAHAGIA

- 1) BACA BUKU-BUKU LAMA.
- 2) LAKUKAN PERJALANAN JAUH.
- 3) MAINKAN PIANO.
- 4) BUAT KARYA SENI DENGAN ANAK-ANAK.
- 5) TONTON KOMEDI-KOMEDI SINTING.
- 6) DENGARKAN MUSIK SOUL.
- 7) TULIS DI BUKU HARIAN.
- 8) TIDUR SIANG.
- 9) PANDANGI REMBULAN.
- 10) BUAT DAFTAR-DAFTAR KONYOL.

Leonardo da Vinci membuat daftar “rencana belajar”. Dia bangun di pagi hari dan menuliskan segala hal yang ingin dipelajarinya di hari itu.

Begitu ada sesuatu yang ingin kulakukan di masa depan tetapi tidak memiliki waktu untuk melakukannya saat ini, aku menambahkannya pada sebuah daftar yang disebut oleh pakar produktivitas, David Allen, sebagai daftar “Suatu Hari/Barangkali”. Penulis Steven Johnson melakukan hal serupa dalam sebuah dokumen yang disebutnya “arsip ide”—setiap kali memiliki sebuah ide, dia akan menambahkannya ke sebuah arsip, kemudian dia akan mengunjungi kembali daftar tersebut setiap dua bulanan.

Terkadang penting juga untuk membuat daftar hal-hal yang *tidak ingin* kamu lakukan. *Band* musik punk Wire tidak pernah bisa bersepakat tentang apa yang mereka semua suka, tetapi mereka bisa sepakat pada hal-hal yang *tidak* mereka suka. Maka, pada 1977, mereka duduk dan membuat daftar aturan: “Tidak ada tampil solo; tidak ada dekorasi; saat liriknya usai, penampilan berhenti; kita tidak memanjangkan *chorus*; tidak ada penampilan *rock* yang berlebihan; jaga penampilan; tidak membawa muatan Amerika.” Daftar itu mendefinisikan musik mereka.

Saat aku butuh membuat keputusan, ada daftar pro-dan-kontra. Pada 1772, Benjamin Franklin menjelaskannya kepada sahabatnya, Joseph Priestly: “Bagi setengah lembar kertas dengan garis menjadi dua kolom.

Tulis satu kolom Pro, dan satu lagi Kontra.” Ketika Charles Darwin berusaha memutuskan untuk menikah atau tidak, dia membuat daftar pro-dan-kontra.

Ketika aku merasa buntu di pagi hari dan aku tak tahu apa yang mesti kutulis dalam *diary*-ku, aku akan mengubah daftar pro-dan-kontranya. Aku akan menggambarkan garis sepanjang tengah lembar, dan di satu kolom aku akan mengurutkan hal-hal yang kusyukuri, sementara di kolom satu lagi, aku akan menuliskan bantuan yang kuperlukan. Itu merupakan kertas permohonan.

“Sebuah daftar merupakan sebuah kumpulan dengan tujuan,” tulis seorang perancang Adam Savage. Aku senang merenung kembali di pengujung tahun dan melihat tempat yang pernah kudatangi, maka aku akan membuat daftar “100 Peringkat Teratas” dari perjalanan favoritku, kejadian dalam hidup, buku-buku, album-album musik, film-film, dan lain sebagainya. Aku mencuri praktik ini dari seorang kartunis John Porcellino, yang menerbitkan “40 Peringkat Teratas”—daftar gaya dalam buletin daringnya, *King-Cat*. (Dia, juga, merupakan seorang yang gemar membuat daftar; dia menyimpan daftar panjang cerita-cerita dan ide-ide gambar untuk buletin tersebut sebelum dia benar-benar duduk untuk menggambarnya.) Setiap daftar bagi sebuah *diary* terorganisasi di tahun itu. Aku merasa terhibur

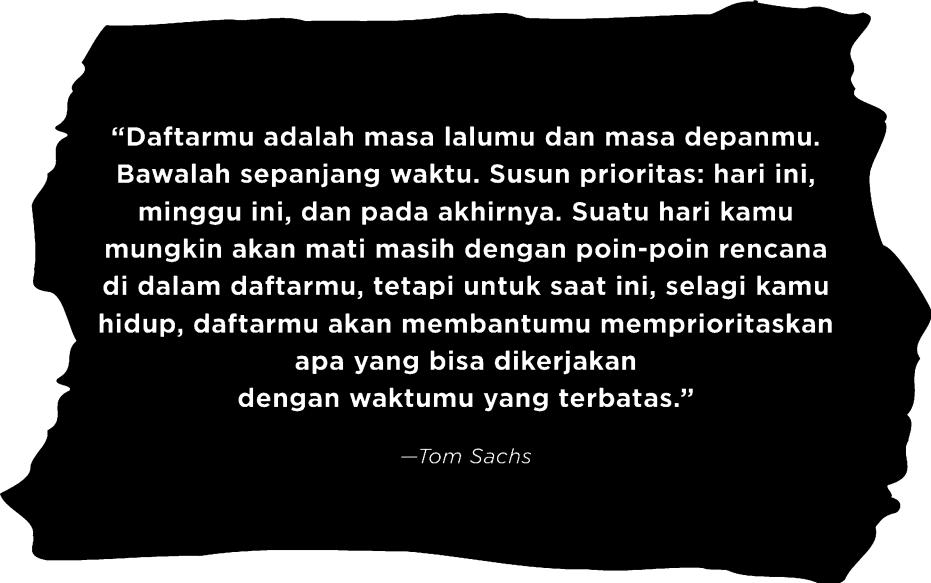
SYUKURKU
ATAS:

BANTU AKU
UNTUK:

KERTAS
PERMOHONAN

bisa mengamati tahun-tahun sebelumnya, melihat apa yang telah berubah dan apa yang belum.

Ketika aku merasa perlu menjaga kebutuhan spiritualku, aku membuat Sepuluh Perintah versiku sendiri. Sebuah daftar “Kewajiban” dan “Larangan”. Bila dipikir-pikir kembali, buku ini merupakan salah satunya.



“Daftarmu adalah masa lalumu dan masa depanmu. Bawalah sepanjang waktu. Susun prioritas: hari ini, minggu ini, dan pada akhirnya. Suatu hari kamu mungkin akan mati masih dengan poin-poin rencana di dalam daftarmu, tetapi untuk saat ini, selagi kamu hidup, daftarmu akan membantumu memprioritaskan apa yang bisa dikerjakan dengan waktumu yang terbatas.”

—Tom Sachs

“Tuntaskan setiap hari, dan lupakanlah. Kamu telah mengerjakan semampumu; sejumlah kekeliruan dan ketidaknormalan sudah jelas akan muncul; lupakan sesegera mungkin. Esok adalah hari baru; kamu harus mengawalinya dengan baik dan tenang, serta dengan semangat tinggi yang tak mampu dirintangi oleh omong kosong lamamu.”

—Ralph Waldo Emerson

TUNTASKAN SETIAP HARI DAN LUPAKANLAH

Setiap hari tidak akan selalu berjalan seperti yang kita inginkan. Seluruh rutinitas dan daftar rencana merupakan cita-cita. “Kamu pergi menyelam untuk mencari mutiara,” ujar Jerry Garcia, “tetapi terkadang kamu malah mendapatkan kerang.”

Yang penting adalah berhasil melewatkannya hingga pengujung hari, apa pun itu. Betapa pun buruk kondisinya, pastikan untuk menuntaskannya di akhir agar kau bisa mencapai hari esok. Setelah menghabiskan hari bersama putranya yang berumur lima tahun, Nathaniel Hawthorne menulis di buku hariannya, “Kami mengakhiri hari itu sebaik mungkin.” Sebagian hari memang mesti kamu akhiri sebaik mungkin.

Ketika matahari terbenam dan kau mengenang hari itu, bersikap longgarlah terhadap diri sendiri. Sedikit memaafkan-dirimu besar manfaatnya. Sebelum tidur, buatlah daftar hal-hal yang *telah* kamu raih, lalu tuliskan daftar hal-hal yang ingin kamu selesaikan esok. Kemudian, lupakanlah. Tidurlah dengan pikiran yang jernih. Biarkan pikiran bawah sadarmu yang bekerja selagi kamu terlelap.

Satu hari yang tampak tersia-siakan mungkin kelak ada kegunaan atau manfaat atau keindahan darinya di kemudian hari. Ketika seniman *video game* Peter Chan masih belia, dia sangat senang menggambar, tetapi dia akan menggumpalkan gambar-gambar “buruknya” dengan penuh frustrasi. Ayahnya meyakinkan dirinya bahwa jika dia meratakan gambar-gambar “buruknya” alih-alih menggumpalkannya, dia bisa memuatnya lebih banyak di keranjang sampah. Setelah ayahnya meninggal, Chan menemukan sebuah map berlabel “Peter” dalam barang-barang milik ayahnya. Saat dia melihat isinya, ternyata map itu penuh dengan gambar-gambar lama dirinya yang terbuang. Ayahnya telah menyelinap masuk ke dalam kamarnya dan mengambil gambar-gambar yang dipandangnya layak diselamatkan dari keranjang sampah.

Apakah kita selamat melewati hari?

ya,

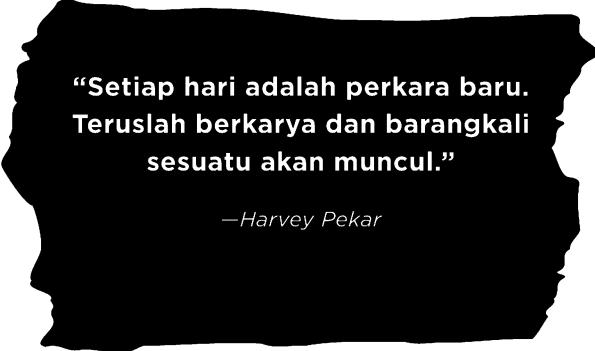
adalah kunci

pertanyaan

bagi

hari-hari gelap itu

Setiap hari merupakan lembaran kosong: Bila kamu sudah selesai mengisinya, kamu bisa menyimpannya, kamu bisa menggumpalkannya, atau kamu bisa menyelipkannya ke keranjang sampah khusus daur ulang dan meninggalkannya. Hanya waktulah yang akan memberitahumu nilainya.



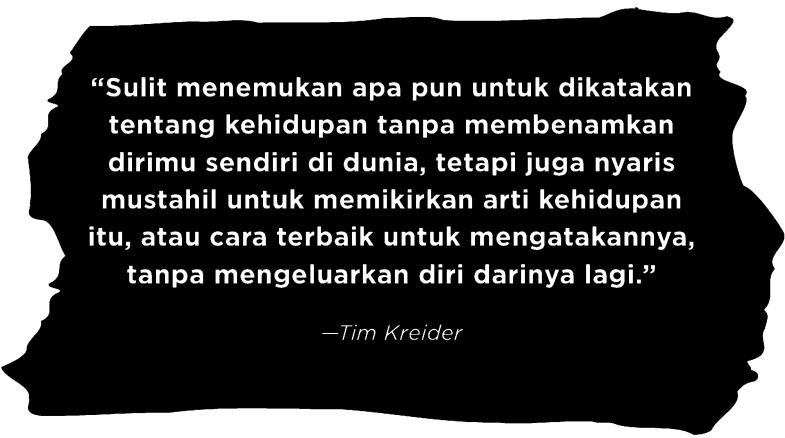
**“Setiap hari adalah perkara baru.
Teruslah berkarya dan barangkali
sesuatu akan muncul.”**

—Harvey Pekar

② MEMBA
MAR
KETE

NGUN
KAS
NANGAN

PUTUSKAN HUBUNGAN DARI DUNIA AGAR TERHUBUNG DENGAN DIRI SENDIRI



“Sulit menemukan apa pun untuk dikatakan tentang kehidupan tanpa membenamkan dirimu sendiri di dunia, tetapi juga nyaris mustahil untuk memikirkan arti kehidupan itu, atau cara terbaik untuk mengatakannya, tanpa mengeluarkan diri darinya lagi.”

—Tim Kreider

Kreativitas adalah tentang *koneksi*—kamu harus terhubung dengan orang-orang lain untuk terinspirasi dan membagi karyamu sendiri—tetapi ia juga menyangkut tentang *diskoneksi*. Kamu harus mengasingkan diri dari dunia cukup lama untuk berpikir, mempraktikkan senimu, dan menghadirkan sesuatu yang pantas dibagi dengan orang lain. Kamu harus sedikit bermain kucing-kucingan demi menghasilkan sesuatu yang layak untuk ditemukan.

Keheningan dan kesendirian merupakan hal penting. Dunia modern kita yang penuh dengan pesan notifikasi, siklus berita 24 jam tiap hari, dan kontak yang konstan nyaris keji terhadap pengasingan diri yang mesti dilakukan oleh para seniman untuk memfokuskan diri lebih mendalam pada pekerjaan mereka.

Dalam *The Power of Myth*, Joseph Campbell mengatakan bahwa semua orang harus membangun sebuah “markas ketenangan”:

Kamu harus memiliki ruangan, atau waktu sekitar satu jam sehari, ketika kamu sama sekali tidak tahu berita yang dimuat dalam surat kabar pada pagi itu, kamu tidak tahu siapa teman-temanmu, kamu tidak tahu utangmu pada siapa pun, kamu tidak tahu utang siapa pun pada dirimu. Inilah tempat kamu bisa sekadar merasakan dan menghadirkan siapa dirimu dan bisa menjadi apa dirimu. Inilah tempat bagi inkubasi kreativitas. Pada awalnya, mungkin kamu

mendapati tidak ada apa pun yang terjadi di sana. Namun, kalau kamu memiliki sebuah tempat keramat dan menggunakannya, sesuatu pada akhirnya akan terjadi.

Perhatikan bahwa Campbell mengatakan kamu harus memiliki sebuah ruangan *atau* waktu tertentu. Sebuah markas ketenangan bisa saja bukan berarti *di mana*, tetapi juga *kapan*. Bukan saja sebuah *tempat* keramat, tetapi juga *waktu* keramat.

Paket istimewanya adalah memuat baik ruangan khusus maupun waktu khusus yang bisa kamu masuki. Namun, menurutku satu hal saja sudah cukup. Misalnya, katakan saja kamu memiliki apartemen kecil yang kamu bagi bersama anak-anak kecil. Tidak ada *ruang* bagi markas ketenanganmu, hanya ada *waktu*. Ketika anak-anak tertidur atau sedang berada di sekolah atau tempat penitipan anak, bahkan meja dapur sekalipun bisa menjadi sebuah markas ketenangan. Atau, misalkan saja jadwalmu benar-benar tak dapat diprediksi dan tidak ada porsi waktu dalam sehari yang dapat diandalkan—maka saat itulah sebuah ruangan khusus yang disiapkan untukmu kapan pun bisa sangat berguna.



MARKAS KETENANGAN DI GARASIKU

~~TURN ON~~

LOG OFF

~~TUNE IN~~

MUTE ALL

~~DROP OUT~~

CARRY ON

Yang jelas, hal yang paling sehat, adalah jika kita membuat sebuah janji harian untuk memutuskan koneksi kita dari dunia supaya kita menghubungkan diri dengan diri kita sendiri. Anak-anak, pekerjaan, tidur, dan ribuan hal lain akan mengganggu, tetapi kita perlu menemukan ruang keramat kita sendiri, waktu keramat kita sendiri.

“Di manakah markas ketenanganmu?” tanya Campbell. “Kamu harus berusaha menemukannya.”

“Kebutuhan terhebat akan masa kita adalah membersihkan kumpulan sampah mental dan emosi luar biasa yang menyesaki pikiran kita dan menjadikan seluruh kehidupan politik dan sosial sebagai penyakit massal. Tanpa aksi bebersih ini, kita tidak akan mampu untuk mulai melihat. Jika kita tak dapat melihat, kita tak dapat berpikir.”

—Thomas Merton

KAMU BISA TERBANGUN TANPA TERLARUT PADA BERITA

“Semua orang mendapatkan begitu banyak informasi sepanjang hari hingga mereka kehilangan akal sehat mereka.”

—Gertrude Stein

Salah seorang temanku berkata, dia tidak tahu seberapa lama dapat terjaga menghadapi berita-berita mengerikan setiap harinya. Aku menyarankan sebaiknya dia tidak menyimak berita-berita itu *sama sekali*, dan begitu pula halnya dengan orang lain.

Hampir tidak ada apa pun di dalam berita yang setiap diri kita perlu baca di awal hari. Ketika kamu langsung menggapai ponselmu atau laptopmu begitu terjaga, maka kamu segera mengundang kecemasan dan kekacauan ke dalam kehidupanmu. Kamu juga telah mengucapkan perpisahan kepada momen-momen yang bisa jadi paling produktif dalam kehidupan seorang yang kreatif.

Kebanyakan seniman telah menemukan bahwa mereka bekerja paling baik segera setelah terjaga, ketika pikiran mereka masih jernih, dan mereka masih dalam kondisi setengah bermimpi. Sang sutradara Francis Ford Coppola mengatakan dirinya senang bekerja di awal pagi karena “belum ada seorang pun yang terbangun atau menghubungiku atau melukai perasaanku”. Cara termudah untuk melukai perasaanku adalah dengan menghidupkan ponselku di awal pagi. Bahkan pada saat langka ketika perasaanku tidak terluka, waktuku jadi habis dan pikiranku jadi berantakan.

