

## Educar en el silenci i en la interioritat

Lluís Ylla

Enginyer agrònom i director adjunt de la Fundació Jesuïtes Educació

---

*A MITJAN SEGLE XIX*, el pintor Jean F. Millet, després de diversos esbossos polèmics, va dibuixar en una tela el quadre titulat *l'Angelus* (exposat al Musée d'Orsay a Paris). Enmig d'una gran plana, en el primer pla, una dona i un home han deixat de feinejar al camp i s'han aturat. De recollir algun producte de la terra, han passat a recollir-se –paraula que mereix ser contemplada. Un carretó amb un parell de sacs, un cistell mig ple, la fanga clavada al sòl, ells amb el cap inclinat cap a terra. Al migdia o cap al tard, les campanes de les esglésies –en el quadre de Millet sembla veure's un campanar al fons– tocaven l'Àngelus. Aquesta escena es devia repetir a molts llocs rurals a França, igual com s'ha donat fins ben entrada la segona part del segle xx en el món rural de casa nostra. Els pagesos treballant, en sentir repicar les campanes, s'aturaven. Els homes es treien la boina i resaven una escena d'un misteri central en el cristianisme i de gran densitat antropològica i teològica de l'evangeli de Lluc, la salutació de l'àngel a Maria i l'anunci que concebria Jesús.

Aquest quadre es podria titular *Silenci*. Contemplant-lo, hom sent el silenci que l'embolcalla tot ell. La llum, les ombres en els rostres, les posicions i el gest, la gran plana, el cel baix, expressen quietud. Hom pot també intuir el silenci anterior i posterior a aquests moments del migdia que acompanyava aquestes persones. Durant segles, bona part de la població del món ha viscut en mons rurals, sense gairebé fonts de

soroll. No és el nostre cas, en què la majoria de la població no viu en entorns rurals, i molta de la que hi viu disposa de màquines, mitjans de comunicació, i aparells tecnològics que no inviten al silenci. ¿On hauria d'anar jo avui per trobar aquest entorn de silenci?

D'aleshores ençà la civilització ens ha proporcionat grans progressos, però hi ha alguna necessitat fonamental que ha malviscut enmig dels sorolls. Dels sorolls físics i dels sorolls anímics associats a alguns dels progressos de la civilització. Quan sortim a la muntanya ens descobrim a vegades gaudint del silenci: les converses s'alenteixen, s'apaivaga el flux de pensaments, i ens trobem gaudint de la natura i de la companyia. A les aules en les quals els alumnes s'han acostumat a començar el dia amb una estona de silenci, quan per alguna raó es deixa de fer, hi ha nens i nenes que ho reclamen. Ja fa uns cent anys que la pedagoga Maria Montessori va proposar a l'escola el *Joc del silenci* per ajudar a la construcció de la consciència del nen i la sensibilitat al soroll al seu voltant i aprendre a «crear el silenci» i a desenvolupar l'atenció de forma individual i en grup. Es sorprengué de la satisfacció amb la qual els seus alumnes es posaven en aquest joc. El 1930 a *Sobre la importància i la natura del joc del silenci*, subratlla com n'és d'essencial el silenci per a l'ànima humana.

A diferents llocs del món, des de diferents grups i amb diversitat de propostes, es donen iniciatives per tenir cura d'aquesta necessitat que tenim de silenci i de la pau interior que hi és associada: recessos, ioga, meditació, *mindfulness*, nombroses tècniques de relaxació i de treball de l'autoconsciència etc.

## **El silenci i els camins de la interioritat**

El silenci al qual aquí ens referim no és l'absència de vibracions sonores, cosa difícil d'aconseguir. En l'experiència del compositor John Cage de cercar el silenci total, quan s'havia quasi eliminat tota ona sonora, Cage percebia el so provinent del mateix cos. Sempre hi ha so. En el silenci més absolut del cosmos, els científics són capaços de percebre el so d'una explosió originària.

“ El silenci al qual ens referim és la quietud interior del que està atent, del que escolta, l'experiència d'estar presents a nosaltres mateixos lliures de la dispersió mental de pensaments, records, neguits.

