EL ENTREDICHO



Nº40
AGOSTO-SEPTIEMBRE-
OCTUBRE 2026

HOJAS INFORMATIVAS DE LA
ASOCIACIÓN SAN JUAN

CONTENIDOS

Un nuevo Entredicho. Vacaciones de verano 2026.....**1**

Vivencias de San Miguel.....**7**

Forjando espadas de luz.....**8**

Las representaciones de San Miguel en el arte.....**10**

Fiestas populares del tiempo de S. Miguel en Canarias.....**19**

Tiempo para recomenzar.....**21**

Encuentro de la Sociedad Antroposófica en Tenerife.....**23**

Encuentro desde una comunidad de vida.....**24**

Jornada de encuentro Tenerife.....**26**

Sobre el encuentro celebrado en Tenerife.....**28**

Conferencia: La Agricultura Biodinámica desde un enfoque cultural.....**30**

Bienvenidos, compañeros.....**37**

Nuevos grupos.....**39**

De la mano con San Juan.....**42**

Una cita con Florencio Herrero.....**45**

Un dulce otoño en casa hogar.....**50**

Sabores de otoño.....**51**

Beneficios del baño sonoro.....**52**

Agüitas de Casa: La milenrama.....**53**

Canción de otoño.....**57**

Para recibir el entredicho mensualmente en formato digital envía ¨suscripción¨ al correo:

entredicho@asociacionsanjuan.es

Contenidos:

La información presente en los artículos es aportación y creación propia de cada autor. Por tanto, la Asociación no se hace responsable de la misma.

Proyecto Gráfico:

Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.

Consejo Editorial:

Sergio Sosa y Patricia González.

Bernadette Hegú

Un nuevo entredicho

Un año más, con gran ilusión, nos disponemos a comenzar este nuevo ciclo y queremos hacerlo con un pequeño recorrido por las vivencias que marcaron nuestro tiempo de verano. Como ya es costumbre, los compañeros se dispusieron a disfrutar juntos de sus esperadas vacaciones de verano, una oportunidad para encontrarse, para descubrir nuevos lugares, para concluir un año de trabajo y entrega, para descansar y llenarse de la alegría del tiempo estival. Fueron cuatro los grupos de viajeros que se conformaron para visitar cuatro destinos diferentes: Los Cristianos, La Palma, La Gomera y Gran Canaria. Sus rincones nos ofrecieron bellos instantes que hoy deseamos compartir a través de estas letras.

Gran Canaria





El 6 de junio comenzamos nuestro viaje rumbo a Gran Canaria. Desde Tenerife embarcamos llenos de ilusión y emoción por los días que teníamos por delante. El trayecto transcurrió de manera tranquila y agradable, entre conversaciones, risas y la alegría de compartir juntos el comienzo de una nueva experiencia. Al desembarcar en Agaete, nos dirigimos hacia Mogán, haciendo antes una parada para comer en el restaurante Cueva de Bartolo, situado en el Barranco de Guayadeque. El restaurante, integrado en antiguas cuevas excavadas a mano en la roca volcánica, nos ofreció un primer encuentro con la historia y la particularidad de la isla. Allí celebramos también el cumpleaños de una de nuestras compañeras, convirtiendo aquella primera comida en un momento especial de encuentro y celebración.

Después llegamos a nuestro alojamiento en Mogán, situado justo junto a un precioso puerto marítimo y muy cerca de la playa. El entorno nos permitió disfrutar desde el primer momento de la cercanía del mar; incluso podíamos observar numerosos peces nadando en el fondo de sus aguas. Esa primera tarde nos relajamos en la playa mientras contemplábamos el atardecer, dejando atrás el ritmo cotidiano y entrando en el ambiente de aquellos días. Cada noche, después de cenar, nos reuníamos todos en uno de los apartamentos para compartir y escribir nuestro diario de viaje. En uno de estos encuentros surgió, entre risas, el nombre que nos acompañaría durante el viaje: «Los Gafiones», un juego de palabras entre las gafas de vista que llevábamos todos y el conocido grupo folclórico canario Los Gofiones. Así nació algo que acabaría representándonos y que nos acompañó hasta el regreso.

El segundo día vivimos una de las experiencias más especiales del viaje. Realizamos una larga travesía en coche que nos permitió atravesar Gran Canaria prácticamente de un extremo al otro, cruzando la isla y partiéndola simbólicamente por la mitad, desde la costa hasta la cumbre. Durante el recorrido fuimos descubriendo cómo el paisaje iba cambiando a nuestro alrededor, pasando por Tejeda y los Tilos de Moya, contemplando el Roque Nublo y el Roque Bentayga, además de atravesar el bosque de laurisilva. Nuestra ruta terminó en Gáldar, donde visitamos el Museo y Parque Arqueológico Cueva Pintada. Allí pudimos acercarnos a la historia de los antiguos habitantes de la isla y descubrir, a través de sus restos, parte de la memoria que permanece ligada a esta tierra.

El tercer día tuvo un ritmo más tranquilo y estuvo dedicado especialmente a disfrutar de la convivencia. Pasamos una mañana muy divertida en la piscina del hotel y compartimos el almuerzo en una pizzería. Después disfrutamos del spa del hotel, encontrando un espacio para el descanso y la relajación. Más tarde, paseamos por las calles de Mogán, disfrutando de su ambiente y de la belleza del pueblo. Para finalizar la noche, nos reunimos para tomar un refrigerio y brindar por la experiencia. Entre chistes, conversaciones y risas, alrededor de aquella mesa se creó un ambiente de cercanía y calidez que resume muy bien el espíritu de nuestro viaje.

El último día nos despedimos de Gran Canaria con un pícnic en Arucas, bajo la presencia de su majestuosa catedral. Después emprendimos el regreso a Tenerife. Y, como si el viaje necesitara una última expresión compartida, durante el trayecto en barco cantamos juntos la canción de «Los Gafiones», cerrando así unos días llenos de encuentros y momentos para recordar. Más allá de los lugares visitados, nos llevamos algo que no aparece en ningún mapa: los momentos compartidos, las risas, las conversaciones, el descanso, el descubrimiento y la alegría de haber vivido estos días juntos. Un viaje que, poco a poco, fue creando un recuerdo común que permanecerá entre nosotros.

Canción de los Gafiones.

Gran Canaria generosa, mira qué isla tan hermosa,
llegando a Agaete, en un barco cohete.
Cogimos el coche y la guagua, pues no había piragua,
hacia puerto Mogán, a ver si había un tobogán
para bañarnos en el agua, que el calor apretaba.
Gran Canaria generosa, mira qué isla tan hermosa,
De la costa a la cumbre, hay barranco fecundo,
de poblados habitados y de palmeras colmados.





Rebeca Matos.

Los Cristianos



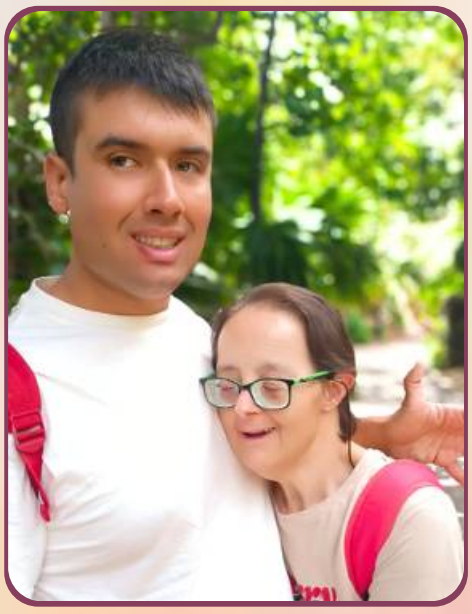
Con la ilusión de compartir unos días diferentes, compañeros y colaboradores de las dos casas hogar nos reunimos para disfrutar juntos de una nueva aventura, esta vez sin necesidad de salir de nuestra isla. Nos dirigimos hacia Los Cristianos, donde nos esperaba el Hotel Mar y Sol, que se convertiría en nuestro hogar durante los siguientes días. Este establecimiento destaca por sus instalaciones accesibles y adaptadas, diseñadas para que todos los huéspedes puedan disfrutar de una estancia cómoda, agradable y sin barreras. Entre sus principales atractivos se encuentran sus habitaciones acondicionadas y sus amplios espacios comunes, que invitan al descanso y al disfrute. Un entorno pensado para que cada persona pueda aprovechar al máximo sus vacaciones, compartir experiencias y sentirse como en casa.

Tras disfrutar de un buen almuerzo en un restaurante típico canario, nos instalamos tranquilamente en nuestras habitaciones y, mientras algunos terminaban de acomodarse, otros aprovecharon para darse un buen baño en las piscinas del hotel. Al finalizar la tarde, volvimos a reunirnos todos para compartir una agradable cena y poner el broche al primer día de nuestro encuentro.

A la mañana siguiente, nos levantamos temprano, pues nos esperaba una visita muy especial. Después de desayunar, emprendimos el camino hacia Santa Cruz de Tenerife, donde nos aguardaba una visita guiada al Palmetum. Allí tuvimos la oportunidad de conocer un poco más sobre el fascinante mundo de las palmeras y la gran variedad de vegetación procedente de diferentes lugares del planeta. Durante el recorrido aprendimos muchas curiosidades y descubrimos cómo este espacio se ha convertido en un auténtico rincón de naturaleza dentro de nuestra propia isla. Tras la visita, nos dirigimos hacia La Laguna, donde compartimos un almuerzo en un tradicional restaurante de carnes a la brasa. La tarde transcurrió entre momentos tranquilos, conversaciones y buenos ratos compartidos, para terminar nuevamente reunidos alrededor de la mesa durante la cena.

El tercer día decidimos tomárnoslo con más calma y disfrutar del propio hotel. Pasamos la mañana juntos en la piscina, disfrutando del buen tiempo y de esos momentos sencillos que, muchas veces, terminan convirtiéndose en los recuerdos más especiales.

Y llegó el último día... Así terminaron estos días de encuentro en nuestra tierra, descubriendo que no siempre es necesario irse muy lejos para vivir una buena aventura. Hemos conocido nuevos rincones, aprendido sobre la naturaleza que nos rodea, disfrutado de momentos de descanso y, sobre todo, hemos tenido la oportunidad de compartir tiempo, conversaciones, risas y experiencias entre compañeros y colaboradores. Nos quedamos con el recuerdo de unos días sencillos, pero especiales, de esos que nos demuestran que lo más importante son las personas con las que decidimos compartir nuestro camino.







Boris Wallenius.

LA PALMA



Tras una noche de sueños y emociones, amanecía el lunes 6 de julio, día en que se unieron varias personas para disfrutar de una de las experiencias más bonitas del año. Se conformó un grupo que puso rumbo a La Palma para compartir un lindo y maravilloso viaje junto a Daniela, Alejandro Rodríguez, Charleen, Malena, Damián, Asier, Ángeles y Leyan. Entre sonrisas e ilusiones zarpamos... Las olas y el viento susurraban al son de la alegría.

