



13 Agosto, 2019

Franc Ponti, profesor de creatividad e innovación en Eada Business School



VÍCTOR M. AMELA IMA SANCHIS LLUÍS AMIGUET

57 años. Barcelonés. Casado. Sin hijos. Doctor en Economía y Empresa. Soy un catalanista impulsado a la independencia por los acontecimientos de los últimos tiempos. Me gustaría creer que la conciencia continúa tras la muerte: estoy en una nebulosa entre el conocimiento científico y la espiritualidad

“Hay que estar un poco loco para ser altamente creativo”



ALEX GARCIA

Hay distintas maneras de ser creativo? Dos, los deliberados y los espontáneos. Los deliberados, como Beethoven, Bach o Madonna, son lógicos, estructurales, secuenciales.

Me pongo y lo soluciono. Sí. Personas que se concentran muy bien. Y sabemos que cuando están en ese momento de lucidez creativa se activan unas partes determinadas de su cerebro.

Mozart no es uno de ellos. No, ni Paul McCartney, ni Steve Jobs, ni Frida Kahlo... ellos son espontáneos: no centran bien su atención, se fijan más en el conjunto que en los detalles y por tanto no son analíticos. No saben de dónde vienen las ideas porque no saben concentrarse, pero, de repente, en la ducha, tienen una idea.

¡Eureka! Sí, y digo la ducha porque hay bastantes estudios que hablan de las ideas en la ducha.

¿...? Te acabas de despertar, la relajación, el agua caliente... De hecho, el fundador de Ideo, David Kelley, una de las empresas más importantes de Silicon Valley, harto de tener ideas en la du-

cha y luego no acordarse, se instaló una pizarra.

¿Son personas más intuitivas? Sí, y tienen más conexión con lo que las neurociencias llaman estructuras implícitas del cerebro, es decir, el inconsciente. La red de control ejecutivo propia de los deliberados se desactiva, y se activa la red por defecto, que está relacionada con la imaginación, el recuerdo del pasado, la visualización del futuro y con el ego.

Entonces, contodo. Einstein decía que es mucho más importante la imaginación que el conocimiento. Hay bastante evidencia de que los genios, las personas altamente creativas, saben pasar de una a otra. El problema es que estamos en una sociedad que fomenta mucho más lo deliberado que lo espontáneo, de la educación a las empresas.

¿Y cómo se llevan deliberados y espontáneos?

Hay poco diálogo, los deliberados tienden a pensar que los espontáneos son un poco lerdos y despistados; y estos, de los deliberados, que son cabezas cuadradas.

¿Es genético? Si dividimos el cerebro entre consciente e inconsciente, el inconsciente lo abarca todo: hábitos, memorias, automatismos... trillones de conexiones sinápticas. Pero cuando nos pone-

Actitud creativa

Se doctoró con una tesis sobre creatividad y desinhibición cognitiva e impartió talleres sobre creatividad e innovación por todo el mundo. Lleva a la práctica lo que decía Bernard Shaw: no dejamos de jugar por el hecho de hacernos adultos, nos hacemos adultos cuando dejamos de jugar, y se apoya en la neurociencia, que nos sorprende a diario con datos novedosos: “Parece ser que encontramos neuronas no sólo en el cerebro, sino también en el corazón y en el estómago”. Se ha juntado con Moira Bortagaray, que sabe de dietética, y con Aldana Abele, profesora de yoga, para escribir *Free brain* (Amat) y explicarnos qué nos aporta las neurociencias, la alimentación y el yoga para cultivar nuestro ingenio creativo.

mos a innovar una taza de café, lo que hace el cerebro es filtrar todo aquello que está en el inconsciente y que no tiene nada que ver con una taza de café.

No parece propio del cerebro de los espontáneos.

Porque el cerebro de los espontáneos filtra defectuosamente, y cuando les dices “céntrate en una taza de café” les vienen a la cabeza cosas que no tienen nada que ver, como una iguana.

Eso aplicado puede resultar muy creativo. El fomento de la creatividad pasa por las dos vías. Ser creativo es romper pautas, hábitos perceptivos, automatismos... y sustituirlos por piruetas que a veces funcionan y a veces no; el mayor enemigo es el miedo al error.

Y al ridículo.

Necesitamos una revolución creativa, dejar de ser cuerpos dóciles y adaptados, como decía Michel Foucault.

¿Hay relación entre locura y creatividad? Las personas más desinhibidas cognitivamente tienen cambios en sus cromosomas parecidos a los que tienen los individuos aquejados de trastornos esquizoide. O sea, que hay que estar un poco loco para ser altamente creativo.

Un poco.

Si no tienen factores de corrección como el cociente intelectual, la flexibilidad mental y la memoria tienden al delirio. Otra investigación muy reciente demuestra que las emociones negativas son una palanca importante hacia la creatividad.

Que curioso.

En un porcentaje muy elevado, las personas altamente creativas se inspiran en la melancolía, la depresión, la frustración, el enfado. Bruce Springsteen confiesa que sus grandes temas surgen de momentos de profunda depresión.

¿Qué sabemos sobre drogas y creatividad?

Si el cerebro en condiciones normales es 20 por ciento visual, bajo el efecto de las sustancias psicoactivas se vuelve 200% visual; zonas del cerebro que nunca se comunican, bajo estas sustancias se conectan. Descubres cosas que tu percepción nunca te había revelado; y en determinadas dosis estas sustancias pueden hacer desaparecer tu sensación de ego parcial o totalmente.

¿Con qué consecuencias?

El ego está relacionado con tu visión del mundo; cuando el ego desaparece cambias; es lo que cuentan los místicos como san Juan de la Cruz, te fundes con el mundo, todo es una unidad, y está documentado neurocientíficamente.

¿Hay quién busca esa sensación a través de la meditación?

El yoga y la meditación están relacionados con la creatividad porque la inteligencia intrapersonal es básica para desarrollarla.

Diría que en movimiento se piensa mejor. Un estudio de la Universidad de Stanford lo demuestra: andar en un entorno verde moviendo los brazos es estimulante para la creatividad.

IMA SANCHIS