El silenci que busquem tampoc no és quelcom contrari a la paraula. Silenci i paraula són dos moments d'una vivència que es dona en el nostre interior. La paraula més autèntica neix del silenci. Sovint els silencis més densos que ens fan créixer en humanitat segueixen la paraula.

El silenci ambiental ens ajuda, però el silenci al qual ens referim aquí és la quietud interior del que està atent, del que escolta, l'experiència d'estar presents a nosaltres mateixos lliures de la dispersió mental de pensaments, records, neguits. O el silenci que ens aboca al nostre fons i a allò d'innombrable i inaprehensible que s'hi desvetlla, o ens fa sensibles a la vida dels altres. També el silenci que ens afina interiorment i permet que en brolli l'expressió, la creativitat, la sorpresa. A vegades el silenci que ens inquieta i interpel·la.

En un seminari fet a Jesuïtes Educació ([www.fje.edu](http://www.fje.edu)) per pensar en els diferents itineraris per tenir cura del món interior, en parlar dels camins del silenci, el monjo de Montserrat Cebrià Pifarré ens parlava del silenci com a irradiació, més que una acció o una absència d'ones sonores. Immersos com estem en fer, i també en tenir (tenir béns, tenir experiències), parlem del silenci com l'experiència d'ésser que es dona en nosaltres mateixos. No cal comprar-la, anar-la a buscar a fora, no cal retenir-la. No ens cal seguir pautes de comportament, convencions, obediències a tantes consignes i instruccions que envia una societat complexa com és la nostra. Els moments de silenci són moments d'ésser, simplement ésser. Per això parlar de silenci, educar per viure el silenci, avui se'ns presenta com una experiència humanitzadora.

Podem contemplar el silenci com un gran camí d'accés al món interior, món pel qual hi ha altres camins que també ens poden ajudar a endinsar-nos-hi. A més del silenci, ens hi podem acostar a través de



Els moments de silenci són moments d'ésser, simplement ésser. Per això parlar de silenci, educar per viure el silenci, avui se'ns presenta com una experiència humanitzadora.

la paraula, de la corporalitat, de l'art, de les relacions, esdeveniments i celebracions, de la natura, de la ciència... La particularitat del silenci és que a més de ser un camí d'accés al nostre interior és un medi que acompanya els altres camins. Escoltar, escriure, llegir (paraula), prendre consciència del cos (corporalitat), la creació artística o la contemplació d'una obra (art), el diàleg conscient o un acte institucional o ritu religiós (relacions, esdeveniments i celebracions), la vivència de la natura (natura), astorar-nos davant les grans qüestions de la matèria (ciència)... necessiten i agraeixen el silenci.

Assaborir el silenci, fer-ne una experiència freqüent, ens ajuda. Aquesta sensibilitat i aquesta pràctica es poden educar. Es tracta de tenir cura de la interioritat.

### **Interioritat, un neologisme de moda**

L'adjectiu "interior" s'ha utilitzat molt al llarg de la història per referir-se a la vida anímica de les persones. S'ha parlat de l'home interior, de vida interior, camí interior, recerca interior. En els darrers decennis, s'ha incrementat un interès per allò que és interior, i en determinats medis ha esdevingut un valor. Fins i tot ha esdevingut un eslògan publicitari: el millor està en el teu interior, cuida el teu interior.

Davant d'un món exterior que ens crida amb mil reclams, que a vegades ens aclapara, que és simulacre, convenció, el món interior és un lloc d'autenticitat, de coherència. Interioritat s'oposa a exterioritat. L'exterioritat és el lloc de les trobades, de l'acció. Al llarg del segle XX s'ha estès i s'ha exalçat a Occident un culte a l'exterioritat (vegeu Susan Cain, *El poder de los introvertidos*, Barcelona, RBA, 2012).



La interioritat, allò que ens passa per dins ens importa. En un doble sentit: el de defensa, de recer, i el de possibilitat per créixer... No un lloc per mirar cap endins, sinó un lloc des del qual mirar cap enfora des de més endins.

