

Abc de la expresión-lenguaje total

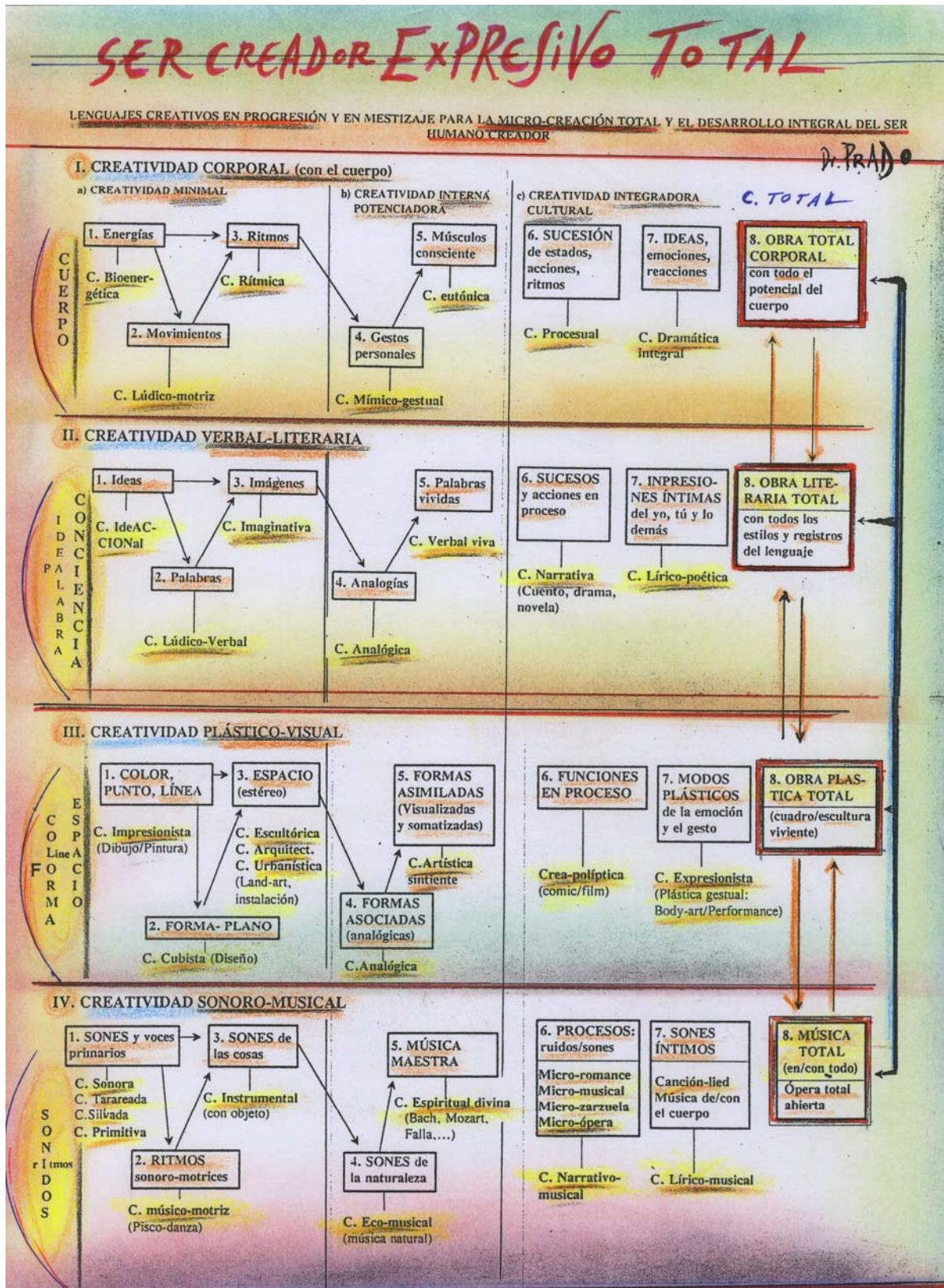
LA CREATIVIDAD EXPRESIVA INTEGRAL

Dr. David de Prado

ABC DE LA EXPRESIÓN-LENGUAJE TOTAL

LA CREATIVIDAD EXPRESIVA INTEGRAL

Dr. David de Prado



LA CREATIVIDAD EXPRESIVA INTEGRAL

LA CREATIVIDAD EXPRESIVA CORPORAL

- LA CREATIVIDAD CORPORAL BÁSICA ELEMENTAL: ENERGÍAS, MOVIMIENTOS, RITMOS
- LA CREATIVIDAD CORPORAL POTENCIADORA
- LA CREATIVIDAD CORPORAL INTEGRADORA CULTURAL: PROCESUAL, NARRATIVA, DRAMÁTICA Y TOTAL

LA CREATIVIDAD EXPRESIVA VERBAL LITERARIA

- LA CREATIVIDAD MINIMAL: IDEAS PALABRAS E IMÁGENES
- LA CREATIVIDAD LITERARIA POTENCIADORA
- LA CREATIVIDAD LITERARIO CULTURAL INTEGRADORA: LA NARRATIVA Y LÍRICA HACIA LA OBRA TOTAL

LA CREATIVIDAD EXPRESIVA PLÁSTICO VISUAL

- LA EXPRESIÓN PLÁSTICA MINIMAL: PUNTO, LÍNEA, COLOR
- LA EXPRESIÓN PLÁSTICA INTERIORIZADA POTENCIADORA
- LA EXPRESIÓN PLÁSTICA COMPLEJA, POLIPTICA, GESTUAL, EXPRESIONISTA (BODY ART / PERFORMANCE): HACIA LA OBRA INTEGRAL

LA CREATIVIDAD SONORO MUSICAL

- LA EXPRESIÓN MUSICAL MINIMAL: CON LO MÍNIMO
- LA CREATIVIDAD MUSICAL ANALÓGICA RE-VIVIDA
- CREATIVIDAD EXPRESIVO MUSICAL AVANZADA Y COMPLEJA

LA CREATIVIDAD EXPRESIVA CORPORAL

El cuerpo es el instrumento musical y comunicativo fundamental del ser humano. Con el cuerpo, aunque no lo queramos, reaccionamos espontáneamente a otras personas y a las circunstancias y fenómenos que nos afectan desde fuera. El cuerpo es en sí mismo **expresivo y transparente**: manifiesta de un modo claro cuál es el estado psicológico de la persona.

