

L'ESPIRITUALITAT COM A FACTOR IMPULSOR DE LA CREATIVITAT

Òscar Puigardeu Aramendia

Universitat de Barcelona

opuigardeu@ub.edu

RESUM: La creativitat és una capacitat humana que ha generat molt d'interès i producció acadèmica en el camp de la Psicologia. La nostra societat, altament tecnificada, que viu de la innovació i el canvi constant, fa de la creativitat un pilar per al desenvolupament. L'espiritualitat, com a camí de silenciament i desautocentrament, ha desenvolupat al llarg de la història una saviesa que pot esdevenir molt valuosa com a eina impulsora de la creativitat.

PARAULES CLAU: creativitat, espiritualitat, Psicologia de la religió.

ABSTRACT: Creativity is a human ability that has generated high level of interest and academic production in Psychology. Our highly technological society is experiencing innovation and continuous change, making creativity a column for development. Throughout history Spirituality, as a way of silence and self-decentralization, has become a wisdom that can be very valuable as a driving tool for creativity.

KEYWORDS: creativity, spirituality, Psychology of religion.

Els éssers humans, al llarg de la història, hem hagut de trobar formes de subsistència. En cada època les persones han desenvolupat una tecnologia central que ha permès l'obtenció dels recursos bàsics per a la supervivència. La caça, la recol·lecció, l'agricultura, la ramaderia, la industrialització..., han estat progressivament diferents motors del desenvolupament humà. Actualment un dels motors centrals del nostre desenvolupament és la recerca i la innovació constant en tots els àmbits de l'economia, tant en els camps industrial, dels serveis, de la salut i, de fet, en la major part de les nostres activitats.

En la nostra societat actual, altament tecnificada i que viu del canvi i la innovació constant, la creativitat ha esdevingut un veritable "modus vivendi". Per aquest motiu, l'interès per la creativitat i la innovació està present en totes les esferes, tant acadèmiques (Marina, 2014), com en l'àmbit de l'empresa i de l'economia (Amabile, 2000). Qualsevol recerca sobre tècniques o procediments que afavoreixin un treball sistemàtic que permeti la millora de la capacitat creativa dels individus és d'una rellevància social innegable (Clouder, 2014). Per això la nostra societat requereix d'un nombre molt significatiu de persones creatives. No és suficient centrar-se en la creativitat dels grans genis sinó que necessitem parar atenció a la creativitat en tota la població. Hem de potenciar la creativitat de tots els ciutadans, no només en la indústria i la tecnologia sinó també, per exemple, entre els docents quan preparen una classe o fins hi tot entre els operari que han d'imaginar con poder fer un mateix treball amb menys materials o menys temps (Goleman, Kaufman i Ray, 2010).

1. La creativitat com a capacitat humana

La paraula creativitat té l'origen en el llatí "creare", que vol dir "crear", però que també era utilitzada per definir el fet d'engendrar fills o escollir algú per un càrrec. Prové de l'arrel indoeuropea "Ker", de la qual, a més d'aquesta paraula, en van derivar altres mots com *cereal* o com *créixer*. Resulta suggerent que la paraula *cereal* comparteixi arrel etimològica amb el concepte *creativitat*; de fet el cultiu del cereal és una de les grans creacions humanes que va canviar la nostra forma de vida i, fins i tot, el paisatge del nostre món creant una nova forma de viure per a la humanitat. La creativitat, com l'agricultura, no deixa de ser una forma de generar vida allà on aparentment no n'hi ha. A la vegada, ens dóna pistes sobre el profund significat del mot *creativitat* com a font de supervivència. Potser la capacitat de crear és una característica que ens configura i garanteix la nostra capacitat de supervivència fent-nos créixer com a persones.

Tant a la Grècia clàssica com en les tradicions jueva, cristiana i islàmica, la creativitat era considerada un do que es rebia per inspiració divina (Marina, 2014, p.23). És i era tan important la creativitat que tan sols podia ser atribuïda als déus, i només ells la podien oferir als éssers humans.

Realitzar un recorregut al llarg de la història de la investigació sobre la creativitat resulta una tasca ingent. Són molts els autors que han dedicat, en major o menor mesura, esforços per analitzar, comprendre i aportar llum a aquesta capacitat humana. Comprendre el funcionament d'una ment creativa no tan sols ha estimulat la curiositat científica de molts autors, des de Freud fins a Gardner, sinó que també és un recurs d'utilitat per conèixer com potenciar aquesta capacitat en els individus. És recurrent considerar Guilford i la seva conferència titulada "Creativity", impartida al 1950 a la seu de l'APA (American Psychological Association), com a punt de partida de l'estudi psicològic i científic de la creativitat malgrat que són diversos els autors que abans d'ell ja havien reflexionat sobre aquest tema. Però malgrat l'esforç de la psicologia en l'estudi de la creativitat, actualment encara no disposem d'una teoria unificada i són moltes i diverses les opinions dels autors (Huidobro, 2004).