L'acció exterior, la projecció exterior són un valor. Gràcies a ella gaudim de moltes possibilitats. L'exterior és també el lloc on som sol·licitats i pressionats per nombroses forces i interessos que ens abasseguen, que no som capaços de digerir. Fins i tot a la nostra intimitat s'hi adrecen les sol·licituds del mercat que pretenen influir-hi amb intervencions poderoses, que es fan derivar de la psicologia social i de les aplicacions dels coneixements de les neurociències, per afectar en els processos cognitius i emocionals de les persones. Aleshores el món interior ens ha aparegut cada vegada més com un lloc de refugi, de respir.

Al costat d'altres paraules com consciència, intimitat, cuidar les emocions i els sentiments, trobem que la paraula interioritat aixopluga tot allò que ens passa per dins i ho aixopluga amb aquest concepte intuïtiu: interioritat. En substantivar l'adjectiu interior, li donem consistència i ens adonem que ens pot ajudar a defensar, a protegir, a fer créixer aquest espai lliure interior. La paraula ens invita a l'experiència i l'experiència ens reclama una paraula. Possiblement per això, entre altres coses, parlem d'interioritat, de món interior. Tot i que la paraula es faci servir a vegades de manera molt genèrica, com una paraula de moda, o com a sinònim d'intimitat, subjectiu, intern, aquesta paraula es pot omplir de contingut. No ens detenim ara en la tradició filosòfica en la qual troba arrels, aquesta paraula, que ens portaria a la vella Grècia, als primers monjos, a sant Agustí, a la mística europea o al romanticisme, o a altres tradicions religioses orientals. La interioritat, allò que ens passa per dins ens importa. En un doble sentit: el de defensa, de recer, i el de la possibilitat per créixer. No només com a lloc on trobar refugi, sinó també com un lloc des d'on sortir cap enfora. No un lloc per mirar cap endins, sinó un lloc

des d'on mirar cap enfora des de més endins. La cura del món interior ens ajuda a anar a fons, a estar més atents, a habitar més en el nostre propi espai, és a dir, ens ajuda a ser persones, nosaltres mateixos, cosa contrària a viure absents a nosaltres mateixos, viure superficialment o viure alienats. També a fer més «des de dins», a impregnar més la nostra acció de qualitat i autenticitat.

Davant el món exterior que esdevé exterioritat, el món interior esdevé interioritat. La paraula interioritat ens arriba com la possibilitat de reconèixer i protegir aquesta realitat que vivim i que alhora no està a la nostra disposició com una cosa més. La interioritat no és una «cosa», sinó més aviat un espai en el qual s'hi esdevenen coses. Parlar d'interioritat ens dóna l'excusa per parlar d'aquestes coses perquè considerem que són importants. Són realitats que es contraposen a l'exterioritat. Tots dos són conceptes molt intuïtius.

Parlem d'interioritat perquè allò que ens passa per dins (pensaments, sensacions, intuïcions, sentiments, records, emocions...)ensem que és important i que ara cal defensar-ho més d'una exterioritat que ens pot molt fàcilment aclaparar amb les seves sol·licituds. Les ciències humanes del darrer segle ens han ajudat a entendre'n la importància, de cadascun dels elements del nostre món interior. Darre-rament la teoria de les intel·ligències múltiples, les aportacions de les neurociències també reforcen aquest interès.

Des de fa uns anys diverses persones ens hem esforçat per donar-li contingut, a aquesta paraula. A *La Interioridad un paradigma emergente* (obra col·lectiva, PPC, 2004) i a *Maestros del corazón* (Luis López coord., Wolters Kluwer, 2014), diversos autors han reflexionat sobre l'oportunitat, els possibles enfocaments, propostes de concreció. *El reencantament postmodern* (Josep Oton, Cruïlla, 2012) proporciona el context per a aquesta recerca i a *Ser a l'escola, Una pedagogia per descobrir la interioritat* (Esteve; Galve; Ylla, Pagès Editors, 2013), hem treballat per a una fonamentació d'aquesta paraula i per a tenir-ne cura en la vida de cada dia i en particular de l'escola.