Al llegar, nos recibió un radiante día de sol. Un precioso mirador nos dio la bienvenida y, como no podía faltar, disfrutamos de un rico almuerzo en el mítico restaurante Chipi Chipi. Al terminar, nos esperaba un hotel con fantásticas vistas, donde nos sentimos muy acogidos. Una vez instalados, nos dispusimos a disfrutar de la piscina y a compartir una tarde espectacular.

El día siguiente nos deparaba bonitas experiencias y una deliciosa comida. Un lindo y rico bufé de desayuno nos esperaba. Más tarde acudimos a un sendero vestido de paisajes volcánicos e impresionantes cultivos de plátano. Al finalizar el recorrido, llegamos al barrio llamado «La Bombilla», donde un gran faro nos ofreció su sombra para beber agua y descansar. Terminamos la tarde descansando y disfrutando de la piscina.

Al día siguiente nos dirigimos al Museo Arqueológico de Los Llanos de Aridane, donde pudimos descubrir la historia de los antiguos habitantes de La Palma, cómo vivían, cuáles eran sus costumbres y cómo se relacionaban con la naturaleza. Aprovechando la belleza de los rincones de este pueblo, decidimos disfrutar de un pícnic rodeados de árboles, esculturas, cascadas y peces. Esa misma tarde fuimos a contemplar los miradores del volcán de Tajogaite y, al terminar, no podía faltar un buen baño en el mar.

Se acercaba el final del viaje y nos preparamos para desayunar y hacer nuestras maletas. También disfrutamos de una grata despedida por parte del personal del hotel, que nos dedicó un cariñoso «¡Hasta pronto!». Llenos de alegría y con muchas experiencias vividas, nos preparamos para emprender el viaje de vuelta a casa.







Leyan Sáez.

LA GOMERA

Como ya es costumbre, a finales de junio los compañeros ya están expectantes por la llegada de los campamentos de verano. Todos tienen sus ilusiones puestas en lo que se les va a ofrecer y a dónde irán esta vez. En esta ocasión, un grupo formado por ocho compañeros y cuatro colaboradores, nos desplazamos a la hermosa isla de La Gomera. En esta aventura por tierras gomeras participaron Françoise, Yolanda, Adriana, Nuria, Rayco, Dara, Gerani y Gilson.

Tuvimos un buen viaje en *ferry* desde Los Cristianos ya que el mar, por suerte, no estaba picado. Al llegar a San Sebastián de la Gomera nos recibió un tiempo soleado, pero ventoso; lo que nos ayudó a no sentir demasiado calor. Aprovechamos la mañana en la capital gomera donde visitamos el Museo Casa de Colón y también entramos en la Iglesia de la Asunción; luego nos dimos un paseo por el parque de la Torre del Conde, donde pudimos sacarnos algunas fotos. Como ya el hambre empezaba a dar signos de presencia, nos acercamos a uno de los restaurantes de la capital para disfrutar de un almuerzo ligero, ya que nos esperaban unas cuantas curvas hasta el hotel.

Terminado el almuerzo, nos dirigimos al Hotel Jardín Tecina, donde fuimos recibidos con esa cortesía que caracteriza a los gomeros. Nos instalamos y disfrutamos de una tarde de descanso,



admirando las vistas al mar y la puesta de sol. Esa noche disfrutamos de una cena en el bufé del hotel, donde a más de uno se nos salían los ojos al ver la variedad de comidas que nos ofrecían. Nos brindaron un servicio muy atento y nos reservaron una gran mesa para que, durante toda nuestra estancia, no nos preocupáramos por buscar dónde sentarnos.

En los días siguientes, después de desayunar, salimos a hacer diferentes rutas con las furgonetas. Visitamos el hermoso pueblo de Hermigua, donde descubrimos su museo etnográfico. También pasamos por Agulo y subimos hasta el mirador de Abrante. Disfrutamos de los paisajes del Cedro y la Laguna Grande, además del monumento natural de los Roques.

Uno de los días también aprovechamos para dar un paseo por Valle Gran Rey, disfrutar de sus miradores y, por supuesto, de la gastronomía del pueblo, compartiendo un delicioso almuerzo, junto a la costa, justo al lado del muelle. No podemos olvidar las piscinas del hotel, pues fueron un lugar donde todos los compañeros, sin excepción, disfrutaron plenamente. Hubo muchas risas, mucha gimnasia en el agua y muchos chapoteos que contagiaban la alegría. Aunque a ninguno nos apetecía marcharnos, debíamos salir para arreglarnos antes de la noche, que terminaba con los animados espectáculos musicales del hotel. Casi sin darnos cuenta, llegó el momento de regresar a casa. Los compañeros regresaban en el barco con una gran sonrisa cada vez que recordábamos algo ocurrido durante el viaje.







José Ramón Leiro.

VIVENCIAS DE SAN MIGUEL

Como madre, llego a esta celebración con algunas palabras rondando mi cabeza: valor, superación, valentía, fuerza interior, coraje. Y como siempre, al llegar a San Juan, lo que encuentro es amor, respeto, comunidad y miradas a los ojos y al corazón.

La jornada comienza con un círculo en el que compartimos y cantamos. También los niños y las niñas nos ofrecen su mejor representación del caballero y la princesa (un momento que llevamos presenciando en nuestras casas desde hace varias semanas, con la espada que asoma bajo el brazo de los niños y niñas evocando una gran sonrisa de fuerza). Comienzan entonces las pruebas de valor, en las que participan todos los niños y niñas. Y ahí van con su tarjeta, en la que se enumeran las pruebas. Hay de todo: pruebas de fuerza, de equilibrio, de resistencia, de valentía... y entre todas las que había este año, hubo una que me gustó especialmente. Me refiero a la prueba de los cubos de agua. Había que llenarlos y llevarlos al tanque de los peces, donde se vaciaban. Más allá de llevar agua a los peces, me gustó mucho cómo, en ocasiones, tenían que unir fuerzas entre los más pequeños para poder completar la prueba, pues requería de mucha fuerza, resistencia y equilibrio. Creo que estas experiencias de «yo puedo», de superación, ofrecen momentos de gran crecimiento que les sirven mucho más allá de la prueba en concreto. Son experiencias que aportan un aprendizaje importante.

Después de las pruebas, como cada San Micael, estuvimos compartiendo la merienda y los ricos dulces elaborados por las familias. También cabe destacar el millo que ofrecieron los compañeros a los niños, un millo que ellos mismos han cultivado, cosechado y cocinado para la ocasión.

Como madre, pero también como individuo, considero que los valores que se ponen encima de la mesa en esta celebración de San Miguel son de vital importancia: en la maternidad y la crianza son valores que nos ayudan a no rendirnos, a sostener y a cuidar con amor, paciencia y entrega, incluso en el cansancio, en el miedo, en la confusión y en cada desequilibrio que experimentamos en este camino tan arduo, maravilloso y transformador. La valentía y la fuerza interior son el motor que nos empuja, tanto a pequeños como a mayores, a crecer, a aprender y a vivir en continuo desarrollo. En la vida en sociedad es también fundamental tener el valor y la fuerza de conectar con nuestros principios de amor hacia nosotros mismos y hacia los demás, tratando de no dejarnos llevar por corrientes que nos alejan de nosotros mismos, en las que el individualismo y lo material se presentan como lo importante. La experiencia de este día es el mejor de los regalos, ya que nos permite forjar recuerdos que nos acompañarán en nuestro camino.



Nos miramos entre nosotros y reconocemos los miedos, los procesos y los límites como algo tan nuestro, empatizando con el otro y ofreciéndole nuestra mano, de la misma forma que los niños y las niñas unen sus fuerzas para lograr levantar ese cubo de agua que tanto pesa y que, entre dos, es más liviano y llevadero. Yo te veo fuerte y soy más fuerte a tu lado. Esto representa para mí San Micael: saber reconocer y aprovechar lo que puede ser una oportunidad de sacar esa fuerza y demostrarnos a nosotros mismos que somos capaces, válidos y perfectos en nuestro ser y en nuestro hacer.

Yaiza Morales.

FORJANDO ESPADAS DE LUZ

Septiembre es un mes de reinicio y reencuentro. Semana a semana, en el Centro de Día San Juan, se retoman las actividades ordinarias del calendario lectivo: los compañeros y colaboradores volvemos a las labores, recibimos a los nuevos voluntarios, se forman los nuevos grupos y vamos incorporando las actividades extraordinarias: caminatas, piscinas, entrenamientos de baloncesto, etc. También los niños y niñas que forman parte de la comunidad vuelven a la calidez del aula del Grupo de Juego con sus maestras y la Espiral vuelve a colmar los sábados de alegría compartida, aprendizajes y juego.

En tal momento del año son tres los aspectos referentes que permiten que nos situemos y nos respaldan en la vivencia de este tiempo. La celebración cardinal es la de San Miguel, que nos acompaña en esta puesta en marcha, con su iniciativa y voluntad, señalando el camino recto y llenándonos de coraje para definir propósitos que nos guíen durante el resto del ciclo que está empezando y nos ayuden a llevar a cabo nuestra labor. Si preguntas a cualquier compañero o niño de San Juan: «¿Qué celebramos en San Micael?», te dirá: «Fuerza, valor y coraje». Es tiempo de ponernos a prueba, de mantener a raya a nuestros dragones y de persistir en la consecución de nuestra mejora personal y el desarrollo de nuestras virtudes.

Para que esta tarea propuesta tenga una resonancia en la vida de los infantes, se propone una vivencia a través del juego, de la labor, de la música, de los cuentos... En el caso del juego, por ejemplo, exploran y desarrollan sus sentidos y destrezas, se conocen y enfrentan al dominio del cuerpo, al saber desenvolverse en el entorno y en la relación con los demás. Por ello, los compañeros, junto a los colaboradores preparan una celebración en la que los niños puedan afrontar retos, creando escenarios y recorridos pensados para que empleen todos sus sentidos. El equilibrio, el oído, la vista, el gusto, la palabra, el percibir al otro y algunos aspectos más serán puestos a prueba, y los niños y niñas saldrán fortalecidos al haberse superado y saberse portadores de fuerza, valor y coraje.



El segundo aspecto fundamental es la gratitud ante la cosecha y la abundancia que trae consigo la finalización del verano, la conservación y el cuidado de los alimentos. En la tradición popular del lugar encontramos este elemento en la celebración de las romerías. Nosotros, en San Juan y desde la Espiral, lo hacemos a través de las decoraciones y la ambientación del lugar. La mesa de estación se llena de frutos maduros y, alrededor de ella, cantamos y recitamos para agradecer lo que la tierra nos ha brindado. También iremos a la huerta a recoger frutos, haremos mermeladas y las degustaremos en los desayunos. Contaremos historias sobre la alegría del compartir lo que la naturaleza nos ofrece.

El tercero, y no menos importante, es la progresiva llegada del otoño; el sentir y percibir los cambios que en la naturaleza están sucediendo, nos permite asistir a este tiempo de transición que va desde la expansión connatural del verano hacia la concentración propia del invierno. Aspectos como los matices que toman la luz y el color, la necesidad de descanso de la tierra y las semillas… serán protagonistas. En este sentido, los tonos dorados, naranjas, rosados, terrosos o verdes más oscuros irán apareciendo cuando pintemos acuarelas o trabajemos con los materiales habituales; también será el momento de arar la tierra, aportarle el compost y dejarla reposar un tiempo antes de retomar la siembra.

Al fin y al cabo, lo que buscamos es mostrar y propiciar esas situaciones en las que se puedan desarrollar virtudes humanas, que pueden actuar como espadas que den luz en los retos que se nos presentan cada día. Al realizar un pequeño proyecto en la huerta, un modelado en cerámica, un cuadro con lana o al aprender a recitar un poema, nos enfrentamos a nuevos desafíos, entendemos que todo tiene su tiempo y perseveramos en la labor desde el entusiasmo y la alegría de entregar al mundo nuestro hacer. Cultivamos la paciencia, la perseverancia, el agradecimiento, la dirección, la alegría, el respeto por los ritmos… propios y de los demás. Se trata de multitud de cualidades trabajando mancomunadamente para que lo más elevado de lo humano se manifieste.









Lourdes Casas.

LAS REPRESENTACIONES DE SAN MIGUEL EN EL ARTE

El 29 de septiembre se celebra al arcángel Miguel, figura recurrente y transversal en las distintas religiones, impregnada de un profundo significado histórico, espiritual y simbólico. Su nombre hebreo, Mi-ka-El, significa «¿Quién es como Dios?» (en latín, «Quis ut Deus?»). Esta denominación, que suele aparecer escrita en su escudo en esculturas y pinturas (fig. 1), nos ayuda a comprender el significado de la figura de Miguel en el Antiguo Testamento: no encarna un poder autónomo ni una divinidad subordinada, sino que proclama la trascendencia absoluta del Creador, con quien nada ni nadie puede compararse y que derrota cualquier intento de soberbia o rebelión por parte de las criaturas. Según la tradición, Miguel habría pronunciado la frase «Quis ut Deus?» en el momento de la expulsión de los ángeles rebeldes. Por ello, suele aparecer representado luchando contra el dragón, con dicha inscripción en su escudo. La mención más antigua de Miguel aparece en la literatura judía de mediados del siglo II a. C., concretamente en el Libro de Daniel. En Daniel 12, 1 se le define como el guardián del pueblo elegido frente a las adversidades históricas y espirituales: «Por aquel tiempo se levantará Miguel, el gran príncipe que se ocupa de los hijos de tu pueblo [...]». El término «arcángel» significa, de hecho, «príncipe de los ángeles». Los arcángeles, que permanecen constantemente en presencia del trono de Dios, tienen la misión de llevar a cabo sus intervenciones en la historia humana.



1. *Willem Rottermondt, San Miguel venciendo a Lucifer (Quis ut Deus?), 1750. Bonn, Palacio Electoral. [Foto: dominio público, vía Wikimedia Commons].*

Los arcángeles son ángeles de rango superior presentes en las tres religiones monoteístas: cristianismo, judaísmo e islam. Su número es infinito; sin embargo, según las tradiciones que se tengan en cuenta y los libros en los que se mencionan, pueden ser tres, cuatro o siete, todos ellos números cargados de significados simbólicos (fig. 2). Todos tienen un nombre: además de Miguel, los más conocidos son Gabriel y Rafael; también se encuentran Uriel, Barachiel, Jehudiel y Salathiel. El número siete es un símbolo importante en las culturas mesopotámicas y representa la unión y la plenitud. Este significado se trasladó posteriormente a las religiones monoteístas. De hecho, en la Biblia, el séptimo día fue aquel en que «Dios descansó» (Génesis 2, 2), completando el ciclo de los seis días de la Creación. En el cristianismo, tanto en la tradición católica como en la ortodoxa, no es casualidad que se hable de «synaxis de los arcángeles»: la palabra *synaxis* proviene del griego y significa «unión» o «reunión».



2. Cristo en gloria rodeado de los arcángeles, 1140-70. Palermo, Capilla Palatina. [Foto: Effems, vía Wikimedia Commons].



3. *Maestro de Sant Pau de Casserres, Frontal del altar de los arcángeles, 1225-50. Barcelona, MNAC. [Foto: Turol Jones, vía Wikimedia Commons].*

En realidad, desde sus orígenes, el cristianismo tuvo dificultades para reconocer y aceptar el culto a los arcángeles. De hecho, admitía sin lugar a dudas la existencia de los ángeles y de las jerarquías angélicas, pero no aprobaba el culto a aquellos que se identificaban individualmente, es decir, a los ángeles que tenían un nombre propio. La Iglesia temía, por un lado, la idolatría y, por otro, el riesgo de venerar como ángeles de Dios a algunos de los ángeles rebeldes, a menudo identificados precisamente con un nombre propio. A lo largo de la Edad Media, el rechazo a la veneración de los arcángeles se acentuó y, en el año 745, el Sínodo de Roma, presidido por el papa Zacarías, estableció que solo se aceptara el culto a los arcángeles mencionados en las Sagradas Escrituras: Miguel, Rafael y Gabriel. En el siglo XVI se reanudó el culto a los siete arcángeles, pero la Iglesia se negó a reconocerlo oficialmente. Sin embargo, este rechazo se debió principalmente a que, a finales de la Edad Media, los alquimistas utilizaban los nombres de los siete arcángeles para sus ritos alquímicos, a menudo considerados maléficos o heréticos. Por ello, aunque se admitía la existencia y la importancia de los siete arcángeles, solo se aceptó el culto a tres de ellos (fig. 3). En este frontal de altar catalán del siglo XIII se puede ver a Rafael y Gabriel llevando un alma al cielo; a San Miguel combatiendo contra el dragón; a San Miguel pesando un alma mientras el diablo intenta llevársela y, finalmente, un milagro de San Miguel.

Durante la Edad Media, la teología y la liturgia católicas se centraron en cuatro características de San Miguel, que acabaron traduciéndose en sus representaciones más habituales. En primer lugar, es el capitán de las huestes celestiales y terrenales: derrotó a Lucifer y es el protector permanente de la Iglesia militante frente a las trampas del Maligno, así como quien conduce y protege a los ejércitos que luchan por la fe. En segundo lugar, aparece desempeñando una función psicopómpica y auxiliadora en la agonía, es decir, como guardián de las almas en el tránsito de la vida a la muerte, para preservarlas del asalto final del Mal y guiarlas a salvo hacia el juicio divino. En tercer lugar, Miguel es quien pesa las almas mediante la balanza de la justicia escatológica en el momento de la muerte del individuo, sopesando sus méritos y sus faltas. Finalmente, es patrón y protector del pueblo de Dios, pues extiende a la Iglesia universal la tutela divina que se había prometido al pueblo de Israel.

Como comandante de las huestes celestiales, encontramos a San Miguel en este sugestivo fresco románico del norte de Italia, fechado a finales del siglo XI. La pintura representa a San Miguel guiando a las huestes angélicas en su combate contra el dragón, en presencia de Cristo entronizado (fig. 4). La escena ilustra con claridad el pasaje del Apocalipsis (12, 7-8): «[7]Y hubo un combate en el cielo: Miguel y sus ángeles combatieron contra el dragón, y el dragón combatió, él y sus ángeles. [8]Pero no prevalecieron y no quedó lugar para ellos en el cielo». Se trata de una imagen de notable

complejidad, cuya interpretación se ve dificultada por la presencia de un ángel que presenta a Cristo en Majestad junto a una figura humana, muy probablemente un alma destinada a la salvación. En la parte inferior, cerca de las fauces del dragón derrotado, vemos otra figura que parece salir de las entrañas de la tierra para ofrecerle al propio dragón otra alma, en este caso condenada. A la izquierda, el sol irradia sus rayos sobre una mujer con halo, tal vez la Virgen. Sin embargo, estos detalles no son relevantes para comprender el acontecimiento principal: la imponente y espléndida imagen de san Miguel que, con su lanza, atraviesa las fauces del monstruo, mientras otros ángeles lo golpean en diversas partes del cuerpo.



4. *San Miguel lidera las huestes angelicales contra el dragón, finales s. XI. Abadía de San Pietro al Monte, cerca de Civate. [Foto: Laurom, vía Wikimedia Commons].*

Miguel lleva una túnica corta reforzada con una cota de malla y una banda alta bordada en oro y adornada con piedras preciosas. Viste una clámide púrpura drapeada, sujeta al hombro derecho por una preciosa fíbula. La clámide, un tipo de manto de origen militar utilizado por griegos y romanos, identificaba en la Edad Media a reyes, emperadores y caudillos. El color púrpura indica que quien la lleva es un personaje de prestigio excepcional. En la cabeza, al igual que los demás ángeles, lleva una diadema de oro con una piedra central que brilla entre su espesa melena oscura.

La iconografía de San Miguel derrotando al dragón no debe considerarse únicamente un símbolo. En la cultura medieval, el dragón era considerado un animal real, no fantástico. Su aspecto era muy variable: podía parecerse a una serpiente descomunal, a un pájaro monstruoso o a un cocodrilo; podía tener dos, cuatro o más patas, alas gigantescas de murciélago y la piel cubierta de escamas durísimas. Era el animal que aparecía con mayor frecuencia en la decoración de las iglesias medievales, incluso más que el león, y el hombre lo temía porque nunca, bajo ningún concepto, el dragón podía ser «bueno», ya que es la encarnación misma del Mal. Por eso, según relatan los bestiarios, la elefanta se esconde para dar a luz, por temor a que un dragón pueda devorar a su cría (fig. 5). La elefanta, símbolo del Bien, se enfrenta al Mal para defender a su cría. No es difícil reconocer en esta narración la imagen de la Virgen que protege al Niño de los ataques del Maligno; es decir, la victoria del Bien sobre el Mal. También puede interpretarse como la imagen de la Iglesia que defiende a sus hijos.

Por otra parte, el capítulo 12, versículo 9, del Apocalipsis —continuación de la visión de San Miguel— proclama: «Y fue precipitado el gran dragón, la serpiente antigua, el llamado Diablo y Satanás, el que engaña al mundo entero; fue precipitado a la tierra y sus ángeles fueron precipitados con él». De hecho, si el dragón es el único ser de la tierra al que no se atribuye ninguna característica positiva, no puede ser sino el diablo, Satanás, la encarnación del Mal contra el que lucha Miguel, símbolo de la lucha espiritual frente a las fuerzas oscuras.



5. *Tomás de Cantimpré, De naturis rerum liber, c. 149r: La elefanta protege a su cría del ataque del dragón, s. XIII-XIV. Múnich, Biblioteca Estatal de Baviera, ms. Clm 3206. [Foto: Dominio Público, vía Biblioteca Estatal de Baviera, Múnich].*

El segundo significado de San Miguel es el de psicopompo, palabra griega que significa «aquel que guía a las almas hacia el más allá». Para los griegos, el dios que desempeñaba esta tarea era Hermes, Mercurio para los romanos, mientras que en el cristianismo es San Miguel quien socorre y sostiene a las almas hasta el momento en que deban comparecer ante Cristo en el Juicio Final (fig. 6). En este tríptico del siglo XV, obra del pintor flamenco Hans Memling, vemos, a la izquierda, *La Puerta del Paraíso* y, a la derecha, *El Infierno*.