Des dels inicis de l'estudi empíric de la creativitat els científics han centrat els seus esforços en quatre grans blocs (Müler-Using, 2012). Aquests quatre grans apartats són coneguts com les quatre P's de la creativitat i varen ser formulats en primera instància per Mooney (1963): la persona creativa, el procés creatiu, el producte creatiu i les condicions que afavoreixen la creativitat.

L'estudi psicològic de la creativitat s'ha centrat principalment en els dos primers blocs (la persona creativa i el procés creatiu) i s'ha desenvolupat de forma eminent en les següents estratègies de recerca (Vecina, M.L. 2006, pp.31-39):

- Estudi biogràfic de personatges considerats genis creatius (Gardner, 1993).
- Estudi de les característiques o trets de personalitat de les persones creatives (Rodríguez, 2014).
- Mesura de la creativitat mitjançant tests (Torrance, 1988).
- Estudi dels processos psicològics bàsics implicats en la creativitat (Boden, 1991).
- Estudis sobre com algunes variables relacionades contextuals, ambientals o socioculturals, poden propiciar l'aparició d'idees creatives (Amabile, 1982).
- Recerca i disseny de programes que estimulin la capacitat creativa (Marina, 2014)

2. L'espiritualitat com a capacitat humana

Han passat ja molts anys des de Erich Fromm en un seminari digué: "Qualsevol psicòleg, fa vint anys, s'hauria sorprès, o fins i tot escandalitzat, de descobrir entre els seus col·legues cert interès per un sistema religiós místic com el budisme zen. Li hauria sorprès encara més descobrir que la major part dels presents no només hi estem interessats, sinó profundament preocupats pel tema." (Suzuki i Fromm, 1964, p.7). Malgrat aquestes paraules, l'estudi empíric de l'experiència religiosa sempre ha toparat amb moltes dificultats (Grom, 1994). Ara bé, tot i aquestes dificultats, l'espiritualitat és un dels objectius d'estudi de la psicologia amb divisió pròpia a l'American Psychological Association (<https://www.apa.org/about/division/div36>).

La psicologia ha recorregut un llarg camí en l'estudi de l'experiència religiosa. En un primer moment el seu interès es va centrar en la relació entre religiositat i psicopatologia (Freud, 1907). Aquesta primera mirada es va anar ampliant i, a poc a poc, la psicologia es va interessar per com l'espiritualitat podia esdevenir una experiència significativa en el desenvolupament de la persona (Jung, 1940) i en el seu camí cap a l'autorealització (Maslow, 1982).

Però és la psicologia transpersonal el corrent psicològic que ha fet un estudi més sistemàtic i explícit de l'experiència espiritual en tant que potencial element central en el desenvolupament de la persona. La psicologia transpersonal té com a propòsit l'estudi del més alt potencial de la humanitat i el reconeixement, comprensió i realització dels estats de consciència unitius, espirituals i transcendents (Lajoie i Shapiro, 1992). La teoria transpersonal no és merament una altra disciplina acadèmica, com bé apunta a tall d'exemple Jaume Patuel (2018). La visió transpersonal és una forma de pensar i de viure el jo i els altres que es pot manifestar de moltes maneres en les relacions, la comunitat, la societat, l'ètica, la política, la filosofia, la religió, la cosmologia i en qualsevol àrea del pensament, del sentiment i de l'acció humana (Ferrer, 2003).

També des de la psicologia cognitiva s'ha realitzat una aproximació important a l'experiència espiritual dins el marc de la teoria de les Intel·ligències Múltiples de Gardner (1994). Zohar i Marshall (2001) van postular la possibilitat de considerar l'espiritualitat com a una Intel·ligència, com a una capacitat comuna a tot ésser humà i com una de les habilitats que li són pròpies. Però en els seus escrits Gardner deixa clara la seva objecció a la possibilitat de postular una intel·ligència espiritual (1996). Malgrat això, són diversos els autors que discrepen amb la seva opinió com ara Emmons (2000), Kwilecky (2000) i Amram (2007) entre d'altres.

Podem veure quins són els arguments que permeten postular l'existència d'una intel·ligència espiritual i, tot seguit, enumerar les característiques que segons Gardner han de posseir les intel·ligències per tal de poder ser considerades com a tals. Així podem explorar la possibilitat d'existència d'una intel·ligència espiritual.

2.1. Possibilitat d'identificar operacions o grups d'operacions que li siguin pròpies

* *Experiència de diferents estats de consciència*: són diverses les recerques que identifiquen aquesta experiència com a pròpia de l'espiritualitat, especialment en el cas dels fenòmens místics (Shulman, 1995).

* *Experiències de sacralitat i gratuïtat de la realitat*: la relació amb el món i els altres com a quelcom dins de l'espai del sagrat, com aspectes que estan més enllà d'un mateix i que requereixen respecte i reverència ja que en realitat esdevenen un regal immerescut. (Corbí, 2016).

* *Experiència de sentit*: la convicció de trobar un sentit últim de la pròpia existència i de la realitat en si mateixa com a finalitat i orientació. (Emmons, 2000).

