

O jeito de ser. Arte como um caminho

Mónica D. Sánchez Aranegui (Universidad Complutense
– UC, Madrid, Espanha)

RESUMO – O jeito de ser. Arte como um caminho – Vivemos num mundo em constante mudança, sem um guia que nos ajude a elaborar adequadamente toda a informação visual que consumimos ao longo do dia. Parar para refletir sobre o que vemos nos leva à construção do pensamento a partir da reflexão e integração. Da imagem à emoção, da emoção ao pensamento. Abandonar o estado passivo, deixando de relegar o ser a um segundo plano, no sentido de manifestar nossa própria essência como um caminho de descoberta e de própria evolução, para aprender, no sentido amplo da palavra, ao mesmo tempo que nos permita desaprender. Avançar, em todo caso, no processo de construção de nosso pensamento, dos valores que articulam nossos fundamentos como pessoas. Aquilo que é fundamental, que nos descreve e nos define, que nos faz ser como somos e não de outro modo.

PALAVRAS-CHAVE

Desenvolvimento do ser. Criatividade. Emoção. Arte. Educação artística. Inteligência emocional.

RESUMEN – El camino del ser. El arte como camino – Vivimos en un mundo cambiante, carente de una guía que nos ayude a elaborar adecuadamente toda la información visual que consumimos a lo largo del día. Pararse a reflexionar sobre aquello que vemos nos lleva a la construcción del pensamiento a partir de la reflexión y la integración. De la imagen a la emoción, de la emoción al pensamiento. Abandonar el status pasivo, dejar de relegar el ser a un segundo plano, en el sentido de manifestar nuestra propia esencia como un camino de descubrimiento y de la propia evolución, de aprender, en el sentido amplio de la palabra, a la vez que nos permita desaprender. Avanzar, en cualquier caso, en el proceso de construcción de nuestro pensamiento, de los valores que articulan nuestros cimientos como personas. Aquello que es fundamental y que nos describe y define, que nos hace ser como somos y no de otra manera.

PALABRAS CLAVE

Desarrollo del ser. Creatividad. Emoción. Arte. Educación artística. Inteligencia emocional.

El camino del ser

Tomar la decisión de ser en lugar de hacer, nos posiciona en un papel activo sobre nuestra conciencia. Discernir aquello que nos beneficia o perjudica, aquello que se alinea con nuestros valores o nos saca fuera de ellos. Ser sinceros y honestos con nosotros mismos como principio indisoluble, fieles a lo que somos, como seres sintientes en continuo aprendizaje.

Existen muchas maneras de abordar un camino vital. Es tratado por numerosas culturas, tradiciones religiosas y espirituales, como clara muestra de la necesidad del ser humano de descubrir quién es, qué desea, qué necesita. Cómo alcanzar un estado de bienestar que nos haga disfrutar de la vida. Un peregrinaje simbólico que cohabita con la propia realidad vital, marcada por una concepción lineal y narrativa del tiempo, en el que aunque parece haber un principio y un final, siempre se destaca que no es eso lo importante si no la experiencia de cada paso, la emoción de lo vivido, el momento presente. Focalizar la atención en aquello que sucede, alimentado por lo que queda atrás, con todos sus aprendizajes, de manera que aporten, pero sin condicionar. Con los pasos en una dirección. Aunque esto da igual, en realidad, parece ser. Ya que el camino no deja de ser un movimiento continuo del interior al exterior del propio ser, y a la inversa.

Cada sensación, emoción, pensamiento, surge de una fuente interna para experimentarse en un determinado contexto, cotejar la información que recibimos al respecto, para hacer una re-elaboración del feedback recibido. La vida se configura como un continuo proceso de investigación y descubrimiento. Si es que elegimos ese camino. También está el otro, el de dejarse llevar sin ningún control, a merced del pasar de los días. Es como vivir de puntillas, sin implicarse demasiado. Como si delegáramos todo el poder a los caballos que tiran de nuestro carro.

En el ser humano existe un instinto de supervivencia. Es algo inherente al propio ser. Incluso aunque conscientemente no queramos, nuestro cuerpo siempre luchará por sobrevivir. También ocurre que el cerebro tiende a optimizar la energía. Lo que resulta beneficioso en la mayoría de los casos, ya que de otro modo no

lograríamos avanzar demasiado, si por cada decisión realmente evaluáramos todas las opciones posibles. Pero a veces puede perjudicarnos.

Lo que ocurre es que esto hace que debamos entrenar nuestra atención para detenerse a voluntad, dependiendo del momento. Para ello, resulta indispensable practicar la creatividad, como herramienta que nos permite abordar cualquier cuestión desde diferentes puntos de vista. Y una manera puede ser ejercitarla a través de la práctica del arte.

Todos tenemos esa capacidad, solo que muchas veces hemos olvidado como utilizarla. Como vino a decir el artista alemán Joseph Beuys¹ en Documenta 5² (1972), y secundado después por otros muchos pensadores, *todos somos artistas*, dando a entender que todos los seres humanos tienen la capacidad creadora.

Desde una opinión personal, una de las misiones como docente en arte consiste precisamente en recordar al alumnado que tiene esa capacidad. En realidad podríamos decir que es algo fundamental como docente en cualquier disciplina, ya que la creatividad no es una competencia exclusiva del arte, si bien es cierto que en este ámbito se trabaja de una manera más directa. Y también es importante que tengamos en cuenta que aquello que desarrollamos y aprendemos en una aula de educación artística tiene la facultad de poder extrapolarse a cualquier otra materia.

Para ello, necesitamos empezar con una primera ruptura en cuanto a aquellos patrones que hemos interiorizado y que nada favorecen al desarrollo de nuestra creatividad.

Pensemos, por ejemplo, en un simple ejercicio para romper este tipo de creencias que nos llevan a pensar que no somos creativos. En las primeras clases se les pide al alumnado que escriban su nombre en una hoja. Pueden ocurrir varias cosas. Si es la primera clase, aún sin conocernos, el 99% (por no decir el 100%)

¹ Joseph Beuys (1921-1986) es un artista alemán que trabajó con varias disciplinas, y formó parte del movimiento Fluxus. Parte de su trascendencia reside en el cambio de pensamiento y ruptura con lo establecido.

² La Documenta es una exposición de arte contemporáneo que se celebra en la ciudad de Kassel durante 100 días cada cinco años desde 1955, contando ya con 14 ediciones. Es un gran evento de referencia a nivel mundial en el ámbito artístico.

escribirán su nombre en el ángulo superior izquierdo o derecho, en pequeño. Si ya nos conocemos un poco, sabrán leer entre líneas y alguien preguntará “¿cómo queremos?”, pues ya saben que en esta clase no todo es lo que parece. ¿Qué es lo que ocurre? Pues que tenemos tan integrados ciertos patrones que es difícil muchas veces el poder avanzar en el camino de la creatividad. Por eso es importante empezar por evaluar las creencias que tenemos en torno a la creatividad, en torno al arte.

Otra prueba consiste en preguntar: “¿cuántos consideráis que no sabéis dibujar?”. Nuevamente las manos se levantarán generando un inmenso bosque de creencias. Claro, que a la pregunta “¿a cuántos os han enseñado?”, lo que nos encontramos es un gran desierto, salvo alguna mano que se alza solitaria. Se trata de hacer ver que puede que no sepamos porque nunca nos han enseñado, de la misma manera, con el primer ejemplo, se trata de que vayamos más allá de lo obvio y no demos nada por hecho.

Partiendo de esa base, es realmente importante atenerse al efecto Pigmalión positivo³. No debería de ser así, pero la realidad es que el docente sigue ejerciendo un inmenso poder sobre el alumnado, de tal modo que lo que dice el primero puede influenciar de manera decisiva a los segundos, tal como explican Rosenthal y Jacobson en su teoría sobre la profecía autocumplida. Nuestras creencias y expectativas como docentes influye directamente sobre la evolución y el rendimiento del alumnado, ya que refuerza sus propias creencias en cuanto a las capacidades que poseen.

