

# Soñar despiertos

José Gordon

Al referirse a la creatividad, Federico Fellini decía que el artista vive entre dos mundos: uno es inconsciente, en el otro rigen los modelos que predominan en nuestra cultura. El artista intenta combinar ambos. En una entrevista que realizó Jonathan Cott (*El lenguaje de los sueños de Fellini*, Rolling Stone, 1984), el cineasta italiano plantea que esto se puede visualizar como una zona de penumbra entre el sol y la luna, la frontera entre lo inconsciente y lo real. El borde entre la vigilia y el sueño que accede a lo inconsciente está en la fuente de las imágenes inolvidables que nos brindan las películas de Fellini.

¿Cómo podemos explorar el estado de soñar despierto que marca al proceso creativo? Esto ocurrió de manera inesperada en el trabajo de Marcus Raichle, neurólogo de la Universidad de Washington. Lo narra Jonah Lehrer en el libro *Imagina. Cómo opera la creatividad* (Houghton, Mifflin, Harcourt, 2012). A principios de los noventa, Raichle investigaba los mecanismos elementales de la percepción visual. Mediante un escáner registraba lo que sucedía en el cerebro cuando una persona contaba, por ejemplo, una serie de puntos. Después de esta tarea el sujeto del experimento no hacía nada durante treinta segundos. Dice Raichle: “Les pedíamos a los sujetos que no pensarán en algo en particular. Queríamos que se quedaran con la mente en blanco. Pensaba que esto conduciría a una disminución de la actividad cerebral. Sin embargo, estaba equivocado”.

Las observaciones mostraron que cuando el cerebro supuestamente no está haciendo nada, está llevando a cabo una actividad sorprendente: está soñando despierto. Los estudios de imagen por resonancia magnética funcional de Raichle demostraron

que el cerebro estaba muy activo durante la supuesta pausa de la actividad visual: se da una especie de conversación eléctrica entre las zonas frontales y posteriores del cerebro. Empiezan también a interactuar áreas cerebrales que normalmente no lo hacen de manera directa. Dice Lehrer:

“Tienen diferentes funciones y son parte de distintas vías neurales. Solamente hasta que comenzamos a soñar despiertos empiezan a operar de manera íntimamente integrada”.

¿Para qué sirve eso? Lehrer plantea que en esa frontera entre el descanso y la actividad se encuentra la clave de la creatividad y la imaginación. En vez de volcarse al mundo exterior, el cerebro empieza a explorar su base de datos interna. Busca, de manera más relajada, la conexión entre distintos mapas que habitan en nuestra memoria.

En el libro *Al faro*, Virginia Woolf describe este proceso desde el registro de la novela:

“A decir verdad, había perdido el conocimiento del mundo exterior. Y mientras perdía conciencia del mundo exterior [...] su mente continuaba arrojando, desde lo más hondo, escenas, nombres, dichos, recuerdos e ideas, como una fuente cuyo surtidor se derramara”.

Lehrer dice que soñar despierto es una especie de surtidor de imágenes que antes no estaban conectadas. En ese estado, el cerebro nos permite ver las zonas en donde se entrelazan mundos, ideas y conceptos que normalmente no notamos. En ese borbotón abreva la mente de Fellini y la imaginación de los grandes creadores y poetas. **u**