LA CREATIVIDAD CORPORAL BÁSICA ELEMENTAL: ENERGÍAS, MOVIMIENTOS, RITMOS

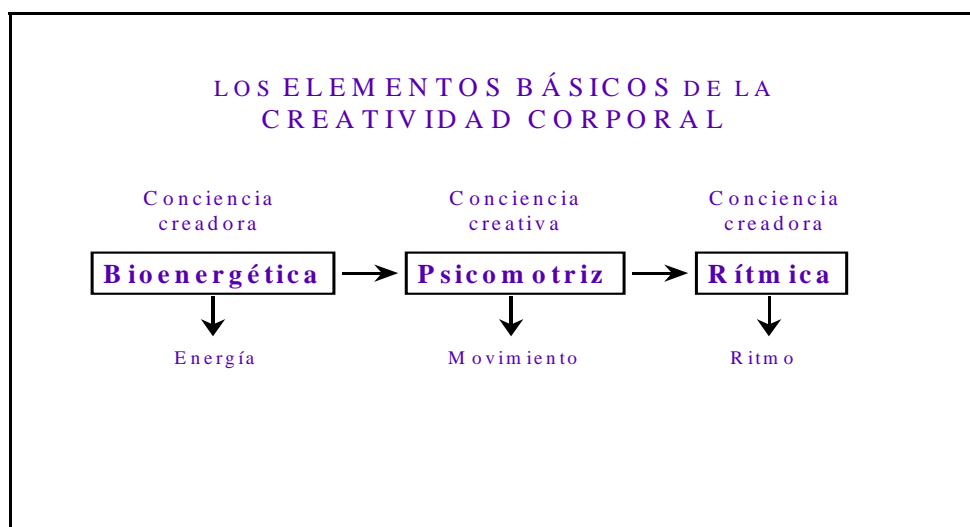
El cuerpo se comunica fundamentalmente a través de la energía desde su interior, y se manifiesta a través de registros, de movimientos y de ritmos comunicativos.

La energía del cuerpo refleja el estado fisiológico del cuerpo, y sensaciones que tenemos, podemos inmovilizarlo intensamente durante varios minutos para sentir el calor y la vida en nuestro organismo, que antes estaba como cargado.

El primer estadio por tanto de creatividad corporal consiste en la **autoconciencia corporal de nuestro organismo**, darnos cuenta de sí estamos bien, si nos sentimos a gusto, sin tensiones y dolores en ninguna de las partes de nuestro cuerpo. **El movimiento rápido contrasta con el movimiento a cámara lenta** y nos da una sensación muy profunda de conciencia corporal.

Realizar cualquiera de **las actividades de coordinación y equilibrio corporal**. El jugar con ritmos contrastados muy fuertes y muy blandos, **muy deprisa y rápido y muy lenta** y apaciblemente nos permite inducir en nuestro organismo la sensación de potencia y energía y de relajación y descanso.

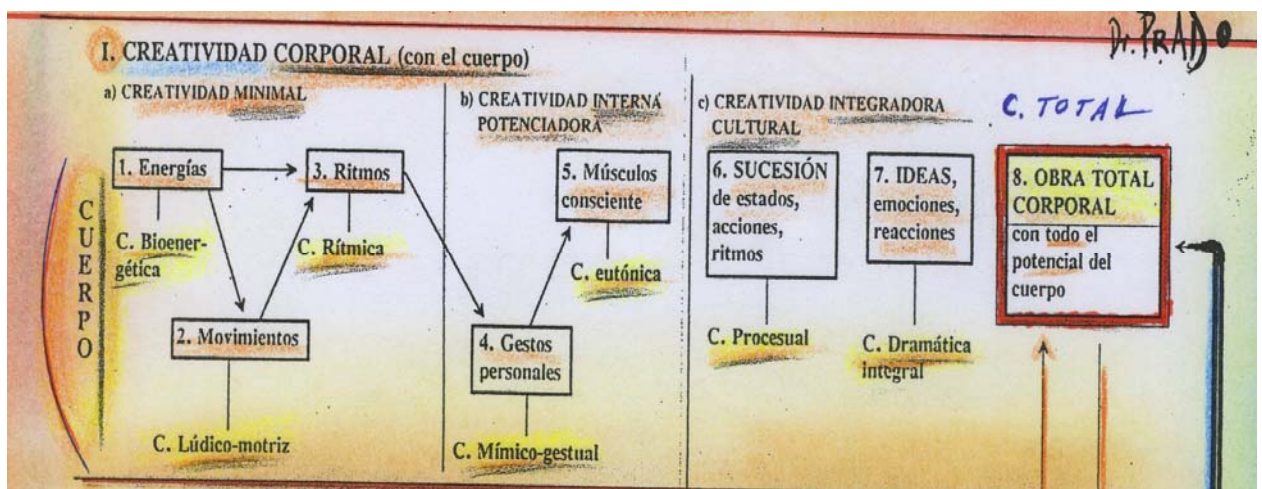
Cualquiera de las actividades que realizamos a diario al lavarnos los dientes, al conducir, al caminar o al comer pueden ser objeto de un tratamiento rítmico, sistemático y monótono.



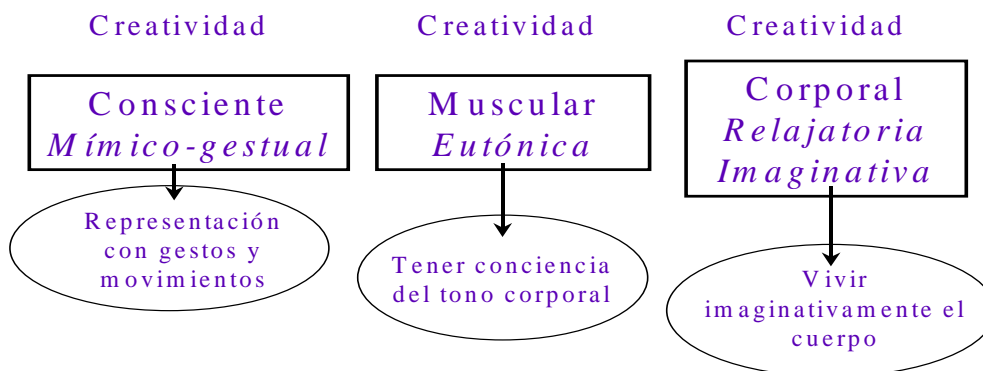
LA CREATIVIDAD CORPORAL POTENCIADORA

Pero también podría servir para darse cuenta del sentido equilibrado y preciso de nuestro modo de funcionar. Recurrir los ciclos ordinarios de **nuestra gestualidad** personal corporal, de nuestro estilo de manifestar nuestro yo a través del cuerpo.

Es importante **tomar conciencia de nuestros registros comunicativos**, por lo menos en orden a la creatividad corporal. **Hacer conscientes nuestros músculos**. Fundamentará la expresión corporal, la conciencia muscular. **La eutonía de Jerda Alexander** es una buena técnica para tomar conciencia de nuestros músculos, de nuestra estructura, estado y tono muscular tenso-laxo, de la relación de nuestra piel con el ambiente, partiendo del contacto con los tejidos que nos cubren.



