

## CAPITULO XVII.

## GIMNASIA.

Mens sana in corpore sano.

Fin ideal.

Resumen: 1—Forma.—2 Medios.—3. La carrera.—4. El gimnasio.

1. FORMA.—No intentamos hacer un juicio crítico sobre los diferentes sistemas del desarrollo físico, ampliamente discutidos, y cuya importancia palmaria no puede ponerse en duda. Por tal motivo nos concretamos á una breve opinión sobre los ejercicios libres, últimamente ligados con la gimnasia sueca, que se acerca más á la forma natural en el desarrollo físico.

El *ejercicio libre* se reparte poco más ó menos en la mitad del tiempo empleado para las labores intelectuales. Diez ó quince minutos son bastante tiempo para que los niños se dediquen á sus movimientos espontáneos y entren con más ardor en sus labores cotidianas.

En este corto período de tiempo es conveniente que el maestro no pierda la oportunidad de vigilar la disciplina que es la base de la educación. El ejercicio espontáneo es magnífico; pero debe tener sus límites, y para que éstos no sean traspasados procure el profesor:

a—Estar pendiente del género de ejercicios escogidos por diversos grupos de niños.

b—Evitar aquellos que pudieran ser perjudiciales á la salud física ó á la vida moral (juegos de interés con plumas, canicas ó centavos), é imponer un castigo á los infractores, *con energía* y en relación con la falta cometida.

c—Enseñar á los niños distintos juegos según las

edades que, á la vez que desarrollen el cuerpo, no perjudiquen el ser moral, porque en los ejercicios libres hay el peligro de que lo que se ha ganado en un mes, puede perderse en diez minutos.

2. MEDIOS.—El jardín.—En Botánica hemos mencionado la importancia del jardín como medio educativo. Aquí volvemos á insistir en ello como ejercicio físico. La remoción de la tierra, la excavación, la formación de pequeñas eminencias con piedra y tierra para hacer más vistoso el crecimiento y floración de determinadas plantas, y en general, todos los ejercicios de jardinería ayudan al desarrollo físico; los movimientos son espontáneos y el trabajo *va acompañado de alegría*, que es lo que se quiere.

3. LA CARRERA.—Muchos niños no se entregan á las labores de la jardinería, y prefieren reunirse en grupos para correr y saltar por las callejuelas del jardín. Esto no es malo cuando se tiene un espacio suficiente, donde no existan peligros para los niños; pero como la mayor parte de las escuelas no disponen de patios extensos, el maestro tiene la ineludible obligación de hacer una escrupulosa vigilancia para evitar accidentes de los que es inmediato responsable si no quiere faltar á su deber. Muchos maestros, sin duda que responderán: que no están obligados á tanto con los pequeños sueldos que disfrutan. Parece que oímos sus razonamientos y reproches; pero á estos maestros responderemos siempre, que el carpintero que viva de su oficio, debe manejar bien la sierra y el martillo como instrumentos elementales é indispensables para su arte, so pena de ser segregado del gremio por sus colegas ó por la sociedad; que el herrero que pretende vivir con el sudor de su frente, debe forjar el hierro si no quiere verse abandonado de la fortuna, y que el maestro que no es más que *un obrero de almas*, debe cumplir con su

deber en todos sentidos para hacerse acreedor al aplauso social, so pena de marchar por la senda de los parias.

El maestro debe vigilar por los alumnos.

El ejercicio físico, le importa tanto como el ejercicio intelectual: MENS SANA IN CORPORE SANO!

4. EL GIMNASIO.—Cuando se leen las brillantes páginas de la Historia Antigua, especialmente las de Grecia, maravilla pensar cómo la madre espartana se desprendía de su hijo en los primeros años para entregarlo á la palestra y más tarde al gimnasio, sin lanzar una queja. El niño, hijo del Estado, es la planta silvestre de la comunidad. El crecerá espontáneamente con su alimentación frugal. No necesita más que un rodrigón y una defensa, su jabalina y su escudo; pero más tarde cuando el ejercicio ha dado sus frutos, cada soldado es el muro de la ley, y cada general como el héroe grandioso de las Termópilas, caerá acribillado de saetas por el bárbaro peso de la multitud, dejando una estela de oro que brille aún á través de las edades.

