

La transformación de habilidades (III): sentimiento y técnica en sincronicidad

The transformation of skills (III): feeling and technique in synchronicity

Velasco Caballero, Sergio 

Investigador independiente
sergiovelascocaballero@gmail.com

Recibido: 10-01-2020

Aceptado: 13-02-2020



CITAR COMO: Velasco Caballero, S. (2020). La transformación de habilidades (III): sentimiento y técnica en sincronicidad. *ANI AV - Revista de Investigación en Artes Visuales*, 0(6), 37-47. doi: <https://doi.org/10.4995/aniav.2020.12949>

PALABRAS CLAVE

creatividad; técnica; sentimiento; sincronicidad

RESUMEN

La acción humana se desarrolla en un marco de evolución biológico-cultural que puede reflejar la psicología de los individuos mediante diversas técnicas (Antonio R. Damasio). Con el fin de enriquecer este proceso y contribuir a un desarrollo más eficiente de las habilidades necesarias, se establece un paralelismo significativo entre sentimientos y técnicas a través del concepto de sincronicidad (Carl Gustav Jung, David Peat). Esto nos permite trascender los planteamientos de la psicotecnia para afianzar un método que influya creativamente sobre el comportamiento y las capacidades técnicas, especialmente gracias a la incorporación simbólica de fallas, un recurso inspirado en la producción artística.

KEY WORDS

creativity; technique; feeling; synchronicity



ABSTRACT

Human action takes place in a framework of cultural evolution that projects the psychology of individuals on the world through techniques (Antonio R. Damasio). In order to enrich this process and contribute to a more efficient and balanced development of the necessary skills, a significant parallelism is established between feelings and techniques through the concept of synchronicity (Carl Gustav Jung, David Peat). This allows us to transcend the approaches of psychotechnics to strengthen a method that influences more creatively on general and technical behavior in particular, especially thanks to the symbolic incorporation of failures, a resource widely used in artistic production.

INTRODUCCIÓN

Este artículo es el tercero de una serie dedicada a la mejora creativa de habilidades. El primero incide en qué manera participa la creatividad en el desarrollo técnico mientras que el segundo se dirige hacia una posible comprensión simbólica de esta participación. En esta ocasión se introducen los conceptos de sentimiento y sincronicidad para avanzar las posibilidades prácticas de dicho objetivo.

Esta es la razón por la que no se tratan técnicas específicas que faciliten solo el aprendizaje de habilidades, la experiencia de algún estado creativo o una gestión emocional equilibrada. La propuesta es indagar más bien acerca del mecanismo psicológico a través del cual el nivel de conciencia sobre una técnica puede ser desarrollado en paralelo al nivel de conciencia emocional, lo que implica definir una relación equitativa, precisa y sutil entre las capacidades técnicas y sintientes. –Un ejemplo que trataremos es el del hacer inspirado del artista cuando en un instante goza e incrementa sus habilidades con creces.– Es por esto que nos planteamos si es posible que sentimientos y acciones coincidan en algún punto desde el que gestionar habilidades de una forma más ágil e integradora. Semejante coincidencia sería el fundamento de cualquier técnica consciente: la chispa de cada instante en el que el individuo se manifiesta como un ser de acción creativa.

METODOLOGÍA

Alcanzar la optimización de habilidades mediante la observación de fenómenos sincrónicos requiere valorar el sentimiento como un motor evolutivo y cultural, especialmente en el campo de las técnicas. Para ello se vinculan sentimiento y técnica desde un enfoque transversal cercano a los planteamientos de la psicotecnia. Se ilustra el caso con ejemplos de referencia, también presentes en la vanguardia artística, sobre la integración inmediata de fallas técnicas al proceso creativo.