LA INTERIORIZACIÓN POTENCIADORA DE LA CREACIÓN CORPORAL ESTÁTICO/DINÁMICA



LA CREATIVIDAD CORPORAL INTEGRADORA CULTURAL:

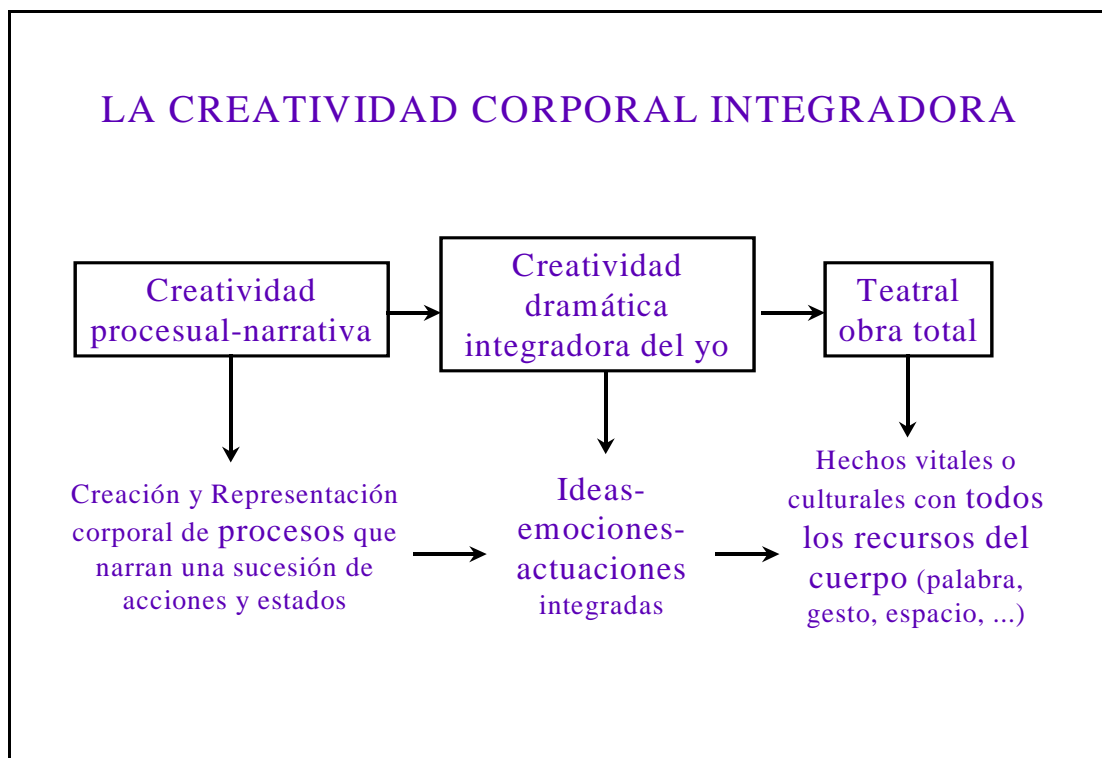
PROCESUAL, NARRATIVA, DRAMÁTICA Y TOTAL

Llegamos a la **creatividad procesual** cuando nosotros establecimos una sucesión de estados de ánimo, de acciones que constituyen **un relato autobiográfico que establece el signo y ritmo de nuestra vida** o de nuestro trabajo.

Esta **creatividad procesual dramática** consistiría fundamentalmente en escribir, simular y realizar textos teatrales sobre alguna de las actividades que realizamos al día, o sucesos que nos han ocurrido en el pasado. A partir de ellos podemos imaginarnos y fantasear relatos, cuentos de ficción y fantasía, narrarlos, diseñarlos y dramatizarlos.

La **creatividad dramática integral** consiste en la integración de un modo armonioso del **mundo de las ideas**, el mundo de **la emocionalidad**, el mundo de **las acciones y reacciones**, encadenados todos **en una dinámica coherente de relato o de suceso vital**.

Para caminar hacia la obra total del punto de vista corporal basta poner en marcha **una representación integral de cualquier aspecto de la cultura, un verso de un poeta, un relato o cuento**, una representación de **una escultura o de un cuadro** con las sensaciones, ideas, sentimientos y sucesos o eventos que reflejasen aspectos o **trozos de una cultura particular o arquetípica o evocaciones de la propia existencia**.



LA CREATIVIDAD EXPRESIVA VERBAL LITERARIA

LA CREATIVIDAD MINIMAL: IDEAS PALABRAS E IMAGENES

Para una auténtica creación literaria es preciso partir del estado de nuestra conciencia, que está constituida por **ideas** e **imágenes**, por un vocabulario sentido y sonoro que refleja aquellas experiencias vividas o que hemos visto en las imágenes de la televisión, del cine y que hemos grabado como resultado de nuestras lecturas o de nuestras observaciones en los contextos ordinarios de la vida.

Podríamos asegurar que el bagaje básico para la creatividad literaria está constituido por palabras, imágenes e ideas.

Ahora bien la creatividad literaria auténtica pasa por la vivencia real o imaginaria de aquellas cosas o sucesos que vivimos o descubrimos y escribimos o explicamos.

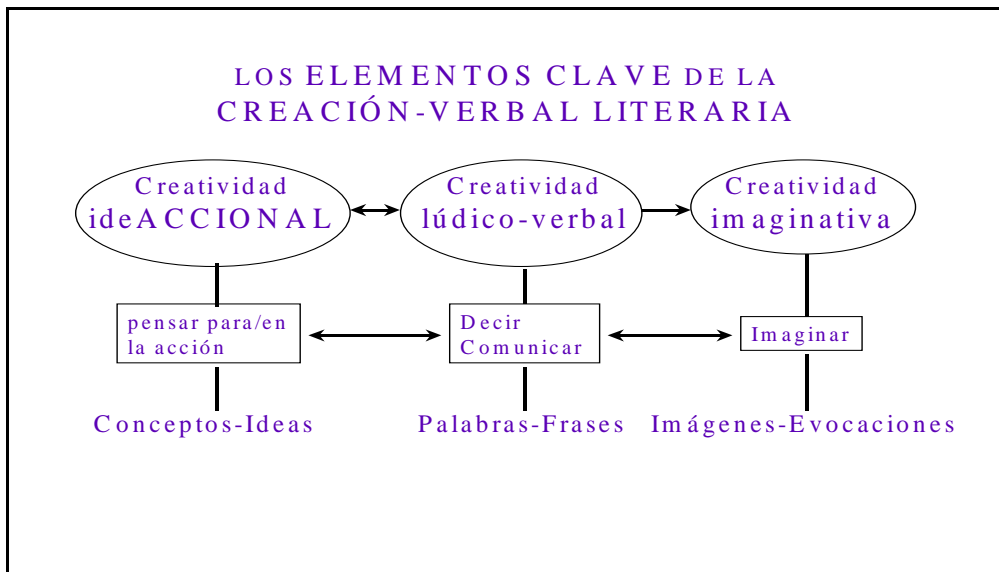
El punto de partida en la creatividad literaria consiste en las **ideas**. Se trata de **una creatividad asociativa, conectada con el torbellino de ideas, y la libre asociación** que se produce en relación con el objeto de la producción literaria. Es el punto de partida. Se engrana con fragmentos de la propia vida, evocando momentos y contextos culturales o profesionales.

Las ideas se traducen en **palabras y frases**. Estas representan cosas, sucesos, realidades o contextos en las que el relato cobra realidad.

Jugar con las palabras, combinarlas, convertirlas en frases, visualizadas y traducirlas a imágenes o sonidos y gestos, son algunas de las formas inductoras de la creatividad verbal elemental. Una gran producción que traduzca las ideas y las palabras en frases, las frases en párrafos y textos que representen nuestro mundo interior, nuestra visión personal de la realidad es **el camino para interiorizar y hacer personal la creatividad literaria** extensiva a otros lenguajes.

