

te, como en la Geometría de Euclides, procedemos sintéticamente combinando los hechos y principios elementales. Á veces puede escogerse entre el procedimiento analítico y el sintético, como, por ejemplo, al enseñar un idioma.

En estrecha conexión con lo referente al método ó manera de enseñar una sola asignatura, está lo relativo al mejor modo de tratar las varias materias que son objeto de la enseñanza. Esto se determina en parte por los principios psicológicos, por las leyes del desarrollo de las facultades ; la psicología nos dice que las asignaturas en que la memoria é imaginación han de emplearse principalmente (como la geografía é historia) deben preceder á las que ejercitan el raciocinio (como las matemáticas y las ciencias físicas). Esto fija lo que se ha llamado orden psicológico ; pero, dentro de esos extensos límites, el arreglo especial que ha de seguirse debe determinarse por consideraciones lógicas ; es decir, hay que tener en cuenta la simplicidad relativa de las materias y la dependencia de unos asuntos de otros, y esto nos dará el orden lógico. Por medio de esas consideraciones se llega, por ejemplo, á la regla de que al estudio de la física debe preceder algún conocimiento de las matemáticas ; y que al de la fisiología ha de anteceder el de algunas nociones de mecánica, química, etc. (52)

1.º de Marzo de 1909.

CAPÍTULO XVI

SENTIMIENTOS. NATURALEZA DE LA SENSIBILIDAD

HABIENDO considerado brevemente el desarrollo del entendimiento, podemos pasar al estudio de la segunda fase del desarrollo mental, que es el de la sensibilidad.

Definición de la sensibilidad.—La palabra sensibilidad significa aquellos estados mentales que son placenteros ó dolorosos. Estos pueden tener inmediata conexión con estados físicos, como las sensaciones del hambre, ó pueden acompañar á alguna especie de actividad mental, como las emociones de la esperanza ó del remordimiento. Aunque todas las sensaciones ofrecen el carácter común de ser placenteras ó dolorosas, agradables ó desagradables en mayor ó menor grado, hay muchos modos de sensibilidad que son de carácter mixto, como la sensación física de las cosquillas ó el sentimiento de pena por la pérdida de un amigo. Los sentimientos presentan todos los grados de intensidad, desde la apacible corriente de satisfacción que proviene de la conciencia de haber obrado bien, hasta la excitación violenta de un transporte de gozo.

La sensibilidad constituye una fase ó división distinta y bien marcada de la mente. Los placeres y dolores forman la parte *interesante* de nuestra experiencia ; los objetos del mundo externo sólo tienen valor para noso-

tros en cuanto afectan nuestra sensibilidad ó tocan al sentimiento. Siendo los sentimientos los elementos de la felicidad y sus contrarios, su estudio es parte importante en la ciencia del bienestar.

Pero la sensibilidad ó el sentir no es sólo asunto de gran importancia en sí mismo, sino que tiene ciertas relaciones con las otras dos fases de la mente. Por un lado está en relación con el ejercicio y desarrollo del entendimiento; y aunque la sensibilidad sobreexcitada se opone la actividad intelectual, cuando su excitación es moderada suple el interés que aviva las facultades. El cultivo de la inteligencia viene así á estar limitado por el desarrollo de la sensibilidad; y al contrario, el cultivo del entendimiento promueve el desarrollo de los más altos y refinados sentimientos, como el de la belleza, la verdad, etc. De modo que el desarrollo del conocimiento y el de la sensibilidad están estrechamente relacionados y unidos uno con otro.

Por otro lado, la sensibilidad tiene íntima conexión con las acciones y la voluntad, pues suple el estímulo ó fuerza que mueve la voluntad á obrar. Los incentivos ó motivos que nos inducen á hacer las cosas son producto inmediato de los varios sentimientos, los cuales determinan la dirección habitual de la conducta.

