

TRABAJAR CON ARTE, VIVIR CON ARTE

El camino de la creatividad facilita el tránsito por las diferentes dificultades con que nos enfrentamos en nuestro ámbito laboral

Pasan muchas cosas en ese encuentro.

La actitud reflexiva se ahonda con la presencia de esa tela que está esperando ser transformada. Poco a poco se descubren aspectos desconocidos y dormidos de la existencia, aspectos que permiten crecer. A veces uno se defrauda y se enoja porque no le gusta lo que ve, otras se dispone a una auto-comprensión más generosa, se acepta y reconoce sus debilidades, limitaciones y fortalezas.

También se aprende a controlar aquellas emociones que en algún momento funcionaron de manera negativa, no constructiva. Se logra mejor adaptación a la realidad, mayor flexibilidad ante uno y ante los demás. Se ejercita cómo enfrentar la postergación de objetivos y la capacidad de aceptar las frustraciones cuando las circunstancias externas no son óptimas, y se encuentran caminos creativos que facilitan la agilización de las metas.

Ello lleva a una mayor tolerancia en las interrelaciones y al respeto por los límites del otro. La maravilla del descubrimiento y el placer del contacto con uno mismo potencian la capacidad de compartir: me atrevo a ser lo que soy, y disfruto en la interacción con los demás.

Descansar en la conexión con mi autenticidad me permite caminar con confianza. Confiar en mí, en mis propios tiempos baja la ansiedad, y esa serenidad lograda irradia la confianza que el otro necesita para conectarse con su propia confianza. Sin esa confianza no puede haber comunicación, no puede haber expresión, no puede haber fruto.

Ser creativo es desarrollar la capacidad de confiar, de encontrar soluciones nuevas y caminos alternativos, y de aceptar los imponderables, tal como ocurre en esos accidentes que se producen en la tela. El cuadro se lee en su estructura, es lo que lo sostiene, como nos sostienen todos los aspectos que marcan nuestra identidad. Si aparecen accidentes y los resignifico, la estructura no se rompe: sólo sufre una pequeña transformación. Y tal vez salga mejorada.

En la lectura de un cuadro también existe el núcleo: donde convergen las líneas que marcan el equilibrio. El núcleo es uno mismo: volver a mirarlo, encontrarlo, potenciarlo equilibra mi vida.

En ese transitar aparecen etapas en que se agota la capacidad creativa. Pero tal vez ese es el momento en que surge la necesidad de encontrarse con uno mismo, de comenzar un diálogo interior, de preguntarse: ¿Cómo estás? ¿Qué sentís, qué te pasa, con qué colores está teñida hoy tu vida, adónde están tus recuerdos? ¿Cuáles son tus deseos, tus carencias y tus miedos? ¿Cuántos de ellos oscurecen y limitan tu accionar? Y al contarlos, al expresarlos, poco a poco pueden desaparecer, transformar la percepción de la realidad, modificar y reconstruir el pensamiento. Así, actúo como caja de resonancia de mi propio pensamiento, y descubro quién está del otro lado: el otro, los demás, los que nos acompañan en nuestro devenir, los que nos miran, los que reciben tus sentimientos

La propuesta es encontrar en un encuentro de reflexión y con el recurso de la actividad plástica, la facilitación de herramientas que nos permitan vivir de manera más satisfactoria .

Autora: Raquel Finkelstein