

[Cierre de edición el 01 de setiembre del 2017]

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Aprendizajes en sincronía con la vida

Learning in Synchrony with the Life

Aprendizados em sincronia com a vida



*Flor Abarca Alpizar*¹
Universidad Nacional
Vicerrectoría de Docencia
Heredia, Costa Rica
fabarca@una.cr

Recibido 12 de mayo de 2016 • Corregido 14 de marzo de 2017 • Aceptado 24 de julio de 2017

Received 12 de mayo de 2016 • Revised 14 de marzo de 2017 • Accepted 24 de julio de 2017

Recebido 12 de mayo de 2016 • Revisado 14 de marzo de 2017 • Aprobado 24 de julio de 2017

Resumen: Como humanidad sufrimos la desconexión y separación con la vida toda. Esta ruptura impuesta por el paradigma mecanicista predominante en los últimos cuatrocientos años, nos ha llevado a olvidar la visión holista promovida por las culturas originarias y ancestrales. Esta situación prevalece también en los sistemas educativos dominados por la enseñanza memorística y fragmentada, alejada de la vida, del ser y sentir de las personas aprendientes. Para la superación de la crisis planetaria actual es urgente recuperar la visión holista de la vida y del aprendizaje, para lo cual los procesos docentes universitarios son claves para la formación de personas profesionales comprometidas con la plenitud de la vida sobre la tierra. El sentido de este ensayo es reflexionar sobre la importancia que tiene para la superación de la crisis planetaria actual la recuperación de nuestra conectividad con la vida del planeta tierra en sincronización con los aprendizajes, porque los procesos vitales y los procesos de aprendizaje son la misma cosa. Este ensayo está organizado en tres momentos. El primero parte del intercambio de seres, saberes, sentires y experiencias para recuperar nuestra conexión perdida con la vida en nuestro planeta tierra. Un segundo momento donde presentamos reflexiones y conceptualización por medio de la construcción colectiva de conocimientos, con apoyo de personas especialistas en la visión holista y los procesos de interaprendizaje, necesarios para salvar la vida toda. El tercer momento de este ensayo está elaborado con propuestas, claves, signos y señales para la conexión de los procesos vitales en sincronía con los procesos de aprendizaje necesarios en los tiempos actuales.

Palabras claves: Procesos vitales; procesos de aprendizaje; holismo; sinergias.

¹ Socióloga – metodóloga. Doctora en Educación con énfasis en Mediación Pedagógica. Académica de la Universidad Nacional de Costa Rica en la Vicerrectoría de Docencia donde facilita procesos de formación y actualización metodológica y pedagógica con el profesorado universitario. Se ha desempeñado como consultora y asesora nacional e internacional y como profesora invitada en universidades del Ecuador, Nicaragua, Panamá y México.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Abstract: As humanity, we suffer the disconnection and separation from life as a whole. This rupture, imposed by the predominant systematic paradigm during the last four hundred years, has led us to forget the holistic vision preserved by ancient cultures. This situation is also prevalent in our educational systems, controlled by the rote fragmented education, which is distant from life and from the existence and feelings of those who are learning. To overcome the current planetary crisis, it is urgent to recover the holistic vision of both life and learner, where the educational university processes are essential components for the development of professionals committed with the plenitude of life on earth. The essence of this essay is to reflect about the importance that has, for the improvement of the current planetary crisis, the recovery of our connectivity with life on earth, synchronized with the learning processes, because learning processes and vital processes mean the same thing. This essay is divided in three moments. The first one originates from the exchange of beings, knowledge, feelings and experiences, to recover our lost connection with life on earth. The second moment starts with the introduction of reflections and conceptualizations, by means of the collective construction of knowledge, with the support of specialists in the holistic vision and the processes of peer-learning, which are so necessary to save life as a whole. The third moment of this essay is explained with proposals, key ideas, symbols and signs for the connection of the vital processes, in sync with the necessary learning processes in the current times.

Keywords: Vital processes; learning processes; holism; synergies.

Resumo: Como seres humanos, sofreremos a desconexão e separação com a vida. Esta ruptura imposta pelo paradigma mecanicista predominante nos últimos quatrocentos anos, levou-nos a esquecer a visão holística promovida pelas culturas indígenas e ancestrais. Esta situação também prevalece nos sistemas educativos dominados por uma educação memorizada e fragmentada, separada da vida, do ser e sentir das pessoas que aprendem. Para superar a atual crise planetária, é urgente recuperar a visão holística da vida e da aprendizagem, nas quais os processos de educação universitária são fundamentais para a formação de profissionais comprometidos com a plenitude da vida na Terra. O objetivo deste ensaio é refletir sobre a importância que existe em superar a crise planetária e recuperar nossa conexão com a vida do planeta terra em sintonia com as aprendizagens, porque os processos vitais e os processos de aprendizagem são considerados a mesma coisa. Este ensaio está organizado em três partes. A primeira parte está em compartilhar seres, conhecimentos, sentimentos e experiências para recuperar a nossa conexão perdida com a vida no nosso planeta Terra. Num segundo momento apresentamos reflexões e conceituação através da construção coletiva do conhecimento, apoiado por especialistas em visão holística e nos processos de inter-aprendizagem necessárias para salvar toda a vida. O terceiro momento deste ensaio está elaborado com as propostas, chaves, símbolos e sinalizações para conectar processos vitais em sintonia com os processos de aprendizagem necessárias nos tempos modernos.

Palavras-chave: Processos vitais; processos de aprendizagem; holismo; sinergias.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Para iniciar...

Primer momento: Intercambio de seres, saberes y experiencias

En la conferencia "Culturas ancestrales y educación para la paz y la unidad", impartida por el jefe Avrol LookingHorse (Comunicación personal, 23 de febrero, 2010) reconocido líder espiritual de las naciones Lakota, Dakota y Nakota de América del Norte, realizada en el Auditorio Clodomiro Picado, Universidad Nacional, 2010, se nos recordó que venimos a la Madre Tierra sin nada, y sin nada volvemos a ella; que somos débiles y perdimos nuestra salud junto con nuestra Madre Tierra, porque hemos cruzado los límites vitales y enfrentamos energías negativas que nos destruyen, nos dan mala actitud, malos sentimientos y negatividad.

Nos compartió que en sus visualizaciones "no ven más allá de tres generaciones", por lo que es urgente salvar la vida en La Tierra y esto no será posible, si seguimos con nuestro estilo consumista, autoritario y desconectado de la vida y su vitalidad. Se nos recordó, también, que perdimos la sencillez y la humildad, dejamos de valorar la belleza de la naturaleza y la serenidad que ella nos comparte; que necesitamos recuperar nuestro balance espiritual, nuestra sanación porque el Gran Espíritu no creó basura, solo cosas hermosas.

Reflexionamos sobre cómo gastamos nuestra energía vital concentrados "hacia fuera", con nuestras preocupaciones centradas en cómo nos perciben las otras personas, lo que nos impide ver nuestro potencial, fortaleza interior, saberes y memoria celular perdida. Así, con ignorancia y desconocimiento, nos burlamos de la diversidad y de lo que no entendemos.

Como humanidad somos parte sagrada del planeta Tierra y necesitamos tomar conciencia de nuestra interculturalidad, tradiciones perdidas, y recordar que en el pasado fuimos una sola nación, sin fronteras impuestas, sin exclusiones de ningún tipo. Tenemos, entonces, que ganarnos nuestro derecho a ser líderes en estas épocas difíciles. El cambio solo será posible, si las nuevas generaciones se vuelven líderes de las tradiciones sagradas de nuestros pueblos.

Para finalizar la actividad el narrador [jefe Dakota Avrol Looking Horse \(2010\)](#), nos compartió el mantra:

...Gran espíritu de la vida: enséñame a confiar en mi corazón,
mi mente, mi intuición, mi conocimiento interior,
los sentidos de mi cuerpo, las bendiciones de mi espíritu.
Enséñame a confiar en estas cosas
para que pueda entrar en mi espacio sagrado
y amar más allá de mi miedo y, por tanto,
caminar en equilibrio con el paso de cada glorioso sol.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

De esta hermosa vivencia surge una interrogante:

¿Cómo contribuir desde nuestro quehacer universitario –la docencia, la investigación y la extensión– a salvar la vida en la Madre Tierra?, considerando lo que [Swimme \(1998\)](#) plantea:

Los seres humanos rara vez se han detenido a reflexionar seriamente si le aportan o no algo valioso a la Tierra. No pensamos más que en nosotros, lo único que nos preocupa es sobrevivir, explorar todas nuestras capacidades innatas. No hemos desarrollado un poder de observación más amplio que nos permita evaluar lo que hacemos, tomando en cuenta a las estrellas, a los planetas, a todas las demás manifestaciones de la vida. Esta imagen tan limitada es lo que pone en peligro a nuestra especie. (p. 60)

Presentamos en este artículo algunas ideas que dan respuesta a la interrogante anterior construidas colectivamente, a partir de nuestras experiencias en la facilitación de talleres y cursos desde la concepción epistemológica holista y de la complejidad de la vida, con el profesorado de diversas unidades académicas de la Universidad Nacional en Costa Rica, realizados por el “Programa de desarrollo profesional de la Vicerrectoría de Docencia”, de acuerdo con el informe: *Tejiendo el nuevo manto de la docencia universitaria: 2006-2012* ([Abarca, 2012](#)).

También nos apoyamos en algunos resultados de la *Investigación de innovaciones educativas en el nuevo paradigma holista*, de [Abarca, Loría y Montenegro \(2006\)](#).

Del paraíso perdido a la sinfonía con la naturaleza:

...Eso de durar y transcurrir
no nos da derecho a presumir.
Porque no es lo mismo que vivir
¡Honrar la vida!... ([Blázquez, 2000](#))

De las construcciones colectivas entre seres y saberes realizadas en talleres y cursos de desarrollo profesional de la Vicerrectoría de Docencia de la UNA, sobre la visión holista para nuestra conectividad con la vida, hemos sistematizado algunas que compartimos:

- Sentimos la vida con intensidad, con alegría y gozo. Contemplamos con deleite la puesta de sol, la luna llena y el cielo salpicado de estrellas. Respiramos y nos llenamos de energía, así honramos la vida y hacemos de ella un auténtico espacio de aprendizaje. Ponemos entusiasmo y motivación a nuestro quehacer cotidiano y espacios de ocio como potenciales sinérgicos para vivir la vida positivamente en interdependencia con los otros seres del planeta, porque: “...la trama de la vida es una red flexible en continua fluctuación. Cuanto más variables se mantengan fluctuando, más dinámico será el sistema y mayor su capacidad para adaptarse a los cambios”. [Capra \(2003, p. 312\)](#)

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

- Valoramos las sabidurías ancestrales compartidas con nuestras abuelas y abuelos, con nuestras madres y padres. Reconocemos la cantidad y calidad de conocimientos que nos regalaron sobre la vida, el agua, las plantas medicinales, los árboles, las frutas, las flores, los ríos y los animales. Desde la obiedad de recoger hojas de los árboles y usarlas como abono, recolectar naranjas y limones de los árboles del patio sin dañar las flores, alimentar a las gallinas con amor, recolectar el café maduro separando los granos verdes. Toda esta sabiduría compartida y aprendida con nuestros mayores es producto a su vez de aprendizajes obtenidos de personas sabias con las que compartieron, es ancestral y no debe perderse (Boff, 1996).

Necesitamos ... asumir una tarea salvadora. Cada [persona] en su lugar, cada comunidad, cada entidad, en fin, ... debemos comenzar a hacer algo para dar un rumbo diferente a nuestra presencia en este planeta. ... Si no podemos cambiar el mundo, sí podemos cambiar este pedazo de mundo que somos cada persona. (Boff, 1996, p. 45)

- Fortalecemos nuestros sentidos y subjetividades aprendiendo en realimentación con la naturaleza cuando intuimos la lluvia que caerá porque sentimos su presencia, el viento que se agita, mueve la hierba y los pajarillos cantan. Aprendemos del campesinado que en conexión con la tierra saben cuándo sembrar los frijoles y podar las matas de café. De los pescadores que de acuerdo con las fases de la luna conocen con precisión las mareas. De nuestras abuelas y madres conocedoras que en la luna llena es conveniente resembrar las plantas del jardín. Capturamos desde nuestro yo interior la energía y celebramos la vida y al Espíritu Creador. Disfrutamos de la convivencia planetaria desde nuestras percepciones y descubrimos el verdadero sentido de nuestra humanidad y las funciones e interrelaciones con los otros seres vivos y el cosmos. Aprendemos de la naturaleza para sentirla y compartirla, porque: "Aprender es un proceso creativo que se autoorganiza ... La dinámica de la vida y la del conocimiento están unidas. ... El conocimiento sólo emerge en su dimensión vitalizadora cuando tiene vinculación con el placer". (Assmann, 2002, p. 29)
- Nos autoconstruimos en armonía, equilibrio y reciprocidad, observando a las hormigas realizando su trabajo autoorganizado y aprendemos el respeto, la libertad, la autonomía e interdependencia; buscamos la autoorganización dándole sentido a nuestros quehaceres y aprendizajes con gozo, responsabilidad y pasión. Ubicamos nuevas formas de relacionarnos en interdependencia, reciprocidad y armonía con la naturaleza. Construimos alianzas y negociaciones con nuestros familiares y compañeros de trabajo para mejorar la calidad de vida del entorno inmediato: nuestras familias y comunidad fortalecidas desde los interaprendizajes compartidos. Vivimos en la sencillez y la simplicidad que garantizará la sustentabilidad de la Tierra, abandonamos las prácticas consumistas y derrochadoras porque "Aprender es siempre [el] descubrimiento de lo nuevo; ... [fortalecer] procesos autoorganizativos que surgen del caos como nuevos niveles de organización de las condiciones de supervivencia. Aprender es un proceso autoorganizativo, en el sentido de creación de lo nuevo". (Assmann, 2002 p. 62)



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

- Nos apropiamos de la conciencia ecológica y planetaria, agradecemos sus frutos y la honramos con amor y lealtad. Vivimos en este planeta y compartimos con la humanidad y los demás seres vivos. La Madre Tierra guarda los restos de nuestros seres queridos, como ofrendas amorosas, cuyos espíritus nos acompañan siempre. Tomamos conciencia de la vida que emana de la Madre Tierra como la Diosa Madre generosa y dadivosa, nutricia y solidaria que también ama a sus hijas e hijos. Asumimos estilos de vida ecológicamente sostenibles construyendo relaciones de cooperación en todas las actividades y en todos los momentos con nuestras hijas e hijos, hermanas y hermanos, madres y padres, pues esta es una de las leyes que rigen el universo y que garantizan las cadenas de interdependencia de todos los seres vivos (Swimme, 1998).

... siéntelo, siente cómo irradia su presencia, eso te ayudará a entender ... el Universo y observarlo. ... Cuando camines por un bosque, aprende a estremecerte ante la grandeza de lo que te rodea y te seguirá acompañando en todo momento, porque el ser que lo atravesó se habrá convertido en otro y llevarás al bosque contigo, vayas donde vayas. Los bosques están llenos de ritmos ocultos. ... Percibirás la naturaleza, lo humano y lo divino como una sola cosa. Para aprender esto no necesitas un maestro, porque tu maestro es el Universo, son los bosques. (Swimme, 1998, p. 80)

- Hacemos uso respetuoso de todo lo que necesitamos y la disposición a reciclarlo cuando ya ha cumplido su función, como lo hace la naturaleza que todo lo aprovecha y nada descarta. Celebramos y damos gracias a la vida por la grandeza, la majestad, la racionalidad, la belleza del cosmos, todo cuanto contiene y por ser parte de él (Boff, 1996).

En este sentido, Boff (1996) propone:

Sentir la Tierra desde nuestra propia experiencia: sentir el viento en nuestra piel, saborear las aguas de las montañas, penetrar en la selva virgen y captar las variadas y ricas expresiones de la biodiversidad. Hacer resurgir ese encantamiento especial que lleva a descubrir la sacralidad del universo despertando sentimientos de intimidad y gratitud (p. 83)

Segundo momento: La construcción colectiva de conocimientos

Tiempos de amor y esperanza: hacia la sanación de la vida

¿Te puedes imaginar lo que pasaría si el reino vegetal tratara de imitarnos? ¿Si pensara que las creaciones y las costumbres de sus antepasados son ... [obsoletas], ... que no vale la pena recordar? Mirarían en menos a las plantas más primitivas y su fotosíntesis, ignorarían la increíble proeza que las llevó a aprovechar la luz del sol y que sigue siendo válida. Si las plantas nos imitaran, todos los seres vivos del planeta desaparecerían en una semana. (Swimme, 1998, pp. 86-87)

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

En la historia de la humanidad, el período moderno ocupa una mínima parte de nuestra historia. Sin embargo, es en este último período cuando se ha destruido a la naturaleza y a la vida como nunca antes se había hecho. La lógica utilitarista y *eficientista* imperante de crecimiento ilimitado y lineal, nos ha postrado a las tres cuartas partes de la humanidad en la pobreza extrema, víctimas de ese proceso de exclusión inherente a la acumulación y al mercado global. Boff (1996) indica:

La humanidad está abocada a niveles de violencia y destrucción jamás vistos en la faz de la Tierra. Urge que colectivamente cambiemos el curso de la civilización desviando su eje de la lógica de los medios al servicio de la acumulación excluyente, a la lógica de los fines en función del bienestar común del planeta Tierra, de los seres humanos y de todos los demás seres en el ejercicio de la libertad y de la cooperación entre todos los pueblos. (p. 177)

Como humanidad sufrimos una inmensa pérdida en nuestra cosmovisión, al pasar de una sociedad en que la vida y la promoción de la vida era nuestra principal fuerza espiritual, a un nuevo orden desligado del cosmos y de la vida, centrado en la degradación de la naturaleza, pasando de ser los sujetos adoradores a dominadores y controladores. El autor Swimme (1998) lo describe así:

El proceso de profunda transformación que vivimos actualmente consiste, ni más ni menos que en renunciar a la idea de que los seres humanos son el centro de todo y en adoptar una actitud biocéntrica y cosmocéntrica en que el Universo y la Tierra son los principales referentes. ... Nos sentimos confundidos, porque estamos habituados a olvidarnos de la Tierra y del Cosmos para concentrarnos en el mundo de los humanos, pero cuando empezamos a adoptar una visión más amplia descubrimos una libertad que no conocíamos y una imagen de nuestro ser que le da sentido a todos nuestros esfuerzos. (p. 90)

Ya cruzamos el umbral como especie humana para la actual forma de convivencia con la naturaleza y los demás seres vivos. Por eso, o cambiamos radicalmente o desaparecemos en medio de un espantoso desastre nuclear, ecológico y moral. Como lo menciona Eisler (1990):

Miles de años después, ... [ante] la posibilidad de una segunda transformación social – esta vez ... desde una sociedad dominadora a una versión más avanzada de una sociedad solidaria–, ... [nos estamos jugando}, ni más ni menos ..., la supervivencia de nuestra especie. ... [Un] conjunto de conocimientos recientes, particularmente identificados como la nueva física y/o teoría del caos, provee por primera vez, un marco adecuado para comenzar a entender qué nos sucedió durante la prehistoria y que podría sucedernos de nuevo, pero con una dirección diferente. (pp. 67-68)



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

De la linealidad y fragmentación a los vínculos y conexiones

La Madre Tierra sufre, está enferma y los seres vivos que la habitamos también. Necesitamos recuperarnos aprendiendo de la sabiduría ancestral, de las prácticas y experiencias que nos ayuden a sanar colectivamente. En las tradiciones de los pueblos originarios de nuestra América encontramos grandes aportes. Una de estas enseñanzas está en los Tlamatinime, personas sabias en el mundo náhuatl (Bolt, 2005):

No hay que buscar ser alguien ni buscar irse a ninguna parte. Desde que nacemos, somos alguien. Y donde hemos nacido tenemos que construir nuestro espacio. Somos parte del universo y nos acompañan el Corazón de la Tierra y el Corazón del Cielo. No estamos solos. Son nuestros hermanos los árboles y los animales. Son nuestros protectores las energías del Universo todo: ... la del viento, la del agua dulce en ríos, quebradas, lagos y lagunas, la del mar, la de la luna y la de las estrellas y planetas que brillan por la noche para nuestros ojos, la de los volcanes y las montañas. (p. 11)

Necesitamos fluir como el agua que ocupa los lugares más humildes y desde allí promueve la existencia de la vida. Solamente tenemos que seguir los susurros del universo y conectarme con la Madre Tierra, así aprendemos como sanar nuestra vida y, con ello, la sanación del planeta en su totalidad.

Otras tradiciones milenarias y de la filosofía perenne nos indican que vivimos tiempos de sanación y de conectividad con la vida y la Madre Tierra, como explica (Cane, 2000):

Los Sufis hablan de la necesidad de que el corazón humano se abra para liberar las profundidades del amor y la misericordia, en la tradición judeo-cristiana, el profeta Ezequiel predijo el tiempo en que los corazones de piedra se despertarían y serían transformados, cuando un nuevo corazón y un nuevo espíritu emerjan. (p. 25)

Vivimos un momento crucial para la sanación de nuestra Madre Tierra. En muchos lugares de América Central y otras partes del mundo, que han sido golpeados durante años por la violencia política, la pobreza y los desastres naturales, ante sus condiciones de vida adversas, crece la profunda necesidad y el despertar del corazón de las personas y de las comunidades para sanar esas viejas heridas en conexión con la vida. Porque en medio del dolor y el caos, un nuevo espíritu emerge.

Los inicios del siglo XXI son el tiempo de la apertura de nuestros corazones hacia el amor y la misericordia. Necesitamos esforzarnos para transformar nuestras propias heridas para que exista este nuevo corazón y este nuevo espíritu.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Necesitamos aprender a sanar los traumas del pasado para vivir nuestra cotidianidad con sabiduría desde la apertura de nuestro corazón, rompiendo con los sistemas injustos y violentos que ya no sirven para la familia humana, y reconociendo la unidad fundamental entre cuerpo-mente-espíritu que orienta también nuestro sistema energético y armonía personal. Aprendemos una visión holista de sanación viendo la salud como un proceso dinámico que implica dimensiones físicas, psicológicas y sociales interdependientes. Las enfermedades representan el desequilibrio y ruptura del balance armónico del sistema completo.

En las culturas de Asia, el enfoque holístico hacia la curación ha sido reconocido desde hace siglos. Cuando una cultura vive con la conciencia de la unidad fundamental del ser completo, las experiencias, las enfermedades y los efectos de los acontecimientos traumáticos son muy distintos, como lo explica [Cane \(2000\)](#):

Por miles de años los budistas reconocen la capacidad sanadora de la mente y del poder de la conciencia. En los últimos veinte años algunos médicos, biólogos y psicólogos occidentales han empezado a reconocer la unidad fundamental y la relación que hay entre los estados emocionales y el bienestar mental y físico. (p. 23)

No cabe duda, si somos personas sanas de cuerpo, mente y espíritu, aportamos energía positiva a la Madre Tierra para que ella también sane, como nos lo reseña [Cane, \(2000\)](#):

Todo fenómeno del mundo natural –el mineral, el animal y el humano–, tienen una unidad esencial con las fuerzas de la vida. El trabajar con la energía es el punto de partida de varios sistemas de sanación en diferentes tradiciones de los pueblos... Muchas culturas han usado la imposición de las manos o la sanación espiritual para devolver el balance o armonía al sistema energético de las personas. Por más de cinco mil años los chinos han reconocido la energía o “chi” que circula por un sistema asombroso de sendas o meridianos que se conectan con los órganos internos y los tejidos. En la tradición del yoga se usa la respiración y la postura para dar equilibrio a la energía de las fuerzas vitales del cuerpo. La cultura india desarrolló el sistema de chakras, unos centros de energía en forma de ruedas para recibir, asimilar y transmitir las energías vitales. (p.25)

Resulta interesante constatar como en nuestra cultura hemos transferido nuestra sanación individual y colectiva. En el pasado, en la cultura mesoamericana, la restauración del equilibrio y la sanación del sistema de energías individuales, colectivas y de la Madre Tierra estaban en las manos de una persona guía, chamán o sanadora. Luego cambió la función del personaje sanador y renunciamos a nuestro propio poder de sanación, poniéndolo en las manos de las autoridades y los “expertos”. ([Cane, 2000](#)) nos aporta:



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Enfrentar el dolor del mundo hasta que enfrenté el mío propio paradójicamente yo no podía atravesar ese angosto lugar mientras no estuviera dispuesta a atender más profundamente al dolor de los demás ... Siempre estamos guiados, siempre cuidados, siempre sanando, moviéndonos inevitablemente hacia la plenitud, incluso cuando no podamos verlo por todo el dolor y las dificultades que nos rodean. (p. 269)

La sabiduría y el poder que necesitamos para sanarnos en conjunto con nuestra Madre Tierra está dentro de nosotros, reconociendo quiénes somos verdaderamente y apropiándonos de nuestro poder y sabiduría intuitiva, para convertirla en la fuerza que nos guíe para vivir plenamente. Recreamos un nuevo corazón que será la base para nuestro proceso continuo de sanación y transformación para el resto de nuestras vidas. Que así sea...

Tercer momento: Elaboración de propuestas

Claves para los aprendizajes en sincronía con la vida

Cuando los principios holísticos son aplicados a la educación, las aulas, los laboratorios, el campo, las comunidades se convierten en sistemas vivos, en comunidades de aprendizajes, porque los sistemas vivos son, por naturaleza, comunidades de aprendizaje (Gallegos, 1999).

La fragmentación de nuestras vidas, en esta sociedad newtoniana, cartesiana y patriarcal, nos impide conectarnos con nuestra espiritualidad, lo que nos ha hecho perder nuestra paz interior. Para recuperarla necesitamos conocernos, autoconstruirnos y encontrar el gozo y la pasión por la vida. Establecemos vínculos de amistad con mujeres y hombres sensibles, construyendo lazos de sororidad, concepto creado por Lagarde (2005) referido a la amistad entre las mujeres².

Comprendemos que tanto las mujeres como los hombres necesitamos del afecto, del gozo, del amor y de los vínculos. Nos abrimos a los nuevos aprendizajes con amor al sabernos hijas e hijos de la Diosa Madre. Experimentamos una nueva energía espiritual, una nueva conexión con la naturaleza y la Madre Tierra.

Fortalecemos nuestra urgencia por construir nuevas formas de vivir la vida en interdependencia con todos los seres vivos, en cooperación y respeto con la diversidad, en un planeta donde nada sobra, pero está urgido de amor y poesía. Aprendemos, desde el holismo antiguo, que cuando las necesidades materiales han sido satisfechas, quedan necesidades y anhelos más profundos. Estos solo pueden satisfacerse conectándonos con las fuerzas internas nutricias, sanadoras y dadoras de vida a las que llamamos en el nombre de la Diosa Gaia o Madre Tierra.

² Para ampliar sobre la construcción de la sororidad entre mujeres ver el libro: *Para mis socias de la vida (Cuadernos inacabados)* de Lagarde (2005).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Compartimos algunos hallazgos para los aprendizajes desde la integralidad de la vida, a partir de nuestras experiencias e intercambio de saberes sustentados en la visión o paradigma holista, que esbozamos a continuación, como adaptaciones y síntesis de la investigación de [Abarca et al. \(2006\)](#).

Asumimos los aprendizajes como permanentes y autoorganizados

Nuestras vidas, espiritualmente conectadas con el cosmos, corporalmente dirigidas por el cerebro y socialmente orientadas por nuestras interrelaciones, están contextualizadas para responder éticamente a la época y a la sociedad en la que vivimos. Nos consideramos seres aprendientes, viviendo la vida con responsabilidad ética en nuestros intercambios con las demás personas. Nos apoyamos en el instinto defensivo de nuestras vidas para prolongarlas y ser felices, autoorganizando nuestros procesos vitales.

Aprendemos en conexión con nuestras subjetividades

Necesitamos la recuperación de la emocionalidad humana para maximizar las fuerzas creativas y la realización de procesos de aprendizaje grupal, enriquecedores y transformadores. Nuestras interacciones subjetivas son la fuerza movilizadora de nuestra sensibilidad, imaginación, voluntad, creatividad, solidaridad, inventiva, afectividad, empatía, respeto y demás recursos personales, generadoras de la integración de lo individual a lo grupal, desde los recursos internos de las personas en catalizadoras de energía social transformadora, como lo indica [Gutiérrez y Prieto \(2003\)](#):

Consideramos que los procesos de aprendizaje parten del desarrollo de la intuición y significación de los aprendizajes, favoreciendo un desarrollo integral y productivo de las potencialidades de cada ser humano desde sus capacidades, posibilidades y vivencias previas. Esto despertará nuestras vivencias como seres humanos más felices y gozosos, con una mayor calidad de vida y autocrecimiento. (p. 44)

Aprendemos en la vida cotidiana

Nuestra cotidianidad es el espacio que le da sentido y significación a los aprendizajes. Es en este espacio donde tienen lugar nuestras principales experiencias vitales, donde somos personas auténticas, allí desarrollamos nuestra vida afectiva, familiar, espiritual, laboral, comunitaria y nos relacionamos con la infinita plenitud de la vida.

Los aprendizajes tienen sentido y utilidad para las personas aprendientes dentro del propio contexto cultural y experiencial de la vida cotidiana. Aprendemos cuando los contenidos están conectados con ella sirviéndonos para ser mejores personas, influyentes con sutileza, amor, gozo y pasión en el mejoramiento de la calidad de vida de otras personas y, por ende, de la vida planetaria.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Promovemos comunidades de aprendizaje como espacios de encuentro e interacción

Nuestras relaciones son armoniosas y dialógicas para encontrar la sabiduría de nuestras vidas tal como las vivimos. Construimos redes amplias de contactos interpersonales que nos ayudan a aprender entre todos y todas la realidad de nuestro entorno social, económico, político y cultural en búsqueda de la cooperación, humildad, compasión, solidaridad y generosidad.

Como aprendientes catalizamos nuestros encuentros como comunidades de aprendizaje en continuo crecimiento. Esto implica, como lo afirman [Gutiérrez y Prieto \(2003 p. 25\)](#), "... que todos los participantes por ellos mismos [la comunidad de aprendizaje] se sientan vivos, compartan su creatividad, generen respuestas, se diviertan y jueguen". Asumimos la construcción de redes con personas aprendientes para buscar sentido. Una inmensa red de retroalimentación pedagógica, solidaria y nutricia para vivir el aprendizaje en su plenitud.

Aplicamos la flexibilidad y la diversidad de la vida a los procesos de aprendizaje

Esta característica aplicada a las sociedades aprendientes significa nuestra sobrevivencia ante las perturbaciones y para la adaptación a las condiciones cambiantes, porque somos parte de la trama de la vida, como una red flexible en continua fluctuación y somos quienes autoorganizamos nuestro propio conocimiento.

Promovemos aprendizajes para la comprensión humana

Reconocemos que nuestro desarrollo verdaderamente humano significa conectarnos con nuestras autonomías individuales, particularidades comunitarias y el sentido de pertenencia con la especie humana. Comprendemos que la educación del futuro velará por la idea de la unidad de la especie humana sin borrar nuestra diversidad.

Entendemos a la comprensión como medio y fin de la comunicación humana, como aprendemos de ([Morin, 1999](#)):

El planeta necesita comprensiones mutuas en todos los sentidos. Dada la importancia de la educación en la comprensión a todos los niveles educativos y en todas las edades, el desarrollo de la comprensión necesita una reforma planetaria de las mentalidades; esa debe ser la labor de la educación del futuro. (p. 51)

Reconocemos al ser humano desde sus necesidades vitales, respondiendo a los retos, preguntas y objetivos concretos de las personas y sus relaciones con el entorno; que nos permite el desarrollo de la capacidad de expresar nuestros impulsos creativos internos y apreciar las distintas expresiones. Hacemos énfasis en el aprendizaje significativo, la estética, la creatividad, la transdisciplinariedad, la diversidad, lo cualitativo y la interdependencia.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Respetamos nuestra diversidad creadora

Esta diversidad creadora es nuestra mayor inspiración en los procesos de aprendizaje con sentido, si logramos conectarnos con ella y respetarla porque “despliega en sí la plenitud de la realidad humana, con la conciencia, el pensamiento, el amor, la amistad. Contiene en sí el todo de la humanidad, sin dejar de ser la unidad elemental de la humanidad” (Morin, 2003, p. 77).

Sentimos los procesos de aprendizaje como convivencia humana desenvueltos en un espacio de respeto y aceptación recíproca en el que “se transforman el emocionar y el actuar de los que conviven según las conversaciones que constituyen ese convivir...” (Maturana, 1994, citado en López, Maturana, Pérez y Santos, 2003, p. 14). Nos damos la posibilidad de aprender de las otras personas para mejorar nuestra práctica, sin dejarnos conducir por las influencias del pensamiento globalizante. Vemos el desarrollo humano como premisa fundamental que da sentido a nuestra vida en medio de tantas desigualdades.

Promovemos aprendizajes desde nuestra condición terrestre

Somos parte, lo queramos o no, del destino cósmico y terrestre. Nuestra vida dentro del planeta tiene doble cara: la de la vida y la de la muerte. Vivimos errantes en el cosmos y asumimos nuestra condición y las consecuencias de vivir en un planeta marginal y periférico dependiente del sol, porque como seres vivos dependemos vitalmente de la biosfera terrestre, porque, con base en Morin (2003), somos resultado del cosmos, de la naturaleza, de la vida, pero debido a nuestra humanidad, cultura, mente conciencia, llevamos como un punto de un holograma toda la humanidad en nuestra propia humanidad”.

Impulsamos la ecopedagogía para conservar la vida en la Madre Tierra

Promovemos la ecopedagogía como un ámbito de nuevas maneras de plantearnos la responsabilidad social y la complejidad de nuestro presente y futuro planetario, porque “el sentido de la ecopedagogía será el de desarrollar acciones humanas sustentables basadas en lo racional y en la puesta en práctica de procesos que maximicen la justicia ecológica y social de quienes habitamos el planeta...” Gutiérrez y Prado (1997 p. 63).

Promovemos aprendizajes para vivir con lo suficiente

Consideramos que es prioritario que nuestras implicaciones e intereses individuales y grupales se rijan por formas “de vida basada en el principio de que hay suficiente para todos si todos aceptamos vivir con lo suficiente...” Gallegos (1999, p 148).



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

En el sentido anterior, promovemos experiencias en comunidades de aprendizaje para una cultura sustentable, definiendo “¿cuánto es suficiente? es una pregunta que toda comunidad, grupo o individuo interesado en vivir sustentablemente debe hacerse a sí mismo...” Gallegos (1999, p. 148).

La respuesta solo puede venir del autoconocimiento que permite a las personas o a la comunidad conocer sus límites, necesidades e intereses.

Nos abrimos a los aprendizajes poéticos

Nos hemos formado en una educación prosaica y debemos abrimos a los aprendizajes poéticos impregnados de sentido. Siendo la poesía el estado en que sentimos la verdadera vida, necesitamos vivir la vida poéticamente. Comprendemos que el amor, emergencia suprema de la poesía, vive de símbolos, crea su mito y su magia para los aprendizajes con sentido.

Los procesos de aprendizaje estéticos nos proporcionan placer, bienestar, felicidad, pesadumbre, lágrimas y alegrías. Nos desencadenan empatías, nos provocan ser mejores personas, más comprensivas, más humanas. Nos ayudan a soportar “... lo extremadamente insoportable de la realidad, y al mismo tiempo a afrontar la crueldad del mundo” (Morin, 2003, p. 168).

Promovemos aprendizajes saludables para la armonía de nuestro cuerpo, mente, espíritu

Entendemos que el cuerpo es una unidad que al igual que nosotros está ligado con su entorno, los cuerpos cambian y el cambio es una expresión de la adaptación natural a nuestro medio. Nos enfermamos como mecanismo de respuesta a un entorno agresivo. Aprendemos a escuchar y a dar a nuestro cuerpo, mente y espíritu, el espacio, la energía y el alimento que necesitan. “Recuperar el poder que tiene el organismo de ser activo... él tiene el conocimiento y el poder... la fuerza ... para desaparecerla, modificarla o modularla cuando encuentre un nuevo orden que no la haga necesaria” (Payán, 2000, p. 9).

Promovemos aprendizajes acompañados por las tecnologías de información y comunicación

Entendemos las tecnologías como redes, como un conjunto de nodos interconectados que se parecen a formas muy antiguas de la actividad humana. Dichas redes fortalecen los procesos de aprendizaje, y de ninguna manera los suplantán. Promovemos aprendizajes usando las tecnologías como instrumentos que faciliten el intercambio y el diálogo esencialmente humano.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Aprendemos para la complementariedad entre los géneros

Soñamos con esperanza e ilusión nuevas formas de aprendizaje, con equidad e interdependencia como una manifestación congruente con la complejidad de nuestra realidad. Sentimos la posibilidad de que los hombres y las mujeres vivamos desde la ternura, conectados con esa energía que llamamos amor, abriendo caminos hacia la transformación de nuestra conciencia y generando los cambios que nos permitan hacer realidad la sociedad solidaria.

Aprendemos que los principios masculinos y femeninos presentes en los hombres y en las mujeres nos permiten construir la solidaridad y la complementariedad, convirtiéndose en una fuerza energética para potenciar expresiones de sororidad, aplicando nuestra biología del amor, soltando amarras y dando un salto cuántico, reconociendo la necesidad de fortalecer nuestras relaciones con los otros y las otras.

Imposible concluir

Hemos elaborado este ensayo en tres momentos: el intercambio de seres, saberes y vivencias; la construcción colectiva de conocimientos, y la elaboración de propuestas, y claves para profundizar en la conexión entre procesos vitales y procesos de aprendizaje. En este caminar por tres momentos integrados hemos afirmado que aprender y vivir son la misma cosa, y que resulta fundamental volver a conectarnos con la vida en nuestra casa común, el planeta Tierra.

