



La creación literaria en la escuela secundaria:  
"expresión hacia la higiene mental para una  
educación intrínseca"

Obed González Moreno

---

**Resumen:** Este escrito no pretende ser un manual para la práctica de la Creación literaria en la Escuela secundaria pero sí, una alternativa para el desplazamiento de emociones de una forma positiva y formativa. Una manera de expresar las emociones creativamente y con resultados positivos tanto para el discípulo como para el educador.

La intención real del presente escrito es sugerir al maestro una alternativa para la educación intrínseca en el alumno para su formación integral, realizar un engrazamiento *Cuerpo-espíritu-conocimiento* para su proyecto de vida, adentrarse un poco más en la cuestión humana para la aplicación de las relaciones humanas, además de crear un conducto de escape para inquietudes desconocidas. Que vaya creando en su pensamiento la imagen verdadera de su realización personal. Construir la estructura para ese objetivo, reconociéndose a sí mismo como individuo y parte del universo.

Basándonos en la *psicología conductista* explicada por Skinner y la motivación sugerida por Maslow y además apoyándonos con el concepto de *resiliencia* y tomando como premisa la significación designada por Aristóteles a la palabra psicología como *Tratado del alma*, señalaremos los pasos y resultados recabados a través de la experiencia docente para la obtención del objetivo: Expresión hacia la higiene mental para una educación intrínseca.

**Palabras clave:** Creación literaria; educación literaria, didáctica de la literatura, resiliencia,

A mis alumnos:  
Secundaria 0347  
"Ignacio Zaragoza" (2005-  
2008)  
Con todo el amor escrito  
en las páginas de mi  
espíritu.

## Desarrollo

Con plena consciencia de que en la época moderna el ser humano está expuesto a ciertas perturbaciones del medio donde se desarrolla, en primer lugar debemos reflexionar con relación al miedo-*que es una emoción-* que se manifiesta al expresar emociones dentro de su medio ambiente como una falta de educación, de fuerza o civilidad, como si el expresar los sentimientos fuera un síntoma de debilidad. Para un profesor o un padre de familia que pretende que sus alumnos o hijos no manifiesten sus sentimientos por temor a que los demás lo identifiquen como una persona débil y después puedan abusar de ellos y creen que es mejor reprimirlos, una manera más adecuada es que esos sentimientos los proyecten a través de la pintura, el canto, la música, el baile o como en este caso la creación literaria como un manejo provisorio ante una situación de sentimientos encontrados-emociones-.

El concepto de resiliencia explica cómo ante un evento traumático los niños toman de la experiencia una enseñanza y discernen lo positivo de lo negativo para su proyección futura hacia un bienestar de una vida exitosa. Llamo vida exitosa a la congruencia de actos y pensamientos positivos en todos los ámbitos, discernir la diferencia entre lo profesional y la vida cotidiana, porque algunas personas creen que el éxito profesional es el éxito en la vida y esa es una visión equivocada puesto que

son humanos que producen pero no viven y se convierten en seres egocentristas que se aíslan en su propio microcosmos y se crean un complejo de inferioridad que lo cubren con una actitud soberbia y prepotente-*Complejo de superioridad*- y se convierten en personas que carecen de inteligencia social y al tener un problema de afectividad comienzan a generar un pensamiento destructivo hacia sus semejantes para poder llenar ese vacío perpetuo que es la fuga del sentido de vida.

El termino inteligencia a mi manera de conceptualizarlo es la manera de resolver problemas a través del manejo y práctica de pensamientos y sentimientos identificando las diferentes opciones para no afectar a ningún ser vivo y tópicos relacionados con la vida.

La inteligencia no es la capacidad de retención de memoria, ni las habilidades artísticas, sino la forma del cómo y para qué las utiliza y en beneficio de qué, quién o quiénes las va a utilizar.

El humano inteligente educa *cuerpo-espíritu-pensamiento*, ansía un equilibrio o por lo menos lo intenta porque está consciente que todo tiene un sentido para llegar ser feliz. De antemano sabemos que influyen muchos factores para lograr el equilibrio y tal vez el primero es el medio donde se crío el individuo. No podemos negar el concepto conductista que afirma que los estímulos externos influyen en la conducta humana. Por tanto sólo hay que canalizar la parte positiva que se pueda extraer de estos estímulos llegados del exterior.

## **La creación de ambientes de aprendizaje**

Una manera que siempre ha estado presente en toda reflexión para el enfoque del aprendizaje y que pocas veces se lleva a cabo, es el cambio de tópicos. Cambiar de espacios al alumnado es de suma importancia puesto que con el simple hecho de salir de la rutina crea en su interior una manifestación de libertad y reciprocidad porque también el maestro cambia su táctica para el aprendizaje y permite en el niño percibir el valor de la empatía y la comprensión. Si son espacios abiertos qué mejor, consiente al alumno a sentirse más conectado con su medio ambiente y su percepción se agudiza porque ve su entorno desde el punto de vista como nunca lo ha visto, como alumno libre desde el interior de su escuela. Aunque no lo crean cambia mucho el punto de vista dependiendo el contexto donde lo mires. No es lo mismo ver a un pájaro en la jaula del patio desde una ventana de tu casa, que verlo zambullirse en un charco de agua sobre una jardinera desde un espacio abierto, cambia la sensación.