* *Transcendència*: l'experiència del fet que l'existència transcendeix la vida particular de cada ésser i es remet a quelcom més gran que li dona sentit i unitat. Aquesta experiència pot concretar-se en una figura transcendent o en vivències interiors properes al sentiment oceànic. (Duch, 2001).

Veritat: l'experiència de l'existència d'una veritat última en la què la persona es fonamenta i a la qual pot contemplar, malgrat que en ocasions no es pugui expressar en paraules ni correspongui a una veritat estrictament lògica.

Pau interior: l'experiència de pau interior absoluta, en alguns casos expressada com a desegocentració o extinció del desig (Fabricatore et al., 2004).

Llibertat interior: la sensació de total llibertat interior que permet una absoluta coherència entre allò que un decideix i allò que hom pensa sense necessitat de quedar lligat o aferrat a cap altra idea o persona (Ferre, 2003).

2.2. L'extensió del fenomen religiós al llarg del temps i de l'espai humà

Resulta innegable l'extensió del fet religiós. Sembla lògic sospitar que aquesta extensió ha de tenir alguna relació amb un avantatge evolutiu d'aquesta conducta (Corbí, 2016).

2.3. Existència d'un patró de desenvolupament

L'existència d'un patró de desenvolupament individual ha estat llargament estudiada. En el nostre entorn més proper, la preocupació de l'església catòlica per la tasca pastoral, especialment amb infants, ha fet que siguin diversos els autors i les recerques sobre les característiques de l'evolució de l'espiritualitat en aquesta direcció (González Rubio, 2009).

2.4. Potencialment afectable per dany cerebral

També són molt abundants les recerques en neurobiologia que han buscat un suport neural per les experiències espirituals, i són diversos els estudis que valoren la possibilitat d'identificar processos cerebrals íntimament lligats a l'experiència espiritual (Alvarez, 2000) o que identifiquen vivències espirituals fruit de dany cerebral (Brown, 1998).

2.5. Existència de persones que s'hagin distingit per mostrar capacitats excepcionals

Resulta òbvia l'existència de persones amb una especial capacitat espiritual que han esdevingut mestres per a diferents comunitats, i que han realitzat una aportació de gran valor i incidència en la societat i la cultura que han traspassat les fronteres del seu espai geogràfic, cultural i històric (Corbí, 2013).

2.6. Possibilitat de codificar-la simbòlicament

El llenguatge espiritual és únicament i exclusivament simbòlic ja que necessàriament apel·la al transcendent i, per tant, la seva explicació requereix d'un llenguatge específic que s'expressa a través de rituals i de textos que tenen claus interpretatives pròpies. L'expressió d'allò sagrat requereix una simbologia específica (Duch, 2001).

2.7. Suport per a recerques empíriques en psicologia

L'existència de recerca empírica sobre la intel·ligència espiritual és molt àmplia, i abasta des d'elements de la seva evolució al llarg de la vida fins a la seva incidència en patologies o en la recuperació de diferents processos de malaltia o situacions d'estrès (Gene i Erin, 2004).

2.8. Suport per a fonaments psicomètrics

Encara són relativament pocs els intents de mesurar la intel·ligència espiritual. Segurament aquest fet és fruit de les dificultats per a conceptualitzar-lo des d'una vessant psicològica, però també possiblement de la realitat de les seves múltiples expressions en diferents societats. Malgrat això voldríem destacar les escales clàssiques d'Allport (Brewczynski i Douglas, 2006), i Cloninguer (2004).

Totes aquestes recerques ens fan pensar que hi ha prou elements per postular la possibilitat d'identificar una intel·ligència espiritual, així com l'interès acadèmic i de la recerca per tal d'anar ajustant progressivament les seves característiques. Identificar aquesta intel·ligència i els seus components i característiques ens permetria veure com pot ser cultivada i quines repercussions té el seu treball en la vida diària, de manera que podria incloure's en programes estructurats que permetessin un avenç considerable als seus destinataris, amb tots els possibles aspectes beneficiosos que aquest fet podria produir a nivell individual i especialment a nivell social.

3. L'espiritualitat com a impulsora de la creativitat.

Són diverses les investigacions existents que exploren la relació entre creativitat i espiritualitat malgrat ser un camp de recerca relativament novedós (Miner, 2017). La recerca existent sobre intel·ligència espiritual ha permès detectar diferents ítems que podien fer pensar en la relació entre la pràctica espiritual i la creativitat. Els experts en espiritualitat espiritual citen en les seves autobiografies els efectes de la seva pràctica: una major capacitat d'observació i de resolució de problemes, així com una major flexibilitat generada per la capacitat d'evitar tota submissió fins i tot a les creences, fet que ajuda a deixar de banda els prejudicis. Precisament una major capacitat d'observació juntament amb una major flexibilitat, són dos elements bàsics per a poder permetre l'expressió creativa d'una persona. Per aquest motiu, semblaria que la potencial relació entre la pràctica espiritual i la creativitat té prou interès per a ser un camp de recerca esperançador per a la psicologia (Puigardeu, 2014).

