

Curso de Capacitación en Técnicas y Recursos de Arteterapia

Módulo 1

PENSAR

La creatividad como clave del futuro

El talento creativo es hoy un activo



imprescindible para la realización personal y para el desarrollo económico y social de las naciones. Las neurociencias intentan descifrar las bases biológicas del fenómeno.

Jorge Luis Borges reflexionó sobre el valor de la creatividad poética en una conferencia de 1983 en el Collège de France. Podría resultarnos sorprendente que las ideas centrales que guiaron estas consideraciones del último Borges estuvieran ligadas a la memoria, a la emoción y, sobre todo, al futuro.

Claro que Borges no fue el único en indagar sobre este tema. La fascinación por la creatividad fue una constante de siglos. Como sabemos, los antiguos griegos creían que la inspiración provenía de las musas. Durante la Edad Media, los filósofos distinguieron la creatividad artística de otros tipos de ingenio. Se pensaba que la creatividad era una habilidad única que sólo tenían ciertas personas elegidas. Hoy entendemos que el talento creativo no sólo no está reservado para unos pocos, sino que existe en todos los aspectos de la vida y es parte fundamental de todas las profesiones, desde la actuación hasta la carpintería o la ingeniería. También sabemos que, como cada aspecto de la experiencia humana, la creatividad se origina en el cerebro. Es por eso que las neurociencias están intentando estudiar las bases biológicas de este fenómeno.

Aunque no existe aún una definición de creatividad, en términos generales se considera creativo todo aquello que



presente una visión novedosa u original sobre un problema. Muchas veces ese problema puede ser la forma en que representamos el mundo o la construcción de uno nuevo. Así es como se asocia la labor artística con la creatividad. Entendemos el arte como un rasgo distintivamente humano, y quizá da cuenta de una parte significativa de la evolución del cerebro.

¿Cómo nacen las ideas creativas? Suele ser muy decepcionante escuchar la explicación que incluso un artista genial suele dar respecto de dónde salieron sus ideas. Lo que es seguro es que ninguno de los grandes creadores tuvo una idea genial sin haberle destinado muchísimo tiempo previo a pensamientos profundos y obsesivos sobre un tema determinado.

De hecho, hay más relación entre obsesión y creatividad que entre coeficiencia intelectual y creatividad. Según el escultor estadounidense Richard Serra, uno no quiere terminar convertido en un esclavo de sus propios trabajos o pensamientos previos, y el modo de evitarlo es mantenerse constantemente activo y hacer preguntas sobre lo que estamos haciendo y sobre lo que no entendemos.



A menudo cuando las piezas comienzan a unirse, vemos cosas que no habíamos imaginado y que pueden llevarnos por una dirección diferente. En otras palabras, en términos de creatividad, la inspiración es para aficionados.

Muchos creativos reportan que ellos tienen ideas nuevas cuando no están pensando en nada: cuando el cerebro está desconectado, offline, procesa información intensamente. Sólo porque uno no esté concentrado en algo (o creyendo que no está concentrado) no quiere decir que el cerebro no está

trabajando con la información adquirida previamente. Podemos decir que justamente éstos serían los mejores momentos para crear, ya que es

Se considera creativo todo aquello que presente una *visión novedosa u original sobre un problema.*

cuando se está relajado, hay tiempo de inactividad y existe lo que se llama "sueños diurnos". El químico alemán Friedrich Kekulé cuenta en sus memorias que, cuando llevaba mucho tiempo intentando encontrar la huida estructura de la molécula de benceno, una tarde, mientras volvía a su casa, se quedó dormido. Allí comenzó a soñar con átomos que danzaban y chocaban entre ellos. Varios átomos se unieron y formaron una serpiente que hacía eses. De repente, la serpiente se mordió la cola y Kekulé despertó. A nadie se le había ocurrido hasta ese momento que la molécula pudiera tratarse de un compuesto cíclico.

Esto se explica porque el sueño (en el cual, entre otras funciones, se repasan los eventos del día) también es un estado que facilita la creatividad. Durante el sueño hay actividades cerebrales que son similares a las que, según se comprobó, existen en períodos de creatividad. Y el despertar también es un momento propenso. Es famosa la anécdota de Paul McCartney sobre la noche de 1964 en que soñó la melodía de "*Yesterday*". Por la mañana, la cantó bajito y la escribió. El cerebro necesita un respiro o pausa (downtime) para la novedad.

