



**LA EXPRESIÓN DEL SER CREATIVO**

**Iván Vilches**

Iván Vilches

# **ARTE TRANSPERSONAL:** **La expresión del SER Creativo**

[www.artetranspersonal.es](http://www.artetranspersonal.es)

## **ÍNDICE:**

### **1- INTRODUCCIÓN**

### **2- LA CREATIVIDAD**

- a) Creatividad del vivir
- b) Creatividad especializada

### **3- EL PODER CREADOR DE LA MENTE**

- **Mente Universal**
- **Mente Individual**
  - a) Consciente
  - b) Subconsciente
  - c) Supraconsciente
- **Relación entre Mentes**
- **Intuición**

### **4- EL SILENCIO**

### **5- ARTE TRANSPERSONAL**

- **Requisitos**
  - a) Condiciones Previas
  - b) Preparación Inmediata
  - c) Condiciones coadyuvantes
- **Creatividad Inconsciente y Creatividad Superior**

### **6- CONCLUSIÓN**

## **1 - INTRODUCCIÓN.**

Ser creativo es ser tú mismo, porque el ser es pura creatividad. Ser creativo es dejar de ser lo que no eres y regresar a la esencia, donde las formas nacen de la no forma. Ser creativo es abandonar el mundo de las programaciones y rutinas, viviendo el eterno momento presente que se abre a tu creación. Ser creativo es entrar en contacto profundo con tu alma para reinventar y recrear tu vida. Y en ese estado de conexión con la fuente universal es de donde mana el arte transpersonal.

La creatividad es la capacidad de inventar la vida, ya que la vida no es un proceso de descubrimiento, sino un proceso de creación. La creatividad nos permite salir de una prisión, y esa prisión es repetirse. Cuando nos repetimos somos autómatas y dejamos de ser un sistema para pasar a ser un mecanismo donde dejamos de ser humanos. Es muy sencillo repetirse, y a esta repetición la llamamos rutina. Esta rutina suele estar regida por una ley, que es la ley de la inercia. Desde el punto de vista de nuestra conciencia, de nuestra humanidad, te propongo salir conscientemente de la prisión de la rutina, despertar, pues despertar es vivir. Despertamos cuando aprendemos, y sólo es posible aprender cuando no nos repetimos. Por eso la experiencia de la creatividad es una entrada hacia lo misterioso, porque no lo conocemos, está por descubrir.

La técnica, la experiencia, y el conocimiento son simplemente herramientas. La clave está en abandonarse a la energía que alimenta el nacimiento de todas las cosas. Esta energía no tiene forma ni estructura y aun así todas las formas y estructuras surgen de ella. Es como conectarse a internet, entramos en un mundo donde podemos acceder a

información nunca antes ni siquiera imaginada. De la misma forma, podemos conectar nuestra mente individual con ese ciberespacio cuántico de infinitas posibilidades que bien pudiéramos llamar mente universal, para obtener una "información" la cual pudiéramos optar por materializar en el plano físico. A esta opción, en términos internautas, le llamamos "descargar". Cuando accedemos a la mente universal, podemos "descargar" tal magnitud de ideas y formas, que no importa qué aspecto particular tome tu creatividad; puede consistir en pintar o cantar, en hacer un jardín o preparar una comida. El verdadero asunto consiste en estar abierto a lo que quiere ser expresado a través de ti. No todo el mundo puede ser un pintor; tampoco hay necesidad. Sería muy feo un mundo lleno de pintores. Tampoco hay necesidad de ser un compositor. Sin embargo, todo el mundo puede ser creativo. Y te vuelves más divino a medida que te vuelves más creativo. La verdadera creatividad surge de la unión con lo divino, con lo místico y lo desconocido.

## **2 - CREATIVIDAD.**

Hay dos formas distintas de una misma cualidad fundamental: creatividad. La creatividad del vivir, y la creatividad especializada; en el caso que voy a tratar aquí, artística. En una vivimos todos los hechos de la vida cotidiana, incluso los más habituales, de un modo constante, intenso y lleno de sentido. En la otra concebimos formas nuevas de resolver dificultades, intuir y expresar las realidades superiores del hombre y la naturaleza a través del lenguaje artístico.

a) Creatividad del vivir.

Se sustenta en la capacidad creadora de todo ser humano. La capacidad creadora surge cuando somos capaces de expresar algo más allá de nuestros automatismos, más allá de toda la máquina que está funcionando en nosotros. Cada vez que sale algo de un modo inmediato, directo, desde nuestra fuente de vida, desde nuestro yo profundo, aquello tiene siempre un carácter creador cien por cien.

La capacidad creadora es algo que potencialmente tenemos todos. Esencialmente consiste en el hecho de poder vivir cada instante y responder a cada situación de un modo totalmente auténtico, totalmente fresco, totalmente nuevo. No consiste en hacer cosas nuevas, sino hacerlas desde una perspectiva nueva; no es el objeto lo que constituye la creación sino el sujeto, el sujeto que se vive a sí mismo de una manera nueva y que como consecuencia puede vivir cada cosa de una manera también nueva.

Cuando la persona se va acercando a esta fuente interior cada instante se siente renovado, cada instante se vive como si fuera un nuevo comienzo. Los que han experimentado el amor en su fase de enamoramiento conocen un aspecto de esto. Cuando la persona está enamorada, cada vez que se encuentra con la persona amada, cada vez que habla con ella, la situación se vive como si fuera totalmente nueva, aunque se estén diciendo las mismas cosas y aunque mirado exteriormente lo que se diga sean solemnes tonterías. En cambio, para las personas que lo están viviendo cada una de estas cosas no solamente está llena de significado, sino que tiene una fuerza y una frescura siempre nueva.

La creatividad, pues, no la hemos de ver exclusivamente en aquellos grandes artistas cuyas obras admira la humanidad a través de los siglos, ni tampoco en esos hombres geniales en el terreno de los

descubrimientos científicos, de las realizaciones tecnológicas o de las innovaciones comerciales.

La capacidad creadora se manifiesta en toda acción que el hombre ejecuta con la plenitud de todo su ser, con la sinceridad, espontaneidad y totalidad de un alma despierta y sencilla. La creación se produce entonces de un modo tan natural como la salida y la puesta del sol, de un modo espontáneo como el movimiento de las ramas a impulsos del viento. Todas las acciones de quien es capaz de actuar así y todas sus palabras respiran una especial grandeza, un frescor y una fuerza, exponentes del proceso de constante renovación de energías vivas que se está produciendo en cada instante en su interior.

El niño pequeño, virgen aún de represiones y conflictos psíquicos, expresa en todo momento con la más espontánea ingenuidad la vitalidad natural de su ser; su encanto reside precisamente en la transparencia de todos sus actos, a través de los cuales manifiesta lo que es sin rodeos, directamente: cuanto hace es una creación lozana y pura. Es algo análogo a la sensación agradable, de contacto directo con la naturaleza desnuda y auténtica, que nos producen los animales salvajes y domésticos, porque expresan también de un modo directo la energía vital que los empuja. Y, en otro plano más humano, como he comentado anteriormente, son creadores dos enamorados, cuando no tienen demasiados problemas, en sus gestos, sus palabras, y aun en sus silencios, llenos, cada uno de ellos, de un sentido renovado siempre idéntico y siempre distinto, con sabor a primicia, como si cada uno fuera una creación. Y en realidad lo es, pues lo creado no reside en su novedad en relación al resto de las cosas, sino en la plenitud del acto en sí, que, aunque repetido muchas veces, siempre llega como algo absolutamente nuevo para el sujeto.