En la recerca de Zohar i Marshall (2001) sobre la intel·ligència espiritual i les seves característiques la creativitat hi té una presència significativa. De fet, quan caracteritzen els trets propis d'aquesta intel·ligència, en citen com a un dels centrals la capacitat de flexibilitat i d'adaptació espontània, així com allò que anomenen "independència de camp". Definim la independència de camp com la capacitat de sortir dels marcs de pensament convencionals i de situar-se al marge dels mateixos. De fet, s'ha constatat que els experts en pràctica espiritual expliquen que la independència de camp els havia proporcionat una major llibertat personal, amb una major capacitat de desegocentrament de les pròpies idees i fins i tot de la pròpia persona (Puigardeu, 2014). Semblaria que per a poder manifestar la pròpia creativitat resulta cabdal concedir-se llibertat interior per a explorar allò novedós i, alhora, que el desegocentrament de les pròpies idees i creences es un element a priori imprescindible per a la creativitat.

De fet aquesta relació sembla tan suggerent que són diversos els estudis que han treballat sobre aquesta hipòtesi. Aquestes recerques tenen els seus inicis en la dècada dels 70 i han revifat amb força a partir del 2005. El tema també ha despertat l'interès de l'exploració neurològica. En aquest sentit cal destacar l'aportació d'Horam (2009) amb el seu estudi que posa en relleu les semblances observades en els processos neurològics propis de la meditació i aquells altres relacionats amb els processos d'incubació i d'il·luminació propis del procés creatiu.

Goleman (2019) proposa diferents imatges per definir el moment creatiu i el seu procés que resulten especialment enriquidores i que il·lustren molt bé la proximitat d'aquest moment amb les

experiències cim proposades per Maslow o els estats de consciència transpersonals proposats per Wilberg. L'autor proposa quatre imatges que mostren clarament aquesta proposta:

3.1. El Fluir, el moment en blanc:

Els actors solen utilitzar l'expressió "moment en blanc" per referir-se a aquell moment en què les habilitats personals estan perfectament alineades amb la tasca a realitzar, s'ajusten perfectament a les necessitats de forma que tot és percebut com a harmoniós, unificat i tot esforç esdevé innecessari. Csikszentmihalyi explica l'anècdota d'un cirurgià que en acabar una operació complexa amb èxit descobreix al seu voltant una muntanya de runa en un racó del quiròfan. Mostrant la seva sorpresa, pregunta als seus ajudants què ha succeït i ells li responen que part del sostre s'havia esfondrat durant l'operació. El cirurgià estava tan concentrat en la seva tasca que ni un esfondrament parcial del quiròfan va aconseguir apartar-lo de la seva tasca. Aquesta sensació és comuna en atletes d'elit i artistes.

3.2. La no-ment

Segons Goleman aquesta situació de fluir és similar a la idea de no-ment del budisme zen. La no-ment no és un estat d'inconsciència sinó tot el contrari, suposa un estat de gran concentració però buida de pensaments pertorbadors i fortuïts. En la tradició zen, on la calligrafia comporta una pràctica meditativa, és freqüent demanar als practicants una implicació complerta de forma que res d'ells mateixos quedi fora de l'acció però sense que hi intervingui la ment.

3.3. La ment com l'aigua

En la tradició occidental la creativitat està lligada a la resolució de problemes, però Goleman exposa com en la tradició oriental aquesta és vista d'una forma molt diferent. Pel budisme el pensament només és un altre dels nostres sentits i, per tant, és limitat. La creativitat, des d'aquesta perspectiva, pot ser simbolitzada per l'aigua. A l'igual que l'aigua no té forma sinó que pren la forma del recipient que la conté, la persona creativa simplement serà una persona extremadament adaptable a les condicions que l'envolten i, per tant, mostra una gran lucidesa per interpretar el seu entorn sense distorsions.

3.4. La ment del nen

Goleman, citant Gardner (1993), parla de com allò que diferencia als grans creadors de la història no són les seves capacitats sinó la seva disposició a mantenir les preguntes de la infància i explorar-les sense por. La seva proposta és que el genis són aquells capaços de mantenir en l'edat adulta la genialitat i la creativitat de la infantesa.

Per Goleman (2019) la creativitat està lligada a la capacitat de lideratge. Pruzan argumenta que, mentre el lideratge directiu tradicional busca el seu èxit en l'acompliment econòmic sense més limitacions que les de la llei, el lideratge espiritual està sotmès a les limitacions, tant autoimposades com a les socials, i busca l'atenció al benestar dels grups d'interès de l'organització. El "per què" de l'existència de l'organització ja no és un creixement econòmic sinó que passa a ser el desenvolupament espiritual de tots els membres de l'organització, tot i tenir en compte que els aspectes econòmics són necessaris per a l'existència de l'organització i per tal que aquesta mantingui i desenvolupi la seva capacitat de servir als seus grups d'interès. En altres paraules, l'espiritualitat proporciona un marc de lideratge que pot servir com a font d'uns valors de l'organització, d'ètica i responsabilitat (Pruzan, 2011).