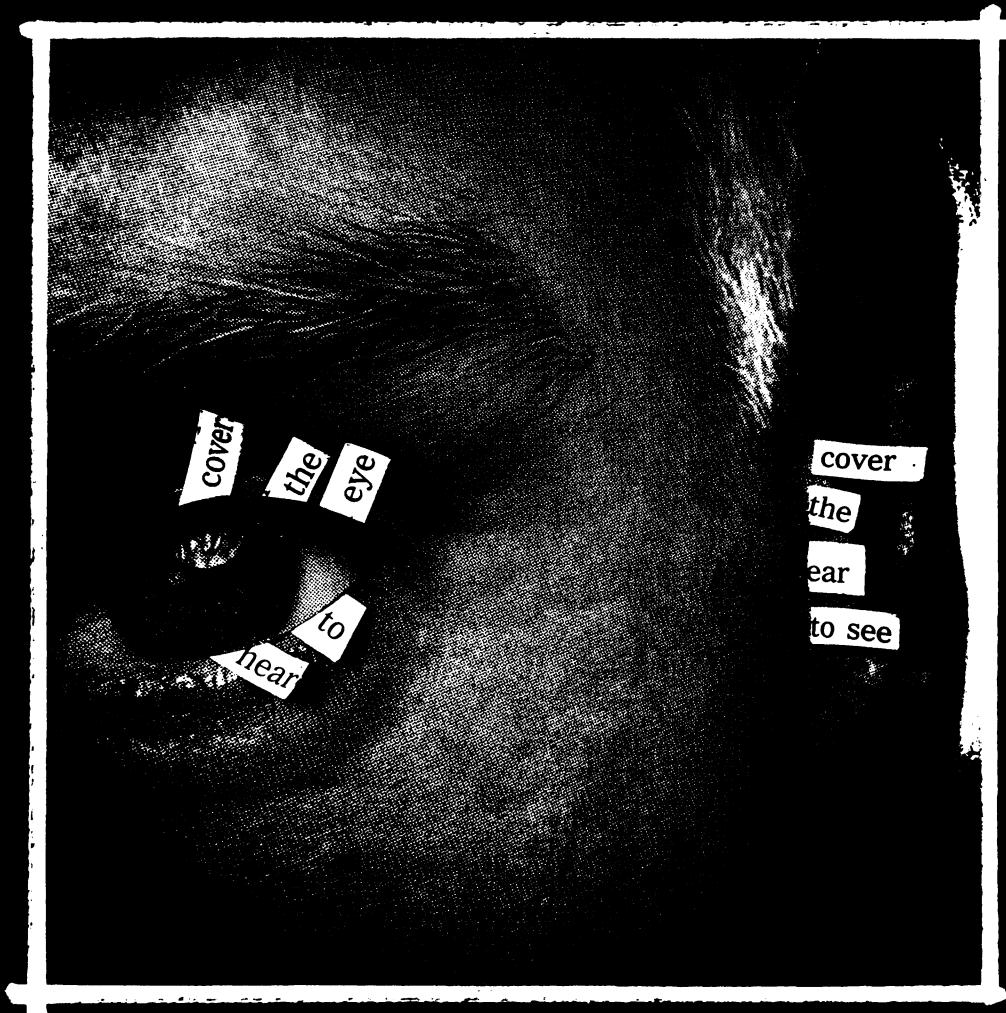
Tentu saja, berita memiliki kemampuan untuk mengacaukan pikiranmu kapan saja kamu menyimaknya. Pada 1852, Henry David Thoreau mengeluhkan dalam *diary*-nya bahwa dia baru mulai membaca surat kabar *mingguan* dan dia merasa bahwa kini dirinya tidak menaruh cukup perhatian pada kehidupannya sendiri dan pekerjaannya. “Dibutuhkan pengabdian lebih dari sehari untuk mengetahui dan menguasai kekayaan dalam sehari itu,” tulisnya. “Membaca hal-hal yang jauh dan muluk memperdayai kita dengan mengelabui hal-hal yang pada saat itu nyatanya dekat dan remeh.” Dia memutuskan perhatiannya terlalu berharga, dan menghentikan membaca surat kabar mingguan *Tribune*. Sekitar 166 tahun setelah Thoreau mengeluhkan tentang surat kabar *mingguan*, aku mendapati bahwa surat kabar Minggu merupakan kompromi yang sehat: bisa dikatakan sudah mencakup seluruh berita yang kuperlukan sebagai seorang warga negara yang berwawasan.

Kalau kamu menggunakan ponselmu untuk terbangun dan hal itu merusak pagi harimu, cobalah ini: Sebelum kamu pergi tidur, colokkan ponselmu ke setop kontak di seberang ruangan, atau di suatu tempat yang jauh dari jangkauan tanganmu. Saat kau terbangun, berusahalah sebisa mungkin untuk tidak memandanginya.



LEONARDO DA VINCI
TERBANGUN DI PAGI HARI DAN
MENYUSUN DAFTAR HAL-HAL
YANG INGIN DIPELAJARINYA
PADA HARI ITU.

AKU TERBANGUN DAN
MENGECEK BERITA
DI PONSELKU.



Tutupi mata agar dapat mendengar
Tutupi telinga agar dapat melihat

Copyright (c) 2019 by Noura Digital

Ada begitu banyak cara yang lebih baik untuk terbangun: Datangi markas ketenanganmu, nikmati sarapan, lakukan peregangan, berolahraga, jalan pagi, berlari, dengarkan Mozart, mandi, membaca buku, bermain dengan anak-anakmu, atau nikmati keheningan sejenak. Meskipun hanya untuk lima belas menit, beri waktu bagi dirimu sendiri di pagi hari untuk tidak ditakuti oleh berbagai berita.

Ini tidak berarti menutup mata dari dunia sekitar. Ini berarti menjaga keseimbangan batinmu dan kewarasamu agar kamu bisa kuat dan melakukan pekerjaanmu.

Kamu bisa terjaga tanpa terlarut oleh berbagai berita yang ada.



**“Jaga penglihatan pada dunia batinmu
dan menjauhlah dari berbagai iklan, orang-
orang idiot, dan para bintang film.”**

—Dorothea Tanning

“Telepon memberi kita banyak hal tetapi ia juga merebut tiga elemen kunci penemuan: kesendirian, ketidakpastian, dan kebosanan. Hal-hal itu selalu menjadi sumber ide-ide kreatif berasal.”

—Lynda Barry

MODE PESAWAT TERBANG BISA JADI SEBUAH CARA HIDUP

Dalam sebuah proyek *Seat Assignment* yang tengah dikerjakan, seorang seniman Nina Katchadourian menggunakan perjalanan pesawat yang panjang dan tidak bersambung untuk membuat karya seni dengan hanya menggunakan kamera ponselnya, barang-barang yang dikemasnya dalam perjalanan, dan bahan-bahan yang ditemukannya di pesawat. Dia akan menambahkan sedikit taburan garam pada foto-foto majalah di penerbangan untuk menciptakan gambar-gambar mengerikan arwah-arwah dan hantu-hantu. Dia melipat sweternya membentuk wajah-wajah gorila. Dia akan mendandani dirinya dengan mengenakan kertas toilet dan

penutup kloset di kamar mandi pesawat dan mengambil beberapa swafoto yang menghidupkan kembali potret-potret bergaya-Flemish lama.

Sementara sebagian besar dari kita berjuang dengan kecanduan telepon pintar, Katchadourian telah menemukan cara mengubah telepon pintar menjadi mesin untuk membuat sebuah karya seni. Yang terbaik dari segalanya, tak seorang pun menduga apa yang dikerjakannya. “Begitu kamu mengeluarkan kamera sungguhan,” ujarnya, “ia seakan menjerit, aku sedang membuat karya seni!” Alih-alih, orang-orang mengira dia hanyalah seorang pelancong bosan yang sedang menghabiskan waktu. *Seat Assignment* telah berlangsung di lebih dari dua ratus penerbangan semenjak tahun 2010, dan pada masa penulisan ini, Katchadourian mengatakan bahwa hanya ada tiga orang penumpang sepanjang tahun-tahun itu yang bertanya apa yang dikerjakannya.

Kini setiap kali aku sedang berada di pesawat, aku terpikir tentang segala karya seni yang dapat kubuat. Pengajar menulisku biasa bergurau bahwa aturan pertama dalam penulisan adalah dengan “menaruh bokong di kursi”. Karena kamu dipaksa untuk mengalihkan peralatan elektronikmu ke dalam mode pesawat dan kamu secara harfiah diikat di sebuah bangku, aku mendapati pesawat sebagai tempat yang hebat untuk menyelesaikan pekerjaan.

Elaborate
very hot
mate ready
Getting ready
subject" a little steaming
Two degrees later,
much-in demand hair
Mr. Hooper
in Virginia
time

karena bosan

setengah mati

sang seniman

mulai bekerja



JANGAN
PERNAH
MEMBAYAR
UNTUK WI-FI

TIDAK AKAN
PERNAH



BACALAH BUKU

TULIS SURAT

BERMAINLAH

MENGAMBAR
KOMIK



LIHAT KELUAR
JENDELA

PIKIRKAN PILIHAN-
PILIHAN HIDUPMU

RENUNGAN KEMATIAN



TETAPI
JANGAN
PERNAH
MEMBAYAR
UNTUK WI-FI

AMIN

Namun, mengapa tidak mereplika pengalaman itu di darat? Kamu tidak perlu berada di dalam pesawat untuk mempraktikkan mode pesawat terbang: Pasang pelantang telinga murah dan alihkan telepon pintar atau tabletmu ke mode pesawat, dan kamu bisa mengubah perjalanan menjemukan apa pun atau memanfaatkan waktu yang terbatas menjadi sebuah peluang untuk menghubungkan diri kembali dengan dirimu sendiri dan pekerjaanmu.

Mode pesawat bukan hanya berarti mengatur *setting* telepon pintarmu: Ia bisa mengubah seluruh hidupmu.

**“Hampir segala hal bisa berfungsi kembali
kalau kau mencopot sambungan listriknya
selama beberapa menit—termasuk
dirimu sendiri.”**

—Anne Lamott

**“Aku harus menolaknya,
untuk alasan-alasan rahasia.”**

—E. B. White

BELAJAR UNTUK BERKATA TIDAK

Demi melindungi tempat dan waktu keramatmu, kamu harus belajar cara untuk menolak berbagai macam undangan dari dunia. Kamu harus belajar untuk berkata “tidak”.

Penulis Oliver Sacks bahkan sampai memakukan plang besar bertuliskan “TIDAK!” di rumahnya di samping telepon untuk mengingatkan dirinya supaya menjaga waktu menulisnya. Seorang arsitek Le Corbusier menghabiskan waktu pagi di apartemennya untuk melukis dan waktu sore di kantornya untuk mempraktikkan ilmu arsitekturnya. “Melukis setiap pagi memampukanku untuk menjernihkan pikiranku setiap sore,” ujarnya. Dia berusaha se bisa mungkin untuk memisahkan kedua identitasnya itu, bahkan menandatangani karya-karya lukisnya dengan nama lahirnya, Charles-Édouard Jeanneret. Seorang jurnalis pernah mengetuk pintu

apartemennya pada jam-jam melukisnya dan meminta untuk berbicara dengan Le Corbusier. Le Corbusier menatap lurus matanya dan berkata, “Maaf, dia sedang tidak ada di rumah.”

Berkata tidak merupakan sebuah bentuk seni tersendiri. Seniman Jasper Johns menjawab undangan dengan sebuah stempel “Maaf” besar buatan-sendirinya. Penulis Robert Heinlein, kritikus Edmund Wilson, dan para editor di majalah *Raw* semua menggunakan bentuk jawaban dengan kotak ceklis. Akhir-akhir ini, sebagian besar dari kita menerima undangan dalam bentuk surel, jadi sungguh berguna jika kamu sudah menyiapkan sebuah templat “tidak, terima kasih”. Dalam karyanya “Kiat Menolak secara Halus pada Siapa pun,” Alexandra Franzen menyarankan hal berikut: Sampaikan terima kasihmu kepada sang pengirim karena telah mengingat dirimu, tolaklah, dan, jika memungkinkan, tawari bentuk dukungan lain.

DEAR _____,

TERIMA KASIH BANYAK
KARENA TELAH MEMIKIRKAN DIRIKU.

SAYANG SEKALI, AKU TERPAKSA
MENOLAKNYA.

SALAM HANGAT,

Katakan Tidak

kepada

semua orang

yang

bukan

diriku

Media sosial telah menciptakan sebuah fenomena manusia bernama FOMO: *Fear of Missing Out* (Khawatir Ketinggalan Informasi atau *Kudet*). Saat menggulirkan konten *feed*-mu, kamu akan merasa seakan semua orang di luar sana menikmati waktu yang lebih menyenangkan daripadamu. Satu-satunya penawar untuk hal ini adalah JOMO: *Joy of Missing Out* (Kesenangan dari Ketinggalan Informasi). Sebagaimana penulis Anil Dash menjelaskan, “Bisa jadi akan ada, dan *semestinya* memang akan ada, suatu kesenangan yang menenangkan dan membahagiakan dengan mengetahui dan merayakan bahwa ada orang-orang di luar sana yang tengah menikmati hari mereka dengan melakukan sesuatu yang mungkin kamu senangi, tetapi kamu lewatkan begitu saja.”

Mengatakan “tidak” kepada dunia bisa teramat sulit, tetapi terkadang itulah satu-satunya cara untuk berkata “iya” terhadap karyamu dan kewarasamu.



“Aku melukis
dengan punggungku
membelakangi dunia.”

—Agnes Martin

③ LUPAKAN KERJA

TUJUAN,
KAN SAJA

“KREATIVITAS” BUKANLAH SEBUAH NOMINA



“Kamu perlu melakukan sesuatu sebelum kamu bisa dikatakan telah mencapai sesuatu. Titel seniman atau arsitek atau musisi perlu untuk diraih.”

—Dave Hickey

Banyak sekali orang ingin meraih tujuannya tanpa melakukan pekerjaannya. Mereka menginginkan gelar pekerjaannya tanpa bersusah-payah melakukan pekerjaannya.

Lupakan hal yang berusaha kamu capai (nomina), dan fokuskanlah pada kerja aktual yang perlu kamu lakukan (verbanya). Melakukan verbanya akan membawamu ke tempat yang lebih jauh dan jauh lebih menarik.

Jika kamu memilih nomina yang salah sebagai cita-citamu, kamu pun akan tersangkut dengan verba yang salah. Ketika orang-orang menggunakan kata “kreatif” sebagai sebuah titel pekerjaan, itu tidak saja membagi dunia secara salah ke dalam “orang-orang kreatif” dan “orang-orang tidak kreatif”, tetapi juga menyiratkan bahwa pekerjaan “kreatif” berarti “menjadi kreatif”. Namun, menjadi kreatif tidak pernah jadi sebuah tujuan; ia merupakan sebuah *sarana* pada hal yang lain. Kreativitas hanyalah sebuah alat. Kreativitas dapat digunakan untuk mengorganisasi ruang dudukmu, melukis sebuah mahakarya, atau merancang sebuah senjata penghancur massal. Jika kamu hanya berkeinginan menjadi “kreatif”, kamu bisa saja menghabiskan waktumu dengan menunjukkan bahwa kamu memang kreatif: mengenakan kacamata karya perancang, mengetik dengan Macbook Pro-mu, dan mengunggah foto-foto dirimu di studio yang diterangi sinar matahari di Instagram.

Titel pekerjaan bisa mengacaukanmu. Titel pekerjaan, jika dipandang terlalu serius, akan membuatmu merasa seakan-akan kamu perlu bekerja dengan cara yang sesuai dengan titelmu, bukan dengan cara yang sesuai dengan kerja aktualmu. Titel pekerjaan juga dapat membatasi jenis-jenis pekerjaan yang menurutmu dapat kamu lakukan. Seandainya kamu hanya memandang dirimu sebagai seorang “pelukis”, maka apa yang terjadi jika kamu ingin mencoba untuk menulis? Seandainya kamu hanya memandang dirimu sebagai “pembuat film”, apa yang terjadi jika kamu ingin mencoba memahat?

Jika kamu menantikan seseorang untuk memberikanmu sebuah titel pekerjaan sebelum kamu melakukan pekerjaannya, kamu mungkin tak akan pernah bisa melakukan pekerjaannya sama sekali. Kamu tak bisa menantikan seseorang untuk menyebutmu sebagai seorang seniman sebelum kamu membuat sebuah karya seni. Kamu tak akan pernah bisa mencapainya.

Ketika dan jika kamu akhirnya bisa menjadi nomina—ketika titel pekerjaan yang diidamkan dianugerahi kepadamu oleh orang lain—jangan berhenti melakukan verbamu.

Titel pekerjaan tidak benar-benar untuk dirimu, melainkan untuk yang lain. Biarkan orang lain yang mencemaskan tentang diri mereka. Bakar kartu nama bisnismu jika terpaksa.

Lupakan nominanya sama sekali. Lakukan verbanya.

**“Aku tidak tahu apa diriku ini.
Aku tahu bahwa aku bukanlah satu kategori.
Aku bukanlah sesuatu—sebuah nomina.
Aku seakan sebuah verba,
sebuah proses yang berevolusi.”**

—R. Buckminster Fuller

PEKERJAAN SEJATIMU ADALAH BERMAIN

Semua anak belajar tentang dunia lewat bermain. “Permainan anak” merupakan istilah yang kita gunakan untuk menggambarkan hal-hal yang mudah, tetapi kalau benar-benar menyaksikan anak-anak bermain, ia sama sekali *tidak* mudah. “Bermain adalah kerja seorang anak”, sebagaimana yang dikatakan oleh Maria Montessori. Ketika anak-anakku bermain, mereka larut sepenuhnya dalam pekerjaan mereka. Mereka memfokuskan pandangan mereka seperti sinar laser. Mereka mengerutkan wajah penuh konsentrasi. Saat mereka tidak berhasil membuat bahan-bahan yang mereka miliki untuk melakukan hal seperti yang mereka inginkan, mereka akan melepaskan tantrum yang dahsyat.

Namun, permainan terbaik mereka dilakukan dengan semacam *keringanan* dan *ketidakacuhan* dari hasilnya. Ketika putraku, Jules, berumur dua tahun,

aku menghabiskan banyak sekali waktu menyaksikan dirinya menggambar. Kuperhatikan bahwa dia sama sekali tak peduli dengan hasil gambar yang aktual (nominanya)—seluruh energinya difokuskan pada menggambar (verbanya). Begitu dia selesai menggambar, aku boleh saja menghapusnya, membuangnya ke keranjang sampah, atau menggantungkannya di dinding. Dia tidak terlalu peduli. Dia juga seorang agnostik yang medium: dia sama senangnya dengan krayon di kertas, spidol di papan tulis putih, kapur di jalan, atau, di medium yang menguji orangtuanya, kapur di bantal sofa luar ruang. (Gambar-gambarnya begitu bagus sampai-sampai istriku memutuskan untuk menyulamnya. Lagi-lagi, Jules cuek saja.)

Bermain adalah pekerjaan seorang anak dan juga merupakan pekerjaan seorang seniman. Aku pernah berjalan-jalan di Distrik Mission di San Francisco dan berhenti untuk berbincang dengan seorang pelukis jalanan. Saat aku berterima kasih atas waktunya dan meminta maaf karena telah mengganggu kerjanya, dia berkata, “Rasanya bukan seperti bekerja bagiku. Rasanya lebih seperti bermain.”



Para seniman besar mampu mempertahankan rasa keriangan ini sepanjang karier mereka. Seni dan seniman sama-sama paling merugi ketika sang seniman merasa *terlalu terbebani*, terlalu terfokus pada hasilnya.

Ada sejumlah kiat untuk menjaga keceriaan dan kembali ke kondisi bermain serupa anak kecil. Sang penulis Kurt Vonnegut menulis sebuah surat untuk sekelompok siswa SMU dan menugasi mereka pekerjaan rumah berikut: Tuliskan sebuah puisi dan jangan tunjukkan kepada siapa pun. Sobek menjadi serpihan kecil dan buang ke keranjang sampah. “Kamu akan dapati bahwa kamu telah mendapat imbalan hebat atas puisimu. Kamu telah merasakan transformasi, belajar jauh lebih banyak tentang apa yang ada di dalam dirimu, dan kamu telah menjadikan jiwamu bertumbuh.” Hal itu, ucap Vonnegut, merupakan tujuan membuat karya seni sepenuhnya: “Mempraktikkan seni, betapa pun baik atau buruknya, merupakan cara untuk menumbuhkan jiwamu. Itu sudah pasti.” Vonnegut mengulangi berbagai variasi dari nasihat itu sepanjang hidupnya. Dia menyarankan kepada putrinya, Nanette, bahwa dia semestinya membuat sepotong karya seni, lalu membakarnya sebagai “sebuah latihan spiritual”. (Ada sesuatu yang bersifat katarsis dari membakar hasil karyamu: Seniman John Baldessari, yang merasa muak dengan karya sebelumnya, mengkremasi semuanya dan menaruhnya di kendi seremonial.)

