

LOS CINCO PILARES DE LA EDUCACIÓN TOTAL

Vicente Hao Chin, Jr.

Los cinco pilares de la educación total



Vicente Hao Ching Jr.

Cuando Ud. envía a sus hijos a la escuela, recuerde que casi ninguna dará la educación total que los vaya preparando para la vida. Las escuelas preparan a los alumnos principalmente hacia la competencia académica, como un propósito de que se sitúen más cualificados para cualquier carrera que intenten en su vida. Pero la seguridad financiera es tan solo una parte de la vida. Existen otros aspectos que son igualmente importantes, incluso más importantes, tales como la realización y la felicidad. ¿De qué le sirve a uno tener mucho dinero si no se siente realizado y feliz?

Las escuelas hasta los 14 años, discurren enseñando a los alumnos como dominar las matemáticas. No obstante, ¿acaso emplean dos semanas enseñando sistemáticamente a los jóvenes como lidiar con el estrés? ¿O acaso enseñan el arte y la ciencia de la felicidad? ¿O cómo tener eficaces relaciones humanas? ¿Enseñan a los alumnos cómo lidiar con la ira? ¿O cómo ser honestos y practicar la integridad?

Como país, tenemos que asumir los vacíos que en la educación de nuestros hijos la escuela no puede proveer. Por tanto, el hogar es una escuela importante. Es en el hogar donde las jóvenes mentes aprenden las habilidades del saber vivir. Cada día, cuando usted interactúa con sus hijos, cuando come con ellos, cuando habla con ellos, usted está transmitiendo importantes lecciones de vida. Estas lecciones deben ser planeadas. Debemos también recordar que un elemento crucial en esa educación para la vida es el modelo vivido – usted es quien demuestra cómo se hace.

1. Salud

El primer pilar de la educación total es enseñar a los jóvenes como ser saludables. Cuando la salud sucumbe, todos los sueños y visiones de una vida se pueden marchitar y desaparecer. Muchas familias pierden la economía de toda una vida tan solo con una importante cirugía y generalmente incurren en grandes deudas que tienen que pagar durante muchos años. Una salud debilitada está generalmente acompañada de bajos e

imprevisibles niveles de energía. Winston Churchill dijo, en cierta ocasión, que el secreto de su éxito estaba en su energía. Muy frecuentemente la educación física en las escuelas no enseña los elementos de una buena salud. Se enseñan deportes, ejercicios. El elemento más importante de la salud es la dieta – lo que comemos – y muchos profesores son reservados cuando se habla de dieta porque ellos mismos no consiguen refrenarse en cuanto a los tipos de comidas y bebidas erróneas que ingieren, tales como carne y refrescos.

¿Usted sabe qué grupo étnico tiene la media de vida más alta en el mundo? Son los okinawas del Japón, los hunzas del nordeste del Pakistán, los vicacambas del Perú y los abkhasianos de los Montes Urales de Rusia. Tienen la más elevada concentración de centenarios que aún permanecen saludables y activos. ¿Qué es lo que esos cuatro grupos tienen en común? La mayoría siguen una dieta vegetariana. El mayor estudio sobre salud y nutrición ya realizado, es la investigación realizada durante 20 años, y ahora conocida como el Estudio de la China, realizado por la Universidad Cornell, la Universidad de Oxford y la Academia China de Medicina Preventiva.

Colin Campbell, el jefe del estudio, resumió sus descubrimientos de la siguiente manera: *“Las personas que ingerían más comida de origen animal adquirirían las enfermedades más crónicas (...) Aquellas que se alimentaban preferentemente con comida de origen vegetal eran las más saludables y no tenían tendencias a enfermedades crónicas.”* Estos resultados no pueden ser ignorados.

¿Sabe usted cuáles son los grupos étnicos que tienen la menor media de vida en el mundo? Son los esquimales, los lapones y los groenlandeses. Viven en el Polo Norte, donde no hay plantas, ya que la tierra está cubierta de hielo y de nieve todo el tiempo. Su dieta está basada exclusivamente en carne y pescado. La media de vida es tan solo de 35 a 45 años.

Enseñe, pues, a sus hijos las funciones de una vida saludable, comenzando con la dieta. Otros aspectos importantes de la buena salud son los ejercicios físicos, la ausencia de vicios es una filosofía de vida saludable.

2. Madurez emocional

El segundo pilar de la educación total es la madurez emocional, que produce equilibrio y alegría. Nuestros hijos no aprenden casi nada de esto en la escuela. En verdad, la vida en la escuela es a menudo fuente de estrés, de depresión, de frustración, miedo, agresividad y dolor.