És important aprendre a baixar cap a aquell interior nostre en el qual s'han calmat les ones dels pensaments, de les emocions, de les agitacions i ens trobem sentint.

## **Pedagogia de la interioritat**

Després d'estones llargues d'activitat o d'atenció vers el que ens arriba als sentits, a més de cansat, no és estrany trobar-se fora d'un mateix. En el cas d'haver fet alguna cosa agradable, tenim un verb que ens ho diu clar: el verb divertir, és a dir, ens hem girat cap a una altra banda, abocat cap enfora (di-vertere). Va bé oblidar-se d'un mateix, distreure's, viure amb alegria l'exterioritat. Però també hom pot quedar buidat, absent a si mateix.

Aleshores ens pot ajudar mirar cap endins. A vegades fins i tot ens convé, no només per tranquil·litzar-nos sinó també per ser més nosaltres mateixos, acceptar més la realitat.

No es tracta de mirar cap endins de qualsevol manera, ni de crear entorns de silenci ambiental sense educar l'aprenentatge del silenci i de la mirada cap a l'interior. De tant mirar massa cap endins, obsessionat per alguna cosa o arrossegat per una ment accelerada, hom pot capficar-se o posar-se nerviós. En qualsevol cas per mirar cap endins ens cal calma, quietud i silenci. Ja no és quelcom virtuós. Diria que és una urgència, una necessitat terapèutica per a algunes persones. Per a molts joves de les nostres escoles. Parlem, estem molt actius, estem excitats per nombrosos reclams al carrer, a casa, a l'escola. Una certa cultura més psicològica, més conscient del psiquisme, ens podria fer pensar que ja tenim en compte més que mai el món interior. Però aquest seria el món interior més actiu, més energètic. També el més manipulable. És important aprendre a baixar cap a aquell interior nostre on s'han calmat les ones dels pensaments, de les emocions, de les agitacions i ens trobem sentint. O, com diu Ignasi de Loiola en els seus Exercicis espirituals, on ens trobem «gustant i sentint internament». Al fons del cor, allà on ens trobem amb nosaltres mateixos i

amb el misteri de la vida, allà on podem reposar i sentir-nos lliures, mirar la nostra vida, prendre les petites decisions de cada dia o grans decisions, s'hi entra amb silenci.

Una major cura del món interior ens pot ajudar que l'acció externa estigui impregnada de consciència interna, tingui més qualitat. La mirada cap endins pot ser educada. Podem fer pedagogia de la interioritat i del silenci, i clàssicament, l'escola és el lloc per fer pedagogia. A través de la pedagogia de la interioritat, posant entre altres coses l'accent en el silenci, propiciem que els joves siguin més conscients d'ells mateixos i, com a resultat d'això, aprenguin a tenir una mirada més profunda a la realitat.

### **Cura de la Interioritat i silenci a l'escola**

En una classe de llengua uns alumnes de batxillerat han de presentar un treball de gènere periodístic; poden usar formats diversos: escrit, radiofònic, audiovisual, *power point*. Els alumnes mostren als companys els treballs. Una alumna fa un foto-reportatge usant un programa informàtic. Comença a presentar-lo i va mostrant un recorregut d'escenes agradables d'una part de la seva vida. L'exposició d'imatges segueix mostrant una persona que es posa malalta i que lluita contra el càncer que se li ha manifestat. I acaba amb una imatge que diu: «No et rendeixis». El malalt és el seu pare. Quan acaba la presentació, que ha estat de poc més de 5 minuts i torna al seu lloc, l'aula ha quedat en un silenci impactant, sorprenent en una aula. Tot-hom està en silenci. Hi ha més presentacions a fer en aquella hora, però la professora deixa que el silenci es mantingui, que es perllongui durant uns minuts.

