

Cultura (<https://www.religiondigital.org/cultura/>) >

Cristina Álvarez, poeta y pedagoga: "Hay que rescatar la interioridad como formación general humana" (https://www.religiondigital.org/cultura/ENTREVISTA-CRISTINA-ALVAREZ-libro-itinerarios-interiores-fragmenta_0_2190680919.html)

Coautora de 'Itinerarios interiores', editado por Fragmenta

Cristina Álvarez, poeta y pedagoga: "Hay que rescatar la interioridad como formación general humana"



Cristina Álvarez, 'Itinerarios interiores', de Fragmenta Editorial

"Todo el camino hacia el jardín interior se ha hecho de tús. Porque me buscaba, te encontré"

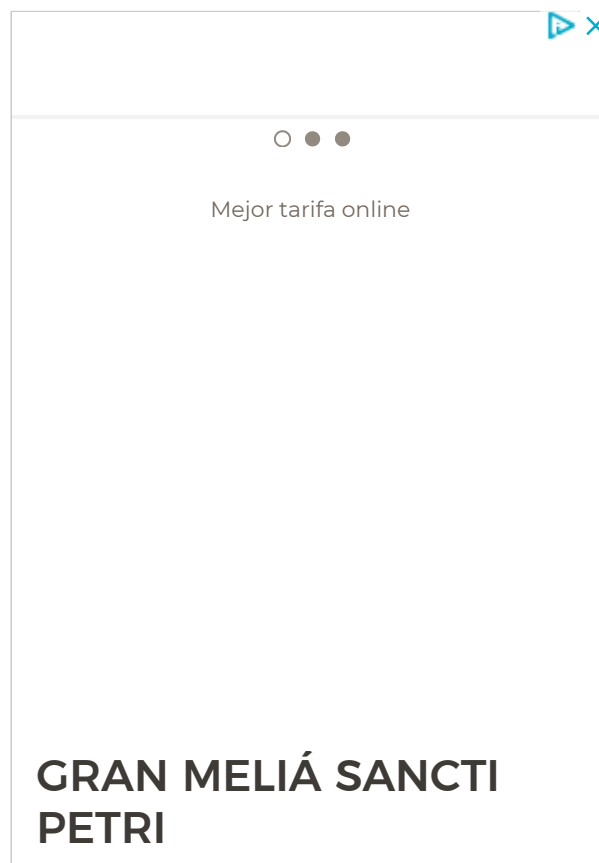
"Haciendo el libro hemos habitado en una onda común con aspectos absolutamente esenciales, en los que cada uno habla de una forma. Temas humanos como el silencio, la palabra, la sabiduría, el arte, el cuerpo, la ciencia"

"Dice Ruth Galve que 'desposeemos del todo a quien no damos voz'"

17.01.2020 *Jesús Bastante* (https://www.religiondigital.org/jesus_bastante/)

"Hay que rescatar la interioridad como formación general humana", afirma la poeta y pedagoga Cristian Álvarez, coautora de 'Itinerarios interiores'

(<http://www.fragmenta.cat/es/fragmentos/catalog/fragmentos/1147593>)(Fragmenta), un pequeño pero denso volumen editado por Fragmenta en el que también intervienen, entre otros, Pablo D'Ors, Ruth Galve, Luis González, Ricardo Pinilla, Luis Ylla y Ramón María Nogués.





Hoy nos acompaña a Cristina Álvarez Puerto. Bienvenida.

Gracias.

Es una de las coautoras de un pequeño libro. Pequeño en extensión pero con una profundidad muy interesante, y muy bien editado por Fragmenta. 'Itinerarios interiores' Cristina, tú eres autora de una parte del texto y también de las ilustraciones.

Sí.

¿Por qué 'Itinerarios interiores' y qué habéis querido plasmar con este libro?

