
NEYREL
Aprender a ver
18 PASOS QUE TE AYUDARÁN
A DESARROLLAR EL PENSAMIENTO
CREATIVO
NEYREL

Unas palabras antes de empezar

Si este libro ha llegado a tus manos, significa que algo ya ha ocurrido. Quizás estés buscando inspiración. Puede que te hayas cansado de la monotonía. O tal vez, un día, te diste cuenta de que hacía tiempo que habías dejado de asombrarte de verdad por algo. Sea cual sea la razón que te ha traído hasta aquí, ya es importante. Porque todo viaje comienza con la curiosidad.

Este libro no te enseñará a pintar como Picasso. No te convertirá en un gran escritor. Ni hará de ti un músico en una sola noche. Y esa es una buena noticia. Porque su objetivo es completamente distinto. Te ayudará a descubrir lo que ya reside en tu interior.

El pensamiento creativo no es un privilegio de artistas. No es un talento reservado para unos pocos elegidos. Es la capacidad humana de percibir más allá, de hacer preguntas, de buscar soluciones diversas y de crear cosas nuevas allí donde otros solo ven lo de siempre. Esta capacidad vive en cada uno de nosotros. A veces, simplemente se duerme. Este libro es una invitación a despertarla.

No te apresures. No intentes leer deprisa. Aquí no hay exámenes. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Algunos ejercicios te llevarán cinco minutos. Otros, quizás, te acompañen toda la vida.

A veces basta con una sola idea para empezar a ver el mundo de otra manera. Si esto sucede al menos una vez, el libro ya habrá cumplido su misión. ¡Bienvenido! Nuestro viaje comienza.



Cómo usar este libro

«No hace falta hacerlo perfecto; basta con atreverse a probar.»

Cómo usar este libro

Este libro no es un manual.

Ni una novela.

Más bien, es como un viaje.

Cada capítulo es una pequeña parada.

No te apresures a pasar al siguiente.

Permítete detenerte un poco.

Al final de cada capítulo te espera una actividad práctica.

No lo veas como deberes.

Es una invitación a un pequeño experimento.

Algunos ejercicios te resultarán sorprendentes.

Otros, muy sencillos.

A veces, las tareas más simples son las que más transforman nuestra percepción.

No te esfuerces por hacerlo todo perfecto.

La creatividad no busca la perfección.

Ama la honestidad.

Si algún capítulo te resuena especialmente, vuelve a él.

Dentro de un mes.

Dentro de un año.

Te sorprenderá lo diferente que verás esas mismas páginas.

Puedes leer este libro en solitario.

Con un niño.

Con un amigo.

Con tu pareja.

Con alumnos.

Con compañeros.

A veces, la misma pregunta genera respuestas completamente diferentes.

Y es precisamente aquí donde reside el verdadero valor de la creatividad compartida.

La regla principal es muy sencilla.

No temas experimentar.

Antes de pasar página...

No quiero pedirte que memorices nada.

No quiero explicar nada.

Solo quiero hacerte una pregunta.

Detente un minuto.

Y respóndete con total honestidad.

¿Cuándo fue la última vez que miraste algo familiar como si lo vieras por primera vez?

No te apresures.

Quizás sea con esta pregunta con la que empiece el viaje más fascinante.

Pasa la página.

Ya te está esperando.



Prefacio

«Una pregunta pequeña puede abrir un mundo inmenso.»

Prefacio

> *«El mundo no cambia cuando aprendemos algo nuevo. Cambia cuando empezamos a mirar lo conocido de una forma diferente.»*

Hay personas que saben ver oportunidades donde otras solo advierten una casualidad.

Encuentran soluciones insólitas en las cosas más sencillas.

Perciben la belleza en la imperfección.

Convierten los errores en descubrimientos, y las ideas accidentales, en obras de arte, proyectos innovadores o inventos.

A menudo, a estas personas las llamamos talentosas.

¿Pero y si la clave no fuera el talento?

¿Y si simplemente aprendieron a ver el mundo de una forma un poco distinta?

Este libro nació precisamente de esa pregunta.

Durante muchos años, la gente se ha acostumbrado a pensar que la creatividad pertenece a artistas, músicos, escritores y actores.

A los demás solo nos queda admirar el resultado.

Pero la creatividad empieza mucho antes.

Nace en el momento en que una persona se hace la pregunta:

> *«¿Y si...?»*

Es precisamente esta pregunta la que impulsa el arte, la ciencia, la educación, el emprendimiento e, incluso, nuestra vida cotidiana.

Nos la hacemos cuando buscamos una solución nueva.

Cuando educamos a nuestros hijos.

Cuando construimos relaciones.

Cuando cambiamos de profesión.

Cuando creamos algo que antes no existía.

El pensamiento creativo no es una profesión.

Es una forma de interactuar con el mundo.

