

Los demonios creativos

y cómo acabar con ellos

Richard Holman

editorialgg.com

Ilustrado por **AL MURPHY**

GG

Para Loop, Blue y Beau

Título original: *Creative Demons and How to Slay Them*, publicado por Thames & Hudson Ltd, Londres, en 2022.

Diseño: Fraser Muggeridge Studio
Revisión de estilo: Silvia Senz

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

La Editorial no se pronuncia ni expresa ni implícitamente respecto a la exactitud de la información contenida en este libro, razón por la cual no puede asumir ningún tipo de responsabilidad en caso de error u omisión.

© Thames & Hudson Ltd, Londres, 2022
© de los textos: Richard Holman, 2022
© de las ilustraciones: Al Murphy, 2022
© de la traducción: Noelia Pereira, 2025
y para esta edición:
© Editorial GG, SL, 2025

Esta edición ha sido publicada mediante acuerdo con Thames & Hudson Ltd, Londres.

Printed in Slovenia
ISBN: 978-84-252-3585-6
Depósito legal: B. 3850-2025
Impresión: GPS

Editorial GG, SL
Via Laietana 47, 3.º 2.ª, 08003 Barcelona, España.
(+34) 933 228 161
editorialgg.com

Índice

Introducción	8
Capítulo 1: El demonio de la procrastinación	12
Capítulo 2: El demonio de la página en blanco	26
Capítulo 3: El demonio de la duda	44
Capítulo 4: El demonio de la convención	58
Capítulo 5: El demonio de las limitaciones	74
Capítulo 6: El demonio de la crítica	90
Capítulo 7: El demonio del robo	104
Capítulo 8: El demonio de los accidentes	118
Capítulo 9: El demonio del fracaso	132
Capítulo 10: El demonio de la decepción	148
Epílogo	160
Notas	162
Lecturas adicionales	166
Agradecimientos	168

Desde el

de quien

todo es una

un

hacia lo

punto de vista

crea,

apuesta,

salto

desconocido.

editorialgg.com

Yayoi Kusama

Introducción

Reúne a un grupo de niños de cinco años, dales unos bolígrafos y papel, y pídeles que dibujen lo que quieran. En poco tiempo tendrás un montón de obras de arte gloriosamente originales. En algunos dibujos aparecerán objetos físicos. Otros serán completamente abstractos. Unos pocos tendrán solo garabatos coloridos, pero todos los niños habrán creado algo.

Vuelve a reunir a los mismos niños diez años después. La misma habitación, los mismos bolígrafos y papel y la misma tarea. Los resultados serán muy diferentes. Los jóvenes de quince años estarán mucho más indecisos. Probablemente te pedirán algún tipo de guía. Mirarán a su alrededor, incómodos, para ver qué están haciendo los demás. Si tienes suerte, un par de ellos comenzará la tarea con entusiasmo. Pero lo más probable es que te digan que ni siquiera pueden empezar porque «no saben dibujar».

¿Qué ha pasado?

¿Adónde ha ido toda esa creatividad despreocupada?

Lo que ha ocurrido es una verdad frecuentemente comentada: la creatividad no se aprende, se desaprendes u. Cuanto mayores nos hacemos, más cuestionamos nuestras capacidades; miramos con envidia el trabajo de otros y pensamos: «Yo nunca podría hacer eso». Sentimos cada vez más miedo de cometer errores, de quedar en ridículo. Y así, poco a poco, cada uno de nosotros desarrolla su propio y pernicioso grupo de demonios creativos.



eres un desastre

Cuando se trata de escribir el primer capítulo de tu novela, son tus demonios creativos quienes, de manera astuta, te sugieren que mañana será mejor día para empezar que hoy. Son esos mismos demonios los que te retienen con una fuerza irresistible que te impide hacer la primera marca en el lienzo en blanco que tienes delante. ¿Y esa pequeña voz que, en plena noche, te susurra al oído que eres un impostor sin talento, sin la más mínima esperanza de crear algo valioso? Ahí tienes a otro demonio creativo.