La creatividad consiste, por lo tanto, en la expresión directa de las fuerzas que nos hacen vivir. Pero sólo nos será accesible esta meta si limpiamos nuestro interior y además integramos en nuestro psiquismo los niveles superiores de nuestra personalidad, viviendo desde arriba todas las cosas. Todo será producto de la simplicidad interior, sin que puedan haber interferencias entre el proceso creador interno y los aspectos externos de la acción.

Pero lo que el hombre es de un modo natural puede quedar frustrado de un modo artificial. Múltiples factores vienen a interponerse de hecho entre su impulso y su acción, creando un velo de confusión en su mente, dando lugar a toda una serie de problemas, angustias y limitaciones que ahogan su espíritu creador, toda espontaneidad y toda libertad. Factores que encierran artificiosamente la mente humana dentro de minúsculos círculos cerrados en los que sólo impera el hábito, la rutina y el más absoluto automatismo.

El hombre padece, se queja, se rebela, protesta y busca frenéticamente una solución que le permita recuperar su sensación interna de libertad y alcanzar un estado de auténtica plenitud. Pero mientras busque el remedio dentro del mismo círculo en el que está encerrado y utilizando las mismas ideas y actitudes que le son habituales, es evidente que no podrá adelantar ni un solo paso hacia su efectiva liberación.

Para muchas personas, en cambio, ni siquiera se plantea el problema, puesto que no se dan cuenta de la existencia de ningún problema interno básico. Creen de buena fe que el único problema a resolver es el que se refiere a sus condiciones externas de vida: conseguir mayor categoría profesional, obtener más dinero, más comodidad, mayor prestigio, etc. Evidentemente para tales personas, mientras no sientan la presencia de una inquietud interior, ni de una viva protesta por su

estado de limitación interna, no existe la menor posibilidad de transformación.

Pero para todos aquellos que, en mayor o menor grado, son conscientes del problema y que no se conforman con las artificiales filosofías y teorías justificativas más o menos sutiles, emitidas por otros que tampoco han logrado salir del círculo, existe la posibilidad de iniciar un trabajo serio de crecimiento mental y, a través de él, de reestructuración y consolidación de una nueva personalidad. Esta creatividad de la que estamos hablando no se aprende: es el resultado natural de encontrarse a sí mismo, es la consecuencia inmediata de vivir con madurez de conciencia y hasta el fondo todas las experiencias que la vida nos depara, sin bloqueos, mentiras ni distorsiones; es el resultado de limpiarnos y desprendernos en nuestra mente de todo cuanto es extraño a nuestra verdadera naturaleza. También es, por tanto, una transmutación emocional del miedo, la ira o la tristeza al impulso de la alegría, la positividad, la confianza, y la autoestima.

#### b) Creatividad especializada.

Además de la creatividad natural que comentamos anteriormente y que se alcanza a través de un trabajo previo de limpieza interior y desarrollo personal, existe, claro está, un tipo de creatividad especializada, es decir, aplicada restringidamente a un campo concreto de actividad, bien se cultive profesionalmente o por simple afición. En este espacio me voy a enfocar en esta forma de creatividad, aplicada al arte. Le denominaré arte transpersonal, pues accedemos, mediante el silencio y la meditación, a un acercamiento con el yo profundo, a la mente superior, que es de donde procede la auténtica inspiración.

Antes de entrar en materia, explicaré los conceptos de mente y silencio, básicos en el concepto de arte transpersonal.

### **3 - EL PODER CREADOR DE LA MENTE.**

Toda forma es la expresión de una idea. Toda forma en el Universo es de origen mental; es la mente la que crea las formas. Y, al decir forma, nos referimos a toda clase de formas, visibles e invisibles, físicas y mentales; por lo tanto, no solamente son formas los objetos, las cosas, las personas, las circunstancias, las situaciones, la naturaleza, sino también nuestras ideas, o cualesquiera formas sutiles que puedan existir entre lo material y lo mental, o también formas superiores a las formas que actualmente conocemos de pensamiento o de materia.

Como toda forma es la expresión de una idea, todo absolutamente lo que existe está determinado y mantenido por una idea. La idea en la mente es la que configura, la que prefigura y mantiene cualquier forma. Y al hablar de forma no hemos de pensar sólo en los objetos o personas, en las cosas que, podríamos decir, son algo, sino que nos referimos a todo lo que es funcionamiento, operatividad. Las cosas no son, a fin de cuentas, más que una visión estática de algo que es talmente dinámico. Todo lo que existe es un fluir, es un intercambio, una interrelación, bien sea de materia física, o de energía, o de mente. Y aunque las cosas que llamamos físicas nos dan una idea de algo estático, en realidad ninguno de sus componentes lo es. Todo es dinámico.

Así, pues, al hablar de mente creadora, hemos de comprender que se trata de una mente dinámica. Es una mente que está pensando, expresando, materializando dinámicamente las cosas. Y esta materialización no sólo incluye seres, naturaleza, sino que incluye relaciones entre los seres, relaciones entre los seres y naturaleza, es decir, circunstancias y situaciones.

Todo es expresión de la mente; de la mente en un sentido general. Sin embargo, aquí hemos de hacer una distinción, porque la mente se nos presenta a nosotros en dos planos muy diferentes, desde nuestro punto de vista personal:

1) El primer plano sería la noción de mente en su sentido cósmico, universal, la Mente Universal o superior si queremos llamarla así, que es la idea que mantiene todas las cosas tal como son, tal como están siendo, tal como están funcionando.

2) Y en segundo lugar, el plano individual, la mente en mí.

En realidad se trata de una sola mente, pero yo personalmente lo vivo como si fueran dos cosas, dos planos enteramente distintos.

El plano general de la mente, que intuyo como razón de ser, como verdad, como auténtica naturaleza de todo cuanto existe y del modo como está existiendo; y luego el otro plano, en que yo me vivo a mí mismo como sujeto de mi capacidad de pensar, es decir, que lo vivo como distinto de la otra cosa. La mente universal la vivo como el mundo objetivo. La mente individual, como mi mundo subjetivo. Pero se trata de la misma mente.