Entonces, los pasos a seguir serían los que citaremos a continuación. Para empezar, generar un ambiente adecuado en el aula es fundamental. Esta demostrado que “cuando estamos alterados nos cuesta más recordar, prestar atención, aprender o tomar decisiones con claridad”⁴. Es importante que todo el mundo sienta que se

³ En un experimento, los autores Rosenthal y Jacobson (1968) dividieron a los alumnos en dos clases, independientemente de su expediente académico. En una de las clases trataron a los alumnos como si tuvieran altas capacidades, incluso diciendo a los padres que esta clase era la de los alumnos más inteligentes. En la otra se hizo creer lo contrario. Los resultados fueron que en la clase de “los más listos”, el rendimiento fue muy superior al del otro aula, de lo que deducimos que las expectativas influyen enormemente en el resultado.

⁴ Goleman, Daniel, *Liderazgo. El poder de la inteligencia emocional*. Barcelona: Ediciones B, 2013, p. 20.

puede participar sin ser juzgado, para lo que se refuerza la idea de respeto hacia el otro, se trabaja la empatía, la escucha activa, la asertividad. Siempre de una manera lúdica. Aprender disfrutando. Sí, seguimos en un aula de educación artística, pero si no empezamos a trabajar por valores y competencias emocionales fundamentales, será muy difícil avanzar y conseguir ese aprovechamiento de la materia. Además, todo esto lo trabajamos a través del arte.

También es fundamental que sientan que pueden ser ellos mismos, en el sentido en el que antes hablábamos. Porque al final se trata de ser, y de hacer para ser, y no de hacer por hacer. La creatividad no es un hecho que ocurra aislado. Influye enormemente el contexto, cómo nos sentimos en ese momento, nuestra experiencia, quién nos acompaña.

En este punto, podemos comenzar a trabajar la creatividad. Rompiendo esa serie de creencias de las que hemos hablado. Practicando el pensamiento “fuera de la caja”, metáfora que hace hincapié en la importancia de ver más allá, de no dar nada por supuesto, de tener un pensamiento crítico que nos hace replantearnos lo que creemos o pensamos.

Este tipo de pensamiento lateral no deja de tener que luchar contra la tendencia a la funcionalidad y supervivencia del cerebro antes mencionada. Sí, requiere esfuerzo, pero son tantas las ventajas con este cambio de perspectiva que realmente merece la pena abrirse a un mundo lleno de posibilidades.

Una vez colocados los cimientos, podemos empezar a construir el resto de la casa. Vamos a centrarnos en una experiencia concreta, realizada en la Universidad de EAFIT, en Colombia, y en la Universidad Autónoma de Madrid (UAM), en España. Cuando vemos las imágenes que realizaron, comprendemos que la creatividad es una capacidad que el ser humano posee y que no depende de la cultura. La cultura de cada lugar puede influenciar en cuanto al contenido con el que dotamos a la imagen, pero no en la creatividad de cada ser.

Una vez realizados los pasos anteriores, se proyecta una imagen en negro y se pregunta “¿qué vemos?”. En ese momento se empiezan a escuchar varias opciones

de respuesta como “nada”, principalmente, pero pronto empiezan a surgir otras: “todo”, “una pantalla”, “la pared”, “negro”, etc. Ya nos encontramos en ese punto en el que nuestra mente se abre a que todo pueda ser y que depende de cada uno lo que vemos, el significado que queremos asignarle a la imagen. José Luis Brea, se refiere a la imagen como:

Portadoras, por encima de todo, de un potencial simbólico, de la fuerza de abrir para nosotros un mundo de esperanzas, de creencias, un horizonte de ideas muy generales y abstracto al que nos enfrentamos movilizándolo, sobre todo, nuestro deseo -acaso nuestro deseo de ser.⁵

La imagen como un todo posible, como un lienzo en blanco que espera a ser pintado, o no, pero en cualquier caso, siempre tendrá un significado, el que le otorgamos como creadores, y el que crea el receptor como consumidor. Pero ¿y qué ocurre cuando la imagen pasa ante nosotros sin el filtro de nuestra mente consciente? La mayoría de las veces la imagen queda almacenada en algún lugar recóndito de nuestra memoria. Lo mismo ocurre con las imágenes a las que prestamos atención. Construimos nuestros recuerdos en base a lo que experimentamos, que además nos sirven para edificar un imaginario del que luego se nutrirá nuestra mente a la hora de crear.

