

La actitud creativa

Abraham H. Maslow

La persona creativa está plenamente ahí, totalmente inmersa, fascinada y absorta en el presente, en la situación actual, en el **aquí-y-ahora**, en el **asunto-entre-manos**.

Renunciar al pasado. El mejor modo de considerar un problema actual consiste en darle todo lo que tengamos, estudiar el problema, percibir dentro de él las interrelaciones intrínsecas, descubrir (más que inventar) la respuesta al problema dentro del problema mismo. Este es también el mejor modo de mirar un cuadro o de escuchar un paciente en terapia.

Renunciar al futuro. No tratamos el presente como un medio para un fin futuro (devaluando así el presente). Escuchamos o miramos de forma total. Olvidar el futuro consiste en no tenerle aprensión.

Inocencia. Todo esto equivale a una especie de «inocencia» en la percepción y en la conducta. Un estar desnudas ante la situación, cándidas sin expectativas *a priori*, sin idea de «deberes» u «obligaciones», libres de modas, tendencias, dogmas, hábitos u otras imágenes mentales de lo que es correcto, normal, «justo»; como seres dispuestos a recibir lo que sucede sin sorpresa, escándalo, indignación o negación. Los niños son más capaces de ser receptivos en este sentido, sin plantear exigencias, y también aquéllos a quienes la vejez vuelve sabios. Y ahora, parece que *todos* podemos ser más inocentes en este estilo, cuando nos situamos en el «aquí-y-ahora».

Reducción de la conciencia. Hemos llegado ahora a estar mucho menos conscientes de todo lo que no sea el asunto-entre-manos (menos dispersos). Aquí, es muy importante la disminución de nuestra conciencia de los demás, de los lazos mutuos, de las obligaciones, deberes, temores, esperanzas, etc. Esto significa quitarse las máscaras, renunciar a nuestros esfuerzos por influir, impresionar, complacer, ser adorables, ganar aprobación. Nos liberamos mucho más de los otros, lo que, a su vez significa que somos más nosotros mismos, nuestro verdadero Yo, nuestro auténtico sí mismo o identidad verdadera.

Pérdida del ego: olvido de sí, olvido de la autoconciencia. Cuando estamos totalmente absortos en el no-yo, tendemos a ser menos autoconscientes. Somos menos propensos a autoobservarnos en actitud de espectador crítico. El ego autoobservador y el ego experiencial están menos disociados de lo habitual. (Se tiende a perder la timidez y la vergüenza del adolescente, la penosa sensación de que a uno lo miran, etc.) Esta especie de olvido de sí es uno de los caminos para descubrir la verdadera identidad, el verdadero yo, la naturaleza propia.

Los temores desaparecen. Esto significa que nuestros miedos y ansiedades tienden a desaparecer, así como nuestras depresiones, conflictos, ambivalencia, problemas, incluso nuestros dolores físicos. De momento, somos valientes y confiados, no temerosos, ansiosos, neuróticos y enfermos.

Disminución de las defensas e inhibiciones. Nuestras inhibiciones también tienden a desaparecer, así como nuestras cautelas, las defensas (freudianas) y controles (frenos) que imponemos a nuestros impulsos, lo mismo que las defensas contra el peligro y la amenaza.

Fortaleza y coraje. Este estado implica, intrínsecamente, una disminución del miedo, las inhibiciones, la necesidad de artificialidad, menos temor al ridículo, a la humillación o al fracaso. Estar absorto aleja el miedo. Dicho de forma más positiva, tener más valor nos facilita el dejarnos atraer por el misterio, lo no familiar, lo novedoso, ambiguo y contradictorio, lo inusual e inesperado, etc., en lugar de tener sospechas, miedos, cautelas...

