

La transfiguración en la autobiografía como experiencia terapéutica

Yenny Patricia López Díaz, Universidad de Zaragoza, España

Resumen: Este texto expone el fenómeno de transfiguración que se ha ido desvelado durante el desarrollo de una investigación biográfico-narrativa con docentes colombianos y españoles. Se ha observado que dicha transformación se produce en la persona cuando narra sus experiencias, moldeando el recuerdo y alterando una realidad vivida. Esta alteración en la percepción de los recuerdos puede transformar profundamente a la persona y brindar la posibilidad de reescribir la historia vital. El propósito de la investigación es el profundo conocimiento de las experiencias significativas de un grupo de participantes mediante la autobiografía y la biografía. El desarrollo del proceso autobiográfico expuso este fenómeno subyacente y simultáneo de transformación que se origina cuando narra la propia vida y recuerda las experiencias que han sido significativas a lo largo de su existencia. La investigación emplea una metodología cualitativa mediante autobiografías escritas, entrevistas en profundidad y conversaciones biográficas.

Palabras clave: transfiguración, biografía, autobiografía, terapia

Abstract: This text presents the phenomenon of transfiguration that has been revealed during the development of a biographical-narrative research with Colombian and Spanish teachers. It has been observed that this change occurs in the person when he narrates his experiences, shaping the memory and altering a lived reality. This alteration in the perception of the memories can profoundly transform the person and give the possibility to rewrite the life history. The purpose of the research is the deep knowledge of significant experiences of a group of participants through autobiography and biography. Autobiographical development process and simultaneously exposed the underlying phenomenon of transformation that occurs when narrates the life and remembers the experiences that have been significant throughout its existence. The research uses a qualitative methodology through written autobiographies, interviews and biographical conversations.

Keywords: transfiguration, biography, autobiography, therapy

Introducción

El fenómeno subyacente en la autobiografía que ha emergido a partir de los estudios preliminares y la trayectoria de la investigación biográfico-narrativa que se desarrolla con docentes españoles y colombianos, insta a postular a la autobiografía como un acto íntimo que permite comprender la realidad vivida y que puede llegar a modificar la percepción sobre la propia existencia, transformando la denominada conciencia de sí. Durante el proceso de narración autobiográfica se ha sido testigo y parte de una (de)construcción íntima en cada uno de los y las participantes. Este fenómeno simultáneo, al que se denominará *acto autobiográfico* se fue desvelando como un producto esencial del propio proceso de investigación. En la mayoría de los estudios biográficos-narrativos la entrada y salida al campo es un continuo ir y venir debido a la necesidad del análisis paralelo de los datos. Este devenir es, en sí mismo, un movimiento entre la subjetividad y la intersubjetividad, que en este caso permitió observar cómo al narrar la propia vida los y las participantes manifestaron comprender su trayectoria vital al distanciarse de las experiencias vividas y reescribir su historia.

Al hablar de la conciencia de sí mismo se hace visible el referente ontológico de la experiencia humana. El ser humano elabora su interpretación de la realidad a partir de las experiencias, es decir que construye su visión del mundo cuando interactúa con él y es mediante la reelaboración de la propia experiencia que podemos dibujar otras formas de construcción de una realidad. La experiencia humana ha atraído a hombres y mujeres para su estudio desde diferentes disciplinas. La experiencia en Kant (1724-1804), es una especie de conocimiento que requiere entendimiento de las impresiones sensibles (Kant, 1999, A1). Para Hegel (1807), el concepto de experiencia se expresa



como un “movimiento dialéctico que la conciencia lleva a cabo en sí misma, tanto en su saber como en su objeto, en cuanto brota ante ella el nuevo objeto verdadero” (Hegel, 1885: 59), y este movimiento se produce “sobre la base de la experiencia tenida y superando sus limitaciones y contradicciones se llega a nuevas y más lúcidas experiencias” (Amengual, 2007: 22).