DESARROLLO

1. Sentir la casualidad

¿Es posible una correspondencia instantánea (sincrónica) entre cierto grado de habilidad y un sentimiento? Aunque suele olvidarse, la experiencia demuestra que estos influyen sobre las acciones –incluidas las necesarias para aplicar una técnica– y a su vez, la cualidad de las mismas condicionan a unas emociones u otras. Por ejemplo: perpetuar un sentimiento de frustración por ser incapaces de conducir un vehículo correctamente puede agravar esta incapacidad porque si no se trata la frustración es lógico que aumente el riesgo de no aprender o incluso de tener un accidente. Ahora bien, que esta relación entre técnica y sentimiento sea sincrónica tiene que implicar – como se verá a continuación– una conexión no lineal entre ambos. Es decir, que es necesario que ambas partes estén integradas en un mismo fenómeno de totalidad indivisible que evita contemplar la técnica y el sentimiento asociado como si fueran fenómenos aislados. Esto permitirá incidir sobre ellos al unísono y de una forma más concreta. Mientras, también se ampliará el alcance de estos conceptos.

Antonio R. Damasio aporta una visión neurológica de los sentimientos que conecta la acción humana y la creatividad. En síntesis, explica que los sentimientos aparecen como una estrategia evolutiva del sistema nervioso central, cuyas neuronas hacen una especie de mapeo que suministra representaciones instintivas o “imágenes” muy útiles para la supervivencia, dando información simultánea del organismo y su entorno. Este sincronismo genera a lo largo de miles de años un cúmulo de experiencias que deriva en la formación de la mente individual o subjetiva. Es decir, se crea el enfoque particular de la conciencia que responde a la necesidad de conocer en detalle las circunstancias del sujeto. Es entonces cuando aparecen los sentimientos (subjetivos), no solo como un recurso para cubrir esta necesidad informativa sino también para motivar al cambio autoconsciente del comportamiento que –afirma Damasio– influirá en la creación de las culturas

En definitiva, los sentimientos cumplen una función esencial al optimizar el proceso de supervivencia para progresar en el medio. Mejora que en principio es inconsciente (biológica) pero que en ellos se hace consciente. En consecuencia, el ser humano puede dirigir estos procesos estableciendo formas de vida cultural. Los sentimientos permiten entonces regular el poder creativo de los procesos homeostáticos naturales diversificando las posibilidades de acción:

1. Como factores de motivación de la creación intelectual (a) dando lugar a la detección y diagnóstico de las deficiencias homeostáticas; (b) identificando estados deseables merecedores de esfuerzo creativo.
2. Como controladores del éxito o el fracaso de instrumentos y prácticas culturales.
3. Participando en la negociación de los ajustes que el proceso cultural requiere a lo largo del tiempo. (Damasio, 2018, p. 40)

Cada sentimiento tiene su función y puede ser aprovechado para influir sobre la realidad que percibimos. Por ejemplo, sentir aburrimiento incita a evitar una situación peligrosa o carente de interés; pero también inquieta hasta el punto de imaginar

nuevos significados para dicha situación “aburrida”, dándole una salida simbólica. Hans Blumenberg especula justamente que este sentimiento pudo ejercer de “presión selectiva” para originar las culturas humanas desde el momento en que durante la prehistoria los individuos más débiles –los menos eficientes para cazar– compensaron su incapacidad para adaptarse a la naturaleza con una comunicación introspectiva e interpersonal que dio paso al pensamiento abstracto y la técnica (Ros Velasco, 2018, pp. 59-64).

Los sentimientos configuran programas de acción biológico-cultural. Son agentes creativos del comportamiento. Por eso desencadenan una serie de experiencias donde el equilibrio entre las sensaciones interiores y las circunstancias exteriores depende del significado que se les atribuya.

José Antonio Marina y Javier Rambaud definen este hecho como un enclave de la *ciencia de la evolución de las culturas*, una concepción histórica de la humanidad en la que biología y cultura se dan la mano a través de la psicología. Esto implica que las ventajas evolutivas provocadas por la aparición del pensamiento simbólico y los sentimientos sean seleccionadas por la naturaleza, lo que conlleva que los procesos biológicos y culturales significativos para la supervivencia sean incorporados al código genético de la humanidad, tal como viene demostrando la epigenética conductual. Ciertamente, los sentimientos median entre el pensamiento y la acción, entre lo simbólico y lo cultural: “Los modos de producción pueden depender de ideas previas y, desde luego, de sentimientos previos.” (Marina y Rambaud, 2018, p. 95).