6. *Hans Memling, Tríptico del Juicio Final, c. 1467-71. Gdansk, Museo Nacional. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].*

En el panel central, Jesús y Miguel constituyen el eje vertical de la composición, y todos los movimientos de los personajes, dispuestos en trazos casi simétricos, giran en torno a este eje. Cristo aparece representado como juez, envuelto únicamente en un amplio manto rojo. Está sentado sobre un arcoíris circular, imagen celestial de la alianza inquebrantable entre Dios y los hombres. Sus pies descansan sobre la esfera terrestre, pues Cristo, en el momento del Juicio, es Rey del cielo y de la tierra: es el Cosmocrátor, «aquel que domina el cosmos». Su busto está rodeado por una nube de fuego que se expande detrás de él en círculos concéntricos. A ambos lados de su cabeza se encuentran una espada de fuego rojo y un lirio, símbolos, respectivamente, del castigo inflexible de los condenados y de la pureza de los bienaventurados. Cuatro ángeles llevan los símbolos de la Pasión, mientras que los apóstoles, María y San Juan Bautista, vestido con una túnica de pelo bajo el manto, están sentados sobre las nubes alrededor del arcoíris. Pero la figura más radiante y de presencia más imponente, situada exactamente debajo de Cristo Rey y Juez, es San Miguel, que luce una armadura de asombrosos reflejos cobrizos, fruto de la habilidad de los pintores flamencos para representar los efectos de la luz. También es flamenco el suntuoso manto que cubre los hombros de Miguel: un damasco púrpura con el motivo de la granada, símbolo de la Iglesia de Cristo, ribeteado de oro y adornado con piedras preciosas, entre ellas la gran fíbula redonda que lo sujeta sobre el pecho. Con la mano derecha alza una preciosa cruz, fijada en el extremo de un largo bastón puntiagudo, con el que parece atravesar el cuerpo del condenado situado a la derecha de la balanza, que el arcángel sostiene con la mano izquierda. En el platillo izquierdo, el hombre en actitud de oración está, por el contrario, destinado a la salvación: su alma, llena de bondad, pesa mucho más que la del condenado, quien se hundirá en el infierno junto con todos los desesperados que abarrotan esa misma parte del panel. A nuestra izquierda, que corresponde a la derecha de Miguel y de Cristo, los bienaventurados se dirigen hacia el Paraíso, mientras otras almas salen de sus tumbas. En segundo plano, Memling retoma el tema típicamente medieval del ángel y el diablo que se disputan un alma que sale de su sepulcro.

Pero San Miguel no es solo aquel que acompañará a las almas al final de los tiempos, cuando toda la humanidad se presente ante Cristo Juez. Es también aquel que asiste al fiel en los momentos de debilidad y necesidad espiritual, cuando mayor es el riesgo de que caiga presa del demonio. En el momento de la muerte, no se limita a «sopesar» los méritos y los pecados del alma que se confía a él —la llamada psicostasia—, sino que la sostiene, la ayuda a resistir y complementa con su fuerza la debilidad del hombre. En el cuadro de Guariento, pintor veneciano del siglo XIV (fig. 7), el arcángel no lleva una armadura, sino una larga túnica blanca con una sobrevesta también blanca profusamente bordada, y un pectoral de oro. No es el guerrero que combate a las fuerzas oscuras a las puertas del Paraíso, ni el que guía en la batalla a los ejércitos celestiales: es aquel que protege

a los hombres del daño espiritual causado por el Maligno, aquel que ofrece fuerza en momentos de necesidad y, por último, aquel que traspasa al diablo que atenta contra la salvación del alma en el momento fatal. La elección de representar a San Miguel pesando las almas, con alas policromadas en las que predomina el rojo llameante y las vestiduras de un dignatario de la corte, se relaciona más con la iconografía bizantina de la psicostasia que con la occidental del guerrero. La Iglesia católica no reconoce oficialmente esta función de Miguel.

La cuarta atribución de San Miguel en la breve lista que he propuesto es la de defensor del pueblo de Israel, tal y como se profetiza en el libro de Daniel, capítulo 12, versículo 1: «Por aquel tiempo se levantará Miguel, el gran príncipe que se ocupa de los hijos de tu pueblo; serán tiempos difíciles como no los ha habido desde que hubo naciones hasta ahora. Entonces se salvará tu pueblo: todos los que se encuentran inscritos en el libro».



7. *Guariento de Arpo, San Miguel pesa las almas y traspasa al diablo, antes de 1354. Padua, Museos de la Ciudad. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].*



8. *San Miguel extermina a los asirios; los hijos matan a Senaquerib a las puertas de Jerusalén, 1371-72. La Haya, Biblioteca Nacional, Ms. MMW 10 B 23. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].*

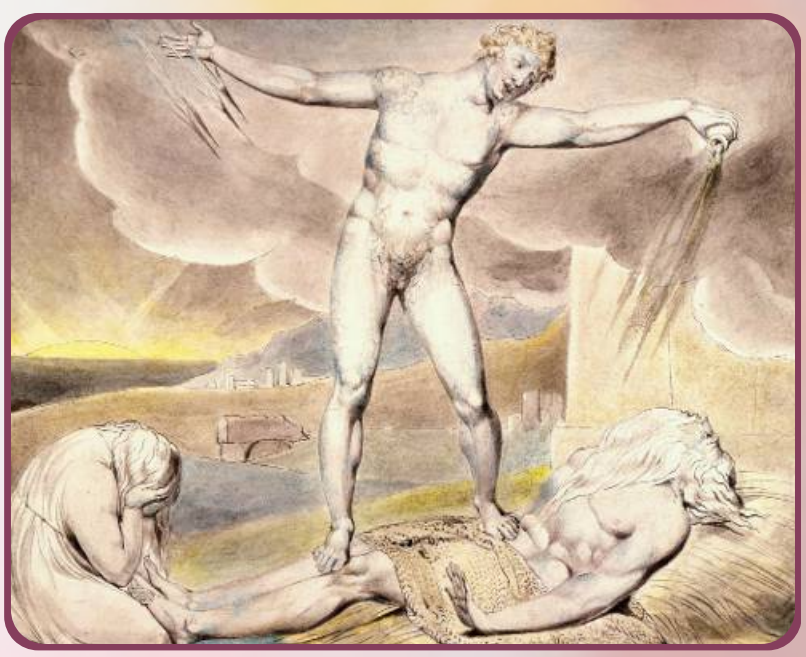
Son muy pocas las representaciones iconográficas que muestran la intervención protectora del arcángel en favor de los israelitas; tal vez se puedan reducir a una sola: la derrota de los asirios de Senaquerib por la acción providencial de Miguel (fig. 8). Senaquerib, rey asirio, había sitiado Jerusalén, decidido a destruirla. Ezequías, rey de Judá, invocó la intervención divina en defensa de la ciudad, mientras el ejército asirio acampaba bajo sus murallas.

La oración de Ezequías, tal y como había profetizado Isaías, fue escuchada y «aquella misma noche el ángel del Señor avanzó y golpeó en el campamento asirio a ciento ochenta y cinco mil hombres. Todos eran cadáveres al amanecer» (2 Reyes 19, 35). Senaquerib levantó el asedio y regresó a Nínive, donde más tarde fue asesinado por dos de sus hijos. En la miniatura, que se encuentra en una Biblia histórica gótica, lujosamente ilustrada y realizada para el rey Carlos V de Francia, san Miguel extermina por sorpresa a los soldados asirios. En la parte derecha se narra, mediante imágenes, el asesinato del rey Senaquerib a manos de sus hijos, frente a las puertas de la ciudad de Nínive. En la Edad Media, la expresión «frente a» podía entenderse, en determinados contextos, como «dentro de».

Con la llegada y la difusión del cristianismo, la protección que san Miguel garantizaba al pueblo de Israel se extiende a la comunidad de creyentes, la *Ecclesia.* No conozco representaciones

iconográficas específicas, pero las escenas que lo representan luchando contra el dragón, identificado con Satanás, o arrojando a Lucifer al infierno hacen referencia al tema de la protección, no solo del individuo, sino también de la Iglesia contra el Mal. Conviene abrir un breve paréntesis sobre la cuestión de las figuras de Satanás y Lucifer, ya que en la iconografía de Miguel aparecen indistintamente y pueden causar confusión.

Existe una larga tradición, consagrada también por una literatura mística de gran profundidad, que los considera una misma figura. En la *Comedia* de Dante Alighieri (siglo XIV) y en *El paraíso perdido* de John Milton (siglo XVII), «Lucifer» se considera el nombre de Satanás antes de su caída. Sin embargo, la Biblia no hace mención alguna de ello. En realidad, en las Escrituras, los dos demonios no son del todo intercambiables: Satanás deriva del hebreo *ha-satan*, que significa «el adversario» o «el acusador». En el Antiguo Testamento aparece, por ejemplo, en el Libro de Job (fig. 9), donde no solo no solo somete al hombre justo a pruebas y sufrimientos, sino que lo acusa de desobediencia ante Dios.



9. William Blake, Satanás golpea a Job con plagas, acuarela de la serie de ilustraciones para el "Libro de Job", 1805-10. New York, Biblioteca y Museo Morgan. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].

Aquí lo vemos en una acuarela de William Blake (1757-1828), uno de los artistas ingleses más extraordinarios, espiritualista, gran místico y visionario, seguidor de Emanuel Swedenborg (1688-1772), quien fue, a su vez, científico, místico y vidente, cuya doctrina teológica influyó notablemente en el ocultismo europeo de los siglos XVIII y XIX. Lucifer es un nombre que, por su parte, deriva del latín y significa «portador de luz». En la versión latina de la Biblia, llamada Vulgata y traducida del griego y del hebreo por San Jerónimo a finales del siglo IV, Lucifer aparece en la visión de Isaías, en la que se habla de la caída del rey de Babilonia (Isaías 14, 12-15): «[12]¡Cómo has caído del cielo, | astro matutino, hijo de la aurora! | ¡Has sido derribado por tierra, | opresor de naciones! [13] Tú decías en tu corazón: | “Escalaré los cielos; | elevaré mi trono por encima de las estrellas de Dios; | me sentaré en el monte de la divina asamblea, | en el confín del septentrión; [14] escalaré las cimas de las nubes, | semejante al Altísimo”. |[15]¡En cambio, has sido arrojado al abismo, | a las profundidades de la fosa!». Isaías no utiliza «lucifer» como nombre propio, sino como nombre común, que en la traducción al español se convierte en «astro matutino». Sin embargo, sea o no un nombre propio, el término ha pasado a utilizarse como nombre del más bello de los ángeles, aquel que quiso hacerse igual a Dios y al que Miguel expulsó de los cielos pronunciando la frase «¿Quién [es] como Dios?». En cualquier caso, no debe confundirse con Satanás. La identificación entre ambos es una interpretación formulada por los Padres de la Iglesia y que arraigó profundamente en la tradición popular. Por eso, en la iconografía de Miguel, aquel que es expulsado del Paraíso es ora un dragón, ora un monstruo, ora una figura de aspecto humano —un ángel—, pero ya de apariencia horrible, con la piel lívida u oscura, similar a la de las serpientes, y atributos diabólicos como cuernos, cola, alas de murciélago, patas de chivo...

