

# **EL HOLISMO Y EL CONOCIMIENTO DE UNO MISMO EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL**

**Juana Gallardo**

## **RESUMEN COMUNICACIÓN**

Mi comunicación está dividida en tres partes: en la primera hago mención a hechos concretos ocurridos en mis aulas que me han hecho decidirme a enviar esta comunicación; en la segunda parte explico la relación entre el holismo y la educación emocional: los recientes estudios de neurología describen tres cerebros, el sensorial, emocional e intelectual, que aún teniendo funciones distintas actúan siempre en profunda interrelación. La educación emocional plantea la incorporación de los cerebros emocional y sensorial y, por tanto, supone recuperar para la enseñanza un planteamiento holístico del ser humano y, como consecuencia, de la educación misma; en la tercera parte de mi intervención explico de qué forma esto no puede llevarse a cabo, en mi opinión si no se incluyen en los programas de formación del profesorado programas integrativos de autoconocimiento para el profesorado.

## **EL HOLISMO Y EL CONOCIMIENTO DE UNO MISMO EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL**

Una antigua leyenda judía, recogida por Irvin D. Yalom, narra cómo un día hablaban el Señor y un rabino sobre el cielo y el infierno y el Señor decidió mostrarle ambos. Llegaron al infierno y al principio el rabino no podía entender la escena que sus ojos veían. Había en el centro de una gran sala con una mesa llena de los más exquisitos manjares, eran espléndidos para la vista y se adivinaban exquisitos para el paladar. Alrededor de la mesa se veían unas personas con aspecto famélico y desfallecido que llevaban en la mano una larga, larguísima, cuchara con la que podían alcanzar hasta las viandas más alejadas. ¿Por qué, entonces, ese aspecto tan macilento? Fijando su atención aún más, el rabino comprendió el motivo: el tamaño de las cucharas era suficiente para llegar hasta la comida y para cogerla pero era excesivo a la hora de girar el brazo y llevársela a la boca.

Luego condujo al rabino al cielo y éste se llevó una gran sorpresa cuando observó que la escena que allí se vivía era muy parecida a la que había visto en el infierno, pero con una diferencia: aquí las personas que estaban sentadas alrededor de la mesa eran personas saludables, que sonreían mientras degustaban con placer aquellos alimentos tan bien dispuestos. Las cucharas tenían las mismas dimensiones que las que tenían los comensales del infierno, pero aquí las personas habían aprendido a darse de comer unas a otras.

He escogido este cuento para empezar porque para mí está cargado de un simbolismo especial si se aplica a la situación en la que vivimos actualmente: tenemos una mesa repleta de los más exquisitos manjares y tenemos una cuchara larguísima para alcanzar dichos manjares y ésa puede ser la escena del cielo o del infierno: depende de nosotros, pero parece que podemos convertirnos en unos “pobres niños ricos” si olvidamos lo fundamental, esto es, que estamos al lado de otros.

La verdad es que, por motivos personales, había descartado la posibilidad de presentar una comunicación en estas jornadas, pero justo en los últimos días en los que terminaba el plazo para presentarlas, ocurrió algo que me hizo desear estar aquí hablando. Tengo dos alumnos en 3º de ESO que, sistemáticamente, intentan ponerse los auriculares de música en los oídos de nada que me descuido. Durante todo el curso nos hemos movido en la cuerda floja de “si te veo, no te veo” y también ¿por qué no decirlo?: en la cuerda floja de “si te dejo, no te dejo”. Siempre encuentro el momento para acercarme a ellos pues no sé por qué necesito estar cerca de ellos a pesar de su empeñamiento en no seguirme ellos en este interés. El otro día, en uno de esos acercamientos, que yo adivinaba como últimos, pues el curso se acaba, se me ocurrió de repente que hicieran un ejercicio de lengua: escribir en forma de redacción por qué prefieren oír música a escuchar en clase. Esperaba el gesto de desgana que ha acompañado siempre cualquiera de mis propuestas, pero esta vez me sorprendió el gesto decidido de los dos sacando el bolígrafo y poniéndose a escribir sin dilación aunque veía que de vez en cuando se detenían y levantaban la mirada con gesto pensativo. Las cogí con curiosidad y me permito transcribir aquí algunas de sus palabras que estaban acompañadas del dibujo de varias notas musicales:

“Pues la verdad es que al no ser un buen estudiante y no ser trabajador, pues mi escapatoria en el colegio es escuchar música, creo que es la mejor forma de no molestar a mis compañeros, porque al escuchar música no formo follón y no los desconcetro en las clases. La música a mí me sienta bien, porque me calma. Los cambios de clases se me hacen cortos, porque nada más llegar la otra profesora, depende cuál sea, no te deja escuchar música, y entonces al no poder escuchar las canciones del disman pues la lío en clase. Para mí la única escapatoria en el colegio es la MÚSICA”.