Pues bien, en mí actúan los dos aspectos de la mente, en mí se produce esta doble circunstancia. La mente objetiva es lo que determina tal como yo soy: Yo tengo un cuerpo, unas características personales, vivo de un modo, me definen unas circunstancias. Pero yo, a mi vez, me encuentro frente a esto que soy, tomo conciencia de que soy de un modo, de que estoy en unas circunstancias. Entonces es mi propia mente la que pasa a ser elemento activo, así pues creativo, dentro de mi mundo individual. En la medida en que yo pueda modificar mi mente individual, así funcionará mi realidad individual. Es como si la mente universal, que es la mente creadora absoluta, se expresara en mí

individualmente a través de mi mente personal como capacidad creadora de mí. Todos mis modos de ser, de estar y de hacer vienen determinados por lo que hay en la mente; todo es expresión en mí de formas dentro de la mente. Mi cuerpo, mis ideas, mis estados interiores, mi conducta, mi capacidad de hacer y mis límites de hacer, vienen determinados por mis ideas de las que mi personalidad es expresión concreta. En la medida en que yo pueda modificar, en profundidad y en altura, las ideas que hay en mi mente individual en esa misma medida se producirán cambios en mi personalidad y mi funcionamiento externo. Todo cambio que pueda producirse en mi interior, o mi exterior, de un modo estable, es una consecuencia de un cambio en mi mente interior. Podemos decir que nosotros estamos creando nuestro propio mundo, bien aceptando el que nos encontramos hecho, cuando la mente vive de un modo pasivo, o reformándolo activamente, recreándolo, cuando tomamos la iniciativa de nuestra propia capacidad de pensar.

Todas las formas, de naturaleza mental, que hay en mi conciencia son las que determinan mi modo de ser total. Ahora bien, estas formas, esta conciencia o mente individual se nos presenta como dividida en tres sectores:

- a) lo que llamamos mente consciente.
- b) lo que conocemos como mente subconsciente.
- c) lo que podríamos llamar mente supraconsciente.

a) Así, pues, la mente consciente es una pequeña, pequeñísima porción de mi mente total. Es aquella porción con la que normalmente yo me identifico, la que está en contacto y en interacción con el mundo que me rodea. Es mi noción de presencia. Este sector de la mente es, además, la única herramienta que tenemos para poder ir más allá de su propio nivel. Si yo he de hacer algo en mi nivel subconsciente o

supraconsciente, será a través de mi mente consciente. Por ello, el desarrollar una clara lucidez en este sector consciente será básico para cualquier transformación o creación, interna y externa, que trate de conseguir.

b) El subconsciente es ese gran mundo de imágenes, de ideas, de actitudes, de fuerzas que hay en mí, procedentes del pasado. Son todas aquellas situaciones que un día fueron presente, pero que, por no haberlas vivido del todo, se han quedado dentro sin consumirse, sin culminar. Las cosas que he realizado del todo en el pasado no quedan como residuos en el subconsciente, sino que se incorporan al yo experiencia del presente. Son las cosas dejadas a medio hacer, son los impulsos que han quedado retenidos — porque no es posible su expresión exterior, o porque había una prohibición o cualquier otro obstáculo— lo que constituye el subconsciente. Y todo esto está lleno de vida, lleno de energía, lleno de contenidos emocionales, lleno de fuerzas vivientes y lleno de ideas. Ideas son lo que despertaron los impulsos, sentimientos y acciones, e ideas también son lo que reprimió tales impulsos, sentimientos y acciones.

Mi subconsciente es, por tanto, este sector, lleno de vida y contenido, pero que yo no he podido incorporar a mi mente consciente. Es mi saldo atrasado. Es el pasado que llevo a cuentas, el pasado que gravita sobre mi presente actual. Allí está todo mi mundo de prohibiciones, de temores, de reacciones, que no han sido aceptados por la censura, por mi criterio de acción. Así, pues, en mi subconsciente, si bien hay cosas excelentes, sentimientos delicados, aspiraciones, contenidos de gran variedad y calidad, hay también —y esto es lo que más abunda— contenidos motivados o retenidos por el miedo y la hostilidad. Miedo, hostilidad y sexualidad en gran parte. Es decir, todo lo que son fuerzas primitivas de nuestra naturaleza, de nuestra personalidad.

El principal problema reside en que nuestro subconsciente desea, busca, necesita algo distinto de lo que busca nuestra mente consciente. Es todo un sector, todo un potencial, todo un campo de nuestra conciencia del que no disponemos con nuestra mente consciente. Y no sólo no disponemos de él, sino que, en general, se contrapone a lo que la mente consciente desea. Yo he reprimido cosas porque —con razón o sin ella— no las creía buenas. Estas cosas fueron a parar al subconsciente. Pero éste no tiene una ley ética, como la tiene el consciente. Mi subconsciente se rige por el principio del placer, por la necesidad de satisfacer los impulsos sin preocupaciones éticas de ninguna clase. Su ley sería «lo que es agradable es bueno». Es en mi mente consciente donde está la ética. Entonces resulta que por un lado mi subconsciente desea hacer una cosa, y por otro recibe del consciente la orden de no hacerla, orden que va acompañada de la consiguiente amenaza de castigo. Desea hacer unas cosas y al mismo tiempo las teme. Esto de por sí ya crea todo un estado.

Pero, además, ya en el mismo nivel subconsciente hay contradicción. En la medida que yo he vivido cosas negativas, se crea en mí la necesidad de vivir las cosas opuestas, positivas. Si me he sentido humillado, o inseguro, quiero sentirme fuerte, ensalzado, seguro. Pero la sociedad condena el orgullo, el afán de poder —aunque, por otra parte, lo admire y lo premie—, y como yo he “aprendido” este criterio social, hay en mí, en mi subconsciente, un tremendo conflicto, una gran contradicción entre mis sentimientos de inferioridad y la incapacidad de resolverlos por causa de esta censura interna.

Pero como todo esto ocurre en el nivel subconsciente, yo no me doy cuenta de ello. Sólo me doy cuenta de que quiero algo y no puedo conseguirlo. No veo que, de hecho, una parte de mí no lo quiere. Podríamos decir que es un conflicto de “voluntades”; en realidad es un conflicto de ideas. Y esto afecta a mi sinceridad, a mi espontaneidad.

Cuando trato de ser yo, cuando quiero realizar algo —es decir, cuando trato de afirmarme— la idea de negación inherente al conflicto me lo impide.

Así se origina esta constante contradicción en nuestras actitudes, que no es más que un reflejo de nuestra contradicción mental, nacida en el subconsciente.

El subconsciente es un potencial fabuloso, pero lo vivimos como un auténtico lastre en nuestra capacidad de hacer consciente. Ahora bien, pretender luchar contra este lastre a partir del consciente es una batalla que nunca se convierte en victoria, porque nuestro subconsciente es con mucho el más poderoso. Pero no quiere decir que debemos claudicar frente a condicionamientos adquiridos del pasado, sino que hemos de aprender un modo de descubrir, de contactar, de modificar, de armonizarnos con este potencial de nuestro subconsciente. Quiero decir que no es a fuerza de voluntad consciente como conseguiremos modificar algo interior; la voluntad, por el hecho de que es un acto de la mente consciente, tiende a quedarse en su propio nivel y a no establecer contacto con lo subconsciente.

c) Y luego, está el sector supraconsciente. De ahí es de donde nos viene toda nuestra intuición, toda esa demanda de una realidad auténtica, de algo que sea de por sí, de una evidencia de todas las cosas, de una paz, de una libertad interior, de un poder, de una felicidad, de una belleza, de algo que no esté supeditado a nada, de algo que sea subsistente y que visto desde la mente consciente parece utópico. Lo vemos todo tan alejado de nuestra posibilidad inmediata que nos parece siempre algo muy idealista, muy hermoso, quizá demasiado hermoso para poder ser cierto en nuestro modo actual de ser. Y, no obstante, el supraconsciente es el que nos está dando testimonio de lo que hemos de llegar a ser. Es una visión de nuestro futuro, algo a lo que todos hemos de llegar.