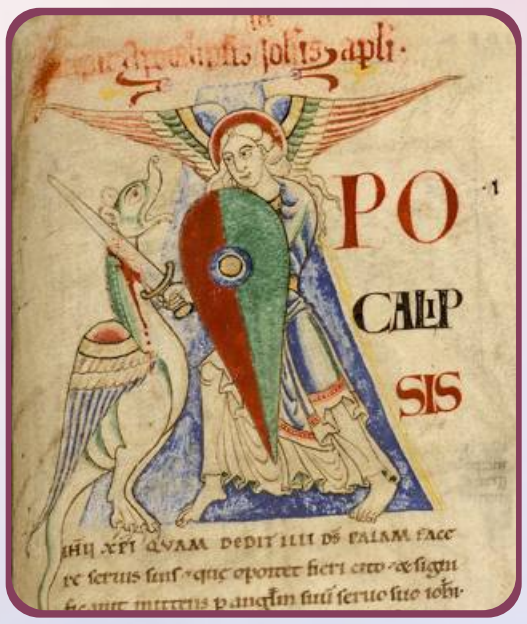
En esta representación de un artista anónimo catalán del siglo XV (fig. 10), Lucifer, que es atravesado por la lanza de San Miguel, tiene la piel grisácea y arrugada, la nariz ganchuda, cuernos y pies de animal, pero lo más grotesco es la cantidad de rostros diferentes representados en los hombros y las rodillas, así como el más grande y expresivo en el vientre, como los de los blemias, uno de los pueblos monstruosos que, según las leyendas antiguas y medievales, habitaban en los confines de la tierra. Lucifer, el más bello y deslumbrante de los Ángeles de Dios, se transforma en un monstruo espeluznante en el momento en que intenta «hacerse igual al Altísimo», como escribe Isaías: un monstruo aterrador capaz de adoptar rasgos siempre diferentes para confundir al hombre e inducirlo al pecado.



10. Pseudo Maestre de Glorieta, Retablo de Santa Ana, San Miguel y San Sebastián (det.), c. 1430. Colección particular. [Foto: Amadalvarez, vía Wikimedia Commons].



11. Misal Stemmheim, c. 1170. Los Ángeles, Museo J. P. Getty. Ms. 64, c. 152r: San Miguel derrota al dragón. [Foto: Dominio Público vía Getty Museum Collection].



12. Biblia de Esteban Harding, c. 1009-11. Dijon, Biblioteca Municipal. Ms. 15, c. 125r, inicial A (Apocalipsis): San Miguel mata al dragón. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].

Esta miniatura alemana de alrededor del año 1170 (fig. 11) representa la batalla final que precede a la Segunda Venida del Mesías, el Armagedón, en la que San Miguel regresará a la Tierra. El arcángel está en el centro en la parte superior, mucho más grande que todos los demás ángeles; se presenta hierático, es decir, derecho, inmóvil, impasible, con la mirada fija al frente. Se yergue sobre el cuerpo del dragón y atraviesa sus fauces, abiertas de par en par, con la lanza y la punta de su gran escudo. El gran dragón derrotado tiene el cuerpo de una enorme serpiente alada. A su alrededor se libra la batalla: cinco ángeles, armados con lanzas, espadas de fuego y horcas, luchan contra cinco demonios de aspecto y color distintos: el azul tiene cuernos y hocico de fiera; el rojo, con el arco, presenta pezuñas de chivo y una melena que parece hecha de llamas, atributo infernal; mientras que el moreno, de rostro deforme, blande una maza y se protege con un escudo; su cuerpo está cubierto de pelo y su iconografía recuerda al *homo selvaticus* de los bestiarios medievales, un ser salvaje y bestial que vive en los bosques y odia al hombre, al que ataca cada vez que se le presenta la ocasión. No en vano, en los bestiarios se le considera un símbolo diabólico. Los otros dos demonios tienen rasgos casi humanos, pero las espadas y las horquillas de los ángeles acaban con su violencia. Los dos ángeles con un manto verde alrededor del cuerpo son probablemente Rafael y Gabriel, que ayudan a Miguel en la lucha final.

La iconografía de San Miguel matando a la serpiente, al dragón o a Satanás es quizás la más antigua, pues se remonta a principios del siglo IV, cuando el emperador Constantino el Grande, por entonces emperador del Imperio Romano de Occidente, derrotó a Licinio, su homólogo de Oriente, en la batalla de Adrianópolis, en el año 324. El enfrentamiento tuvo lugar cerca de un antiguo santuario pagano dedicado a la deidad alada Sosthenios, a quien Constantino interpretó como un ángel cristiano. Durante una noche que pasó en el santuario vio en sueño al Arcángel Miguel. A continuación, decidió transformar el edificio pagano en un templo cristiano y lo dedicó a San Miguel. El Michaelion se convirtió entonces en el modelo para numerosos santuarios dedicados a San Miguel en los siglos siguientes. Tras obtener la victoria sobre Licinio gracias a la intercesión del Arcángel, Constantino asoció al enemigo derrotado Licinio con el «agente de Satanás», y por lo tanto lo identificó con la serpiente o dragón del Apocalipsis 12, 9. En esta miniatura de alrededor del año 1010 (fig. 12), realizada en la Abadía de Císter en Francia, Miguel y el dragón componen la



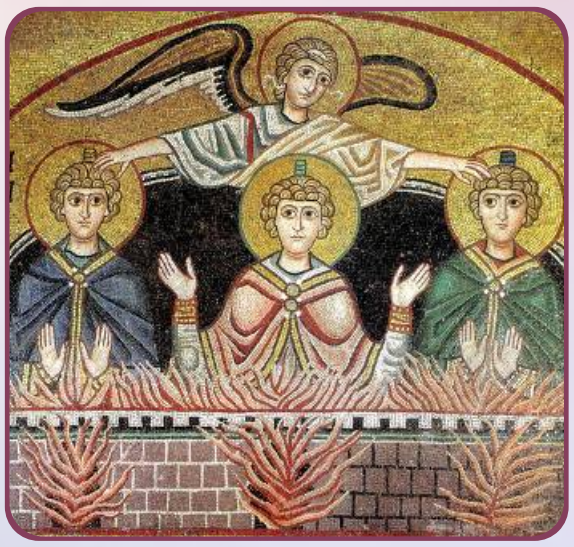
13. Mitad de díptico bizantino en marfil con San Miguel, 525-50. Londres, Museo Británico. [Foto: Michel wal, vía Wikimedia Commons].

letra A, inicial de la palabra *Apocalipsis*: marca el comienzo del último libro de la Biblia y el arcángel, armado con espada y escudo, pero sin armadura, constituye una especie de introducción al libro. La armadura no aparecerá en las representaciones de Miguel hasta finales del siglo XIV.

No obstante, San Miguel también aparece en otras iconografías, aunque con menor frecuencia. Esta preciosa placa de marfil procedente de Constantinopla (fig. 13) data de mediados del siglo VI. No presenta los símbolos a los que ya estamos acostumbrados, sino que representa al arcángel vestido con una túnica real y un hermoso manto sobre los hombros, envuelto alrededor del torso. Con la mano derecha sostiene un globo con la cruz, símbolo de Cristo, Rey del Universo, y en la izquierda sujeta un cetro largo y delgado. En el arco cincelado sobre su cabeza se ve una cruz rodeada por una corona de laurel y, en la parte superior, una inscripción en griego que reza: «Acoge a este hombre, aunque conozcas (sus) pecados». Se trata de una invocación de quien encargó la obra, realizada por un artista desconocido.

San Miguel es el arcángel encargado por Dios de expulsar a Adán y Eva del Paraíso terrenal tras el pecado (fig. 14). En estas escenas se le representa sin armadura, pero con una espada llameante. Sin embargo, en este famoso fresco del siglo XV, aunque la espada no está envuelta en llamas, toda la figura del arcángel, así como la nube sobre la que apoya las rodillas, aparecen representadas en un rojo intenso. Adán y Eva salen por una puerta que simboliza el Paraíso. Adán todavía tiene un pie en el umbral. El paisaje es árido, muerto, como la tierra inhóspita en la que tendrán que vivir y que deberán labrar para obtener su sustento. Están desnudos y desesperados: Adán se tapa el rostro con las manos, mientras que el rostro de Eva, resuelto con tan solo tres pinceladas, expresa el drama cósmico que se está consumando a causa de su desobediencia. San Miguel es también el ángel que, según algunas Escrituras apócrifas, llevará a los progenitores dos túnicas para cubrirse una vez que hayan abandonado el Paraíso.





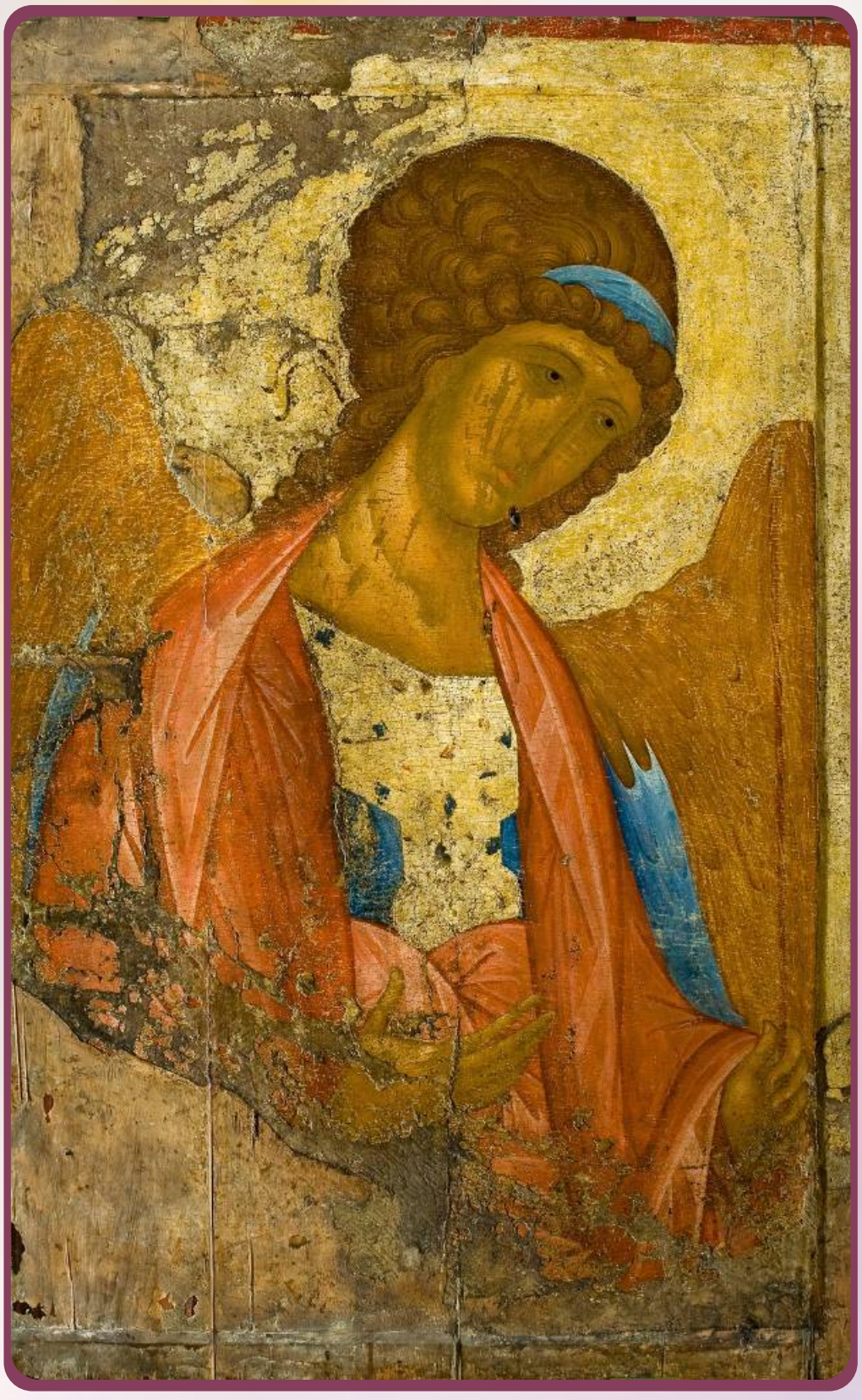
14. Masaccio, La expulsión de Adán y Eva del Paraíso terrenal, 1424. Florencia, Iglesia del Carmine, Capilla Brancacci.

15. San Miguel salva a los tres jóvenes en el horno ardiente, siglo XI. Beocia, Hosios Loukás.

[Fotos: Dominio Público, vía Wikimedia Commons].

Es también San Miguel quien salva a los tres jóvenes del horno ardiente, según el relato de Daniel 3, 16-50: « [49] Pero el ángel del Señor descendió al horno con Azarías y sus compañeros y sacó la llama de fuego fuera del horno; [50] formó en el centro del horno una especie de viento como rocío que soplaba, y el fuego no les tocó en absoluto, ni les hizo daño ni les causó molestias». El profeta Daniel narra que Nabucodonosor había mandado arrojar a los tres jóvenes, Ananías, Azarías y Misael, a un horno ardiente porque se negaban a adorar a los ídolos. Sin embargo, «ellos caminaban en medio de las llamas alabando a Dios y bendiciendo al Señor» (Daniel 3, 24), entonando himnos y cánticos. En el mosaico bizantino del siglo XI, procedente del monasterio griego de Hosios

Loukás, los tres jóvenes, vestidos con ricas túnicas y mantos bordados, aparecen serenos. El del centro, Ananías, abre los brazos en actitud de oración, pues es él quien eleva a Dios un largo himno de alabanza, mientras que Azarías y Misael mantienen los brazos pegados al cuerpo y las manos abiertas ante el pecho, mostrando las palmas en señal de aceptación de la voluntad divina. Sobre ellos desciende el arcángel Miguel, que extiende los brazos para acogerlos bajo su protección. Lleva una túnica blanca con bandas púrpuras y una toga, es decir, viste como un noble romano.



16. Andréi Rubliov, San Miguel, 1414. Moscú, Galería Tretyakov. [Foto: Dominio Público, vía Wikimedia Commons]

Por último, cabe recordar que la fiesta de San Miguel se celebra pocos días después del equinoccio de otoño, que en el hemisferio norte tiene lugar entre el 21 y el 23 de septiembre. Rudolf Steiner escribía en 1923: «Cuando las hojas empiezan a caer, se celebra la fiesta de la autoconciencia que nos acerca a nuestra verdadera humanidad; solo es necesario que seamos conscientes de ello. Es la fiesta de San Miguel, la fiesta del comienzo del otoño». De hecho, es un momento importante del ciclo del año y de las estaciones. El momento de la transición, aquel en el que, tras el verano, nos encaminamos hacia el invierno. Pero también es el período en el que se recogen los frutos que han madurado durante los meses más cálidos y en el que la naturaleza inicia el ciclo de su regeneración, que culminará en el sueño del invierno. Para el ser humano, es un momento de recogimiento interior, de reflexión, de redescubrimiento de las propias raíces y de la propia espiritualidad. Es el momento en el que el ser anímico se expande en armonía con los colores de la naturaleza que, a la espera de la muerte, se reviste de su más extraordinaria belleza, como la novia que se prepara para encontrarse con el novio del *Cantar de los Cantares*.

Por eso, al concluir este escrito, creo que la imagen más bella de San Miguel que deberíamos llevar con nosotros no es tanto la del guerrero, ni la del psicopompo, ni la del protector, sino más bien esta imagen tan sencilla y maravillosa de Andréi Rubliov, el más grande pintor ruso de iconos, venerado como santo por la Iglesia Ortodoxa (fig. 16). El arte del icono abre el camino a la contemplación porque “lo Bello es el esplendor de lo Verdadero", decía Platón. Lo bello nutre el espíritu del hombre y lo revela, poniéndolo en comunicación con lo trascendente. Por eso, «conocer» la historia, la iconografía y las tradiciones relacionadas con San Miguel es útil e importante, porque nos ayuda a encontrar en nosotros esa fuerza que es la suya. Además, contemplar la belleza pura y absoluta de este icono nos lleva a reconocer el Misterio, nos desvela lo esencial.

Laura Carlino.

FIESTAS POPULARES DEL TIEMPO DE SAN MIGUEL EN CANARIAS



Turismo de Tenerife.

Durante este tiempo propicio, tratamos de observar las transformaciones que el otoño nos pone de manifiesto con sus colores rojizos y sus hojas caducifolias, ahondamos en las cualidades que Micael nos ofrece y nos disponemos a conquistar la fuerza, el valor y el coraje necesarios para afrontar nuestra tarea diaria. Es tiempo de recomenzar, de recoger los frutos del verano y aprovisionarnos de semillas para volver a sembrar; reiniciamos un ciclo. La imagen de San Miguel nos sugiere esa imperiosa lucha interior contra el dragón, clara representación del mal, de la oscuridad, de lo instintivo que ha de contenerse para hallar el sano equilibrio. Este sostén que nos ofrecen los ambientes de la naturaleza y las celebraciones de la época es ampliamente estudiado y empleado desde la Antroposofía por su valiosa contribución al desarrollo interior del ser humano. No obstante, podríamos decir que se trata de realidades universales presentes en la sabiduría popular y en las prácticas ancestrales de diversas civilizaciones.

No es casualidad que, en el caso de nuestro insular entorno, florezcan durante el mes de septiembre numerosos ritos que nos sitúan ante esta confrontación entre el bien y el mal, en un contexto festivo y social. En esta pugna no intervienen lanzas, ni espadas, todo ocurre por medio de la danza de un tajaraste y culmina con la presencia de la devoción principal del lugar. Un claro ejemplo de ello lo constituyen las libreas que se suceden por todo el norte de Tenerife. Se trata de una antiquísima manifestación del folklore que se mantiene viva gracias a las personas de cada localidad, quienes conservan sus particularidades y transmiten sus entresijos de generación en generación. Estas representaciones, que hoy podemos asumir como religiosas, no siempre fueron aprobadas por las autoridades eclesiásticas y políticas. Sufrieron duras restricciones durante la Guerra Civil y la dictadura franquista, pues se consideraban indecorosas y se condenaba la introducción de figuras de diablos y bailes en las procesiones, lo que propició la desaparición de muchas de estas costumbres. Podemos vislumbrar las reminiscencias paganas de estas expresiones, que podrían vincularse con los ritos aborígenes que antecedían al invierno, en los que se invocaba la fertilidad de la tierra y se agradecían las cosechas obtenidas.

Podríamos realizar un extenso análisis histórico y etnográfico de las libreas y sus particularidades, sus símbolos, su vestimenta, su música, sus danzas… Sin embargo, preferimos invitarles a contemplarlas con una mirada despierta, tal vez así encontremos gestos que nos inspiren y nos permitan hallar el impulso para transitar este tiempo de Micael. Algunas de las más interesantes son: La Librea del Palmar, en Buenavista del Norte; La Librea de los diablos de las Angustias, en Icod de los Vinos, o Los diablos de El Tanque. Cabe mencionar que existen otras libreas en Tenerife, pero su origen y su temática son totalmente diferentes, ya que se trata de recreaciones históricas relacionadas con el pasado defensivo y militar de la isla. Este es el caso de la librea de Tegueste, declarada Bien de Interés Cultural, y la de Valle Guerra.

No hemos de olvidar que el propio término *librea* posee connotaciones militares pues, si bien procede del francés antiguo *livrée*, que significaba «lo entregado» y, en su origen, hacía referencia a la ropa que un señor proporcionaba a sus criados, con el tiempo pasó a denominar los uniformes o la vestimenta distintiva de los soldados. Antaño era habitual que las tropas desfilaran uniformadas con motivo de determinadas celebraciones festivas; creemos que, por extensión, comenzó a llamarse libreas a estas representaciones, en las que sus participantes portaban, dentro de un marco festivo, una indumentaria característica.

Asimismo, en otros rincones del archipiélago encontramos, durante el mes de septiembre, otras manifestaciones extraordinarias como la Danza del Diablo de Tijarafe en La Palma o la suelta del Perro Maldito en el municipio de Valsequillo en Gran Canaria. En el marco de las celebraciones del municipio palmero en honor a la Virgen de Candelaria, en plena madrugada del ocho de septiembre, hace su aparición el Diablo de Tijarafe, que interrumpe la popular verbena de la que disfrutan los vecinos. Esta ancestral figura, acompañada de fuegos de artificio que se van encendiendo paulatinamente, se mueve entre la gente e interactúa con ella. Todos participan y danzan con el diablo hasta que se consume la pirotecnia y este se retira. Esta escena simboliza el triunfo del bien sobre el mal, del orden sobre el caos y de la luz que porta la Candelaria sobre la oscuridad. Por su parte, el municipio grancanario de Valsequillo celebra su tradición en la víspera del día de San Miguel Arcángel. Esta curiosa representación teatral guarda relación con la obra realizada por el reconocido escultor guiense Luján Pérez, en la que el arcángel aparece dominando a un perro oscuro, encadenado y de afilados dientes. Esta imagen se vincula con la expresión popular canaria, transmitida por nuestros mayores: «¡Cruz, perro maldito!», con la que se manifiesta el rechazo ante algo considerado maligno o desagradable. Se suele emplear con un sentido similar al de las expresiones «Dios nos libre» o «¡Aparta, cosa mala!».



Visit Tijarafe.