Hay tres cosas que necesitas saber sobre estas molestas criaturas que buscan frustrar tus impulsos creativos a cada paso.

La primera es que ningún artista, escritor, músico, intérprete, pensador o creador está libre de ellos, sin importar cuán talentoso, exitoso o aclamado sea. Como descubrirás en estas páginas, algunos de los nombres más insignes de la historia de la humanidad han tenido que librar batallas largas, arduas y traicioneras

contra sus propios demonios creativos: Leonardo da Vinci, J. K. Rowling, Dr. Seuss, Brian Eno, Herbie Hancock y Marina Abramović; todos han sufrido, pero todos lo han superado.

La segunda es que, cuanto más tiempo dejes a tus demonios sin control, más prosperarán y más crecerán. Si no te enfrentas a ellos, podrían desbordarte por completo y coartar tus impulsos creativos. La duda sobre ti mismo, la indecisión y el miedo te paralizarán, y nunca disfrutarás de esa sensación triunfante y vital de dar un paso atrás y mirar la letra que acabas de escribir, la pieza de cerámica que acabas de modelar o la imagen que acabas de dibujar, y pensar: «¡Lo he hecho yo!».



Finalmente, lo tercero que debes saber es esto: no importa cuán peludos, grotescos, sanguinarios o francamente ruidosos sean tus demonios creativos personales, pueden ser vencidos. A veces, como veremos, incluso se les puede dar un buen uso.

El mundo necesita tu creatividad ahora más que nunca. Necesitamos ideas originales e innovación que ayuden a resolver los problemas a los que nos enfrentamos los seres humanos y todas las demás especies en nuestro planeta. Necesitamos libros, obras de teatro, películas, música, teatro y arte que nos unan y nos ayuden a comprender lo que significa estar vivos hoy. Y, además, cada uno de nosotros necesita permitirse el lujo de perderse, aunque sea por un momento, en el consuelo de crear algo que antes no existía.

Así que acompáñame a cazar a los demonios más diabólicos, uno por uno. Concédeme algo de tu tiempo y te mostraré cómo, con astucia, convicción y un poco de ayuda de algunas de nuestras mentes creativas más grandes, puedes superar los monstruos que forja tu propia mente y comenzar a crear.

editorialgg.com

Capítulo 1

El demonio
de la
procrastinación

Faire *et*

editorialgg.com

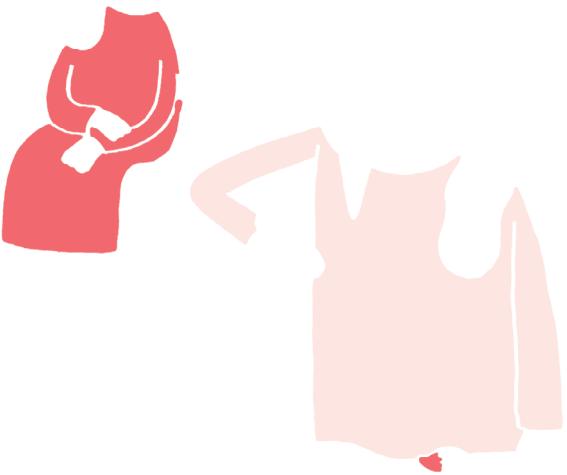
*Calla y hazlo

se ***taire****

Gustave Flaubert

—¿cuándo empezarás, Leonardo?

—mañana



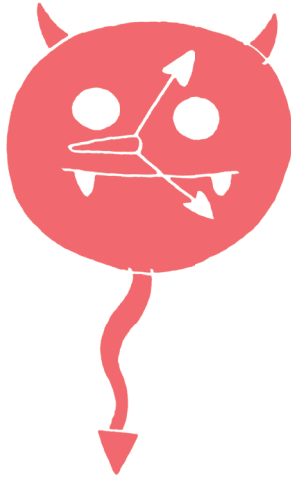
Tengo una confesión que hacer: llevo mucho tiempo postergando la escritura de este capítulo. Aplazar un capítulo sobre la procrastinación... supongo que podría llamarse «método de escritura».