Hábitos emocionales como el miedo, la ira, la depresión y el resentimiento son aprendidos en cuanto las criaturas crecen. En cuanto existan las raíces instintivas para esos patrones de reacción, el factor innato es insignificante en comparación a la parte aprendida. Los bebés, por ejemplo, tienen tan solo dos miedos instintivos: miedo de sonidos altos y miedo a caer.

Con el tiempo ambos desaparecen, más a medida que crecen aprenden una enorme cantidad de nuevos miedos oriundos de su país y de la sociedad en que viven: miedo a de la autoridad, del rechazo, de hablar en público, de las críticas, de las serpientes, de las cucarachas, de enfrentamientos, de la sangre, de los dentistas, de los accidentes, de la muerte, etc. El miedo distorsiona las percepciones y turba el juicio dando el resultado de reacciones y decisiones insensatas.

La ira o la agresividad son otros ejemplos de unos hábitos que pueden ser dañinos. Personas con temperamento descontrolado frecuentemente son evitadas por otras personas y se tornan ineficaces en las relaciones sociales y en el trabajo. En su local de trabajo, mire alrededor e intente identificar las personas que usted crea que merecen la promoción como gerentes o líderes. Estoy casi seguro de que esas personas no son esclavas de sus temperamentos e iras. No se vuelven indiscriminadamente contra los demás cuando están de mal humor. Saben lidiar bien con sus emociones. Daniel Goleman escribió en el libro *Inteligencia Emocional*, que se tornó un *best seller* ; *“Su coeficiente intelectual le garantiza un empleo, más su coeficiente emocional le garantiza una promoción”*

Es difícil lidiar con personas temperamentales; son a menudo poco moderadas, no tan solo en el trabajo, sino también en casa. Siendo así, generalmente tienen dificultades en sus vidas conyugales. Personas temperamentales son frecuentes candidatas al despido en el trabajo. Algunas terminan en la prisión por intento de agresión o incluso por asesinato, debido a una ira incontrolada.

La madurez emocional es tan crucial en la educación de los jóvenes que la escuela debe de enseñar esto asiduamente, día tras día, año tras año. Más el problema es que incluso la mayoría de los profesores no están emocionalmente maduros. Hacen uso de la ira y del miedo para controlar a los alumnos.

¿Podrá la madurez emocional ser aprendida? Sí, definitivamente puede ser enseñada y aprendida. No es casual que algunas personas permanezcan calmadas y eficaces al lidiar con situaciones difíciles, en cuanto existen otras que se enfurecen a la menor provocación. Ambas aprendieron esos modos de reacción con sus padres.

Un fundamento importante de la madurez emocional es aprender cómo controlar la tensión y el estrés en la vida diaria. Se sabe que ya existen técnicas probadas por el tiempo para combatir el estrés diario, más a pesar de eso ¿cuántas escuelas enseñan

esas técnicas en el aula? ¿Cómo pueden los profesores enseñar esas cosas si ellos mismos están estresados?

3. Inteligencia

Inteligencia es la capacidad de comprender las cosas y aplicar tal comprensión en varias situaciones de la vida. Se supone que las escuelas sean eficaces en el desarrollo de ese aspecto, más infelizmente hay muchas que fracasan seriamente en nutrir la inteligencia en los niños. Profesores y administradores, como norma, se preocupan excesivamente con notas, pruebas y con el cumplimiento del plan de estudios, y así no tienen tiempo para evaluar si los alumnos asimilaban inteligentemente las lecciones o si tan solo memorizan las respuestas.

Una parte del problema se debe al énfasis en los sistemas de notas y en la competitividad de las escuelas. Los alumnos comienzan a equiparar la realización con notas y reputación en vez de equipararla con la verdadera inteligencia. La mayoría de los profesores está consciente de que notas y pruebas escritas no son las verdaderas medidas de la genuina capacidad de los alumnos; sin embargo, son forzados por el sistema a usarlos como si fuesen los mejores medios para evaluar lo aprendido.

La inteligencia está nutrida por un ambiente de curiosidad, de ánimo, de solución de rompecabezas, de juegos creativos, de investigación, de libertad, de comprensión conceptual, de práctica de su real aplicación en la solución de problemas, en el desarrollo de la capacidad para *insights* (flashes) y pensamiento lateral etc. Es difícil aplicar notas a esas habilidades, porque son multifacéticas. Howard Gardner, de Harvard, identificó nueve tipos de inteligencias, y las pruebas del coeficiente intelectual miden tan solo uno de las mismas.

4. Competencia

Una persona inteligente no es necesariamente una persona competente. La competencia es una capacidad difícil de ser medida, mas, cuando es apreciada, es fácilmente reconocible. Cuando una tarea le es designada a alguien, se puede confiar en que esa persona la realizará con un mínimo de atención y de responsabilidad.