Les recerques sobre la relació entre espiritualitat i creativitat han estat centrades en valorar la relació o influència d'alguna pràctica i/o d'alguna tècnica concreta de meditació, ioga, mindfulness o similar en la capacitat creativa dels individus. L'obra més rellevant segurament és la realitzada per l'equip del Dr. Ding (2014) en la què es realitza un estudi experimental amb 40 estudiants amb un

entrenament ràpid en mindfulness de 30 minuts diaris durant una setmana i un grup control, on es demostra una millora en els resultats del TTCT (Torrance Test of Creative Thinking).

Especialment rellevant és el treball realitzat per Izabela Lebeda, Darya Zabelina i Maciej Karwowski (2015). En el seu treball, els autors realitzen una metaanàlisi dels estudis existents que valoren la relació entre meditació i creativitat, centrant-se especialment, encara que no de forma exclusiva, en la pràctica del mindfulness. La metaanàlisi és un conjunt d'eines estadístiques que permet la síntesi de les dades estudiades per una col·lecció d'estudis. Els autors van compilar 20 recerques publicades entre 1977-2015 que busquen correlacions entre aquestes dues variables. Es van triar aquells estudis en què, explícitament, es citava la creativitat com a variable d'anàlisi, tot descartant aquells estudis que triaven altres variables, possiblement relacionades amb la creativitat, com podrien ser la flexibilitat cognitiva o l'originalitat. En aquests 20 estudis hi ha un total de 89 resultats que han estat incorporats a la metaanàlisi. L'anàlisi dels estudis inclosos pels autors en la seva metaanàlisi demostra l'existència d'una correlació d'efecte mitjà ($R=0,220$, $P<001$) entre la pràctica de la meditació i la creativitat, mostrant correlacions significatives entre la meditació i les capacitats de fluència ($p<001$), originalitat ($p<001$) i elaboració ($p=001$).

Greenberg publica el 2012 un estudi en què relaciona l'espiritualitat amb una millor capacitat de generar un major nombre de respostes a un mateix problema, a la vegada que aquestes respostes són més novadores en aquelles persones amb experiència com a meditadores (Greenberg, Reiner i Meiran, 2012).

4. Elements del cultiu espiritual que impulsen la creativitat

En el nostre treball (Puigardeu, 2019) vàrem realitzar un estudi empíric sobre diferents elements en el cultiu de l'espiritualitat que poden impulsar la creativitat. Allà vam constatar com en una mostra petita d'experts en el cultiu espiritual els resultats en proves psicomètriques de creativitat va ser significativament més alt de l'esperat respecte al conjunt de la població. L'anàlisi dels resultats ens van permetre detectar diferents elements de l'espiritualitat com a impulsors d'aquests millors resultats en creativitat.

4.1. Capacitat d'atenció i concentració

Hem vist com diferents estudis empírics, així com les autobiografies místiques, mostren que el cultiu de l'espiritualitat suposa un increment de la capacitat d'atenció i concentració. En el fons, el que mostren és que les persones amb una dedicació al conreu de l'espiritualitat tenen una major capacitat de control i gestió de la pròpia atenció (Basso et al., 2019). Aquesta capacitat per poder dirigir i concentrar l'atenció de forma voluntària permet un avantatge raonable per al procés creatiu. És que, en moltes ocasions, el procés creatiu requereix una capacitat de contemplació atenta de la realitat per a permetre una concentració de les capacitats de la persona en aquell aspecte clau del problema que l'ocupa. El fet de tenir un major control conscient de l'atenció permet a la persona anar dirigint-la de forma més concentrada o més àmplia cap a la realitat que està observant, permetent d'aquesta forma una ampliació i concentració del focus que genera en si mateixa un avantatge de cara a l'anàlisi de la realitat i al procés creatiu (Rick et al., 2015).

Cal considerar que en les persones amb cultiu espiritual se sol detectar una major capacitat d'interconnexió d'idees llunyanes. Aquesta capacitat de connectar idees en un principi poc relacionades, genera una gran capacitat de creativitat i de construcció de noves visions d'un problema. Aquesta capacitat també neix de la possibilitat d'ampliació i reducció del focus d'atenció de forma voluntària.

4.2. Observació i contemplació desegocentrada

Un dels elements centrals citats en les autobiografies místiques és la importància, com a resultat del treball espiritual, d'un increment de la desegocentració. La desegocentració seria la capacitat de mirar la realitat deixant en el major suspens possible els propis desitjos, necessitats i preconcepcions. Aquesta desegocentració permet una mirada i una aproximació a la realitat i als problemes nova i allunyada de convencionalismes, afavorint així una major originalitat de les respostes (Puche, 2016).

A la vegada, aquesta desegocentració facilita un accés més gratuït a la realitat, una aproximació que no espera res concret d'allò que s'està observant. Aquest fet de no esperar res genera una major obertura que permet un accés desinteressat a la realitat de tal forma que incrementa les possibilitats de mirades diferents, a la vegada que genera un major, intens i genuí interès per allò que s'està observant. Això fa que es pugui sostenir durant un major temps la mirada i el pensament sobre aquell objecte, fet o idea d'una forma molt més oberta (Corbí, 2016).

