

EDUCANDO A TRAVÉS DE LOS 12 SENTIDOS

Elaboración y recopilación por Nelson Aulestia, para un taller con padres y madres de familia.

Con el desarrollo de la Psicología y la Neuro-ciencia se va evidenciando, cada vez más, la valiosa contribución que Rudolf Steiner realizó para comprender a profundidad el ámbito de los sentidos que caracteriza la percepción del ser humano.

En este contexto, entendemos por SENTIDO aquella función que nos permite percibir, tanto a nosotros mismos como lo que está allá fuera en el mundo exterior. La función de cada sentido se apoya en su respectivo órgano físico.

Todos conocemos algo sobre los cinco sentidos: Tacto, vista, gusto, olfato y auditivo. Sin embargo, de acuerdo a Rudolf Steiner, estos sentidos no abarcan ni explican toda la vasta gama de percepciones humanas, como por ejemplo: de nuestro movimiento, del equilibrio, del estado de salud, de la temperatura; de la palabra (lengua o idioma), del pensamiento y del yo (identidad) de otra persona.

Como respuesta inicial a lo antedicho, en base a la forma como percibimos, podemos darnos cuenta que existen tres formas de relacionarnos con el mundo, en las cuales podemos identificar tres tipos de sentidos correspondientes a cada una de ellas.

Esto es, como ser integrante de este mundo puedo percibir:

- 1) Mi propia interioridad. (Mediante los denominados sentidos inferiores).
- 2) El mundo exterior de la naturaleza que incluye los reinos mineral, vegetal y animal, así como los objetos que en base a ello ha elaborado el ser humano. (Mediante los sentidos intermedios).
- 3) El mundo exterior de los demás seres humanos donde también puedo percibir algunos elementos de su interioridad. (Mediante los sentidos superiores).

SENTIDOS INFERIORES

Este primer grupo está conformado por los sentidos de la Autopercepción, los mismos que hacen posible que podamos percibir lo que sucede en nuestra interioridad,

Se relacionan con el centro anímico de la VOLUNTAD.

<p>1. El sentido del tacto</p> <p>El sentido del tacto se extiende por toda la periferia de la piel. (Papilas Táctiles)</p> <p>Este choque con el mundo despierta ante todo la conciencia de uno mismo, la sensación de: "aquí estoy yo" allí está el mundo".</p> <p>En base al contacto con el exterior, el niño se forma una imagen y con el tiempo internaliza un concepto.</p>	<p>2. El sentido vital o cenestésico</p> <p>Recoge el escenario vital que le transmiten los órganos del cuerpo. Nos informa si tenemos hambre, cansancio o algún malestar orgánico. Percibimos la vivencia de integridad, la sensación de estar arraigado dentro de uno mismo.</p> <p>De su desarrollo dependerá no solo la medida de confianza en nosotros mismos y en la existencia, sino también el desarrollo de una vigorosa y sólida vida anímica y volitiva.</p> <p>Una constante preocupación y cualquier forma de miedo se irradian a todo el cuerpo y amenazan el sentido vital.</p>
<p>3. El sentido del movimiento propio o kinestésico</p> <p>Por medio del sistema muscular somos miembros dinámicos del mundo (Esquema corporal). Este sentido transmite la sensación de reposo o movimiento y nos permite captar movimientos dentro de nosotros (movimientos de las extremidades y torso, al caminar, erguirnos, sentarnos y movimientos más sutiles) y fuera de nosotros (le ayuda al ojo a pasear por la periferia de un círculo y tomar nota de su redondez, de su tamaño)</p> <p>Son los músculos del ojo y el sentido del movimiento propio los que perciben la forma de los objetos.</p>	<p>4. El sentido del equilibrio</p> <p>Está asentado en un órgano conocido como canales semicirculares en el oído.</p> <p>Este sentido percibe la relación entre la fuerza de gravedad de la tierra y nuestro propio cuerpo. Valiéndose de la posición relativa del cuerpo en el espacio tridimensional, ellos nos informan sobre nuestra relación con el mundo circundante y nos permite acomodarnos y comportarnos en el espacio sin pérdida de equilibrio.</p> <p>Su desarrollo se relaciona con la disposición para la matemática.</p>

LOS SENTIDOS INTERMEDIOS

Constituyen el ámbito de “**sentidos anímicos**”, donde el ser humano y el mundo de la naturaleza intercambian impresiones a nivel del **SENTIR** (simpatía – antipatía)

Se ubican en la periferia de nuestro cuerpo. Son órganos visibles constituidos a partir de la piel formando cavidades hacia el interior del cuerpo. Ellos nos transmiten de diversas formas experiencias sobre la naturaleza que nos circunda.

