



לבב “Lebab¹”

PROYECTO DE INTERIORIDAD PARA LOS COLEGIOS CAPUCHINOS DE ESPAÑA

*“Debes tener un lugar en tu corazón, en tu mente, o en tu hogar al que poder acudir casi a diario, un lugar en el que no debes nada a nadie, ni nadie te debe nada a ti. Un lugar donde encontrarte con tu propia compañía, un lugar que simplemente **permite el florecimiento de algo nuevo y esperanzador**”.* Joseph Cambell².

“Donde está tu tesoro allí estará también tu corazón” (Mt 6, 21).

1. Introducción.

Este Proyecto de Interioridad quiere ser una propuesta para los centros escolares de los Hermanos Menores Capuchinos de España. Decimos propuesta porque aquí planteamos unos materiales y unas líneas generales que después cada centro tendrá que intentar aplicar a la realidad de su colegio sin que eso suponga reducir el potencial de esta propuesta, sino desarrollarla lo más adecuadamente posible en el contexto y las circunstancias en las que se va a realizar.

En nuestros centros ya se están trabajando elementos de la interioridad de forma más o menos consciente y estructurada. Este proyecto aparece porque buscamos enriquecer, estructurar, consolidar, poner nombre y sistematizar algunos aspectos de la interioridad que nos parecen muy necesarios.

En el hebreo de la biblia la palabra que expresa el término corazón es “leb” o “lebab”, que hace referencia al corazón físico y a la sede de la vida consciente. En este último sentido tiene una riquísima gama de significados: interioridad³, intimidad, memoria, imaginación, fantasía, inteligencia, entendimiento, juicio, razón, comprensión, sentimientos, emociones, pasiones, actitudes, conciencia, etc⁴. Esta polisemia recoge muy bien la riqueza de todo el trabajo que pretendemos con la interioridad. Proponemos cultivar el centro de la persona, lo más propio e interno de cada criatura, donde descubrimos lo más peculiar de todos nosotros y donde el Misterio de Dios aparece y sorprende.

¹ El proyecto completo se encuentra editado en el libro de Javier Morala Gutiérrez, *LEBAB. Proyecto de interioridad para jóvenes en colegios y parroquias*, PPC, Madrid 2018.

² Citado por Terry Hershey en su libro “El poder de la pausa”. Sal Terrae.

³ “pondré mi Ley en su interior y sobre sus corazones la escribiré, y yo seré su Dios y ellos serán mi pueblo” (Jr 31, 33).

⁴ Luis Alonso Schökel. Diccionario bíblico hebreo-español. Editorial Trotta. Madrid 2008. Páginas 380-383.



2. Qué entendemos por Interioridad.

Hay que comenzar hablando de la “*imposibilidad de la objetivación de la interioridad, si se quiere respetar su originalidad*”⁵. Pero para acercarnos a su realidad podemos decir que la interioridad es la capacidad de adentrarse en lo real, de ahondar en la existencia y descubrir significados cada vez más profundos de la realidad⁶ que afectan de forma decisiva a toda la vida y aporta unos fundamentos sólidos que sustentan la existencia⁷.

