

el aula  
**e-nos**

# Qué es una historia, qué elementos la componen

Síntesis escrita

*Curso Comenzar a contar(Nos)*

*Erick Lezama*

# Qué es una historia, qué elementos la componen



Las historias son una suerte de imanes de los que no podemos despegarnos. Nos pasamos la vida contándolas y consumiéndolas. A diario, desde que tenemos consciencia, sentimos la necesidad de narrar nuestras experiencias (un mal día, un problema familiar, un viaje, una fiesta) y de escuchar las de nuestros allegados. “La vida, en el acto de recordar, no es más que una colección de experiencias”, escribió con razón el cronista peruano Julio Villanueva Chang.

*Necesitamos las historias para comprender nuestro lugar en el mundo.*

A veces, las historias que nos roban la

atención *aparentemente* ni siquiera tienen que ver con nosotros: las vemos en películas, en telenovelas, en series, en el teatro; las escuchamos en la radio, en canciones; y las leemos en libros. Incluso, hay historias que llegan a nosotros sin buscarlas: estamos en el transporte público, el desconocido que va a nuestro lado comienza a echar un cuento y nos quedamos enganchados... Y de pronto hasta nos vemos pensando en esa vida ajena sobre la que no sabemos más que ese cuento fugaz.

Las historias, de todo tipo, nos resultan cotidianas.

¿Qué es eso que nos magnetiza de ellas? ¿Por qué ocurre?

“Siempre he pensado que la narrativa es el arte primordial de los humanos. Para ser, tenemos que narrarnos”, dice la escritora

española Rosa Montero en su libro *La loca de la casa*. Para ser tenemos que narrarnos porque para construir conocimiento (para entender la realidad) el hombre no solo apela al pensamiento lógico —el de la razón—, sino también al **pensamiento narrativo**. Es una de las formas en que nuestro cerebro puede ordenar la información para elaborar interpretaciones sobre el mundo. **Es decir, necesitamos las historias para saber dónde estamos parados.**

Así lo postuló el psicólogo y pedagogo estadounidense Jerome Bruner, quien se dedicó a investigar la capacidad y necesidad del ser humano de narrar. Fue su línea de investigación por cuatro décadas. Bruner describió el pensamiento narrativo como “aquel que se orienta hacia la construcción, no de argumentos lógicos o inductivos, sino a la de relatos o narraciones” y que “se ocupa de las intenciones y acciones humanas y de las vicisitudes y consecuencias que marcan su transcurso”.

*Nos identificamos con el sistema interno que coge el caos de la vida y lo transforma en cuentos lógicos y consistentes.*

“El pensamiento narrativo consiste en contarse historias de uno a uno mismo y a los otros; al narrar estas historias vamos construyendo un significado con el cual nuestras experiencias adquieren sentido. La construcción del significado surge de la narración, del continuo actualizar nuestra historia, de nuestra trama narrativa. Es una actividad humana fundamental”, explica el también psicólogo e investigador chileno Alfredo Ruiz.

Esto quiere decir que todos tenemos un *yo narrador*. “El hemisferio izquierdo del cerebro es la sede no solo de nuestras capacidades verbales, sino también de un intérprete interno que intenta

constantemente dar sentido a nuestra vida, utilizando pistas parciales con el fin de idear narraciones plausibles (...). La mayoría de la gente se identifica con su yo narrador. Cuando dicen 'yo', se refieren al relato que hay en su cabeza, no al torrente de experiencias que viven. Nos identificamos con el sistema interno que coge el alocado caos de la vida y lo transforma en cuentos en apariencia lógicos y consistentes", escribió el historiador y escritor israelí Yuval Noah Harari en *Homo Deus*.

¿Qué es, entonces, una historia?

¿Qué tienen en común las historias de **La Vida de Nos**?

¿De qué están hechas?

El Diccionario de la Real Academia Española dice que una *historia* es la "narración y exposición de los acontecimientos pasados y dignos de memoria, sean públicos o privados". Y agrega un verbo, *historiar*, al que atribuye tres acepciones.

*Una historia funciona como un puente con el que nos encontramos con nosotros mismos y con los otros.*

a) componer o contar historias,

b) exponer las vicisitudes por las que ha pasado alguien o algo,

c) adquirir la importancia necesaria como para ser recordada.

Podríamos decir entonces que **La Vida de Nos** se dedica al oficio de *historiar*. Para nosotros las historias, el centro del trabajo que hacemos, son eso: relatos de no ficción en los que un narrador nos presenta a un personaje que de pronto se ve rodeado de obstáculos y vicisitudes que tambalean su equilibrio (su mundo conocido). Este personaje trata de superar o sortear la adversidad para estabilizarse

de nuevo (para volver al mundo que conocía o para ir a otro nuevo). Le pasan cosas, se enfrenta a circunstancias sobrevenidas, toma decisiones, se encuentra con gente que lo auxilia y le indica un camino a seguir (los llamamos, de hecho, “personajes auxiliares”). La expectativa sobre si el protagonista logrará o no superar las pruebas en el camino produce una tensión que funciona como combustible para que la historia avance. Y en tanto nuestro personaje avanza, se va transformando, se va convirtiendo en otro. En medio de esa transformación, el espectador que asiste al relato se emociona, siente empatía. Es lo que llamamos “efecto”, que se produce porque el reflector, en todo momento, está puesto sobre la condición humana de los personajes.

Y es la condición humana lo que nos hermana a ellos.

Una historia funciona como un puente en el que nos encontramos con nosotros mismos y, al mismo tiempo, con los demás.

Una historia es el relato de un momento. Un momento “digno de memoria”.

Una historia de no ficción al estilo de **La Vida de Nos** tiene, como los relatos literarios, los siguientes elementos: **un narrador** que nos cuenta —que interpreta, que tiene un **punto de vista**— sobre **personajes** (protagonistas y auxiliares) que **actúan**, que les ocurren **hechos** (estos constituyen la **trama** o **anécdota** transversal en el relato), en un **tiempo** específico y en un **lugar** determinado. Todo produce una **atmósfera**, un pequeño mundo que se debe a sí mismo, que tiene su propia lógica.



DESARROLLADO POR:

la  
vida  
de  
**nos**

**El Aula e-nos**

[www.lavidadenos.com](http://www.lavidadenos.com)

[lavidadenos@gmail.com](mailto:lavidadenos@gmail.com)

@lavidadenos

*Este documento tiene fines formativos. No puede ser reproducido ni distribuido, total o parcialmente, ni con fines comerciales, sin el consentimiento de su propietario.*