Sabemos que estamos lejos de construir la sociedad en donde quepamos todas las personas y demás formas de vida. De repente nos saltan, en la mente, muchas interrogantes e incertidumbres:

- ¿Cómo hacemos crecer un cambio de actitud para reorientar el rumbo de la humanidad?
- ¿Cómo nos construimos en sociedades más equitativas?
- ¿Cómo hacemos crecer sociedades sustentables?
- ¿Cómo cambiamos nuestro modo de vida?
- ¿Cómo...?

Solo si asumimos esta realidad comenzaremos a pensar y a construir un mundo nuevo. Desde nuestro lugar asumimos un compromiso que no es neutro, ni amenazante, como lo describe Morin (2003), *por el error y la ilusión*, sino cargado de la responsabilidad ética de saber cómo afrontamos las demandas en nuestro quehacer educativo.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

Para alcanzar estos sueños promovemos aprendizajes de hombres y mujeres sustentados en el reconocimiento de los saberes, poderes y pensamientos; propiciando el encuentro, el diálogo esperanzador en el contexto actual signado por la ausencia de utopías, que permita tomar conciencia, sobre los caminos que hemos de cambiar.

Incorporamos nuestra dimensión humana, no solo el aspecto intelectual, sino también el emocional, físico, social, estético y espiritual. El nacimiento de un nuevo paradigma se está gestando en sincronía con la Madre Tierra. Este camino lo guía la visión holista de la vida y desde esta perspectiva de quienes habitamos la Madre Tierra, implica hacer conciencia que somos seres relacionales, complejos, con características e identidades propias, con singularidades e individualidades y que estamos en la búsqueda de nexos y de conexiones con nuestra otredad para salvar la vida en la Madre Tierra.

...Nos juntamos con la Madre Tierra, con todas nosotras y nosotros,
Con nuestros seres antepasados y con todos los seres del futuro
para traer nueva vida a la Madre Tierra, para recrear la comunidad humana,
para promover justicia y paz, para recordar a nuestras hijas e hijos,
para recordar quienes somos.
Nos juntamos con tantas y diversas expresiones del misterio del amor
para sanar la Madre Tierra y renovar la vida toda en ella...
Oración de sanación y transformación, Pueblos Seattle, Norte de América

(jefe Avrol LookingHorse, 2010)

Referencias

- Abarca, F. (2012). *Tejiendo el nuevo manto de la docencia universitaria: 2006-2012*. Heredia, Costa Rica: Universidad Nacional. Vicerrectoría de Docencia.
- Abarca, F., Loría, M. y Montenegro, C. (2006). *Investigación de innovaciones educativas en el nuevo paradigma holista*. San José, Costa Rica: Universidad De La Salle.
- Assmann, H. (2002). *Placer y ternura en la educación: Hacia una sociedad aprendiente*. Madrid: Narcea.
- Blázquez, E. (2000). Honrar la vida. En *álbum Con las alas del alma* [Youtube]. Buenos Aires, Argentina: Distribuidora Belgrano Nortes.
- Boff, L. (1996). *Ecología: Grito de la Tierra, grito de los pobres*. Madrid: Editorial Trotta.
- Bolt, A. (2005). *B'atz': El tejido. Notas para la articulación de los actores en estos tiempos de grandes cambios*. Managua, Nicaragua: Simas. Recuperado de <http://www.aguaycambioclimatico.info/biblioteca/files/original/1d79774a129e4990844ab3e1cdfce96.pdf>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-3.22>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: educare@una.cr

- Cane, P. (2000). *Sanación y transformación*. Managua, Nicaragua: Centro Ecuménico Antonio Valdivieso.
- Capra, F. (2003). *La trama de la Vida: Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Madrid: Anagrama.
- Eisler, R. (1990). *El cáliz y la espada. La mujer como fuerza en la historia*. Santiago, Chile: Editorial Cuatro Vientos,
- Eisler, R. (1997). *Placer sagrado* (Vol. 1). Santiago de Chile: Editorial cuatro vientos. Recuperado de http://www.librosoterico.com/biblioteca/Varios/VARIOS%203/29036596-Eisler-Riane-Placer_s-Sagrado-Vol-I.pdf
- Gallegos, R. (1999). *Educación holista. Pedagogía del amor universal*. Editorial Pax
- Gutiérrez, F. y Prado, C. (1997). *Ecopedagogía y ciudadanía planetaria*. San José, Costa Rica: ILPEC Editorial.
- Gutiérrez, F. y Prieto, D. (2003). *La mediación pedagógica. Apuntes para una educación a distancia alternativa*. Guatemala: Editorial EDUSAC.
- Jefe Avrol LookingHorse. (23 de febrero, 2010). *Culturas ancestrales y la educación para la paz y la unidad* [Conferencia impartida en la Universidad Nacional, Costa Rica].
- Lagarde, M. (2005). *Para mis socias de la vida* (Cuadernos inacabados). Madrid: Horas y Horas.
- López, M., Maturana, H., Pérez, Á. I. y Santos, M. Á. (2003). *Conversando con Maturana de educación*. Madrid: Ediciones Aljibe.
- Morin, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: Unesco.
- Morin, E. (2003). *El método V. La humanidad de la humanidad*. Madrid: Ediciones Anaya.
- Payán, J. C. (2000). *Lánzate al vacío. Se extenderán tus alas*. Bogotá: Mc Graw-Hill.
- Swimme, B. (1998). *El universo es un dragón verde: Un relato cósmico de la creación* (2ª ed.). Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos.