Difusión y efectos de la sensibilidad.—Todo sentimiento es un modo de excitación mental, y en este concepto tiene cierta tendencia á persistir en la mente y dominarla. Todos los sentimientos vivos tienen, cuando están enteramente excitados, un período de alza y otro de baja gradual que pueden observarse fácilmente. El niño dominado por la excitación de la alegría, ó por la de la ira, manifiesta ese movimiento de alza y baja gradual, de expansión y contracción. Cuando la corriente del sentimiento llega á su plenitud, como en todas las

formas de excitación apasionada, se observan efectos bien determinados tanto mentales como físicos. El sentimiento vivo y violento agita la mente, debilita y á veces paraliza la facultad de atención voluntaria ó selectiva, é impide la corriente normal de los pensamientos. Así el niño dominado por la pasión de la cólera ó de la pena, no puede contener la agitación, ni es capaz entonces de reflexionar y juzgar. La fuerza de las emociones excitadas mantiene en la mente todas aquellas ideas congruentes con el sentimiento que sean á propósito para sostenerle vivo, y excluye todas las demás. De ahí que la mente de un niño encolerizado esté dominada por la idea de alguna injuria real ó imaginaria y no pueda considerar imparcialmente todos los hechos relativos al caso. Y hasta los sentimientos menos agitados producen efectos en la mente, aunque menos notables, llevándola á fijarse demasiado en ciertos aspectos de un asunto y haciendo así formar opinión parcial é inexacta del mismo.

El comprender claramente este efecto de la sensibilidad en el mecanismo intelectual es de la mayor importancia para el maestro; ya se han presentado ejemplos de ello al tratar del adiestramiento de la imaginación y del juicio. El profesor que procura dejar libre de preocupación la mente del niño y hacer que sus operaciones intelectuales sean ordenadas, debe vigilar esa acción perturbadora de las insidiosas fuerzas del sentimiento. Hasta los buenos sentimientos, como la pena por la adversidad de otras personas, si se los deja preponderar en la mente suelen obscurecer la visión intelectual. Esta circunstancia explica lo del conocido efecto de la gran conmiseración, la cual hace que las personas lleguen á formar juicios injustos; la excesiva compasión reduce el campo de la visión mental apartando de ella mucho

de lo que sería pertinente y necesario para juzgar bien acerca de las acciones.

Al propio tiempo que esas perturbaciones mentales, produce la sensibilidad excitada importantes efectos físicos ó corporales ; y la íntima relación del alma con el cuerpo resulta claramente ilustrada por los efectos físicos inmediatos de las emociones. Toda excitación de los sentimientos se irradia, digámoslo así, por el organismo, produciendo grandes cambios en las operaciones vitales (como la acción del corazón, la respiración, etc.), y poniendo los músculos en violenta actividad. Una emoción repentina y fuerte, tanto de pena como de gozo, se sabe que puede producir graves daños al cuerpo ; por todo lo cual es evidente que el debido dominio y represión de los sentimientos de todas clases es materia de gran importancia en la educación, tanto por lo que interesa al bienestar físico como al bienestar moral del niño.

Además de esos efectos físicos de los sentimientos excitados ó de las pasiones, tenemos los efectos corporales característicos de los sentimientos ordinarios, incluso los de las manifestaciones externas llamadas comunemente expresión, movimientos faciales, gestos, modificaciones de la emisión de la voz, alteraciones de la circulación que producen la palidez, etc. El placer y el dolor tienen manifestaciones claramente visibles, como la expresión de alegría en que todo el cuerpo parece participar de ella, ó como la de la tristeza y abatimiento ; y otro tanto es aplicable hasta cierto punto á las varias clases de sentimientos gratos ó ingratos, como el cariño, la cólera y el temor. Tan estrecha es la relación de la sensibilidad y sus manifestaciones corporales, que la adopción de los signos externos de una emoción (el semblante, el gesto, etc.) pueden bastar á veces para inducir

cierto desarrollo del sentimiento correspondiente. De esto ofrece ejemplo lo que sucede con la lástima, que parece empezar por la imitación de los signos externos de ese sentimiento, es decir, por los signos faciales y efectos vocales de la pena.

El comprender las manifestaciones corporales de los sentimientos tiene mucha importancia en la enseñanza. Hasta cierto punto se puede hacer que el niño adopte un sentimiento haciéndole tomar la expresión que le corresponde. Por otra parte, puede reprimirse á veces un sentimiento, parcial ó enteramente, dominando sus manifestaciones corporales ó externas.

También la habilidad de leer é interpretar los efectos y expresión de las emociones es importantísimo para la observación exacta de los sentimientos de los niños. Como estos por regla general no han aprendido aún el arte de dominarse y de disimular, son muy francos en expresar sus sentimientos, y así se los puede apreciar bastante juzgando por sus manifestaciones externas. Tal observación nos permitirá muchas veces comparar un niño con otro relativamente á la intensidad de un sentimiento particular, digamos la compasión ó el remordimiento, ó también buscar diferencias más generales, como la viveza y prontitud de los afectos en general. Por tales medios pueden verse con más claridad las peculiaridades del temperamento moral del niño, poniéndonos esto en mejor situación para dirigirlos con propósito de mejorarlo intelectual y moralmente.

Placer y dolor.—Estos modos de sensibilidad tan opuestos tienen sus condiciones ó causas cuyo conocimiento importa mucho, tanto para procurar la felicidad de los niños como para aprovechar debidamente sus impulsos activos.

Placer es lo que acompaña á la conveniente y mode-

rada actividad de algún órgano corporal ó facultad de la mente. El estimular con moderación el paladar, los sentidos superiores, ó las energías musculares, y hasta las facultades mentales, es seguido de una sensación de goce.

Sin embargo, cuando el estímulo pasa de ciertos límites, el efecto placentero disminuye y pasa rápidamente á producir efecto doloroso. Por eso la luz del sol demasiado fuerte cansa la vista y hasta ciega por el momento; y de igual modo, el violento ejercicio muscular ó el excesivo esfuerzo de las facultades mentales resulta desagradable y fatigoso.

El dolor puede ocasionarse también por la falta de estímulo apropiado. De ello ofrecen ejemplo la inquietud é impaciencia del niño activo cuando no puede ejercitar su actividad muscular, y el estado mental tedioso, el aburrimiento que resulta cuando no se ocupa convenientemente la actividad mental. Algo semejante es la ingrata sensación consiguiente á los impedimentos de la actividad; porque es desagradable el sentir, por ejemplo, que no se puede levantar un peso ó que no se halla la razón de una cosa.

De todo esto parece seguirse que la actividad placentera está entre dos extremos, que son el del ejercicio excesivo ó forzado y el del ejercicio incompleto ó impedido. Los términos moderado, excesivo é incompleto se emplean aquí con referencia al vigor, á la fuerza natural y á los hábitos adquiridos del órgano ó facultad. El niño que tiene la musculatura bien desarrollada necesita más ejercicio que el que no la tiene así; y de igual manera, un cerebro vigoroso y activo requiere más cosas en que pensar. 53

Efectos del placer y del dolor.—La conveniente y moderada actividad de un órgano es beneficiosa al mis-

mo órgano y favorece su eficacia permanente. Por otra parte, la actividad inconveniente y mal acomodada perjudica al órgano y se opone á su eficiencia futura. Podemos decir, pues, que el placer favorece mientras que el dolor contraría un estado sano y eficiente del órgano interesado. Además, puesto que los varios órganos del cuerpo están en íntima relación mutua, el estado de cualquiera de ellos ha de afectar necesariamente á los otros. Según se ha expuesto en capítulo anterior, el excesivo estímulo del cerebro propende á dificultar las funciones normales de los órganos del cuerpo. Á su vez, una corriente de actividad mental placentera conduce al perfecto desempeño de esas funciones; y así todos los estados placenteros, cuando no llegan al punto de excitación excesiva y fatigosa, producen sensación grata en todo el organismo, facilitando las operaciones de la respiración, digestión, etc. Por el contrario, los estados dolorosos producen depresión y abatimiento del organismo en general. El sentimiento de terror ó de intensa pena supone efectos dañosos en las energías nerviosas, impidiendo los movimientos normales del corazón, etc., y disminuyendo la fuerza muscular.