Las **imágenes** constituyen **el conjunto de sonidos, de figuras, de representaciones plásticas y sonoras que existen en nuestro cerebro** por haber visto en la realidad, en fotografía, en imágenes en movimiento, numerosos objetos y fenómenos, personajes y sucesos que han ocurrido en nuestro entorno. Constituyen **el bagaje fundamental del universo de la conciencia clara**, que abre las puertas a la **creatividad literaria imaginativa**.

En este caso se trabaja con las distintas técnicas de imaginación, desde la visualización reproductiva y transformativa, **hasta llegar a la fantasía lógica, libre e insospechada, tal como se produce en los sueños** cuando dormimos.



LA CREATIVIDAD LITERARIA POTENCIADORA

La **creatividad analógica** es un avance en el proceso de generación de nuevas imágenes por procesos asociativos.

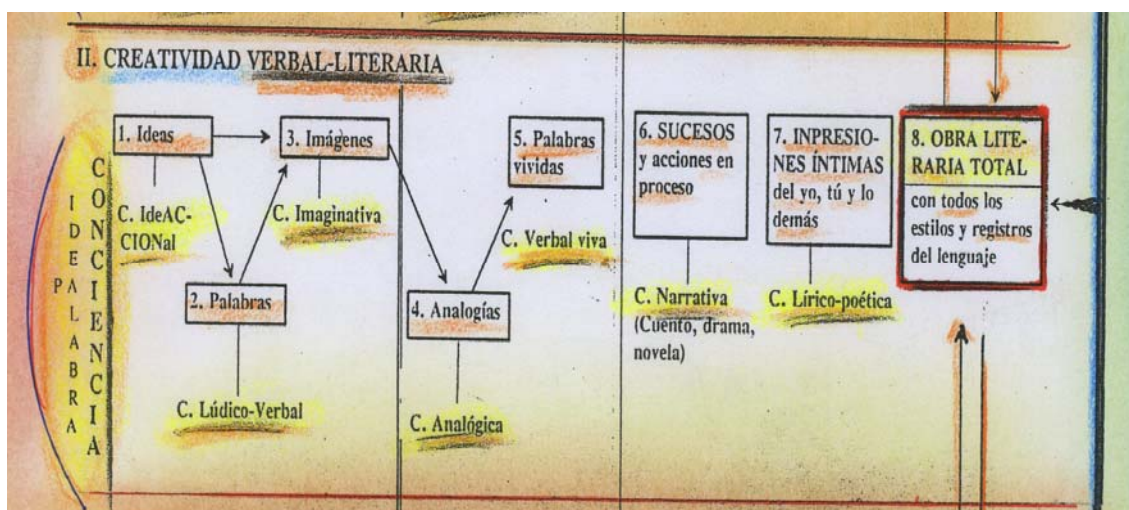
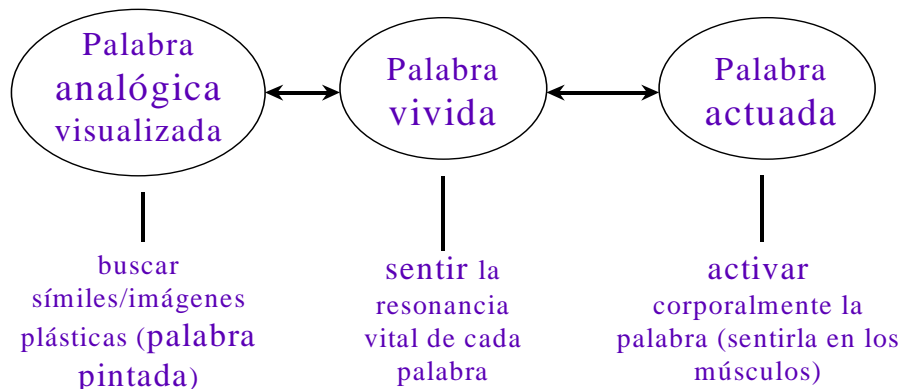
Las analogías, los símiles y comparaciones, las alegorías, las metáforas son elementos esenciales para una creatividad original y llamativa. El surrealismo explotó ampliamente las analogías atrevidas, las asociaciones entre objetos distantes que nunca estuvieron asociados desde el punto de vista lógico o funcional.

Ha habido autores que han sido maestros en el manejo de la analogía estableciendo incluso **una nueva forma de lenguaje. Las Greguerías de R. Gómez de la Serna** son típicas. Todo un modo de concebir la realidad, transfigurándola, volviéndola fantástica. El sacacorchos es un rabo de cerdo...

Para ir más a fondo en la creatividad literaria es absolutamente imprescindible **la vivencia y vivencia profunda de la palabra y del texto.** Sin la experiencia real de lo que la palabra significa, demuestra y denota es prácticamente imposible hacer una literatura vital, dinámica, comunicativa. Sin ella el texto literario sale muerto. Es cierto que la obra siempre es en parte autobiográfica. **El autor siempre cuenta las cosas desde su vivencia y perspectiva desde su ser, sentir y pensar peculiar, que da sello a un estilo único y diferencial..**

Pero no cabe duda de que hay sucesos, escenas, paisajes, escenarios por los cuales el autor nunca ha pasado y carece de la experiencia vivencial de los mismos. En este caso bien por la dificultad o bien por el peligro que entrañan determinados sucesos u objetos, **la imaginación viva y vivificante del autor es la clave de la creación literaria original y provocativa, poniéndose en la piel de los objetos y sujetos de la historia: analogía de identificación.**

LA INTERIORIZACIÓN EMOTIVO-CORPORAL POTENCIADORA DE LA CREATIVIDAD VERBAL LITERARIA



LA CREATIVIDAD LITERARIO CULTURAL INTEGRADORA: LA NARRATIVA Y LIRICA HACIA LA OBRA TOTAL

La **creatividad narrativa**, el cuento, la novela o el drama se produce cuando establecimos una serie de sucesos que van ocurriendo paulatinamente, dejando una huella de interconexión de causas y efectos, de obstáculos y oportunidades, de dudas y seguridades, de conflictos y soluciones, de avances y estrategias, de logros y fracasos, de miedos y atrevimientos, de inhibiciones y ánimos.

La narrativa se asienta en los sucesos, en las acciones que ocurren

en un período de tiempo. Son acciones dramáticas, trágicas o simplemente anodinas, indiferentes o rutinarias con las que el autor nutre y fertiliza su texto merced al talento imaginativo.

Sin duda alguna la **creatividad lírico poética** es una de las cumbres de comunicación profunda consigo mismo. Cuando el sujeto profundiza en su intimidad, en su identidad más profunda y es capaz de traducir **esas impresiones íntimas de un modo transparente, con la palabra precisa, sin rebuscamientos ni artificios, estamos ante la poesía pura y honda.** El poeta busca desentrañar sus sentimientos y visiones de la realidad para comunicarse en primer lugar consigo mismo y subsidiariamente con cualquiera de las personas que le rodean o leen.

Para caminar hacia la **obra literaria integral** es absolutamente imprescindible **manejar todos los estilos y registros de lenguaje desde el más simple al más complejo.** Es al mismo tiempo necesario identificar no solamente la palabra y lenguaje sino también las reacciones corporales, las visiones plásticas y los ritmos sonoro musicales. De esta forma cualquier obra literaria se traduciría en una obra auténtica audiovisual o multimedia bien en la producción científica o en la imaginación del autor/ lector.