La desegocentració també facilita una menor preocupació per l'impacte i les conseqüències que poden tenir per a la persona les idees i les possibles solucions que vagin apareixent. Aquest fet genera per si sol un menor autojudici sobre aquelles imatges, idees i pensaments que apareixen en la ment de qui medita. El fet de no judicar i la menor preocupació per l'impacte del pensament nou propicia que les persones amb un treball espiritual siguin més capaces de mostrar idees creatives malgrat que el seu entorn judiqui críticament aquestes noves propostes (Corbí, 2016).

4.3. Flexibilitat cognitiva

Tant en les autobiografies místiques analitzades com en molts dels estudis als que hem tingut accés es mostra com el cultiu de l'espiritualitat genera una major llibertat interna i una major capacitat d'expressar amb llibertat els propis pensaments (Puigardeu, 2014). També s'explica que, per als conreadors espirituals, hi ha una major calma emocional que també ajudaria a poder expressar més obertament les pròpies opinions i visions de la realitat, amb una menor autocensura i por a la reacció del context. Aquesta situació es transforma en una millor fluència i en una major capacitat per produir un major nombre de solucions diferents per a una mateixa situació (Sinnott et al., 2018).

Aquest element també està relacionat amb un major desegocentrament que permet evitar que la persona quedi enganxada a les seves preconcepcions i a un nombre limitat d'idees, permetent que es mantingui sempre oberta a l'aparició de noves formes de veure la realitat o afrontar un problema concret.

4.4. Benestar i sensació de sentit

Un altre dels aspectes del conreu de l'espiritualitat és una major sensació de pau, un major benestar psíquic que permet una exploració tranquil·la, amb menys por. Aquesta circumstància també permetria una major obertura a solucions i idees poc convencionals, potenciant una major originalitat de les solucions proposades i una menor sensació de risc personal davant idees novadores (Puigardeu, 2014).

5. Conclusions

En començar aquest article exposàvem com la creativitat ha passat de ser una capacitat amb una pretesa aparició sobtada, que es reduïa a l'excepcionalitat d'alguns individus, a ser una qualitat necessària al conjunt de la societat. Una societat que viu de la innovació, del canvi constant i del desenvolupament i la recerca, requereix d'una massa crítica molt important de subjectes amb una alta capacitat creativa. Per tant, aquesta societat requereix de sistemes específics provats i reconeguts de

cultiu d'aquesta creativitat. La creativitat, tal com dèiem, ha de deixar de ser un accident per convertir-se en una capacitat present en tota la població.

Hem mostrat com podem considerar que el cultiu espiritual podria ser una via coneguda i practicada al llarg de molts segles per ajudar a les nostres societats a estandarditzar processos que permetin la millora de la creativitat en la població.

Una vegada evidenciada la capacitat del cultiu de l'espiritualitat per obrir la persona a una major creativitat, la recerca hauria de passar a un segon nivell d'aprofundiment dirigit a valorar la relació causal entre el cultiu de l'espiritualitat i la creativitat. Per tal d'avançar en aquesta línia de recerca caldria l'establiment d'un procediment estandarditzat de formació espiritual des d'una perspectiva no dogmàtica ni ritualista, sinó més propera al treball de l'experiència mística i d'obertura a la transcendència i, per tant, a la transpersonalitat. És raonable esperar que l'aplicació d'aquesta formació hauria de millorar, entre d'altres elements, la capacitat creativa. Aquest treball podria suposar una important aportació al món educatiu que ens permetria preparar als nostres infants i joves en la seva incorporació a una societat en canvi constant que valora la creativitat com una eina fonamental.