Hi ha moments de gran força educativa que no es programen. En la situació anterior el silenci ha permès que sentiments de compassió, de solidaritat, de fraternitat siguin viscuts amb tota la seva força. Protegir aquesta estona de silenci ha estat un acció exemplar. La pedagogia de la interioritat es fonamenta en primer lloc en com fem el que fem, en la cura dels petits detalls, en aprofitar oportunitats. La perso-





Les escoles no són un lloc de silenci. Però a les escoles tenim i hem de tenir cura de la interioritat. I el silenci ens hi ajuda

na que s'hi ha sensibilitzat es troba, de manera creativa, davant de situacions com la descrita més amunt.

Una situació anàloga es podia haver donat en una classe de matemàtiques, de socials, de religió o d'educació física. Es podia haver donat a primària o a l'educació secundària obligatòria. I en diversos moments i situacions: enmig d'una explicació, en acabar un tema, quan lliurem qualificacions, en un moment de nerviosisme o enrenou, en una celebració. Ens trobem que una major cura de la interioritat es pot fer des de qualsevol matèria i en qualsevol moment. I la pot fer tothom.

Les escoles no són un lloc de silenci. Però a les escoles tenim i hem de tenir cura de la interioritat. I el silenci ens hi ajuda. A més de saber actuar en situacions com l'anterior, també podem propiciar moments de cura de la interioritat en els quals el silenci sigui l'accent important. Hi ha uns moments que són molt naturals: els començaments i els finals, ja siguin de la setmana, del dia, de la classe, de la unitat didàctica. Són naturals per raó de l'organització del temps, i perquè es poden entrelligar molt amb el procés d'ensenyament i aprenentatge.

Cal trobar el plantejament adequat per a cada cas (si es tracta de la setmana, del dia, o d'una determinada unitat didàctica), però el començament pot ser moment per prendre consciència del que portem amb nosaltres en aquest moment d'inici, per recordar el que vam fer el dia anterior, per considerar els objectius del dia, per veure la trajectòria i el sentit del procés d'ensenyament i aprenentatge que estem fent, per tenir una mirada al fons del que pretenem, per tenir presents les esperances i els dolors del nostre entorn, per meditar sobre una frase, un fet, una imatge.

Els acabaments ens donen l'oportunitat de repassar en silenci el que hem fet, de considerar el sentit del que s'ha explicat, de recordar –per exemple, escrivint en un paper o formulant-ho amb una frase simple– el que hem après en aquella classe o unitat didàctica, de sen-



Aprendre a estar en silenci és un procés diferent per a cada persona i convé ser molt respectuós amb els processos personals en un terreny tan fràgil.

tir el que ha estat el més significatiu del dia o de la setmana, de trobar calma contemplant el dia i agraint el que hem viscut.

Posem aquí, a títol d'exemple, un reguitzell de possibilitats. Però no es tracta de fer moltes coses, d'entaforar activitats en uns breus instants. La millor manera d'educar en el silenci és amb molt de silenci. Aquest, la calma, un ritme tranquil, haurien de ser les característiques d'aquestes estones, petits oasis enmig de jornades que estaran plenes d'activitats.

Aquests començaments i finals s'han d'acompanyar; cal invitar a entrar-hi des de la vivència de l'educador. Tenint present que hi ha moments en els quals podem implicar-hi la iniciativa dels alumnes. No es tracta d'una activitat més que es programa i s'executa, sinó de fer a partir del que es viu, del que s'ha viscut. És bo que aquestes petites pràctiques esdevinguin part de la rutina diària, que esdevinguin com un costum que s'ha incorporat als dies.

Les escoles disposem de moments més llargs en els quals podem endinsar-nos en el silenci, per exemple amb tutories, sortides de recés, convivències. Hi ha escoles que han introduït en el programa moments de silenci més perllongat a través de la meditació a l'aula o duent a terme sessions de relaxació a l'aula. Es tracta de guiar aquestes estones amb missatges que sostinguin l'atenció. A molts alumnes aquestes experiències els agraden i fan una descoberta important: s'adonen que mai no s'havien aturat uns minuts en silenci, de com el cap va errant entre pensaments, records i de com costa mantenir l'atenció. També n'hi ha que troben una gran dificultat a estar quiets, callar, aclucar els ulls. Aprendre a estar en silenci és un procés diferent per a cada persona i convé ser molt respectuós amb els processos personals en un terreny tan fràgil. Respecte que cal demanar també als alumnes que els costa estar en silenci envers el conjunt dels companys.