Como bien decías, es un libro pequeño en su forma pero, realmente, inmenso. Comenzaría diciendo que es un conjunto de voces con una de las últimas frases de Luis Ylla, que es quien ha coordinado y quien ha dirigido esta polifonía, como decía Ruth Galve cuando se presentó el libro en Barcelona.

Fíjate qué bonito, Jesús, dice: "Todo el camino hacia el jardín interior se ha hecho de tú. Cada momento ha sido con otro, con otros. Presentes o ausentes. Si no ¿a dónde hubiera ido? Porque me buscaba, te encontré. Porque te encontré, me encontré".



La poeta, ilustradora y pedagoga Cristina Álvarez.

Suena mucho a Suhondra

Exacto. Hay mucha profundidad, efectivamente. A mí me parece que la idea inicial de Luis es de una humildad inmensa. Y de una generosidad tremenda, también. Humildad en el sentido de que su planteamiento en esa búsqueda de camino interior ha sido como que hubiera percibido que hay que rescatar la interioridad como formación general humana, hoy en día. Sin planteamiento religioso en concreto. Él me conoció en el año 2016 o 2014, dando un recital...

Porque tú eres poeta, además de educadora.

Sí. Poeta y pedagoga. Él me conectó con determinadas personas, con estos autores. Y fue escuchándonos, en un diálogo abierto, sobre temas de aspectos fundamentales de la condición humana como son los que se presentan en el libro: el silencio, la palabra, la sabiduría, el arte, el cuerpo, la ciencia.

Es interioridad, pero interioridad en relación con. Precisamente, el fragmento que has leído habla de los tú. Pero de los tú encontrados. De ese nosotros que no pierde la individualidad.

Efectivamente. Es el concepto de la otredad, por ejemplo, de Octavio Paz, que también lo menciona, en este caso, creo que Luis González. Está reflexionado por autores como Pablo d'Ors...



Pablo d'Ors es el más conocido por nuestro público. Y Ramón Maria Nogués, que también le entrevistamos en alguna ocasión. Los otros son, probablemente, más desconocidos para nuestros lectores. Está Ruth Galve, que es licenciada en Filología catalana. Ricardo Pinilla, doctor en Filosofía de Comillas. Cristina Álvarez, que tenemos con nosotros. Luis González, doctor en Psicología. Y Luis Ylla que, como hemos dicho, es el editor. El que os ha juntado en una sinfonía de voces y de silencios, también, como en el caso de Pablo d'Ors que es un experto en el tratamiento del silencio. Y no sólo hay letras, también imágenes. ¿Cómo has elegido las ilustraciones para cada uno de los capítulos?

Con estas imágenes, aunque no es políticamente correcto decirlo, no estoy demasiado contenta. El libro ha sido un proceso hecho a fuego lento. En principio, se nos ocurrió dejar un momento de reposo entre tema y tema. Barajamos la idea de dejar una hoja en blanco para tomar notas lo de lo leído. Finalmente, decidimos poner ilustraciones, en acuarela, al hilo de los temas que iban surgiendo. Pero estoy más contenta con la portada.

Es muy complicado, en unas páginas tan pequeñas, que la acuarela salga bien.

Claro. Esta edición ha sido cuidadísima y han hecho maravillas. La idea era un poco esta: dejar que el texto reposara con una imagen y que, de alguna manera, el arte en otras manifestaciones estuviera también presente.

"El libro ha sido un proceso hecho a fuego lento"

¿Qué has aprendido de este viaje interior compartido, de algún modo, con otros compañeros? Da la sensación de una cierta individualidad puesta después en común, en ese camino.

Lo primero ha sido constatar que se pueden hacer muchas cosas en conjunto sin estar pegados.

Estar conectados, pero sin necesidad de estar juntos.