Kalau kamu merasa telah kehilangan kerianganmu, *berlatihlah tanpa tujuan*. Kamu tak perlu sampai benar-benar membakarnya. Para musisi bisa bermain musik tanpa membuat rekaman.

Kelihatan Seperti

bekerja.

tetapi aku melihatnya

seperti

bermain

cara kita melakukannya

kita bekerja keras

dengan

bermain

Para penulis dan seniman bisa mengetik atau menggambar selembar, lalu membuangnya. Para fotografer bisa mengambil foto dan langsung menghapusnya.

Tidak ada yang mampu menambah keseruan bermain selain dari adanya sejumlah mainan baru. Cari alat-alat dan material yang tidak biasa. Temukan cara baru untuk diutak-atik.

Trik lain: Ketika tidak ada lagi yang terasa menyenangkan, coba buat sesuatu *seburuk* mungkin. Lukisan terburuk. Puisi yang sangat payah. Lagu yang menyebalkan. Membuat sebuah karya seni yang dengan sengaja dibuat buruk sangat menyenangkan.

Terakhir, coba habiskan waktu bersama anak-anak kecil. Bermainlah petak umpet. Melukislah dengan jemari. Bangun menara dari balok-balokan, lalu robohkan. Curilah apa pun yang cocok buatmu. Ketika penulis Lawrence Weschler perlu mencari tahu kerangka untuk salah satu karyanya, dia akan bermain-main dengan satu set balok-balok



kayunya. "Putriku tidak diizinkan untuk bermain dengan balok-balokan itu," ujarnya. "Balok-balok itu milikku."

Jangan terlalu terbebani. Jaga keriangan. Bermainlah.

**"Kamu harus berlatih bersikap bodoh,
bebal, tanpa pikiran, kosong.**

Dengan begitu, kamu akan bisa MELAKUKANNYA

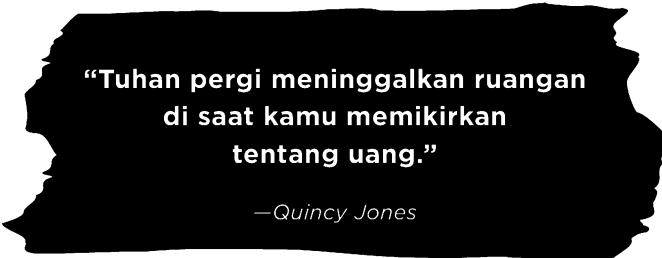
**Cobalah lakukan pekerjaan yang BURUK—
hal terburuk yang bisa**

**kamu pikirkan dan lihatlah apa yang terjadi,
tetapi tetaplah relaks dan lupakan segalanya—
kamu tidak bertanggung jawab atas dunia—
kamu hanya bertanggung jawab atas karyamu—
jadi LAKUKANLAH."**

—Sol LeWitt pada Eva Hesse

④ MEMBU HADI

AT
AH



**“Tuhan pergi meninggalkan ruangan
di saat kamu memikirkan
tentang uang.”**

—Quincy Jones

LINDUNGI HARTAMU

Berikut adalah fenomena budaya kontemporer yang membuatku sinting.

Kamu memiliki seorang teman yang biasa merajut selendang-selendang cantik. Merajut adalah aktivitasnya untuk menjernihkan pikirannya dan melewatkannya di tengah perjalanan panjang komuter dengan kereta.

Kamu memiliki seorang teman lain yang senang memanggang kue. Membuat kue merupakan aktivitas yang dilakukannya setiap malam dan akhir pekan untuk melepaskan kejemuhan setelah bekerja di perusahaan yang penuh tekanan.

Kalian bertiga menghadiri sebuah pesta ulang tahun. Temanmu yang senang merajut memberikan gadis yang berulang tahun itu sehelai selendang yang baru selesai dirajutnya. Selendang itu sungguh cantik.

Bagaimakah reaksi standar akhir-akhir ini?

“Kamu bisa menjual selendang ini di Etsy!”

Setelah si gadis yang berulang tahun membuka kado-kadonya, temanmu yang senang membuat kue menyuguhkan kuenya. Semua orang berdecak kagum.

Apa yang mereka semua katakan?

“Kamu bisa membuat toko kue!”

Saat ini kita telah terbiasa menumpahkan pujian kepada orang-orang terdekat dengan menggunakan istilah pemasaran. Begitu seseorang menunjukkan bakat untuk hal apa pun, kita akan menyarankan kepada mereka agar mengubahnya menjadi sebuah profesi. Inilah pujian terbaik kita: memberi tahu seseorang bahwa mereka sangat pandai melakukan kegiatan yang mereka senangi sehingga mereka bisa menghasilkan uang darinya.

Dulu kita biasa memiliki hobi; sekarang kita memiliki “pekerjaan sampingan”. Begitu keadaan semakin memburuk di Amerika, begitu jaring pengaman mulai sobek, dan begitu pekerjaan yang mapan terus-menerus menghilang, aktivitas-aktivitas waktu luang yang dahulu biasa menenangkan kita dan mengalihkan pikiran kita dari pekerjaan dan menambah makna dalam hidup kita kini dihadirkan kepada kita sebagai aliran pemasukan yang potensial, atau jalan untuk menghindarkan diri dari pekerjaan tradisional.

KIAT MENJAGA SEMANGAT HIDUPMU

- 1) TEMUKAN SESUATU YANG
BISA MENGHIDUPKAN SISI
SPIRITALMU.
- 2) UBAHLAH IA KE DALAM SUATU
PEKERJAAN YANG SECARA
HARFIAH BISA MENJAGA
SEMANGAT HIDUPMU.
- 3) UPS! KEMBALILAH KE
LANGKAH PERTAMA.

setelah

ia

mulai

Menghasilkan Uang

kualitas

karyanya

merosot,

Aku teramat beruntung saat ini. Bisa dikatakan, aku menjalani mimpi karena aku mendapat bayaran untuk melakukan hal yang tetap akan kulakukan secara cuma-cuma. Namun, keadaannya bisa jadi amat rumit ketika kamu mengubah hal yang kamu senangi menjadi sesuatu yang memenuhi kebutuhan sandang dan pangan keluargamu. Semua orang yang mengubah *passion* mereka menjadi sumber mata pencarian menyadari bahwa hal itu merupakan teritori yang berbahaya. Salah satu cara termudah untuk membenci sesuatu yang kamu senangi adalah dengan mengubahnya jadi mata pencarianmu: mengambil sesuatu yang mampu menghidupimu secara spiritual dan mengubahnya menjadi sesuatu yang mampu menghidupimu secara *harfiah*.

Kamu harus waspada akan dampak potensial dengan menguangkan *passion*-mu terhadap kehidupanmu. Kamu mungkin mendapatkan bahwa kondisimu akan lebih baik dengan sebuah pekerjaan tetap.

Begitu kamu mulai menerima penghasilan dari pekerjaanmu, hindari dorongan untuk menguangkan setiap hal kecil dari praktik kreatifmu. Pastikan setidaknya ada bagian kecil dari dirimu yang tidak tersentuh oleh pasar. Bagian kecil yang kamu simpan untuk dirimu sendiri.

Secara ekonomi, situasinya selalu sulit bagi para seniman dan pekerja lepas, jadi rumuskan jenis gaya hidup yang ingin kamu jalankan, anggarkan

pengeluaranmu, dan buat garis pemisah antara apa yang ingin dan tak ingin kamu lakukan untuk uang.

Dan ingatlah: Jika kamu menginginkan kebebasan artistik maksimal, jaga beban biayamu. Kehidupan kreatif yang bebas bukanlah tentang hidup *dalam* kemampuan penghasilanmu, melainkan tentang kemampuan hidup *di bawah* penghasilanmu.

“Kerjakan apa yang kau senangi!” seru para pembicara motivasi. Namun, menurutku siapa pun yang menyuruh orang-orang untuk mengerjakan apa yang mereka senangi juga harus mengajari mereka materi tentang pengelolaan keuangan.

“Kerjakan apa yang kamu senangi” + biaya rendah = kehidupan yang baik.

“Kerjakan apa yang kamu senangi” + “Aku pantas mendapatkan barang-barang berkualitas tinggi” = bom waktu.

“Alangkah baiknya memiliki sebuah hobi yang tak bisa diuangkan Maka ikutilah mimpi-mimpimu, tetapi hanya sampai titik saat hal-hal itu menjadi pekerjaanmu, lalu berlarilah ke arah lain.”

—David Rees

**“Tidak semua yang bisa dihitung itu
berharga, dan tidak semua yang berharga
itu bisa dihitung.”**

—William Bruce Cameron

ABAIKAN ANGKA-ANGKANYA

Uang bukan satu-satunya nilai ukuran yang dapat mencemarkan upaya kreativitasmu. Mendigitalisasikan hasil karyamu dan membaginya secara *online* berarti bahwa ia menjadi objek bagi indikator ukuran dunia *online*: kunjungan situs web, jumlah *likes*, *favourites*, *shares*, *reblogs*, *retweets*, jumlah *follower*, dan masih banyak lagi.

Sangat mudah untuk menjadi terobsesi dengan ukuran-ukuran *online* itu sebagaimana halnya uang. Akan mudah bagi kita untuk menggunakan indikator-indikator itu untuk memutuskan pekerjaan apa yang akan dilakukan berikutnya, tanpa mempertimbangkan betapa dangkal indikator-indikator tersebut sebenarnya. Peringkat Amazon tidak bisa memberitahumu apakah seseorang itu membaca buku karyamu dua kali dan sangat menyenanginya sampai-sampai dia memberikannya kepada

PENTING DILAKUKAN:

* LUPAKAN SOAL UANG

* ABAIKAN MEMBAWANYA
KE LEVEL BERIKUT

* BIARKAN BUAH-
BUAHAN YANG MATANG
TERJATUH DAN
MEMBUSUK

temannya. Jumlah *likes* di Instagram tidak memberitahumu apakah gambar yang kamu buat menempel di benak seseorang selama sebulan. Hitungan *stream count* tidak sama dengan jumlah orang yang secara aktual mendatangi pertunjukan langsungmu dan menari.

Apakah arti sesungguhnya dari *klik* itu dalam berbagai skema besar ini? Makna seluruh *klik* itu dalam jangka pendek adalah, bahwa semua yang ada secara *online* saat ini merupakan *clickbait*, yang dioptimalkan untuk rentang perhatian yang singkat. Popularitas yang cepat.

Aku menyadari sejak lama bahwa nyatanya hanya ada sedikit sekali korelasi antara apa yang senang kulakukan dan kubagi dengan jumlah *likes*, *favourites*, dan *retweets* yang didapatkannya. Sering sekali aku mengunggah sesuatu yang senang kubuat dan membutuhkan waktu sangat lama, tetapi tanggapannya hening. Aku kemudian mengunggah hal lain yang kupandang agak payah dan tidak memerlukan upaya sedikit pun dariku, tetapi nyatanya ia menjadi viral. Jika aku membiarkan indikator-indikator itu mendikte praktik pribadiku, kurasa batinku tak akan sanggup lama menanggungnya.

Kalau kamu membagi hasil pekerjaanmu secara *online*, berusahalah untuk mengabaikan angka-angkanya setidaknya sesekali. Tambahkan waktu antara saat berbagimu dan menerima umpan balik. Unggah sesuatu, tetapi

jangan mengecek tanggapannya selama seminggu. Matikan data analitis untuk blogmu dan tuliskan tentang apa pun yang kamu inginkan. Unduh *browser plug-in* yang menjadikan angka-angka tersebut menghilang dari media sosial.

Ketika kamu mengabaikan pengukuran-pengukuran kuantitatifnya sejenak, kamu akan bisa kembali pada pengukuran *kualitatifnya*. Apakah karya itu bagus? Benar-benar *bagus*? Apakah *kamu* menyukainya? Kamu juga akan bisa lebih memfokuskan pada nilai karyamu yang *tak bisa* diukur. Dampak karya itu pada jiwamu.

“Tidak ada seniman yang bisa bekerja hanya demi hasilnya; dia juga mesti menyenangi proses pekerjaannya.”

—Robert Farrar Capon

“Jangan berkarya karena kamu ingin mendapatkan uang—ia tak akan pernah bisa memberimu cukup uang. Dan jangan berkarya karena kamu ingin meraih popularitas—karena kamu tidak akan pernah merasa cukup populer. Buat hadiah untuk orang-orang—and bekerja keraslah dalam membuat hadiah-hadiah tersebut dengan harapan agar orang-orang itu akan memperhatikan dan menyukai hadiahnya.”

—John Green

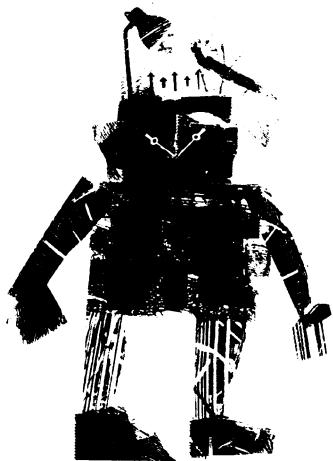
TAK ADA HADIAH, TAK ADA KARYA SENI

Kamu tahu arti kesuksesan itu, atau setidaknya kamu memiliki definisi tersendiri tentangnya. (Definisiku: ketika hari-hariku terlihat seperti yang kuinginkan.)

“Suckcess”, di sisi lain, adalah sukses dalam istilah versi orang lain. Atau sukses yang tak pantas didapatkan. Atau ketika sesuatu yang kamu anggap *sucks* (payah) menjadi kesuksesan. Atau ketika kesuksesan atau memburu kesuksesan itu mulai terasa payah saja.

“Suckcess” adalah hal yang dirujuk oleh pujangga Jean Cocteau ketika dia berkata, “Ada jenis kesuksesan yang lebih buruk dari kegagalan.”

Dalam bukunya *The Gift*, Lewis Hyde berpendapat bahwa seni itu hadir baik dalam hadiah maupun ekonomi pasar, tetapi “saat tak ada hadiah, tidak



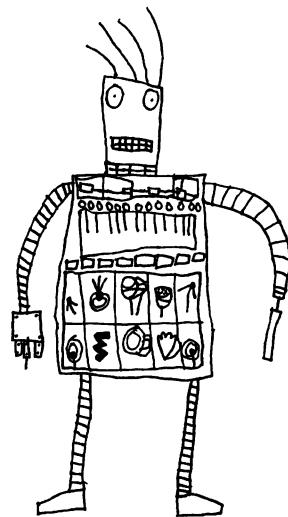
ada seni”. Ketika karya seni kita dikuasai oleh pertimbangan pasar—apa yang menerima banyak *klik*, apa yang laris—maka ia dengan cepat akan kehilangan elemen hadiah yang menjadikannya sebagai sebuah karya seni.

Kita semua melalui siklus-siklus kejemuhan dan keterpukauan kembali dengan karya kita. Bila kamu merasa bimbang atau merasa kehilangan bakatmu (*gift*), cara tercepat untuk memulihkannya adalah dengan melangkah keluar dari pasar, dan *membuat* hadiah (*gift*).

Tidak ada aksi semurni membuat sesuatu secara khusus untuk seseorang istimewa. Ketika putraku, Owen, berusia lima tahun, dia sangat terobsesi dengan robot. Jadi, setiap kali aku mulai merasa membenci diriku sendiri dan pekerjaanku, aku mengambil jeda selama setengah jam dan membuat sebuah kolase robot dari selotip dan majalah. Ketika aku memberikannya robot itu, sering kali dia akan berbalik dan membuat robot untuk *diriku*. Kami bertukar bolak-balik seperti itu selama beberapa saat sampai, sebagaimana lazimnya anak-anak, dia mulai meninggalkan robot-robotan

dan menjadi terobsesi dengan hal lain. Robot-robot itu masih merupakan bagian dari hal-hal favorit yang pernah kubuat.

Cobalah: Kalau kamu merasa jemu dan membenci pekerjaanmu, pilih seseorang yang istimewa dalam hidupmu dan buatkan sesuatu untuk mereka. Kalau kamu mempunyai penggemar yang banyak, buat hal yang istimewa untuk mereka dan bagikanlah secara cuma-cuma. Atau bahkan lebih baik lagi: Luangkan waktumu dan ajari orang lain cara membuat sesuatu yang kamu buat dan melakukan hal yang kamu lakukan. Lihatlah bagaimana perasaanmu. Perhatikanlah jika hal itu memperbaiki kondisimu.



SIAPA YANG BERUSAHA KAMU BUAT
TERKESAN?

KALAU KAMU BERUNTUNG SUATU HARI,
DAN BANYAK ORANG MENYUKAI KARYAMU,
KEMUNGKINANNYA ADALAH HANYA AKAN
ADA SEGELINTIR ORANG YANG OPININYA
BERARTI BAGIMU.

JADI SEBAIKNYA KAMU MENGENALI
ORANG-ORANG ITU SEKARANG,
BUAT HADIAH UNTUK MEREKA,
DAN TERUSLAH MEMBUAT HADIAH
UNTUK MEREKA

Kamu tidak pernah tahu kapan suatu hadiah yang dibuat untuk satu orang bisa berubah menjadi hadiah bagi seluruh dunia. Ingatlah betapa banyak kisah-kisah terlaris yang memulai kehidupannya sebagai kisah-kisah pengantar tidur untuk anak-anak tertentu. A. A. Milne menciptakan *Winnie-the-Pooh* untuk putranya, Christopher Robin Milne. Karin, putri Astrid Lindgren yang sedang terbaring sakit di ranjang memintanya untuk mengarang sebuah cerita tentang seorang anak gadis bernama *Pippi Longstocking* (*Pippi si Kaus Kaki Panjang*). C.S. Lewis meyakinkan J. R. R. Tolkien untuk mengubah kisah-kisah fantastis yang diceritakannya kepada anak-anaknya menjadi *The Hobbit*. Daftarnya masih panjang.

Membuat hadiah (*gift*) mendekatkan kita dengan bakat (*gift*) kita.



**“Yang sebenarnya paling
kukhawatirkan adalah
menyentuh satu orang.”**

—Jorge Luis Borges

⑤ THE ORDI
+EXTRA AT
THE EXTRA

NARY
TENTION

ORDINARY

KAMU MEMILIKI SEMUA YANG KAMU PERLUKAN

“Pernyataan yang benar di hari lalu dan
di hari ini: Dia yang mencari keindahan
akan menemukannya.”

—Bill Cunningham

Salah seorang pahlawan seniku adalah seorang biarawati.