También resulta de vital importancia comprender el contenido emocional. Al igual que a la hora de generar una imagen, cuando somos consumidores, la misma imagen será diferente en función de quién la mira. Nuevamente influirá el contexto donde la vemos, cómo nos sentimos, nuestras vivencias previas, etc. Como el verso del poeta Paul Eduard “hay otros mundos, pero están en este”, que se refiere precisamente al hecho de que depende de nosotros y de nuestra capacidad de imaginarlos y crearlos. ¿Y de qué sirve esa capacidad?

La imaginación es el don primordial de la conciencia humana. Con ella podemos salirnos. Del aquí y ahora. Podemos regresar al pasado y revivirlo. Nos

⁵ Brea, Jose Luis, *Las tres eras de la imagen*. Madrid: Akal, 2010, p. 9.

podemos poner en la mente de los demás y así tener una visión del presente distinta por completo, y ver con sus ojos, y sentir con sus corazones⁶.

A continuación contábamos historias con unos dados que tienen dibujos en sus caras⁷. Consiste en tirar los dados y en función del orden y el dibujo construir una historia. De este modo se trabaja la creatividad. A partir de la imagen se genera la historia. “El más acá y el más allá repiten sordamente la dialéctica de lo de dentro y de lo de fuera: todo se dibuja, incluso lo infinito”⁸. Aunque siempre sean los mismos

Figura 1 – El cubo blanco



Fuente: Archivo de la autora

dibujos, las historias pueden ser infinitas, en función de la combinación, de quien lo cuenta, del número de dados, etc. Y de nuestro adiestramiento como observadores, tal como dice el filósofo y psicólogo Rudolf Arnheim al hablarnos del pensamiento visual. Dotar de significado a la imagen para crear una historia contribuye a ejercitar la mente en su capacidad de imaginar, para así facilitar esa misma tarea en sucesivas ocasiones. Una vez que cae el velo de los patrones

mentales estructurados que no nos dejan ver más allá de lo obvio, nos convertimos en contadores de historias, en caminantes sensitivos. Traspasamos las diversas capas empleando la atención como una gran aliada. Ya nada parece ser lo que parece o, más bien, puede ser una cosa y otras muchas a la vez. Las opciones son infinitas y las posibilidades se multiplican.

Brian O’Doherty, artista y crítico, publica en 1986 varios ensayos sobre el espacio expositivo bajo el nombre “Dentro del cubo blanco”, donde nos propone abordar la obra como un objeto aislado de su contexto, en función de su lógica interna. Entonces, en este caso, proponemos realizar el ejercicio en el sentido contrario. Partir del objeto, del cubo blanco, y generar el contexto. Será aquello que rodea al cubo lo

⁶ Robinson, Ken, Busca tu elemento. Aprender a ser creativo individual y colectivamente. Barcelona: Empresa activa, 2012, p. 200.

⁷ Nos referimos al juego StoryCubes.

⁸ Bachelard, Gastón, La poética del espacio. México: Fondo de cultura económica, 2005, p. 251.

que le dote de significado. Aquello que aparece o que no aparece. Aquello que decidimos que sea, con plena libertad. Partir de algo aparentemente neutro, carente de significado, que en realidad encierra en sí mismo todas las posibilidades. Es como la imagen en negro. Puede ser todo.