Estar conectados todos. Como diría Kenneth Burke, habitar la onda. Habitar en aquella onda común con aspectos absolutamente esenciales, en los que cada uno habla de una forma, pero que podría ser, casi, intercambiable. Podría ver, perfectamente, a Ricardo abordando el tema del arte, a mí el de la palabra... Muy probablemente, a Ruth el de la corporeidad. Porque hay un punto de reunión en ellos. Ese es el misterio maravilloso que deja que cada cual lo descubra en el libro. Qué conexión, dentro de cada uno.

El concepto de la interioridad, por ejemplo, en el aspecto educativo, como algo urgente para ir sembrando en la conciencia de los adultos. Fíjate, es un libro que cuesta 12 euros y tiene un valor enorme. Muy propicio para regalar desde 18 hasta 100 años.



Y que no es un mamotreto que pesa, y se puede llevar en el metro. Se puede llevar a cualquier sitio.

Y se puede saborear poquito a poco: una cita, un fragmento. Yo no sé si te apetece que te lea algunos fragmentos.

Sí, por supuesto. Adelante.

Por ejemplo, este, 'El silencio', donde arranca hablando Luis. Esta primera cita a Javier Melloni, que dice: "El silencio no es la ausencia de ruido, sino la ausencia de ego".

Utilizamos más la palabra para reafirmarnos a nosotros mismos, frente a otros.

Dice: "¿Qué significa vivir espiritualmente? Simple y llanamente estar vivo, contra lo que suele pensarse sobre las personas espirituales, que están en las nubes, que viven fuera de este mundo... Un hombre o una mujer espiritual es, precisamente, aquel o aquella que vive plenamente inmerso en lo real". Sobre este eje volverán otros de los autores -o volveremos- tomando el concepto 'vivo' o el concepto 'ego'. La diferencia o el énfasis puesto en el yo.

"Vamos a los sentidos y ahí hay unas cuestiones filosóficas y pedagógicas"

Vamos a intentar encontrar cada una de las seis temáticas a través de frases.

Para este aspecto del silencio libre de ego, de habitar en lo real, de estas dos ideas, nos vamos con Ruth a 'La palabra'. Ella arranca con algo maravilloso. Cita a su hija Laura que, de pequeña, cuando proponía un brindis, lo hacía así: "Quiero decir palabras".

"Lo importante era el hecho de tener la palabra. Desposeemos del todo a quien no damos voz. Es preferible no tener voto que no tener voz. En otros espacios, en otros tiempos, lo más valioso que se podía dar era la palabra. —Jesús, te he dado mi palabra. Y con ella se daba uno mismo, sus afectos, su futuro, su lugar en la comunidad, su honorabilidad. Una persona sin palabra no solo está vacía, es deshonesto y peligrosa".

Hemos desvirtuado mucho las palabras en la sociedad actual. Damos importancia al gran titular, al tuit más escandaloso...

A la información, en realidad.

Ni siquiera a la información, sino a la ideología de esa información.

Así es. Hay unas reflexiones buenísimas pero no vamos a leerlo, para eso está el libro. Solo estoy dando unas pinceladas. Ruth acaba diciendo: "La palabra verdadera dice: «la bella crea, la buena hace el bien»". Son esos valores, esos principios donde se puede ir cimentando una

fortaleza. Luego pasamos, con Ricardo, a un concepto, 'la sabiduría'. Voy a resaltar una frase que es absolutamente maravillosa.