Es como si nuestra conciencia funcionara con tres ritmos diferentes: un ritmo que nosotros llamamos presente, otro, que lleva un desfase, que es lo que llamamos pasado, y que constituye nuestro subconsciente, y por último, un ritmo, como anticipado, de lo que ha de ser, de lo que es nuestro futuro, que es el supraconsciente. Los tres sectores forman una unidad, son nuestra conciencia. Pero mientras los vivamos de esta manera, desfasados, contrapuestos, fraccionados, estaremos en una constante lucha y nos costará mucho realizar lo que es nuestro destino. Cuando yo pueda llegar a unificar mi mente consciente con mi subconsciente, consigo, por primera vez, estar todo yo disponible en presente, consigo aumentar mi propia conciencia de ser, mi libertad interior, mi seguridad interior, mi capacidad mental de evidencia; soy un hombre nuevo. Y entonces es cuando estoy disponible para poder realizar esto que me atrae, esto que me fascina del supraconsciente que siempre posee una fragancia creativa.

#### - RELACIÓN ENTRE MENTES.

La Mente Universal es el principio activo, por tanto, de todo cuanto funciona en el universo, así pues también en nuestra existencia individual y colectiva. Por el hecho de ser la Mente Universal, es decir el Principio Universal, es también nuestro propio principio. Nosotros, individualmente, somos en tanto que esta Mente Universal. Somos la expresión dinámica de unas ideas en la Mente Universal.

Sin embargo, no somos sólo un producto de esta Mente Universal, sino que, por el hecho de estar dotados de autoconciencia, podemos ser un principio activo, operante desde nuestra mente individual, en relación con la Mente Universal. Al ser expresiones conscientes de la Mente Universal, nos convertimos en vórtices activos dentro de ella. Por lo tanto, entre la Mente Universal y yo hay una relación recíproca. Es importante comprender claramente esta noción, porque ensancha de

una manera fabulosa nuestra capacidad de acción, de cambio, de creación.

Al estudiar la importancia de la mente consciente y subconsciente, hemos visto como nuestra vida actual está siendo la expresión de las ideas que hemos ido acumulando y manteniendo en nuestro interior durante mucho tiempo. Hemos visto cómo, al cambiar estas ideas, cambiaba también nuestra capacidad de sentirnos ser, nuestra capacidad de hacer y de vivir. Pero el cambio quedaba limitado a transformaciones en el individuo, fundamentales pero limitadas al individuo.

Ahora, en el momento en que nos damos cuenta de que el individuo está en relación constante con la Mente Universal —porque está hecho exactamente de la misma naturaleza— vemos que es posible producir unos cambios que van mucho más allá del límite de la persona concreta y alcanzan unas áreas de extensión enormes.

Toda idea que yo mantengo en mi mente es gracias a la Mente Universal que está materializándose. Así, pues, toda idea que yo mantengo fija en mi mente se convierte en un vórtice activo que atrae hacia sí todo lo que está de acuerdo con esta idea.

La separación que hacemos entre lo que llamamos yo, y lo que llamamos los demás, la naturaleza, etcétera, es una distinción puramente mental. No existe una separación real. Vivimos en un océano de mente, y todo es mente. La mente es la substancia universal, y todo es expresión de esta substancia, incluyéndome yo.

Así, pues, cuando yo puedo producir un cambio activo en ese foco de substancia que es mi mente, y lo mantengo, el resto de la mente responde a este principio, a esta nota, que yo mantengo en mi mente. De este modo, se produce como una respuesta de la Mente Universal a

mi nota mantenida, es decir, yo atraigo, inevitablemente, todo aquello de la Mente Universal que responde a la naturaleza de la idea que yo mantengo.

Hay un dicho popular que dice: "Dios los cría y ellos se juntan". Por supuesto, en este refrán hay un sentido peyorativo, pero no por ello deja de ser un fiel reflejo del principio de que lo semejante atrae lo semejante. Y este principio de afinidad actúa tanto en la pequeña vida individual como en las relaciones entre las naciones, y en todo cuanto existe. Cuando yo mantengo una nota dominante en mi mente, esto hace que alrededor de mí se organice, se plasme, lo que corresponde a la naturaleza de esta nota dominante. De este modo, podemos producir cambios en nuestras circunstancias externas y en las personas que nos rodean, y muchas cosas que parecen extrañas, casi milagrosas, se explican a través de esa ley interna. Es la ley del famoso "Secreto" y de la física cuántica.

Por ejemplo, si yo mantengo una idea de éxito, si la mantengo de una forma positiva, no como una idea hueca, vacía, sino claramente sentida, viva, esto hace que en el exterior se ponga en marcha lo que responde a esta idea. Y, a medida que esto se mantiene suficientemente, se van produciendo unas situaciones personales, situaciones que parecen puramente accidentales o casuales, que responden a esta demanda mantenida en mi mente. Esta mente se convierte en principio activo de todo lo que la rodea. Si mantengo la idea de armonía, de comprensión, de amor —en este sentido inteligente de que hablábamos— y lo hago no durante un rato, sino continuamente, lo convierto en la dominante mental mía; esto no sólo me transformará a mí, mejorándome según esta nota, sino que además producirá en el exterior unos cambios que harán que vengan a mí las personas que responden a esta nota dominante de armonía, de comprensión, de amor, y que las personas que me rodean sientan esta nota dominante e interiormente se

encuentren motivadas de un modo distinto a como lo estaban hasta ahora. Y así se irán produciendo cambios en ellas. Pero tales cambios no se producirán porque yo quiera imponer una actitud a las personas con quienes vivo, que esto sería negativo, sino porque la nota dominante convierte, atrae, y modifica todo el resto de acuerdo con ella.

#### - INTUICIÓN.

La intuición es el nombre que le damos a la conexión de nuestra mente personal supraconsciente con la mente universal. En la Mente Universal existe todo el conocimiento que corresponde a las cosas, a todas las cosas que están siendo y que han sido, y la matriz de todas las cosas que se irán expresando en el tiempo. No hay nada que esté separado, que exista con independencia de la Mente Universal, porque toda cosa no es más que la misma Mente Universal manifestada en tiempo y espacio. Conocer la verdad de una cosa es conocer la cosa desde la vertiente de la Mente Universal.