Aunque a menudo esta mediación también refleja la alienación provocada por el desfase evolutivo entre el ser humano y sus propias creaciones culturales. Como señala Pierre Ducassé para el caso de las creaciones técnicas:

La desproporción espantosa entre nuestra técnica (obra evolutiva de una ciencia consagrada a lo universal) y las necesidades fijas, limitadas de nuestro cuerpo (que traduce la orientación adquirida de nuestros sentimientos esenciales, y toda la inercia de nuestro psiquismo) nos deja desadaptados y aún, en apariencia, incapaces de retomar la iniciativa frente a este segundo aspecto del hecho técnico. (Ducassé, p. 1980)

Esta ambivalencia histórica en que los sentimientos se relacionan con las creaciones culturales saca a la luz la necesidad de una comprensión más profunda de la técnica. Por eso mismo nos preguntamos hasta qué punto y de qué manera la psicología humana puede integrar al fenómeno técnico.

Carl Gustav Jung ofrece una visión del sentimiento muy útil al respecto, pues aunque también lo explica como una “imagen” mental de la realidad donde se unen la información del interior con la del exterior, la dimensión creativa que atribuye a la mente frente a las perspectivas biológica y cultural hace que dicha imagen trascienda hacia algo más profundo y misterioso. Frente a la creatividad de la homeostasis que genera el sentimiento para dar continuidad al organismo con la realidad preexistente, Jung propone que el sentimiento no tiene por qué ser guiado exclusivamente por esta lógica evolutiva pues sorprendentemente también puede cambiar la estructura misma de la realidad (no solo la imagen). En síntesis, en el sentimiento se pueden identificar la realidad objetiva con la subjetiva.

Jung lo muestra con el análisis de las sincronicidades: casualidades que escapan a una interpretación lineal o causal. –Coincidencias significativas como por ejemplo, conocer al autor de ese libro que tanto tiempo llevamos buscando sin éxito o que en el momento en que pensamos viajar a una ciudad conocamos a alguien oriundo de allí.– En ellas se manifiesta físicamente el carácter unitario del inconsciente, que es decir, la información psíquica que se plasma en un evento donde no existe separación ni tiempo entre la mente y la materia ni el sujeto y el objeto. La sincronicidad evidencia que ambos factores son expresiones diferentes del mismo contenido inconsciente. “Sincronicidad significa, por tanto, el acontecimiento simultáneo de un cierto estado psíquico con uno o más sucesos externos que aparecen como paralelos significativos en el estado subjetivo momentáneo –y viceversa en algunos casos” (Jung, 1988, p. 35).

Esta coincidencia entre un suceso externo y el estado psicológico del individuo durante la sincronicidad también es algo propio de quienes viven episodios sicóticos. Por eso Jung atribuye un carácter sicoide al inconsciente –coherente y pleno de significado en sí mismo– que se muestra a la conciencia a través de sentimientos durante los episodios de sincronicidad. Esto ocurre gracias a la apertura o disponibilidad del sujeto sintiente que permite la emergencia de información inconsciente a la conciencia. De esta manera el contenido de la mente se traduce a la percepción.

El sentimiento produce un *descenso parcial del nivel mental*, pues aunque eleva el contenido determinado a un grado supranormal de luminosidad, lo hace restando la misma energía a otros posibles contenidos de conciencia que se vuelven oscuros y en ocasiones inconscientes. Debido a la reducción de conciencia causada por el sentimiento durante todo el tiempo que dura, se produce un descenso de control que, a su vez, proporciona al inconsciente una oportunidad de ocupar el espacio que queda vacío. De esta forma nos encontramos con que los contenidos inconscientes inesperados o inhibidos se abren paso y encuentran expresión en el sentimiento. (Jung, 1988, p. 29)

El sentimiento es una puerta de acceso a la sincronicidad y con ello, al orden simbólico implícito del inconsciente. Por ello apuntamos en esta ocasión al propio sentir como vía para percibir conscientemente las sincronicidades de nuestra vida. Más aun, si el sentimiento provoca esa apertura o “reducción de conciencia” que facilita la proyección inconsciente al exterior, cabe preguntarse si es posible influir sobre la sincronicidad al modificar los sentimientos. Dicho sencillamente, más que asistir o encontrarnos con las casualidades, ¿es posible generarlas?