Pada 1960-an, Biarawati Mary Corita Kent adalah seorang guru seni di Immaculate Heart College di Los Angeles. Terinspirasi oleh pameran hasil karya Andy Warhol, dia mulai melakukan cetak sablon. Dia mengambil foto-foto iklan dan penanda jalan di sepenjuru kota—hal-hal yang biasa kita anggap sebagai sampah, kesemrawutan, dan polusi mata—lalu dia mengubah barang-barang itu dengan mengeluarkannya dari konteksnya, menambahkan lirik-lirik tulisan tangan dari lagu-lagu pop dan kutipan Injil, dan mencetaknya seakan-akan ia merupakan pesan-pesan religius. Dia mengubah bungkus roti Wonder Bread menjadi sebuah pesan untuk menghadiri komuni. Dia mencuri slogan General Mills, dengan “Huruf G Besar yang berarti *Goodness*,” dan menjadikan “G” dari logo itu tampak seakan merujuk pada *God* (Tuhan). Dia memotong logo Safeway menjadi dua kata terpisah dan ia lantas menjadi sebuah tanda yang menunjukkan pada jalan keselamatan. Menemukan Tuhan dalam segala hal merupakan salah satu tugas orang beriman, dan tanpa disangka, Kent menemukan Tuhan dalam *periklanan*. Kent mengubah panorama Los Angeles buatan manusia—yang tidak selalu menjadi tempat pertama yang kita anggap indah—and dia menemukan keindahan di dalamnya.

Kent berkata dia menjadikan hal-hal biasa menjadi “tidak biasa”. (Menurutnya “tidak biasa” adalah istilah lebih baik daripada “karya seni”.) “Aku tidak memandangnya sebagai suatu karya seni,” ucapnya, “aku hanya mengubah hal-hal yang kusukai jadi lebih besar.” Dia memiliki suatu cara pandang yang unik terhadap dunia yang biasa, dan dia mengajari cara pandang tersebut kepada murid-muridnya. Dalam salah satu tugasnya, dia menyuruh murid-muridnya untuk membuat apa yang disebutnya sebagai sebuah “bidikan”—secarik kertas dengan potongan persegi untuk menyerupai jendela bidik sebuah kamera. Dia akan memandu murid-muridnya saat karyawisata, mengajari mereka untuk memotong dunia, untuk “melihat semata”, dan menemukan segala hal yang tak pernah mereka perhatikan sebelumnya.

Seniman-seniman hebat memiliki kemampuan untuk menemukan keajaiban dalam hal-hal biasa. Kebanyakan seniman favoritku menciptakan karya seni luar biasa dari situasi-situasi dan bahan-bahan yang biasa. Harvey Pekar menghabiskan sebagian besar kehidupan bekerjanya sebagai petugas arsip di rumah sakit VA di Cleveland, mengumpulkan kisah-kisah dan mencorat-coretnya menjadi naskah dengan gambar orang-orangan sederhana yang pada akhirnya menjadi komik dalam mahakaryanya, *American Splendor*. Emily Dickinson menetap di kamarnya dan menuliskan puisi-puisi abadinya di bagian belakang sisa-sisa potongan amplop.

Seorang seniman Dada¹, Hannah Höch menggunakan pola-pola jahitan dari pekerjaan sehari-harinya dalam kolasenya. Sally Mann mengambil foto-foto indah dari ketiga anaknya yang tengah bermain di peternakan mereka di Virginia. (Temannya, sang pelukis Cy Twombly, biasa duduk di luar Walmart di Lexington dan menyaksikan orang-orang yang berlalu lalang untuk inspirasi.)

¹ Dada merupakan sebuah gerakan seni yang dibentuk pada masa Perang Dunia Pertama di Zurich yang mengejek tentang kebodohan perang. Bentuk seni yang ditampilkan para seniman Dada sering bersifat satir dan tak masuk akal—*Penerj*.

teleskop melihat

cahaya

menggunakan trik
yang dikenal sebagai Kaca,

alam semesta,

merupakan tugas

kita

untuk mencari tahu ke mana mesti melihat

Memang mudah untuk beranggapan bahwa seandainya kamu bisa menukar kehidupan biasamu dengan kehidupan yang baru, seluruh masalah kreativitasmu akan terpecahkan. Seandainya saja kamu bisa berhenti dari pekerjaan harianmu, pindah ke kota yang trendi, menyewa studio yang sempurna, dan bertemu dengan kelompok orang-orang aneh dan brilian yang tepat! Maka, kamu akan sukses.

Semua hal itu, tentu saja, merupakan andai-andai belaka. Kamu tidak harus memiliki kehidupan yang luar biasa untuk membuat karya yang luar biasa. Semua yang kamu perlukan untuk menciptakan sebuah karya seni luar biasa itu bisa ditemukan dalam kehidupan sehari-harimu.

René Magritte mengatakan bahwa targetnya dengan karya seninya adalah “untuk mengembuskan kehidupan baru ke dalam cara pandang kita pada hal-hal biasa di sekitar kita”. Inilah persisnya yang dilakukan oleh seorang seniman: Dengan memberikan perhatian ekstra pada dunia, mereka akan mengajari kita untuk memberikan perhatian lebih pada diri kita sendiri. Langkah pertama dalam mentransformasi kehidupanmu menjadi sebuah seni adalah dengan mulai memberi lebih banyak perhatian padanya.

**“Saya selalu memiliki filosofi untuk
mencoba membuat karya seni
dari peristiwa biasa sehari-hari ...
tak pernah terpikir olehku untuk
membuat sebuah karya seni dengan
meninggalkan rumah.”**

—Sally Mann

LAMBATKAN LAJU DAN MENGGAMBARLAH

“Mari lambatkan laju, bukan dalam kecepatan atau jumlah kata-katanya, melainkan dalam nyali.”

—John Steinbeck

Mustahil untuk memberi perhatian yang pantas pada hidupmu jika kamu meluncur dengan kecepatan yang membutakan. Bila pekerjaanmu adalah melihat hal-hal yang tidak terlihat oleh orang lain, kamu harus melambatkan laju agar kamu dapat *benar-benar* melihat.

Pada zaman yang begitu terobsesi dengan kecepatan, melambatkan laju membutuhkan pelatihan khusus. Setelah seorang kritikus seni, Peter Clothier, menemukan meditasi, dia menyadari betapa kurangnya dia dalam *memandangi* sebuah karya seni: "Sering kali aku akan mendapati diriku menghabiskan lebih banyak waktu dengan label dinding di museum daripada dengan lukisan yang semestinya kupandangi!" Terinspirasi oleh gerakan makanan pelan dan memasak pelan, dia mulai memelopori sesi-sesi "Satu Jam/Satu Lukisan" di galeri-galeri dan museum-museum, tempat dia mengundang para sukarelawan untuk memandangi satu karya seni selama sejam penuh. Memandang pelan itu menular, dan kini sejumlah museum di sepenjuru negeri mengadakan *event-event* memandang pelan. Etosnya dirangkum pada sebuah situs web *Slow Art Day*: "Ketika orang-orang memandang pelan ... mereka membuat sejumlah penemuan."

Memandang pelan itu bagus, tetapi aku selalu butuh untuk melakukan sesuatu dengan kedua tanganku. Karena itulah, menggambar menjadi alat kegemaranku untuk memaksa diriku sendiri dalam memelankan laju dan benar-benar memandangi hidup. Manusia telah menggambar

selama ribuan tahun—menggambar merupakan praktik kuno yang dapat dilakukan dengan peralatan murah yang tersedia bagi semua orang. Kamu tak perlu menjadi seorang seniman untuk menggambar. Kamu hanya memerlukan satu atau dua mata.

“Menggambar merupakan cara lain dari memandang, yang tidak sepenuhnya kita lakukan sebagai orang dewasa,” ucap seorang kartunis Chris Ware. Kita semua menjalani hidup dalam “kepungan ingatan dan kegelisahan,” ucapnya, dan aksi menggambar membantu diri kita hidup di saat sekarang dan berkonsentrasi pada hal yang benar-benar berada di depan kita.

Karena menggambar sesungguhnya merupakan sebuah latihan dalam melihat, kamu bisa saja tidak pandai menggambar tetapi masih mendapatkan banyak manfaat darinya. Dalam sebuah postingan blog tentang membentuk kebiasaan membuat sketsa di masa kehidupan tuanya, kritikus film Roger Ebert menuliskan, “Dengan duduk di suatu tempat dan membuat sketsa sesuatu, aku dipaksa untuk benar-benar memandanginya.” Menurutnya, gambar-gambarnya merupakan “cara merasakan sebuah tempat atau waktu dengan lebih mendalam”.

AKU MENJALANI MISI
UNTUK MEMBUAT KONTAK
HARIAN DENGAN BATINKU
DAN MEMBERI PERHATIAN
MENDALAM PADA KEHIDUPAN
SEHARI-HARIKU.



SUNGGUH
MENGINSPIRASI



APA MEREK
PENA DAN BUKU
CATATAN YANG
KAMU GUNAKAN?



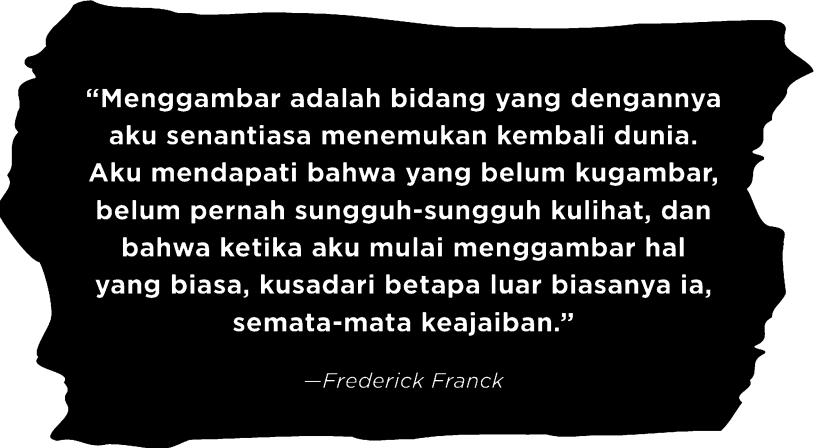
LIHATLAH KE ATAS

Menggambar bukan saja membantumu untuk melihat lebih baik, tetapi ia juga bisa membuatmu *merasa* lebih baik. “Seorang seniman yang menggunakan buku sketsa selalu terlihat seperti seorang yang bahagia,” Ebert mengamati. “Ia sungguh luhur,” ucap pengarang Maurice Sendak. “Itu adalah momen magis. Ketika semua kelemahan karaktermu, cacat kepribadianmu, atau hal lain apa pun yang menyiksamu, memudar, dan tidak lagi penting.”

Kamera ponsel adalah alat yang menyenangkan untuk menangkap berbagai hal ketika kita berada di dunia luar, tetapi menggambar masih menawari kita sesuatu yang unik. Pada 1960-an, fotografer Henri Cartier-Bresson, yang legendaris dalam menangkap kehidupan dalam film yang disebutnya “Momen Penentuan”, kembali pada cinta pertamanya: menggambar. Dia menuliskan tentang perbedaan antara dua kecintaannya dalam bukunya *The Mind’s Eye*: “Fotografi merupakan reaksi langsung, sementara menggambar merupakan sebuah meditasi.” Pada 2018, Museum British mulai memberikan pensil dan kertas kepada para pengunjung setelah mereka memperhatikan bertambahnya semangat pada diri orang-orang untuk menggambar sketsa karya seni tersebut. Salah seorang kurator mengatakan, “Aku merasa seolah-olah kamu akan berkutat lebih lama dengan sebuah objek ketika kamu memegang kertas dan pensil di tanganmu.”

Untuk melambatkan laju dan memberi perhatian pada duniamu, ambil sebatang pensil dan sehelai kertas dan mulailah menggambar apa yang kamu saksikan. (Fitur terbaik sebuah pensil adalah ia tak mungkin mengganggumu dengan pesan-pesan singkat atau notifikasi.) Kamu akan mendapatkan bahwa hal ini akan membantumu menemukan keindahan yang kamu lewatkan.

“Kalau kamu menggambar,” ucap kartunis E.O. Plauen, “dunia menjadi lebih indah, jauh lebih indah.”



**“Menggambar adalah bidang yang dengannya
aku senantiasa menemukan kembali dunia.
Aku mendapati bahwa yang belum kugambar,
belum pernah sungguh-sungguh kulihat, dan
bahwa ketika aku mulai menggambar hal
yang biasa, kusadari betapa luar biasanya ia,
semata-mata keajaiban.”**

—Frederick Franck

BERI PERHATIAN PADA HAL YANG KAMU PERHATIKAN

“Kepada siapa pun yang berusaha menentukan apa yang akan dilakukan dalam hidup mereka: BERI PERHATIAN PADA HAL YANG KAMU PERHATIKAN. Cukuplah itu sebagai seluruh informasi yang kamu perlukan.”

—Amy Krouse Rosenthal

Perhatianmu merupakan salah satu hal paling berharga yang kamu miliki. Itu sebabnya semua orang ingin mencurinya darimu. Pertama-tama kamu harus melindunginya, kemudian kamu mesti mengarahkannya ke arah yang benar.

Seperti yang mereka katakan dalam film-film, “Berhati-hatilah dengan arah bidikmu!”

Apa yang kamu pilih untuk perhatikan adalah hal-hal yang akan menyusun kehidupanmu dan pekerjaanmu. “Pengalamanku adalah apa yang kusetujui untuk kuhadiri,” tulis psikolog William James di tahun 1890. “Hanya benda-benda yang *kuperhatikanlah* yang membentuk pikiranku.”

Kita menaruh perhatian kepada hal-hal yang sangat kita pedulikan, tetapi terkadang yang sungguh-sungguh kita pedulikan tersembunyi dari diri kita. Aku menyimpan buku harian karena banyak alasan, tetapi yang utama adalah karena ia membantuku menaruh perhatian terhadap hidupku. Dengan duduk setiap pagi dan menuliskan tentang kehidupanku, aku memberi perhatian kepadanya, dan seiring waktu, aku jadi memiliki catatan tentang hal-hal yang menarik perhatianku. Kebanyakan penulis buku harian enggan membaca kembali buku harian mereka, tetapi aku mendapatkan bahwa membaca kembali buku harianmu akan melipatgandakan kekuatan sebuah *diary* karena aku jadi mampu menemukan pola-polaku

sendiri, mengenali apa yang benar-benar berarti bagiku, dan memahami diriku lebih baik.

Jika seni dimulai dengan ke mana kita mengarahkan perhatian kita, maka kehidupan terdiri atas menaruh perhatian terhadap hal-hal yang menarik perhatian kita.

Sediakan waktu rutin untuk menaruh perhatian pada hal-hal yang merebut perhatianmu. Baca kembali buku harianmu. Lihat kembali buku sketsamu. (Sang kartunis Kate Beaton pernah berkata bahwa jika dia menulis sebuah buku tentang menggambar, dia akan menjadulinya *Beri Perhatian pada Gambar-Gambarmu.*)

**“Memberi perhatian adalah
kerja kita yang wajar dan
tiada akhir.”**

—Mary Oliver

Seseorang

Itu bukanlah tersesat

melainkan
menjadi sosok

yang

kuinginkan

Lihatlah foto-foto di kameramu. Saksikan ulang cuplikan film yang kamu simpan. Dengarkan musik yang kamu rekam. (Sang musisi Arthur Russell biasa berjalan-jalan berkeliling Manhattan sambil mendengarkan rekamannya sendiri pada Walkman-nya.) Bila kamu memiliki kebiasaan untuk mengecek kembali hasil karyamu, kamu bisa melihat lebih baik gambaran lebih besar akan pekerjaanmu, dan apa yang semestinya kamu lakukan berikutnya.

Kalau kamu ingin mengubah hidupmu, ubahlah objek perhatianmu. “Kita memberi makna pada berbagai hal dengan menaruh perhatian padanya,” tulis Jessa Crispin, “maka memindahkan perhatianmu dari satu ke lain hal bisa benar-benar mengubah masa depanmu.”

“Perhatian adalah bentuk paling mendasar dari cinta,” tulis John Tarrant. Bila kamu menaruh perhatian pada kehidupanmu, tidak saja ia akan memberikanmu bahan bagi senimu, ia juga membantumu jatuh cinta dengan kehidupanmu.

**“Beri tahu aku hal apa yang
menarik perhatianmu, maka
aku akan memberitahumu
siapakah dirimu.”**

—José Ortega y Gasset

⑥ BASMI
MONS

MONSTER -
TER SENI

SENI ADALAH UNTUK KEHIDUPAN (BUKAN SEBALIKNYA)

**“Betapa pun megahnya
sejarah kesenian itu, sejarah
para seniman merupakan hal
yang berbeda.”**

—Ben Shahn

Nominasiku bagi salah satu kalimat terbodoh yang pernah diucapkan tentang seni tertuju pada sang komentator *60 Minutes*, Andy Rooney, yang berbicara mengenai vokalis utama Nirvana, Kurt Cobain, setelah aksi bunuh dirinya, “Tidak ada hasil karya seni yang lebih baik daripada sosok yang menciptakannya.”

Tengoklah sejenak pada salah satu dari ribuan tahun sejarah kesenian dan kamu akan menemukan bahwa, sesungguhnya, tidak, ada banyak karya seni yang dibuat oleh orang-orang bajingan, berengsek, vampir, mesum, dan yang terburuk, kesemuanya meninggalkan jejak korban-korbannya sepeninggal mereka. Mencuri sebuah istilah dari novel karya Jenny Offil, *Dept. of Speculation*, orang-orang inilah yang kita sebut “Monster-Monster Seni”.

Bisa sulit dan teramat menyakitkan untuk mencerna ide bahwa orang-orang yang kita anggap tercela dalam kehidupan pribadi mereka mungkin saja mampu menghasilkan sebuah karya yang indah, menyentuh, atau bermanfaat bagi kita. Cara kita menangani dan memproses informasi tersebut dan cara kita memilih untuk bergerak maju merupakan bagian dari pekerjaan kita.

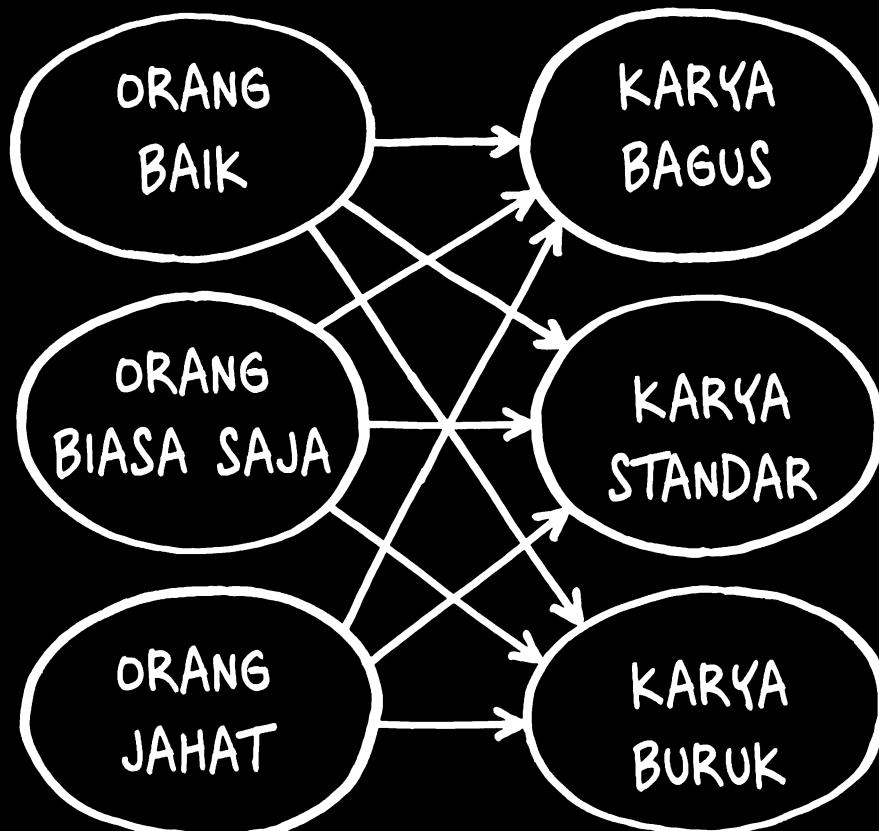
Nah, kita semua mempunyai Monster-Monster Seni kecil kita sendiri di dalam diri kita.