Bibliografia

- ALVAREZ, J., Éxtasis sin fe, Madrid: Trotta 2000.
- AMABILE, T.M., «Social psychology of creativity: A consensual assessment technique» *Journal of personality and social psychology* 5 (1982) 997-1013.
- AMABILE, T.M., *Creatividad e innovación*. Bilbao: Deusto 2000.
- AMRAM, Y., «The seven dimensions of spiritual intelligence», Presented at the 115 Annual conference of the American Psychological Association. Sant Francisco 17-20 / 12 / 2007. Recuperat a http://www.yosiamram.net/docs/7_Dimensions_of_SI_APA_confr_paper_Yosi_Amram.pdf.
- BASSO, J. McHALE, A. ENDE, V. OBERLIN, D. I SUZUKI, W., «Brief, daily meditation enhances attention, memory, mood, and emotional regulation in non-experienced meditators» *Behavioural Brain Research* 263 (2019) 208-220.
- BODEN, M., *The creative mind: Myths and mechanisms*, New York: Basic Books 1991.
- BREWZYNSKI, J. DOUGLAS A., «Confirmatory Factor Analysis of the Allport and Ross Religious Orientation Scale With a Polish Sample», *International Journal for the Psychology of Religion* 1 (2006), 63 – 76.
- BROWN, W.S. (1998). «Cognitive contributions to soul» a N. Muphy and Brown (ed), *Portrait of human nature*, Mineapolis: Fortress 1998, pp. 99-125.
- CLONINGER CR, *Feeling good: The science of well-being*, New York: Oxford University Press 2004.
- CLOUDET, C., «Los hilos que entretejen la creatividad», a Fundación Botín, *Artes y emociones que potencian la creatividad 2014*. Recuperat a https://www.fundacionbotin.org/89dguuytdfr276ed_uploads/EDUCACION/creatividad/artes%20y%20emociones%202014/2014%20Informe%20Creatividad%20ES.pdf
- CORBÍ, M., *La sabiduría de nuestros antepasados para sociedades en tránsito*, Barcelona: Bubok 2013.
- CORBÍ, M., *El conocimiento silencioso*, Fragmenta: Barcelona 2016.
- DING, X., TANG, Y-Y., TANG, R. I POSNER, M., «Mood and personality predict improvement in creativity due to meditation training», *Learning and individual differences*, 37 (2014) 217-221.
- DUCH, LL., *Antropología de la religión*, Barcelona: Herder 2001.
- EMMONS, R., «Is spirituality an intelligence? Motivation, Cognition and the psychology of ultimate concern», *The Journal for the psychology of religion*, 1 (2000) 3-26.
- FABRICATORE, A. N., HANDAL, P. J., RUBIO, D. M., I GILNER, F. H., «Stress, religion, and mental health: Religious coping in mediating and moderating roles», *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14 (2004) 91-108.
- FERRER, J. N., *Espiritualidad creativa*, Barcelona: Kairos 2003.
- FREUD, S., *Los actos obsesivos y las prácticas religiosas*, 1907, a S. Freud, *Obras completas*, Madrid: Biblioteca Nueva 1997.
- GARDNER, H., *Creating mind*, New York: Basic Books 1993.
- GARDNER, H., *Estructuras de la mente*, México: Fondo de Cultura Económica 1994.
- GARDNER, H., *Probing more deeply into the theory of multiple intelligences*, 1997. Recuperat a <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/019263659608058302>
- GENE, G. I ERIN, B. V., «Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis», *Journal of Clinical Psychology*, 4 (2004) 461-480.
- GOLEMAN, D., KAUFMAN, P. I RAY, M., *El espíritu creativo*, Madrid: Ediciones B 2010.
- GOLEMAN, D., KAUFMAN, P. I RAY, M., *El espíritu creativo*, Madrid: Lectulandia 2019.
- GONZÁLEZ, P., *Reflexiones en torno a la competencia espiritual: la dimensión espiritual y religiosa en el contexto de las Competencias Básicas Educativas*, Madrid: Escuelas Católicas 2009.
- GREENBERG, J. RAINER, K. & MEIRAN, N., «Main in trap». *Mindfulness practice reduces cognitive rigidity*, 2012. Recuperat a <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0036206>
- GROM, B., *Psicología de la religión*, Barcelona: Herder 1994.
- HORAN, R., «The Neuropsychological connection between creativity and meditation», *Creativity research journal* 2-3 (2009) 199-222.
- HUIDOBRO, T., *Una definición de la creatividad a través del estudio de 24 autores seleccionados (tesi doctoral)* (2004). Recuperada a <https://eprints.ucm.es/4571/1/T25705.pdf>
- JUNG, K.G., *Psicología i religió*, Barcelona: Paidós 1940.
- KWILECKI, S., «Spiritual intelligences as a theory of individuals religion: A case application», *The Journal for the psychology of religion*, 1 (2000) 35-46.
- LAJOIE, D.H. I SHAPIRO, S.I., «Definitions of Transpersonal Psychology: The first twenty-three years», *Journal of Transpersonal Psychology*, 1(1992) 79-99.
- LEBUDA, I. ZABELINA, D.L. I KARWOWSKI, M., *Mind Full of ideas: A meta-analysis of the mindfulness link. Personality and individual differences*, 93, 2015. Recuperat a <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.040>
- MARINA, J. A. (Coord.), *Creativitat en l'educació, educació en la creativitat. claus per fer de la creativitat un hàbit*, Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu 2014.