Lo que aquí proponemos al respecto es que las ventajas creativas de percibir una sincronicidad no tienen porque ceñirse a la contingencia del momento sino que se puede dirigir la percepción hacia las sincronicidades de forma continuada gracias a una gestión adecuada de los sentimientos. Por ello es importante comprender qué papel ejercer en este proceso creativo. Una función que David Peat determina como la identificación del sujeto con el fenómeno en su totalidad.

La sincronicidad es una imagen de la fuente creadora pues, dentro de su momento intemporal [inconsciente], la concienciación inunda toda conciencia y materia para producir un sentido profundo de identidad. De este momento intemporal fluyen los sucesos y los patrones de la sincronicidad. Estos se extienden por las distinciones artificiales de la mente y la materia, el “sí-mismo” y el cuerpo, el individuo y la sociedad,

la sociedad y la naturaleza. La sincronicidad, por lo tanto, es la insinuación de una transformación mucho más superior. Una insinuación de una vida más creadora en la que el yo ocupa su lugar adecuado dentro de la conciencia (Peat, 2007, p. 269).

Insistimos por lo tanto en que para experimentar sincronicidades el único cometido del individuo es reconocerse uno con la totalidad para alcanzar el potencial creativo que la manifiesta. Más precisamente, bastaría con tomar consciencia del orden significativo que comparten el evento externo y el sentimiento asociado. En definitiva, se trata de alinear significativamente el sentimiento con la realidad percibida en su conjunto, utilizando el primero como vía de acceso para redescubrir la segunda. En definitiva, se trata de invertir el enfoque de nuestra percepción hallando en la mera casualidad un fenómeno puramente creativo.

2. Hacerlo de casualidad

Volviendo ahora con nuestra intención de concretar un sistema para la mejora espontánea de habilidades, podemos definir este abordaje al inconsciente desde una *sincronicidad psicotécnica* cuya manifestación exterior es la acción y la manifestación interior es el sentimiento, ambas unidas por un mismo contenido. Tratándose entonces de las acciones implicadas en la técnica, nos ceñimos al instante mismo de su aplicación.

La ciencia psicotécnica vincula psique y técnica de una forma práctica y precisa. Sobre todo teniendo en cuenta las funciones preventivas y predictivas que se aplican al individuo, entendido dentro del entorno socio-cultural. Un enfoque puramente causal y determinista que por definición limita su potencial creativo a los medios y fines; trabajos y logros que nuestra sensibilidad acomete para satisfacer determinados deseos físicos. En otras palabras, tal como decía su fundador Hugo Münsterberg (1913, p. 244), esta psicología aplicada es una ciencia al servicio de la excelencia práctica: “[...] La tarea de la psicotecnia es determinar mediante experimentos psicológicos exactos cómo se puede asegurar este efecto mental, la satisfacción de los deseos económicos, de la manera más rápida, fácil, segura, duradera y satisfactoria.”

La psicotecnia o técnica interior del método para actores de Konstantin Stanislavski se dirige más allá de lo personal. Otorga protagonismo a la creatividad del inconsciente y reconoce que para mejorar las cualidades técnicas es necesario atender a los sentimientos para propulsar la energía y el talento actoral. Pero tales sentimientos no son tomados directamente del momento en que la técnica se desarrolla sino que son proyectados voluntariamente sobre la acción a partir de alguna experiencia individual ajena a la práctica misma. No hay entonces un verdadero paralelismo significativo en términos de sincronicidad, aunque pueda parecerlo.