Kita semua rumit. Kita semua memiliki keterbatasan pribadi. Kita semua agak aneh, hingga kadar tertentu. Jika kita tidak memercayai bahwa kita bisa sedikit lebih baik dalam seni kita daripada keadaan kita dalam kehidupan kita, maka sesungguhnya apakah manfaat dari seni itu?

Menurutku, yang menggembirakan saat ini adalah bahwa kebudayaan kita tengah membuat perhitungan dengan Monster-Monster Seni. Mitos mengerikan bahwa menjadi orangtua yang tak hadir dalam hidup anaknya, orang yang berselingkuh, seorang penyiksa, seorang pecandu, entah bagaimana menjadi suatu persyaratan atau entah bagaimana dimaafkan karena mahakaryanya secara perlahan mulai dilucuti. Seandainya membuat karya seni hebat bisa memberi siapa pun sebuah kartu Bebas dari Penjara atas kegagalan besar mereka sebagai manusia, kupikir masa itu telah berlalu. Syukurlah. Monster-Monster Seni itu sama sekali tidak diperlukan atau dianggap keglamoran, dan mereka tidak perlu dimaklumi, dimaafkan, atau ditiru.

Para seniman besar membantu orang-orang memandang kehidupan mereka dengan pandangan yang segar dan rasa akan ketidakmustahilan. “Tujuan dari menjadi seorang penulis yang serius adalah demi melindungi orang-orang dari keputusasaan,” tulis Sarah Manguso. “Jika orang-orang membaca hasil karyamu dan, akibatnya, memilih kehidupan, maka kamu telah berhasil dengan pekerjaanmu.”

KEMUNGKINAN-KEMUNGKINAN



Sederhananya: Seni semestinya menjadikan hidup kita lebih baik.

Ini berlaku bukan saja bagi proses *pembuatan* karya itu sendiri, tetapi juga bagi karya seni itu sendiri. Seandainya menciptakan karyamu akan merusak hidup siapa pun, termasuk hidupmu sendiri, maka karya itu tak pantas dibuat.

“Akan selalu ada godaan bagi orang-orang yang menderita untuk meyakini bahwa menjadi seniman merupakan solusi padahal, faktanya, ia mungkin lebih menjadi sebuah masalah,” ucap seorang penulis dan psikolog Adam Phillips. “Ada sejumlah orang yang mungkin kamu anggap sebagai korban mitos seorang seniman. Mereka semestinya melakukan hal yang lain.”

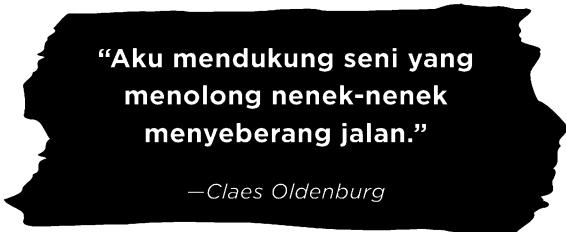
Kamu mungkin tidak ditakdirkan menjadi seniman. “Kamu mungkin ditakdirkan untuk mengajari anak-anak matematika atau mengumpulkan uang untuk penggalangan makanan gratis atau mendirikan sebuah perusahaan yang membuat Kubus Rubik buat bayi,” tulis seorang komedian Mike Birbiglia. “Berhenti bisa jadi pilihan. Akan dibutuhkan jumlah pekerjaan yang luar biasa di hadapan, dan waktumu mungkin lebih baik dihabiskan di tempat lain.”

Kalau menciptakan karyamu malah menambah kemalangan ke dunia, tinggalkanlah dan lakukan hal lain. Cari hal lain untuk dilakukan dengan

waktumu, sesuatu yang bisa membuat dirimu dan orang-orang di sekitarmu merasa lebih bersemangat.

Dunia tidak selalu membutuhkan lebih banyak seniman hebat. Ia membutuhkan lebih banyak orang-orang baik.

Karya seni adalah *untuk* kehidupan, bukan sebaliknya.

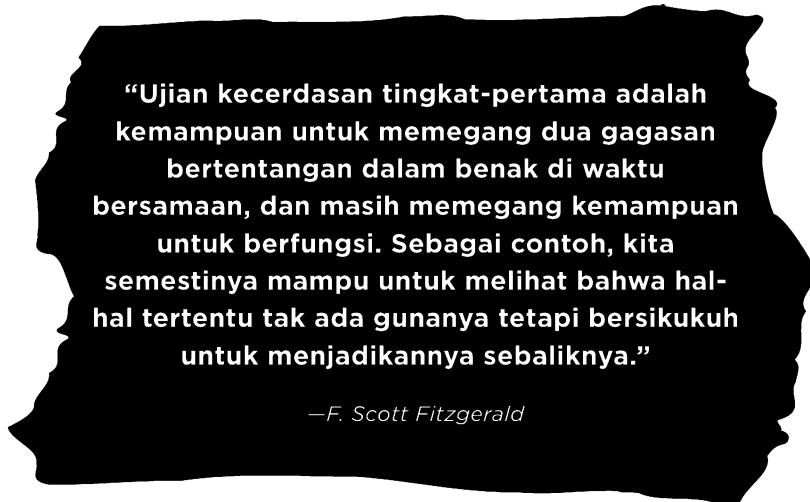


**“Aku mendukung seni yang
menolong nenek-nenek
menyeberang jalan.”**

—Claes Oldenburg

⑦KAMU
MENG
PIKIR

BOLEH
UBAH
ANMU



“Ujian kecerdasan tingkat-pertama adalah kemampuan untuk memegang dua gagasan bertentangan dalam benak di waktu bersamaan, dan masih memegang kemampuan untuk berfungsi. Sebagai contoh, kita semestinya mampu untuk melihat bahwa hal-hal tertentu tak ada gunanya tetapi bersikukuh untuk menjadikannya sebaliknya.”

—F. Scott Fitzgerald

BERUBAH ITU TANDA KAMU HIDUP

Aku pernah membaca sebuah artikel surat kabar tentang perubahan iklim dan seorang yang sempat apatis berkata, “Kalau kamu tidak pernah mengubah pikiranmu tentang sesuatu, cubiti dirimu sendiri; mungkin kamu telah mati.”

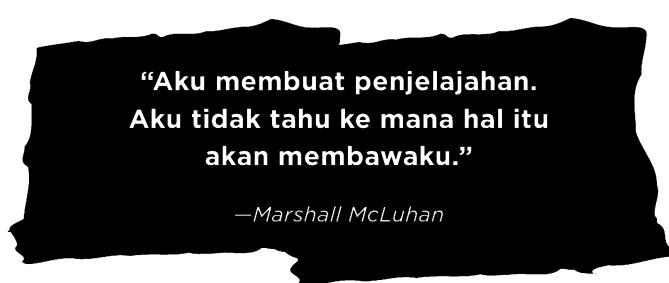
Kapan kali terakhir kamu mengubah pikiranmu tentang suatu hal? Kita takut untuk mengubah pikiran kita karena kita takut akan konsekuensi dari mengubah pikiran kita. Apa yang akan dipikirkan orang-orang?

Di negeri ini, kamu diharuskan memiliki gagasan, lalu bertahan dengannya dan membelanya mati-matian. Lihatlah dalam situasi politik kita, sebagai contoh. Ketika seorang politisi mengubah pikiran mereka secara publik, ia menjadi tanda kelemahan. Tanda kekalahan. Dan kamu tidak ingin sering mengubah pikiranmu karena, amit-amit, kamu akan dianggap sebagai orang yang plin-plan.

Media sosial telah mengubah kita semua menjadi politisi. Dan *brand*. Semua orang seakan mesti menjadi suatu *brand* sekarang, dan hal terburuk di dunia adalah *tidak memiliki brand*.

Namun, memilih *satu brand* berarti harus 100 persen yakin akan diri kita dan pekerjaan kita, dan kepastian, dalam seni *dan* dalam kehidupan, bukan saja dipandang berlebihan, tetapi juga merupakan penghalang bagi penemuan.

Ketidakpastian adalah dasar berkembangnya seni. Sang penulis Donald Barthelme berkata bahwa tabiat alami seorang seniman adalah *ketidaktauhan*. John Cage berkata bahwa ketika tidak bekerja, dia merasa mengetahui sesuatu, tetapi ketika dirinya bekerja, jelaslah bahwa dia tidak tahu apa pun. “Bisa dibilang inilah pekerjaanku,” ucap seorang penulis skenario Charlie Kaufman. “Aku duduk di meja kerjaku dan aku tidak tahu apa yang mesti dilakukan.”



“Aku membuat penjelajahan.
Aku tidak tahu ke mana hal itu
akan membawaku.”

—Marshall McLuhan

Aku

kira

aku salah tentang

segala

hal

Aku salah tentang itu juga.

PERMOHONAN DUNNING-KRUGER

IZINKAN AKU MENJADI CUKUP PANDAI UNTUK
MENGETAHUI BETAPA BODOHNYA DIRIKU
DAN BERILAH AKU KEBERANIAN
UNTUK TETAP SAJA MENJALANKANNYA

- * EFEK DUNNING-KRUGER ADALAH SEBUAH FENOMENA PSIKOLOGIS YANG DIRANGKUM OLEH SEORANG KOMEDIAN JOHN CLEESE: "ORANG-ORANG BODOH SAMA SEKALI TIDAK TAHU BETAPA BODOHNYA MEREKA."

Kamu memulai setiap pekerjaan tanpa mengetahui ke mana kamu akan pergi atau ke mana kamu akan berakhir. "Seni adalah bentuk tertinggi dari harapan," ucap sang pelukis Gerhard Richter. Namun, harapan bukanlah tentang mengetahui bagaimana hal-hal akan berjalan—ia adalah bergerak maju dalam menghadapi ketidakpastian. Ia merupakan cara *menangani* ketidakpastian. "Harapan adalah merangkul ketidaktahuan dan yang tak mungkin diketahui," tulis Rebecca Solnit. Untuk mempunyai harapan, kamu harus mengakui bahwa kamu tidak tahu segalanya dan kamu tidak tahu apa yang akan terjadi. Hanya itu satu-satunya cara untuk terus bergerak maju dan satu-satunya cara untuk terus berkarya: untuk terbuka pada kemungkinan dan membiarkan dirimu untuk berubah.

Tentu saja, untuk mengubah pikiranmu menuntutmu untuk *berpikir* sungguh-sungguh. Berpikir membutuhkan sebuah lingkungan tempat kamu dapat menguji berbagai macam ide dan tanpa dihakimi. Untuk mengubah pikiranmu, kamu memerlukan sebuah tempat yang baik untuk memiliki ide-ide buruk.

Sayangnya, internet tidak lagi menjadi sebuah tempat yang aman untuk melakukan pemikiran eksperimental apa pun, khususnya bagi seseorang dengan penonton atau memiliki "*brand*" apa pun. (Kata yang sungguh mengerikan! Seakan-akan kita semua adalah hewan ternak dengan tato pemilik yang dibakar ke tubuh kita.)

Tidak, kalau kamu ingin mengubah pikiranmu, kamu mungkin harus menanggalkan sebuah *brand*, dan *offline* adalah tempat untuk melepaskan *brand* itu. Markas ketenanganmu, studiomu, makalah, ruang *chat* pribadi, ruang keluarga yang penuh dengan orang-orang terdekat: Itulah tempat-tempat untuk benar-benar berpikir.

ORANG-ORANG SEPAHAM Vs ORANG-ORANG SEJIWA



“Dunia memerlukanmu di pesta
untuk memulai sebuah percakapan,
dengan berkata, ‘Aku tak tahu,’ dan
bersikap baik.”

—Charlie Kaufman

AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.
AKU TIDAK AKAN BERTENGKAR DENGAN ORANG ASING DI INTERNET.

“Berpikirlah sendiri!” begitu bunyi sebuah ucapan klise. Namun kenyataannya adalah: Kita tak bisa. Kita memerlukan orang lain untuk membantu kita berpikir.

“Berpikir independen mengenai manusia lain itu mustahil,” tulis Alan Jacobs dalam bukunya *How to Think*. “Berpikir itu aktivitas sosial yang penting, menyeluruh, dan mengagumkan. Segala yang kamu pikirkan merupakan sebuah tanggapan terhadap hal yang telah dipikirkan dan dikatakan orang lain.”

Masalahnya adalah, perlahan-lahan kita semakin menjadi sebuah budaya yang mengumpul menjadi komunitas-komunitas dan jaringan-jaringan yang berpikiran-sama. Secara *offline*, hal ini tercermin di tempat orang-orang tinggal, entah oleh pilihan atau kebutuhan. Secara *online*, ia tercermin di situs apa yang kita kunjungi, siapa yang kita pilih untuk ikuti, dan bagaimana algoritma jaringan *online* diselaraskan untuk menunjukkan pada kita apa yang menurut mereka ingin kita lihat.

Berinteraksi dengan orang-orang yang tidak memiliki perspektif yang sama dengan kita memaksa diri kita untuk merenungkan kembali ide-ide kita, menguatkan ide-ide kita, atau menukar ide-ide kita dengan yang lebih baik. Bila kamu hanya berinteraksi dengan orang-orang berpikiran

sama sepanjang waktu, peluang untuk berubah akan semakin kecil. Semua orang tahu perasaan yang kamu dapatkan ketika kamu menghabiskan waktu bersama orang-orang yang menyenangi seni yang sama, mendengarkan musik yang sama, dan menyaksikan film yang sama: Pada mulanya ia menyenangkan, tetapi ia juga bisa jadi sangat membosankan dan menyesakkan.

Jacobs menyarankan bahwa jika kamu ingin benar-benar mengeksplorasi berbagai ide, kamu harus mempertimbangkan untuk menghabiskan waktu dengan orang-orang yang mungkin tidak terlalu *sepaham* tetapi lebih *sejiwa*. Mereka inilah orang-orang yang “secara watak condong pada keterbukaan dan memiliki kebiasaan mendengar”. Orang-orang yang murah hati, baik, peduli, dan bijaksana. Orang-orang yang, ketika kamu mengatakan sesuatu, “memikirkannya alih-alih sekadar bereaksi”. Orang-orang di sekitarmu yang membuatmu merasa nyaman.

Seorang pembaca pernah mengirimkanku sebuah catatan yang menyatakan bahwa meski dirinya tidak berbagi pandangan politik yang sama denganku, dia merasa bahwa dirinya mampu untuk benar-benar mendengarkan apa yang ingin kukatakan, alih-alih menutup telinga dari hal yang tidak ingin didengarnya. Dia berasumsi bahwa hal itu ada kaitannya dengan semangat kreativitas, suatu koneksi yang kita rasakan dengan orang lain yang kita

kenal yang sedang berusaha sebisa mungkin untuk menghadirkan hal-hal baru dan indah ke dunia.

Berusahalah sebisa mungkin untuk mencari orang-orang berjiwa sama yang berbagi koneksi ini denganmu.

KUNJUNGI MASA LALU

“Setiap zaman memiliki cara pandangnya masing-masing. Ia secara khusus baik dalam melihat kebenaran-kebenaran tertentu dan secara khusus rentan untuk membuat kesalahan-kesalahan tertentu. Karena itulah, kita semua memerlukan buku-buku yang akan mengoreksi kesalahan-kesalahan karakteristik dari masa kita sendiri. Dan itu berarti buku-buku yang lama Pastinya, buku-buku di masa mendatang akan menghadirkan koreksi yang sama baiknya dengan buku-buku di masa lalu, tetapi sayangnya kita tidak bisa mendapatkannya.”

—C. S. Lewis

Sebagian besar orang yang hidup di masa kini begitu terobsesi dengan hal-hal baru sehingga mereka semua memikirkan tentang hal-hal yang sama. Kalau kamu memiliki masalah menemukan orang sebagai teman berpikir, carilah mereka yang telah mati. Ada banyak yang ingin mereka sampaikan dan mereka adalah para pendengar yang hebat.

Bacalah buku-buku lama. Manusia telah ada sejak waktu yang sangat lama, dan hampir setiap masalah yang kamu temui telah ditulis oleh manusia lain yang hidup ratusan tahun bahkan mungkin ribuan tahun sebelum dirimu. Seorang negarawan Roma dan filsuf, Seneca, berkata bahwa jika kamu membaca buku-buku lama, kamu bisa menambahkan seluruh tahun yang dijalani sang penulis itu ke dalam masa hidupmu sendiri. “Kita dikecualikan dari masa apa pun, tetapi kita memiliki akses pada semuanya,” ucapnya. “Mengapa tidak beralih dari waktu yang singkat dan fana ini dan membawa diri kita sepenuhnya ke masa lalu, yang tidak terbatas dan abadi dan bisa dibagi dengan orang-orang yang lebih baik dari diri kita?” (Dia menuliskan hal itu hampir dua ribu tahun yang lalu!)

Sungguh mengherankan betapa kehidupan manusia hanya berubah sedikit. Ketika aku membaca *Tao Te Ching* karya Lao Tzu, aku terkagum-kagum saat menyadari betapa setiap puisi kuno pada dasarnya merupakan komentar usang terhadap para politisi kontemporer kita. Sekilas membaca jurnal-jurnal Henry David Thoreau akan melukiskan sebuah

potret seorang pria pencinta tanaman yang memiliki pendidikan tinggi, setengah menganggur, kecewa dengan situasi politik, dan tinggal bersama orangtuanya—dia terdengar sangat mirip dengan salah seorang kawan milenialku!

Kita memiliki ingatan yang sungguh pendek. Kamu tak perlu pergi begitu jauh ke masa lalu untuk menemukan hal-hal yang sudah kita lupakan. Membuka sebuah buku yang baru seperempat abad usianya bisa saja seakan membuka sebuah peti harta karun yang terkubur.

Kalau kamu menginginkan sebuah cara cepat untuk membebaskan diri dari kebisingan kehidupan kontemporer, keluarlah dari gelembungmu yang terdiri atas orang-orang berpikiran serupa, dan berpikirlah dengan saksama, kunjungi saja masa lalu sejenak. Ia tidak akan ada habisnya: Setiap hari, kita malah semakin menambahkannya.