- MASLOW, A., *La personalidad creadora*, Barcelona: Kairós 1982.
- MINER, M. H., «Creativity and spirituality : psychological perspectives», a M. Miner & M. Dowson (Eds.), *Creativity And Spirituality: A Multidisciplinary Perspective*, Charlott: Informating AVE publishing 2017, pp.3-22.
- MOONEY, R. L., «A Conceptual Model for Integrating Four Approaches to the Identification of Creative Talent» In C. W. Taylor, & F. Barron (Eds.), *Scientific Creativity: Its Recognition and Development*, New York: John Wiley & Sons 1963, pp. 331-340.
- MÜLER-USING, S., «What is creativity?», a Clouder, C. (Coord.), *Good Morning Creativity*, Santander: Fundación Botín 2012.
- PATUEL, J., *El mapa no es el territorio. Mi viaje hacia la consciencia transpersonal*, Madrid: Sirena de los Vientos 2018.
- PRUZAN, P., «Spiritual-based leadership», a L. Bouckaert and L. Zsolnai (Eds.), *The Palgrave Handbook of Spirituality and Business*, Palgrave: Macmillan 2011, pp. 287-294.
- PUCHE, A., *Los Frutos espirituales del árbol de la vida: análisis narrativo de la práctica espiritual*, 2016 (Tesis doctoral). Recuperada a: <http://www.tdx.cat/handle/10803/350800>
- PUIGARDEU, O., «Una aproximación al concepto de inteligencia espiritual basada en el método de análisis biográfico», *Journal of Transpersonal Research* 2 (2014) 157-172.
- PUIGARDEU, O., *El cultiu de l'espiritualitat com a factor impulsor de la creativitat*, 2019 Tesi doctoral disponible a: <http://hdl.handle.net/10803/668816>
- RICK T. WILSON, DANIEL W. BAACK & BRIAN D. TILL, «Creativity, attention and the memory for brands: an outdoor advertising field study», *International Journal of Advertising* 2 (2015) 232-261.
- RODRIGUEZ, M.T., «L'estudi de la creativitat», a Marina, J. A. (Coord), *Creativitat en l'educació i educació de la creativitat*, Barcelona: St. Joan de Déu 2014.
- SHULMAN, A.K., *Dirnking the rain*, New York: Farrar, Straus & Giroux 1995.
- SINNOTT, J., HILTON, S., WOOD, M. ET AL. J ADULT DEV, «Relating Flow, Mindfulness, Cognitive Flexibility, and Postformal Thought: Two Studies», *Journal of adult developmen* 24 (2018) 1-11.
- SUZUKI, T. I FROMM, E., *Budismo zen y psicoanálisis*, Méjico: Fondo de Cultura Económica 1964.
- TORRANCE, E., «The nature of creativity as manifest in its testing», a Sternberg (ed.) *The nature of creativity: contemporary psychological perspectives*, New York: Cambridge University Press 1988.
- VECINA, M.L., «Creatividad», *Papeles de Psicólogo* 27 (2006) 31-39.
- ZOHAR, D. Marshall, I., *Inteligencia espiritual*, Barcelona: Plaza & Janes 2001.

LES MIRADES DE SANTA LLÚCIA CONFLUÈNCIA DE TRADICIONS CULTURALS I RELIGIOSES EN LA CELEBRACIÓ POPULAR DE SANTA LLÚCIA

Jordi Sidera Casas

Institut Superior de Ciències Religioses de Girona
jordsideracasas@gmail.com

RESUM: La festivitat de Santa Llúcia ha aplegat al llarg dels segles un conjunt de costums d'origen popular ric i divers que poc tenen a veure amb la celebració cristiana. En aquest article analitzem aquestes tradicions segons la geografia i la tipologia simbòlica per copsar-ne la procedència. Ens trobem davant de diferents tipologies rituals corresponents a celebracions solsticials, rituals de traspàs, rituals de fertilitat vegetal i cerimònies d'inici de cicle anual. Les característiques de la santa cristiana i de la celebració han actuat com a aglutinador de tots aquests costums que trobaren en el dia de la seva festivitat un espai on expressar-se.

PARAULES CLAU: Santa Llúcia; simbolisme; ritual; solstici, història de les religions.

ABSTRACT: The fest of Saint Lucy has brought together over the centuries a set of rich and diverse customs of popular origin, that have little to do with the Christian celebration. In this article we analyse these traditions according to geography and symbolic typology to grasp their origin. We are faced with different types of rituals corresponding to solstice celebrations, rites of passage, fertility rituals and ceremonies of beginning annual cycle. The characteristics of the Christian saint and the celebration have acted as a unifier of all these customs that found on Saint Lucy' day a space where to express.

KEYWORDS: Saint Lucy; symbolism; ritual; solstice, history of religions.

En pocs llocs es manifesta tan diàfanament el llegat històric de la diversitat religiosa com en la cultura popular. El folklore, aquest saber popular difús i esquiu, és el dipositari de diferents llegats culturals i espirituals. En la història de les religions és ben conegut el procés de transmissió i adaptació de costums i creences que s'esdevé en l'àmbit de la religiositat popular. El fenomen posa al descobert l'arrelament que l'ànima humana manifesta envers el conjunt de creences, objectes i costums que han estat trameses de pares a fills i de generació en generació, i que constitueix en si mateix una autèntica tradició. Es pot parlar pròpiament de l'existència d'un factor psicològic en tota transmissió popular, però estem d'acord amb Lévinas quan assenyala que, en el fons, tota manifestació psicològica no és sinó l'expressió d'una realitat ontològica. El cert és que si es produeix aquesta mena transmissió, en la qual un esdeveniment religiós, produït dins d'una confessió concreta i en un moment històric precís, és capaç