Hannah Arendt (1975) creía que no era posible ningún curso de pensamiento sin experiencia personal y que todo pensar es un repensar las cosas. Para la filósofa las *experiencias psíquicas* no son la experiencia en sí sino una interpretación de ella, es lo que pensamos de ellas. De forma que el lenguaje y el pensamiento nos permiten la experiencia de una *identidad personal* al hacer consciente nuestras sensaciones y percepciones (Arendt, 1984: 45). De allí la importancia de la autobiografía para repensar las sensaciones y percepciones porque durante la escritura de la propia vida, la persona toma distancia de sí misma y vuelve a su pasado con el propósito de reproducir una existencia y al hacerlo se sumerge en la experiencia de identidad personal.

La experiencia para Dewey (1938) era una *fuerza en movimiento*, más que un *evento cognitivo*. Una fuerza con cualidad pasiva y activa, al ser acción desde y hacia el individuo. La experiencia es un *ensayo sobre el mundo* y al mismo tiempo es algo que le sucede al individuo cuando este actúa sobre él. Cuando se procesa e interpreta la experiencia se produce un conocimiento sobre lo vivido, dicho conocimiento moldeará las experiencias ulteriores como mencionaba Dewey, porque la experiencia va más allá de la comprensión de las sensaciones y de su entendimiento, siendo un ejercicio en doble vía. En palabras del pedagogo “la experiencia no sólo transforma al mundo y al individuo, también transforma la experiencia pasada y futura: constituye una reconstrucción de la experiencia pasada y modifica la cualidad de las experiencias posteriores” (Dewey en 2004: 37). Las nuevas experiencias no sólo influyen en el presente, sino también en aquellas experiencias pasadas, “la experiencia presente debe extenderse hacia atrás. Sólo puede ampliarse al futuro en la medida en que ha sido ampliada para penetrar en el pasado” (Dewey, 1938: 115). Es así como la experiencia no solamente afecta a las experiencias futuras (Dewey, 1938), sino que ella tiene la capacidad de penetrar en el sujeto y modificarle profundamente desde su pasado.

Esa cualidad que tiene la experiencia de expandirse no sólo hacia adelante sino hacia atrás, es la que se hace viva en el acto autobiográfico y que se materializa en la autobiografía. Por tanto, la autobiografía como creación es producto de la experiencia humana permite recrear el pasado con un mínimo de alteraciones y reelaborar una realidad vivida, pero aquel que narra ya no es el mismo que experimentó por lo que su narración siempre será otra (Gusdorf, 1991). Para Gusdorf, “la autobiografía presenta ese contenido privilegiado con un mínimo de alteraciones; más exactamente, cree, de ordinario, restituirlo tal como fue, pero, para narrarse el hombre añade algo a sí mismo” (Gusdorf, 1991: 16). Este momento de añadidura durante la escritura autobiográfica es la oportunidad de reelaboración de la realidad vivida y la posibilidad de comprender nuestras vivencias desde la distancia que otorga el tiempo.

Hasta ahora se ha expuesto muy brevemente el interés de la filosofía y de la teoría literaria en los usos de la autobiografía como medio para comprender procesos humanos y sociales. Estas disciplinas reconocen a la subjetividad e intersubjetividad como aspectos fundamentales que otorgan credibilidad y cientificidad a los datos cualitativos obtenidos de la narración de la experiencia humana. No obstante, el interés en la narración autobiográfica y su comprensión por parte de otras muchas disciplinas como la neurociencia o la psicología permitirá profundizar en este conocimiento y a lo mejor nos lleve a superar la dicotomía, presente en nuestro imaginario del binomio cualitativo-cuantitativo que desde Kuhn en 1962, es tangible en la investigación científica.