KALAU KAMU TIDAK BISA

MEMUNCULKAN GAGASANMU SENDIRI:

- 1) IDENTIFIKASI SEBUAH GAGASAN POPULER YANG KAMU BENCI DAN INGIN HANCURKAN.
- 2) CARI SEBUAH GAGASAN LAMA YANG BERSEBERANGAN DAN SUDAH DILUPAKAN ORANG, LALU BANGKITKANLAH.

⑧ BILA RA
BERBE

GU,
NAHLAH

BIARKAN PERALATANMU RAPI DAN BAHAN-BAHANMU BERANTAKAN

“Ketidakrapian meja dan lantai: lembar-lembar Post-it kuning di mana-mana; papan tulis putih yang dipenuhi coretan tulisan: semua ini adalah manifestasi luar akan kekacauan pikiran manusia.”

—Ellen Ullman

Ini saat yang buruk untuk menjadi seorang penimbun. Propaganda menentang kesemrawutan dan kegilaan untuk berbenah telah digalakkan oleh acara-acara TV seperti *Hoarders* dan *Storage Wars* dan blog-blog tak terhitung banyaknya yang mengagungkan studio-studio rapi dan ruang kerja yang sempurna dengan “benda-benda yang terorganisasi rapi”, memuncak dalam buku paling laris karya Marie Kondo, *The Life-Changing Magic of Tidying Up*. Meski kiat-kiat dari Kondo bisa memberi hasil menakjubkan pada laci kaus kakimu atau lemari dapurmu, aku sangat ragu tentang kegunaannya bagi para seniman.

Ruang studioku, sama seperti pikiranku, selalu agak kacau. Buku-buku dan surat kabar ditumpuk di mana-mana, gambar-gambar disobek dan ditempel ke dinding, potongan guntingan berserakan di lantai. Namun, bukan suatu kecelakaan bahwa studioku itu kacau. Aku *menyenangi* kekacauanku. Aku dengan *sengaja menyuburkan* kekacauanku.

Kreativitas adalah mengenai koneksi, dan koneksi itu tidak dibuat dengan menyimpan segalanya di tempat masing-masing. Ide-ide baru dibentuk oleh pencampuran menarik yang terjadi ketika benda-benda berada *di luar tempatnya*.

Kamu mungkin mengira bahwa jika studiomu rapi, ia dapat membebas-kanmu hingga menjadikanmu *lebih efisien*, dan karena itu, kamu bisa *lebih*

produktif. Barangkali hal itu akan membantumu dalam tahap eksekusi dari pekerjaanmu jika kamu, katakan saja, seorang pencetak sablon yang membuat cetakan, tetapi ia tidak dapat membantumu untuk memunculkan sebuah desain menarik untuk sablon berikutnya. Menyamakan produktivitas dengan kreativitas adalah tindakan keliru. Keduanya tidak sama. Malahan, keduanya sering kali berbenturan satu sama lain: Sering kali kamu lebih kreatif ketika kamu kurang produktif.

Tentu saja, ada yang namanya terlalu berantakan. Sulit untuk bekerja kalau kamu tidak dapat menemukan barang-barang yang kamu perlukan ketika kamu membutuhkannya. Para koki Prancis mempraktikkan sesuatu yang dinamai *mise en place*, yang berarti “taruh di tempat”. Ini tentang perencanaan dan persiapan: memastikan semua bahan dan peralatan yang kamu butuhkan sudah siap sebelum kamu mulai bekerja. “*Mise en place* merupakan agama bagi semua koki khusus yang pandai,” tulis Anthony Bourdain dalam *Kitchen Confidential*. “Markasmu, dan kondisinya, kesiapannya, adalah perpanjangan bagi sistem sarafmu.”

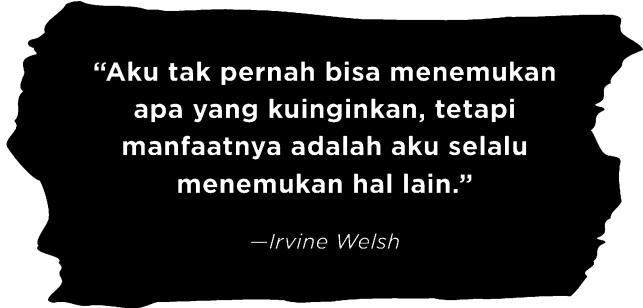


KELILINGI DIRIMU DENGAN KEKACAUAN
HAL-HAL YANG KAMU SENANGI

Itulah kata kunci yang bisa kita curi dari para koki: *kesiapan*. Sebagian besar dari kita tidak memiliki tamu-tamu yang lapar atau pengawas kesehatan untuk dicemaskan. Kita tidak perlu menjaga ruang kerja kita bersih dan rapi sepenuhnya. Kita hanya perlu mempersiapkannya saat kita ingin bekerja. Seorang kartunis Kevin Huizenga mengemukakan bahwa mengorganisasi studiomu tidak berarti ia harus *terlihat* terorganisasi. “Seandainya kertas-kertas berserakan di lantai membuat bekerja lebih mudah saat ini, karena kamu perlu untuk merujuk padanya terus-menerus, maka kertas-kertas itu harus tetap berada di sana.”

Ada keseimbangan di sebuah ruang kerja antara kekacauan dan keteraturan. Temanku John T. Unger memiliki aturan yang sempurna: Jaga peralatanmu rapi dan bahan-bahanmu berantarkan. “Jaga barang-barangmu sangat teratur agar kamu dapat menemukannya,” ujarnya. “Biarkan bahan-bahannya saling menyebuki dalam kekacauan. Sebagian karya yang kubuat tercipta secara kebetulan, saat dua bahan berkumpul dalam tumpukan, dan karya itu nyaris jadi. Namun, jika tanganmu tidak dapat meraih alat yang kamu butuhkan, kamu bisa menghabiskan waktu (atau antusiasme dan inspirasimu) seharian dengan mencari-carinya.”

BERBENAH ADALAH BEREKSPLORASI



“Aku tak pernah bisa menemukan apa yang kuinginkan, tetapi manfaatnya adalah aku selalu menemukan hal lain.”

—Irvine Welsh

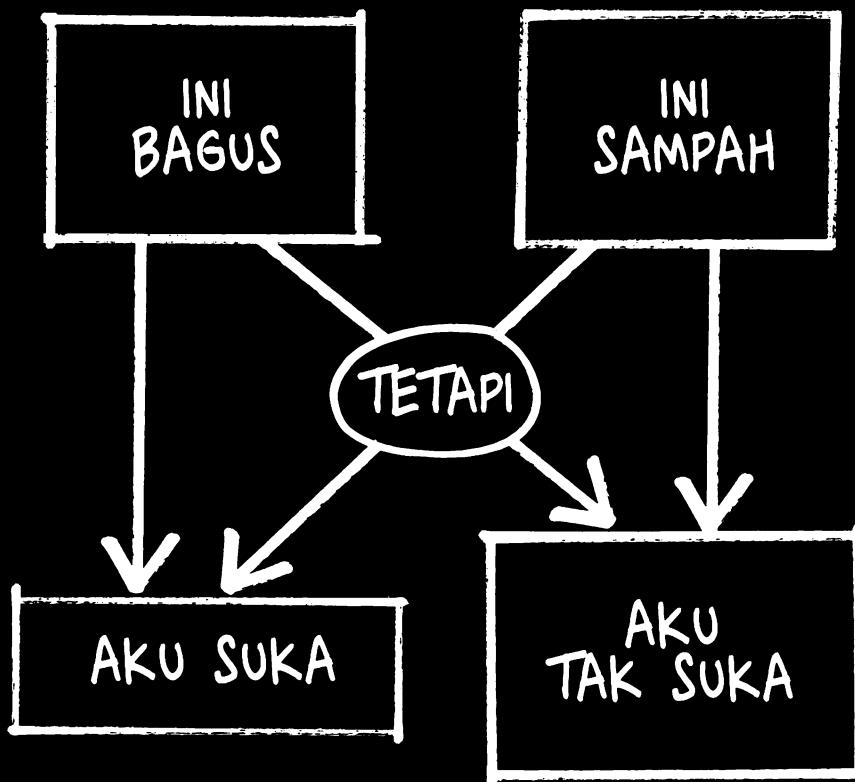
Aku menyimpan salah satu dari kartu-kartu “Oblique Strategies” karya Brian Eno dan Peter Schmidt pada sebuah papan besar di atas meja kerjaku: **BILA RAGU, BERBENAH LAH.**

Perhatikan bahwa ia berkata “bila ragu”, bukan “selalu”. Berbenah dilakukan ketika aku merasa buntu atau tersangkut. Merapikan studio—maaf saja, Nona Kondo—bukanlah aktivitas yang mengubah hidup atau magis. Ia hanyalah bentuk *penundaan yang produktif*. (Menghindari kerja dengan melakukan pekerjaan lain.)

Hal terbaik dari berbenah adalah ia menyibukkan kedua tanganku dan melonggarkan pikiranku sehingga aku entah a) bisa melepaskan diri dari kebuntuan atau memecahkan masalah baru di kepalamku, atau b) menemui sesuatu di tengah kekacauan yang membawa pada pekerjaan baru. Sebagai contoh, aku mulai berbenah dan menemukan sebuah puisi belum tuntas yang terkubur dalam tumpukan kertas, atau gambar tak tuntas yang diterbangkan ke ujung ruang garasi oleh AC.

Berbenah ruang studio terbaik adalah semacam *bereksporasi*. Aku menemukan kembali berbagai hal selagi aku membereskan barang-barang yang berantakan. Alasan aku berbenah tidak benar-benar untuk bebersih, melainkan untuk menghubungkan diri dengan sesuatu yang telah kulupakan yang kini bisa kugunakan.

KEMUNGKINAN REAKSI



Ini adalah bentuk berbenah yang pelan, dan penuh lamunan serta renungan. Sebagai contoh, ketika aku mendapati sebuah buku yang telah lama hilang, aku akan membalik lembarannya acak dan mencari tahu jika ada yang bisa disampaikannya kepadaku. Terkadang carikan kertas yang terjatuh dari buku bagai sebuah pesan rahasia dari semesta.

Sering kali aku berhenti berbenah karena aku malah larut dalam bacaan. Ini adalah hal yang berlawanan persis dari apa yang dirumuskan Marie Kondo. Ketika memeriksa buku-bukumu, katanya, “Pastikan kamu tidak mulai membacanya. Membaca mengaburkan pertimbanganmu.” Amit-amit!

Berbenah dengan harapan meraih keteraturan yang sempurna adalah pekerjaan yang membuat stres. Berbenah tanpa terlalu banyak khawatir tentang hasilnya bisa menjadi bentuk bermain yang menenangkan.

Bila ragu, berbenahlah.

TIDUR MERAPIKAN OTAK

“Tidur siang penting untuk prosesku. Bukan mimpi, tetapi kondisi yang berbatasan dengan tidur, pikiran yang nyaris terjaga.”

—William Gibson

tidur siang dianggap sebagai
taktik,

di

pabrikku,

Para ilmuwan dan filsuf telah lama memikirkan tentang tidur dan kegunaannya. Perlahan-lahan mereka mulai memahami apa yang telah diketahui para seniman selama ini: Tidur merupakan alat hebat untuk membereskan otakmu. Ketika kamu tidur, tubuhmu secara harfiah membersihkan sampah di kepalamu. Para ilmuwan saraf telah menjelaskan bahwa cairan serebrospinal di otakmu mulai mengalir lebih cepat ketika kamu tidur, membersihkan racun-racun dan protein-protein buruk yang terkumpul di sel-sel otakmu.

Tidur siang adalah senjata rahasia kebanyakan seniman. “Sebagian besar dengan tidur siang,” ujar seorang pembuat film, Ethan Coen, mengenai proses kreatif dirinya dan saudaranya, Joel. Aku menganggap tidur siang sebagai bentuk lain dari berbenah magis yang *tampak* tidak produktif tetapi sering kali mengarahkan pada ide-ide baru.

Tidak semua tidur siang diciptakan setara. Ada banyak cara untuk menikmati tidur siang. Salvador Dalí senang tidur sebentar sambil menggenggam sendok. Selagi dirinya terlelap, dia akan menjatuhkan sendok itu dan terbangun, tetapi masih dalam kondisi setengah tersadar yang diperlukannya untuk lukisan-lukisan surrealismenya. Penulis Philip Roth berkata bahwa dirinya belajar teknik tidur siang dari ayahnya: Tanggalkan pakaianmu, selimuti seluruh tubuhmu, dan kau akan tidur lebih baik. “Bagian terbaik dari hal itu adalah bahwa ketika kamu

terbangun, selama lima belas detik pertama, kamu sama sekali tak tahu di mana kamu berada,” ucap Roth. “Kamu hanya hidup. Hanya itulah yang kamu tahu. Dan itu adalah suatu anugerah, anugerah mutlak.”

Sementara tidur siangku, bagai “tidur siang kafein”: Minum secangkir kopi atau teh, berbaring selama lima belas menit, lalu kembali bekerja saat kafeinnya mulai bekerja.

**“Sayang sekali kita tidak bisa tidur
sambil menulis di langit-langit
dengan satu jari atau jempol yang
diangkat.”**

—Denton Welch

“Saat ini adalah zaman perceraian. Hal-hal yang bersatu telah dibelah. Dan kamu tidak bisa menyusun semuanya kembali. Yang bisa kamu lakukan hanyalah satu-satunya hal yang bisa kamu lakukan. Kamu mengambil dua hal yang semestinya bersama dan kamu menyatukannya.”

—Wendell Berry

TINGGALKAN HAL-HAL LEBIH BAIK DARIPADA SAAT KAMU MENEMUKANNYA

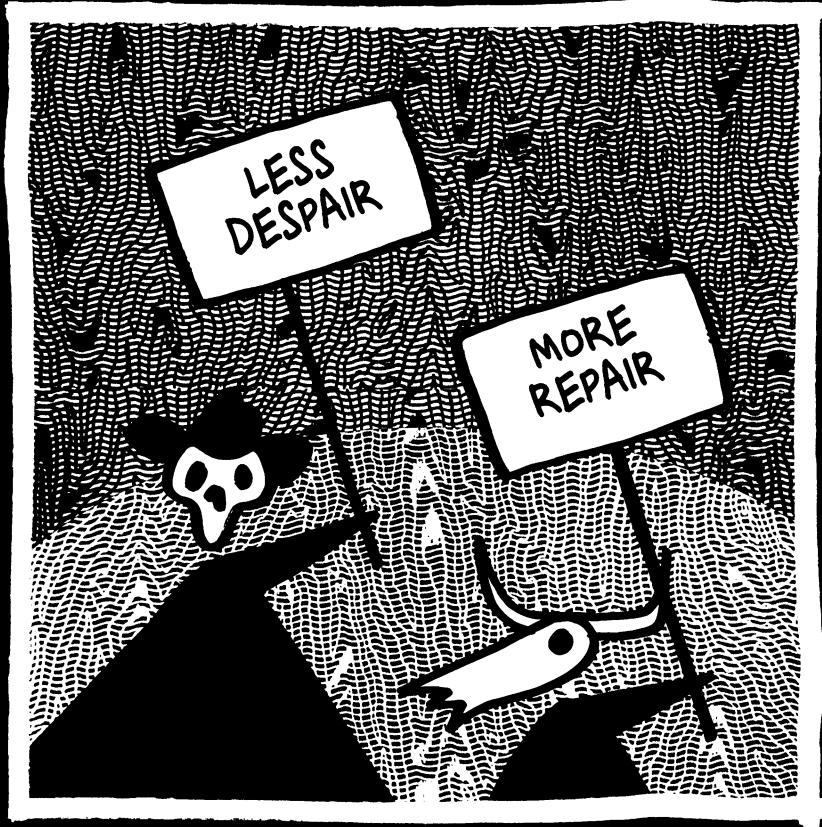
Bentuk terhebat dari berbenah magis yang bisa kamu lakukan adalah di luar studiomu atau ruang kerjamu: membenahi duniamu yang lebih luas.

Penulis David Sedaris adalah seorang yang apik sejak lahir. Dia menceritakan kisah-kisah masa kecil tentang memvakum dan membersihkan kotoran yang ditinggalkan adik-adiknya. Ketika dia menjual buku pertamanya, dia membersihkan rumah-rumah di Manhattan. Kini dia adalah seorang penulis buku laris yang kaya dan tinggal di sebuah pedesaan di

area barat London. Tahukah kamu bagaimana dia menghabiskan sebagian besar harinya? Memunguti sampah di sisi jalan.

Itu benar: Salah satu dari para penulis paling populer yang hidup di masa kita memperkirakan bahwa dirinya menghabiskan tiga hingga delapan jam sehari untuk melayani pengelolaan sampah. Sedaris telah memungut begitu banyak sampah sampai-sampai warga setempat secara harfiah menamai sebuah truk sampah dengan namanya: “Pig Pen Sedaris (Kandang Babi Sedaris)”. Dia paling dikenali oleh para tetangganya sebagai pemungut sampah. Ketika *West Sussex County Times* menulis tentang dirinya, mereka bahkan tidak menyebutkan dirinya sebagai seorang penulis.

Yang lucu adalah bahwa aksi memungut sampah Sedaris ini benar-benar cocok dengan kerja menulisnya. Sedaris, seperti kebanyakan seniman, adalah seorang pemulung. Dia mengumpulkan puing-puing buangan dari kekacauan hidup—penggalan dialog yang terdengar dan pengalaman-pengalaman yang terlewat—lalu mendaur ulang semua itu ke dalam bentuk esai. (Kumpulan *diary*-nya secara pantas dijuduli *Theft by Finding*—Pencurian dari Temuan.) Sebagian dari *diary*-nya, yang dicetaknya dan dijilidnya menjadi buku-buku setiap musimnya, mengandung potongan-potongan sampah yang ditemuinya dalam perjalannya.



Seni bukan *hanya* dibuat dari hal-hal yang “memunculkan kegembiraan”. Seni juga terbuat dari hal yang jelek atau menjijikkan bagi kita. Bagian dari pekerjaan seorang seniman adalah membantu membereskan suatu tempat, untuk membuat keteraturan dari kekacauan, untuk mengubah sampah jadi harta karun, untuk menunjukkan kepada kita keindahan di tempat yang tidak dapat kita lihat.

Terkadang, aku menganggap sungguh mengandung pelajaran ketika memikirkan tentang sebagian slogan yang kita gunakan untuk pekerjaan kreatif.

MAKE YOUR MARK.

(TINGGALKAN JEJAKMU.)

PUT A DENT IN THE UNIVERSE.

(TOREHKAN LEKUKAN DI ALAM SEMESTA.)

MOVE FAST AND BREAK THINGS.

(BERGERAKLAH CEPAT DAN PECAHKAN BARANG-BARANG.)

Slogan-slogan ini memisalkan bahwa dunia ini membutuhkan sebuah tanda atau lekukan atau pecahan, dan bahwa tujuan kosmik dari manusia adalah *vandalisme*.