La cura de la interioritat és més una irradiació que una acció voluntarista. És com transmetre el gust per aprendre, i això és propi de tots els qui viuen l'educació com a vocació.

Amb aquesta cura del silenci i de la interioritat a les nostres escoles, ens situem en tradicions pedagògiques sàvies que hi ha hagut al llarg de la història. Hi ha hagut grans mestres a ensenyar de manera que hi hagués una consideració silenciosa i profunda del que es donava a l'escola. El que hi podem aportar nosaltres ara és de treballar-ho de manera explícita i volguda.

### **La cura del silenci i de la interioritat, una opció d'escola**

Tot plegat neix en primer lloc de les persones que han experimentat el valor de la interioritat i del silenci, i que a partir d'aquesta descoberta en tenen cura en la pròpia vida. De manera espontània, aleshores, passa que ho fan present en la seva acció pedagògica. El testimoni individual esdevé un exemple del que es pot fer, de com es fa, de com funciona. «Què fas amb els teus alumnes que arriben tan tranquils a la meva classe?»

La realització d'accions formatives ens ajuda a afavorir les experiències individuals en primer lloc, i també per propiciar que aquestes experiències puguin evolucionar cap a propostes de més abast. Cal aquella formació que ens fa recórrer dues etapes: la de prendre consciència del nostre món interior i de trobar com ens interpel·la, com ens ajuda, com tenir-ne cura, i la de veure com aquesta experiència pot tenir traducció en la nostra acció docent.

A banda de quina sigui la millor estratègia per dur-la a terme, aquesta formació s'hauria d'adreçar a tothom, perquè tothom pot contribuir a la cura de la interioritat i tothom té facilitat pel que fa a algun dels itineraris abans esmentats en el qual pot trobar-se més còmode. La cura de la interioritat és més una irradiació que una acció

voluntarista. És com transmetre el gust per aprendre, i això és propi de tots els qui viuen l'educació com a vocació.

En els equips d'educadors va molt bé compartir experiències per aprendre com a equip, coordinar-se per harmonitzar les diferents iniciatives i per plantejar-ne la progressivitat al llarg dels cursos. De l'acció individual podem, doncs, passar a l'acció de centre. Aleshores les bones experiències que alguns educadors han experimentat en alguna classe poden esdevenir la inspiració perquè tot un curs, o tota una etapa, planifiquin quines diferents iniciatives es poden proposar en funció de les edats dels alumnes, de les sensibilitats dels educadors. Es tracta de tenir en compte els altres i de sumar, de buscar l'harmonia entre diferents iniciatives. Si a primer de primària hem après a començar la classe amb una estona tranquil·la amb alguna activitat i en silenci, a segon serà més fàcil acabar el dia amb uns minuts per repassar en silenci el que hem viscut i après, i a secundària podrem proposar escriure un diari personal que pot ser de gran ajut per aprendre a dialogar amb un mateix.

Podem aprendre a acabar les unitats didàctiques amb una repetició silenciosa del que hem après, i en altres matèries a treure més profit d'iniciar les classes amb qüestions obertes que faciliten presentar millor el perquè del que caldrà aprendre. Experimentarem com n'és de gran la creativitat d'un equip sensibilitzat per imregnar la programació d'iniciatives. Així, passem de les iniciatives individuals a propostes coordinades, que es reforcen mútuament i van creant una manera de fer habitual en un curs, una etapa.