De hecho, la Mente Universal y nuestra mente personal son una sola cosa. Nuestra mente personal es un vórtice, un foco dentro de la Mente Universal. Pero nosotros vivimos sólo una pequeña parte de este foco de conciencia que constituye el hombre, y, además, hemos desarrollado sólo su vertiente externa, sensorial, y únicamente de vez en cuando tenemos vislumbres de algo más superior, de algo más universal. Vivimos entonces estos conocimientos esporádicos de lo universal como algo extraño a nosotros mismos, porque nos hemos identificado con los conocimientos que manejamos, con los datos de nuestros sentidos. Sin embargo, es tan natural, tan intrínseco, tan inherente a la naturaleza del hombre en este acceso a la Mente Universal como los datos que registra a través de su vista y su oído.

La intuición hace patente siempre una verdad. Es de orden superior a lo personal, es por tanto, de orden transpersonal, y tiene las siguientes características:

a) Ocurre de un modo instantáneo, súbito; no es producto de una elaboración previa, como ocurre con el pensamiento subconsciente; no es una resultante, una combinación de datos que ya existen dentro; es la certeza evidente de una verdad pero sin ninguna razón en la que basarse o, aunque existan, no se apoya en ellas.

b) Tiene siempre un carácter de total evidencia para la persona; cuando se produce nunca suscita reacción emocional, ni va acompañada de sentimiento, porque proviene del nivel superior de la mente, exactamente como un chispazo, como un relámpago. Después, el sujeto puede reaccionar emocionalmente, pero en el mismo instante de la experiencia, no.

c) No se ve lo intuido de un modo progresivo, en visiones parciales y sucesivas, sino que siempre se intuye la totalidad de un solo golpe, por amplia y compleja que sea, y lo que se ve resulta después difícil de explicar. Se tiene la impresión cuando se recibe la intuición, de que no es algo propio, se percibe como una idea extraña; esta impresión obedece precisamente a que no es producto de unos contenidos que ya existían dentro.

¿Se puede educar la intuición? En realidad no se puede educar, porque ya lo está, puesto que es la actividad normal de la mente superior o universal. La intuición responde al plano superior de la mente, en el que las verdades ya existen; por lo tanto no es la mente superior la que hay que educar, sino nuestra mente personal y concreta. Hay que educarla para hacerla apta, dúctil, para sensibilizarla, de forma que pueda conectar con este nivel supraconsciente. La educación de la

intuición consiste en la educación de la mente respecto a este nivel superior. El cultivo del silencio es el medio de acceso voluntario.

#### **4 - EL SILENCIO.**

El silencio es el poder más grande que existe, porque todo lo que existe son modos, aspectos parciales del silencio. Todo lo que existe se genera en lo que no existe, en lo que no aparece. Todo lo que existe son aspectos parciales de algo que está más allá de lo que llamamos existencia manifiesta. Abrirse al silencio es abrirse al potencial total, incondicional. El silencio nos coloca en línea directa con esta fuerza o poder creador primordial, y entonces nosotros nos convertimos en canales directos, en expresiones directas, tanto en lo subjetivo como en lo objetivo, de esta acción creativa constante.

Muy resumidamente, en nosotros, la apertura al silencio produce los siguientes efectos:

- Nuestra mente se aclara, se armoniza y se ahonda. Nuestra vida es una permanente centrifugación donde todas nuestras impresiones, ideas, datos, están en una constante mezcla entre sí. En el silencio permitimos que todo esto se pose, se sedimente, se estructure por sí mismo. En el silencio conseguimos que nuestra conciencia capte lo que existe en profundidad detrás de las capas más aparentes de nuestra mente.
- En el silencio, por el hecho de ahondar el punto de la conciencia, aumenta la potencia de nuestra mente y de toda nuestra personalidad de un modo extraordinario. Gracias al silencio se desarrolla nuestra sensibilidad interna, es decir, que nos

capacitamos para afinar nuestra percepción sutil. Esta percepción abarca, en lo supraconsciente, todas las vías intuitivas que nos van a abrir también al arte transpersonal. En las vías conscientes, el poder captar en profundidad el presente de la persona, de las situaciones. Y, a nivel subconsciente, nos vincula con toda la vida en cualquiera de sus formas y manifestaciones.

- Percibimos, descubrimos, realizamos esta unidad profunda que hay detrás de toda la multiplicidad de formas y manifestaciones. Lo descubrimos experimentalmente y deja de ser un juego de suposiciones, de ideas o de creencias.
- Gracias al silencio profundo viene la paz. La auténtica paz, la paz de la que surge luego toda actividad.
- Nos conduce a la realización de la identidad profunda que hay en cada uno de nosotros. Nos lleva a descubrir al sujeto último que está detrás de todas las manifestaciones personales y al sujeto que está detrás de todas las manifestaciones que atribuimos al exterior.
- Gracias a él podemos acumular fuerzas físicas, afectivas, mentales y espirituales para la acción posterior.
- Nos ponemos en sintonía con el poder creador único, y éste se expresa entonces en nosotros y a través de nosotros.

Por tanto, como se puede ver, el silencio es básico en la concepción del arte transpersonal. Hasta ahora habíamos hablado de la Mente Universal y la mente individual, pero en el silencio vamos más allá de todo esto. El silencio es una transformación total, permanente. Es una renovación, una creación, no sólo de las cosas, sino de nosotros mismos. Nuestra conciencia interna está en constante proceso de renovación. Descubrimos que nosotros somos expresión de algo que está más allá de nosotros y que esta conciencia de realidad de lo que

está más allá, es algo siempre nuevo, siempre diferente, y, no obstante, siempre idéntico.

Entonces, nuestra vida, al abrirse al silencio y al vivir desde el silencio es, en sí misma, una creación constante. Ya no soy yo quien quiere producir un resultado; yo soy la creación. Todos mis actos se convierten en una expresión de este proceso creativo directo. No vivo pendiente de juicios, de objetivos; vivo descubriendo en cada momento esta profundidad inmensa del instante que, también en cada momento, se derrama, se vierte al exterior de un modo totalmente nuevo, imprevisto, creativo. Todos los actos de la vida se convierten en actos de una importancia total, porque dejamos de tener preferencia respecto a las cosas, respecto a los objetivos. Dejamos de comparar y de juzgar porque descubrimos que lo esencial es esta Realidad que se está expresando. Lo que da sentido a las cosas no son las cosas, ni las consecuencias de las cosas, sino la razón de ser de las cosas. Y esta razón de ser es esta Presencia inviolable, inmutable, eterna, detrás de cada momento de manifestación. En ese instante, los actos más pequeños de nuestra vida, los más elementales, como las cosas más grandes, todo tiene exactamente la misma trascendencia, porque todo parte de la misma realidad inmanente y trascendente.

Al sendero que nos permite abrirnos al silencio, a "escuchar la voz del silencio", lo llamamos el sendero de la meditación. En este espacio no voy a hollar en el sendero de la meditación, pues ya hay grandes fuentes de información sobre ello.

## **5 - DESARROLLO DEL ARTE TRANSPERSONAL.**

### **- REQUISITOS.**

En el arte transpersonal, como creatividad especializada, son necesarios tres clases de requisitos: los primeros se refieren a la preparación remota, otros a la inmediata, y finalmente un tercer grupo que son factores complementarios.