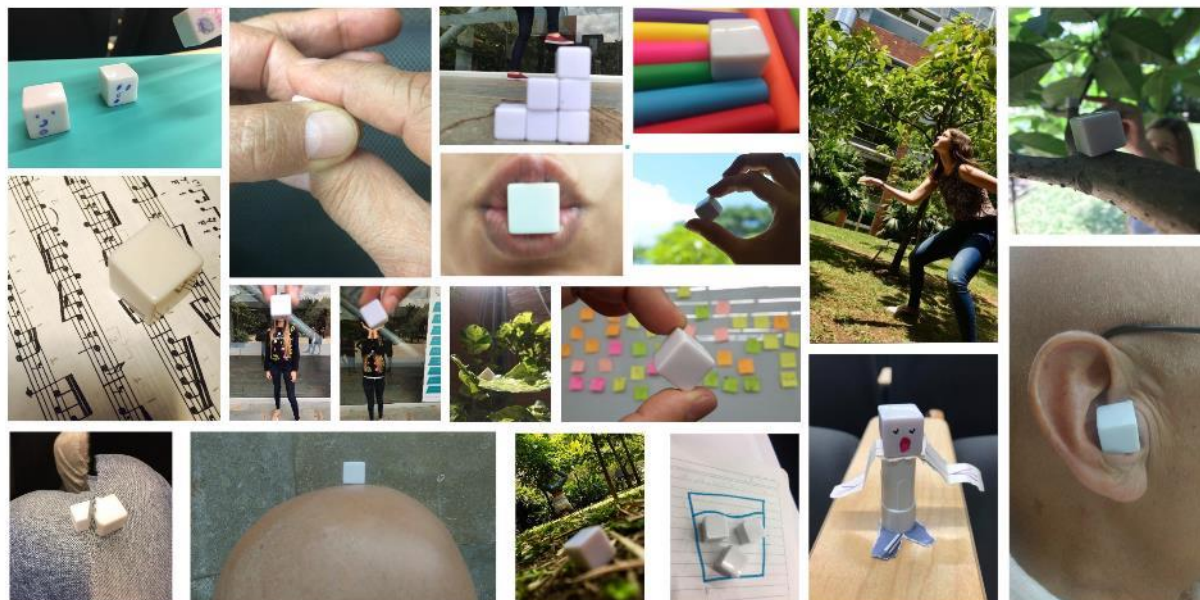
Y eso precisamente es lo que hace el alumnado. Se les entrega un cubo blanco. No de cualquier manera. Jugar con el factor sorpresa resulta importante y también una fuente de información sobre cómo podemos sentirnos ante la incertidumbre. Para ello, se emplea una bolsa de tela que no permite ver su contenido. Si se mueve se escucha como chocan los cubos entre sí en su interior. Pero de momento no sabemos lo que hay. Y a estas alturas ya sabemos que en esto de la creatividad, resulta importante cuestionar lo obvio. Podemos imaginarlo, acabamos de ver unos dados con imágenes, podríamos asociarlo. También nos puede recordar a algo ese sonido. Lo cierto es que no tenemos la certeza de qué puede ser. Y eso es maravilloso. Dejar un breve periodo de tiempo a que podamos imaginar, fantasear, no dar todo hecho. Producir instantes de magia que nos hacen sonreír, es un regalo que podemos hacer al alumnado fácilmente. También mostrar cómo hay muchas maneras de contar, y elegimos hacerlo a través del realismo mágico, “es importante no permitir que sea la casualidad ni la monotonía exterior lo que determinen lo que hagamos”⁹. Uno por uno van metiendo la mano en el saquito de tela. Las instrucciones son claras: coge uno, no puedes mirar hasta que todo el mundo tenga el suyo, tampoco puedes dejar que nadie lo vea. Empleamos la curiosidad, que es una gran motivadora y a la vez detonante del proceso creativo.