El interés de la neurociencia por el yo-autobiográfico

La imagen que el ser humano construye de sí mismo y de su lugar en el mundo, ha sido estudiada a lo largo del tiempo, ejemplo de ello el uso del concepto del *Yo*, ligado a la psicología y a su evolución. A finales del siglo XIX, el médico, psicólogo y filósofo norteamericano, William James (1890), estudió la conciencia y el concepto del *Yo* desde una perspectiva funcionalista, lo que acercó el conocimiento de las sensaciones, emociones y percepciones de sí, a un ámbito más cercano que el metafísico. Hace más de un siglo, James extendió un puente entre las ciencias y hoy, la transformación y la evolución de

la comunidad hacia nuevos paradigmas como los que se están produciendo en la neurociencia, sustentan meta-análisis como este en el cual se pretende dar a conocer el fenómeno autobiográfico como un vasto campo de estudio para la comprensión de las necesidades humanas.

La mirada de la investigación a la neurociencia se dirigió a los estudios de científicos como Gerald Edelman, Giulio Tononi, Antonio Damasio y Rodolfo LLinás, quienes se han interesado profundamente por la emoción y la conciencia, esta última a la que consideran como “el estado normal en el que nos hallamos cuando despertamos que prosigue hasta que volvemos a dormirnos con un sueño profundo. Sin ensoñaciones, o nos hallamos bajo el efecto de una anestesia general, entramos en coma o nos morimos” (Castro & Toro, 2002: 3). De manera que “la conciencia es un proceso encarnado en el cuerpo que emerge de la actividad de las células nerviosas, pero mientras que el cuerpo y el cerebro son entidades públicas, externas y objetivas, la conciencia es una entidad privada, interna y subjetiva”, y como entidad privada pertenece a la esfera íntima propia de cada existencia.

Edelman y Tononi centran su atención en la experiencia consciente y distinguen dos modalidades: “la *conciencia primaria*, que surgió antes filogenéticamente y está presente en otras especies animales además de en la nuestra; y la *conciencia de orden superior*, que sólo la poseen los seres humanos”. Dentro de la conciencia primaria encontramos todas aquellas sensaciones transmitidas por el sistema nervioso que requieren de interpretación a través de mecanismos de reentrada llamados *integración* y *diferenciación*. Estos mecanismos funcionan en los científicos denominan *Núcleo o Centro Dinámico* (Castro & Toro, 2002).

La definición de centro dinámico lleva implícita la consideración de la conciencia como un proceso que es continuo, pero cambiante en fracciones de segundo como respuesta a los cambios de composición y de actividad que experimenta el propio centro dinámico. La conciencia primaria así definida posiblemente esté presente en mamíferos y en aves y su aparición puede situarse en la transición desde los reptiles hacia estas dos clases de animales hace unos trescientos millones de años. Sin embargo, un animal con conciencia primaria no posee un sentido auténtico del yo, no posee conciencia de sí mismo. Sus experiencias conscientes le permiten construir el presente teniendo en cuenta su experiencia pasada, el presente recordado, pero carece de los conceptos de pasado y de futuro. Para Edelman y Tononi, la autoconciencia y el sentido del pasado y del futuro requirieron el desarrollo de lo que denominan conciencia de orden superior, que surgió en la evolución durante el proceso de hominización y que fue unido al desarrollo del lenguaje (Castro & Toro, 2002:3).

Según su hipótesis, la conciencia de orden superior es aquella que nos otorga la conciencia de sí y con ella, la existencia del sentido del yo. Damasio, de forma similar a Edelman y Tononi, establece dos niveles de conciencia cuando manifiesta que el sentido del yo lo otorgan dos estructuras que tienen la función de mantener la homeostasis, una denominada el *proto-yo* y la otra, el *yo-central*. El *proto-yo* es “una colección coherente de pautas neuronales que representan, momento a momento, el estado de la estructura física del organismo en sus muchas dimensiones” (2002: 9). El *yo-central*, del que el autor menciona que somos conscientes y que se pone en marcha cuando percibimos un objeto, constituyendo una representación de segundo orden que registra todos los cambios producidos en el *proto-yo* con el fin de mantener la homeostasis. Los dos tipos de conciencias en Damasio son la *conciencia central* que está acompañada del *yo-central*, y la *conciencia ampliada*, a la que le corresponde el denominado *yo-autobiográfico*, el cual se genera gracias a la capacidad memorística de nuestro organismo, el cual registra las experiencias que proporciona la conciencia central. Para el científico estos registros son modificables por nuevas experiencias y pueden recuperarse (En Castro y Toro 2002:9).