#### **a) Condiciones previas.**

1. Un conocimiento de los datos concretos del asunto de que se trate. Estos datos pueden referirse a la posesión de un adiestramiento técnico previo a la creación. Es lógico que la capacidad de expresión de algo nuevo esté condicionada al uso de unos instrumentos. Un genio artístico puede concebir algo bello y estar incapacitado para darle expresión por no dominar la técnica necesaria. Pues una cosa es la realidad que se vive en los niveles superiores y otra la expresión concreta de esa realidad dentro del mundo sensible en que vivimos. Es esta expresión la que precisa de un adiestramiento, que cuanto más perfecto sea, en mejores condiciones situará al sujeto para plasmar concretamente su creación. El poeta inspirado necesita conocer a fondo el lenguaje y sus recursos, el músico su técnica, y lo mismo el pintor, el escultor, etc.

2. La limpieza del inconsciente de toda forma de miedo y hostilidad, al objeto de que los problemas personales no se interfieran con la capacidad creadora. Está bastante extendida la creencia de que es necesario que el artista sea una persona de vida fuera de lo corriente, llena de dramatismo, o un bohemio, para que surja la creación artística. De hecho, no ha sido infrecuente el caso del artista afectado de problemas económicos, sentimentales, o de costumbres irregulares y

estrambóticas, debido casi siempre a lagunas en su formación personal, que se ha reducido estrictamente al desarrollo de sus cualidades artísticas, porque allí se sentía a gusto, renunciando a los esfuerzos en otros órdenes, y olvidando todo lo demás, en perjuicio del equilibrio de su personalidad, que ha quedado sin el debido sentido de adaptación a las situaciones. La gente suele disculparles sus rarezas en aras de su arte, y ellos mismos se excusan achacándolas a su dedicación al trabajo artístico. No obstante, la creación artística no gana nada con estos problemas personales, a no ser hostilidad y dramatismo en sentido negativo. No solo es perfectamente compatible la creación artística con una personalidad armónica, sino que entonces además de su contenido artístico adquiere objetividad, sentido positivo y humano.

3. Educación positiva del inconsciente. Con esto no sólo queremos decir que estén liquidados los problemas que provienen del inconsciente, los condicionamientos negativos y las ideas erróneas, y que además hayamos introducido ideas positivas, reconstruyéndolo así con nuevos condicionamientos sólidos y dinámicos, sino también que nos hagamos amigos del inconsciente, conectando con él, y estando atentos para recibir sus informaciones. No es una actitud puramente pasiva, sino receptiva, es decir, dejando una puerta abierta para consultarlo a voluntad, para saber cuáles son mis necesidades, mis tendencias, mis impulsos, cuál es mi verdad biológica, afectiva, mental o de los niveles más internos. Entonces expresaré en la creación mi totalidad, como ser humano con su sentido positivo. Se ha definido la obra de arte diciendo que es «un rincón de la naturaleza vista a través de un temperamento»; habríamos de añadir: es un fragmento de la belleza visto a través de una personalidad humana total. Pero es preciso que esta personalidad sea participación de la belleza y cuanto más pura y auténticamente funcione bien, de un modo más correcto y positivo será el reflejo de esta belleza.

El inconsciente es muchas veces una fuente de información excelente por los datos que tiene recogidos, no sólo técnicos, memorísticos, etc., sino de resonancias afectivas, de vivencias, de necesidades, de conflictos, etc., y éstos son utilísimos, pues nos acercan a la gente. La gente no es un conjunto de caras y cuerpos dotados de movimiento, sino que dentro llevan un mundo de sensaciones, de sentimientos, de aspiraciones, de vivencias, y nuestro inconsciente, conforme nos vamos abriendo a él, nos hace participar de este mundo interno viviente en los demás, profundizando, como queda dicho en otro lugar, desde nuestro interior en el interior de cuantos nos rodean, con lo que nuestra creación gana en objetividad. El inconsciente es por lo tanto, desde diferentes ángulos, un elemento de gran importancia en la creación. Si el artista, el vendedor, el psicólogo y hasta el técnico y el filósofo no tienen con frecuencia éxito, se debe muchas veces a que en sus creaciones han prescindido de los factores humanos o los han interpretado subjetivamente, con el cerebro o la imaginación, en lugar de hacerlo de un modo vivencial, con el inconsciente.

b) La preparación inmediata.

4. Voluntad-deseo de comprender o percibir algo nuevo sobre la materia concreta de que se trate.

Es preciso que se concrete, que se puntualice con exactitud la pregunta, dirigiendo la voluntad-deseo certeramente hacia el objetivo. No basta que sea una mera voluntad de encontrar algo que se busca, porque esta vivencia demasiado indefinida nace en niveles muy superficiales. La voluntad-deseo proviene de más adentro: es un sentir la necesidad de descubrir algo, de crear, no como producto de una simple reflexión fría, sino originada por una necesidad interior; es entonces cuando existe una seguridad de encontrar el camino nuevo que se busca. Esta voluntad-deseo es, pues, una garantía de

autenticidad de la creación, de que potencialmente ya existe, es decir, de que se puede llegar a la meta. Para, ello, de hecho, debe plantearse la pregunta de un modo concreto y definido.

5. Mente tranquila, abierta, positiva.

Mientras la mente piensa se mueve dentro de las leyes de asociación de ideas y por lo mismo nunca saldrá de las cosas conocidas. Ahora bien, aquí se trata de llegar a algo nuevo, puesto que pretendemos cultivar la creatividad, y por tanto se impone salir de los caminos trillados, haciendo algo distinto de lo ordinario. Hay que situar a la mente en condiciones de poder recibir cosas nuevas. El curso del pensamiento al que estamos habituados es un círculo cerrado, hecho de las ideas adquiridas, de las experiencias pasadas, etc. Para romper este círculo no hay más remedio que dejar que la mente se tranquilice y que continúe, no obstante, más despierta para poder ir desatándose de las ideas hasta que éstas desaparezcan y quede toda ella atenta. Cuando haya llegado aquí estará a punto, en la actitud más apta para poder recibir ideas de un nivel superior. Este proceso requiere un aprendizaje, naturalmente hay que aprender a tranquilizar la mente, prescindiendo poco a poco, durante unos minutos al principio y hasta unas horas más adelante, de la inercia de los hábitos mentales, manteniendo la mente enteramente serena y tranquila. Esta actitud implica, pues, que la mente esté tranquila, para dejar salir todas las ideas a las que normalmente está asida; abierta, porque sólo así podrá recibir algo nuevo, y receptiva, en el sentido de aspirar, de desear adquirir y ver algo nuevo, la solución de lo que se plantea. Para ello es preciso la práctica del silencio y la meditación.

6. Centrarse en el nivel mental superior o tener la atención dirigida hacia la parte superior o encima de la cabeza.

Es éste el último punto de la preparación inmediata y consiste en dirigir el foco de la mente, es decir, la atención, la mirada mental, no a los pensamientos, sino a la pregunta concreta que nos formulamos. Y luego dejar que esta pregunta flote, saboreando bien el gusto que tiene, y quedar a la escucha, receptivo, dejando que ella recorra su camino. Mientras tanto, se puede seguir el ritmo de la vida, mirar las cosas, ver y hablar con la gente, andar, trabajar, pero manteniendo siempre dentro la pregunta con el gesto interior de investigación y de espera intencional. En estas condiciones la respuesta vendrá con toda seguridad, porque es un proceso mecánico que se ha puesto en movimiento y que no puede fallar; se trata de una facultad inherente a la naturaleza humana, y lo único que requiere es su adecuado cultivo.