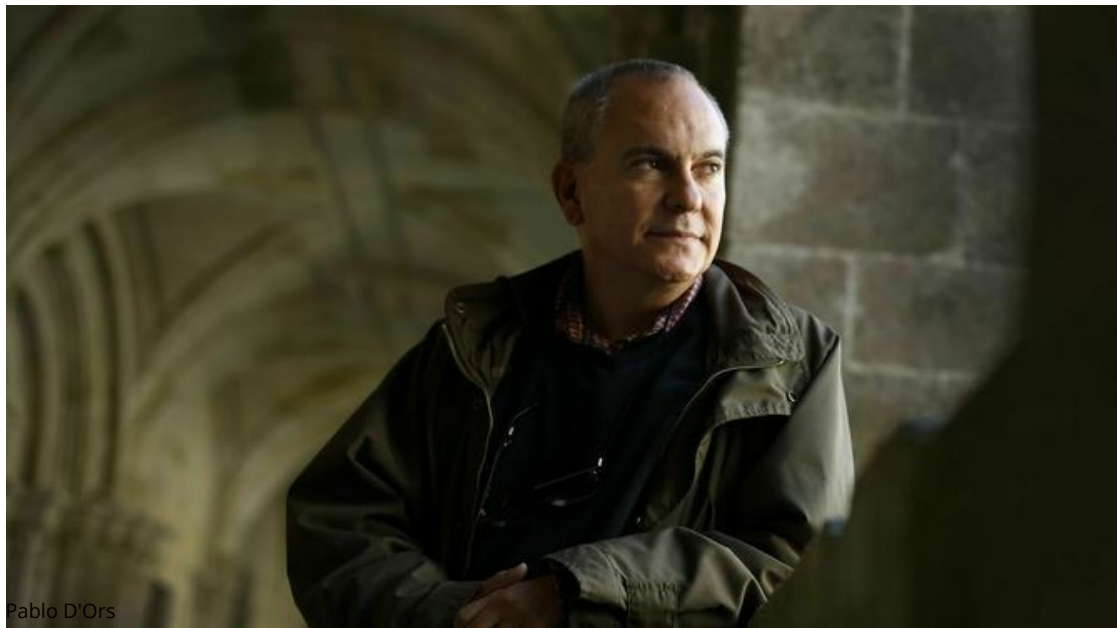
Es un libro estudiadísimo, como deberían ser los libros; con un espacio para escribir, para repasar, para doblar las esquinas.

Cada fragmento respira para que uno pueda degustar. Aprender de ello, como me decías.

Dice Ricardo: "El sabio sabe. No de saber algo, sino de saber a algo. Es alguien que ha sabido captar la realidad y nos la devuelve como aromas y sabores nunca invasivos, pero sí muy efectivos para saber poner, también, la vida a la vida. De manera que volvemos al arraigo en la realidad de la vida. Después, va tejiendo en círculos concéntricos..."

Estos versos, estas expresiones, saber a sabor..., llegan al paladar, casi.

Eso es. Vamos a los sentidos y ahí hay unas cuestiones filosóficas, pedagógicas. Yo como poeta, en muchos ámbitos donde todos comulgamos. Porque es el haber tenido o poder tener, y transformar, y depurar si no has tenido el lujo de recibirlo en la infancia. Ellos, como pedagogos, comentaban la importancia de que, por ejemplo, en la infancia haya un contacto con la naturaleza o, cuando menos, verdad con lo que el niño oye, toca, huele. Contacto real, no esta masificación consumista de juguetes a los críos.



Estamos pervirtiendo la pureza. Yo tengo un niño que acaba de cumplir un año. El día que lo celebramos casi nos enfadamos, porque trajeron demasiadas cosas aunque los padres habíamos insistido en que no. Pero ¿qué es lo que sucede? Que el niño ha cogido todas las cajas de los regalos y está jugando con ellas, transportándolos.

¡Con las cajas de cartón, efectivamente!

Sí, sí. Y con un palo. Lo de toda la vida porque, al final, está descubriendo un mundo que no necesita tanta tecnología.

Tecnificación, intelectualización, materialización...

Sino saborear. Ya habrá tiempo para otras cosas. Estamos aprendiendo mucho de sus sorpresas. Nos sorprenden sus sorpresas, y es maravilloso.

Eso es la capacidad de asombro, que es fundamental. Lo menciono en el libro en la relación con el arte. Porque con tanto juguete estamos edulcorando, casi tapando la capacidad de asombro de la más tierna infancia. A mí me da profunda pena. Y, cada vez, pienso que necesito hacer más cosas para que eso no sea un espacio en extinción. Incluso con el tacto, tan importante. Porque, al final, la mirada creadora casi toca, percibe en el otro. Y le damos al niño un objeto, un juguete, que parece madera pero no lo es. Y el niño está tocando algo que parece madera y trata de conectar un concepto con algo que no es real. Luego toca la madera del árbol en el campo y ya empezamos a generar ahí una confusión.

***"Le damos al niño un objeto, un juguete,
que parece madera pero no lo es. Y el
niño está tocando algo que parece
madera y trata de conectar un concepto
con algo que no es real"***

Como cuando los niños pasan días en una granja, descubren lo que es una vaca...

Que ética y estética empiezan a no vivir de una manera armónica y después uno, o bien lo ha recibido en la infancia, o tiene que volver a construirlo.

Vivimos en realidades paralelas.

Es cierta esta reflexión de Ricardo que habla de la sabiduría como un acto de entrega, cuando menciona que "el sabio se da desde dentro y sí, más que guardarse, se entrega entero. Y esto es lo más enigmático de esa riqueza interior: que es la antípoda de cualquier ensimismamiento o egolatría". Este asunto del ensimismamiento o la egolatría lo recoge después, de una manera muy bonita también, Ramón.

En esta oda que estás componiendo de la otredad compartida, al final, los conceptos se van uniando en el baile del libro. Tú hablas, en el libro, del arte.

Sí. En el concepto del arte, esencialmente, apelo a la soledad fértil. A ese espacio del que muchas veces la sociedad nos saca como si fuese algo negativo de lo que hay que huir: "no te quedes solo". Hay una ruptura, una separación, una pérdida. Para alejar la soledad están los dos grandes templos sociales, el bar o la farmacia, para que rápidamente, si te duele algo, meterte un copazo o un analgésico. Con lo cual, sigues sin poder acceder a esa interioridad que en el arte, verdaderamente, se considera como esencia de transformar el dolor en algo bello.



'Itineraris interiors', nueva publicación de Fragmenta

Tendremos que empezar por reconocer que el dolor es connatural al ser humano. Que una cosa es el sufrimiento y otra aceptar que para crecer al niño le van a doler las piernas o la muela del juicio. Soportar, sostener, aceptar el dolor justo para captar lo bello que hay en ello y el aprendizaje que hay, es un punto esencial de partida. A partir de ahí podemos crear y recrearnos.

Somos una sociedad que huye del dolor. Que quiere lo fácil.

Pero no toda la sociedad. Cada vez somos muchos más los que estamos ahí. Pero sí que hay unas entidades que gobiernan, que adormecen. La individualidad no hay que confundirla con el egoísmo. Cuidar ese aspecto del yo es una de las cuestiones de las que hablo. Leo: "El que crea, cree y es oyente creyente que otorga a la palabra, el silencio y la acción, el lugar que merecen, creyendo en sí a través de ellos. Dialogando con el mundo. Polinizando soledades".

Lo que decías antes de que la soledad es creativa y de que genera vida. Me gusta lo de polinizar.

Eso me llevó mucho tiempo, pero me gustó.

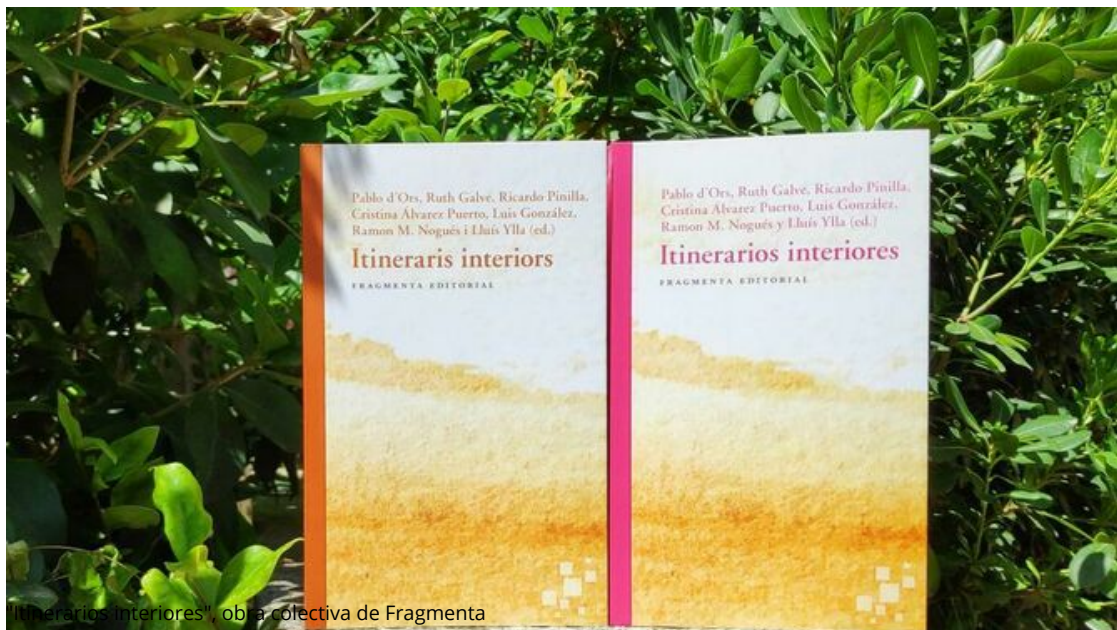
"Para alejar la soledad están los dos grandes templos sociales, el bar o la farmacia, para que rápidamente, si te duele algo, meterte un copazo o un analgésico"

Sigo: "El amor que atesora el individuo, la soledad del prójimo, es el principio sobre el cual construiremos un día comunidades basadas en la libertad. Al avanzar, la soledad y el amor serán inseparables".

Es un poco lo que comentábamos con Lucía -tu compañera- antes. Cómo el maestro y los movimientos de educación están promoviendo, cada vez, más trabajos en interioridad. Realmente, *mindfulness*... Por que no puedes dar lo que no eres.

Cuidar al cuidador en todos los aspectos. Se ha mejorado mucho en lo sanitario, pero en el educativo, en el social y en el cultural hay que cuidar a los que luego nos van a cuidar.

El concepto cultura está muy mezclado con el entretenimiento urgente, que nada tiene que ver. Vamos a avanzar con la figura del cuerpo, que te decía antes. Me parece un acierto enorme haber incluido la corporalidad. Lo ha hecho Luis López y comienza así: "Mi cuerpo, ese espacio habitable, su interior, *intracuerpo* para Ortega y Gasset, también lo he percibido humedeciendo mis ojos y siento unión-separación, vacuidad-plenitud, encuentro-pérdida, paz-guerra, levedad-pesadumbre, ternura-acritud, luz-oscuridad..." Él resume cómo en el cuerpo y en la conciencia de la corporeidad están todas esas polaridades que estamos llamados a reunir en esta escucha interna.



"Itinerarios interiores", obra colectiva de Fragmenta

El yin y el yang, vamos, que nos constituye.

Y hay una cita a Novalis, maravillosa, que dice: "Hay solo un templo en el mundo, el cuerpo humano. Nada es más santo que esta forma suprema. Se toca el cielo cuando se acaricia un cuerpo humano". Es como si, de alguna manera, en este aspecto clarificase aún más que el ser espiritual no está fuera de esta conciencia corporal. "Hay interior porque hay cuerpo. Hay escuela porque

hay colegio. El colegio sin habitar no es escuela, el cuerpo sin habitar es cadáver". Y aquí, que es lo que te comentaba antes, dice: "Cuando sientes tu ser corporal se desvanecen todas las ilusiones limitantes, el infinito también. Tu conciencia corporal te saluda".