Admiramos la educación de los persas relatada por Xenofonte, ya sea persa la idea, ya la concepción de un cerebro griego (Sócrates) que sueña con la república universal, con la democracia de la justicia y de la ley, hábilmente interpretada por sus discípulos Platón y Xenofonte; pero sea lo que fuere, adoramos la simpática figura de Ciro cuando marcha con *sus iguales* (\*) á la caza, y en medio de la maleza de los bosques ataca á la fiera libre, entre gritos de júbilo y contento.

(\*) *Sus iguales*, frase empleada por Xenofonte, y puesta en boca de Ciro, para expresar las costumbres de Persia, donde el *hijo del rey* es lo mismo que *el hijo del pueblo*.

El gimnasio libre se acerca más á la naturaleza; ese es nuestro ideal que puede realizarse sin grandes esfuerzos. Basta una extensión de 25×15 metros cubierta con su techo. Una capa de arena bien lavada, de 30 centímetros de grosor, he ahí todo el material del gimnasio. Si á caso, barras y pelotas para algunos ejercicios de la gimnástica sueca.

Lejos de la escuela los aparatos acrobáticos. Trapecio, trampolín, argollas, paralelas, barra, todo esto que llena los salones de gimnasia.

Los ejercicios físicos debe atenderlos el maestro con tanta atención, como los más delicados de la inteligencia, de los sentimientos ó la voluntad.

En la gimnasia espontánea, como en las materias de educación intelectual, existe un fin ideal. El maestro enseña el salto, la carrera, la lucha; pero no como si se tratara de subordinados *á fortiori*, sino de hijos á quienes se les trata con sinceridad, benevolencia y con cariño. El educando siente esta influencia psicológica y se traduce en el conjunto en amor, fraternidad, confianza, veracidad y franqueza.

El educando acude á la arena no con la satisfacción orgullosa del vencedor, sino por ejercitarse en el pugilismo, en la carrera ó en la lucha.

El maestro tiene á sus discípulos procedentes de todas las clases sociales, pobres y ricos, y aquí, en el gimnasio libre, se dan el primer abrazo, y aquí donde no hay rencores, ni envidias, ni rivalidades, se fija LA PIEDRA ANGULAR DE LA REPUBLICA.

Abriendo un paréntesis, permítasenos decir, que esta es la primera causa por la que condenamos las escuelas de selección, la escuela de los ricos, que es contraria y funesta á la causa popular. Habiendo *maestro*, todos los niños son iguales.

La educación física es un deber, y ya que los padres

de familia la abandonan por completo, no la debe descuidar el maestro. Y no solamente por este motivo. Debido á las exigencias de la civilización, el niño de la actualidad tiene que ejercitar su inteligencia desde muy temprano, y debe reparar los perjuicios causados en el organismo. "En los tiempos primitivos, dice Herbert Spencer, cuando la agresión y la defensa eran las actividades sociales más importantes, el vigor corporal y su compañero el valor, constituían el gran *disiderátum*. Entonces la educación era enteramente física; la cultura intelectual era poco atendida y, como sucedía en los tiempos feudales, á menudo se la miraba con desprecio. Ahora que el estado de los pueblos es relativamente pacífico; ahora que la fuerza muscular casi no se emplea más que en los trabajos manuales, y que todo éxito social depende casi por completo de la inteligencia, NUESTRA EDUCACIÓN HA LLEGADO Á HACERSE CASI EXCLUSIVAMENTE INTELECTUAL. En vez de respetar el cuerpo y despreciar la inteligencia, hoy respetamos la inteligencia y despreciamos el cuerpo. AMBOS EXTREMOS SON MALOS. Todavía no se ha comprendido bastante la verdad de que, como la vida física es el fundamento de la intelectual, no debe desarrollarse la inteligencia á expensas del cuerpo. Lo que debe hacerse, es combinar el concepto antiguo y el concepto moderno de la educación."