3. Por qué un Proyecto de Interioridad en nuestros centros.

- a. **Desde la propia realidad social y de nuestros alumnos.** Porque se hace muy necesario el cultivo, en nuestros alumnos, de la serenidad, el cultivo del “ser”, del “estar” contemplativo, de la profundidad, del gusto por el Misterio, de ahondar en la propia realidad, del silencio.
- b. **Desde el marco escolar.** Es también un hecho el espacio cada vez más importante que las Competencias Clave⁸ ocupan en nuestros colegios. Existe el riesgo⁹ de que algunas Competencias Clave –aquellas, con un carácter transversal y vinculadas a todas las áreas curriculares- puedan ser descuidadas o trabajadas de forma menos sistemática en las aulas. Por tanto se hace necesario adoptar medidas para un desarrollo equilibrado de las Competencias Clave en los centros educativos, y éste es el objeto del presente proyecto.
- c. **Desde lo pedagógico.** En la medida en que conseguimos que el chaval o niño experimente, y no sólo eso, sino que vivencie lo más grande que tiene dentro. Estamos hablando de una pedagogía activa, participativa donde el protagonista es el alumno/a.
- d. **Desde nuestra identidad.** La posibilidad de introducir la Competencia Espiritual como novena competencia en nuestros centros cristianos va ganando terreno y la Interioridad se presenta como un espacio privilegiado para su desarrollo.
- e. **Desde lo pastoral.** Así la interioridad se presenta como la posibilidad de cultivar

⁵ Juan Martín Velasco. La interioridad, un paradigma emergente. PPC, 2004. Página 7.

⁶ Mar Calcerán. Anna Roig. Josep Otón. Interioridad. En J. M. Bautista (Coord.), 10 palabras clave sobre pastoral con jóvenes. Verbo Divino. Estella 2008. Página 31.

⁷ Álvaro Chordi Miranda. Sentido y espiritualidad en los jóvenes. Misión Joven, enero-febrero 2014. Página 14.

⁸ Por la LOE denominadas Competencias Básicas. Se adopta aquí la denominación de las competencias clave definidas por la Unión Europea y la LOMCE que son aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo. Se identifican siete competencias clave esenciales:

Comunicación lingüística; Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. Competencia digital. Aprender a aprender. Competencias sociales y cívicas. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. Conciencia y expresiones culturales. En la LOE, en el mismo orden, las Competencias Básicas eran: Comunicación lingüística; Conocimiento e interacción con el mundo físico; Matemática; Tratamiento de la información y competencia digital; Aprender a aprender; Social y Ciudadana; Autonomía e iniciativa personal; Cultural y Artística.

⁹ Proyecto “Aulas felices”. Prólogo página 7.



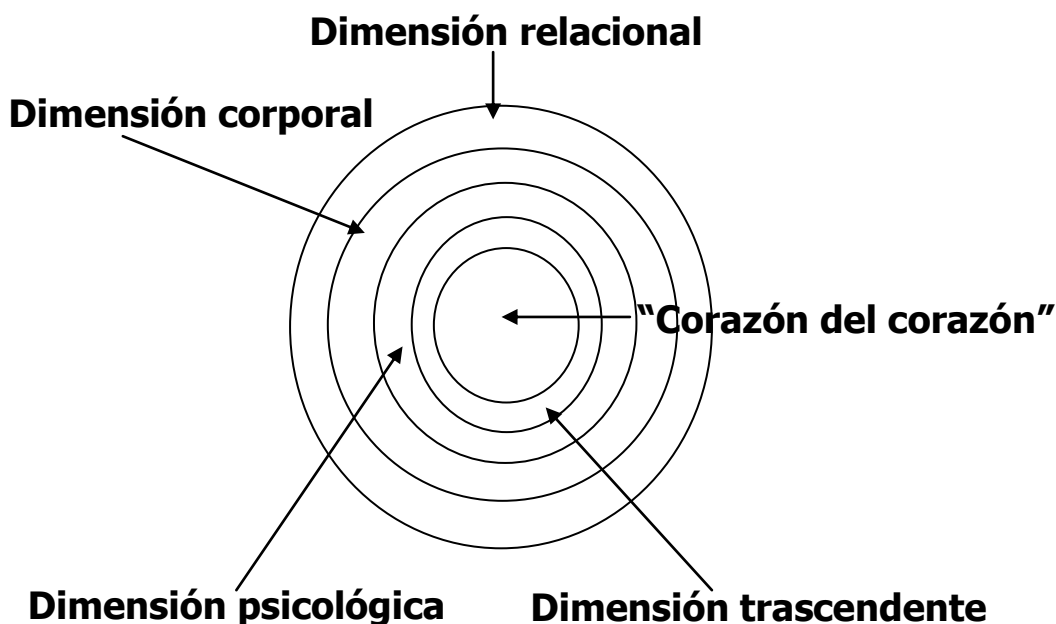
la tierra de nuestros alumnos para que pueda nacer una vivencia de Dios auténtica y personalizada. Pero no es sólo cuestión de preparación. Además la interioridad, en algunos casos, favorecerá que desde lo más auténtico de cada uno podamos tener un encuentro privilegiado con Dios y con Jesús de Nazaret.