A l'escola, i més a les nostres, sotmeses a tantes normatives, hem de fer coses perquè ens toca. Però pot ser contraproduent estendre una pedagogia de la interioritat com un decret més que s'ha d'aplicar. Això no vol dir que no es puguin crear condicions per incorporar una pedagogia a la qual no tothom hi té propensió ni que no calgui propiciar-ho i empènyer-hi. Aquesta pedagogia de la interioritat no és una matèria més, una nova línia de treball que cal afegir a les moltes que es demanen a l'escola, un deure més. És cert que per iniciar aquesta pedagogia cal un esforç de formació i de sensibilització. No és un tema d'especialistes o assignat a determinats càrrecs o matèries, ni que algunes matèries ho facilitin més que unes altres i que algunes



La cura de la dimensió interior pot esdevenir un característica de la cultura de l'escola, que formi part, al costat d'altres opcions importants, del seu caràcter.

persones siguin inspiradores per als companys. Però principalment es tracta de tenir cura de com fem el que fem. Com hem après, es tracta de mirar d'una manera diferent. Sembla que aquesta és la millor manera que aquesta pedagogia tingut èxit en un projecte d'escola i no esdevingui una moda passatgera o un deure que toca complir però que no transmet realment el valor que té.

L'escola ha tingut sempre cura de la interioritat. Hi ha hagut persones que han tingut una habilitat especial per ajudar els alumnes a fer-se preguntes, a considerar a fons les qüestions acadèmiques i personals. Han creat amb naturalitat situacions de calma, de silenci, d'atenció. Això s'ha fet sense parlar d'interioritat, ni de competències personals ni de cap tècnica especial. Es tracta d'estendre aquesta sensibilitat.

La cura de la dimensió interior pot esdevenir, doncs, una característica de la cultura de l'escola, que formi part, al costat d'altres opcions importants, del seu caràcter propi. No és només que a les aules a vegades es faci silenci o alguna activitat particular, sinó que la vida de l'escola en quedi afectada. Hi ha cada vegada més centres i institucions que van prenent aquesta opció amb molta qualitat. A les direccions dels centres els correspon propiciar aquesta extensió, protegir les iniciatives i acompanyar el procés. També cal preveure moments de sensibilització general del professorat, i d'informació i sensibilització de les famílies.

## **Silenci i interioritat en altres situacions educatives**

Eduquem a l'escola, però també s'educa en moltes altres situacions de la vida de la societat. Una sessió de formació de professionals



Estar atent a un mateix, prendre consciència del que ens arriba pels sentits, deixar els encadenaments de pensaments, crear en un mateix un clima de silenci i de pau, és viscut com una experiència positiva.

pot ser un lloc d'educació en el silenci i en la cura de la interioritat. Una reunió de treball pot ser una ocasió per introduir la saviesa del silenci. Alguns conferencians comencen les seves intervencions amb uns moments de silenci, o amb algun signe (per exemple, una lectura d'un fragment d'un text) que invita a aturar-se. Quan un conferenciant té cura de crear condicions d'escolta (amb un moment de silenci inicial, amb un ritme que tingui les seves pauses i moments de repetició, amb una bona oratòria) està educant la interioritat dels qui l'escolten.

Dels monjos que han fet del silenci el seu entorn, dels quàquers que al segle XVII, desitjosos de renovar el cristianisme, posen el silenci com a element privilegiat de les seves litúrgies (a les seves trobades, anomenades «reunió silenciosa», es parla, però es vol que la paraula surti del silenci), en podríem extreure aquest suggeriment: necessitem disposar d'una mica de temps per escoltar el nostre interior abans de parlar.

¿Podem pensar en moments de silenci a les organitzacions, a les empreses? ¿Impossible? Parlar d'interioritat a l'escola fa uns anys podia ser vist com una cosa estranya. Culturalment, llevat de les escoles religioses, la paraula interioritat suggeria alguna cosa llunyana a l'educació, que hauria de formar part d'opcions privades. En altres entorns seria impensable. De la mà de la consciència de la multiplicitat d'intel·ligències (Gardner) i de la intel·ligència emocional (Goleman), avui es comença a parlar amb certa facilitat de pedagogia i interioritat a l'escola. Dins de noves tecnologies del jo i metodologies de creixement personal, la pràctica de l'atenció plena per a la reducció de l'estrès (*Mindfulness Based Stress Reduction*) s'ha estès com a ajut valuós en la cura de la salut. Dels sistemes sanitaris ha passat a l'edu-

cació, a la formació empresarial. Estar atent a un mateix, prendre consciència del que ens arriba pels sentits, deixar els encadenaments de pensaments, crear en un mateix un clima de silenci i de pau és viscut com una experiència positiva per les persones que ho practiquen. La base científica, que les neurociències reforcen, atorga al *mindfulness* una autoritat a tenir en compte en una societat en la qual el paradigma científic té tanta força de persuasió.