En este libro no encontrarás recetas mágicas ni promesas de convertirte en un genio en una semana.

En cambio, descubrirás decenas de pequeños hallazgos que te ayudarán a recuperar lo que todos teníamos en la infancia: la capacidad de asombrarnos, de investigar, de experimentar y de crear.

El método Neyrel se basa en una idea sencilla.

Cada persona es capaz de desarrollar el pensamiento creativo.

No solo a través del dibujo.

Sino también a través de la fotografía.

La música.

El teatro.

Las historias.

El movimiento.

El juego.

La observación.

E incluso a través de los objetos más comunes que nos rodean cada día.

Todas estas actividades son solo puertas diferentes.

Pero todas llevan al mismo lugar.

Donde nacen las ideas.

Te invito a un viaje.

No te apresures.

No intentes leer el libro en una sola noche.

Detente.

Reflexiona.

Prueba los ejercicios.

Asómbrate.

Y, quizás, un día te descubras pensando que el mundo que conocías se ha vuelto un poco más amplio.

Y eso significará que ya habrás dado el primer paso más allá de lo evidente.

Para reflexionar

Antes de pasar la página, respóndete a una sola pregunta:

¿Cuándo fue la última vez que hiciste algo por primera vez?

No tiene por qué ser algo grande.

Quizás tomaste un camino diferente para volver a casa.

Probaste un plato desconocido.

Conociste a alguien nuevo.

O simplemente te detuviste a contemplar un atardecer.

Muy a menudo, el pensamiento creativo comienza con estos pequeños pasos.

Ejercicio práctico

Un día sin piloto automático

Mañana, intenta vivir el día de una forma un poco distinta.

Haz al menos cinco cosas de una forma inusual.

Por ejemplo:

- toma otro camino;
- reorganiza los objetos de tu escritorio;
- fotografía algo por lo que sueles pasar de largo;
- habla con alguien a quien llevas tiempo queriendo conocer mejor;
- intenta encontrar tres detalles bonitos en un lugar de lo más común.

Por la noche, respóndete a la siguiente pregunta:

¿Qué cosas nuevas he descubierto hoy al salir de lo habitual?





«Lo conocido aún guarda detalles para quien decide mirar de nuevo.»

CAPÍTULO 1

¿Qué puedo ver hoy por primera vez?

VER • EXPRESAR • RESOLVER

> *«La creatividad no nace cuando se crea una obra maestra. Nace en el momento en que una persona se permite ver el mundo de una forma un poco diferente.»*

Cada día nos despertamos en el mismo mundo.

Recorremos calles conocidas, abrimos puertas habituales, saludamos a las mismas personas. Nos parece que todo lo que nos rodea es bien conocido y ya no puede sorprendernos.

Pero la verdad es que el mundo nunca deja de cambiar.

Somos nosotros quienes cambiamos.

Con los años, nuestro cerebro aprende a ahorrar energía. Deja de examinar atentamente las cosas conocidas y empieza a reconocerlas al instante. Ya no nos fijamos en el árbol, simplemente sabemos que es un árbol. No estudiamos la cara de una persona, la reconocemos. No investigamos un objeto, lo nombramos.

Es una capacidad sorprendente del cerebro. Gracias a ella, tomamos decisiones rápidamente y no malgastamos energía en lo que ya nos resulta familiar.

Pero esta capacidad tiene su reverso.

Cuanto más rápido reconocemos el mundo, con menos frecuencia lo observamos de verdad.

Por eso un adulto y un niño observan el mismo objeto de formas completamente distintas.

Un niño puede pasar varios minutos observando una piedra común. En ella ve una isla, un dragón, una nave espacial o un tesoro. Para él, el mundo aún no está dividido en respuestas correctas.

Un adulto, la mayoría de las veces, responde de inmediato:

— Es solo una piedra.

Pero si todo lo grande fuera creado por personas que se contentan con la palabra «solo», no tendríamos ni aviones, ni música, ni cuadros, ni descubrimientos científicos.

Todo descubrimiento comienza en el momento en que una persona se hace una pregunta:

«¿Qué más puedo ver aquí?»

Esta es la pregunta que nos haremos una y otra vez en las páginas de este libro.

No para aprender a dibujar bien.

Ni para convertirnos en artistas.

Sino para aprender a pensar con más libertad.

Porque el pensamiento creativo no es exclusivo de la gente del arte.

Ayuda a encontrar soluciones donde otros solo ven un callejón sin salida.

Ayuda a percibir oportunidades donde los demás pasan de largo.

Ayuda a transformar los errores en descubrimientos y las casualidades en nuevas ideas.

Y lo más sorprendente es que esto se puede aprender.

No memorizando.

No estudiando de memoria.

Sino desarrollando esta habilidad de la misma manera que se desarrolla la memoria, la atención o la fuerza física.

A esto precisamente está dedicado el libro que tienes en tus manos.