Existen básicamente dos maneras de resolver problemas: una manera lógica (pensamiento lento y repetitivo) y una manera intuitiva. La actividad cerebral que se ve antes de que las personas resuelvan el problema con intuición es la activación de las áreas de imaginación y de asociación, que hablan entre ellas. Cuando estamos concentrados en encontrar una idea o una solución novedosa a un problema, no estamos permitiendo que trabajen en forma intensa las áreas que hacen nuevas asociaciones en el cerebro. Cuando se realiza el acto creativo el cerebro estaría en un estado oscilatorio, que posibilita la sincronización entre grupos neuronales de la

misma área cortical o de áreas distantes entre sí que intervienen en una acción motora, tarea cognitiva o perceptiva.

El equipo de investigadores de la Universidad de McGill, en Montreal, escaneó el cerebro de Sting a través del resonador magnético funcional para observar qué partes de su cerebro estaban activas cuando improvisaba mentalmente una melodía que jamás había compuesto. Lo llamativo de los resultados fue la gran activación global de su cerebro. El proceso de creatividad claramente depende de una red muy compleja de nuestro cerebro. Otros investigadores observaron que cuando los músicos de jazz creaban algo nuevo, activaban áreas que generalmente están frenadas por la parte anterior -frontal- del cerebro.

Todo esto explica, a partir de un abordaje biológico, que para ser creativo hay que estar preparado, ser un poco obsesivo, un poco loco (no mucho), entender el problema de manera simple (muchas veces queremos hacerlo inteligentemente y, en realidad, todo es más sencillo), ser valiente, estar dispuesto a equivocarse (como supieron Galileo o Steve Jobs, muchas veces es bueno estar equivocado para luego estar en lo correcto) y, como dijimos, estar relajado.

Claro que existe una carga genética que predispone al talento creativo. Sin embargo, es el factor sociocultural el que juega un rol crucial, pues el acceso a experiencias de distinta naturaleza remodela las conexiones cerebrales necesarias para generar las soluciones innovadoras que resultan de este pensamiento divergente. El contexto y los factores sociales pueden estimular (o no) la explosión de creatividad.

Las sociedades de las que nacen los talentos creativos tienen una mayúscula responsabilidad sobre ese alumbramiento. Tanto es así que ellos se vuelven

representantes de su sociedad y muchas veces esa ciudad o ese país es reconocido a partir de este gran hombre o mujer. También la sociedad se beneficia económicamente gracias a esos talentos. A gran escala, la llamada "economía creativa" o "industria creativa" es un factor de inmenso desarrollo. Este concepto abarca esencialmente la industria cultural (arte, entretenimiento, diseño, arquitectura, publicidad, gastronomía) y la economía del conocimiento (educación, investigación y desarrollo, alta tecnología, informática, telecomunicaciones, robótica, nanotecnología, industria aeroespacial). La creatividad humana es uno de los mayores recursos para las economías, ya que la principal riqueza de un país es su capital humano, un bien renovable cuyo viento de cola es la motivación.

Es que, como decíamos al comienzo, la creatividad no está circunscripta a una práctica específica, sino que es vital para todas las realizaciones humanas. ¿Cómo explicar, si no, el talento de una madre y un padre para administrar sus recursos módicos y lograr que a sus hijos no les falte nada? ¿Con qué capacidad el maestro alcanza eficazmente sus objetivos de educar a cada uno de los alumnos de su clase? ¿Cómo un proyecto solidario, una empresa incipiente o un Estado averiado logran salir a flote? "Es la creatividad, amigo", podríamos responder.

Es el factor sociocultural el que juega un rol crucial, pues el acceso a experiencias de distinta naturaleza remodela las conexiones cerebrales necesarias para generar las soluciones innovadoras que resultan de este pensamiento divergente. El contexto y los factores sociales pueden estimular (o no) la explosión de creatividad.

En la conferencia de 1983, Borges dijo también que la creatividad está ligada a la adversidad: "La felicidad es un fin en sí mismo y no exige nada, mientras que el infortunio debe ser transformado en otra cosa". Al seguir este razonamiento, podemos pensar que la potencialidad más grande que tenemos como comunidad es, justamente, eso: el reconocimiento de la carencia y de los recursos para transformarla en virtud; la memoria para aprender y la pasión para movilizarnos; y, por supuesto, la búsqueda obstinada de la solución. La creatividad resultará, entonces, nuestro recurso más valioso para construir ese futuro deseado.

Facundo Manes - Neurólogo y Neurocientífico

Nota: Lunes 05 / agosto / 2013