Los recuerdos autobiográficos son procesados como si fuesen objetos y, por ello, pueden condicionar la respuesta del organismo en el acto de percibir un objeto real. Damasio denomina conciencia ampliada a la activación de la conciencia central producida por un objeto y por los recuerdos autobiográficos que se recuperan durante esa percepción. La conciencia ampliada exige disponer de estructuras cerebrales responsables de la memoria a largo plazo y de la memoria de trabajo. La conciencia ampliada proporciona al organismo un sentido del tiempo histórico, consciente del pasado vivido y capaz de anticipar el futuro, y le permite conocer mejor el entorno aprovechando las experiencias previas (Castro y Toro 2002: 10).

Cuando se hace referencia al yo-autobiográfico es necesario sumergirse en la teoría literaria para conocer y reconocer los diferentes fenómenos que lo producen. Gusdorf, filósofo e historiador español considera que a la autobiografía como la posibilidad de volver sobre lo vivido, dice “la autobiografía es la segunda lectura de la experiencia, y más verdadera que la primera, puesto que es toma de conciencia: en la inmediatez de lo vivido, me envuelve generalmente el dinamismo de la situación, impidiéndome ver el todo” (1991: 13). Se podría decir entonces que la autobiografía es la máxima expresión del *yo-autobiográfico* y que como una creación de la conciencia ampliada permite elaborar el *tiempo histórico* (Damasio, 2001) reelaborando el pasado vivido para así, transformar el presente.

El yo-autobiográfico se construye sobre la base de los recuerdos del pasado y de los recuerdos de los planes que hemos hecho; es la vida pasada y el futuro proyectado. Y el yo-autobiográfico ha provocado la memoria ampliada, el razonamiento, la imaginación, la creatividad y el lenguaje. Y de ellos han salido los instrumentos de la cultura: la religión, la justicia, el comercio, las artes, la ciencia, la tecnología. Y es dentro de esa cultura que podemos lograr, y ese es el descubrimiento, algo que no está establecido biológicamente por completo. Está desarrollado en las culturas. Lo desarrollan los seres humanos en colectivo. Y ésta es, por supuesto, la cultura en la que hemos desarrollado algo que denomino la regulación socio-cultural.

Hasta el momento se ha expuesto como Edelman y Tonini, junto con Damasio se han interesado por la conciencia y las emociones. Sus estudios ayudan a comprender el poder que tiene la experiencia humana para moldear la percepción de la realidad. Consecuentemente, nos hemos interesado en los estudios del neurofisiólogo colombiano Rodolfo Llinás, para quien la realidad es realmente un sueño y que es nuestra memoria, nuestro cerebro el gran director de orquesta de toda nuestra existencia. En 1997 la revista electrónica Salud y medicina, reseña una de sus conferencias en la que escribe:

El circuito neuronal que nos caracteriza: el sistema talámico y la estructura cortical. Entre ambos se establece un diálogo que ha servido para desvelar muchas curiosidades. Las células del tálamo producen descargas eléctricas distintas según si están despiertas (descargas largas) o dormidas (cortas). «Cuando estamos dormidos se crean descargas cortas, como estornudos, y no se genera consciencia. Es decir, que a baja frecuencia no existimos», dijo el neurofisiólogo. O, dicho de otra forma: cuando dormimos, las células no son capaces de hacer relevos de información. Se ha visto que la actividad eléctrica es igual tanto si la persona duerme como si no. Y que si a la persona dormida se le estimula para que oiga un sonido, no oye. En cambio, cuando soñamos, a pesar de que no recibimos estímulo externo, vemos y oímos. «De todo esto se desprende una conclusión rarísima», dijo Llinás. «Cuando estamos despiertos y conscientes, en realidad estamos soñando y esos sueños están siendo dominados por los sentidos que a su vez están gobernados por el mundo exterior. Mientras que cuando dormimos, están gobernados por la memoria. Es decir, que la vida es un sueño, algo que, por otro lado, hace mucho tiempo que se sabe».