[...] Sería magnífico que se pudiera dominar para siempre la técnica a fin de repetir una vivencia afortunada. Pero el sentimiento no se puede fijar. Se escurre entre los dedos como el agua... No queda, pues, otro recurso que buscar un procedimiento más estable para influir sobre él y afirmarlo. ¡Elija cualquiera! El más fácil y accesible, una acción física, una pequeña verdad, un breve momento de fe. [...] (Stanislavski, 1977, p. 350)

El primer caso indaga en lo personal mientras que el segundo se dirige a lo transpersonal. La ciencia psicotécnica da soluciones precisas y controladas a voluntad pero su alcance es menor y requiere de controles y práctica continuada en el tiempo. El método de Stanislavski implementa un potencial creativo mucho mayor y sin esfuerzo pero tiende a desplazar la voluntad personal por la indeterminación permanente. En todo caso ambos son procedimientos mucho más efectivos que la repetitiva mecanización tradicional del aprendizaje pero carecen de la sincronicidad entre sentimiento y acción necesaria para dirigir conscientemente y de forma concreta el proceso de aprendizaje sin renunciar a la impronta creativa del inconsciente. Por lo tanto, utilizar la sincronicidad para el desarrollo de habilidades no consiste en influir voluntariamente sobre el contenido del sentimiento. Esto solo virtualiza la experiencia y perpetúa un modelo causal en el que técnica y sentimientos se conciben como separados de la acción creadora. Ambos planteamientos de la psicotecnia resultan insuficientes por separado pero unidos se complementan y acercan a una experiencia óptima y genuina de la técnica.

La propuesta de esta investigación es integrar lo mejor de ambos enfoques, precisión y potencial, a partir de una *identificación total con los factores implicados en la acción técnica*. En suma, se trata de integrar los aspectos cognitivos y sensoriales de la percepción al conocimiento de la vida práctica. De esta manera es inevitable acercarnos a cada experiencia como la totalidad indivisible que verdaderamente es. Como apunta Ignacio Gómez de Liaño, es una necesidad que nos acerca a una observación científica más integral y práctica:

Para que los diagnósticos de la ciencia sean vitalmente eficaces se requiere una psicotecnia cuyos procedimientos combinen los qualia representativos [cognitivos] con los afectivo-fruitivos [sensitivos] y los motores como se combinan y entretajan en la vida. A la doctrina en que se funda esa psicotecnia se la puede llamar ciencia de la automorfosis (formación-de-uno-mismo) o de la prosopomorfosis (formación-de-la-persona) o de las formaciones anímicas y espirituales o, simplemente, filosofía práctica. (Gómez de Liaño, 2001, p. 427)

Así llegamos, como se planteaba en el apartado anterior, a una visión más global que permita *percibir las acciones como sincronidades*. La clave está en observar cómo construimos significado pues este articula toda sincronicidad. Por esto todas las coincidencias son simbólicas en tanto representan con imágenes la información inconsciente. Antonio R. Damasio lo confirma al decir que “Las imágenes son el símbolo universal de la mente y el pensamiento” (Damasio, 2018, p. 130) y Jung cuando admite que “la emergencia de los paralelos simbólicos no se puede explicar sin la hipótesis del inconsciente colectivo” (Jung, 1988, p. 33). Así se da que una misma información emerja en forma de sentimiento y acción simultáneamente; imágenes que se sincronizan con otras imágenes a través de un mismo significado.

Visto esto, surge la posibilidad de relacionar especularmente los sentimientos con el factor externo de la sincronicidad, sabiendo que el significado que percibimos en cada conocimiento aplicado, cada gesto efectuado, cada herramienta utilizada o cada material escogido pertenece a un orden creativo que trasciende cualquier posibilidad personal y cultural del individuo, aunque necesariamente opere también mediante

estas en forma de sentimientos y acciones. Nos centramos entonces en el contenido de estas imágenes, es decir, en su función simbólica, no para cambiarlas como proponía Stanislavski sino para descubrir su correspondencia inconsciente.