Sobre este aspecto y ya para terminar, porque luego está el epílogo de Luis en relación al tiempo y al espacio, a los que creamos en relación, como bien decías tú, aparece el papel de la ciencia.

Porque creemos y porque queremos, que son palabras muy próximas, incluso, etimológicamente.

Sí. En el tema de la ciencia Ramón, como biólogo, cita a Antonio Damásio diciendo: "Muy probablemente, la emoción constituye el sistema de apoyos sin el cual el edificio de la razón no puede funcionar bien". Me parece fantástico, este punto de vista de un científico que está apelando a la importancia de integrar la emoción.

"No puedes dar lo que no eres"

Volvemos a los blancos y negros, que parecen conceptos antitéticos pero son complementarios.

Efectivamente. Esta es la reflexión que quería decirte antes. Y volvemos al principio con la cita que menciona Luis Pablo d'Ors, que dice: "Un territorio de la conciencia. Influenciados tanto por la neurociencia como por el torrente espiritual védico-budista, hoy los occidentales nos apuntamos fácilmente al tiro al blanco contra el yo. Que si nos engaña, que si es una ilusión, que se hay que olvidarlo, reducirlo a cenizas... Mi impresión es que hay que cuidarlo cariñosamente. Otra cosa es que haya que vigilarlo atentamente para que no se auto-centre en el egoísmo, sino que se (*alocentre*) a la alteridad. A la otredad, a la comunión, a la reunión. A la escucha que permite al artista vaciarse a sí mismo para que el que contempla la obra de arte sea, en esa reunión...".

Tú mismo has estado constantemente mencionando la "reunión" en esta entrevista. En este libro, el concepto de la interioridad va más allá. Etimológicamente viene de reubicar. Que es reunir. Es mirar de nuevo. Que cada uno de nosotros seamos capaces de encontrar el equilibrio y la armonía en esas polaridades que somos, entre lo más burdo que tenemos y lo más sublime.

Para verdaderamente llegar a él, este libro es una verdadera polifonía para degustar a sorbitos. Para hallar, si no te estás dedicando a ello en pleno rendimiento. Poder ir recibiendo esos ecos. Estoy segura de que cada uno tiene su manera. A veces, me preguntan algunos padres: ¿qué haces tú para encontrar ese espacio?

"En el cuerpo y en la conciencia de la corporeidad están todas esas polaridades que estamos llamados a reunir en esta escucha interna"

Todos tenemos nuestras opciones. Cada uno tiene su capacidad y nivel. Me decía un papá: "desde que te conozco, he aprendido a no subir a casa con la tensión del trabajo. Me siento en un banco y hago una respiración. Y cuando siento que he soltado, llego a lo nuevo, que es en casa".

No te llevas los problemas del trabajo a casa.

Aquí también se menciona en algún momento. Creo que lo menciona en relación a la poesía, ese espacio entre una cosa y la otra. Darnos esas pequeñas pausas. Otra mamá que hablaba de lo mismo, de las preocupaciones, comentaba: "para mí es fundamental una ducha de agua caliente". Era su puerta para acceder a unos momentos de pausa.

Que te permiten cortar. Pasar una puerta...

Un umbral necesario para llegar a otra cosa. Hay gente que lo trivializa diciendo: "¡Ah! El famosos kit-kat". Lo que tú quieras, como lo quieras entender. Y de ahí a mucho más.

'Itinerarios interiores', de Fragmenta editorial, coordinado por Luis Ylla. Un auténtico placer poder conversar y escuchar ese itinerario que habéis ido planteando cada uno por vuestro lado y todos unidos y, también, gracias a la aportación de Luis, que os ha juntado y os ha dirigido, de alguna manera.

Con mucha humildad. Él lo ha hecho en un camino suyo, personal, donde ha querido aprender de otros y, finalmente, ha ido tejiendo algo muy, muy bello.