Llinás plantea otra forma de ver la realidad y de percibirla, a su vez muestra como desde la memoria el ser humano articula toda la información que recibe tanto de su interior como del exterior y que realmente nuestras ondas cerebrales nos indican que cuando estamos despiertos nuestra conciencia es dominada por los sentidos y cuando estamos soñamos es dominada por la memoria. De modo que para él la vida es un sueño: “Yo solamente creo que el sistema nervioso lo que hace es soñar de dos modos: de noche, basados en las memorias y las invenciones; y de día, basados en los sentidos. Nosotros somos un estado en sueño modulado por los sentidos. Un estado onírico modulado por los sentidos” (Llinás, en Silva Guzman & Gómez Echeverri, 2013). Para Llinás, las emociones son desencadenantes de los patrones de acción fijos (FAP), que son respuestas motoras estereotipadas, los cuales pueden disparar otros patrones de conducta más específicos y pueden ser modificados por la experiencia, perfeccionarse y ser recordados. Esto pone de manifiesto la capacidad de la experiencia para modificar patrones de conducta más específicos, lo que podría llegar a intervenir en el estado homeostático del cuerpo.

La autobiografía y la homeostasis

Comprender, tal como nos expresa Gusdorf, que “la autobiografía no es la simple recapitulación del pasado; es la tarea, y el drama, de un ser, que, en un cierto momento de su historia, se esfuerza en parecerse a su parecido” y que esta reflexión sobre su existencia pasada constituye una nueva apuesta (1991: 15), posibilita su uso dentro del campo terapéutico. Durante el acto autobiográfico la persona toma conciencia de que se está recordando una vida pasada y, precisamente esa toma de conciencia, *conciencia histórica* la denomina Damasio, la que realiza la persona al narrar sus vivencias, es la que conecta su presente con su pasado y le permite reconstruir una realidad vivida para resignificar la experiencia y, a lo mejor otórgale otro sentido a su existencia.

La terapia narrativa ha sido una estrategia y herramienta ampliamente empleada para el mantenimiento de la homeostasis social y psicológica. Tal como expresa el investigador argentino Luis M. Zieher, el tema de las emociones tiene una larga trayectoria en psicología y psiquiatría y, gracias a la neurociencia moderna con la imagenología cerebral se esta confirmando lo que ya se había adelantado. Existe una gama amplia de estudios sobre el uso terapéutico y rehabilitador de la narración de la historia de vida como en casos de adicciones, depresión, duelo y muchas otras situaciones en las que el estado homeostático del individuo se encuentra alterado por emociones asociadas a experiencias traumáticas o negativas. Hemos llegado a considerar que la autobiografía puede tener por propósito el mantener la homeostasis en la persona, en casos en los que ciertas experiencias han alterado al cuerpo.

Zieher define dos procesos fundamentales que interactúan continuamente, la Homeostasis que es un proceso dinámico y continuo por el cual las funciones son mantenidas y la Alostasis que el proceso por el cual las funciones corporales cambian en respuesta a demandas o desafíos que provienen del entorno. La interacción continua entre estos dos procesos es la que permite a la persona vivir y adaptarse pero si la persona experimenta un estrés prolongado debido a la evocación emocional de experiencias traumáticas podría desencadenarse una enfermedad crónica por una carga Alostática. Por lo tanto, la emoción homeostática que reporta el estado biológico del cuerpo (temperatura corporal, la sed, el hambre, la conducta sexual entre otras) es un proceso consciente y necesario para la propia existencia.