Se puede aprender en otro salón, cambiar con el maestro de aula, algún día en la cafetería otro en un auditorio-*Claro, si se tiene estos servicios*- o en el laboratorio.

## **La motivación: Medio para la realización y conocimiento de límites y alcances**

Maslow explica que la *motivación es todo aquello que causa o explica un acto humano*. Entonces la conducta humana se produce por el tipo de necesidades que afectan al individuo. Maslow realiza una gráfica piramidal donde coloca cinco planos en la que cada uno constituye un tipo de necesidades. Los primeros planos son necesidades inferiores o básicas para cualquier individuo y los últimos, los niveles superiores son más exigentes y se presentarán cuando hayan sido satisfechas las

inferiores. Si los tomamos desde la base los cinco planos se describen de la siguiente forma:



Vamos a visualizarlas con una tabla para darle un poco más de comprensión, que no es difícil de comprenderla, pero vamos separar para ver los dos bloques de necesidades.

**Inferiores (*Necesidades de déficit*)**

Necesidades fisiológicas	El hambre; la sed, el respirar, el dormir...
Necesidades de seguridad	La seguridad de los padres hacia el individuo, la seguridad económica, seguridad emocional.
Necesidades de amor y pertenencia (Sociales)	Palabras amorosas; cariño, respeto, caricias. Formar parte de un grupo.

### Superiores (*Necesidades del ser*)

Necesidades de estima y aprecio Admiración de otros hacia el individuo.	Sobresalir entre amistades, en el noviazgo, en grupos...
Necesidades de autorrealización	Proceso intelectual: Aprender; comprender, entender el mundo, apreciación de la belleza, de la creación artística. Dedicarnos a lo que nos gusta.

Si comprendemos aunque sea un poco lo que significa para un individuo el conocerse o por lo menos el intentarlo, también comprenderemos que está realizando un tremendo esfuerzo por comprender la vida y su relación como persona dentro de ella. Cuando esto comienza a reflejarse o lo podemos percibir en otra persona tenemos la oportunidad de hacerlo también nosotros porque el aunque sea intuirlo nos da una sensación de que tiene intenciones de estar mejor, de ser mejor humano.

### La motivación en la experiencia pedagógica y resultados

La palabra es importante para resultados benéficos en la conducta de los alumnos. La palabra es poder; es la reverberación del espíritu a través de signos sonoros, todo está construido con palabras. A través de la palabra los jóvenes logran objetivos y encuentran talentos desconocidos por ellos mismos. Con base en la palabra obtuvimos resultados mediante un ejercicio que planteamos de la siguiente forma:

**1 Tópico o espacio de aprendizaje:** Primero busqué un espacio adecuado para la disertación de un discurso con temática humanística para elevar el espíritu en los discípulos. En este caso el patio de la escuela porque es abierto.

**2 Día y hora adecuados para la enseñanza:** Tuve que elegir el día y la hora para que se sintieran más animosos. Escogí un viernes a la última hora porque estaban más relajados por ser fin de semana, y un viernes en que el sol era fuerte para que desde la sombra lo apreciaran y sintieran el viento cálido sobre sus cuerpos, los sonidos externos y la soledad grupal en un horario que no era de refrigerio.

**3 Método de enseñanza:** Comencé por disertar un discurso donde el valor de la empatía, la dignidad y la lealtad fueron las bases de la proyección intrínseca. Para esto tuve que proyectarme, sentir y creer lo que decía. Estar convencido. Les hablé del orgullo de escuchar el Himno nacional de su país en otra tierra que no es la nuestra y el saber que está sonando por alguien de México que está ahí presente y que esa persona al estar ahí nos representa a todos, porque donde está él y donde está ella y tú, estamos nosotros.

La intención en las palabras tiene mucha fuerza y los códigos y mensajes entran en el inconsciente y hace que el niño desee realizar algo de lo que se puedan acordar de él.

**4 Resultados:** Al término de la disertación dejé como tarea un cuento con relación al tema expuesto y dejo ejemplo de un trabajo realizado por Norma Angélica Castillo Reyes:

### CUENTA MI ABUELO QUE...

Cuenta mi abuelo que cuando joven no creía en la patria, que cuando tocaban el Himno

Nacional mexicano, él se burlaba y tampoco saludaba a nuestro lábaro patrio.

La semana pasada fuimos al pueblo de mi abuelo, se llama Tuxtepec en Oaxaca.

Estuvimos en ese lugar para festejar el día *15 de Septiembre* que se festeja el inicio de La

Independencia del México, cuando el padre Hidalgo exclamó a los cuatro vientos de la

Tierra que México era para los mexicanos, en el llamado *Grito de Dolores*.

En esas callecitas empedradas, donde el viento se cuela como música entre los cabellos y

las casas son de madera y parecen de cuento, con sus colores juguetones y enredaderas que

bailan al ritmo del sonido del Río Papaloapan -creo se llama así-, mi abuelo y yo llegamos a la orilla del río

para comer camarones que sólo se dan en ese lugar. Nos sentamos y mientras bebía un agua

de limón, mi abuelo comenzó a mirar hacia todos lados, observó el río, los pájaros que

volaban sobre nosotros, los árboles y los ojos le se le humedecieron al mirar a la gente que

trabajaba en las lanchas. Le pregunté:

-¿Qué te pasa abuelito?

Él se enjugó las lágrimas, ya cuando sintió que no había rastro de ellas volvió la cabeza y

me dijo:

— Nada hija, los viejos somos así, nos llega el recuerdo y ¡caray, cómo duele!

— ¿Por qué? -pregunté de nuevo.

Déjame platicarte hija- me dijo mi abuelo-, cuando era un joven de unos veinte años, yo

odiaba este pueblo, quería salir de aquí a como diera lugar, mis maestros y mis padres me

decían que estaba bien que pensara en avanzar; pero no de esa forma tan amarga.

Intentaban convencerme de que tenía que hacer las cosas bien, que fuera un buen trabajador

un orgullo para todos y para mi país. Recuerdo que comencé a reírme y le dije a mi padre:

¡Cómo que sea un orgullo para mi país; ¡Si yo no creo en la bandera, ni los héroes, ni el

escudo ni en nada! ¿Y saben qué? Me voy de este lugar.

Empaqué mis pocas cosas y abandoné la escuela, a mi novia, a mis padres... a mi país.

Me fui pal norte, recuerdo que busqué a unos polleros pa qué me pasaran pal otro lado; yo

no traía mucho dinero y bien recuerdo que les tuve que dejar mi medallita de La virgencita

que me había regalado mi madre. Me dolió; pero estaba dispuesto a dejar todo atrás.

Estando allá, no sabía qué hacer, no entendía nada. Trabajaba en una caballeriza,

escondido, no podía salir, pues la migra es dura por allá y friegan a las personas que tienen

ilegales trabajando. Levantaba el estiércol de los caballos, no comía bien porque no podía

comprar nada. Nos pagaban la mitad que a los negros y la mitad que le pagan a los

chicanos, que son mexicanos nacidos de aquel lado.

Pasé dos años en aquel lugar, no existimos, allá somos máquinas; creo que por eso nos

dicen mechicanos; por machín, que es máquina en inglés.

Un día me escapé, un 14 de Julio. Entre la multitud me perdí, era difícil que la migra

identificara quien es ilegal y quien no. Me paré como todas las personas en la orilla de la

banqueta, vi como la gente levantaba y ondeaba su bandera aquella que no era la mía,

gritaban frases de orgullo y honor a sus héroes aquellos que no eran los míos; escuché el

himno nacional de ellos y lo cantaban con gusto, alegría y fuerza: las paredes se cimbraban,

los papeles de colores se arremolinaban en sus rostros, las trompetas exclamaban amor y

victoria y las personas parecían felices de pertenecer a aquel país, aquel país que... que no

era el mío.

No pude más y sin pensarlo me regresé aquí, donde sé quién soy y a dónde pertenezco. Por

eso trabajo duro y enseñé a los demás a hacerlo: me gusta esta tierra, estos árboles, estos

pájaros, estos momentos, esta gente... mi gente.

Mi abuelo calló. Terminamos de comer y regresamos a casa.

En la noche llegamos al centro del pueblito. Salió el presidente municipal, tocó la campana

y gritó varios *vivas* a nuestros héroes, después se escuchó el Himno Nacional Mexicano.

Miré a mi abuelo, su rostro era de felicidad y orgullo, vi cómo una lágrima escurrió sobre

su mejilla y me dije: *Es sólo una pequeña parte del corazón de un viejo que ama ser*



*mexicano.*

## **Observaciones en la experiencia pedagógica**

Las múltiples observaciones y experiencias en la conducta de los alumnos con quienes conviví, con el tiempo me condujo a conclusiones aceptables y generalizadas. El hecho es que cada uno reacciona de manera diferente ante el mismo estímulo. Por lo mismo cada uno tiene su estilo para responder al estímulo recibido a la hora de expresarlo en una hoja en blanco. El aparato conceptual es distinto según su propia experiencia, edad, ambiente vivido, cultura recibida, entre otros. Por tanto cada uno percibe estímulos que provienen del exterior de distinta forma.

A través de la mayéutica que en su etimología lleva ya la belleza y profundidad: “*Parto del alma*” logramos interacción y aunque cada uno tenía su concepto definido con relación a “*La televisión y su influencia en los jóvenes*” la manera de expresarlo es diferente, hubo discusión y en algunos puntos estuvieron de acuerdo. Les propuse el siguiente ejercicio: Escriban un cuento con relación a una imagen, sólo una imagen de un programa televisivo que a ustedes le haya impresionado sin contar la historia, que sea una nueva historia contada y hecha por ustedes, describan el lugar, gestos y actitudes de los personajes, utilicen la observación para el manejo de ambientes y atmósferas.

Escogí dos relatos para realizar la comparación en estilos, intenciones y estructura de los escritos. Y el resultado fue el siguiente:

### **A LA PAR DEL CALLEJÓN DEL SUEÑO**

El sol resplandece, ilumina más que otros días. El calor hace que este repugnante olor sea más fuerte.

Las ratas corren despavoridas por el callejón. Un cuerpo está en el suelo, inmóvil... es un hombre muerto: es joven; delgado, su rostro no se puede distinguir por los pedazos de piel que las ratas devoraron. Su ropa está destrozada. Ha estado varios días aquí. Las moscas rondan el cuerpo como voraces depredadores sobre su presa. Unos pasos se escuchan, las moscas huyen como si hubiesen visto un reptil. Un extraño se acerca, a pesar de los golpes en el rostro éste lo reconoce. Es su amigo... fue su amigo.

Qué gran pérdida, piensa y decide avisarle a la novia de su amigo.

Triste toca a la puerta, una hermosa mujer abre. El hombre queda asombrado, no puede articular palabra, se olvida de la razón por la que está ahí. La mujer pregunta:

—¿Qué estás haciendo aquí? ¿Ha pasado algo?

Al escuchar su voz el hombre vuelve en sí, la mira fijamente a los ojos y habla:

—Lo he encontrado, está muerto, sé que es terrible para ti; pero alguien te lo tenía que decir.

La mujer queda muda, con una mano se cubre el rostro y agacha la cabeza, el hombre comprende y se retira sin despedirse.

Detrás de la ciudad la luna cuelga de la oscuridad, la mujer trata de dormir en su antes cálida cama. Sus ojos comienzan a humedecer, su almohada se impregna, la noche se le torna fría y triste. Unos lentos y débiles pasos se escuchan por la habitación, cada vez son más cercanos. Su piel se vuelve fría, lenta se levanta de la cama, una sombra se dibuja en la esquina de la recámara, quiere gritar pero palabras no salen de su boca, desea correr pero sus extremidades no responden. Lenta y cuidadosamente toma una zapatilla con tacón de aguja, la silueta se acerca a ella, sujeta el zapato con fuerza... un sonido seco y un borbotón púrpura inquietan el lugar. La mujer siente alivio, sabe que no hay más peligro. Se pregunta qué hará con el cuerpo ¿No puedo dejarlo aquí? ¿Lo enterraré? No sabe qué hacer. Coloca sus pies delcazos sobre el helado mosaico, camina hacia el cuerpo, sin pensarlo lo toma de los brazos y lo jala hasta la puerta, la abre en silencio y sigue jalando el bulto. A la par de las sombras una figura y sonido rastrero se van perdiendo.

En un callejón la soledad y el tronido del viento, todo es oscuridad y silencio, los perros comienzan a ladrar.

El sol resplandece, ilumina más que otros días. El calor hace que este repugnante olor sea más fuerte. Las ratas corren despavoridas por el callejón. Un cuerpo está en el suelo, inmóvil... es un hombre muerto.

## **Observaciones personales de cuento 1**

Este relato es de Nayma Pineda López, una alumna de tercer grado muy reservada y tranquila en clase. Uno no sabe el talento que llevan dentro las personas. El relato está bien estructurado; pero eso no es lo importante, sino que usó la tensión que le había causado cierta imagen para sentirse bien, para saber que también de lo emocional puede sacar algo bueno y bello. Aunque en este caso terriblemente bello.

Ahora veamos la percepción de Joana González Raya:

### **UNA CALUROSA NOCHE DE JUNIO**

Qué triste se ve el cielo, está llorando y sus lágrimas caen sobre mí. El impulsivo viento me empuja para que salte, pero no lo consigue pues estoy todavía en duda de hacerlo o ¿No? Tengo miedo y noto que el suelo tiene sed de mí, todos en mi cabeza gritan: ¡Salta! ¡Salta! ¡Salta!.....

Puedo sentir la fría brisa de la noche golpeando mi cara, el piso cada vez se acerca más a mi rostro.

En una calurosa mañana de junio, cuando bajé a desayunar, todo parecía normal hasta que vi a mi familia, una bola de holgazanes, siete para ser preciso. Se atragantaban de los pantagruélicos platillos que había sobre la mesa. Me senté en un banco apartado del comedor y los observé desde la cocina y entonces un sentimiento de ansiedad y enojó despertó en mí, no lo

podía controlar, sudaba exageradamente, rechinaba los dientes, apretaba en banco con las manos y de pronto, estallé. Fue de ese tipo de tornado de emociones que crees que nunca vas a poder controlar, hasta que revientas y luego llega la calma, y éste tornado dejó en mí una idea que me calmaría por siempre. Subí a mi habitación de nuevo, maquilando en mi cabeza la idea, formando un plan de esos que no pueden tener fallas ni detalles que te delaten, pensé que la mejor hora para llevar mi plan a cabo sería la noche y continúe mi día normalmente para no levantar sospechas, aunque nadie lo notaría, de cualquier manera en mi casa soy como un mueble que está en constante movimiento.

Le di las buenas noches a mi padrastro y me fui a recostar, ni siquiera podía cerrar los ojos de la emoción que sentía por lo que iba a hacer, todas las luces se apagaron y con el silencio de la noche se podía escuchar el palpar de mi corazón. Salí de mi cama sigilosamente y de puntitas fui por mi primera víctima, mi abuela, la loca que durante años me había regañado por pequeñeces, me había humillado en público, golpeado y zarandeado sin motivo alguno, la odié por mucho tiempo y por fin lograría realizar mi venganza. La miré, estaba ahí, acostada, su arrugada y quejante boca semejaba a una gruta con estalactitas amusgadas. Tomé una almohada y la oprimí contra su rostro; su cara se formó en la almohada, sus cuerpo comenzó a saltar, le tomé sus dos manos con una sola mano mía hasta que no se movió más. Después, me introduje al cuarto de las gemelas, me acerqué a las más pequeña, me vio, intentó gritar pero le introducí mis dedos en la boca para que no gritara; me mordía pero el dolor no llegaba a mi cuerpo. Al comenzar a ahogarse la otra despertó y tuve que golpearle la cabeza con la lámpara tanto, tanto que me cansé de hacerlo. Hice un poco de ruido pero por suerte nadie despertó. Así continúe por toda la casa hasta llegar a la alcoba de mi padrastro, al verlo dormido e indefenso me llenó un sentimiento de culpa pero luego pensé que le hacía un favor al los demás, al quitar de la faz de la tierra a gente como él, a ese, solamente le corté en cuello.

Excitado y exaltado corrí por los matorrales y caminé hasta el amanecer hacia casa de mi tía- hermana de mi madre-, la única persona que me quedaba en el mundo y que nunca quiso vivir con su madre. Después de seis meses de vivir con ella lo entendí y por ello siempre creí que estábamos conectados, aunque fuese por odio hacia una persona. Al llegar tuve que decirle que todos se habían ido de viaje y que me habían olvidado cuando estaba en la escuela, no se sorprendió, así que me dio asilo en su casa por unos días. Una mañana despertó muy rara y durante todo el desayuno no salió de su boca ni un suspiro, parecía que estaba petrificada o que había visto un muerto, entonces empecé a sospechar de ella y comencé a creer que lo sabía todo, que era más lista que yo, y con base en mi comportamiento había logrado descifrar que yo había matado a su madre, y que ahora el sobrino con el cual nunca convivió lo suficiente vivía bajo el mismo techo y era un asesino. La idea me mataba de miedo y no lo pude soportar más. Cuando empecé a lavar los trastes salí al jardín y tomé una pala que usaba para plantar árboles en su enorme patio, entré a la cocina de nuevo y con toda mi fuerza la golpeé en la espalda, derribándola, luego hice lo mismo por todo su cuerpo hasta que un último suspiro salió de su pecho. Empecé a cavar un hoyo para meter su cuerpo.

Subí desesperado a un cerro que estaba bastante empinado y entre arañazos de las ramas resbalé, casi caí. Creí que me estaban siguiendo, tal vez policías que habían descubierto el cuerpo porque escuché susurros que cada vez se oían más fuerte.

Ahora, en la cima de este cerro, todo da vueltas en mi cabeza y mi mente me tortura haciéndome vivir una y otra vez los días anteriores, pues me remuerde la conciencia, claro está que no por la muerte de mi familia sino por el haber matado a mi tía, la única persona que odiaba tanto como yo a mi abuela y que sabía el tormento que tuve que vivir, si tan sólo no me hubiese descubierto al paso de unos días podría haberle descrito la mirada de desesperación de la anciana al sentir que le faltaba el aire y el placer que sentí al verla inmóvil, fría, callada por primera vez, muerta.

No sé cuánto tiempo llevo aquí arriba pero cada vez es peor. De pronto el silencio que llena el lugar desaparece y un estruendo suena por todos lados, destruyendo mis nervios. El viento esta empezando a soplar cada vez más fuerte.

Qué triste se ve el cielo, está llorando y sus lágrimas caen sobre mí. El impulsivo viento me empuja para que salte, pero no lo consigue, pues estoy todavía en duda de hacerlo o no, tengo miedo y noto que el suelo tiene sed de mí, todos en mi cabeza gritan: ¡Salta! ¡Salta! ¡Salta!.....

Puedo sentir la fría brisa de la noche golpeando mi cara, el piso cada vez se acerca más a mi rostro... Mi mente está más confundida y la imagen de mi abuela muerta me distrae de la realidad pues la excitación de mi corazón al recordarlo es demasiada. Voy más rápido que las gotas que caen del cielo nublado, pronto todo acabará. Al menos me llevaré el recuerdo, el de aquella noche en la que el sueño pasó a ser realidad, y más que el recuerdo, llevaré la satisfacción, la adrenalina y la emoción, de aquella calurosa noche de junio.

## **Apreciaciones personales de cuento 2**

Es la ansiedad llevada al relato, la atmósfera es violenta y el ambiente es caluroso y común, lo relaciona con su entorno. Se percibe en su escrito la percepción del mundo moderno a través de visión adolescente y la comprensión da la falta de valores y la carencia de estima en cierto grupo de jóvenes.

¿Ven? La violencia es el tema central de los relatos y la falta de estima y aprecio, los dos relatos lo manifiestan de diferente forma.

Al concluir la lectura de los relatos ellas mismas comentaron sus propios escritos para expresar qué no les gustó y qué le pudieron haber agregado; pero lo más importante es que se dieron cuenta de que tenían algo en común: el gusto por la lectura y la escritura y que las dos llegaron a la conclusión de que sentían un descanso, una liberación de energía negativa para transformarla en positiva a través de la creación literaria.

## **La ampliación del horizonte axiológico**

En la medida que una persona madura, el concepto de libertad está en la asimilación de valores. Si estos son impuestos entonces el concepto de libertad se convierte en un concepto ambiguo y hasta contrario. Crea una confusión en él y por lo mismo una emoción al formarse angustia en su interior por no saber si está bien lo que siente porque se opone a lo que piensa. Lo más cercano a lo correcto sería que

desde niño se le propusieran no imponérselos. Cito lo anterior porque en la adultez cada quien tiene su concepto personal muy intrínseco de los valores y dependiendo su percepción así los conduce.

A través de la observación del comportamiento humano y la identificación de sentimientos propios se puede llegar a la solución de problemas. Siguiendo los pasos elementales del método científico podemos llegar a la solución de problemas cotidianos, el Método científico no sólo es para resolver problemas laborales o profesionales. Realizando el planteamiento del problema, la observación, la investigación de campo y archivo y la creación de hipótesis podemos solucionar problemas de relaciones humanas cotidianas. Así el correcto planteamiento de un problema posee por lo menos dos funciones dentro de la estructura general del Método científico:

- 1 Factor de motivación en la búsqueda de soluciones.
- 2 Orienta el sentido de la búsqueda en determinadas dirección.

## **La observación de los eventos emocionales**

La observación en los eventos emocionales produce en una persona creativa la motivación; la curiosidad y un gran sentido de invención.

Para poder crear un texto el observador se plantea muchas interrogantes con relación a eventos emocionales mismos que está percibiendo. Esa misma atención en el problema suele traer consigo en momentos especiales de inspiración, nuevas ideas que benefician al espíritu creativo del individuo.

Entre los jóvenes es muy usual que los problemas sean de tipo familiar y romántico. La mayoría de las veces lo manifiestan con conductas que reflejan una fatiga emocional y que podemos identificar por los descensos bruscos en las calificaciones, actitudes de soledad y aislamiento o por cambios extremos en su estado de ánimo. En algunos casos repercuten hasta en el físico por falta de apetito o por enfermedades psicosomáticas. Cuando identifiquen alguna de las características mencionadas una forma de tranquilizar o relajar al joven es con base en la relajación por conteo.

## **La escritura como relajante terapéutico**

Freud comenta con relación a la labor del escritor que es: *originalmente un hombre que se aparta de la realidad porque no se resigna a aceptar la renuncia a la satisfacción de los instintos por ella exigida en primer término, y deja libres en su fantasía sus deseos eróticos y ambiciosos. Pero encuentra el camino de retorno desde el mundo imaginario a la realidad. Pero también comenta que: si lo consigue es tan sólo porque los demás hombres entrañan igual insatisfacción resultante de la sustitución del principio del placer por el principio de la realidad es por sí misma una parte de la realidad.* Si analizamos bien lo escrito por Freud comprenderemos que reconoce que el escritor por sus talentos especiales, puede reconciliarnos con la realidad, estableciendo así una relación más constructiva con las bases de la existencia.

Entonces porque no retomar lo que más le funcionó a Freud y por lo cual es todavía reconocido en la actualidad: El estudio del inconsciente. Con el Método de conteo se puede relajar al estudiante y por medio de la escritura a qué identifique sus sentimientos y los canalice para un conocimiento intrapersonal para una comprensión interpersonal:

### **Canalización**

Desamor (Motivo) + Espíritu (Creación) = Liberación (Escrito).

### **Canalización**

A través de la experiencia pedagógica expondré la vivencia apreciada con relación al Método del conteo. Al identificar el estado de ánimo de una de mis alumnas más estimadas Ada Paulina Hernández Sandoval experimenté con este método para la solución del problema. Convencí a la alumna de recordar en un espacio cualquiera, donde se sintiera más en confianza consigo misma y en soledad, los errores y aciertos de su problema y se acostara y respirara profundo y lento mientras contaba y cuando se sintiera más relajada escribiera sin parar y sin pensar, que usara la escritura automática. *-La escritura automática es aquella que se desarrolla a través del inconsciente y se manifiesta por medio de la palabra escrita-*. Y habló el inconsciente:

### **DEDICACIÓN A CUATRO GRITOS**

Grito...Uno...Dos...Tres...Cuatro...Mi voz se ha ido y quiero seguir gritando. Ya no aguanto...finjo ser fuerte y creo una coraza que es difícil de penetrar con el fin de que no te acerques porque no resistiré más...Soy muy débil...me desbarato sólo de verte, mis piernas se doblan sólo con mirarte, siento mariposas en la panza y tú no sientes nada. Me llevas del cielo al infierno con solo decir: ¡Te amo! para después sentir el dolor de tu desprecio...

Mis alas están rotas y creo que ya no puedo volar, no quiero volar y tú ya no estarás ¿Por qué te siento tan lejano? Quiero que seas mío, mío sólo conmigo, mío para siempre ¿Por qué será que te amo tanto?

Este sentimiento que es hermoso ¿Por qué lastima tanto? ¿Será que el amor sin dolor no es amor? El todo es nada, la nada es polvo y el polvo eres tú y tú eres todo, eres mi todo: Mi mundo, mi felicidad, mi llanto, mi agonía, mis desvelos, mis sueños, mis ilusiones, mi nombre, mi llanto, mi cerebro, mis ojo, mi voz, ¡yo! ¡Dónde estoy? pregunto y miro fijamente el cielo, espero que Dios responda, alzo el rostro, subo los párpados, busco tu nombre entre las nubes, la luz comienza a lastimar mis ojos, el cielo se abre y creo que voy a ir con Dios, me tengo que acercar a él, me acerco lentamente y le pregunto ¿Qué es el amor? Él sonríe, pero no contesta, sólo me abraza...me abraza muy fuerte y me susurra al oído: "Eso, eso es amor".No comprendo qué es el amor ¿Un abrazo? ¿Un decirte te amo? ¿Qué es el amor? No sé qué sea y entre más me lo pregunto menos lo entiendo. Qué necesitas para saber que te amo, de qué manera te lo demuestro.¿Sabes? Te entregué mi alma, jamás la había dado, y esperaba la correspondieras... ¡No sé qué pensar! De verdad no sé qué pensar...Ya no quiero pensar, mientras más pienso, más ideas surgen, imagino más, te idealizo más y ¿qué pasa? que vuelvo a pensar en ti ¿Qué es lo mejor para los dos? ¿Estar juntos? ¿Separarnos? Deseo que seas feliz, quiero que estés bien, no quiero que sufras !Ve, corre; Ve con ella,

tal vez sea la persona que esperas, quién quieres que esté contigo, la persona a la que idealizas, la que te desvela y la que te ayuda a levantarte en las mañanas con sólo pensarla o mencionar su nombre, tal vez yo no sé lo que tú esperas, lo que anhelas o quieres pero no esperes a que siga amándote siempre así. ¿Cómo es posible que te rompan el corazón y aún con cada uno de los gajitos lo sigas queriendo exactamente igual?

No te das cuenta que soy y quería ser el aire que respirabas, ser parte de ti ¿Y qué ocurrió? que todo cambió. Ya no soy ese aire para ti, pero tú sí lo eres para mí.

Te amo, te amo demasiado y esa no es sólo una palabra, no es sólo un momento, es un sentimiento, algo demasiado grande, demasiado fácil de decir y muy difícil de sentir. Por primera vez en mi vida me enamoré. Soy una niña vagando en una ciudad grande, enorme. Sola, inexperta en el tema, una inmadura, un rayo de luz, una gota de agua, un grano de arena, una flor, una pluma, un poema, una estúpida, una carta, una palabra... Amor... ¡Te amo! Es cierto lo que siento. Una ignorante, una ilusa que habla de amor, un vaso de licor que se derramó... todo y nada gracias a ti.

Cinco... seis... siete... ocho... No he terminado de hablar, aunque ya no tengo palabras para expresar mis sentimientos. Mi voz se ahoga en la oscuridad de mi garganta y vuelve a mí, me volví a comer, ya no debo hablar, no debo pensar... No debo soñar...

Cuando se ha identificado la razón de la emoción a través de la escritura automática, la aproximación de la solución es inmediata porque al canalizarlo mediante la escritura encuentra un fin positivo a su etapa de duelo y con la fuga de emociones y el trabajo realizado reafirma su autoestima- *Recuérdese que autoestima es el reconocimiento de nuestros límites y alcances, nuestros defectos y virtudes, no confundirla con la inflamación del ego*-. Siempre hay que tener comunicación con nuestros jóvenes sin llegar al cuatachismo.

## Conclusión

La Creación literaria en la escuela secundaria facilita el reconocimiento interior en el alumno. Cuando una persona practica en forma sistemática la conciencia de su propio núcleo de identidad, adquiere un reconocimiento de su propio ser, obtiene un aprendizaje significativo y los niveles profundos de análisis y síntesis comienzan a dar luz cuando capta su luminosidad interna. La Creación literaria en las horas de ocio son un impulso hacia la creatividad y la invención, además que sirve como un conducto de estabilidad emocional y un escudo para los pensamientos inútiles de los que habla Bertrand Russel: La envidia, el rencor, la tristeza innecesaria, la codicia y la gula, que ésta tiene que ver con la compulsión que es *la repetición del error por el placer que produce*, que en términos más directos es la ingesta de drogas y la práctica de sexo sin restricciones y otros excesos.

Sirve para la canalización adecuada del tiempo libre, ejemplo de ello es este escrito, al no laborar en un par de meses me di a la tarea de realizar este apunte que me causaba inquietud desde meses antes y en este tiempo libre tuve la oportunidad de aprovecharlo para un bien personal y en común y que me hace saber que siempre vienen tiempos mejores y que aquí, en este momento, está el futuro.

La creación literaria y otras prácticas de las artes son un medio para la inventiva y el despojo de conductas inadecuadas para las relaciones humanas, una lámpara para reconocer el interior del individuo y un vehículo hacia la higiene mental.

## **Bibliografía**

Paz, Octavio, *El Arco y la lira*, (Fondo de Cultura Económica, México 1959).

Fromn, Erich. *El miedo a la libertad*. Ediciones Paidós Ibérica, México, 2000.

John D. Brown, Ann L. Cuking, Rodney R., *La creación de los ambientes de aprendizaje en la escuela*. Bronsford, Secretaria de Educación Pública, México, 2006.

Maslow, Abraham, *La personalidad creadora* . Editorial Kairós, México, 1983.

Machado, Luis Alberto, *La revolución de la inteligencia*. Ed. Seix Barral, México, 1975.

Russel, Bertrand,, *Los problemas de la filosofía*, Ed. Labor, Barcelona, 1975.

Ong, Walter. *Oralidad y escritura*. Fondo de Cultura Económica, México, 1987.

Juvonen Joanna, Nhuan Le, Vi. Kaganoff, Tessa. Augustine, Catherine. Constant, Lovay. *Propuestas de reforma en la educación secundaria en Estados Unidos*. Secretaria de Educación Pública, México, 2006.

Ruitenbeek, Hendrik. *Psicoanálisis y literatura*. Fondo de Cultura Económica, México, 1973.

Gutiérrez Sáenz, Raúl, *Psicología*, Ed. Esfinge, México, 1985.

**Obed González Moreno**. México, 1969. Adscrito al Instituto Politécnico Nacional (IPN). Diplomado en Creación literaria por la Escuela de escritores de la Sociedad General de Escritores de México (SOGEM). Galardonado con el Segundo Lugar Internacional en la disciplina de ensayo en el “Primer Concurso Interdisciplinario de Arte 2007” en Argentina con el estudio “La nota roja y policíaca en el Cine Mexicano: Estudio sociológico de 100 cien años de cine nacional” y Mención honorífica en el “Primer Concurso Mundial de Poesía Erótica 2007” en Perú. Escribe artículos literarios, periodísticos y pedagógicos para periódicos y revistas de México; Perú, Argentina y España, entre otros países.



© Obed González Moreno 2009

*Espéculo. Revista de estudios literarios.* Universidad Complutense de Madrid

2010 - Reservados todos los derechos

Permitido el uso sin fines comerciales

---

Súmese como [voluntario](#) o [donante](#) , para promover el crecimiento y la difusión de la [Biblioteca Virtual Universal](#). [www.biblioteca.org.ar](http://www.biblioteca.org.ar)

Si se advierte algún tipo de error, o desea realizar alguna sugerencia le solicitamos visite el siguiente [enlace](#). [www.biblioteca.org.ar/comentario](http://www.biblioteca.org.ar/comentario)