No sé qué habéis sentido vosotros. Quizá pueda parecer obvio lo que dice y quizás lo sea, pero confieso que cuando yo leí esta carta se me partió un poco el corazón por varios motivos: por el íntimo convencimiento que tiene ese chico de no ser ni buen estudiante ni ser buen trabajador; por la dramática lucidez que refleja al insistir en oír música como alternativa a crear disturbios y por la derrota del sistema que supone el hecho de que estos chicos sólo hayan encontrado esta solución, oír música en solitario, para sobrevivir a una situación a la que nosotros probablemente no sobreviviríamos pues ¿quién aguanta un año tras otro condenado a soportar una situación con el grado de desmotivación tan profundo como el que este chico manifiesta?

Contada la historia de Yalom, contada la historia de mis alumnos y la música, cuento ahora algo de la mía: mi particular “revolución copernicana”, en lo que a mi profesión se refiere, se inició cuando empecé a darme cuenta de que gran parte de los problemas que surgen en las clases se derivan de nuestra dificultad para “ver” a los alumnos, para vernos a nosotros mismos, los docentes, y para ver en definitiva la relación. “Verlos” para mí quiere decir contemplarlos como seres completos que son: con un intelecto, unas sensaciones y unas emociones. Se sabe que evolutivamente somos seres, tal y como señala Claudio Naranjo, tricerebrados. Evolutivamente el cerebro humano ha ido creciendo de abajo a arriba, de manera que los centros superiores constituyen derivaciones de centros inferiores más antiguos. El tronco encefálico es la parte más primitiva del cerebro humano y su función consiste en regular las funciones básicas para sobrevivir. Alrededor de él se fue creando un anillo, el denominado cerebro límbico o emocional y la evolución de una parte de este último, el rinencéfalo, dio lugar a su vez al centro pensante o neocórtex, el último pues en aparecer. Actuar, sentir y pensar son los tres verbos que designan respectivamente la actividad de cada uno de estos tres cerebros.

Tradicionalmente la educación ha estado dirigida al cultivo y desarrollo de esta última parte del cerebro y ahora se trata de hacerle un lugar en la enseñanza a los otros centros cerebrales: el instintivo y el emocional.

Para mí se trata en definitiva de recuperar una perspectiva holística del ser humano. Esta perspectiva holística es la que, en mi opinión, se defiende en el **Informe Delors**, y que establece que “mientras los sistemas educativos formales propenden a dar prioridad a la adquisición de conocimientos, en detrimento de otras formas de aprendizaje, importa concebir la educación como un todo”. En dicho informe se habla también de los cuatro pilares básicos sobre los que la educación debe basarse en este milenio que se inicia: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. Esto último, aprender a ser, se entiende como el desarrollo y florecimiento de las potencialidades de cada persona, como una educación que posibilite la responsabilidad y la autonomía y como una apuesta porque la educación no deje *“sin explorar ninguno de los talentos que, como tesoro, están enterrados en el fondo de cada persona”*.

Rescatar este tesoro enterrado en el fondo de cada persona tendría que ser pues uno de los objetivos de la educación y en este camino me parece bueno entender la crisis de la enseñanza tal y como la describe Claudio Naranjo, que dice así: “la verdadera crisis es una crisis de relaciones humanas, más bien la crisis de un mal antiguo en las relaciones humanas, una incapacidad de relaciones fraternales, de verdaderas relaciones amorosas, un mal antiguo que ahora hace crisis porque se hace insostenible”. Y si ésta es la crisis, quizás tengamos que convenir que la pedagogía que todos estamos escribiendo al reunirnos aquí, al intentar caminar por caminos distintos a los transitados hasta ahora, no es otra cosa que una pedagogía del amor.