Ahora bien, la autobiografía al ser toma de conciencia de la experiencia vivida nos permite evocar no solo los hechos o vivencias sino las sensaciones y emociones asociadas a ellos, para poder tomar distancia en el tiempo y moldear el recuerdo, asimilar y dar nueva perspectiva a la experiencia. Zieher expresa que la sensación de felicidad o desagrado, sufrimiento o de goce que acompaña a las emociones puede ser generado por la evocación, gracias a la memoria y que la persona vuelve a tener el sufrimiento o el goce que corresponde al sentimiento primario. Sin embargo, la evocación al ser parte de un fenómeno mayor como lo es la autobiografía trabaja para recapitular la experiencia y brindar la posibilidad de resiliencia para reescribir nuevas emociones.

No obstante, asegurar que el fenómeno autobiográfico modifica la percepción de la realidad y es una nueva oportunidad de existencia para la persona es un supuesto subjetivo e intersubjetivo que se hace visible en los propios textos autobiográficos, tal como lo analiza Anna Caballé, investigadora de la Universidad de Barcelona quien viene trabajando ampliamente en el campo de la autobiografía y que en su trabajo “Malestar y autobiografía” expone la íntima conexión del cuerpo como testigo autobiográfico de la Alostasis y homeostasis. La autora analiza tres textos autobiográficos en los que el narrador expone el cuerpo como escenario principal de las emociones y responde a la pregunta de ¿cómo aplicar las nuevas teorías neurocientíficas al estudio de la autobiografía? Apoyada en los estudios del historiador y literato Paul John Eakin, manifiesta que “la autobiografía puede cumplir una función autorreguladora, homeostática: la preservación o restauración de la estabilidad emocional, y por tanto corporal, en el individuo en momentos de crisis o de fractura” (2012: 29).

Consideramos que la experiencia humana, su recuerdo o significado y su evocación son tres momentos transformadores para una persona y que ellos ayudan a construir la idea de una conciencia de sí mismo con la facultad de transformar el sentido y el significado de nuestra existencia. Estos

tres momentos ocurren en el acto autobiográfico y al ser este un fenómeno íntimo posee elementos estructurales y funcionales necesarios como la memoria para su elaboración. El estudio de estas estructuras y mecanismos por parte de la neurociencia ha permitido comprender el por qué la autobiografía puede ser un camino terapéutico para resignificar nuestra existencia y más aún para poder mantener un equilibrio dinámico dentro de nuestro organismo gracias a la reelaboración de las emociones que hemos experimentado. Bajo este supuesto, podemos comprender que la realidad es una construcción realizada sobre la experiencia humana y que en una narración sobre los hechos vividos, es decir en una autobiografía, el yo que narra, no es el mismo yo que se está narrando, entendiendo así la naturaleza dinámica y cambiante del ser humano y su percepción de la realidad, tal como expresaba Paul Ricoeur:

La ficción narrativa, como hemos dicho, «imita» la acción humana en la medida en que contribuye a remodelar esas estructuras y esas dimensiones según la configuración imaginaria de la trama. La ficción tiene esa capacidad de «rehacer» la realidad y, de modo más preciso en el marco de la ficción narrativa, la realidad práxica, en la medida en que el texto tiende a abrir intencionadamente el horizonte de una realidad nueva, a la que hemos podido llamar mundo. Este mundo del texto interviene en el mundo de la acción para configurarlo o, me atrevería a decir, para transfigurarlo (Ricoeur, 1997 :199).