4. Qué dimensiones queremos trabajar en interioridad

Partiendo de la unidad de la persona, indicamos ciertas dimensiones que aparecen en el trabajo de interioridad:

- Dimensión relacional.
- Dimensión corporal.
- Dimensión psicológica.
 - Emocional.
 - Racional
- Apertura a la trascendencia o dimensión espiritual.

Estas dimensiones se trabajan con diversos contenidos y técnicas, y son la condición de posibilidad de llegar al "corazón del corazón", el centro de la persona, al "lebab".



5. Técnicas, lenguajes¹⁰ o herramientas

Aplicaremos una serie de técnicas o lenguajes con los que vamos a intentar trabajar la interioridad. Estas técnicas no se presentan de forma neutra sino que van acompañadas de unos contenidos en las distintas dimensiones de las que hablábamos.

¹⁰ Carmen Jalón prefiere hablar de lenguajes y no de técnicas.



Las técnicas, lenguajes o herramientas son:

- Respiración.
- Silencio.
- Relajación.
- Visualizaciones.
- Distintos modos de expresión.
- Técnicas de atención plena.
- Juegos y dinámicas.
- Gestos y símbolos

6. Objetivos del trabajo de interioridad

La interioridad intentará ayudar a toda la comunidad educativa a:

- ser cada vez más reflexivos,
- ser más consciente de nosotros mismos,
- vivir más en contacto con nuestra realidad,
- hacer opciones desde criterios éticos,
- leer la realidad desde un plano más allá de lo anecdótico,
- ganar en dimensión simbólica,
- ser capaces de integrar el silencio en nuestras vidas, de manera que podamos abrirnos a la alteridad y a la trascendencia,
- cultivar una interioridad que nos mueva al compromiso,
- propiciar experiencias de encuentro con nosotros mismos,
- proponer un trabajo donde puedan participar alumnos de diversos credos,
- cultivar la espiritualidad,
- posibilitar el encuentro con nuestro misterio personal y con el Misterio.

7. Opciones de este Proyecto de Interioridad.

a. Una pedagogía del umbral y una opción de pastoral.

Este proyecto nos parece especialmente útil para trabajar los previos a una opción creyente: previos sin los cuales es muy difícil esta opción. Previos que vamos a poder trabajar con todos los alumnos independientemente de que su condición creyente sea una u otra. A esta forma de trabajar le llamaremos Interioridad Espiritual¹¹. Ejercitaremos a los alumnos en preguntas hondas, en el asombro y compromiso con la realidad del mundo en que vivimos¹².

Pero no nos quedamos ahí. El proyecto también trabaja una dimensión creyente sin referirse a una confesión u otra. Por lo que podremos trabajarlo con los alumnos de unas religiones u otras. A esta forma de trabajar le llamaremos Interioridad Trascendente. Esta dimensión incluye el Misterio en esas preguntas-respuestas y en el

¹¹ Hemos adaptado la nomenclatura que toma Escuelas Católicas en su Tipología de la Competencia Espiritual. Reflexiones en torno a la Competencia Espiritual. Páginas 13 y 14.

¹² Ibid. Página 14.



compromiso con la realidad¹³.