Las relaciones que esto tiene con la enseñanza son evidentes. Los fines de la educación intelectual imponen la misma regla que los sentimientos humanitarios: Hágase tan agradable como sea posible el trabajo en la escuela. La mejor especie de actividad intelectual es aquella á la cual acompaña una sensación agradable; y ese placer resultante es desde luego indicio de que la actividad es normal y conveniente, garantía de una actividad prolongada y fructuosa. Uno de los grandes adelantos debidos á la reforma moderna de la educación, consiste en haber enunciado claramente el principio de que el aprender, en su completo y verdadero sentido, no

es posible sino cuando la sensación de molestia y pesadez es reemplazada por otra de grata conciencia del movimiento libre y natural.

Esta regla no significa que el maestro deba tender siempre á facilitar el más vivo deleite ; porque ni eso es asequible ni conviene. El goce moderado y tranquilo es lo que mejor se aviene con la sosegada actitud mental de pensar. Ni tampoco excluye la regla todo lo que es desagradable, porque el alumno tiene que hallar dificultades y es bien que las encuentre. El que á veces halle dificultad algo molesta, el que incurra en algún descuido que le incomode, etc., es necesario para que las facultades se pongan en el más alto grado de tensión ; pero estos obstáculos accidentales no deben oponerse á lo agradable del estudio en general. Muy lejos de ello, la misma incomodidad temporal, sirviendo de punto de partida para determinar mayor esfuerzo de las facultades mentales, al fin viene á servir para aumentar el goce.

Monotonía y cambio.—Las sensaciones de placer y dolor se rigen por la ley del cambio ó contraste del estado mental, á la que ya nos hemos referido. Si lo que ocasiona placer permanece invariable, propende á perder sus efectos ; la prolongada actividad corporal hace que se pierda la primera sensación placentera de la frescura. Resulta por otra parte, que el cambio de actividad es causa reconocida de placer ; y de ahí el dicho latino : *Variatio delectat*. La transición de las salas de clases al jardín de recreo, de los días de asueto á los de trabajo en la escuela, de la ciudad al campo, etc., ocasiona deleite. El placer producido por la novedad es ilustración notable del mismo principio.

Otro tanto resulta cuando se prolongan las causas del dolor. El sufrimiento es menor, tanto si el dolor es físico como si es moral (en el supuesto de que su causa

no aumente), á medida que nos acostumbramos á él. Lo que se llama amortiguamiento de las más delicadas especies de sensibilidad ilustra al mismo principio ; así el sentido de la vergüenza del niño se amortigua cuando con demasiada frecuencia se le hiere moralmente con palabras humillantes, ó poniéndole en ridículo, etc. ; y el horror que produce la vista de los padecimientos, de la muerte, etc., disminuye y desaparece por la costumbre. Como dice Shakespeare en su *Hamleto* á propósito del sepulturero que canta mientras abre la fosa : “La mano que se emplea poco es la que tiene el tacto más delicado.”

Acomodamiento á las circunstancias.—El hecho de que al prolongarse las causas del placer y dolor disminuya la fuerza de la sensibilidad, implica evidentemente un cambio en el estado del órgano interesado. Hay un acomodamiento del organismo á lo que le rodea.