A la nostra societat trobem normal fer un minut de silenci en començar actes públics arran d'esdeveniments greus. Si no són tan greus, ens costa més. Per un moment renunciem a estar enfocats cap enfora. Més d'un minut ja costa més. Per prevenció, per vergonya, per no haver-ne parlat, per manca de saber com iniciar-ho, introduir el silenci a les nostres organitzacions civils té encara una barrera per vèncer.

Però sabem fer rituals, i sabem incorporar costums al nostres rituals. ¿Podem imaginar que fem l'experiència de començar una reunió amb uns minuts de silenci que permeti a cadascun dels assistents repassar l'ordre del dia, per prendre consciència dels objectius a curt termini i dels grans propòsits més de fons que es juguen en la reunió, o simplement per mirar amistosament el dia i disposar les pròpies forces a estar més relaxat i més concentrat en la feina que caldrà fer? ¿Podem imaginar que quan acabem la reunió, cadascú recorda en silenci, i si vol escriu, allò que creu de més significatiu que cal retenir, repassa mentalment el que ha passat, i es permet assaborir-ho i agrair-ho si és el cas? ¿Podem imaginar que aquesta petita pràctica sovint ens va bé, que ens ajuda a treure profit de la reunió i esdevé un hàbit?

## **Educar en el silenci i la interioritat, una necessitat per als nostres temps**

El que he escrit fins ara és el resultat d'una recerca compartida amb moltes persones de Jesuïtes Educació i amb altres persones i institucions del món educatiu, universitari i d'altres ambients interessats en el creixement de la persona. Aquesta recerca s'ha nodrit amb con-



Es tracta bàsicament d'un estil, d'una manera de fer, més que de fer noves coses. Les escoles que ens endinsem en aquest aprenentatge d'una pedagogia curosa amb la interioritat fem l'experiència del fet que això ens fa bé.

verses, intercanvis, lectures de diferents parts del món. Formem part dels moviments que, amb més o menys encert, cerquen contrapesar els buits que la modernitat racionalista i empirista ens ha deixat.

Tot el que he exposat demana pensar en altres temes que caldria desenvolupar, com el mateix concepte d'interioritat, la relació entre interioritat i espiritualitat, la necessitat d'incorporar la cura de la interioritat en la formació del professorat i en les diverses matèries, etc.

La nostra societat té necessitat de silenci i de recolliment, de proporcionar als seus habitants la capacitat de pau interior, de consol, de poder estructurar-se com a persones consistents, capaces de viure amb sentit i qualitat la pròpia vida. Atendre aquesta necessitat a l'escola ha esdevingut urgent. Les iniciatives que es donen en institucions educatives permeten pensar que n'anirem fent un aprenentatge al llarg dels propers anys, i que aquesta sensibilitat serà més que una moda de les que passen per les escoles. La seva repercussió positiva en l'aprenentatge es constata tant de manera immediata, intuïtiva, com en estudis científics que s'han fet. Hi ha també una resposta difícil de mesurar, però que els educadors perceben, i és en el desenvolupament personal dels alumnes: aquells ulls que s'obren, aquella calma que es crea, aquelles descobertes fruit d'escoltar i d'escoltar-se. En qualsevol cas es tracta d'iniciatives a protegir, a fer-les créixer a partir de l'experiència individual i compartida i a no plantejar-les com un deure més que s'afegeix a tants que ja cauen damunt l'escola. Es tracta bàsicament d'un estil, d'una manera de fer, més que de fer noves coses. Les escoles que ens endinsem en aquest aprenentatge d'una pedagogia curosa amb la interioritat fem l'experiència que això ens fa bé.