Los artistas utilizan el lenguaje simbólico de una forma instintiva porque suelen estar más abiertos a producir intuitivamente, lo que los hace más sensibles a experimentar sincronicidades entre sus sentimientos y las técnicas empleadas. Ramón Gómez de la Serna deja constancia de esto en un “decálogo del clavador de clavos” donde establece un paralelismo significativo (poético) entre conciencia y técnica. De ello podemos extraer la simbología que atribuye al hecho de clavar un clavo y el paralelismo significativo entre su persona y el objeto durante la acción, así como las consecuencias implícitas en esta. El mismo artista nos habla del acto de enclavarse en el puerto y la estabilidad de quien se establece en una casa; también de su pasión por los clavos desde que escuchó un cuento de niño en el que un hombre permanecía encerrado míseramente en una habitación vacía donde solo había un clavo en la pared y que al arrancarlo rompió el muro de donde cayeron multitud de monedas de oro. Pero también, en el desarrollo de la acción misma encontramos un énfasis sobre la presencia del individuo y el uso de su intención para evitar accidentes y ser más efectivo. Se dan en definitiva una serie de consejos o *tips* creativos para percibir la técnica de clavar clavos como una sincronicidad creativa en sí misma.

- 1º No penséis en los vecinos cuando claváis un clavo porque lo clavaréis torcido.
 - 2º No calculéis el daño que os harías en los nudillos si se os escapa el martillo porque os daréis un martillazo.
 - 3º No tengáis clavos en la mano izquierda mientras clavéis un clavo con la derecha porque os los clavaréis.
 - 4º Contad con que la fuerza del martillo viene de atrás y no de frente a vosotros. La inteligencia del martillo es occipital.
 - 5º Saber bien a qué se destina cada clavo, si para una percha, para un cuadro, para una jaula, para una librería.
 - 6º Si alguien os ayuda, procurar que sea él el que reciba los golpes perdidos.
 - 7º No olvidéis el martillo en lo alto de la escalera porque recibiréis el más tremendo capón de la Providencia cuando se os caiga encima.
 - 8º Subid siempre a lo alto con el clavo que vais a clavar, con el martillo y con varios clavos de repuesto en el bolsillo para no estar subiendo y bajando, pues por cada clavo que logréis clavar se os escaparán cuatro o cinco.
 - 9º Hay que ser implacable con el clavo, con la pared y con el martillo.
 - 10º Clavo torcido clavo nocivo, inseguro y con remordimientos de conciencia.
- (De la Serna, 2017, p. 478)

El clavo simboliza la psicología del individuo. Pero esta relación simbólica no es ficticia sino real, pues Ramón Gómez de la Serna también resalta las consecuencias que la mentalidad del clavador tiene sobre el objeto. Hecho que evidencia el último punto del decálogo, al identificar los remordimientos de conciencia con la torcedura del clavo y el sentimiento de inseguridad con la cualidad “fallida” del clavar. Todo ello refleja la realización de un acto creativo cuya riqueza trasciende las imágenes personales y culturales, tal como simbolizaba el descubrimiento del oro en aquel cuento de infancia

del artista. Por ello no exageramos al decir que durante la sincronicidad cada fragmento de realidad es un símbolo y cada acción es poesía (poiesis).

No obstante, podría objetarse que el caso anterior no es una sincronicidad porque podría explicarse simplemente como un sentimiento cuyas cualidades provocan una acción determinada. Lógicamente, esto es así cuando se trata de procesos conscientes en los que contemplamos nítidamente las relaciones. Sin embargo, cuando se trata de relaciones inconscientes, ya sea en su totalidad o en cualquier matiz de las mismas, podemos decir que nuestras acciones son guiadas por la sincronicidad. Porque tal como señala Deepak Chopra, esta simultaneidad de procesos corpóreo-mentales solo puede ser inconsciente:

El cuerpo humano solo puede funcionar si opera sincrónicamente y esto ocurre a través de la correlación no circunscrita. ¿De qué otro modo podrían 100 trillones de células—cada una haciendo millones de cosas cada segundo— coordinar actividades para sostener a un ser humano viviente? ¿De qué otra manera podría un cuerpo humano generar pensamientos, eliminar toxinas, sonreír a un bebé —o incluso hacer un bebé—, todo al mismo tiempo? (Chopra, 2016, p. 41)

Efectivamente, que no podamos relacionar causalmente estas coincidencias no evita que lo hagamos en un futuro. Recordemos que el ser humano avanza gracias a su ignorancia. Gracias a ella nos lanzamos a la aventura de crear significados. Pero ¿cómo dar significado a una sincronicidad cuando este ya procede automáticamente y a priori del inconsciente?

Tratamos casos en los que no percibimos un paralelismo significativo de sucesos simultáneos. Esto ocurre cuando ponemos en práctica alguna técnica y ocurren sincronismos durante el proceso que afectan inesperadamente a los resultados. Los casos más llamativos son considerados normalmente como fallas porque escapan al orden de nuestros deseos y voluntad personal. Por esta razón, las fallas son pasadas por alto normalmente cuando nos sentimos incapaces de integrarlas al proceso creativo debido al peso de nuestras propias contradicciones y conflictos derivados. Esto es lo que David Bohm define como *confusión autoalimentada*, un momento en el que “la mente empieza a reprimir la verdadera originalidad y creación, porque parece amenazar el aparente centro creativo, aunque mecánico, que reside en el corazón de nuestro ‘propio yo’ Esta es la acción que constituye el proceso de adormecerse” (Bohm, 2002, p. 61). Ciertamente se trata de una confusión en la que perdemos el sentido genuino de la técnica. Porque ciertamente, si lo pensamos, cualquier falla participa de por sí en cualquier proceso creativo por el simple hecho de surgir dentro de él y por ello poseer su propio sentido. Así proponemos aceptarlas a priori como ocasiones para la sincronicidad. De esta manera, en vez de percibirla como eventos desafortunadamente azarosos podremos recobrar el sentido original de la falla para motivar la fluidez de acción y sentimiento y por supuesto, evitar repetir los mismos errores y aprender más rápidamente.

El arte de vanguardia nos ilumina para integrar los acontecimientos azarosos al proceso creativo, especialmente las fallas, y por ello nos sirve en parte como precedente de integración de casualidades. La presencia amplificada del *objet trouvé* y la

improvisación son ejemplos generales de esta estrategia. Uno más concreto es el accidente paradigmático que sufrió *El gran vidrio* de Marcel Duchamp, quien lejos de ver una rotura desafortunada e intentar solucionarla reconoce “una intención curiosa de la que no soy responsable, una intención *ya hecha* en cierto modo, que respeto y quiero” (Duchamp, 1978, p. 177). Así, comprender que bajo las fallas se halla una motivación inconsciente nos permite disfrutar de una acción más consciente e innovadora –de la que justamente la obra de Duchamp es emblema. De aquí que gracias a este enfoque ya no percibamos un sinsentido sino una sincronicidad que nos señala como agentes psíquicos principales de nuestras acciones y las técnicas que empleamos.

Cualquier fenómeno como el anterior, en el que fluyen imágenes mentales y las capacidades para ponerlas en práctica, es plenamente creativo. En ellos se integra el dualismo mente-cuerpo y no hay diferencias entre el creador de la experiencia, su acción y la creación misma sino una expansión consciente que las identifica como un mismo fenómeno. En los términos que aquí hemos tratado, este estado creativo integra y trasciende los factores técnicos de nuestras acciones y los sentimientos no solo porque la conciencia les influye sino también porque los contempla como expresiones de sí misma. Por esto la técnica consciente o inspirada es una experiencia de unión hasta el punto de vivir las supuestas fallas como bellas oportunidades de aprendizaje. Esta técnica emerge entonces de tomar conciencia del sentido creativo de nuestras acciones, cuando surge un hacer espontáneo y sin esfuerzo, casi inconsciente, en el que podríamos decir incluso que no estamos haciendo nada voluntariamente.