Las actividades artísticas son esenciales para desarrollar sentidos despiertos y vivaces; para ejercitar y fortalecer la voluntad y, de esta manera crear un “buen gusto”, un buen olfato,” un buen ojo”, “la calidez”.

5. *El sentido del olfato*

Funcionan mediante los nervios olfativos y nichos en la cavidad nasal.

Requiere de un medio semifirme o gaseoso que transporte la sustancia (olores) Una vez incorporada a la inspiración, la sustancia penetra muy profundamente en el organismo y se vierte en el torrente sanguíneo. Así como es de sensible el nervio olfativo, así también se cansa relativamente rápido. Pero también se recupera pronto para incorporar el próximo olor. En cierta forma, el oler es un acto de entrega: abrirse para dar lugar a otro ser.

6. *El sentido del gusto*

No es solamente la lengua la que siente el gusto sino también una gran parte de la cavidad bucal y algo de la laringe a través de los “botones gustativos”.

Para el sentido del gusto la sustancia a ser gustada debe encontrarse disuelta en líquido o ser disuelta por la saliva.

No podemos saborear los sólidos.

7. *El sentido de la vista*

Estructura muy compleja que incluye al ojo, nervio óptico y más ramificaciones.

Percibe 3 tipos de colores:

- a) Los que cubren los objetos (el rojo de las rosas); b) Semietéreos (los del arco iris); y,
- c) Los subjetivos, que percibimos en nuestro interior (colores complementarios).

El ojo es un órgano que busca constantemente la armonía, produciéndola por sus propios medios.

Tiene 5 habilidades básicas:

- 1) La acomodación, un movimiento muscular inconsciente mediante el cual el lente se achata y se arquea para poner los objetos a la distancia que necesita para verlos con nitidez;
- 2) los movimientos sutiles de la pupila, centinela de la luz, para regular su entrada al ojo;
- 3) la producción de un color complementario al color mirado, siempre con la tendencia a completar el círculo de color, para lo cual, eso sí, necesita un mínimo de tiempo;
- 4) la habilidad de la retina de recibir la imagen que entra por la pupila, achicarla y pararla de cabeza para luego devolverla como imagen correcta; y
- 5) la capacidad de ver en forma tridimensional, dada por el cruce del eje de los ojos.

8. *El sentido térmico*

Impregna, aunque no uniformemente, todo el cuerpo, menos el ojo. La superficie es la que más se destaca en la percepción del calor y el frío.

Irradiamos calor por la piel y la expiración; ni el aire ni los alimentos ingresan a una temperatura equivalente a la de nuestra sangre (37° C); mantenerla exige una increíble actividad de nuestro organismo. Su mal funcionamiento da lugar a enfermedades respiratorias, ciertas neuralgias, lumbago y ciática

Si para el sentido calórico el órgano sensible al calor más bien físico debe ser buscado en la piel, el órgano ligado al calor anímico habrá que buscarlo en el corazón.

Una actitud anímica fría y calculadora, que actúa con apremio constante y escasos sentimientos, no propicia que al corazón llegue algo del calor que le es afín.

En la época en la que el niño imita, es especialmente importante que el educador despliegue una mediación ejemplar de paciencia y calor anímico.

Cada acción, pero también cada pensamiento que no puede ser acompañado por el corazón con el calor correspondiente, sienta un primer germen para enfermedades cardíacas y vasculares

Aprender a trabajar con entusiasmo, enciende el calor que asegura nueva fuerza y perseverancia. Y determina el fuego orgánico y anímico que tendremos disponibles en los años de edad avanzada.

SENTIDOS SUPERIORES: LOS SENTIDOS DE LA PERCEPCIÓN DEL OTRO.

Su percepción nos permite descubrir la interioridad del otro. Utilizan los órganos inferiores como reflectores para las experiencias que el alma puede hacer fuera del cuerpo. Forman la base de toda vida social, de toda actividad cultural desarrollada por seres humanos.

Se modelan única y exclusivamente en presencia y en contacto con otros seres humanos. Esto implica que los adultos deben ser los primeros en cultivarlos.