Sucede aquí lo mismo que con cualquier otro nivel. Quien lo cultiva descubre una serie de cosas que le sitúan por encima de los demás que no han tenido tal cuidado. Pero no se trata aquí de incitar a una ambición desmedida. La finalidad de este esfuerzo no es levantar unos palmos sobre los demás, sino situarse con mayor profundidad en el nivel más en consonancia con cada individuo y que precisa para poder vivir con plenitud todo lo que personalmente pueda dar de sí.

La respuesta puede tardar horas y aún días, siendo factores que intervienen en la velocidad del proceso la mayor o menor dificultad del asunto y la habilidad personal. Pero los esfuerzos y el tiempo empleados en este trabajo quedan sobradamente compensados por la calidad de los resultados y por la satisfacción que se experimenta. Cuando se han tenido varios contactos con el nivel intuitivo y creador, el supraconsciente, se percibe inmediatamente que allí existe una calidad y un valor intrínsecos de que carecen todas las combinaciones mentales que solemos construir con los datos de que disponemos ordinariamente; se trata de una fuerza de inspiración superior y de una

evidencia de que están desprovistas las verdades concretas que solemos manejar en nuestra vida cotidiana.

Una vez que hemos captado la intuición, se impone darle expresión haciendo uso del instrumental concreto apropiado, manejado por nuestra mente concreta. Hay que encontrar para ello la forma más conveniente. La intuición siempre es muy clara, pero muchas veces cuesta darle concreción, trasladarla a un nivel inferior. Allí se ve todo instantáneamente y después se precisan largas explicaciones para exponerlo en nuestro lenguaje; como si la concreción no fuera más que un reflejo siempre imperfecto de aquella realidad superior, o como si en aquel instante estuviera contenido todo este tiempo empleado en la descripción, y ésta no fuera otra cosa que un desdoblarse en lo temporal y espacial de unas verdades que están siempre presentes, actuales, instantáneas, fuera de toda materialización, en regiones superiores de nuestro psiquismo.

Como se ha descrito anteriormente, para acceder a estos estados de intuición, se recomienda el silencio y la meditación.

c) Condiciones coadyuvantes.

Además de las anteriores, existen ciertas condiciones complementarias que facilitan este proceso creador especializado.

7. Reserva emocional y mental, en especial en todo lo relativo al asunto.

El crear es siempre un proceso en el que interviene mucha energía psíquica. Cuando queremos contactar con el nivel intuitivo, a pesar de que la mente esté tranquila y serena, hay una intensa concentración de energía que se dirige hacia este foco elevado de la mente superior. El sujeto necesita estar afectivo y mentalmente muy vitalizado, y cuando no tiene práctica de llegar a los niveles de la intuición, le supone un

esfuerzo mayor. Es por lo mismo necesario que evite todo lo que implique pérdida de energía. De ahí que sea precisa una gran reserva emocional y mental general, pero especialmente sobre el asunto concreto objeto del trabajo. Las ideas relacionadas con este asunto están dinamizadas por una fuerte carga emotiva y mental; el sujeto quiere conseguir aquello, ha concedido a su trabajo un sentido de importancia, de necesidad, de urgencia, etc. Por lo tanto, el solo hecho de explicar a otros que está trabajando en tal cosa y que si lo consigue dispondrá de tales ventajas u obtendrá tales beneficios hace que, mientras habla, disfrute con la energía emocional que es la que vitaliza la idea, consuma esta energía, perdiendo con ello vigor la idea. Es corriente, y lo habremos observado incluso en nosotros mismos, que los proyectos que se explican a los demás con autosatisfacción por la alegría o goce que en ello se experimenta, no suelen llevarse a cabo, o su realización deja que desear. Es que, al hablar hemos desparramado la energía emotiva y mental que vitalizaba nuestra idea y entonces nos falta empuje para su realización.

Sin embargo, no tiene este efecto contraproducente hablar con el fin de recibir una orientación de quien puede dárnosla, con tal que no se haga como exhibición de nuestro proyecto, porque sería también perjudicial. Es preciso que las energías se reserven para centrarlas en este nivel mental y dirigir las hacia el nivel mental supraconsciente.

#### 8. Energía sexual y actividad física.

La energía se transforma. La energía hostil puede cambiarse en energía afectiva. La energía sexual puede cambiarse en energía creativa en el plano intelectual, artístico o incluso físico. Todas las energías son transformables, y lo que permite que esas energías se transformen es la tónica de expresión total y positiva que yo imponga a mi conducta en todo momento. Cada chakra tiene una energía de una cierta cualidad, y

desde el punto de vista creativo, somos creadores en materia física en el segundo chakra y en materia mental, a través del quinto.

Esto quiere decir, que la energía sexual también es energía creativa, y si yo gasto esta energía en prácticas sexuales no dispondré de ella a otros niveles. Esta energía, liberada en la eyaculación, no es necesariamente desperdiciada, sino elevada, en prácticas como el taoísmo o el tantra, pudiendo disponer de ella posteriormente.

Del mismo modo, se recomienda evitar la fatiga física y el deporte violento, que consumen gran cantidad de energía, necesaria cuando queremos proyectar nuestra mente concreta a la abstracta para enlazar luego con la intuitiva. En general todo ahorro de energía ayudará a disponer de un potencial mayor para nuestro trabajo creador.

#### 9. Períodos de aislamiento y silencio.

El aislamiento y el silencio evitan la disipación y la dispersión, y al mismo tiempo facilitan la concentración. La creación es como una incubación interior y requiere reposo y tiempo hasta que la mente se centra y las energías dinamizan la idea y la dirigen hacia el nivel intuitivo. Cuando se trabaja en esta dirección se experimenta la necesidad de aislarse, de meditar, de permanecer en silencio.

#### 10. Cambio de ambiente o modificación de estímulos externos.

Cuando se emprende un trabajo creador conviene también cambiar de ambiente, para variar de estímulos exteriores, pero sin entrar en otros que distraigan la mente o requieran un esfuerzo o una atención. Simplemente cambiar de barrio, ver caras nuevas, dejar el círculo cerrado en el que se han formado los hábitos y las actitudes ordinarias. La situación nueva facilita una reacción distinta, fresca en todo nuestro interior. Por esta razón todo el que se dedica a procesos creadores busca de un modo u otro estímulos nuevos.

