



RED
Latinoamericana
de PNL



LA MAGIA CONTINÚA

Revista Digital de libre Distribución

PNL, aplicaciones, modelos, nuevos diseños, Updates, magia ...

E-book 75

www.redpnl.net

LA MAGIA CONTINÚA ÍNDICE

E-book Nro. 75 - COPYRIGHT ® RED L. DE PNL

La PNL es una herramienta educativa, no una forma de terapia. Enseñamos a la gente cosas sobre cómo funciona su cerebro y como usar esta información para cambiar.
RICHARD BANDLER

MI MEJOR 2021

Diseñando nuevos comienzos

Por Graciela Marchetti

Pág. 1 a 2

CREANDO ELECCIÓN DE ESTADO CON SANTUARIO

De la PNL de Nuevo Código

Por Michael Carroll, traducido por Enrique Schawn

Pág. 3 a 4

LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World

De James Geary

Pág. 5 a 9

APLICACIONES DE LA PNL Y DEL ENSUEÑO DIRIGIDO EN LA EDUCACIÓN

Aportando a un campo específico

Por Ramón Iturbide

Pág. 10 a 11

PNL Y BIOGRAFIA ESCOLAR

Reescribiendo prácticas docentes viajando al pasado

Por Natalia Jacquet

Pág. 12 a 13

DESDE EL REINO METAFÓRICO ...

El buscador. De Jorge Bucay

Pág. 14

Textuales de ANTHONY ROBBINS

¿Qué te hace distinto a los demás habitantes de este planeta?

Una fuente importantísima de tu particularidad es tu experiencia.

Todo lo que has hecho en la vida queda registrado no sólo en tu memoria consciente sino también en tu sistema nervioso. Todo lo que has visto, oído, tocado, saboreado u olido queda almacenado en el gran almacén que llamamos cerebro.

A estos recuerdos conscientes e inconscientes los llamamos referencias.

En estas experiencias confiamos para tener la certeza de nuestras convicciones, incluidas algunas de nuestras más importantes creencias acerca de lo que somos y lo que podemos hacer.

Tú eres el principal diseñador de tu vida, te des cuenta o no. Piensa que tus experiencias conforman un enorme tapiz que vas tejiendo según tus deseos. Cada día añades un hilito nuevo al tejido... ¿Estás tejiendo un telón tras el que esconderte o una alfombra mágica que te elevará a alturas incomparables? ¿Revisas conscientemente el dibujo para que los recuerdos más positivos formen el centro de tu obra de arte?

Anota en una hoja las cinco experiencias principales que han dado forma a tu vida. No describas solo el acontecimiento; explica de qué modo te ha afectado. Si alguna experiencia ha tenido consecuencias negativas, reinterpreta al instante, por mucho esfuerzo que te suponga. Esto podría requerir cierta dosis de fe de tu parte; podría requerir un punto de vista nuevo que nunca habías considerado



MI MEJOR 2021

Diseñando nuevos comienzos

Por Graciela Marchetti

Tras un año particularmente desafiante, con múltiples imponderables, los modelos y ejercicios para el logro de objetivos parecen ser insuficientes. Como si, para sembrar nuevas semillas de sueños, debiéramos previamente limpiar el terreno de la vida, sacar las malezas, abonar el suelo, y decidir qué queremos y qué no queremos. Claro que también necesitamos revisar nuestro inventario de recursos: lo que tenemos y lo que no tenemos.



“Nuestras decisiones dan forma a nuestro destino” nos expresa Anthony Robbins. De modo que éste puede ser el momento perfecto para decidir ese destino. Elije el lugar óptimo para hacerlo.

Asegúrate de tener un “pedacito de naturaleza” cerca, buena iluminación, un rico aroma en el ambiente, una música que estimule todas tus funciones cognitivas y entibie tu sistema emocional, ya que ambos, cerebro y corazón, son los invitados especiales.

En la formación de Coaching Ejecutivo con Joseph O’Connor y Andrea Lages, usamos una herramienta que rescato cada vez que me propongo tomar una decisión sabia, que incluya un adecuado chequeo ecológico. Decidir cómo queremos ser, cómo queremos estar, qué queremos hacer y tener en nuestro 2021 justifica su uso. Y como reza la frase del pueblo Asaro: “El conocimiento es un rumor hasta que vive en el cuerpo”, te invito a:

1) Tomar una hoja en blanco y reproducir el gráfico

	QUIERO	NO QUIERO
TENGO		
NO TENGO		

MI MEJOR 2021 Diseñando nuevos comienzos Por Graciela Marchetti

2) Completar el cuadrante que corresponde a TENGO y QUIERO, o sea lo que quieres CONSERVAR. Es importante que en este punto apeles a una mirada de abundancia y escribas todo aquello que valoras, que atesoras, que agradeces tener y te gustaría mantener en tu vida.

3) Continuar con el cuadrante TENGO y NO QUIERO, en el que escribes todo aquello de lo que quieres DESHACERTE: cosas materiales, algunos vínculos, estados emocionales, hábitos y situaciones a los que les dices ¡basta!

4) Ocuparte ahora del cuadrante NO TENGO y NO QUIERO, es decir, de lo que te propones EVITAR.

Para ello necesitas alargar la mirada, accionar los lóbulos pre frontales, activar el metaprograma “eludiendo problemas” para traer los escenarios no deseados e inmediatamente “jugar” con las submodalidades para alejarlos, quitarles brillo, sonido, deslucirlos, empequeñecerlos hasta transformarlos en una brisa que sopla hacia afuera.

5) Proporcionarte un buen estado interruptor: cantar y bailar la canción más endorfinica que tengas a mano en tu memoria, por ejemplo, para ingresar al más potente estado de recursos.

6) Dedicarte con pasión y entusiasmo al cuadrante del estado deseado: NO TENGO y QUIERO. Antes de comenzar a completarlo, recurre al soñador/a la soñadora que hay en ti para que te lleve a visualizar, a escuchar, a sentir aquello que deseas.

Permítete ingresar a la escena para ir viviendo lo que ya estás atrayendo, mientras sostienes una intención clara y una emoción elevada. Cuando lo hayas “experimentado”, puedes escribirlo en el cuadrante de los logros.

Como un recurso adicional en este proyecto para vivir tu mejor 2021, puedes usar las tres energías arquetípicas que sugieren Stephen Gilligan y Robert Dilts:

a) La energía del guerrero

Para establecer límites, mantener los compromisos y actuar con determinación y hasta fiereza.

b) La energía maternal del sanador,

Que nos conecta con la ternura, con nuestra plenitud emocional, con el dar y recibir.

c) La energía del juguetero,

Para ser creativos, fluir con el humor, reírnos con liviandad.

¿Cómo se siente cada energía?

¿Cómo es nuestra corporalidad y gestualidad cuando somos habitados por cada una de ellas?

¿Qué decimos?