Un artista como John Cage resaltaría la importancia de aplicar este potencial de la inconsciencia o “nada” creativa a la práctica de las técnicas.

Si estamos haciendo algo que no es nada, quien lo hace debe amar y ser paciente con el material que escoge. De otro modo atrae la atención sobre el material, que es precisamente algo, mientras que lo que se hacía era nada; o llama la atención sobre sí mismo, mientras que nada es anónimo. La técnica de manipular materiales es, a nivel sensorial, lo que la estructura como disciplina a nivel racional: un método para experimentar nada. (Cage, 2002, p. 114)

En suma, la técnica inspirada solo puede darse en la unificación coherente entre quien la ejecuta y los elementos implicados en su acción –como por ejemplo el material. Unificación que integra y trasciende la separación entre objeto y sujeto, y es la condición principal del ser creativo que da significado conjunto a la acción y el sentimiento en la sincronicidad.

CONCLUSIONES

La incapacidad para fluir con nuestras acciones –entre las que cabe la frustración de cualquier aplicación técnica– es proporcional a la incapacidad para conocer nuestros propios sentimientos. Quizás por esto quien no toma conciencia de ello solo puede esforzarse en dominar racionalmente las técnicas o depender de expertos que ya lo hagan. En última instancia, dependemos de la técnica porque a ella le atribuimos el

poder de nuestras acciones; porque todavía no somos plenamente responsables de nosotros mismos ni de lo que implica conocernos para poder realizarlas coherentemente. Por esta razón el artículo nos recuerda un recurso prometedor para la didáctica, aunque todavía lejos de un uso generalizado –pese a tener un siglo. En cualquier caso, en el momento en que este proceso de indagación a través de sincronidades psicotécnicas comienza a ocurrir nuestras acciones se hacen más consistentes y eficaces, dando una respuesta creativa y aumentando exponencialmente nuestra capacidad de aprendizaje.¹ Esta es la técnica inspirada que nace de uno mismo. Como decía Jean Cocteau, la única técnica que merece la pena dominar.

FUENTES REFERENCIALES

- Bohm, D. (2002). *Sobre la creatividad*. Barcelona: Kairós.
- Cage, J. (2002). *Silencio: conferencias y escritos*. Madrid: Árdora.
- Chopra, D. (2016). *Sincrodestino*. [Ebook versión de Grijalbo].
- Damasio, A.R. (2018). *El extraño orden de las cosas. La vida, los sentimientos y la creación de las culturas*. Barcelona: Destino.
- De la Serna, R. (2017). *Automoribundia 1888-1948*. [epub] Zaragoza: Titivillus.
- Ducassé, P. (1980). *Historia de las técnicas*. Buenos Aires: Eudeba.
- Duchamp, M. (1978). *Duchamp du signe*. Barcelona: G. Gili.
- Gómez de Liaño, I. (2001). *Iluminaciones filosóficas*. Madrid: Siruela.
- Jung, C.G. (1988). *Sincronicidad*. Málaga: Sirio.
- Marina, J.A., Rambaud, J. (2018). *Biografía de la humanidad. Historia de la evolución de las culturas*. Barcelona: Ariel.
- Münsterberg, H. (1913). *Psychology and industrial efficiency*. Cambridge: Houghton Mifflin. <https://doi.org/10.1037/10855-000>
- Peat, D. (2007). *Sincronicidad. Puente entre mente y materia*. Barcelona: Kairós.
- Ros Velasco, J. (2018). *El aburrimiento como presión selectiva en Hans Blumenberg*. [Tesis doctoral]. Madrid: UCM.
- Stanislavski, K. (1977). *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de las vivencias*. Buenos Aires: Quetzal.

¹Cabe mencionar Creatividad Instantánea® como un proyecto dedicado a la mejora de capacidades técnicas y creativas que incrementa el rango de aprendizaje (learnability) gracias al enfoque sobre la sincronicidad presentado en este artículo.
Sitio web: www.creatividadinstantanea.com