Una vez descubierto el misterio disponían de quince minutos para realizar una imagen y dotar de un significado personal al cubo. Porque para que se produzca la creatividad es importante la libertad, pero también es necesario acotar de alguna manera para evitar la dispersión. El resultado de la actividad puede verse en la imagen que encabeza este artículo (también puede verse a continuación, con algunas de las fotografías más ampliadas). La forman 342 fotografías realizadas a partir de un mismo objeto. Podemos apreciar que alguna idea puede coincidir, pero aún así son todas

⁹ Csikszentmihalyi, Mihaly, *Creatividad. El flujo y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona: Paidós, 1998, p. 175.

diferentes. No hay dos iguales. Corresponden a 342 personas que han sido capaces de crear una imagen. Por eso era importante poner todas, si no con el nivel de detalle que se merecen, si para dejar constancia de que las posibilidades, realmente, son infinitas.

Figura 2 – Fotografías más ampliadas realizadas a partir de un mismo objeto



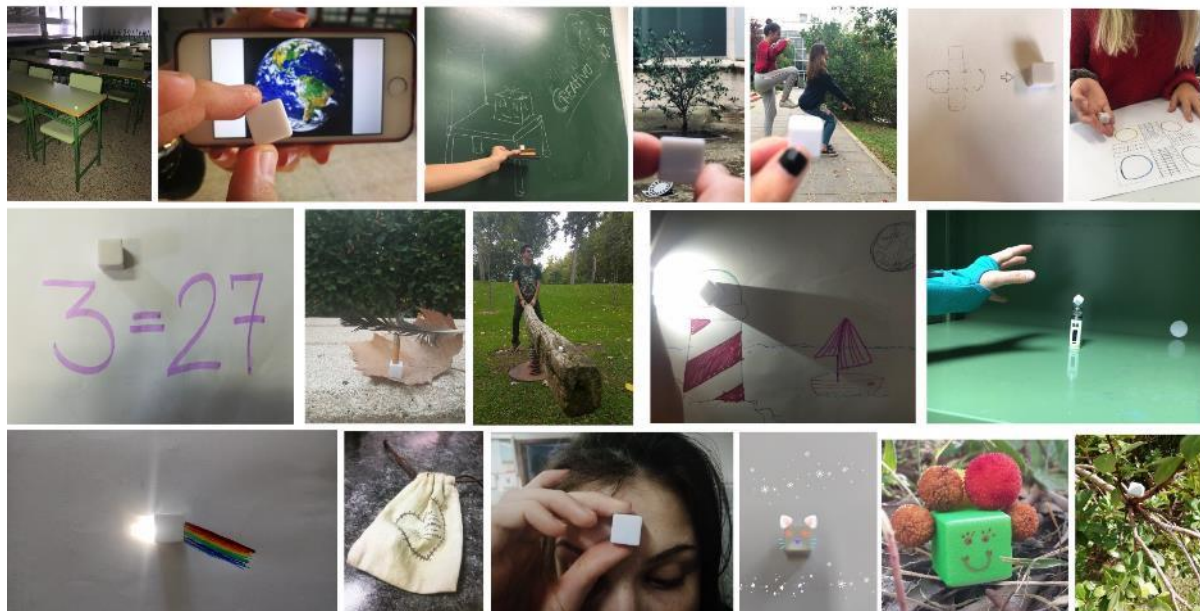
Fuente: Archivo de la autora

Conclusión

La creatividad que se genera en el aula se construye entre todos desde el momento en que traspasamos la puerta. Todos formamos parte del mismo sistema, de un todo que funciona como un gran engranaje en el que cada pieza es importante, y que para que pueda funcionar correctamente, debe haber comunicación efectiva y trabajemos unidos. Para ello, el rol clásico del profesor debe cambiar hasta convertirse en un docente facilitador. Debemos trabajar la competencia del liderazgo para poder acompañar al alumnado y que pueda desarrollar al máximo sus capacidades y habilidades. No olvidemos que también se trata de confiar mutuamente, de creer y generar la expectativa de que los alumnos lo harán bien. Y permitirles que sean ellos mismos. Se trata de que cuando acaben su formación puedan tener los recursos para desenvolverse en cualquier ámbito. Francisco Mora dice que solo se puede aprender aquello que se ama, así que nosotros como docentes tendremos que ser los primeros que amamos lo que hacemos, que disfrutamos al dar clase, y transmitir, o más bien, contagiar, ese amor por el arte, que nos sirve a su vez como vehículo para tratar y

aprender dentro del aula otras muchas competencias fundamentales para la vida. El arte es el camino.

