

Jueves, 7 de junio 2012

LA VANGUARDIA.com | La Contra

Shelley Carson, enseña creatividad en Harvard y Eada; autora de 'Tu cerebro creativo'

"Cierta herencia genética predispone a ser genio o loco"

21/05/2012 - 00:00



Foto: Xavier Gómez

LLUÍS AMIGUET

Un modo de mirar

El mundo no es apasionante ni aburrido: es como lo miras. Es creatividad, concepto etéreo que Carson aspira a transformar en ciencia. Por el intento, algo así como meter una mariposa en un frasco, le dan el doctorado en Harvard. Y por su método Creates: *connect, reason, envision, absorbe, transform, evaluate, strength* (conecta, razona, visualiza, absorbe, transforma, evalúa, consolida). Shelley se ríe de mis pifias en inglés y, al verme sonrojado, dice que son "adorables" y pide que vuelva a equivocarme: "El bilingüismo -añade- es creativo" (sobre todo -pienso yo- para quien posee la lengua dominante). Y si la creatividad es hija de la necesidad, a lo mejor de lo peor, aquí seremos muy creativos.

ve desbordado por ella.

¿Cómo?

Alucinaciones, ilusiones. El psicótico es incapaz de distinguir entre la información de la realidad y la creada en su propio cerebro. John Nash, el Nobel de Economía (Una mente maravillosa en la película), en su paranoia oía a los marcianos "del mismo modo en que concebía mis ecuaciones".

Aquí dijo que prefería esas voces, porque le hacían "más feliz que la realidad".

El psicótico acaba oyendo lo que quiere y puede llegar a preferir la ilusión, si le es menos dolorosa que la realidad. Esa misma habilidad también forma parte de la resiliencia y de todo proceso creativo. Estudié a un gran narrador que, de niño, para huir del maltrato de su padre alcohólico escapaba a los mundos que creaba en su mente.

¿Y acabó siendo un gran novelista?

En su caso, sí, pero, atención, sólo convirtió el escapismo en literatura cuando aprendió a hacer partícipes a los demás -con talento y técnica- de los nuevos mundos que había descubierto en sus fugas mentales.

El viaje es compartido o no es arte.

En lenguaje mítico: el creador se enfrenta a lo desconocido -el caos- y cumple la misión de matar al dragón, el miedo colectivo, pero, para convertir ese desafío personal en arte, tiene que regresar con algo, el conocimiento, que compartirá con todos.

Sólo tiene genio quien lo brinda.

El creador viaja hasta donde nadie había estado, pero no para huir sólo él -es locura- sino para llevarnos a todos con él: es arte.

Empecé a interesarme por la creatividad cuando investigaba enfermedades mentales.

¿Por qué?

Porque determinada herencia genética predispone a ser creativo; también te hace proclive a psicopatologías: trastorno bipolar, esquizofrenia, adicciones...

¿Por qué el genio deviene locura?

Porque ambos dependen de nuestros filtros de percepción de la realidad. La percepción no sirve para captar al máximo lo que sucede, sino para no captar demasiado.

¿La vista sirve para no ver demasiado?

Si filtramos con rigidez la información exterior, caemos en la rutina y la pobreza mental; si filtramos menos, podemos ser más creativos; y si no filtramos nada, el chorro de percepciones de la realidad nos desborda hasta la locura. El loco ve demasiado.

¿Cómo regulamos esos filtros?

Con un neurotransmisor, la dopamina, que también estimula el tránsito entre los estadios mentales del proceso creativo. A más dopamina, más laxos son esos filtros. Hay personas que heredan cierta capacidad de modularlos y de modificar estados mentales.

¿Por qué con la misma predisposición unos son genios y otros enfermos?

El creativo añade a esa predisposición genética capacidad intelectual y talento. El talento ya no depende de la herencia, sino del trabajo realizado para adquirir habilidades. Así, el creativo recibe más información y además sabe procesarla y relacionarla. El psicótico simplemente se

Y sin arte, la humanidad no progresa.

Es su explicación darwinista, bioevolutiva: las mutaciones genéticas facilitan la creatividad a algunos humanos para que eleven la especie a nuevos estadios de conciencia. Van Gogh o Goya nos enseñan a ver y Mozart a escuchar: ensanchan nuestro mundo.

¿Cómo es el cerebro creativo?

Busca la novedad y la hiperconectividad: relaciona con facilidad y frescura conceptos y nociones -tiene visiones- que a la mayoría nos parecen imposibles de relacionar.

Sabe conjugar peras con manzanas.

Esa capacidad, desbordada, conduce a la esquizofrenia, uno de cuyos síntomas es la sinestesia: ver sonidos y oír colores. Logran así mezclar percepciones que la mayoría de los humanos sólo conocemos separadas.

También se logra con siete whiskies.

La humanidad siempre ha usado sustancias psicoactivas para modificar su percepción y estado de conciencia. Un dato: cinco de ocho premios Nobel de Literatura estadounidenses eran alcohólicos, pero -ojo- no fue su alcoholismo el que los hizo genios.

También hay grandes creadores de sanas costumbres pequeñoburguesas.

Aprenden a transitar por el proceso creativo sin sustancias psicoactivas, una ayuda peligrosa, porque, para obtener de ellas el mismo resultado, debes aumentar la dosis cada vez hasta llegar a la esclavitud de la adicción. Y sin libertad no hay creación.

¿Crear: transpiración o inspiración?

Con transpiración: sudor y esfuerzo, puedes adquirir talento y con él convertir en obra cualquier atisbo de creatividad.

¿Se pueden malgastar genes creativos?

Hemos estudiado a personas con una gran predisposición creativa heredada y visiones únicas, pero incapaces del esfuerzo necesario para convertirlas en obra.

¿Cómo se aprende la creatividad?

Hay muchas técnicas. Mi favorita es abrir y cerrar el foco: concentrarse en la hormiga hasta la molécula y después dispersarse de golpe en la infinitud del universo.

¿Algo más concreto?

Cuando se estanque en un problema, váyase a pasear y verá la solución en el cielo infinito o tal vez descubra así que no había problema. Cuando no pueda cambiar lo que ve, cambie su mirada y entonces verá...

¿Qué motiva al creador: dinero, fama, sexo, el cariño de los demás?

Es libre: encuentra la recompensa en su interior, en la creación misma.

.....

Compra el libro en Amazon.es:

[Tu cerebro creativo](#)