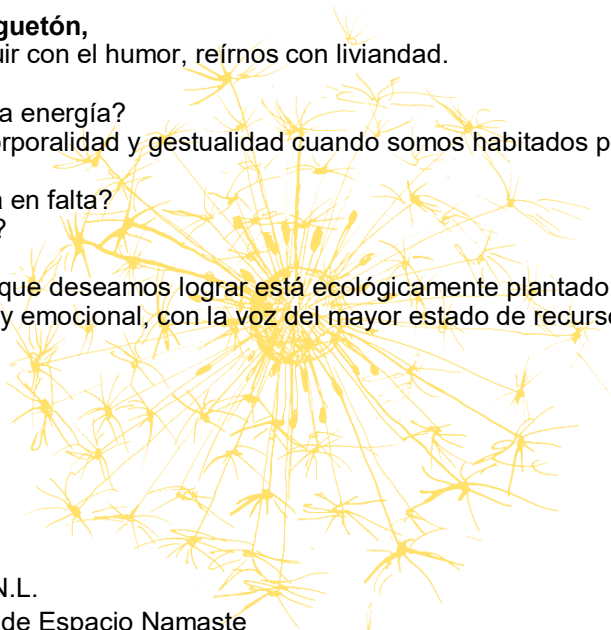
¿Alguna de ellas está en falta?

¿Alguna en demasía?

Una vez que aquello que deseamos lograr está ecológicamente plantado en nosotros, en un equilibrio energético, somático y emocional, con la voz del mayor estado de recursos, decir(nos) :

¡Es posible!
¡Puedo lograrlo!
¡Lo merezco!

Graciela Marchetti
Master Trainer en P.N.L.
Directora Académica de Espacio Namaste



CREANDO ELECCIÓN DE ESTADO CON SANTUARIO

De la PNL de Nuevo Código

Por Michael Carroll, traducido por Enrique Schawn

3

Si ha estudiado PNL, sabrá que 'estado' es una premisa clave dentro del campo.

En el Código Clásico de PNL, los practicantes hablan de «gestión de estado» o «control estado» como una forma de tratar situaciones en las que falta un estado de recursos. Administrar y controlar su estado es un proceso mental consciente similar a la fuerza de voluntad. Si tiene que administrar su estado o controlarlo, no está experimentando la «elección del estado».

En el nuevo código de la PNL, nos enfocamos en la «elección del estado» para que un individuo no esté trabajando conscientemente en la administración o el control de los procesos biológicos inherentes al estado.

En el nuevo código de la PNL tenemos patrones y formatos que biológicamente crean un resultado diferente cuando una persona no tiene una opción con su estado.

Si ha leído artículos anteriores de Michael Carroll, sobre el nuevo código de PNL, donde escribió acerca de los juegos 'del nuevo código de PNL' diseñados para crear un 'estado de alto rendimiento' para usar en cualquier contexto donde se busque alto rendimiento; podrá darse cuenta que antes de la intervención, el cliente puede haber tenido un desafío en el contexto del deseo de un estado de alto rendimiento, o la persona puede estar experimentando un nivel de éxito en el contexto pero buscar diferentes opciones que surgirán de un estado de alto rendimiento.

Ahora me gustaría presentarle un proceso diferente diseñado para intervenir cuando un cliente carece totalmente de cuotas de elección del estado para una de las dos circunstancias citadas a continuación:

a) Un estado que envuelve al cliente tan rápido que se atasca en el estado debido a la velocidad con que lo ingresaron. La rabia y el miedo son ejemplos del estado de movimiento rápido.

b) Un estado que se le cuele al cliente tan lentamente que no detecta el cambio de estado hasta que se absorbe en él, y también se queda atascado.

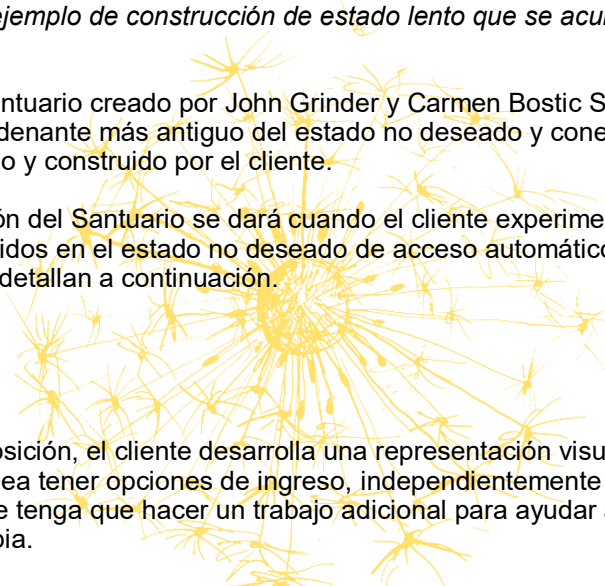
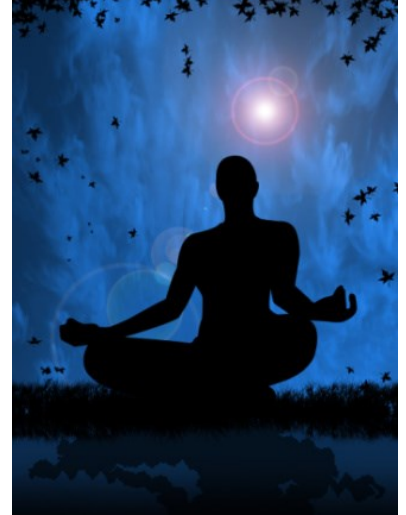
La depresión es un ejemplo de construcción de estado lento que se acumula en un estado sin recursos muy intenso.

El patrón llamado Santuario creado por John Grinder y Carmen Bostic St Clair está diseñado para detectar el punto desencadenante más antiguo del estado no deseado y conectar el punto desencadenante a un santuario diseñado y construido por el cliente.

El resultado del patrón del Santuario se dará cuando el cliente experimente una situación en la que se encontrarían sumergidos en el estado no deseado de acceso automático al estado del santuario. Los pasos del santuario se detallan a continuación.

SANTUARIO

1. A partir de la 3ª posición, el cliente desarrolla una representación visual y auditiva de sí mismo en el estado en el que desea tener opciones de ingreso, independientemente del contexto. Si el estado es extremo, es posible que tenga que hacer un trabajo adicional para ayudar al cliente a acceder a la tercera parte de manera limpia.
2. Desde tercera posición, ubique un espacio de santuario a aproximadamente dos metros del espacio no deseado. El santuario será un espacio impenetrable donde estarán presentes todos los recursos que faltan en el estado no deseado y más aún.



CREANDO ELECCIÓN DE ESTADO CON SANTUARIO

De la PNL de Nuevo Código

Por Michael Carroll, traducido por Enrique Schawn

4

El cliente puede construir su santuario como lo desee, incluyen metáforas como personajes históricos o mitológicos, animales, colores, música, mentores, armaduras o, por supuesto, ellos mismos en una posición extremadamente ingeniosa.

Ahora tiene dos espacios (el espacio del santuario y la ubicación del estado sobre el que el cliente desea elegir) ubicados en el piso.

3. Ingrese al santuario, construya el santuario intensificando las submodalidades de VAK y cualquier otra cosa que el cliente busque para darle al santuario desde X. Usted construye las cualidades y recursos útiles en el santuario.

4. De un paso al costado del santuario y sacuda completamente el santuario. El cliente sensibiliza su cuerpo por lo que son plenamente conscientes de la cinestesia que experimentan en su estado regular, el estado en el que generalmente se encuentran antes de perder la opción al estado no deseado.

5. Desde la posición de arriba, el cliente camina lentamente hacia el estado no deseado, y en el momento en que sienten la primera sensación asociada al estado no deseado, lo sacuden y saltan al santuario.

Repita esto 3 veces

Un profesional capacitado con habilidades avanzadas de calibración generalmente detectará cuándo el cliente experimenta el primer toque del estado no deseado antes de que el cliente lo sepa. En este caso, el practicante instruye rápidamente al cliente para saltar al santuario.

Es importante reconocer en el patrón Santuario, que el cliente no camina hacia el estado no deseado con los recursos activados. Deben sacudir completamente el santuario para que puedan detectar la representación kinestésica más temprana del estado no deseado. Si caminan con recursos, no estarán sensibilizados con el desencadenante más temprano del estado no deseado que es el propósito de la intervención. En este patrón, el cliente tampoco ingresará en el estado no deseado, al emparejar la cinestesia más antigua con el santuario, el cliente ahora tendrá la opción de estado.

En resumen, una distinción clave en el nuevo código es la «elección de estado» en comparación con el estilo de «voluntad» del control de estado inherente en el Código clásico. Todos conocemos las limitaciones de la fuerza de voluntad. Los estados de alto rendimiento de los juegos del nuevo código, se aplicarán en contextos específicos en los que se desea un rendimiento diferente.

El Santuario está diseñado para lidiar con un estado que está presente en todos los contextos y brindará al destinatario la opción de elección del estado, donde anteriormente lo perdió como resultado de estar engullido, debido a la alta velocidad en la que entran al estado no deseado o a un ritmo demasiado lento donde no detectan el cambio de estado hasta que es demasiado tarde.

Estado no
deseado



Estado
SANTUARIO
Lugar, recursos,
metáforas, personajes,
submodalidades, etc

LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro *The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World* - De James Geary

La metáfora se conoce mejor como una figura retórica a través de la cual describimos una cosa en términos de otra, como en la famosa frase de Shakespeare en *Romeo y Julieta*: "Julieta es el sol". Pero la metáfora es mucho más que una simple figura retórica empleada por poetas apasionados cuando se refieren a sus seres queridos como masas interestelares de gas incandescente.

La metáfora está intensamente, aunque imperceptible, presente en todo, desde la economía y la publicidad hasta la política y los negocios, en la ciencia y la psicología.

La metáfora vive una vida secreta a nuestro alrededor.

Hablamos una metáfora cada 10 a 25 palabras, o aproximadamente seis metáforas por minuto. La metáfora condiciona nuestras interpretaciones del mercado de valores y, a través de la publicidad, se cuela en nuestras decisiones de compra.

En boca de los políticos, la metáfora asoma sutilmente a la opinión pública; en la mente de los emprendedores, estimula la creatividad y la innovación. En ciencia, la metáfora es la nomenclatura preferida para nuevas teorías y nuevos descubrimientos; en psicología, es el lenguaje natural de las relaciones humanas y las emociones.

La metáfora es una forma de pensar mucho antes que un estilo con palabras. Una nueva investigación en las ciencias sociales y cognitivas deja cada vez más claro que la metáfora influye en nuestras actitudes, creencias y acciones de una manera sorprendente, oculta y, a menudo, excéntrica. La metáfora finalmente saltó de la página y aterrizó con un fuerte ruido justo en medio de nuestro curso de conciencia. Este impacto está causando bastante revuelo en el campo de la psicología, a través de la terapia de metáforas.

A través de un proceso llamado modelado simbólico, los psicoterapeutas James Lawley y Penny Tompkins ayudan a los clientes a crear y explorar metáforas en torno a emociones cruciales o dilemas personales. Para aprender más sobre la técnica, configuro una sesión con ellos. Unas semanas antes de nuestra cita, mi madre falleció y decidí que la muerte de mi madre sería el punto de partida para nuestra conversación.

Me reuní con Lawley y Tompkins después del funeral de mi madre. El impacto inicial había pasado. Había pasado una semana limpiando su casa, la casa donde crecí. Las cosas ahora estaban volviendo a la normalidad. La rutina del día a día había vuelto.

Mientras luchaba por identificar exactamente cómo me sentía, por reconciliar el contraste entre la intensidad de la muerte de mi madre y el repentino regreso a la normalidad, lo mejor que pude sugerir fue: "No hay diferencia".

"¿Algo más sobre este 'no hay diferencia'?" Preguntó Lawley.

"La sensación está por todas partes, difusa", dije, "como una manta ligera, que no se nota porque es muy ligera. Lo más notable de esta sensación es que tiene pocas características. Es casi nada, como una pared."

"¿Algo más sobre este 'fondo de pantalla'?"

"Lo ignoras, especialmente si está avergonzado".

"¿Algo más sobre este 'papel pintado aburrido'?"

"No me gusta, está muy oscuro. Me recuerda a la casa donde crecí".

Mi familia se mudó a la casa en la que crecí cuando ella era joven, a principios de la década de 1970. Cuando era adolescente, odiaba esa casa. Simbolizaba para mí todo lo que era frágil y opresivo cuando crecía en la periferia. La puerta de madera de mi habitación todavía tenía la marca profunda que resultó del día en que mi hermano me tiró el zapato y falló.

El perchero de plástico del baño se caía de la pared cada vez que intentaba colgar una toalla mojada. El césped y la acera aún se mantenían impecablemente limpios, al igual que todos los demás céspedes y aceras en esta calle impecablemente limpia.



LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro *The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World* - De James Geary

Al examinar las cosas de mi madre, me sorprendieron las pocas pertenencias personales que tenía. Tenía muchas baratijas (placas conmemorativas de Norman Rockwell, varias placas con "una oración irlandesa" impresa, chucherías patrióticas), pero poco más. Seguían apareciendo baratijas por todas partes, no solo en las paredes sino también en los cajones, debajo de las camas, en los armarios, muchos de los cuales se guardaban en bolsas de plástico.

Mi madre también tenía una colección increíble de adornos navideños y de Halloween, que empacó y guardó cuidadosamente después de exhibirlos durante las fiestas. Este material siempre me ha dejado deprimido, un poco como la monotonía impersonal de todo, como el papel pintado.

Luego, en el mueble del baño, debajo de unos viejos sobres de aspirinas, frascos de desodorante para los pies y una variedad de adornos navideños (todos guardados en bolsas plásticas individuales), encontré el álbum de fotos de mi madre de cuando estaba en el bachillerato en 1944. En sus páginas torcidas y enmohecidas, había muchas fotos antiguas, junto con los dibujos que había hecho de niño, para el Día de la Madre, Navidad y los aniversarios de boda de mis padres.

Las fotografías mostraban a mi madre en todo su esplendor, vestida como la Madre Tierra, envuelta en una sábana y con una corona navideña de plástico en la cabeza durante una de las muchas fiestas que mis padres celebraban en el sótano; en la puerta principal durante la fiesta sorpresa de sus 50, suspirando de placer e incredulidad mientras miraba a la tía Peggy, con un gol, encabezando el desfile de amigos y familiares en medio de nuestra calle; tomando el sol en una silla de jardín con rodajas de pepino colocadas estratégicamente sobre sus ojos.

Entre mis coloridos dibujos de craion, llenos de globos, fuegos artificiales y enormes corazones rojos, había una nota en la que mi madre explicaba que los dibujos de mi hermana y mis hermanos faltaban porque se habían estropeado en una de las frecuentes inundaciones en nuestro sótano.

"Mi mamá era muy divertida y divertida", le dije. "El empapelado opaco cubría las manchas de colores".

"¿Algo más sobre este 'encubrimiento'?" preguntó Lawley.

"Esto es lo que encubre los sentimientos. Los recuerdos de mi madre pueden ser toques de color".

"Cuando piensas en estas 'salpicaduras de color', ¿qué sucede?"

"Ya no es tan aburrido. Se llena de vida".

El empapelado opaco ocultaba muchos sentimientos: sobre mi madre, mi infancia, la casa en la que crecí. Siguiendo la metáfora, con la ayuda de las amables sugerencias de Lawley, revelé los recuerdos y emociones que se habían calmado durante tanto tiempo.

Lawley y Tompkins practican el "lenguaje claro", una forma de terapia de palabras desarrollada por el psicoterapeuta neozelandés David Grove. Grove, quien murió en 2008 a la edad de cincuenta y siete años, trabajó con personas que sufrían de trastorno de estrés postraumático: veteranos de guerra, víctimas de crímenes violentos o abuso psicológico o sexual. En la década de 1980, comenzó a darse cuenta de que los clientes siempre hablaban de metáforas cuando describían sus emociones más preocupantes y sus recuerdos más traumáticos.

Es muy fácil etiquetar una emoción específica, como el dolor por la muerte de un ser querido, el miedo, el orgullo o la felicidad. Es mucho más difícil transmitir la experiencia cualitativa actual de esa emoción. Pero el lenguaje metafórico puede describir lo indescriptible. Decir que el dolor es como "que te arranquen el corazón" o que la alegría "estalla en tu cuerpo como un corcho de champán" no es solo la forma más vívida de expresar la experiencia de estos sentimientos, es la única forma de expresar la experiencia de esos sentimientos.

"Muy raras veces podemos declarar qué es una cosa, si no es diciendo que es otra", escribió George Eliot en 'The Mill on the Floss'. Al decir que mis sentimientos por la muerte de mi madre eran como un empapelado opaco, realmente descubrí cuáles eran mis sentimientos.

Lawley y Tompkins, que viven en el Reino Unido, pasaron cinco años estudiando con Grove para producir un relato sistemático de su enfoque de la metáfora en el libro 'Metáforas en la mente: Transformación a través del modelado simbólico'. "Me di cuenta de que si no obligo a las personas mientras hablan, naturalmente comienzan a usar la metáfora para describir su experiencia", según Grove. "Entonces me di cuenta de que esta era otra forma de estructurar la experiencia. Decidí que la metáfora era un lenguaje completo digno de estudio".

LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro *The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World* - De James Geary

7

Grove prestó especial atención a las metáforas de los clientes, y señaló que gradualmente adquirieron un significado altamente personalizado. Si un cliente permanecía durante mucho tiempo con una metáfora, se volvía cada vez más elaborada y, a menudo, se convertía en una especie de parábola que contiene una lección importante. Las metáforas tienen una estructura coherente y son directamente relevantes para la experiencia del cliente. Y Grove se dio cuenta de que cuando cambiaban las metáforas, la gente también cambiaba.

Grove imaginó el lenguaje claro como una técnica para ayudar a los clientes a desarrollar sus propias metáforas (clientes con o sin trastorno de estrés postraumático) y utilizar estas metáforas para lograr una percepción emocional y un cambio psicológico.

El lenguaje claro de Grove implica la búsqueda incesante de lo inesperado y lo peculiar en las metáforas del cliente y el compromiso de aferrarse a las propias palabras e imágenes del cliente. Permitir que el propio inconsciente del cliente se analice a sí mismo a través de la metáfora es la clave de cómo funciona la terapia groviana.

Pero Grove creía que las metáforas del cliente eran exclusivas de los individuos en lugar de tener un significado universal, como los arquetipos de Jung. También se tomó la molestia de evitar interpretar las metáforas del cliente, una práctica que creía que solo se entrometía en el proceso terapéutico. Grove llamó a su lenguaje "claro" precisamente porque restringía las suposiciones, ideas y prejuicios del terapeuta. El lenguaje claro pretende ser como una pizarra en blanco en la que el cliente pinta un escenario metafórico. La técnica, le dijo una vez a Lawley, consiste en que el cliente "interroga la metáfora hasta que confiese su fuerza".

Para facilitar estos interrogatorios, Grove ideó preguntas para obtener y reforzar las metáforas del cliente. Las preguntas de Grove se centran en la metáfora en sí, no en lo que el cliente o el terapeuta piensan sobre la metáfora.

Según Tompkins, el papel del terapeuta es "prestar atención a las palabras exactas del cliente". "Tienes que caminar al lado de la persona a través de su paisaje metafórico. Tienes que mantener tu atención en la experiencia del momento. El poder de dirigir la atención hacia donde la gente normalmente no mira es enorme. Cuando notas lo inusual en una metáfora, cuando escuchas la conmoción en la voz del cliente, sabes que has dado en el blanco".

Así, cuando el cliente usa una metáfora en una sesión regular, el terapeuta toma la frase al pie de la letra y comienza a hacer preguntas sobre ella. "Cuando alguien dice: 'Soy una bomba de tiempo', la lógica normal dice: 'Esto no es real', explica Lawley." Un lenguaje claro pregunta: '¿Qué tipo de bomba? ¿Hay algo más sobre esta bomba?'

Para Grove, las metáforas llevan información y solo se puede acceder a esa información a través de la metáfora en sí, no a través de las ingeniosas explicaciones del terapeuta o del cliente. La explicación no solo es innecesaria, sino también inútil. "Las preguntas formuladas en lenguaje 'normal' le piden al cliente que comente su experiencia", escribió Grove en su libro *Resolving Traumatic Memories: Metáforas y símbolos en psicoterapia (Resolviendo recuerdos traumáticos: metáforas y símbolos en psicoterapia, en traducción libre)*. "Cada vez que hace esto, abandona su estado de introspección para realizar una tarea intelectual que interrumpe el proceso en el que estamos trabajando para incentivar y simplificar".

Este proceso, el proceso de transformación personal, se trata de experiencia más que de interpretación. La metáfora tiene un poder paradójico. Se distancia de una experiencia al compararla con otra, pero en realidad, al hacerlo, acerca esa experiencia. "Cuando se habla de lo que algo no es, se comprende lo que es", dice Lawley.

"Nuestras preguntas proporcionan un formato, que describe algún aspecto particular de la experiencia interna del cliente de una manera que no había experimentado antes", escribió Grove. "La experiencia es viva y real, no solo contenida en palabras o disipada en respuestas. Estructuramos un entorno internamente: el cliente lo experimentará en lugar de describir cómo es la experiencia".

El lenguaje claro no se limita a los encuentros terapéuticos. Ha sido utilizado por la policía británica para ayudar a los agentes de policía en sus técnicas de entrevista; el Servicio Nacional de Salud Británico para mejorar la comunicación médico / paciente; en Irlanda del Norte y Bosnia como parte del proceso de reconciliación posconflicto, y por grandes firmas consultoras como un aspecto de sus métodos de capacitación de gerentes.

LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro *The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World* - De James Geary

8

El lenguaje claro no se limita a los encuentros terapéuticos. Ha sido utilizado por la policía británica para ayudar a los agentes de policía en sus técnicas de entrevista; el Servicio Nacional de Salud Británico para mejorar la comunicación médico / paciente; en Irlanda del Norte y Bosnia como parte del proceso de reconciliación posconflicto, y por grandes firmas consultoras como un aspecto de sus métodos de capacitación de gerentes.

Caitlin Walker, consultora que desarrolla programas de aprendizaje y desarrollo que se enfocan en problemas de diversidad, conflicto y liderazgo, ha usado un lenguaje claro con adolescentes británicos indisciplinados en el contexto de sesiones de manejo de la ira.

Trabajando con un adolescente que tiene un largo historial de peleas en la calle, preguntó: "¿Qué sucede justo antes de golpear a alguien?"

"Solo cuelgo, señora", respondió, chasqueando los dedos. "Mi cara está sonrojada. Simplemente todo está en silencio".

"Te 'sonrojas'. 'Cuelgas'", repitió Walker, usando las mismas palabras que el adolescente y también chasqueando los dedos. "Todo está en silencio". Y cuando "está tranquilo", ¿qué tipo de quietud? "

"Como persianas, niña", dijo el niño, poniendo sus manos alrededor de sus ojos, como una visera de caballo. "No puedo oír nada y es como si solo pudiera ver a la persona que tengo enfrente. Lo siguiente que veo es gente gritando, alguien tirado en el suelo y estoy en problemas".

Walker luego explora lo que sucede justo antes de golpear a alguien: "Te 'sonrojas', y cuando te 'sonrojas', ¿cuál es el tipo de enrojecimiento?"

"Rojo sangre. Simplemente se pone rojo y me enojo, como si me hierve la sangre".

"Y cuando 'te hierve la sangre', ¿qué sucede justo antes de que esté 'rojo sangre' y 'hirviendo'?"

"¡Todo está en calma!"

"Y cuando 'todo está en calma', ¿qué está en calma' como qué?"

"Es un azul tranquilo, como el cielo, como mi madre", respondió, mirando hacia arriba y, algo inusual, sonriendo.

"Y un 'azul tranquilo, como el cielo, como tu madre', luego un 'rojo sangre' como si tu 'sangre hierve', y luego ¿qué pasa después de que la 'sangre hierve'?"

"Me enojo y ataco. Luego salgo de mi mente y corro, miro al cielo y pienso en mi mamá y respiro el azul hasta que el rojo desaparece".

A través de este interrogatorio claro, Walker ayudó al niño a ver el espectro completo de pensamientos y sentimientos que preceden a una pelea violenta. Ella le pidió al niño que pensara en sus coloridas metáforas la próxima vez que sintiera que iba a perder la calma, y que usara las metáforas para deshacerse de la situación antes de que sus puños comenzaran a moverse en el aire.

La próxima vez que se encontraron, dijo: "Sabes que me sonrojo. Bueno, ayer sentí que iba a suceder. Me levanté por la mañana, azul y relajado, luego vi a mi padre borracho, ¡rojo! Entonces tuve que hacerlo. se puso la misma ropa sucia porque no había lavado su ropa - ¡rojo! No tenía dinero para el autobús - ¡rojo! Tenía frío y llegaba tarde a la escuela - ¡rojo! Al llegar a la escuela y estar castigado, voy a ser rojo y nadie lo hará ¡No digas nada, hierve! Entonces, pensé, si camino a la escuela, paso el lago con los patos y me detengo y miro el agua, porque me pone azul y si respiro el azul y pienso en mi mamá, así que no voy a hervir tan rápido".

Ahora, cada vez que este niño siente que se está poniendo rojo, respira el azul del lago cerca de su escuela. Con la ira bajo mejor control, ha podido empezar a entablar amistad con sus colegas por primera vez.

LA VIDA SECRETA DE LAS METÁFORAS

Del libro *The Secret Life of Metaphor and How It Shapes the Way We See the World* - De James Geary

9

Esta traducción de la metáfora a la vida real es el principio central de la terapia groviana. Para fomentar esta transición, Grove a menudo pide a los clientes que hagan algo relacionado con su metáfora, una técnica que ha asimilado de Milton H. Erickson, un psiquiatra que se especializa en hipnosis clínica. Erickson a menudo usaba parábolas en su trabajo terapéutico, combinándolas con tareas específicas para que los clientes las representaran. Uno de los clientes de Erickson era alcohólico. Erickson le contó a este hombre sobre el cactus suculento, cómo la planta conservaba el agua y cómo sobrevivió hasta tres años en el desierto, sin lluvia. Más tarde dijo que el hombre debería ir a ver los cactus al jardín botánico local. Erickson nunca más volvió a oír hablar del hombre. Muchos años después de la muerte de este cliente, su hija visitó a Erickson para decirle que su padre había estado sobrio desde el día en que fue al jardín botánico.

Erickson llamó a estas tareas "asignaciones de roles ambiguas", pero su papel en la promoción del cambio psicológico se ha vuelto mucho menos ambiguo desde que comenzó a experimentar con ellas. Al describir las emociones dolorosas, a menudo usamos metáforas de moderación: mantenemos nuestros sentimientos contenidos, sellamos nuestros malos recuerdos y nuestros resentimientos enterrados. Para probar si la representación física de estas metáforas tiene un impacto psicológico en la experiencia de estas emociones, investigadores de Singapur y Canadá inventaron su propia asignación de roles ambigua.

Primero, pidieron a los participantes que escribieran recuerdos de una decisión reciente de la que se arrepintieran. Luego, la mitad del grupo selló sus textos en un sobre antes de entregarlos; la otra mitad no. Cuando se les preguntó más tarde cómo se sentían acerca de la desafortunada decisión, aquellos que habían sellado sus recuerdos en un sobre informaron significativamente menos emociones negativas.

En un experimento relacionado, el mismo equipo de investigadores pidió a los sujetos que escribieran dos cosas: el informe de una historia sobre la muerte accidental de un niño y los planes para el fin de semana. La mitad del grupo selló el informe de la muerte del niño en un sobre, la otra mitad selló sus planes para el fin de semana. Los investigadores descubrieron que quienes habían sellado la historia de la muerte del niño recordaban menos detalles del evento que quienes habían sellado sus planes para el fin de semana. Su conclusión: el cierre físico ayuda a lograr el cierre psicológico.

Grove también utilizó asignaciones de roles ambiguas con sus clientes. Si, por ejemplo, un cliente dijo: "Estoy en un túnel de ladrillos y no puedo ver la salida", es posible que Grove haya enviado al cliente al museo del transporte para que conozca los túneles, al albañil para que aprenda a construir un túnel o a una tienda de bricolaje para comprar material y construir una réplica de un túnel. Objetivo: transformar la percepción en acción.

Después de que terminé de limpiar la casa de mi mamá, solo tenía un lugar donde mirar: el ático. La entrada al ático era a través del revestimiento del armario de mi dormitorio. Sabía que nunca habíamos guardado mucho allí, porque era allí donde escondía mis cosas, en particular, mis diarios de adolescentes, que no quería que mi mamá se enterara. Aún así, pensé que debería revisar el ático solo para asegurarme de que no quedara nada atrás.

Cuando metí la cabeza en el ático, encontré tres sombrereras en mal estado. En cada uno de ellos había un sombrero de mi madre de los años 60. Reconocí uno, en particular: uno pequeño hecho con plumas de un rosa vivo. Fotos en blanco y negro de mi madre con este sombrero estaban entre las fotos que encontré en su álbum de la escuela secundaria.

El sombrero estaba cubierto de fino polvo negro y se le habían caído algunas plumas. Pero a pesar de sus casi cuarenta años en el ático, todavía estaba de una pieza. Me llevé el sombrero a casa. Lo limpié e hice algunas reparaciones. Ahora ocupa un lugar destacado en nuestra chimenea, un pequeño toque de color de mi madre.

Aplicaciones de la PNL y del Ensueño Dirigido en la educación Aportando a un campo específico Por Ramón Iturbide

10

Siempre ha sido para mí un compromiso participar de la educación de jóvenes y lo hice durante casi veinte años en forma continua principalmente en el nivel universitario. Uno de los problemas que se presenta con frecuencia en los educadores es que los alumnos tienen distinto grado de apetito por el conocimiento, especialmente en el tema Matemáticas que es el que instruyo. Trabajar con los alumnos con PNL es sencillo, aunque requiere mucho tiempo, pues debe hacerse en forma individual y cuando se trata de un grupo con cuarenta o cincuenta alumnos, el desafío es muy grande.

Si a lo anterior sumamos que el propio alumno se puede resistir a recibir "terapia" de PNL, el desafío es aún mayor.

El ser humano se distingue de las demás especies principalmente en que hace uso del lenguaje. Lenguaje es sinónimo de símbolos, que en el caso de éste, se llaman palabras.

Las palabras adquieren un significado particular cuando se les conoce. De alguna manera el lenguaje adquiere un significado universal para los usuarios del mismo, sin embargo también las palabras adquieren connotaciones particulares de acuerdo con el sujeto y su mapa.

Los pensamientos y recuerdos (circuitos cerebrales) también podrían considerarse como un lenguaje individual que la mayoría de las veces representan símbolos particulares.

Robert Desoille, un ingeniero francés de familia de militares, inventa la técnica del ensueño dirigido a principios de este siglo y la usa con mucho éxito como psicoterapeuta, actividad que realiza a la par de su profesión. La técnica de Desoille, bien documentada en su libro " El caso María Clotilde, Psicoterapia del Ensueño Dirigido" requiere de una estructura bien definida para realizar la terapia.

No pretendo el uso de la técnica tal cual la desarrolló Desoille, pues su uso es aplicable más bien a la terapia individual y mi propuesta es el uso colectivo de la esencia del ensueño dirigido. En mi caso personal, ha funcionado muy bien en las ocasiones que las he usado, por cierto cada vez con más frecuencia. Pretendo que el documento contenga, a modo de ejemplo, el relato de una experiencia real que será el inicio de un curso de matemáticas y su programación para lograr un aprendizaje y final feliz.

El objetivo de este trabajo es presentar de una manera sencilla la herramienta del Ensueño dirigido que, usado con algunas técnicas de PNL, resultan muy útiles para la educación de escolares sin importar su edad.

El Ensueño Dirigido:

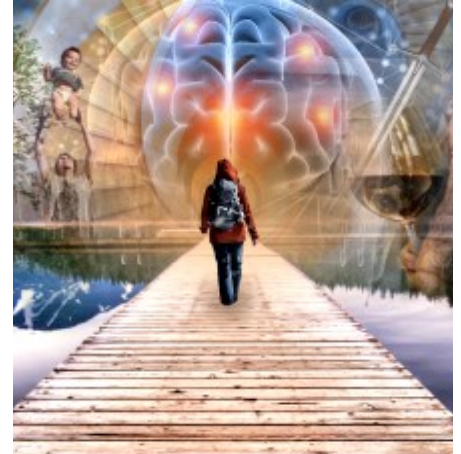
Para los efectos del presente trabajo, llamo Ensueño Dirigido a una técnica mediante la cual se lleva a una o más personas, a un estado alterado y dentro de él a una introspección con el uso intensivo de metáforas creadas por el o los sujetos dentro de un espacio imaginario. Podría llamarse también Visualización Creativa. La técnica que propongo es la siguiente.

Pido al grupo tomar aire varias veces inhalando aire para llenar la parte baja de su estómago, pulmones y cuello en forma lenta y profunda. La forma de eliminar el aire se realiza siguiendo el mismo orden, parte baja del estómago, pulmones y cuello. Les pido relajarse siguiendo cualquier método de los conocidos. Con los ojos cerrados les solicito imaginar delante de ellos una pared o círculo de color blanco y que cuando lo hayan logrado levanten una mano. Presto atención a quienes no lo han logrado, y si observo que su postura física es de diálogo interno (kinestésica), les sugiero erguir su cuerpo, levantar su cabeza de tal suerte que sus ojos se alineen con el horizonte.

Haciendo uso de las submodalidades, le pido al grupo que sientan la rugosidad, o tersura de la pared, su temperatura y si esta es de ladrillo pintado, de yeso o de algún otro material.

Esto lo hago con el fin de ganar tiempo y asegurar que todos los participantes se encuentren frente a esa pared.

Ahora les solicito que en esa pared busquen una chapa que revela una puerta. Les pido que abran la puerta y la en algún lugar de la habitación en que están entrando encuentren un control remoto que tiene una gran cantidad de botones.



Aplicaciones de la PNL y del Ensueño Dirigido en la educación Aportando a un campo específico Por Ramón Iturbide

11

En este momento les pido que con el control remoto enciendan luces, pongan temperatura agradable, etc., de tal modo que se sientan en libertad de establecer su propio marco de referencia. Mi lenguaje es suficientemente vago para que se adapte al mapa de todos, e incluyo siempre los tres canales e inclusive algunas veces incluyo el olfato y gusto, así como el mayor número de submodalidades posible.

Una vez que están en "control" de su habitación les pido que observen con atención la gran cantidad de "obras de arte", pinturas, esculturas, fotografías, grabadoras y reproductoras de cine y video y les menciono que todo lo que allí se encuentra forma parte de su pasado, pues esa habitación representa su "archivo personal de vida". En este momento compruebo, por calibración que todos los participantes se encuentren iniciando el Ensueño.

La aplicación de la PNL

En esta parte del proceso se puede introducir cualquier técnica de PNL. Yo ejemplifico con una línea de vida futura. De acuerdo con el objetivo del "viaje" - que en el caso que explico es el aprendizaje y programación del curso completo que voy a impartir, les pido seleccionar, desde un sillón cómodamente sentados, una película en la que ellos se encuentran realizando una actividad que envuelve aprendizaje, ya sea porque están iniciando andar en bicicleta, patines, cocinando o aprendiendo a dibujar, etc. . .

Sugiero que con su control remoto modifiquen cualquier circunstancia hasta que la imagen sea tal como lo desean y con las personas y circunstancias adecuadas. Les solicito que anclen ese recurso en alguna parte de su cuerpo, y que poco a poco se asocien con la imagen y disfruten de estar en esa circunstancia tan especial con personas tan especiales y que invadan todo su cuerpo con esos recursos tan importantes .

Después de unos momentos en que las emociones fluyen, les pido despedirse de ese cuadro e iniciar otra visita, ahora a "esa parte de la habitación que está en tinieblas o a oscuras".

En este momento les hago saber que esta parte de la habitación representa su futuro, y les pido que vayan a unas semanas hacia delante en el tiempo, e incluso sugiero fechas. Les pido ver, oír y sentir como "lo están haciendo con excelencia", todo esto con el uso de ese control remoto. Voy más al futuro procurando describirles con el mismo lenguaje vago y con tono y ritmo hipnótico, el modo como realizan sus estudios y aprendizaje con excelencia, haciendo uso del ancla que se puso antes, cuando se requiere. Conviene inclusive apilar anclas cada vez que el grupo llegue a un estado de excelencia.

Finalmente les solicito verse - disociados - en el futuro terminando el curso con un gran acervo de información perfectamente integrada.

Después de esto, les induzco a que se asocien a esa escena poco a poco oyendo, sintiendo y viendo a todos sus compañeros en el aula de clases realizando su trabajo de excelente manera. Hago uso de submodalidades.

Poco a poco les pido despedirse con mucho cariño de esa escena, y pido que le agradezcan a su inconsciente esta aventura, las imágenes sonidos y sensaciones recibidas y que se aproximen poco a poco a la puerta por donde entraron depositando el control remoto en ese lugar particular que ellos saben y podrán acceder cuando lo deseen. Es importante asegurar que se cierran todos los ciclos abiertos durante el proceso.

Por último, celebro el éxito de nuestro viaje, e invito a que se autoprogramen con el uso de esta técnica. El proceso lo he realizado haciendo uso de varias técnicas como "Otorgando un Perdón", pidiéndoles que busquen ese momento en el que están con la persona que quieren perdonar y "lo perdonen, se perdonen por dejar pasar tanto tiempo sin perdonar, y se sientan perdonados".

La parte importante del Ensueño Dirigido que practico con los grupos de alumnos, es que induzco a que la persona pueda por sí misma, en el futuro acceder a la pared blanca y a su control remoto, - son dos anclas poderosas- logrando así programarse para propósitos específicos.

Creo que el uso de la PNL en forma individual, como terapia está probado suficientemente. La propuesta de su uso con el Ensueño Dirigido, tiene ventajas enormes para su uso grupal.

PNL Y BIOGRAFIA ESCOLAR

Reescribiendo prácticas docentes viajando al pasado

Por Natalia Jacquet

Dedicado a docentes reflexivos y a todas aquellas personas que tengan delante de sí un tesoro tanpreciado como la mirada de un niño/ adolescente/adulto con los ojos brillando por sus ganas de aprender.... Si tuviéramos esa famosa y fabulosa máquina del tiempo que allá en los años ochenta emergía en una película de ficción... ¿La utilizarían para viajar al futuro? ¿Y al pasado?

A través de estas modestas líneas los invito a remontar un viaje sublime al pasado con el escueto fin de “entrar” a las escuelas donde fuimos alumnos. Les propongo sentarse en algún pupitre donde transcurrió parte de su escolaridad.



Si ustedes (lectores) ya lograron sentarse y ubicar sus pensamientos en su ex escuela, cualquiera fuese su edad, salón o grado es probable que ya estén listos para comenzar a recrear en su mente escenas escolares. Los recuerdos seguramente serán múltiples ~~e-escueto~~ y cada viaje será diferente, como diferentes serán las pinturas, las estructuras edilicias, los patios, las aulas, los recreos, los tiempos, las personas y sin lugar a duda, los docentes, que formaron parte de la biografía escolar de cada uno de nosotros.

En sus memorias, algunos bancos podrán estar sanos o semi sanos, ser de color marrón o blancos, algunos podrán recordarse escritos con borra tinta o birome, quizás con nombres de enamorados y garabatos. Otros, tal vez, pidiendo ayuda a algún carpintero compasivo que se apiadara de ellos. Sin embargo, la mayoría estaría en la escuela cumpliendo con la misma función: sostener la humanidad única de alumnos y docentes con bagajes exclusivos, singulares, irrepetibles, sin igual.

¿Cambiaríamos algo?

Es probable que si nos escucháramos hablar con nosotros mismos y deseáramos responder a esta pregunta, nuestros ojos, mirarían abajo a la izquierda.

Estudios neurológicos han demostrado que el movimiento ocular tanto lateral como vertical pareciera estar asociado con la activación de distintas partes del cerebro. En la PNL se llaman **pistas de acceso ocular**, porque son señales que nos permiten visualizar cómo las personas acceden a la información. Existe una conexión innata entre los movimientos del ojo y los **canales sensoriales**.

Al sentarnos a recordar, las miradas tomarían un camino cuesta arriba hacia la izquierda. Y al acceder a sensaciones y emociones, los ojos naturalmente podrían dirigirse abajo a la derecha. En cambio, los movimientos oculares a la hora de “imaginar” situaciones de fantasía serían hacia arriba a la derecha.

El docente, en diferentes momentos de su carrera, debería poder **asociarse** plenamente a ese viaje al pasado para recoger información y analizar su recorrido como estudiante. Vivenciar lo que fuimos, siendo alumnos, nos permitirá rever nuestro camino por la docencia, repensarnos cavilosamente, tanto como conectarnos emocionalmente para elegir qué cosas de nuestra biografía escolar nos dan fuerza, energía y sentido y continuar en el sendero de esta mágica profesión.

La PNL nos permite realizar cambios, obtener mejoras personales y conseguir objetivos que determinen nuestro camino con coherencia. Para eso, la Programación Neuro-Lingüística, establece un **estado presente** y un **estado deseado** para acercarnos cada vez más a nuestra mejor versión para nuestro bienestar y el de nuestros alumnos.

Debemos partir de un estado actual, aprendiendo del pasado para llegar a un estado deseado que haga vibrar nuestra vocación. Esta mirada incluye fijarse en las cosas que se han mejorado, los retos que se han superado y los recursos y herramientas que hemos utilizado en nuestra vida. Esto permitirá seguir avanzando...

Para lograr este estado deseado deberíamos asegurarnos de que nuestros pensamientos y creencias estén en armonía con el lenguaje que utilizamos.

Si recuperáramos un álbum de fotos de cuando asistíamos a la escuela o institutos de formación, es muy probable que las emociones escaparan de nuestra piel y salieran volando por los poros.

La foto de la maestra de primer grado, los compañeros sentados con los flequillos despeinados, el aroma de los cuadernos, la experiencia de los juegos en el patio, el sonido del timbre o campana tan esperado para intercambiar figuritas, el sabor en la boca a caramelos del recreo, son recuerdos que evocan los tres principales receptores sensoriales (**visual, auditivo y kinestésico**) que nos conectan con las emociones más profundas de nuestro aprendizaje.

PNL Y BIOGRAFIA ESCOLAR

Reescribiendo prácticas docentes viajando al pasado

Por Natalia Jacquet

13

Fuimos alumnos de nuestros maestros, somos maestros de nuestros alumnos y recuerdos, quizás, de futuros maestros.

Tener presente lo que vivenciamos como alumnos implica una construcción y reconstrucción de nuestras experiencias y un modo de acercamiento como docentes. Con el aporte de las neurociencias, si hoy reconocemos que el flujo de dopamina nos invadió cuando el desafío era estimulante y el de adrenalina nos hizo temblar cuando no nos sentimos capaces, seremos educadores más empáticos, más cercanos, más humanos.

“...Cuando el cuerpo responde a un pensamiento con un sentimiento o sensación genera una respuesta en el cerebro. El cerebro, que constantemente controla y evalúa la situación del cuerpo, nota que este último se siente de determinada manera. En respuesta a esa sensación corporal, el cerebro genera pensamientos que producen mensajeros químicos, y uno empieza a pensar en el mismo modo en que está sintiéndose. El pensamiento crea el sentimiento, y entonces, el sentimiento crea el pensamiento, en un ciclo continuo” (Dispenza, Joe, D.C. Extraído de “Desarrolle su cerebro, pág 14. 2007).

La historia personal, la biología, el lenguaje, la cultura forman parte de nuestro modelo mental y como docentes, trabajar en la inteligencia emocional debe ser una prioridad.

Un recorrido por entrevistas a diferentes docentes me ha permitido auscultar voces, diversos modos de percibir y significar.

Sin importar si el uniforme es público o privado o si las planificaciones áulicas corresponden a un diseño curricular más o menos actual, **todos** (y disculpen mi generalización, pero me avoco solo a los datos arrojados por las entrevistas realizadas) coincidieron en haber tenido experiencias escolares que hicieron particulares sus aprendizajes y que influyeron en su forma de enseñar. Cada docente con su carga subjetiva, que los hace únicos e irrepetibles a la hora de enseñar.

El pasado de la escuela deja huellas que influirán en el desempeño profesional de quienes hagan de la escuela su presente.

Pierre Bourdieu (1991), en su texto “El sentido práctico” define el concepto de “habitus” como algo que se ha adquirido pero que ha sido afianzado de manera durable en los sujetos.

“Producto de la historia, el habitus produce prácticas individuales y colectivas por lo tanto produce historia, conforme a los esquemas engendrados por la historia; asegura la presencia activa de las experiencias pasadas que, depositadas en cada organismo bajo las formas de esquemas de percepción, de pensamiento y de acción, tiende de un modo más seguro a garantizar la conformidad de las prácticas y su constancia a través del tiempo” (Bourdieu, 1991:p 94-95)

Este habitus tiende a actuar en condiciones similares a aquellas en que se produjo. Por lo tanto, los maestros que vuelven a las escuelas (espacio que frecuentaron muchos años como alumnos) vuelcan en sus prácticas docentes las representaciones y modelos que, explícita o implícitamente, construyeron a partir de los saberes incorporados a lo largo de la trayectoria escolar. La forma de enseñar podría depender no solo de cómo se aprendió en la carrera de formación profesional sino también de la influencia de la biografía escolar.

Reflexionar y reescribir las prácticas docentes, tomados de la mano de la PNL Y basándonos en experiencias nos permitirá nutrir el alma, repensar y desarrollar estrategias que dejen una impronta amorosa en nuestros alumnos.

“Siéntate derecho que pareces un paréntesis”, “Su mirada aún me provoca escalofríos”, “No quiero que ellos sientan lo mismo que yo” son frases que recogí en la entrevista a una docente.

Al recordar...“La maestra produce la reactivación de aspectos negativos o puntos oscuros de la propia historia personal que se pretende “reparar”, “curar”, evitando que a otros les pase lo que uno padeció” (Alliaud, “La experiencia escolar de maestros “inexpertos”. Biografías, trayectorias y práctica profesional. 2004: p6)

Las palabras, las miradas, los gestos, la manera de comunicar quedan plasmadas en lo más profundo de nuestros alumnos y por esto merece la reflexión continua de las prácticas educativas.

Es nuestro deber “Sembrar en los alumnos ideas y buenos recuerdos, aunque no las entiendan o no lo recuerden; los años se encargarán de descifrarlos en su entendimiento y de hacerlas florecer en su mente y corazón”. (Montessori, M)

DESDE EL REINO METAFÓRICO ...

14

El buscador De Jorge Bucay

Esta es la historia de un hombre al que yo definiría como buscador. Un buscador es alguien que busca. No necesariamente es alguien que encuentra. Tampoco es alguien que sabe lo que está buscando. Es simplemente alguien para quien su vida es una búsqueda.

Un día nuestro Buscador sintió que debía ir hacia la ciudad de Kammir. Él había aprendido a hacer caso riguroso a esas sensaciones que venían de un lugar desconocido de sí mismo, así que dejó todo y partió.

Después de dos días de marcha por los polvorientos caminos, divisó Kammir a lo lejos, pero un poco antes de llegar al pueblo, una colina a la derecha del sendero le llamó la atención. Estaba tapizada de un verde maravilloso y había un montón de árboles, pájaros y flores encantadoras. Estaba rodeada por completo por una especie de valla pequeña de madera lustrada, y una portezuela de bronce lo invitaba a entrar.



De pronto sintió que olvidaba el pueblo y sucumbió ante la tentación de descansar por un momento en ese lugar.

El Buscador traspasó el portal y empezó a caminar lentamente entre las piedras blancas que estaban distribuidas como por azar entre los árboles. Dejó que sus ojos, que eran los de un buscador, pasaran por el lugar... y quizá por eso descubrió, sobre una de las piedras, aquella inscripción? Abedul Tare, vivió 8 años, 6 meses, 2 semanas y 3 días? Se sobrecogió un poco al darse cuenta de que esa piedra no era simplemente una piedra. Era una lápida, y sintió pena al pensar que un niño de tan corta edad estaba enterrado en ese lugar?

Mirando a su alrededor, el hombre se dio cuenta de que la piedra de al lado también tenía una inscripción.

Al acercarse a leerla, descifró: Lamar Kalib, vivió 5 años, 8 meses y 3 semanas. El buscador se sintió terriblemente conmovido. Este hermoso lugar era un cementerio y cada piedra una lápida. Todas tenían inscripciones similares: un nombre y el tiempo de vida exacto del muerto, pero lo que lo contactó con el espanto, fue comprobar que, el que más tiempo había vivido, apenas sobrepasaba 11 años. Embargado por un dolor terrible, se sentó y se puso a llorar.

El cuidador del cementerio pasaba por ahí y se acercó, lo miró llorar por un rato en silencio y luego le preguntó si lloraba por algún familiar.

– No, ningún familiar? dijo el buscador – Pero... ¿qué pasa con este pueblo? ¿Qué cosa tan terrible hay en esta ciudad? ¿Por qué tantos niños muertos enterrados en este lugar? ¿Cuál es la horrible maldición que pesa sobre esta gente, que lo ha obligado a construir un cementerio de niños?

El anciano cuidador sonrió y dijo:

“Puede usted serenarse, no hay tal maldición, lo que pasa es que aquí tenemos una vieja costumbre. Le contaré... Cuando un joven cumple quince años, sus padres le regalan una libreta, como ésta que tengo aquí, colgando del cuello, y es tradición entre nosotros que, a partir de entonces, cada vez que uno disfruta intensamente de algo, abra la libreta y anote en ella: a la izquierda, qué fue lo disfrutado, a la derecha, cuánto tiempo duró ese gozo. ¿Conoció a su novia y se enamoró de ella? ¿Cuánto tiempo duró esa pasión enorme y el placer de conocerla? ¿Una semana, dos? ¿Tres semanas y media? ¿Y después?, la emoción del primer beso, ¿cuánto duró? ¿El minuto y medio del beso? ¿Dos días? ¿Una semana? ¿Y el embarazo o el nacimiento del primer hijo? ¿Y el casamiento de los amigos? ¿Y el viaje más deseado? ¿Y el encuentro con el hermano que vuelve de un país lejano? ¿Cuánto duró el disfrutar de estas situaciones?, ¿horas?, ¿días?

Así vamos anotando en la libreta cada momento, cada gozo, cada sentimiento pleno e intenso... Y cuando alguien se muere, es nuestra costumbre abrir su libreta y sumar el tiempo de lo disfrutado, para escribirlo sobre su tumba. Porque ése es, para nosotros, el único y verdadero tiempo vivido.”