Además este proyecto también incluye otro paso más. Y es cultivar lo específicamente cristiano desde la interioridad. Esto va a suponer que en las aulas donde haya personas de distintos credos tendremos que proponer estas sesiones en momentos específicos: clase de religión, actividades de pastoral, etc. A esta forma de trabajar le llamaremos Interioridad Confesional.

Por eso decimos que este proyecto de interioridad busca cultivar una pedagogía del umbral y a la vez ser una opción de pastoral.

b. Teniendo cuidado en que el proyecto sea:

- Un proyecto que atienda a los contenidos y no sólo a las técnicas.
- Un proyecto cuyo objetivo último no es "el sentirnos bien" sino que se proponga el encuentro con la realidad en todas sus facetas, muchas veces conflictiva y poco placentera, pero fuente de sentido y principio de la Vida.
- Una interioridad no ensimismada sino que propicie el encuentro con el otro (dimensión relacional) y con el Otro (dimensión trascendente).

c. Procesual e integradora.

Nos referimos a un proyecto que quiere proponer un proceso de encuentro con "el hombre interior" y por tanto que estará presente en todos los niveles del centro educativo, adaptándose al momento vital del alumno/a y a su trabajo previo en el ámbito de la interioridad.

d. Desde el claustro para toda la comunidad educativa.

Entendemos que el agente de esta acción es el claustro en su totalidad. Para ello se van a formar, por lo menos, a dos profesores por colegio para que sean ellos los que formen al resto de sus compañeros.

Y a la vez los destinatarios de este proyecto son los mismos profesores y personal no docente –ellos también necesitan un encuentro con su interior-, los alumnos/as y también los padres y madres del colegio.

e. ¿Cómo y cuándo vamos a realizar este trabajo?

En los distintos proyectos de interioridad que se están trabajando en España existen muchos planteamientos distintos respecto a cuándo y cómo se trabaja esta dimensión.

El planteamiento general es querer combinar una frecuencia grande para crear hábito, sin que sea un proyecto que condicione toda la vida del centro. Proponemos la combinación de:

¹³ Ibid. Página 14.



- Actividades semanales breves (una, dos, tres...), de cinco o diez minutos.
- Actividades de área. Una actividad de cualquier asignatura con los contenidos propios de la asignatura, pero mejor interiorizado porque contiene un ejercicio de atención plena.
- Sesiones de interioridad, de 50 ó 55 minutos donde podamos trabajar, desde las distintas dimensiones de la persona, apliquemos las técnicas aprendidas y podamos profundizar de forma vivencial en algunos de las grandes cuestiones de la persona.
- Entendemos que este trabajo debe implicar eventualmente a todos los niveles del centro.

f. Principio de convergencia¹⁴.

Dentro de la maratón de nuevos proyectos y retos que tenemos en nuestros colegios podemos caer en la dinámica de "acción-reacción" y para cada proyecto programar una serie de actividades que junto con las de los otros proyectos nos saturen a nosotros profesores y a los alumnos. Podemos estar metidos en calidad, aprendizaje cooperativo, inteligencias múltiples, planes de mejora desde las pruebas externas, actividades de pastoral, bilingüismo, cultivar la identidad carismática, etc. La propuesta no es programar una serie de actividades que se sumen a las que ya tenemos sino identificar las bases comunes a los proyectos y retos propuestos y lograr la convergencia de todas las acciones en las mismas claves y en la misma dirección educativa.

8. Conclusión.

Estas son las opciones de nuestro proyecto de interioridad, que junto con la formación del profesorado, los materiales que se proporcionen y la ilusión e implicación de la comunidad educativa esperamos que sea un paso más en la apuesta de los capuchinos de España por una educación integral y por el cultivo de lo más central de cada persona: su corazón, "lebab" en hebreo: "*les daré un corazón nuevo e infundiré en ellos un espíritu nuevo, les arrancaré el corazón de piedra y les daré un corazón de carne*" (Ez 11, 19).

¹⁴ Proyecto Educativo Institucional. Escuelas Católicas. Página 125.