Confieso haber tardado algún tiempo en perder el miedo a usar en público palabrows como esta de amor. Otra que también tenía reparo en usar al principio, por parecerme equivocadamente convencional es la de respeto. He usado la primera, amor, y ahora voy a explicar el sentido que para mí tiene esta segunda, respeto.

Lo que acabo de decir hasta ahora supone que cualquier replanteamiento que se haga de la educación tiene que tener en cuenta el aspecto relacional que comporta la educación y

creo que lo tenemos que tener en cuenta con la perspectiva de encauzar la dinámica entre ambos –profesor y alumno- para recuperar o sencillamente para dar espacio en las aulas al respeto, entendido éste tal y como lo reivindica Erich Fromm –ateniéndose a su raíz etimológica: *respicere* = mirar- como la capacidad de mirar al otro, de verlo en su singularidad, de verlo como lo que es, como una realidad irrepetible. En este sentido, comparto el punto de vista de F. Hernández cuando afirma que “una de la contribuciones más radicales y perversas de las ciencias de la educación en su proyección sobre la escuela ha sido la de despojar a los niños, las niñas y los adolescentes de su condición de sujetos para transformalos en alumnos” (*La importancia de ser reconocido como sujeto*, Cuadernos de Pedagogía, nº 319).

Yo también siento que pierdo mi condición de sujeto cuando por inseguridad, temor, inercia, etc entro en el aula interpretando un rol fosilizado de profesora. Poner énfasis en lo relacional supone inevitablemente recobrar esta condición perdida de sujetos que no es otra cosa que recuperar nuestra singularidad. Pero uno sólo puede dar lo que tiene y por eso para poder apreciarla en mis alumnos es preciso que la haya visto antes en mí.

Dice Epícteto que “si la auténtica sabiduría es tu objetivo y eres sincero, tendrás que trabajar contigo mismo” y quiero decir que puedo hacer lo que hago, grande o pequeño, mucho o poco, porque, efectivamente, amo el saber y por eso empecé por mí misma.

Este planteamiento supone incorporar a los programas de formación del profesorado programas integrativos de autoconocimiento, y esto implica, a su vez, en mi opinión, por parte de nosotros, los docentes, la humildad. En el libro *El día que Nietzsche lloró*, Irving Yalom pone en boca de Nietzsche las siguientes palabras: “Del mismo modo que los huesos, la carne, los intestinos y los vasos sanguíneos están encerrados dentro de una piel que hace que la vista de un hombre sea soportable, las agitaciones y pasiones del alma están envueltas en la vanidad, que es la piel del alma” (Pág. 104). Recojo, aquí, estas palabras porque cuando yo inicié este proceso de autoconocimiento fue ella, la vanidad, la que al principio me impidió entregarme al curso de las cosas, y hago pública esta confesión por si a alguno de vosotros puede serle de utilidad. Mi anhelo es que la vanidad no nos impida entrar adentro de nosotros mismos para poder salir afuera luego más completos.

Se trata, en definitiva, de recuperar la vieja consigna clásica del “conócete a ti mismo”, con la esperanza de que éste sea el primer paso para una más consciente existencia y en este caso, también, para una más consciente educación. Este conócete a ti mismo no puede ahora ser aplicado sin actualizarse, sin contar con todo lo que el hombre sabe sobre sí mismo a estas alturas del siglo XXI (ahí, sin ir más lejos, está la psicoimmunología aportando datos concretos de que todo en el hombre es inseparable: un solo minuto entreteniendo a la mente con pensamientos negativos significa cinco horas de indefensión para nuestro sistema inmunológico). Ahora sabemos que la libertad humana no depende, como en la Ilustración se creía, de hacer caso exclusivo del imperativo kantiano ¡sapere aude! (“¡atrévete a pensar!”), sino que ahora también depende de pronunciar un profundo e íntimo “¡atrévete a sentir!” o, en definitiva, tal y como diría Nietzsche de un “¡llega a ser quién eres!” completo y pleno.

“La cantidad de fragmentos me desgarran” decía Alejandra Pizarnik, la poetisa argentina y, quizás eso y no otra cosa es lo que hacemos con los actuales sistemas educativos: crear individuos desgarrados. Y quizás ésa y no otra sea la asignatura pendiente de la educación: crear individuos integrados.