Como notable ejemplo de ese poder de acomodamiento propio, vemos que un estímulo que al principio es desagradable puede con el tiempo llegar á ser no sólo indiferente, sino hasta grato, según ocurre cuando el paladar se acostumbra á las bebidas alcohólicas, los condimentos amargos ó picantes, etc. Otro ejemplo ofrecen los efectos de ejercitar un órgano ó facultad ; el desarrollo resultante del ejercicio periódico y regular de los músculos ó del cerebro, implica acomodamiento de los mismos á una mayor fuerza de estímulo, de manera que una cantidad de ejercicio excesiva y dolorosa puede llegar á ocasionar deleite.

Otro efecto de la continuidad ó frecuente renovación del estímulo se ve en que lo usual ó consuetudinario, aunque pierde el encanto primero de la novedad, llega á quererse por la costumbre, de modo que la privación de ello ocasiona padecimiento. Á este principio obede-

ce el que los niños se fijen en ciertos límites definidos de la actividad física y mental; hallan tranquila satisfacción en realizar las tareas á que están acostumbrados, y les desagradan cualquiera interrupción en el orden establecido por la costumbre.

El vivo deseo del cambio y el apego á lo acostumbrado son los dos grandes principios opuestos de nuestra experiencia afectiva. Para prolongar el goce se necesita cierta suma de variedad y novedad; pero, sin embargo, cuando el cambio de lo antiguo á lo nuevo es grande y repentino, resulta la dolorosa sensación de la pérdida. En el primer período de la vida domina la ley del cambio; los niños se deleitan con las impresiones nuevas y desean los cambios con viveza, mientras que suelen olvidar pronto las antiguas amistades y circunstancias, echando muy poco de menos lo pasado. Esto significa que se hallan en el estado plástico de la juventud, en el cual la mente se adapta con facilidad á lo nuevo y está poco sujeta á la costumbre. Pero la muy marcada afición á los cambios indica un temperamento particular, y en este respecto se observan en los niños importantes diferencias. Las naturalezas tímidas se apegan más fácilmente á lo consuetudinario, y consideran extraño y discordante lo nuevo; por regla general, los niños cuyo natural es activo y dado á las aventuras están más dominados que las niñas por la afición á la novedad.

En la educación tienen importantes aplicaciones los principios del cambio y de la costumbre con relación á los sentimientos. Ha dicho recientemente un autor, que "la monotonía es el mayor enemigo con que ha de habérselas el maestro"; y de todos modos resulta cierto que el medio más eficaz para evitar que sea tedioso el aprender, consiste en proporcionar cuanta novedad y variedad sean posibles, tanto de los materiales presen-

tados á los alumnos como en la manera de presentárselos. Al mismo tiempo, debe tenerse en cuenta que el maestro no puede estar presentando siempre cosas nuevas y agradables; tiene que recurrir á las repeticiones á fin de lograr que los discípulos lleguen á comprender bien y á retener firmemente lo que se les enseña. Hasta puede justificarse en ciertos casos la perseverancia en lo que sea desagradable al niño, si hay motivo razonable para esperar que el discípulo, por efecto del acomodamiento y desarrollo, llegue á considerar grato el asunto al poco tiempo. Sólo en los primeros períodos de la enseñanza puede satisfacerse con frecuencia el deseo de la novedad; y lo que el maestro ha de proponerse es el aumento y creación de aficiones fijas y permanentes, es decir, la conversión de las energías afectivas en hábitos ó costumbres. Y esto, según hemos visto, supone cierta pérdida de novedad, si bien la compensa ampliamente el desarrollo de la viva afición á lo que se ha hecho consuetudinario y ha venido á ser en cierto modo una parte necesaria de la existencia.

Variedades del placer y del dolor.—Las sensaciones de placer y dolor forman dos grupos principales: el de las que provienen de estímulo nervioso, y el de las que dependen de alguna forma de actividad mental. Las primeras se llaman generalmente *sensaciones* (que pudieran llamarse sentimientos de los sentidos), y las segundas se distinguen mejor con el nombre de emociones.