Se relacionan con el centro anímico del PENSAR

<p>9. El sentido auditivo</p> <p>Marca la transición de los sentidos medios a los superiores puesto que el oído percibe todo lo que tiene sonoridad en la naturaleza, y lo que proviene del ser humano, captando algo de su íntima esencia.</p> <p>Una vez aprendido el buen hablar, el niño necesitará aprender el buen escuchar. El adulto que sabe contar cuentos y hablar en imágenes alimentará el alma y generará en los niños una inclinación al respeto y la reflexión, asentando una sana base para la atención. Será elemental en este contexto cuidar que los sonidos sean portadores de vida y no mecánicos.</p>	<p>10. El sentido verbal o de la palabra ajena</p> <p>El sentido auditivo sólo aprecia el elemento acústico o musical del lenguaje, pero no su esencia misma. Lo que caracteriza a un idioma sólo lo percibe el sentido del habla.</p> <p>Rudolf Steiner asevera que no podríamos comprender palabras si no tuviéramos un organismo físico capacitado para el movimiento; la base para el organismo sensorio de la palabra es proporcionada por el organismo del sentido del movimiento, pero en estado de inacción. Por ello, para escuchar mejor, frenamos un movimiento en el aire y entreabrimos la boca para agudizar la comprensión.</p> <p>Se fortalece con elementos de recitación como el “coro hablado”, mediante el cual se cultiva el ritmo, la correcta respiración y un saludable elemento social, vivenciando la potencia de la palabra.</p>
<p>11. El sentido del pensamiento ajeno</p> <p>Permite percibir los pensamientos de otro ser humano, que se diferencia de la palabra.</p> <p>A igual que el lenguaje corporal, la palabra es tan sólo el vehículo que lo transporta. Es decir, deberíamos separar el hablar del pensar.</p> <p>La pantalla lo debilita; Mientras que una actuación teatral verdadera lo activa y lo vivifica. El apuro, el estrés, el ajetreo y el ruido, entorpecen este sentido hasta anularlo.</p> <p>Cuando funciona sanamente, nace el diálogo humanamente satisfactorio. Caso contrario acudimos a los sentidos emotivos y juzgamos en base a ellos.</p>	<p>12. El sentido de la percepción del YO ajeno</p> <p>Es un proceso muy sutil que sucede casi puramente en el ámbito supra-sensorio.</p> <p>Además de comprender el lenguaje y los pensamientos del otro, percibimos directamente el Yo de otro.</p> <p>En la actualidad, el encuentro entre dos personas se ve cada vez más dificultado, a pesar de ser ésta la “era de la comunicación”. Cada vez hay más soledad, más angustia, más violencia. ¿Por qué es tan difícil en nuestro tiempo acercarse al yo del otro ser humano?</p> <p>A pesar de que vivimos en la era de la Comunicación, el encuentro entre dos personas se hace cada vez más difícil, propiciándose más soledad, más angustia y más violencia.</p> <p>Es una meta importante de la educación lograr que los niños dejen algún día la escuela llevando en su alma las ideas más comprensivas y multifacéticas respecto al ser humano. Para ello se debe procurar visualizar esa imagen desde diferentes facetas: historia, historia del arte, literatura, geografía, antropología, biografías como tema de narraciones, lectura y representación de obras de teatro, etc.</p>

INTERRELACIÓN DE LOS SENTIDOS INFERIORES CON LOS SENTIDOS SUPERIORES.

Los doce sentidos, propios del ser humano, empiezan a desarrollarse desde el primer día de vida. Los sentidos inferiores se desarrollan junto a los superiores que se manifestarán más adelante. De allí que los problemas de aprendizaje que se manifiestan en los sentidos superiores deben ser abordados en su origen: los sentidos inferiores.

Estas relaciones pueden observarse en la convivencia diaria. Con esta finalidad se presenta a continuación un resumen adaptado del cuadro de interrelaciones elaborado por Arturo Ezquerro:

Tacto & Yo	Vital & Pensamiento	Movimiento & Lenguaje	Equilibrio & Auditivo
<p>Desarrollar el tacto ayuda a desarrollar la habilidad de conectarse con otros seres humanos, así como la atención.</p>	<p>Desarrollar salud y apreciación por la naturaleza ayuda a desarrollar la habilidad de abstracción y pensamiento</p>	<p>El desarrollo de la propiocepción es fundamental para el desarrollo del lenguaje, como puede ser visto en la lecto-escritura.</p>	<p>Las habilidades de escuchar están ligadas con la del equilibrio, no es sorpresa ya que operan en el mismo órgano.</p>
<p><u>Convivencia diaria:</u></p> <p>Se observa en el saludo de apretón de mano, o en las figurativas “palmadas en la espalda”.</p> <p>¿No será que el déficit de atención no es más que un déficit de atención física amorosa que conduce a la inhabilidad de percibir el YO de alguien más o de permanecer en el grupo?</p>	<p><u>Convivencia diaria:</u></p> <p>Necesitamos escuchar con frecuencia: “Te ves fuerte/sano/descansado, etc. el día de hoy”.</p> <p>O cuando estamos enfermos: “Eres fuerte y pronto estarás bien.</p>	<p><u>Convivencia diaria:</u></p> <p>Se puede observar en expresiones como “no te estoy siguiendo...” o “¿me catches?”</p>	<p><u>Convivencia diaria:</u></p> <p>Niños que les gusta dar muchos giros. Niños que se caen de la silla.</p>
<p><u>Juegos propicios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibujar con dedo en la espalda. • Simón dice. • Luchas y juegos de fuerza. • Lanzamientos y atajadas especialmente en pareja 	<p><u>Juegos propicios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad individual en silencio. • Juego libre, correr, caminatas en la naturaleza. • Acuarela. • El Ritmo es fundamental en las actividades diarias, semanales, mensuales, y anuales. 	<p><u>Juegos propicios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rodar, gatear, saltar la cuerda. • Figuras de hilos con los dedos. • Juegos vendados de los ojos. • Juegos botando pelotas, o canicas como la matatena. 	<p><u>Juegos propicios:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Gimnasia recreativa. • Actividades que hagan girar el oído interno en el espacio. • Ejemplo: colgarse en los pasamanos, rodar, marometas, etc.

Conclusión:

Resumiendo, en el siguiente gráfico podemos observar los cuatro sentidos inferiores: **tacto, vital, movimiento propio, y equilibrio**, los mismos que relacionados con el centro anímico de la **VOLUNTAD**. Luego se encuentran los cuatro sentidos intermedios: **térmico, gusto, vista y olfato**, que se relacionan con el **SENTIR**. Finalmente, los cuatro sentidos superiores: **auditivo, lenguaje ajeno, pensamiento ajeno, y yo ajeno**, relacionados con el **PENSAR**. Igualmente, nos permite parafrasear en imágenes la profunda aseveración de Rudolf Steiner de que el **YO** se pasea por los doce sentidos de la misma manera que el sol lo hace por los doce signos del zodiaco.



El estudio de los doce sentidos desarrollado por Rudolf Steiner se lo considera como un aporte humanamente esperanzador, ya que constituye uno de los pilares fundamentales para impulsar

una educación propiciadora del diálogo, la responsabilidad, la moral y la ética tan venida a menos en nuestros días.

Anhelo que esta visión general de los doce sentidos despierte el interés, de padres y docentes, por profundizar en este estudio afín de promover su auto desarrollo, y de esta manera incidir en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes y así aportar en la construcción de una sana convivencia social.

Termino citando unos pensamientos de la Profesora Gisela T. O' Neil:

“Afortunado el niño que puede aprender de seres amorosos y entusiastas en una atmósfera de simpatía. Que abran su alma a la belleza y maravilla de la naturaleza y hacia los logros, luchas y posibilidades humanas tal como se describen, primero en los mitos y leyendas y después en las figuras históricas.

Afortunado el niño que puede aunarse con los héroes legendarios o históricos, por su valor y sus victorias sobre la adversidad, que se identifica con las fuerzas del bien, y así desarrolla su antipatía por lo malo.

Un alumno que pueda reaccionar con indignación, inclusive coraje, hacia los actos injustos o destructivos que han ocurrido en la historia, acertadamente se encamina hacia la responsabilidad: No tolerará la destrucción y la irresponsabilidad en su medio ambiente, porque el sentido moral se encuentra profundamente arraigado en su ser.”

Nelson R. Aulestia

Director de la Escuela Leonidas Proaño, Quito, Ecuador.

www.escuelaleonidasproaño.com

Abril, 2015

Fuentes Bibliográficas:

Ezquerro, Arturo (s/f) **“Trabajando con los doce sentidos”** Recuperado en abril 2015 de: <http://www.colegionlakesh.edu.mx/articulos/?id=10>

Fundación Waldorf (s/f) **Reconocimiento de los Sentidos. Su desarrollo a través de la Educación.** Recuperado en abril 2015 de: <http://fundacionwaldorf.org/educando-a-traves-de-los-sentidos/>

Koenig, Karl (s/f) **El desarrollo de los Sentidos y la Experiencia del Cuerpo**, Traducido al Español por: Ana Maria Rauh. Recuperado en Marzo 2015 de: <http://www.medicosescolares.com.ar/inicio.php?s=91>