Figura 3 – Fotografías más ampliadas realizadas a partir de un mismo objeto



Fuente: Archivo de la autora

La creatividad y emoción que trabajamos a través del arte, constituyen un eje central que debe estar alineado con nuestro ser. Esto nos permitirá acceder a aquello que somos y que configura la identidad, para proteger la esencia de cada uno. Es desde ahí desde donde podemos construir todo lo demás. Conectados con nuestro ser podemos escuchar a la intuición, que nos guía y ayuda en el camino. Es desde ahí desde donde podemos innovar, crecer, aprender, deducir, abstraer, disfrutar, sentir. Vivir. Porque tenemos los cimientos fundamentales sobre los que construir.

Referencias

- BACHELARD, G. *La poética del espacio*. México: Fondo de cultura económica, 2005.
- BREA, J.L. *Las tres eras de la imagen*. Madrid: Akal, 2010.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Creatividad*. El flujo y la psicología del descubrimiento y la invención. Barcelona: Paidós, 1998.
- DAVIDSON, R.; BEGLEY, S. *El perfil emocional de tu cerebro*. Barcelona: Destino, 2012.
- ELLIS, A.; MACLAREN, C. *Las relaciones con los demás*. Barcelona: Océano, 2014.
- GARDNER, H. *Estructuras de la mente*. México: Fondo de Cultura Económica, 1995.
- GOLEMAN, D. *El cerebro y la inteligencia emocional*. Barcelona: Ediciones B., S.A., 2012.
- GOLEMAN, D. *Liderazgo*. El poder de la inteligencia emocional. Barcelona: Ediciones B, 2013.

GUILLÉN, J. *Enseñar menos y aprender más: actividad cerebral del alumno durante la tradicional clase magistral*, 2015. Disponível em: <http://escuelaconcerebro.wordpress.com/2015/08/17/ensenarmenos-y-aprender-mas-actividad-cerebral-del-alumno-durante-la-tradicional-clase-magistral>. Acesso em: 11 dez. 2018.

MARINA, J.A. *Despertad al diplodocus. Una conspiración educativa para transformar la escuela... Y todo lo demás*. Barcelona: Ed. Ariel, 2015.

MASLOW, A. *La personalidad creadora*. Barcelona: Kairós, 2008.

ROBINSON, K. *Busca tu elemento. Aprender a ser creativo individual y colectivamente*. Barcelona: Empresa activa, 2012.

ROGERS, C. *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona: Paidós ibérica, 1996.

SALOVEY, P.; MAYER, J. Emotional intelligence. In: *Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3, March, 1990. p. 185–211.

SOMMER, D. *The work of art in the world*. London: Duke University Press, 2014.

TAN, C. *Busca en tu interior. Mejora la productividad, la creatividad y la felicidad*. Barcelona: Planeta, 2012.

TIERNO, B. *Optimismo vital*. Barcelona: Temas de hoy, 2008.

VVAA. *A Wearable sensor for Unobtrusive, Long-Term Assessment of Electrodermal Activity*, IEEE TRANSACTIONS ON BIOMEDICAL ENGINEERING, VOL. 57, NO. 5, May, 2010.

Mónica D. Sánchez Aranegui

Doutora em Criatividade Aplicada pela Universidad Complutense de Madrid (UCM, 2014). Mestre em Fotografia Criativa e Documentária pela Escola de Fotografia e Centro de Imagem (EFTI, 2007). Licenciada em Psicologia. Universidade Nacional de Educação a Distância (UNED, 2005).

Email: monicads@ucm.es

Currículo: <https://www.arteinformado.com/fichas/publicacion/curriculum-de-monica-desiree-66568>

*Recebido em 10 de novembro de 2018
Aceito em 5 de dezembro de 2018*