"Quizás nada contribuirá tanto á que llegue antes el tiempo en que se cuide apropiadamente del cuerpo y del espíritu, como la difusión de la creencia de que el conservar la salud es un *deber*. Pocos tienen hoy la conciencia de que existe eso que se puede llamar *moralidad física*. Las palabras y actos de los hombres, manifiestan la idea de que tienen la libertad de tratar sus cuerpos como mejor les plazca. Consideran los males buscados por ellos mismos al desobedecer los manda-

tos de la Naturaleza, como simples injusticias y no como efectos de una conducta más ó menos reprehensible. Aunque las malas consecuencias impuestas á los que de ellos dependen, y á las generaciones futuras, son á veces tan funestas como el crimen, sin embargo, no se creen criminales por ningún concepto. Es verdad que, tocante á la embriaguez, se reconoce lo viciosa de una transgresión puramente física; pero nadie parece inferir, que si esa transgresión es viciosa, debe serlo también cualquiera otra que afecte al cuerpo. El hecho es, que todos los atentados contra la salud, son *verdaderos pecados físicos*. Cuando esto sea generalmente sabido, entonces será cuando obtenga toda la atención que merece la educación física de los niños."

Así termina el eminente filósofo las consideraciones de la educación física juzgada desde todos sus aspectos. Quiere la espontaneidad, la alegría, juntamente con la razón y el desarrollo. Estas sanas doctrinas debemos extenderlas para los dos sexos, debemos predicarlas por todas partes, que para la mujer, como dice el poeta griego de la mujer espartana, preferimos verla después del trabajo intelectual, como una multitud de potros con la cabellera flotante, y levantando nubes de polvo en torno suyo, que contemplar centenas de pálidas anémicas que cruzan fatigosamente en la pulida pavimentación de nuestras calles.

Si los maestros y maestras cuidan de la educación física desde los primeros años, en los niños puestos bajo su amparo, podrán decirle al padre de familia con el filósofo ginebrino: "Ahí teneis á tu hijo. ¡Ha llegado á la madurez de la infancia, ha vivido vida de niño, no ha comprado su perfección á costa de su felicidad; por el contrario, la una ha contribuido á la otra. Si ha logrado la plenitud de la razón de su edad, ha sido venturoso y libre en cuanto lo permitía su cons-

titución. Si la parca fatal viene á segar en él la flor de nuestras esperanzas, no lloraremos á un mismo tiempo su vida y su muerte, no exasperaremos nuestro dolor con la memoria del dolor que le hayamos causado; diremos: "á lo menos gozó de su infancia; nada de cuanto le había dado la Naturaleza dejamos que perdiese."

---

SEGUNDA PARTE. (\*)

NOCIONES DE ORGANIZACION.

---

PROLEGÓMENOS.

1. CONCEPTO GENERAL DE LA LEY.—2. DIVISIÓN.  
—3. ORIGEN DE LA PALABRA LEY.—  
4. LA LEY ESCOLAR.
- 

1. *Concepto general de la ley.*—“Ley, es un principio general y constante que rige una serie de fenómenos de la misma especie y los preside en su realización.”

Esta es una fórmula universal, para explicar la relación necesaria de los fenómenos y las causas en cualquier orden de ideas del pensamiento humano, ya se refieran al extenso campo de la materia ó al ignorado del espíritu.

Es un hecho bien conocido que toda planta crece y se desarrolla según su medio, es decir, según las causas externas que influyen para el movimiento celular.

El cotiledón lleva en sí, por herencia, un almacén de sustancias que nutrirán á la futura planta. Cuan-

(\*) Esta parte anexa á la Metodología, tiene por objeto, *fixar la naturaleza* de nuestras leyes escolares, justificar la legislación y los programas Rébsamen en la Pedagogía filosófica, como un homenaje al Maestro. Además, se explica la subdivisión y la aplicación de estos programas.