Segalanya sudah kacau di luar sana. Kita sudah membuat cukup banyak jejak di planet ini. Yang kita butuhkan adalah lebih sedikit pelaku vandalisme dan lebih banyak kru bebersih. Kita memerlukan seni yang merapikan. Seni yang membenahi. Seni yang memperbaiki.

Mari kita cari slogan-slogan yang lebih baik. Mungkin kita bisa mencarinya pada bidang pengobatan:

FIRST, DO NO HARM.

(PERTAMA-TAMA, JANGAN LAKUKAN HAL BERBAHAYA.)

Atau barangkali kita bisa mengubah bahasa dari papan-papan penanda yang kita temui di taman-taman:

LEAVE THINGS BETTER THAN YOU FOUND THEM.

(TINGGALKAN DALAM KONDISI YANG LEBIH BAIK DARIPADA SAAT KAU MENEMUKANNYA.)

Itu bisa jadi awalnya.

⑨ IBLIS
UDARA

MEMBENCI
SEGAR

**“Aku mengajak jalan-jalan
diriku sendiri menuju
pikiran-pikiran terbaikku.”**

—Søren Kierkegaard

TO EXERCISE IS TO EXORCISE

(BEROLAHRAGA DEMI MENGUSIR SETAN)

Hampir setiap pagi, entah hujan atau cerah, istriku dan aku menaruh kedua putra kami ke kereta bayi ganda merah dan kami menempuh perjalanan empat kilometer berkeliling permukiman kami. Perjalanan itu sering menyusahkan, terkadang menakjubkan, tetapi ia sangat penting bagi hari kami. Kami mengobrol. Kami membuat rencana. Kami mengoceh tentang politik. Kami berhenti untuk berbincang dengan tetangga atau mengagumi satwa liar pinggir kota.

Jalan-jalan pagi kami adalah saat ide-ide lahir dan buku-buku disunting. Saking pentingnya jalan-jalan pagi kami sampai-sampai kami mengadopsi moto tidak resmi Jawatan Pos Amerika Serikat sebagai moto kami sendiri:



Copyright (c) 2019 by Noura Digital

“Entah salju atau hujan atau panas atau mendung ... tak akan menghalau para kurir ini dari penuntasan gesit pengiriman mereka sebagaimana yang ditugaskan”. Kami tidak akan menyiapkan janji-janji atau pertemuan-pertemuan pagi sebelum kami pergi berjalan. Setiap kali kami bertemu tetangga, percakapan sering kali diawali dengan, “Apakah kalian pasangan dengan kereta bayi merah besar itu?”

Berjalan-jalan sungguh merupakan penyembuh ajaib bagi orang-orang yang ingin berpikir jernih. “Solvitur ambulando,” ucap Diogenes sang Sinis dua milenium lalu. “Ia dipecahkan dengan berjalan-jalan.”

Daftar seniman, pujangga, dan ilmuwan terkenal yang biasa berjalan, mendaki, dan melancong berkeliling kota dan desa nyaris tak ada habisnya. Wallace Stevens menciptakan puisi-puisi dalam perjalanananya pulang dan pergi dari agen asuransi tempat dirinya bekerja. Friederich Nietzsche menulis kebanyakan bukunya selagi berjalan mengitari danau-danau. “Seandainya aku tidak dapat berjalan jauh dan cepat,” tulis Charles Dickens tentang maraton tiga puluh kilometernya mengelilingi London, “rasanya aku bisa meledak dan binasa.” Baik Ludwig van Beethoven maupun Bob Dylan diciduk oleh polisi selagi mengembara di sekitar pedesaan—Beethoven di Vienna abad ke-19, Dylan di New Jersey abad ke-21. Henry David Thoreau, yang biasa menghabiskan empat jam sehari

berjalan mengelilingi hutan di luar Concord, menulis, “Tampaknya begitu kedua kakiku mulai bergerak, pikiranku mulai mengalir.”

“Aku berjalan keluar untuk menghalau depresi harian. Setiap petang semangatku menurun, dan suatu hari aku menemukan berjalan kaki Aku menyiapkan sebuah destinasi untuk diriku, kemudian berbagai hal terjadi di tengah jalan.”

—Vivian Gornick

Berjalan kaki itu bermanfaat bagi kesehatan fisik, spiritual, dan mental. “Tak peduli di waktu kapan kamu bangun dari ranjang, pergilah berjalan kaki,” ucap Ingmar Berman, sang sutradara, kepada putrinya, Linn Ullmann. “Iblis-Iblis membenci saat kamu bangun dari ranjang. Iblis-Iblis membenci udara segar.”

Yang kupelajari dari jalan-jalan pagi kami adalah bahwa, benar, berjalan-jalan itu hebat untuk membebaskan Iblis-Iblis di *dalam* diri, tetapi bahkan yang lebih penting, berjalan-jalan itu hebat untuk melawan Iblis-Iblis di *luar* diri kita.

Orang-orang yang ingin mengendalikan kita melalui ketakutan dan kesalahan informasi—perusahaan-perusahaan, para penjual, dan politisi—menginginkan kita untuk menghubungkan diri dengan ponsel kita atau menyaksikan TV, karena dengan begitu mereka bisa menjual visi mereka tentang dunia kepada kita. Jika kita tidak pergi keluar, jika kita tidak berjalan keluar demi menghirup udara segar, kita tidak akan melihat dunia keseharian kita sebagaimana adanya, dan kita tidak akan memiliki pandangan sendiri demi menangkis kesalahan informasi.

Seni memerlukan pemanfaatan penuh indra kita. Tugasnya adalah untuk membangkitkan indra-indra kita. Layar kita, di sisi lain, telah mengakibatkan diri kita kehilangan indra-indra kita *dan* kesadaran kita.

Efek keseluruhannya telah menjadi semacam pengebasan spiritual. “Agar menjadi sensual, menurutku, kita harus menghargai dan bersukacita dalam sumber kehidupan, dalam kehidupan itu sendiri, dan untuk *hadir* dalam semua hal yang kita lakukan,” tulis James Baldwin dalam esainya “The Fire Next Time”. Dia melanjutkan, “Sesuatu yang sangat keji terjadi pada orang-orang di sebuah negara ketika mereka mulai tidak memercayai reaksi mereka sendiri sedalam yang mereka lakukan di sini, dan telah jadi semakin tak mampu merasakan kegembiraan.” Baldwin khawatir kita tidak lagi memercayakan pada pengalaman-pengalaman sensori kita: “Orang yang tidak memercayai dirinya sendiri tidak memiliki tolok ukur terhadap realitas.”

Saat kita terpaku pada layar-layar kita, dunia terlihat tak nyata. Menggerikan. Tidak patut diselamatkan atau bahkan menghabiskan waktu di dalamnya. Semua orang di bumi tampak seperti sesosok *troll* atau maniak atau lebih buruk lagi.

“Apa lagi yang bisa kamu lakukan?”

berpikir

berjalan

Namun, begitu kamu keluar dan mulai berjalan, *kamu akan meraih kesadaran kembali*. Yeah, memang ada beberapa maniak dan keburukan, tetapi juga ada orang-orang yang tersenyum, burung-burung yang berkicau, awan yang berarak di atas kepala ... semua hal itu. Ada kemungkinan. Berjalan-jalan merupakan sebuah cara untuk menemukan kemungkinan dalam hidupmu ketika tidak ada kemungkinan yang tampak tersisa.

Jadi, pergilah keluar setiap hari. Berjalanlah jauh sendiri. Berjalanlah dengan seorang teman atau orang terkasih atau seekor anjing. Berjalanlah dengan rekan kerja saat jam makan siangmu. Ambil sekantong plastik dan tongkat dan berjalanlah sambil memunguti sampah seperti David Sedaris. Selalu bawa buku catatan atau kamera di sakumu untuk saat-saat ketika kamu ingin berhenti untuk menangkap sebuah gagasan atau gambar.

Jelajahi dunia dengan berjalan kaki. Lihatlah permukimanmu. Temui tetanggamu. Bicaralah dengan orang asing.

Para Iblis membenci udara segar.

**“Pergilah keluar dan berjalan kakilah.
Itulah kemegahan hidup.”**

—Maira Kalman



KEBUNMU

KREATIVITAS MEMILIKI MUSIM

Setelah menjadi biarawati di Los Angeles selama tiga puluh tahun, Corita Kent berpindah jauh ke Boston agar dia dapat hidup tenang dan menciptakan karyanya. Apartemennya memiliki sebuah jendela besar yang menjorok keluar dan pohon maple di luar. Dia suka duduk di sana sambil mengamati pohon itu berubah-ubah sepanjang musim. (Sesuatu yang jauh lebih sulit dilakukan di Los Angeles, atau di sini di Austin, Texas, tempat kami memiliki dua musim: panas dan lebih panas lagi.)

“Pohon itu merupakan guru yang hebat selama dua dekade terakhir hidupnya,” kata mantan muridnya, Mickey Myers. “Dia belajar dari pohon itu. Keindahan yang dihasilkannya di musim semi hanya karena apa yang telah dilaluinya sepanjang musim dingin, dan terkadang musim dingin terganas menghasilkan musim semi yang paling menakjubkan.”

Seorang wartawan datang mengunjunginya dan menanyakan rencana kegiatannya. "Yah ... memandangi pohon maple itu bertumbuh di luar. Aku tak pernah memiliki waktu untuk menyaksikan sebuah pohon sebelumnya," ujarnya.

Dia membicarakan tentang betapa dirinya berpindah apartemen di bulan Oktober ketika daun-daun pohon itu sedang rimbun, dan betapa dia menyaksikannya kehilangan dedaunannya sepanjang sisa musim gugur itu. Pada musim dingin, pohon itu tertutupi salju. Pada musim semi, benih-benih bunga bermunculan dan pohon itu tidak lagi terlihat seperti pohon maple sama sekali. Akhirnya, dedaunan mulai bermunculan, dan pohon itu kembali menjadi dirinya lagi.

"Hal itu, di satu sisi, sangat menggambarkan perasaanku tentang hidupku," ucapnya. "Akankah ia nanti bisa dikenali oleh orang lain, aku tak tahu, tetapi aku merasa bahwa hal-hal yang baru dan hebat sedang terjadi dengan sangat hening di dalam diriku. Dan aku tahu hal-hal ini memiliki suatu jalan, seperti pohon maple itu, untuk meledak pada akhirnya dalam suatu bentuk."

Bagi Kent, pohon itu hadir untuk melambangkan kreativitas itu sendiri. Bagai sebuah pohon, kerja kreatif memiliki musimnya. Bagian dari tugas itu adalah mengetahui sedang berada di musim mana kamu, dan bersikaplah

sepantasnya. Pada musim dingin, “pohon itu terlihat mati, tetapi kita tahu ia tengah memulai suatu proses yang sangat dalam, yang darinya akan hadir musim semi dan musim panas”.

Komedian George Carlin mengeluhkan betapa terobsesinya kita semua dengan pandangan akan kemajuan yang kasatmata dan bergerak maju. “Itu adalah pandangan orang Amerika bahwa segalanya harus terus merangkak naik: produktivitas, keuntungan, bahkan komedi.” Dia merasa kita tidak menyempatkan waktu untuk sebuah renungan. “Tidak ada waktu untuk mengerut sebelum sebuah ekspansi lain. Tak ada waktu untuk bertumbuh dewasa,” ujarnya. “Tidak ada waktu untuk belajar dari kesalahan-kesalahanmu. Namun, pandangan itu bertentangan dengan alam, yang memiliki siklusnya sendiri.”



Copyright (c) 2019 by Noira Digital

~~DETIK < DETIK~~

DENYUT JANTUNG

~~HARI > HARI~~

MATAHARI TERBIT

~~MINGGU < MINGGU~~
~~BULAN = BULAN~~

FASE
BULAN

~~TRIWULIAN~~

MUSIM

~~TAHUNAN~~

KEMBALINYA
MUSIM SEMI

Kamu harus memperhatikan irama dan siklus dari *output* kreatifmu dan belajar untuk bersabar di musim-musim yang kurang bersahabat. Kamu harus memberi waktu bagi dirimu untuk berubah dan mengamati pola-polamu sendiri. “Hiduplah di setiap musim selagi ia hadir,” tulis Henry David Thoreau, “dan serahkan dirimu sendiri pada pengaruh dari masing-masing musim.”

Satu cara untuk berhubungan dengan musim-musimmu sendiri adalah dengan mengikuti arahan Kent dan Thoreau dan mengamati musim-musim di alam. Gambarlah pohon yang sama setiap minggu selama setahun. Tekuni astronomi secara ringan. Saksikan matahari terbit dan terbenam selama seminggu. Amati bulan setiap malam selama beberapa siklus. Cobalah rasakan waktu yang nonmekanis, dan lihatlah jika ia mampu mengkalibrasi ulang dirimu dan mengubah perasaanmu tentang kemajuanmu.

“Tirulah pohon-pohon itu. Belajarlah untuk kehilangan demi memulihkan diri, dan ingatlah bahwa tak ada yang tetap sama untuk waktu yang lama.”

—May Sarton

Kehidupan kita juga memiliki musim-musim yang berbeda. Sebagian dari kita mekar di usia muda; sementara yang lain belum mekar sampai usia tua. Kebudayaan kita sering kali merayakan kesuksesan-kesuksesan awal, orang-orang yang mekar dengan cepat. Namun, orang-orang itu sering kali layu sama cepat dengan saat mekarnya. Karena alasan inilah aku mengabaikan setiap daftar “35 orang di bawah usia 35” yang dipublikasikan. Aku tidak tertarik dengan laporan tahunan. Aku tertarik dengan daftar yang abadi. Aku hanya ingin membaca “8 orang di atas 80 tahun”.

Aku tak ingin tahu bagaimana seorang tiga puluh tahun menjadi kaya dan tenar; aku ingin mendengar bagaimana seorang delapan puluh tahun menghabiskan hidupnya dalam ketidakjelasan, terus membuat karya, dan menjalani hidup yang bahagia. Aku ingin tahu bagaimana Bill Cunningham naik ke sepedanya setiap hari dan berkendara mengitari New York sambil mengambil foto-foto di usia delapan puluhan. Aku ingin tahu bagaimana Joan Rivers mampu menceritakan lelucon hingga akhir hayatnya. Aku ingin tahu bagaimana di usia sembilan puluhan, Pablo Casals masih bangun setiap pagi dan berlatih bermain cello.

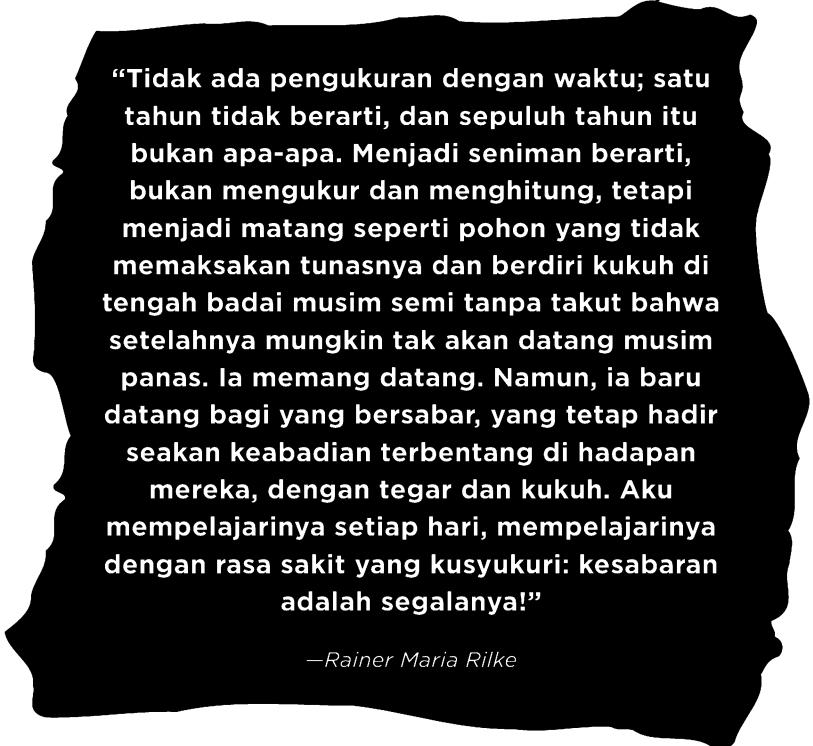
Itulah orang-orang yang kucari untuk sumber inspirasi. Orang-orang yang menemukan hal yang membuat mereka merasa bersemangat dan yang terus menjaga gairah hidup mereka dengan melakukannya. Orang-orang



Copyright (c) 2019 by Novice Digital

yang menanam benih mereka, merawatnya sendiri, dan tumbuh menjadi sesuatu yang abadi.

Aku ingin menjadi salah satu dari mereka. Aku ingin menjadikan kata-kata seorang pelukis usia delapan puluhan, David Hockney sebagai moto pribadiku: “Aku akan terus berjalan sampai aku terjatuh”.



“Tidak ada pengukuran dengan waktu; satu tahun tidak berarti, dan sepuluh tahun itu bukan apa-apa. Menjadi seniman berarti, bukan mengukur dan menghitung, tetapi menjadi matang seperti pohon yang tidak memaksakan tunasnya dan berdiri kukuh di tengah badai musim semi tanpa takut bahwa setelahnya mungkin tak akan datang musim panas. Ia memang datang. Namun, ia baru datang bagi yang bersabar, yang tetap hadir seakan keabadian terbentang di hadapan mereka, dengan tegar dan kukuh. Aku mempelajarinya setiap hari, mempelajarinya dengan rasa sakit yang kusyukuri: kesabaran adalah segalanya!”

—Rainer Maria Rilke

“Konon seorang raja di kerajaan Timur pernah meminta orang-orang kepercayaannya untuk menciptakan sebuah kalimat untuknya, yang akan selamanya disaksikan, dan yang mesti benar dan pantas di segala waktu dan situasi. Mereka menghadiahi kepadanya kata-kata: ‘Dan ini pun akan berlalu.’ Betapa kuat ungkapan itu! Betapa keras hardikannya di momen-momen keangkuhan!—betapa menenangkan di kedalaman derita! ‘Dan ini pun akan berlalu.’”

—Abraham Lincoln

INI PUN AKAN BERLALU

Iblis-Iblis di luar diri yang kusebutkan di bab terakhir—orang-orang yang berniat merusak planet ini, mengurasnya demi keuntungan seperti kartun Lex Luthors—mereka tidak akan bertahan selamanya. Mereka kelak akan meninggalkan tempat ini sama seperti kita. Memang, mereka bisa saja menyeret kita bersama mereka. Namun, kita semua bergerak ke arah titik akhir yang sama. Apa pun yang terjadi, itu pun kelak akan berlalu, dan mereka juga akan berlalu. Aku menghibur diriku dengan hal itu.

