

La parte más importante de la creatividad es nuestra vida.-Lama Tenzin



La mejor manera de definir la creatividad es la vida misma, así lo cree **Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche** el Fundador y director espiritual de **Ligmincha Internacional**.

La Escuela de Humanidades y Educación del Tecnológico de Monterrey ofreció la conferencia **Creatividad Espontánea** en el **Museo Soumaya Plaza Carso**, a cargo de **Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche**.

“Generalmente cuando pensamos en creatividad, la gente piensa en arte, música, danza, filme, desde luego eso es parte de la creatividad, pero la parte más importante de la creatividad es nuestra vida” comentó.



width="900" loading="lazy">

Reconocido por su profundo conocimiento, su estilo claro y comprometido, compartió sus enseñanzas de **meditación** en la tradición **Budista Bön del Tíbet**.

Formado como **monje Bön**, es conocido por la profundidad de su sabiduría y su inquebrantable compromiso de ayudar a los estudiantes a reconocer su verdadera naturaleza, es autor de muchos libros y cursos en línea.

Para Geshe Tenzi, a pesar de lo negativo o las circunstancias por las que pase cada ser humano es necesario aprender a vivir con ello, enfrentarlo e incluso jugar.

*Nuestra vida es como una bella obra de arte, tiene que ser colorida, musical, llena de danza y celebración, **sin importar que cosa encares en la vida tienes que jugar con ello***

De acuerdo con el maestro, no se trata de ser solo ser creativo cuando se está calmado y pacífico y tienes todo lo que requieres.

“La creatividad requiere más cuando no tienes nada, cuando enfrentan desafíos, y necesitas encontrarte a ti mismo y a través de eso encontrar todos los recursos, tomar todas las decisiones correctas al momento indicado” dijo.



width="900" loading="lazy">

¿Qué es eso que detiene nuestra creatividad?

El director espiritual afirma que lo que afecta a los seres humanos y obstaculiza la creatividad es el **miedo**, es lo que bloquea e impide seguir, haciéndote caer en depresión y enfermando físicamente.

¿Quién eres tú? ¿Qué viene primero a tu mente cuando te lo preguntas? El miedo, es el resultado de no conocerte a ti mismo ni la bondad en ti

Para él, si miras tu vida como una **bella obra de arte** y quieres vivirla plenamente, caminar con confianza y sonreír con alegría, ser capaz de hablar cuando se requiera y permanecer en silencio de igual manera, lo puedes lograr sanando y liberando del miedo.

“El reconocimiento del temor es el inicio de la confianza, el reconocimiento de la oscuridad es el principio de la luz, el reconocimiento de la emoción como el enojo es el principio de la apertura de tu corazón.

No hay forma en la que puedas ser creativo hasta que enfrentes tu miedo, si no estás viviendo tu vida plenamente la razón es el miedo, cuando sientes que la percepción del yo cambia comienzas a sentir cualidades distintas” agregó.



width="900" loading="lazy">

Para finalizar la conferencia Tenzin brindó una meditación guiada para hacer partícipe a la audiencia, al concluir agradeció al público por asistir y los alentó a descansar más, a dejar sentir más y encontrarse a sí mismos.

“Espero haya sido útil, confía en el poder de la quietud, del silencio y del corazón abierto, confía en el silencio, aprende a estar un poquito más callado, no tienes que responder todo a todos, entre más silencio sientas más claridad encontrarás en tu voz y corazón”, concluyó.

El decano **Dr. Julio Ernesto Rubio Barrios**, comentó que este evento se enmarca dentro del proyecto **Punto Blanco** el cual es una misión que busca que los estudiantes se desarrollen no solo académicamente sino también en su espiritualidad y personalidad.

“Eventos como estos, contribuyen a que tengamos una comunidad que se encuentre más en paz consigo misma, que sepa acceder a su creatividad, desde encontrarse con su propio miedo y con su silencio, este es el mensaje que queremos enviar desde la Escuela de Humanidades y Punto Blanco”, explicó.



width="900" loading="lazy">

SEGURO TAMBIÉN QUERRÁS LEER: