

# Aula interior

**S**i crees que “aprender a ser” es uno de los retos actuales; si eres profe o pastoralista y disfrutaste con el libro de **E. Tolle**, *El poder del ahora*; si crees que la espiritualidad puede estar al alcance de cualquiera; si de verdad quieres ser heterodoxo e introducir a tus alumnos en los caminos de la interioridad, este libro, que se centra en el “cómo” hacer y entrenarse en la interioridad, te interesa.

Dice **Javier Melloni** en el prólogo que “la interioridad no es una moda, es un hallazgo. Un hallazgo muy antiguo, porque todas las tradiciones espirituales la han cultivado”. De ese modo se nos retrata la importancia de la interioridad en el pasado. El protagonismo que tendrá la presencia de la interioridad en el futuro la reflejan las palabras de **Karl Rahner**: “En el siglo XXI, los cristianos serán místicos o no lo serán”. Los seres humanos anhelamos

profundidad y unificación. ¿Puede haber algo más religioso que esto?

La autora propone un doble itinerario para cultivar la interioridad: el “itinerario de inmersión” y el “itinerario de unificación”. Y, para trabajar el segundo, propone lo que ella llama “sesión de interioridad”. El desarrollo de esta “sesión de interioridad”, con sus dos variantes, compone el grueso de las páginas centrales, que son, sin duda, las más útiles para llevar a la práctica propuestas de interioridad en entornos educativos.

## Propuesta ambiciosa

**Carmen Jalón Oliveras** adapta su propuesta de “sesión de interioridad” al mundo escolar, y se empeña en combinar competencias básicas, estrategias de aprendizaje y programación curricular. La autora es, asimismo, ambiciosa, pues considera que, dentro de la sesión de interiori-



**CREAR CULTURA DE INTERIORIDAD**  
**En el aula, en la pastoral y en la vida diaria**  
 Carmen Jalón Oliveras  
 Khaf  
 Madrid, 2014 · 272 pp.

dad, se pueden abordar, además de guiños a las diferentes asignaturas, contenidos variopintos tanto de tutoría (autoestima, resolución de conflictos, inteligencia emocional...) como de pastoral (carisma, valores universales, justicia, paz o solidaridad). De hecho, afirma en su libro que cualquier actividad puede convertirse en una sesión de interioridad (p. 123).

Para llevar al aula encontraremos buenos ejemplos de distintas “sesiones de interioridad” y de otras técnicas como la técnica del minuto, la escritura mandálica, la escritura creativa, la oración del corazón o la meditación breve. Otro de sus puntos fuertes es el capítulo en el que propone una práctica personal de interioridad para profesorado y familia, ya que es desde la propia experiencia particular desde la que se pueden enseñar estas técnicas, ya que habrán sido vividas previamente por quien vaya a guiar la sesión de interioridad.

Los beneficios generales que aportan ciertas técnicas de interioridad son ya bien conocidos. Desde hace tiempo, el gurú de la educación **Ken Robinson** señala la importancia de la meditación para la creatividad o la concentración. Solo por eso, *Crear cultura de interioridad* ya merece la pena.

ISMAEL MENA MARTÍN