En la investigación se ha ido desvelando este fenómeno de trasfiguración en los textos autobiográficos de algunos de los y las participantes, ejemplo de ello es esta reflexión de Antonio, profesor de Lengua y Literatura en un instituto aragonés de enseñanza secundaria, y uno de los primeros participantes que exteriorizó su propio proceso:

“-Vamos a hablar sobre la impresión que tiene de escucharse a sí mismo.
-Me hace reflexionar y me ha dado pistas e ideas nuevas que pueden completar.
-¿De otros recuerdos?
-De otros recuerdos que, como te dije la última vez, se van enlazando, de un recuerdo sacas otro. Me ha venido muy bien oírlo. Al principio no me esperaba esto, me esperaba solo hacer algo sobre el papel. Pero así es mucho mejor, creo que has tomado una buena decisión.
-¿Cómo se siente?
-¿En qué sentido?
-¿Cuáles son las sensaciones que tiene ahora con respecto a lo que escuchó?
-Ahora me siento tranquilo. Siento que he vivido lo mejor que he podido la etapa de mi infancia. Ahora estoy viendo y cada vez veo más, que esta etapa ha sido importante para el resto de mi vida joven y adulta”
(Antonio, relato autobiográfico, en López, 2012).

Esta transfiguración de la realidad por la narración autobiográfica es una de las estrategias terapéuticas que puede ser empleada en la búsqueda del equilibrio dinámico de las funciones físicas y psicológicas del cuerpo y ser humano. Consideramos que un punto de partida en el estudio de este fenómeno es el reconocimiento de esta función creadora y transformadora de la autobiografía y consecuentemente, su uso como alternativa sanadora.

Asimismo, la reconciliación con el pasado mediante la profunda comprensión de las circunstancias personales permiten a la persona dar otros sentidos a su propia existencia, tal como lo dejó escrito Yolanda, maestra española con 39 años de experiencia docente a pocos meses de su jubilación.

“De lo que sí puedo estar segura es que la infancia que me tocó vivir fue modelando mi inteligencia emocional de manera muy controlada sin altibajos, con grandes dosis de optimismo porque las vivencias eran muy positivas y gratificantes y con respeto y agradecimiento hacia los que contribuían a enseñarme a querer mejorar aceptando y tratando de superar las pequeñas frustraciones que iban apareciendo en el diario caminar. Ese equilibrio personal, ese respeto hacia cualquier persona, ese ayudar y confiar en que puedes y pueden mejorar me ha servido de mucho en mi profesión de maestra” (Yolanda, escrito autobiográfico, en López, 2011).

El acto autobiográfico además de posibilitarle a la persona el reelaborar su historia puede brindarle alternativas de futuro, planteadas como posibilidades dentro de la ficción propia de la narración. Tal es el caso de la respuesta de María, una maestra colombiana, que se pregunta a sí misma:

“¿Sigo siendo maestra? Sigue corriendo por mis venas el enorme deseo de contribuir, según mi capacidad, para que las personas puedan cualificarse en la búsqueda de un mundo más humano. En el mejor de los casos, eso también me cualifica y le seguirá dando sentido a mi vida... Hoy, alejada de la labor docente, de los horarios, del ruido de los estudiantes, de las evaluaciones, de las clases, de las reuniones, de los trabajos para presentar, de las formaciones, de los ensayos, de las presentaciones ante la comunidad, ...me pregunto: ¿Qué quiero hacer de la vida que me queda? Por el momento, quiero ocuparme de mí...”. (María, en López & Luengo, 2014)

María comparte en su autobiografía no solo aquello que le sucede sino aquello que le ocupa e inquieta y deja entrever que este no es el final de su narración, sino un nuevo principio lleno de posibilidades. Extractos autobiográficos como los anteriormente expuestos han facilitado el acercamiento a procesos transformadores muy íntimos y han abierto nuevas líneas de investigación compatibles con otras disciplinas como la neurociencia o la psicología.