La competencia cubre un amplio espectro de capacidades que incluyen autoconfianza, gerenciamiento de tiempos, eficacia en bregar con las personas, desenvoltura, creatividad, habilidad de soportar infortunios, perseverancia, etc. Altas realizaciones académicas no se traducen necesariamente en competencia. En cierta manera, la

educación escolar errada puede perjudicar la competencia, como cuando los profesores inducen a los alumnos al miedo en vez de auxiliarlos a desarrollar la autoconfianza.

La competencia se desarrolla a partir de la práctica constante de la propia inteligencia, autodisciplina y cualidades similares, al enfrentarse a una situación o a un problema. Pequeños triunfos aumentan la autoconfianza de la persona en ser competente. Fracasos repetidos disminuyen el sentimiento de competencia. Así, padres y profesores deben de dar repetidas oportunidades a los jóvenes para aplicar su inteligencia y habilidades en situaciones complejas, de tal modo que ellos se sientan animados a través de pequeñas realizaciones y sean elogiados y apreciados.

5. Carácter

El quinto pilar de la educación total es el carácter. Sin esa cualidad nadie consigue ser verdaderamente triunfante en la vida, porque el carácter es el fundamento de la realización y de la felicidad.

Carácter es aquella colección de cualidades que permiten a la persona ver lo que es cierto y lo que es errado, aliada al coraje moral para realizar lo que es cierto; privarse del placer y de la gloria actuales a favor de un valor más elevado o de una meta futura; ser capaz de amar y de ser compasivo; ser abnegado en cuanto a la atención a sus propias y legítimas necesidades; ser parte de la solución del mundo y no parte del problema.

El grado más elevado de carácter es lo que llamamos espiritualidad, que no es la misma cosa que religiosidad. Espiritualidad es la capacidad de ver niveles más profundos de realidad y la unidad mayor que trasciende nuestra naturaleza egocéntrica. El egocentrismo es la raíz de la infelicidad y de la inseguridad. La formación del verdadero carácter es un proceso de florecimiento y no de condicionamiento. Es el surgimiento de nuestra naturaleza más profunda.

Theodore Roosevelt, uno de los más conocidos presidentes norteamericanos, escribió un ensayo llamado *Character and Success* (*Carácter y Éxito*) en 1.910. Afirmó:

A largo plazo, en la gran batalla de la vida, no es el brillo del intelecto y la perfección del desarrollo corporal los que tendrán peso y valor cuando sean sopesados contra aquel conjunto de cualidades morales llamado carácter; y si entre cualquiera de dos adversarios la diferencia de carácter hacia el lado de lo que es cierto fuese tan grande como la diferencia de intelecto o de fuerza hacia el otro lado, el lado del carácter es el que vencerá”.

El carácter tiene que ser sistemáticamente nutrido con tanta perseverancia como cuando enseñamos matemáticas a los niños. Padres y profesores deben de estar constantemente vigilando en busca de ventanas de oportunidades en el desarrollo del carácter de los jóvenes. Esas ventanas se abren diariamente en pequeñas cosas, como en conflicto entre hermanos, conversaciones sobre líderes nacionales, las adversidades por ellos afrontadas, oportunidades para la gentileza y el servicio al prójimo etc.

Enseñar el carácter, sin embargo, difiere del modo como enseñamos matemática o informática en un aspecto importante. El carácter implica una perspectiva y un modo de vida, y no simplemente una habilidad o una técnica. En cuanto es posible demostrar el proceso de la multiplicación en una hoja de papel, solo se puede demostrar el carácter en el modo como se vive. Entonces, al enseñar el carácter debemos tener en mente el consejo de Albert Schweitzer, que fue Premio Nobel de la Paz: *“El ejemplo es el principal medio de influenciar a los demás. Es el único medio”*.

Estos son, por tanto, los cinco pilares de la educación total:

1. **Salud**
2. **Madurez emocional**
3. **Inteligencia**
4. **Competencia**
5. **Carácter**

Auxilie a sus hijos a desarrollar esas cinco cualidades y usted no precisará dejarles fama o riqueza. Ellos se elevarán a la excelencia en sus propias áreas, y, lo que es más importante, vivirán una vida realizada y feliz.

Vicente Hao Ching Jr.

Presidente Nacional de la Sociedad Teosófica en Filipinas y ex – Presidente de la Federación Indo-pacífica de la S. T. Editor de la Theosophical Digest of Peace Ideas, publicó varios libros como “El Proceso de la Auto-transformación, Por qué meditar, y también la edición cronológica de Las Cartas de los Maestros de A. P. Sinnett”.

Revista Sophia. Brasil