Las citadas manifestaciones son solo un ejemplo de las muchas que nos ofrece el legado cultural de nuestros antepasados quienes, a través de expresiones genuinas, transmitidas de generación en generación, posibilitaban la vivencia del otoño y del tiempo de Micael de una manera significativa mediante el canto, la danza, el teatro y el encuentro social, en comunidad.

Mucho han cambiado las circunstancias desde aquella época hasta hoy. Sin embargo, seguimos necesitando formas verdaderas y creativas de adquirir el valor, la ecuanimidad y el equilibrio tan esenciales para transitar nuestro camino.

Sergio Sosa.

TIEMPO PARA RECOMENZAR

Se escuchan las primeras vocecillas llegando a San Juan después de disfrutar del tiempo de verano. Los niños y niñas llegan cargados de emociones y van llenando la casa de alegría y risas. Familias, madres, padres y los más pequeños vienen con el corazón dispuesto para compartir las experiencias y vivencias de las vacaciones. La acogida en el aula del grupo de juegos comienza, de nuevo, con gran ilusión: canciones, rimas, juegos e imaginación se suceden mientras los niños y niñas que se incorporan se van encontrando, poco a poco, en un espacio renovado.

A medida que avanzan las semanas, el trigo que hemos visto cultivar, cuidar y cosechar por colaboradores y compañeros durante el año pasado, labores en las que también hemos participado, cobra protagonismo. Este elemento característico de la época adquiere especial relevancia cuando las maestras y los infantes comparten una importante tarea: con las manitas preparadas, con precisión y astucia, vamos desgranando las espigas del trigo, seleccionando uno a uno los granitos. Después, con ayuda del molino o el mortero y poniendo en ello una gran voluntad y fuerza, convertimos esos granitos en la esperada harina. Mientras molemos, cantamos, conversamos y buscamos con esmero esa semillita que nos ayudará a elaborar el primer pan de San Micael en las semanas venideras, compartiendo así los frutos de la cosecha.

Los días y las semanas se suceden entre juegos, canciones y poesías que nos acercan a la época. Algunos juegos que las maestras preparan requieren fuerza: hay que cargar, recoger, llevar y traer. También requieren valor, que se demuestra en los pequeños y grandes retos del día a día, que juntos vamos afrontando. Se trata de recordar que somos valientes cuando, por ejemplo, cedemos el sitio a un compañero más pequeño, compartimos un juguete, pedimos perdón o nos ayudamos los unos a los otros. En esos gestos también reside el valor.



Con delicadeza, los colores otoñales van apareciendo en el aula: marrones cuando pintamos con lana, amarillos y naranjas en los dibujos que surgen con la acuarela. ¿Y el dragón? Oculto, recio, perspicaz... El color verde sirve de base de la mesa de estación, que se irá transformando con la aparición de los frutos de la temporada: las manzanas, las granadas, las avellanas y las nueces... Los más pequeños participan junto a sus familias, trayendo elementos que propician el desarrollo de los sentidos desde la vivencia de la época. Más adelante, el día de la celebración, aparecerá, como por arte de magia, la espada forjada de San Micael.



Antes del momento del desayuno, ataviados con capa de princesa y caballero, realizamos un hermoso corro en medio del aula. Es un corro alegre y único que nos ofrece un momento para la escucha, la musicalidad y el compartir, a la vez que nos acerca a los valores de este tiempo.

Después del tiempo de juego en el patio, llega el esperado tiempo del cuento en el que todos nos disponemos a la escucha. Este cuento nos acompaña durante los días previos a la celebración y nos prepara para ella. Los elementos y personajes del teatrillo se seleccionan y elaboran con mimo y cuidado. El manzano aparece reluciente, cargado de manzanas maduras y coloradas que esperan a ser recogidas.



UNA HISTORIA DE MICAEL

Un día, al final del verano, un niño pequeño se fue con su padre a pasear por los campos y los huertos. El aire era fresco y cristalino, y la luz como el oro. El sol brillante había llenado todos los granos de trigo con luz de verano. Los granos de trigo en sus espigas estaban a punto de reventar sus cáscaras. Las manzanas en los árboles estaban gordas y coloradas, a punto de caer al suelo. Durante el día, el niño y su padre estuvieron trabajando. El padre afilaba su guadaña una y otra vez. Silbaba y cantaba mientras cortaba el trigo dorado. El niño tuvo que subir por una escalera alta para recoger de los árboles las manzanas amarillas y rojas. Al principio, tenía miedo de subir por la escalera. Pensaba que podría caerse, pero luego se llenó de valor y subió. Subido en lo alto de la escalera del huerto, llenó cestas y cestas de manzanas maduras y coloradas. Finalmente se hizo tarde. El padre y el niño habían trabajado mucho y bien. Volvieron a casa donde les esperaba la madre con una deliciosa cena, y luego se fueron a la cama. Aquella noche, mientras el niño estaba durmiendo, el Arcángel Micael se le acercó y le dijo: "Vente conmigo, te enseñaré algo especial".

Micael tomó al niño de la mano y juntos subieron alto, alto, alto... hasta que llegaron al reino de las estrellas. Las estrellas irradiaban y brillaban y cuando Micael pasó por delante de ellas las tocó con su espada luminosa. Tanto amor y fuerza emanaban del toque de la espada que hizo estremecer a las estrellas, dejando brillante luz y deslumbrantes trazos de fuego al pasar ante ellas. Siguieron adelante, y Micael le contó al niño lo contento que estaba de haberle visto cosechar manzanas durante todo el día en la huerta. Había visto al niño subido a la escalera, llenando las cestas con manzanas maduras y coloradas. Entonces Micael tomó su espada brillante y la transformó en una lira y se puso a tocar con ella una canción. La canción era tan pura, buena y verdadera que el niño se quedó mucho tiempo escuchando. A la mañana siguiente, cuando se despertó, el niño le habló a su padre de Micael, de su espada luminosa y de la música de la lira. "Me gustaría ir otra vez a ver las estrellas", dijo. Su padre le dijo: "Vente conmigo, te enseñaré algo especial. Hoy no iremos a cosechar en los campos y los huertos. Hoy trabajarás en casa". Durante toda la mañana, el padre, la madre y el niño abrillantaron las manzanas amarillas y rojas que el niño había cosechado el día anterior. Cuando terminaron, era hora de comer. La madre cogió un cuchillo y cortó en dos una manzana brillante y roja. Y allí dentro encontró una estrella...

Aportación de la Comunidad de Cristianos.

Rocío Vallelado.

ENCUENTRO DE LA SOCIEDAD ANTROPOSÓFICA EN TENERIFE

El pasado mes de septiembre, el centro de día de la Asociación San Juan, acogió un encuentro propuesto por la Sociedad Antroposófica de España, dirigido a miembros, amigos y otras iniciativas. Compartimos con los lectores de esta comunidad la vivencia de aquel fin de semana. Queremos dejar reflejado, primeramente, nuestro agradecimiento a la dirección de la Sociedad Antroposófica de España, por esta iniciativa, que genera la oportunidad de conocernos entre las personas que, desde distintos lugares, dedicados a distintas tareas, compartimos el mismo sentir en este camino de conocimiento. Este impulso vivido nos orienta para construir juntos un nosotros. Gracias a Florencio Herrero y Roberto San Idelfonso, presidente y vicepresidente de la SAE, respectivamente, por el apoyo constante, activo y presente en esta comunidad. Gracias a las iniciativas y personas particulares que se sumaron a aportar calor a esta propuesta. Gracias especialmente a Juan José Sánchez, presidente de la Asociación para la Agricultura Biodinámica de España, por su exquisita conferencia; a Katja Baumhauer; a los amigos de la Comunidad de Cristianos; a Eva del Lucero; a Susana y Alfonso, de la Fundación Mare Nostrum; y a todos los amigos fraternos. Quiero subrayar mi agradecimiento personal a los colaboradores de San Juan, siempre dispuestos, compañeros incansables de camino, que han hecho posible la preparación del espacio, la organización logística y los demás detalles necesarios, poniendo siempre la voluntad, el amor y la devoción al detalle por delante. También quiero nombrar y agradecer a nuestro querido Fidel, por su impulso inicial, siempre presente en esta comunidad.

Con infinita gratitud, queremos expresar un agradecimiento especial a los compañeros de San Juan, por abrirnos las puertas de esta, su casa, y por mantener vivo en San Juan el sentir que nos habilita. Gracias también a los compañeros que, en representación de toda la comunidad, pusieron su tiempo a disposición para transmitir a los asistentes el impulso que late en la Asociación San Juan. Gracias.

Patricia R. González.



Encuentro desde una comunidad de vida

En el marco del programa del Encuentro en Tenerife promovido por la SAE, cada representante de las distintas iniciativas antroposóficas del archipiélago ofreció una presentación. En este contexto, después de haber recibido la visita a las instalaciones del centro de día de la asociación, brindada por los compañeros, quedan pocos matices por añadir, ya que lo que ellos fueron capaces de transmitir y lo que se vislumbró en torno a ellos fue el verdadero contenido de lo que se busca hacer en una Comunidad de Pedagogía Curativa y Terapia Social Antroposófica.

Asumo como tarea compleja la posibilidad de hablar de la práctica de la PC y TS antroposóficas, debido a su dimensión inmensamente amplia. De todas maneras, puedo aventurarme a poner en palabras, desde la vivencia de nuestra labor diaria, lo que hacemos todos los días de la mano de los compañeros de San Juan.

En nuestra tarea, como en otros ámbitos sociales, el punto de partida es el encuentro. También lo es atender la dimensión espiritual de ese encuentro. Habitualmente, estamos familiarizados con los encuentros sociales, como el que nos convocó, que nos da un punto de partida. Elegimos en libertad participar, nos reúne un tema de interés común, que nos mueve individualmente. Llegamos con una actitud de apertura, predispuestos a conocer a otros yoes. Traemos integrados una serie de recursos personales adquiridos, incorporados a nuestro desenvolvimiento diario. Utilizamos el lenguaje oral y escrito; en esta ocasión, hasta hablamos el mismo idioma. Ponemos a disposición normas sociales de convivencia y un modo adecuado para relacionarnos frente al otro, con conocimiento, incluso, de los rituales que se presentan en este tipo de encuentros. Los momentos de pausa favorecen la cercanía entre los asistentes y nos dan la oportunidad de enriquecernos a través del encuentro con el otro. Nos contamos reseñas de nuestras biografías, lo que nos moviliza, nuestras fortalezas, debilidades, intereses, ¡hasta nuestros signos zodiacales! Damos muchas pistas sobre quiénes somos. Esto, afortunadamente, permite un acercamiento y abre un proceso que puede sostenerse en el tiempo y trascender el propio encuentro que nos presentó. Podemos llegar a un profundo entendimiento mutuo basado en el respeto y la empatía.