## - LA CREATIVIDAD SUBCONSCIENTE Y LA CREATIVIDAD SUPERIOR.

Esta creatividad artística de la que hablo tiene dos aspectos distintos. Hay una creatividad que procede no del acercamiento a este yo profundo, sino del simple hecho de que funcionen nuestros automatismos inconscientes con más libertad que de costumbre. En nuestro subconsciente hay una gran cantidad de material que tiene su dinámica propia y su sentido estructurador; y esto lo vemos muy claramente en los sueños. Cuando la persona se relaja, una de las cosas que ocurren es que su inconsciente comienza a funcionar un poco más libremente porque el peso del control y represión del yo consciente disminuye. Esto permite que se expresen también con más facilidad que antes capacidades de creación que son propias del subconsciente y que son distintas de las que proceden del yo superior. ¿Qué diferencia hay entre los dos tipos de creación: la creación del subconsciente y la creación del yo profundo, del superconsciente?

La creación del subconsciente siempre consiste en una combinación nueva de elementos viejos, para dar origen a algo que ya estaba implícito en los datos. El ejemplo típico de esto lo tenemos en los sueños. ¿Cómo se construye un sueño? Un sueño se construye siempre con material que ha entrado previamente por los sentidos; ahora bien, este material se combina de una manera diferente y entonces uno puede tener sueños fantásticos donde salen personajes extraordinarios. Pero si lo examinamos bien veremos que todos los elementos que integran esta fantasía son elementos previamente conocidos, quizá remotamente, pero que ya estaban dentro. Es como si la mente inconsciente echara mano de todo el material de que dispone para hacer una creación, para poder expresar en su lenguaje simbólico de la manera más clara, directa y eficaz, lo que está tratando de manifestar. A veces será la expresión de una protesta, o la reclamación de un deseo que no está satisfecho o la denuncia de un conflicto o de un

temor que está dentro y que no se ha apagado del todo. Siempre encontrarnos en los sueños un significado, un mensaje, que si lo estudiamos con cuidado veremos que es una auténtica obra de arte, una auténtica creación, porque nuestro inconsciente elige situaciones, ambientes, personajes, incidentes y detalles, y los combina de una manera realmente magistral, para condensar en un mínimo de tiempo y espacio la máxima riqueza de significación.

El arte es una creación, pero en muchas ocasiones no tiene un carácter de creación genuina, de creación superior. Esto lo podemos ver casi en la mayoría de las obras de arte que no son nada más que combinaciones de fuerzas del inconsciente, o una proyección de estas mismas fuerzas y de su juego interior, al cual de una manera u otra se intenta dar expresión.

En cambio, cuando la fuerza creadora procede del supraconsciente, cuando no es producto de este libre juego de la parte inferior, sino de la parte superior, entonces tenemos la auténtica inspiración. La auténtica inspiración representa siempre la aportación de algo realmente nuevo, no solamente en cuanto a lenguaje o en cuanto a forma, sino sobre todo en cuanto a contenido y significación.

Se trata de una verdadera revelación que tiene el carácter de una mayor altura y calidad. La persona que lo percibe y contempla se siente ella misma ampliada, elevada, magnificada. En esto se diferencia de las obras que proceden del subconsciente. Estas últimas también pueden producir un impacto, incluso profundo, pero muchas veces en vez de elevar, le hunden a uno, le hacen vivir contenidos más bajos o elementales.

Sin embargo, cuando existe una auténtica inspiración que viene de arriba, entonces se percibe siempre una intensidad, una grandeza, una luminosidad que tienden a elevar tanto la mente como el sentimiento.

Es la persona toda entera que se siente como transportada y transformada.

Esto no quiere decir que hayamos de menospreciar el trabajo creador del subconsciente, sino que simplemente hemos de saber distinguir uno del otro. En este sentido, la creatividad procedente del subconsciente es una magnífica herramienta para ponernos en contacto con nuestros sentimientos y emociones y así poder sanarlos. La terapia a través del arte, conocida como Arteterapia, contribuye a la construcción de un significado del mundo psíquico y emocional, favoreciendo su resolución. La expresión y realización de creaciones artísticas nos aporta información relevante sobre nosotros mismos; los símbolos aportan en muchos casos mensajes existenciales para la propia persona, liberando lo inconsciente a través de la expresión libre y sin límites, sin control consciente.

No quiero terminar este espacio sin volver sobre la idea inicial de que creatividad no es sólo la capacidad de creación en un orden determinado, sino que se refiere a todas las acciones de la vida, hasta pegar sellos, hacer visitas para ofrecer un producto o dar clase. Toda actividad es susceptible de convertirse en un proceso creador, pues siempre las cosas pueden ser de otro modo, o mejor, nosotros podemos ser de otro modo frente a las cosas, y es entonces cuando las cosas pasan a un modo nuevo de ser, permitiendo una serie de posibilidades que abren horizontes de acción creadora donde todo estaba cerrado por la rutina. Las personas que se quejan de que su trabajo les limita, que no les deja libertad y les impide expresar sus facultades, si trabajasen en su interior con intensidad, encontrarían el modo de hacer de su trabajo una creación y además, en el caso de responder a su naturaleza, hallarían un trabajo nuevo; que también es creación el paso de una actividad a otra. Quien camina en este sentido se convierte en un aventurero de la vida, dejando de ser burócrata y

rutinario; constantemente está buscando nuevas formas, incluso dentro de las clásicas y trilladas; bajo la apariencia de una vida externamente cerrada está viviendo por dentro de un modo siempre nuevo, está expresando cosas nuevas. Con ello, realiza también una gran labor: estimula en los demás la necesidad creadora, bien social incalculable, especie de fecundación social. Una persona así, cuando además posee una buena formación de carácter, es excelente para la sociedad, aunque los que están cegados por la rutina interior se alarmen, le miren con recelo y hasta le critiquen. Pero esto es inevitable, lo importante es que uno vea con claridad lo que puede y lo que debe hacer y así lo haga.

## **6 - CONCLUSIÓN.**

El arte transpersonal revela la expresión del SER creativo. Emanada de un estado de silencio y meditación, donde entramos en comunión con el alma haciendo brotar la inspiración, esa fuerza que disuelve el espejismo en el campo de la materia.

Con esas llaves del reino interior abrimos las puertas de un arte que trasciende la mente, el yo, la personalidad, en definitiva... el ego, alcanzando posibilidades de percepción y concepción de orden universal. Desde ese campo de infinitas posibilidades, conectando con la mente universal a través de nuestra mente supraconsciente, podemos transmutar la energía de lo etéreo en formas materiales. Ambas expresiones de la energía básica de la creación que nosotros llamamos amor. Damos forma a lo no forma, de un modo impersonal. Por ello hemos de ser conscientes que no poseemos nuestras creaciones, no nos pertenecen. Porque no son personales, emanan de la sabiduría transpersonal, de la mente universal, de mi comunión espiritual más allá de la unidad del ego.

## **FUENTES:**

- Antonio Blay – Creatividad y plenitud de vida. Barcelona, 1987.
- Antonio Blay – El trabajo interior. Barcelona, 1993.
- Antonio Blay – La personalidad creadora. Barcelona, 1992.
- Antonio Blay – La realidad. Barcelona, 1994.
- Ellen J. Langer – La creatividad consciente. Barcelona, 2005.
- Jorge Carvajal – El Sendero. Seminario en Méjico, 1999.
- Luis Emilio Oliver – Entrevista personal, 2009.
- Pamela K. Metz – El tao creativo. Méjico, 1999.