LA CREATIVIDAD EXPRESIVA PLÁSTICO VISUAL

LA EXPRESION PLASTICA MINIMAL: PUNTO, LINEA, COLOR

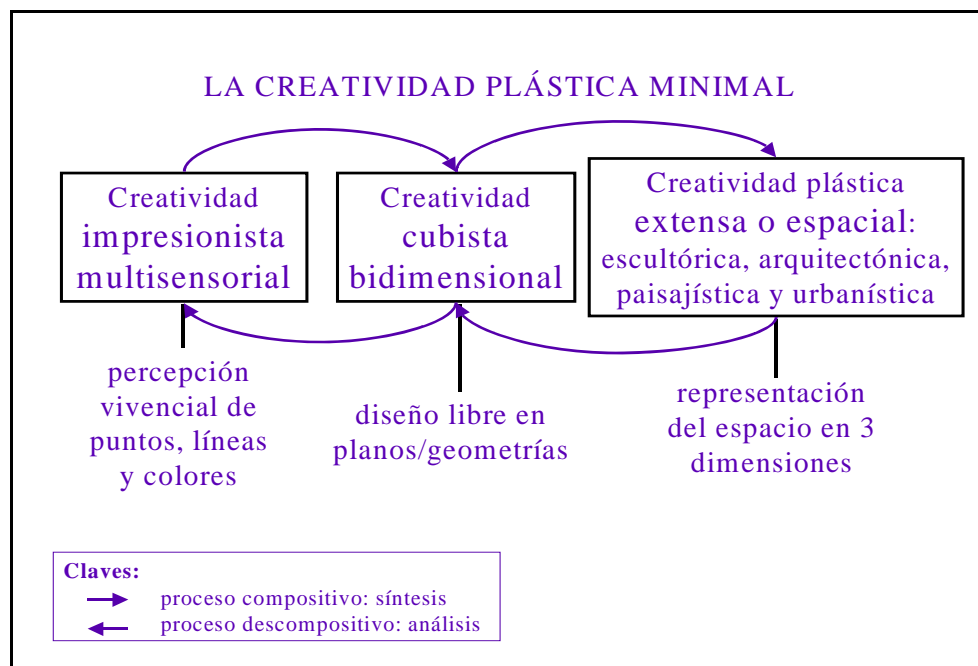
En la dinámica del trabajo con **una creatividad mínima, esencial** en el orden de la plástica nos habríamos **de circunscribir al manejo del punto, la línea y el color.**

La dimensión formal en **el plano y el volumen** nos acercaría a un **mundo estrictamente real paisajístico, escultórico, arquitectónico o urbanístico tratado de modo realista fotográfico o impresionista, cubista, expresionista, surrealista....**

Cuando trabajamos simplemente con puntos, líneas y color eliminando todo otro aspecto de la representación, estaríamos volviéndonos en un tipo de plástica impresionista. En ella radicaría **el dibujo y la pintura**

Cuando trabajamos exclusivamente con la **forma y el plano**, en una dimensión bidimensional, nos moveríamos en una **creatividad y un diseño de carácter cubista.**

Al manejar la **representación tridimensional** del espacio estaríamos volviéndonos hacia la **representación más compleja de carácter escultórico o arquitectónico.** Si el espacio es la ciudad o el paisaje estaríamos ante una creatividad paisajística o urbanística. Aspectos como **el land-art, o la intervención en los paisajes, o las instalaciones** representan formas clásicas ya de la modernidad vanguardista en las artes actuales.

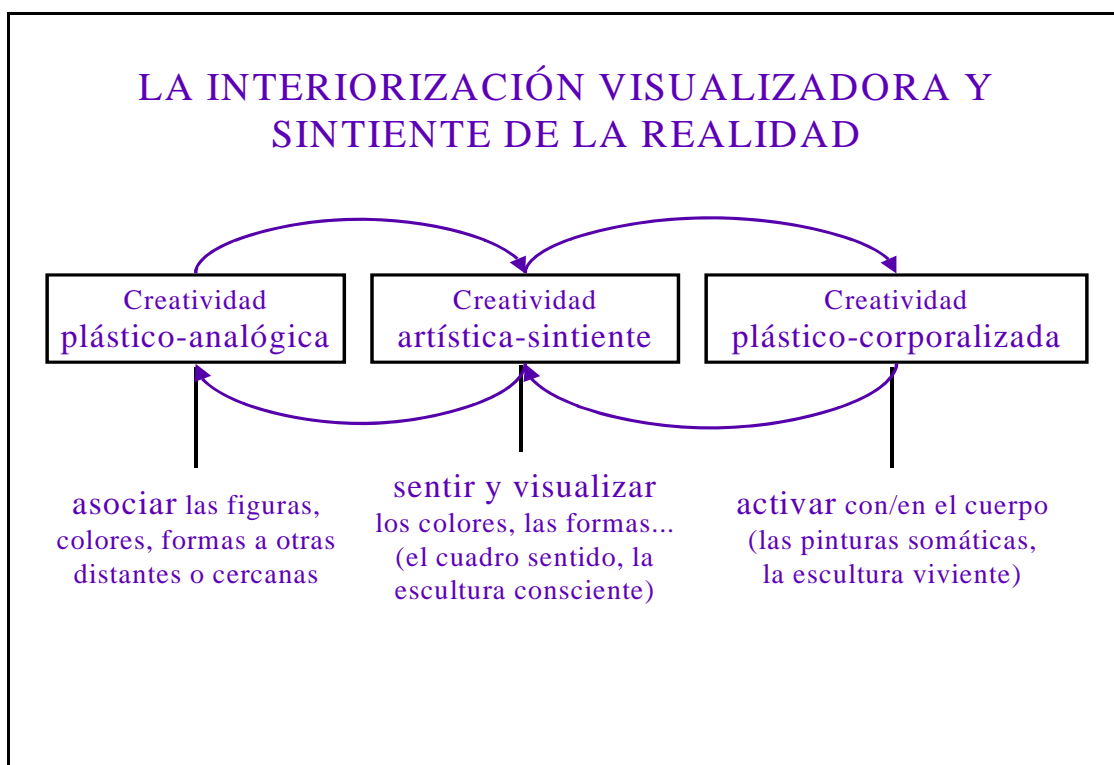


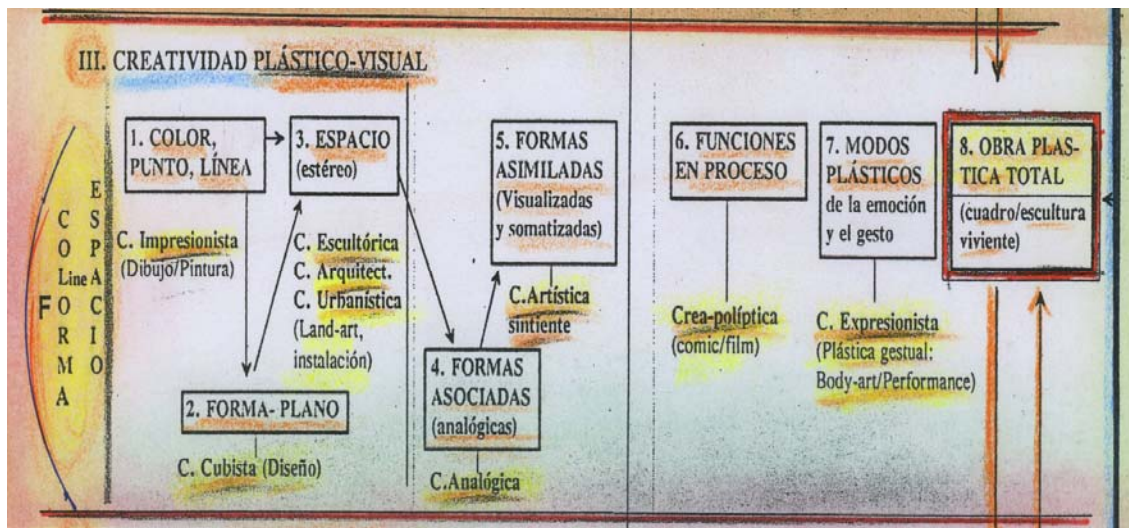
LA EXPRESION PLASTICA INTERIORIZADA POTENCIADORA