REFERENCIAS

- Amengual, G. (2007). Transformación del concepto de Experiencia: de Kant a Hegel. *TÓPICOS. Revista de Filosofía de Santa Fé (Rep. Argentina) Vol. 15* , 1-20.
- Arendt, H. (2005). *Ensayos de comprensión: 1930-1954. Escritos no reunidos e inéditos de Hannah Arendt.* (A. Serrano de Haro, Trad.) España: Grupo PlanetCaparrós editores.
- Amengual, G. (2007). Transformación del concepto de Experiencia: de Kant a Hegel. *TÓPICOS. Revista de Filosofía de Santa Fé (Rep. Argentina) Vol. 15* , 1-20.
- Arendt, H. (2005). *Ensayos de comprensión: 1930-1954. Escritos no reunidos e inéditos de Hannah Arendt.* (A. Serrano de Haro, Trad.) España: Grupo PlanetCaparrós editores.
- (1984). *La vida del espíritu. El pensar, la voluntad y el juicio en la filosofía y en la política.* (R. Montoro Romero, & F. Vallespin Oña, Trads.) Madrid, España: Centro de estudios Constitucionales.
- Caballé, A. (2012). Malestar y autobiografía. *Cículo de Lingüística aplicada a la comunicación* (50), 25-38.
- Castro, L., Toro, M. (2002). Neurobiología de la conciencia: rnrnla actividad mental de la materia. *Revista de libros* (67-78), 1-13.
- Damasio, A. R. (20001). *La sensación de lo que ocurre: Cuerpo y emoción en la construcción de la conciencia.* Barcelona, España: Debate.
- Dewey, J. (2004). Experiencia y educación, 1ª Ed 1938. En J. (. Sáenz Obregón, *Experiencia y educación. Colección memoria y crítica de la educación, serie clásicos de la educación* (págs. 62-126). Madrid, España: Editorial Biblioteca Nueva, S.L.
- Domínguez, L. (1999). Yo, sí mismo o autovaloración? *Revista Cubana de Psicología. Vol 16* , 3-7.
- Gusdorf, G. (1991). Condiciones y límites de la autobiografía. *La autobiografía y sus problemas teóricos. Estidos e investigación documental. Suplementos Anthropos, vol 29* , 9-17.
- Guzman, M., Gómez, F. (18 de Noviembre de 2013). Las increíbles travesuras del doctor Rodolfo Linás. *El tiempo* .
- Hegel, G. W. (1985). *Fenomenología del espíritu.* (W. Rocés, Trad.) Madrid, España: Fondo de Cultura Económica.
- Immanuel , K. (1999). *Crítica de la razón pura* (Vol. 1 y 2). (P. Ribas, Trad.) Madrid: Alfaguara.
- James, W. (1950). *Principles od psychology* (Vol. 2). Nueva York: Dorver Publications.
- Llinás, R. (24 de abril de 1997). *La vida es un sueño.* Recuperado el Diciembre de 2011, de Salud y medicina: <http://www.elmundo.es/salud/Snumeros/97/S244/S244neurofisiologia.html>
- (2002). *El Cerebro y el mito del yo: el papel de las neuronas en el pensamiento en el comportamiento humanos.* Bogotá- Colombia: Editorial norma.
- López, Y. (2012). *¡La educación que me (de)construyó! Relatos autobiográficos de maestros.* Universidad de Zaragoza, Zaragoza.
- López, Y., Luengo Gascón, E. (2014). Una auto-biografía en colaboración: Ser maestra en Colombia. En E. Camarero Calandria (Ed.), *Contenidos y formas en la vanguardia universitaria* (págs. 225-240). Madrid, España: ACCI, Asociación Cultural y Científica Iberoamerica.
- Ricoeur, P. (1997). Narratividad, fenomenología y hermenéutica. En G. Aranzueque (Ed.), *Horizontes del relato. Lecturas y conversaciones con Paul Ricoeur* (págs. 479-496). Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Sánchez, J., López, I.(2008). La memoria: una estructura para la creación. *Arte, Individuo y Sociedad. Vol. 20* , 21-42.
- Zieher, L. M. (2015). *Procesamiento de las emociones y los sentimientos. El self-feeling.* Obtenido de Memoria y Emociones: De la adpatación al agotamiento vital: www.gador.com.ar/wp-content/upload/2015/04/men_y_emo.pdf