Sensaciones comunes.—Estas á su vez constituyen dos grupos distintos, á saber: el de las que tienen relación con el estado de los órganos vitales, ó sean las sensaciones orgánicas; y las que provienen del ejercicio de los órganos de un sentido especial y de los músculos.

El primer grupo, relacionado con el desempeño de las funciones vegetativas inferiores, es el primero que se

manifiesta en el desarrollo del niño. En la primera infancia suelen ser frecuentes varios desarreglos de las funciones de la digestión, circulación, etc., los cuales pueden originar no poco padecimiento; y el atender á esos signos del impedimento funcional forma importante parte de la temprana educación física. Debido también á la íntima relación del cuerpo con el alma, esos estados de incomodidad física afectan profundamente el temperamento y tono mental del niño, pues si este sufre de frío, indigestión, etc., está predispuesto al mal humor y á la desobediencia. En realidad, si se descuidan esos males orgánicos pueden producir y favorecer, ocasionando una irritabilidad crónica, los gérmenes de los malos sentimientos, como son el mal genio y la propensión á las pendencias.

Los placeres y dolores relacionados con la actividad de los órganos de los sentidos son de un orden superior y se manifiestan más tarde en el niño. El deleite del color y de los sonidos gratos señala el desarrollo de las funciones animales superiores y distintamente humanas; sólo vemos cierto rudo vestigio de él en los primeros meses de la vida; su desarrollo ulterior presupone cierta actividad intelectual, cual es la distinción, y pertenece á un período mucho más adelantado. Finalmente, las sensaciones que tienen relación con la actividad de los músculos presupone cierto desarrollo de los órganos y cierto imperio de la voluntad sobre ellos. El niño de pecho obtiene muy limitado goce del empleo de sus órganos motores; después, cuando ya es más vigoroso y puede correr por la casa y ejecutar cierta variedad de actos, es cuando obtiene el mayor deleite de la actividad muscular.* 54

* Al hablar de las sensaciones orgánicas, conviene tener presente que su parte dolorosa ó desagradable es la más conspicua. En las sen-

Las emociones.—Las sensaciones superiores ó emociones presentan á su vez ciertas variedades de susceptibilidad de placer y dolor, tales como las satisfacciones y contrariedades del amor propio, de los afectos, del sentido moral. Estas, lo mismo que las sensaciones sensitivas ó comunes, pueden estudiarse mejor en el orden en que se manifiestan; pero antes de considerarlas en detalles veremos cuáles son las leyes generales que rigen el desarrollo de las emociones.*

Desarrollo de las emociones.—Las leyes generales del desarrollo mental, ya estudiadas al tratar de las facultades intelectuales, son aplicables igualmente á las emociones. Estas se hacen más profundas y fijas por el ejercicio, ó sea dándoles pábulo, y hay un progreso ó paso de los sentimientos cuya composición es simple y que envuelve poca representación mental, á los sentimientos que son de naturaleza compleja é implican mucha actividad representativa.

Elemento instintivo y hereditario.—Nuestras emociones provienen de ciertos gérmenes instintivos. El niño está constituido de modo que le afectan los sentimientos particulares del temor y de la cólera cuando existen las circunstancias apropiadas, como la conciencia del peligro ó de ser contrariado; y este rudimento instintivo de la emoción no es el mismo en todos los casos. Vemos que circunstancias y experiencias iguales no producen la misma intensidad de emoción en cada niño, lo cual demuestra que cada niño nace con tendencia á dis-

saciones relativas al uso de los sentidos, especialmente del oído y de la vista, su parte agradable es la principal.

* En la mayoría de los casos, la parte placentera del sentimiento ó susceptibilidad es la que se indica especialmente por el nombre, como cuando decimos afición al aplauso ó á la propia complacencia. Sin embargo, el sentimiento del temor es claramente doloroso.