El avance potenciador de la creatividad interna plástica pasa por las formas asociadas a la original, que queremos y hemos representado de un modo minimal o elemental a través del punto, el color, a través del plano o el espacio. Se trata de **buscar formas asociadas, parecidas o contrarias** recurriendo a la creatividad plástica **analógica o dialéctica**.

Si queremos profundizar en **la dinámica de personalización** es absolutamente imprescindible que las formas externas que representamos gráficamente y el **propio acto expresivo de pintar-esculpir** mientras se realiza y una vez plasmado en el cuadro, la escultura **sean profundamente sentidas por el actor y espectador a través del rasgo-gesto de la misma acción plástica**.

Se trata de **la creatividad artística sintiente, que visualiza el propio yo del artista-contemplador que esta viviendo y siendo esa cosa, como si los objetos fueran figuras vivas representadas por nosotros mismos**. Se trata de una sola creación de la obra de arte tanto en el imaginario como en las posiciones corporales que representan esas figuras, esos paisajes o espacios en forma de estados de ánimo y de posturas corporales que expresan un sentimiento.





LA EXPRESION PLASTICA COMPLEJA, POLIPTICA, GESTUAL, EXPRESIONISTA (BODY ART / PERFORMANCE): HACIA LA OBRA INTEGRAL

Las formas más avanzadas y concretas de creatividad expresiva plástico visual tienen que ver con la creatividad funcional en proceso. Son los trazos plásticos, emotivos, textuales de la representación visual propia de una creatividad **expresionista**. Una nueva **obra plástica integral** consistiría en la realización en un mismo espacio del cuadro o pintura, de la escultura estática y de la representación escultural viviente.

Esto nos llevaría **hacia la obra plástica integral que incluiría también sonidos musicales, textos literarios, reacciones corporales o dramáticas pertinentes del autor / publico.**

Cuando nosotros tratamos una actividad plástica en proceso nos situamos en **la dinámica del cómic, del drama o de la representación cinematográfica**. Se trata de una **creatividad políptica**.

Cuando introducimos en el trabajo plástico o escultura **el registro de la emoción, las reacciones de aquello que estamos sintiendo en nuestro interior** nos movemos hacia un tipo de **creatividad expresionista, sintiente** que reflejarían **una plástica gestual catártica original, propia, inconfundible.**

Finalmente la obra **plástica integral** incluiría no solamente el producto definitivo que se expone en una sala o un museo sino **todo el proceso creativo** que nos ha llevado a cierta obra o producto personal. En este proceso se **incluirían todos los bocetos, una serie de fotografías, un filme o video de cómo fueron abordados, las reacciones del propio artista y del público que la contempla**. El diseño artístico o industrial o la publicidad en varios lenguajes nunca debería escapar a este proceso enriquecedor de **creatividad expresiva integral.**

HACIA LA CREATIVIDAD PLÁSTICA INTEGRAL:
OBRA-CREADOR TOTAL



LA CREATIVIDAD SONORO MUSICAL

LA EXPRESION MUSICAL MINIMAL: CON LO MÍNIMO

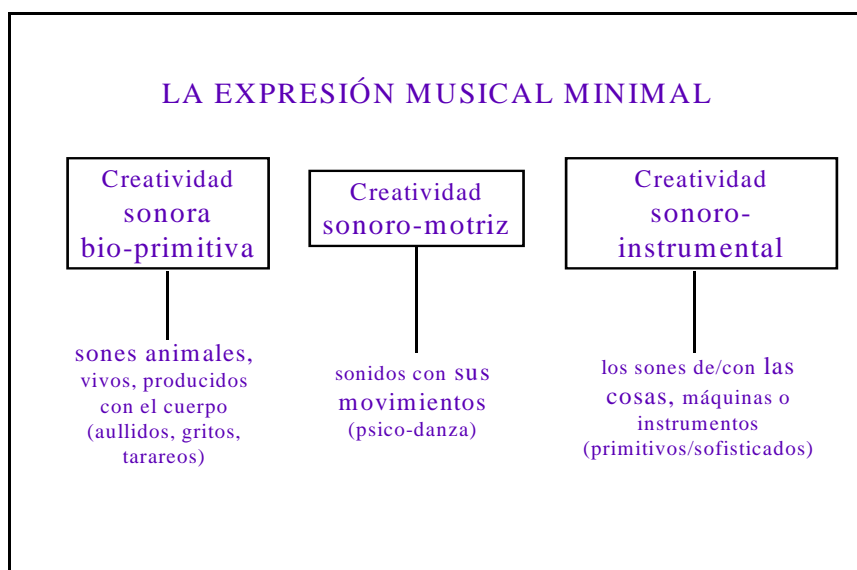
Los componentes mínimos que llevan a una creatividad musical esencial, reducida a la mínima expresión, a **la sustancia pura de la música, estarían constituidos por los sonos y voces primarios**. Se trata de una **creatividad sonora elemental**, producida por voces, por sonidos o silbidos. Así podríamos hablar de una creatividad realmente sonora primitiva (del tarareo o del son por el son en sí), de una creatividad musical en sí, a través de los sonos o silbidos.

Otra forma elemental de creatividad musical consiste en el trabajo con los **ritmos sonoro motrices**. Se trata de **representar a través de movimientos y sonidos del cuerpo los ritmos de la vida, y de la naturaleza, los movimientos y ruidos de las máquinas...**

Puede muy bien tratarse también de **escuchar una música y dejar que esa música induzca un movimiento rítmico monótono o variable en nuestro cuerpo**. Se trata de la **psicodanza**. Esta creatividad motriz musical, la que desempeña un director de orquesta solo en parte o los músicos y audiencia que le siguen con sus movimientos emocionales..

Una de las formas más primitivas de música consiste en reproducir los **sonos de las cosas**, es decir, todos los sonidos que se pueden extraer de un folio, un boli, un plano o una cuchara al ser manejada de formas distintas. Vamos hacia una **creatividad musical instrumental**, es decir, la creatividad que se produce con un objeto o un instrumento no necesariamente musical.

Pero no cabe la menor duda que **la creatividad instrumental** realizada con instrumentos musicales es **una de las formas más avanzadas de creatividad sonoro musical sustancial**.