Aceptación: la actitud positiva. En los momentos de autoolvido e inmersión en el aquí-y-ahora tendemos a ser más «positivos» y menos negativos, también en el sentido de renunciar a la crítica. Es decir, que aceptamos en lugar de rechazar, desaprobamos y escoger selectivamente. No bloquearnos contra el asunto-entre-manos significa que dejamos que nos inunde, que cumpla su voluntad en nosotros, que salga con la suya, sea lo que sea. Tal vez nos parezca bien que se lo que es. Esto significa ser taoísta en el sentido de la humildad, receptividad, no interferencia.

Confiar frente a intentar, controlar, esforzarse. Dejarnos determinar por la naturaleza intrínseca del asunto-entre-manos, aquí-y-ahora, entraña necesariamente relajación, espera, aceptación. El esfuerzo por mandar, dominar, controlar, es la antítesis de una verdadera aceptación de las condiciones o percepción de los materiales (del problema, la persona, etc.). Podemos ver con más claridad que la confianza implica autoconfianza, coraje, ausencia de temor frente al mundo. También queda claro que esta clase de confianza en nosotros-mismos-ante-el-futuro-desconocido es una de las condiciones de la capacidad de volcarse, desnudos y sin reservas, en el presente.

Receptividad taoísta. Dejar que las cosas sucedan. También tratarlo todo como un fin, como algo *per se*, con derecho propio a ser, no como un medio para un fin distinto. Es lo que un autor (Follet) ha denominado deferencia (sumisión, entrega) ante la autoridad de los hechos, ante la ley de la situación. Puede ir desde un simple *dejar* que la situación sea lo que es, hasta un amor, cuidado, aprobación, gozo, anhelo de que sea lo que es, como sucede con un hijo, un ser amado, un árbol, un poema o un animal doméstico. Una actitud semejante es necesaria a priori para percibir o comprender toda la riqueza concreta del asunto-entre-manos, en su naturaleza y estilo propio, sin nuestra ayuda o imposición, del mismo modo que tenemos que guardar silencio y quietud si queremos escuchar el susurro del otro.

Integración del conocedor B (del ser... de being) frente a disociación. La creatividad tiende a ser el acto de toda la persona, que está entonces integrada, de una sola pieza, de una sola intención, está totalmente organizada al servicio del fascinante asunto-entre-manos. La creatividad es por consiguiente sistémica; es decir, una cualidad total —o Gestalt— de toda la persona.

Permiso para sumergirse en el proceso primario. Parte del proceso de integración de la persona consiste en la recuperación de aspectos del inconsciente y preconsciente, especialmente del proceso primario (o poético, metafórico, místico, primitivo, arcaico, infantil). Nuestro intelecto consciente es demasiado exclusivamente analítico, racional, numérico, atomista y conceptual, de modo que se pierde gran parte de la realidad, especialmente en nuestro interior.

Percepción estética en lugar de abstracción. La abstracción es un proceso más activo y que interfiere más (menos taoísta), selecciona y rechaza más que la actitud

estética (Northrop) de saborear, disfrutar, apreciar y cuidar sin interferir, entremeterse sin controlar.

Máxima espontaneidad. Si estamos totalmente concentrados en el asunto-entremenos, fascinados con él y por él, sin tener presente ningún otro objetivo o propósito, entonces nos es más fácil ser plenamente espontáneos y funcionar al máximo, dejando que nuestras capacidades afloren por sí mismas, sin esfuerzo, dificultad ni voluntad o control consciente, en forma instintiva, automática e irreflexiva.

Máxima expresividad (de la singularidad). La plena espontaneidad garantiza la expresión sincera de la naturaleza y estilo del organismo que funciona libremente, y de su singularidad. Ambos terminos, espontaneidad y expresividad, implican sinceridad, naturalidad, veracidad, franqueza, no imitación, etc., puesto que también implican la naturaleza no instrumental de la conducta, la falta de «intento» obstinado, de esfuerzo o tensión, la no interferencia con el fluir de los impulsos y la libre expresión «radiante» del ser profundo.