Rumah yang kutinggali lebih dari empat puluh tahun usianya. Sesungguhnya, ia tidak terlalu tua dalam skema keseluruhan, tetapi anak-anakku memanjati pohon-pohon yang hidup di masa pemerintahan Nixon. Aku mengetahui dari tetangga-tetangga lebih lama yang sempat mengobrol denganku pada jalan-jalan pagi kami bahwa istri dari pasangan

yang membangun rumah kami sangat senang berkebun. Istriku pun mulai belajar berkebun: Dia membuat buket dari bunga-bunga yang dahulu ditanam oleh wanita mantan pemilik rumah itu.

Jendela kamar mandi kami memandang ke pekarangan belakang kami. Ketika ingin buang air kecil, aku akan mengambil jeda dari waktu menulis dan melemparkan pandangan keluar jendela pada istriku yang sedang menggali tanah, menunjukkan pada kedua putraku berbagai jenis tanaman, menawari mereka untuk mencicipi tanaman yang dapat dimakan. Saat memandangi adegan itu, bahkan di hari-hari yang begitu berat, aku merasa penuh dengan harapan.



LIHATLAH JAUH

Aku menanam
kebunku

karena

Hal apa lagi yang bisa kulakukan
selain bermain-main dengan

waktu

Karena berkebun membutuhkan banyak kesabaran dan perhatian, para pekebun mempunyai rasa waktu dan perspektif yang unik.

Bulan-bulan menjelang Perang Dunia ke-II merupakan bulan-bulan paling mengerikan dalam hidup Leonard dan Virginia Woolf, selagi mereka “dengan tak berdaya dan putus harapan” menyaksikan serangkaian peristiwa terjadi. Leonard berkata bahwa salah satu hal paling mengerikan adalah mendengarkan ocehan Hitler di radio—“ocehan yang sinting dan biadab dari seorang pecundang penuh dendam yang tiba-tiba saja memandang dirinya begitu berkuasa”.

Suatu sore, dia menanam bunga-bunga iris ungu di kebun buah di bawah pohon apel. “Tiba-tiba aku mendengar suara Virginia memanggilku dari jendela ruang duduk.”

Hitler sedang berpidato lagi.

Namun, Leonard sudah muak.

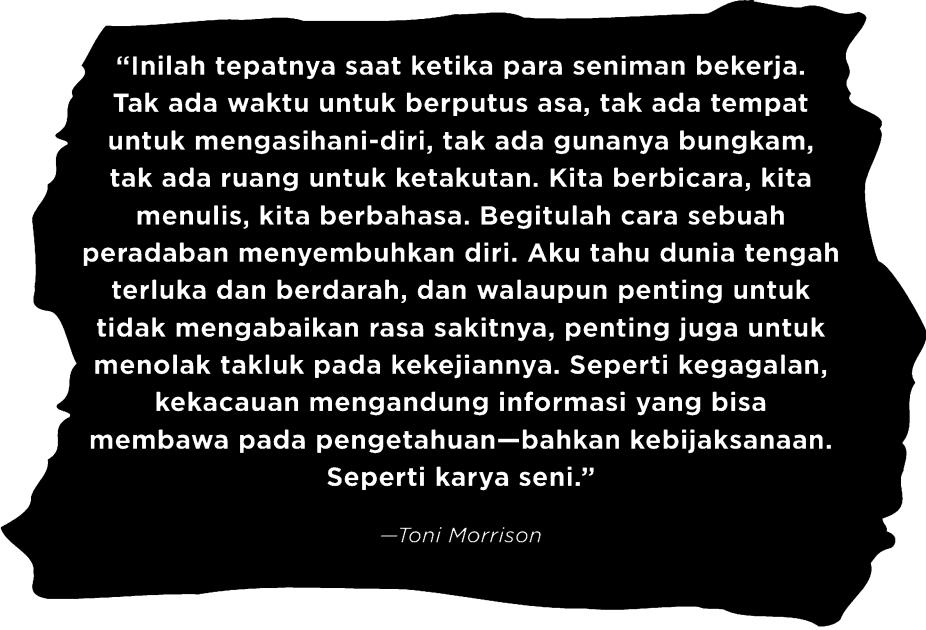
“Aku tak akan datang!” dia balas berteriak pada Virginia. “Aku sedang menanam bunga iris dan bunga-bunga ini akan terus mekar lama setelah dirinya nanti mati!”

Dia benar. Dalam memoarnya, *Downhill All the Way*, Leonard Woolf menulis bahwa dua puluh satu tahun setelah Hitler melakukan aksi bunuh

diri di dalam bungker, sekumpulan bunga ungu itu masih mekar di kebun di bawah pohon apel itu.

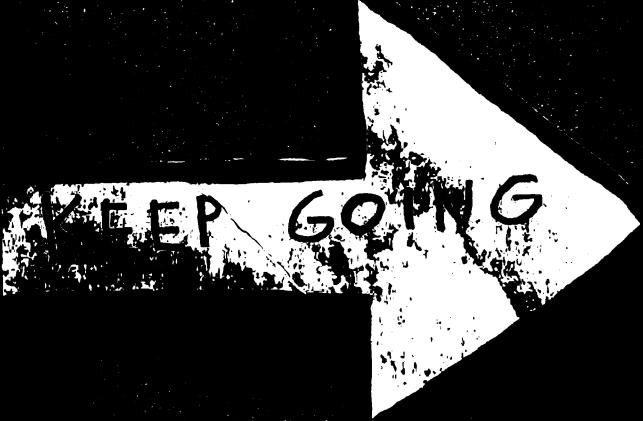
Aku belum tahu pasti bunga-bunga jenis apa yang akan kutanam dengan sisa-sisa hariku di planet ini, tetapi aku berniat untuk mencari tahu, dan begitu pula semestinya denganmu.

Setiap hari adalah sebuah benih potensial yang bisa kita tumbuhkan menjadi sesuatu yang indah. Tidak ada waktu untuk berputus asa. “Bersukacitalah atas fakta bahwa kita memiliki keberuntungan untuk dilahirkan,” ucap sang pujangga Mark Strand. “Peluang tidak dilahirkan luar biasa besarnya.” Tak satu pun dari kita mengetahui berapa banyak hari yang masih kita miliki, jadi alangkah sayangnya jika menyia-nyiakan hari-hari yang kita dapatkan.



“Inilah tepatnya saat ketika para seniman bekerja. Tak ada waktu untuk berputus asa, tak ada tempat untuk mengasihani-diri, tak ada gunanya bungkam, tak ada ruang untuk ketakutan. Kita berbicara, kita menulis, kita berbahasa. Begitulah cara sebuah peradaban menyembuhkan diri. Aku tahu dunia tengah terluka dan berdarah, dan walaupun penting untuk tidak mengabaikan rasa sakitnya, penting juga untuk menolak takluk pada kekejiannya. Seperti kegagalan, kekacauan mengandung informasi yang bisa membawa pada pengetahuan—bahkan kebijaksanaan. Seperti karya seni.”

—Toni Morrison



KEEP GOING

Setiap kali hidup menjadi begitu berat, kembalilah ke bab pertama buku ini dan pikirkan tentang hari-harimu. Berusahalah sebisa mungkin untuk mengisinya dengan cara-cara yang bisa semakin mendekatkanmu ke tempat yang kamu inginkan. Jangan terlalu memberatkan diri dan pelan-pelan saja. Kurangi kecemasan tentang menuntaskan berbagai hal. Lebih cemaskan tentang hal-hal yang berarti. Kurangi kecemasan tentang menjadi seorang seniman hebat. Lebih cemaskan tentang menjadi seorang manusia baik yang membuat sebuah karya. Kurangi kecemasan tentang meninggalkan jejak. Lebih cemaskan tentang meninggalkan situasi yang lebih baik daripada saat kamu menemukannya.

Teruslah berkarya. Teruslah bermain. Teruslah menggambar. Teruslah melihat. Teruslah mendengar. Teruslah berpikir. Teruslah bermimpi. Teruslah bernyanyi. Teruslah menari. Teruslah melukis. Teruslah memahat. Teruslah merancang. Teruslah menggubah. Teruslah berperan. Teruslah memasak. Teruslah mencari. Teruslah berjalan. Teruslah menjelajah. Teruslah memberi. Teruslah hidup. Teruslah menaruh perhatian.

Teruslah bekerja, apa pun itu.

Teruslah bergerak.

“MASIH ADA
HARUS DIBUAT

-ANTHONY

KARYA YANG
DI DUNIA INI.”

BOURDAIN (1956-2018)

SEKARANG APA?



- ALIHKAN PONSELMU KE MODE PESAWAT.
- BUAT DAFTAR.
- MINTA ANAK UNTUK MENGAJARIMU BERMAIN.
- BUAT HADIAH UNTUK SESEORANG.
- BERBENAH.
- TIDURLAH SEJENAK.
- BERJALAN-JALANLAH.
- BERIKAN BUKU INI KEPADA SESEORANG YANG PERLU MEMBACANYA.
- DAFTARKAN DIRI UNTUK NEWSLETTER MINGGUAN GRATISKU DI:

AUSTINKLEON.COM.

SEKARANG APA?



- HENRY DAVID THOREAU, JOURNALS
- URSULA FRANKLIN, THE REAL WORLD OF TECHNOLOGY
- NEIL POSTMAN, AMUSING OURSELVES TO DEATH
- DAVID ALLEN, GETTING THINGS DONE
- TOVE JANSSON, MOOMIN
- ANDREW EPSTEIN, ATTENTION EQUALS LIFE
- LAO TZU, TAO TE CHING
- JAMES P. CARSE, FINITE AND INFINITE GAMES
- KERI SMITH, THE WANDER SOCIETY
- ALAN JACOBS, HOW TO THINK

BUKU INI MENGAWALI HIDUPNYA DALAM DIARY-DIARY-KU ...

2018 - APR

2018 -

2017

2017

2017

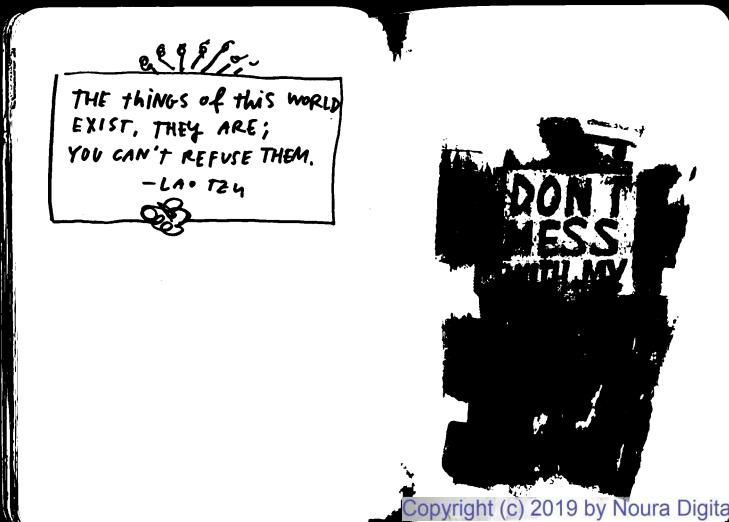
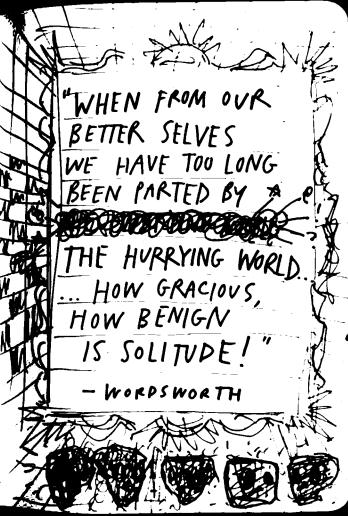
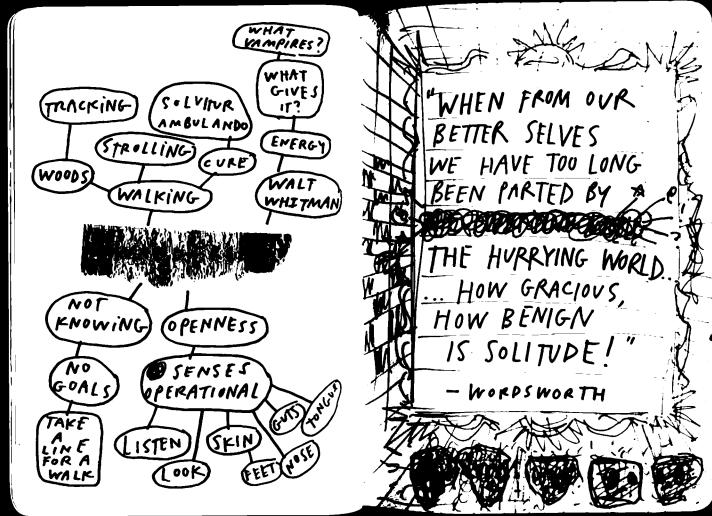
2017

2017

2017

2017

2016 - JUN



THE THINGS OF THIS WORLD
EXIST, THEY ARE;
YOU CAN'T REFUSE THEM.

- LAOTZU



24 - JUN 21

MAR 7 - APR 23

12 - MAY 20

4 - JUNE 20

25 - DEC 11

24 - OCT 24

12 - MAY 20
12 - JUNE 20

JUNE - JULY

25 - JUNE 3
25

MARCH - APRIL
14 26

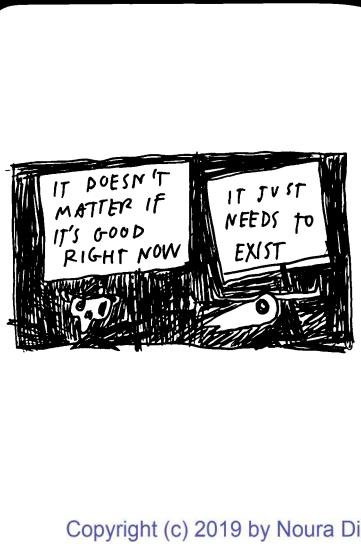
JAN - MAR

2017 JAN

"THE LAST YEAR HAS FORCED US ALL INTO POLITICS... WE DO NOT BREATHE WELL. THERE IS INFAMY IN THE AIR..."

[IT] ROBS ~~OF~~ THE LANDSCAPE OF BEAUTY, AND TAKES THE SUNSHINE OUT OF EVERY HOUR..."

-RALPH WALDO EMERSON,
1851



~~2017~~ HAS BEEN A SLOW PROCESS OF DISCONNECTING FROM DIGITAL LIFE AS A WAY OF RECONNECTING WITH LOCAL PLACES AND THE INTERNAL STATE. WALKING IS THE EASIEST WAY TO DROP OUT OF THE ONLINE FEED AND ENGAGE ALL 5 ANALOG SENSES, TO SEEK OUT DISCOVERIES IN OUR EVERY DAY WORLD, AND THEN WRITING, BY HAND, ALLOWS US TO CALL FORTH WHAT IS INSIDE US, TO DISCOVER + RECORD.

— WAYS OF THINKING WHILE MINIMIZING DISTRACTION



they are really the same thing — discovering what's inside you --

MISTAKEN FOR VAGRANTS

I FIND IT CURIOUS THAT BOTH BEETHOVEN and BOB DYLAN WERE MISTAKEN FOR VAGRANTS AT THE PEAK OF THEIR ~~POWERED~~ FAME — BEETHOVEN IN THE SUBURBS OF VIENNA, and BOB DYLAN somewhere IN NEW JERSEY...

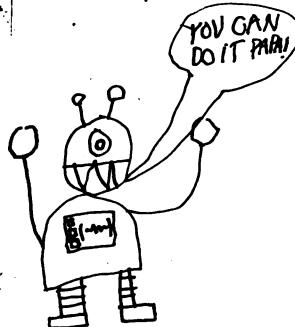
THAT'S IT NOW



~~(1)~~ I got a flashlight out
0.00. Another user read -



he started drawing these
ancient little scenes - like



gales at a monkey, and "people"? sweet boys.

FINES

IF I JUST MAKE
A ZINE A MONTH,
CAN I STAPLE
THEM TOGETHER
at the END
and CALL IT
A BOOK?



Terima kasih,

Terima kasih karena

telah bersedia

mendengarkanku

Terima kasih untuk: istriku, Meghan, pembaca pertamaku, pertama untuk segalanya. Agenku, Ted Weinstein. Editorku, Bruce Tray, dan semua orang baik di Workman Publishing, termasuk: Dan Reynolds, Suzie Bolotin, Page Edmunds, Rebecca Carlisle, Amanda Hong, Galen Smith, Terri Ruffino, Diana Griffin, dan masih banyak lagi. Andy McMillan dan timnya di Backerkit Bond, yang telah mengundangku untuk menyampaikan materi yang menginspirasi buku ini, dan Paul Searle dan timnya yang merekamnya dalam film. Teman-temanku, rekan-rekanku, dan mentor-mentorku dari jauh, termasuk: Alan Jacobs, Wendy MacNaughton, Matt Thomas, Kio Stark, John T. Unger, Frank Chimero, Kelli Anderson, Clayton Cubitt, Ann Friedman (khususnya atas sepenggal karyanya, *"Not Every Hobby Is a Side Hustle"*—Tidak Setiap Hobi Mesti Dijadikan Mata Pencarian), Steven Tomlinson, Steven Bauer (“*apply ass to chair!*!—taruh bokongmu ke kursi!”), Olivia Laing (khususnya atas kisah Leonard Woolf-nya), Brian Eno, Brian Beattie dan Valerie Fowler (itu papan penunjuk “*Keep Going*” mereka di bab 10!), Ryan Holiday, Maria Popova, Seth Godin, Jason Kottke, Edward Tufte, Levi Stahl, Laura Dassow Walls (untuk biografi Thoreau-nya yang mengesankan), Deb Chachra (dia mengenalkanku pada Ursula Franklin), dan Lynda Barry. Semua pembacaku yang hebat dan

para pelanggan *newsletter*-ku yang cerdas dan sangat menolong. Akhirnya, putra-putraku, Owen dan Jules, yang merupakan seniman-seniman favoritku di dunia dan yang menginspirasiku setiap hari.

NOTES ↴

#1 AMAZON.COM BESTSELLER

"Buku ini mewakili dan menggambarkan apa yang saya rasakan ketika bermain, bercerita, menggambar bersama anak-anak saya: batin kembali bebas, kembali jernih, kembali kosong untuk berani iseng lagi mencoba hal-hal baru. Sebuah siasat waras bagi orang dewasa untuk bertahan hidup dan terus berkembang."

—Pinot W. Ichwandardi, @pinot, Animator

"Siapa pun yang berada dalam dunia kreatif membutuhkan buku ini di rak bukunya sebagai penyemangat."

—BookPage

"Austin Kleon mungkin salah satu orang paling optimis dan memotivasi di dunia."

—Omnivoracious

"Kehadiran buku-buku Austin Kleon sangat mencerahkan. ... sangat dibutuhkan, mengurangi rasa putus asa, dan menawarkan 'lebih banyak perbaikan'."

—800 CEO Read

"Jika ingin bertahan dalam dunia kreatif, atau mencari kiat yang singkat, praktis, tetapi menyenangkan agar tetap produktif, baca buku ini."

—Amazon



noura
D I G I T A L

Copyright (c) 2019 by Noura Digital