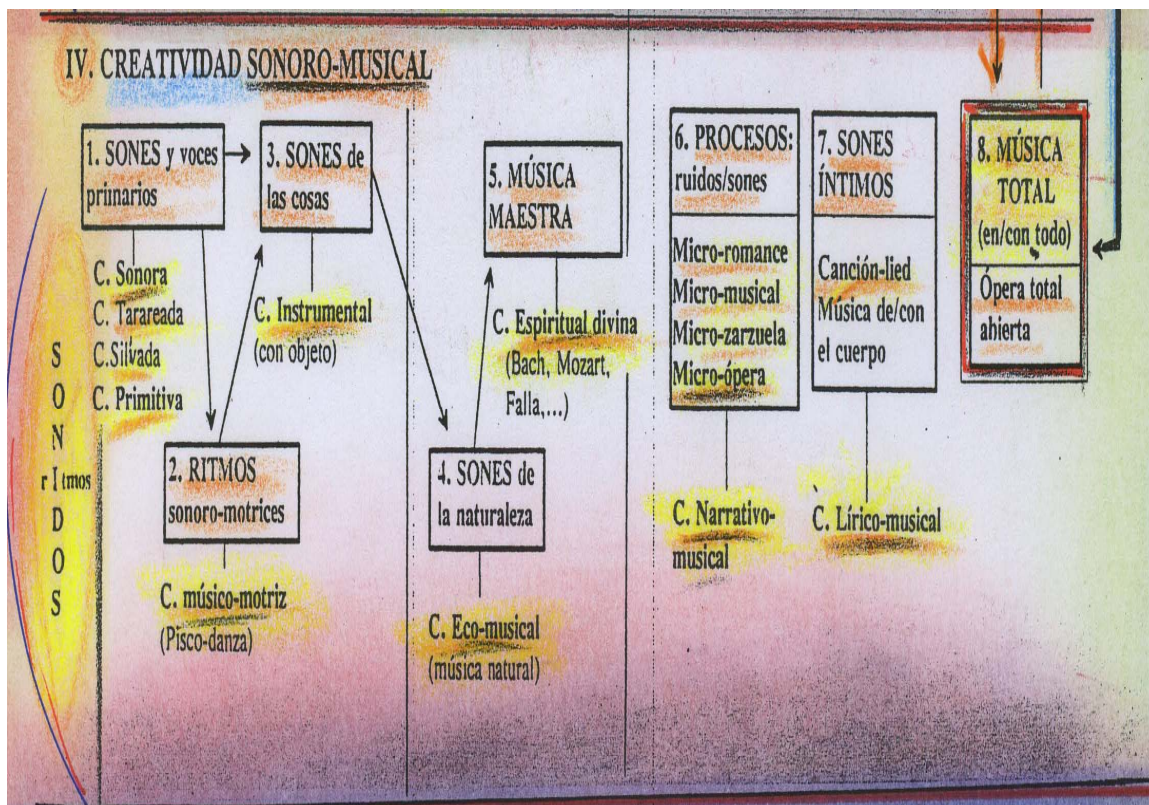
LA CREATIVIDAD MUSICAL ANALOGICA RE-VIVIDA

Si queremos avanzar en el proceso de disfrute con la percepción de los sonidos y la reproducción expresiva de los mismos por las personas debemos **dejarnos influenciar por los sonos de la naturaleza. Se trata de la música de la naturaleza, de la música natural.** Cada objeto, cada fenómeno, cada ser viviente de la naturaleza tiene su música. Escuchar esta música y ser **capaz de ponerla en acción** para que los demás la escuchen nos llevaría a algo que llamamos **creatividad eco-bio-musical.** Es **la creatividad de los ríos y los árboles movidos por el viento, de los ladridos de los perros...**

El avance superior en el desarrollo de un espíritu y talento musical se produce **con la música de los grandes maestros.** Escuchar la música de los genios como Falla, Bach, Mozart, es acercarse a un **tipo de creatividad espiritual divina.** Se trata de la música maestra. Es una música genial que inspira y crea almas y valores superiores.

Acompañar dicha música tarareándola, danzándola libremente, interiorizándola en los sentimientos, visualizándola a través de la imaginación, representándola con movimientos como si fuéramos intérpretes o directores de orquesta, significa **llevar la música al interior de nuestro propio yo, del yo corporal y espiritual,** hacernos músicos en la profundidad secreta de nuestra alma y en la evidencia de nuestro cuerpo musicado.





CREATIVIDAD EXPRESIVO MUSICAL AVANZADA Y COMPLEJA

En el avance en el proceso de creatividad musical entraríamos en la **creatividad narrativo musical**. Se trata de **representar con ritmos y sonidos distintos tipos de sucesos**, algo que se va dando a lo largo del tiempo. Es la música del arte en proceso, de la fotografía, del cómic, de la fotonovela, de la publicidad, del cine. Pues **la música es siempre algo progresivo, algo que está sucediendo paulatinamente**.

Como dinámica de entrenamiento podríamos hablar de **micro textos musicales (micro romance musical, micro cuento musical, micro zarzuela o micro ópera)** condensadas en tres o cuatro sucesos que pueden ser representados y cantados en tres o cuatro minutos. Hablamos en este caso de **una micro-creación musical**.

Cuando queremos **representar el sonido íntimo de repercusión en nuestro propio espíritu y cuerpo de un modo poético literario** traducido en sonos más que en palabras estaríamos ante la **creatividad lírico musical**. Se trata de **una música canción, de una poesía musical**. Es la **música del cuerpo como expresión de un sentimiento y una idea** que brillan a través de una palabra o frase selecta y condensada como si de una poesía pura se tratara. Es necesario que **el cuerpo tenga y sienta su ritmo y su sonido propios y su libertad deje fluir esa canción musical del momento**.

Hacia la **OBRA TOTAL** con todo, por todos y con todos los lenguajes:

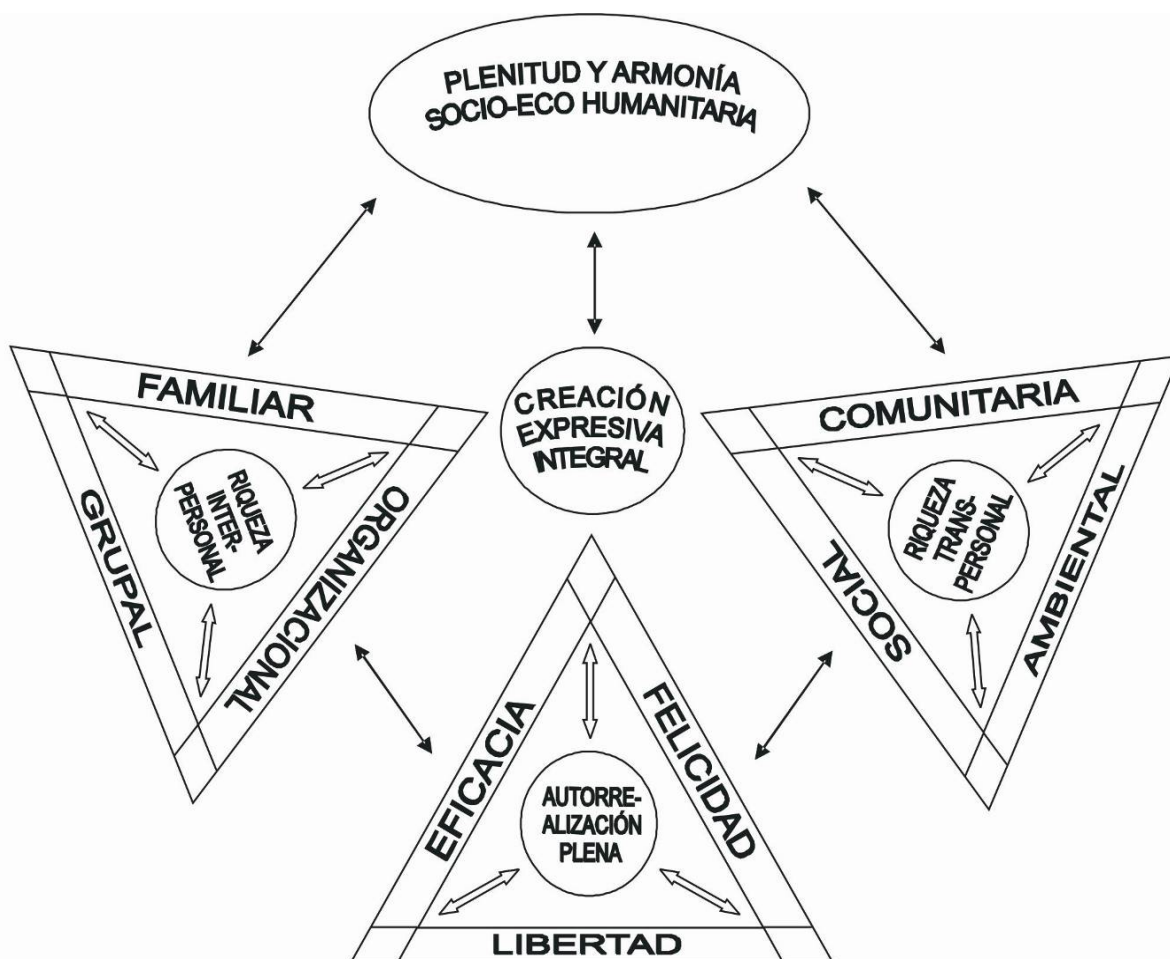
con todo el yo.

La música total se caracteriza por lo que sería la ópera total abierta y en proceso de improvisación.

- Ella recogería todo lo visto hasta este momento de los procesos creativos sonoro musicales.
- Incluiría además los procesos plásticos integrales.
- Tomaría el texto literario en toda su profundidad y expansión.
- E incluiría lógicamente la representación corporal integral con todo el **potencial del cuerpo, el sentimiento, la idea y el ideal explicitados, vividos emocional y apasionadamente: Recreación total del yo.**

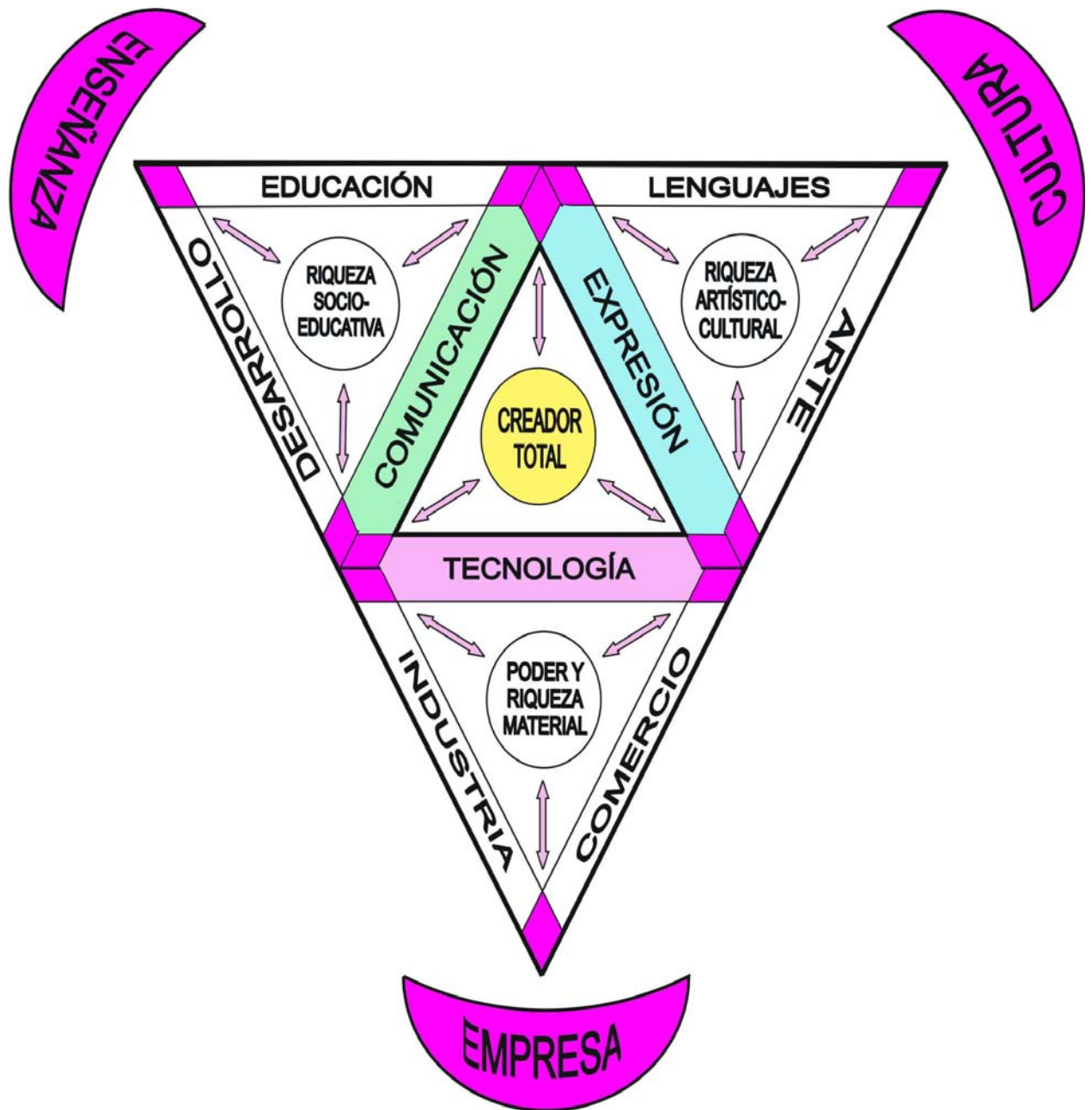


HACIA EL METAPARADIGMA
DEL CREADOR EXPRESIVO TOTAL
COMO PRODUCTOR Y TRANSFORMADOR
SOCIOCOMUNITARIO
DE CULTURA, RIQUEZA Y BELLEZA



METAPARADIGMA DEL CREADOR TOTAL

Dr. David de Prado



**EL CREADOR EXPRESIVO TOTAL
COMO PRODUCTOR
DE CULTURA, RIQUEZA Y BELLEZA**

DR. DAVID DE PRADO