Incluso ahora, mientras cada palabra aparece a regañadientes en mi pantalla, noto lo polvoriento que está la esquina de mi escritorio. El demonio de la procrastinación susurra a mi oído: «Oye, ¿no crees que esto de escribir funcionaría mejor con un escritorio limpio? Y esos lápices también parecen un poco desafilados... ¿Por qué no les sacas punta y lo reanudas el trabajo mañana? Ah, y ¿cuándo fue la última vez que echaste un vistazo a Instagram?».

Es fácil pensar en el demonio de la procrastinación como una criatura más o menos inofensiva. Todo lo que te pide es que pospongas hasta mañana el momento de apoyar la pluma en el papel o el pincel en el lienzo. No te está diciendo «nunca», ¿verdad? Pero ¿cuántos poemas, obras de teatro, pinturas e incluso carreras artísticas completas se han perdido por culpa de sus seductoras artes? Los segundos se convierten en minutos, los minutos en horas, y —antes de que te des cuenta— las horas se han convertido en años.

El demonio de la procrastinación extrae su poder maléfico del oscuro pozo de tus miedos personales y privados.

Existe el miedo, compartido por cualquiera que haya intentado crear algo excepcional, de que simplemente no estás a la altura de la tarea; la sensación de que eres un impostor, un farsante, un alma profundamente



engañada que será desenmascarada en el instante en el que intentes transformar tu sueño de ser escritor, pintor o intérprete en una realidad.

Está el miedo acerca del trabajo que esperas producir. ¿Y si no es bueno? ¿Y si es peor que malo y te hace quedar en ridículo por haber imaginado, para empezar, que tenías algún talento creativo?

Luego está el miedo a que el propio viaje, desde escribir la primera línea hasta colocar el punto final en la escena final, sea demasiado arduo. Miras a tu alrededor las obras creativas que admiras —esas novelas, obras de teatro o películas que te encantan, con todos sus exquisitos detalles y refinamiento intrincado— y piensas que acabar tu proyecto va a ser terriblemente difícil.

Así que lo pospones todo hasta mañana.

Y el sueño sigue siendo un sueño.

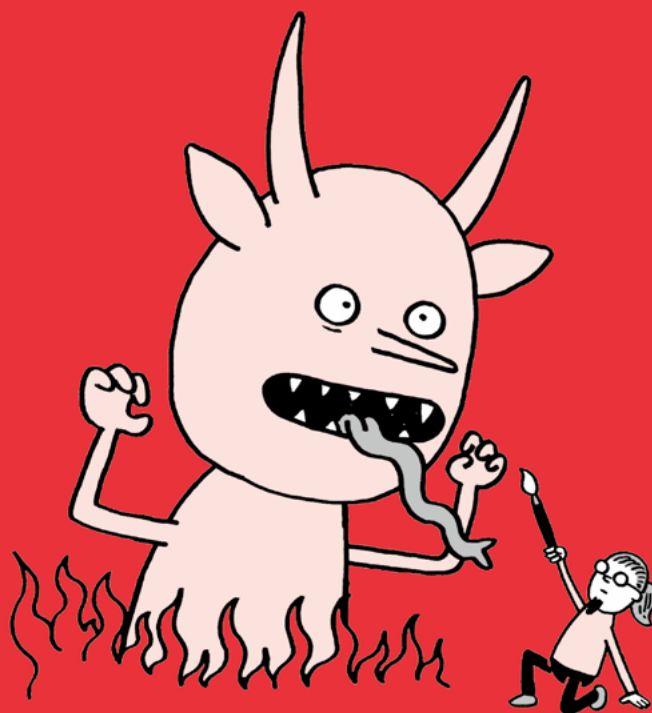
GG

Encuentra este libro en tu librería habitual
o en la página **web de la editorial**

Los demonios creativos

y cómo acabar con ellos

Richard Holman



GG



Ilustrado por
AL MURPHY

editorialgg.com

Los demonios creativos
Richard Holman

editorialgg.com