El encuentro con una persona que vive con discapacidad, en un entorno que trasciende el ámbito de la familia o las circunstancias sociales que lo determinen, producido en un ámbito profesional, de comunidad o sociosanitario, señala la dimensión de este encuentro (espiritual) elegido, tal vez, de forma unilateral. Es probable que el compañero no haya decidido en libertad ese encuentro, ni ese contexto. Quizás su familia, en el mejor de los casos, o la derivación sanitaria hayan resuelto esa reunión. Esto posiciona al compañero en resistencia, presumiblemente, y a las personas de apoyo, en un gran desafío frente a un primer contacto con ese otro yo; esa suele ser la situación de partida en la Pedagogía Curativa y Terapia Social.

Asumido ese encuentro como una necesidad fundamental de desarrollo mutuo, aceptando las circunstancias que nos han reunido, deberemos, en actitud de apertura, despertar el interés en nosotros y en el otro, para poder desarrollar las habilidades específicas necesarias para favorecer ese encuentro con el otro yo. Será necesario que comiencen a desplegarse las preguntas interiores frente a ese otro ser. Deberá ofrecerse un cuidado creativo, que nos dé la oportunidad de desarrollar herramientas de percepción que nos permitan crear un vínculo y conocer esa individualidad que se nos presenta. La persona que vive con discapacidad puede disponer de recursos distintos, en ocasiones inaccesibles, y no contar con las competencias habituales sucintamente mencionadas con anterioridad. Quizás su forma de comunicación sea diferente, no tenga interés en la relación interpersonal o cuente con fórmulas de comunicación que no sean suficientes para nuestro entendimiento; ya sea porque no utilice la palabra hablada o porque recurra a su propio lenguaje, su propia forma sonora, sus gestos de comunicación; porque su

procesamiento cognitivo no esté disponible o sea escaso o, tal vez, sus pautas de comportamiento sean ininteligibles a simple vista o su moral confusa... Son muchas maneras diversas de presentarse frente al otro y el mundo.

La voluntad de apertura de la persona de apoyo y el trabajo interior serán imprescindibles y exigentes. Las condiciones para conocer al ser que tenemos delante deberán crearse, así como el desarrollo de una amplia capacidad de escucha, de comprensión y de compasión. La honestidad y autorreflexión serán insustituibles para propiciar el encuentro que permita el vínculo verdadero con el compañero. Este es el complejo punto de inicio de la Pedagogía Curativa y la Terapia Social: los profesionales deberemos tener consciencia de la necesidad de desarrollar competencias específicas y estar preparados para despertar nuevas preguntas; para encontrar nuevas respuestas y nuevas formas, que nos permitan conocer al otro en libertad; y para oír todas las preguntas que nos surjan, reconociendo que las respuestas no siempre las encontraremos, ni estarán contenidas en un libro de referencia. Esas respuestas se verán influenciadas por quiénes somos y quién es esa persona con la que nos encontramos, y se construirán de manera individual junto a ese ser con necesidades de apoyo.

Patricia R. González.







JORNADA DE ENCUENTRO EN TENERIFE

El pasado 18 y 19 de septiembre nos encontramos en la Asociación San Juan, en Adeje, centro de referencia en nuestro país de la Pedagogía Curativa y Terapia Social, una comunidad de vida donde desde hace treinta y dos años se desarrolla el amor a las plantas, el amor a los animales, el amor a los hombres, el amor a la tarea y el amor a Dios.

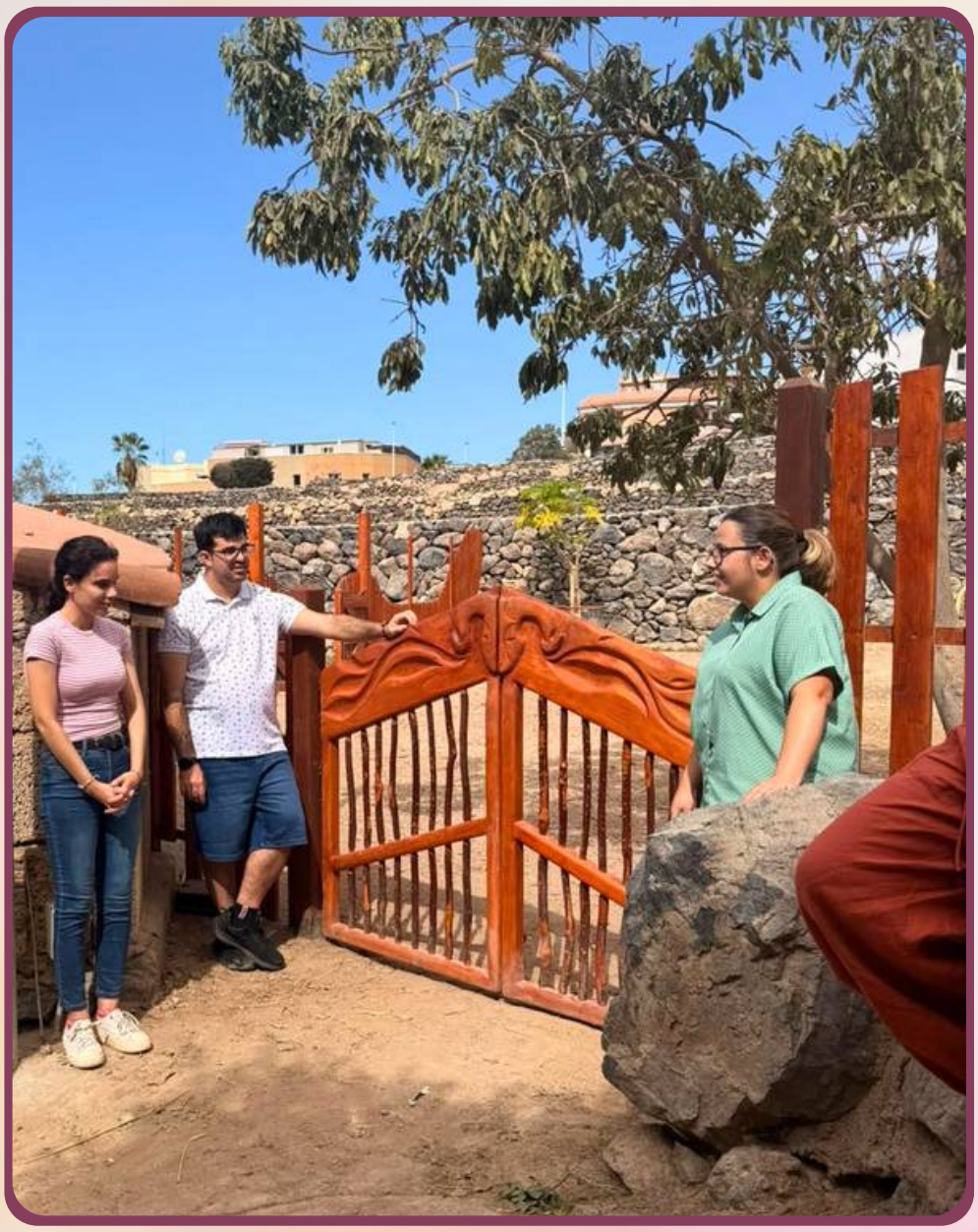
Nos juntamos miembros y amigos de la SAE llegados de distintos lugares de la península: Castilla-León, Galicia, Aragón, País Vasco y Cataluña, así como de las islas de Gran Canaria, El Hierro y la propia isla de Tenerife. Treinta personas entre quienes se encontraban también oriundos de diversos países como Italia, Cuba, Argentina, Portugal, México, Brasil y Alemania, que residen en la isla. Una muestra de la capacidad de acogida y la relevancia de las Islas Canarias como punto de encuentro entre las dos orillas del Atlántico y crisol de hermanamiento entre diversas culturas. Florencio Herrero, Roberto San Ildefonso y Juan Sánchez, en representación de la Sociedad Antroposófica en España, junto a Patricia González, directora del centro, nos acogieron con la calidez que les es propia.

Este encuentro, arropado por la conferencia dada por Rudolf Steiner el 13 de Octubre de 1923 y publicada en su libro «El ciclo anual en cuatro Imaginaciones cósmicas», que lleva por título «La Acción mancomunada y compenetrada de los cuatro seres arcangélicos», es modelo y guía de aprendizaje para la colaboración entre personas, asociaciones e iniciativas. La acción mancomunada, la voluntad donde las manos se transforman para apoyar y potenciar, para esperar y escuchar, para sostener y confiar… Los Arcángeles pasándose las áureas cubetas, cada uno actuando en su lugar y en su momento, traspasando el contenido elaborado a su compañero celestial mientras rodean y traspasan la Tierra para llegar hasta cada uno de nosotros, quienes habitamos en ella. Una enorme inspiración nos trae esta conferencia. La tarea necesita ser entendida para ser atendida en su justa causa. Aprender a verte, a tenderte mis manos, como premisa para construir puentes entre iniciativas, querer estar disponibles ahí donde podemos, debemos y queremos, con voluntad de trabajo mancomunado para ayudar a que la Antroposofía crezca.

El viernes, después de la bienvenida y las presentaciones, se compartió el quehacer del grupo que desde hace siete años se reúne en consonancia con cada estación del año para leer y profundizar en la comprensión de cada una de Las Imaginaciones. Pasamos a la lectura de la conferencia «La Acción mancomunada y compenetrada de los cuatro seres arcangélicos». Se leyó entre varias personas. Luego, un tiempo de silencio. Seguidamente, aparecieron preguntas y comentarios sobre lo escuchado.

Nos fuimos al sueño con la entrañable envoltura de esta Imaginación. El sábado, después de abrazos y café, Florencio Herrero, presidente de la Sociedad Antroposófica en España, en su conferencia «Inspiraciones sociales», nos amplió el significado de la actuación mancomunada en el contexto del presente histórico para la Sociedad Antroposófica y para la Humanidad.

Acerca de la Asociación San Juan, es un lugar que hay que vivenciar más que a describir. Su equipo directivo es el cuerpo que lo hace caminar y los compañeros su alma, así lo describe alguien que forma parte de este cuerpo. Cincuenta colaboradores formados y formándose en Pedagogía Curativa y Terapia Social acompañan, al tiempo que son acompañados día a día, a los compañeros, personas que requieren de acompañamiento y cuidados anímicos especiales, en un entorno donde la integración factual en los ámbitos social, artístico, intelectual y convivencial se nutre de una voluntad de servicio acompañada de un despliegue de comprensión ampliada, que compensa las dificultades de comunicación y las barreras físicas y cognitivas, donde el conocimiento espiritual se humaniza y se practica, donde se promueve la vida de igual a igual.



Luego los compañeros Lucía, Paula y Asier nos llevaron a conocer su comunidad. Paseamos por los distintos espacios y talleres donde desarrollan su aprendizaje y actividad laboral. Allí, niños y compañeros, junto con educadores, voluntarios y también las familias, se entregan para que esta comunidad educativa cultive y cuide con esmero lo humano, obteniendo frutos variados que colocan en el mundo. Así fuimos pasando por el Aula Índigo, donde celebran la coral; el aula de los niños; las bateas de lavado y transformación de la lana; el taller de cerámica con su horno; el taller de velas; la sala de ordeño; la fábrica de papel y la imprenta; el taller de madera y arquitectura viva; los corrales con las cabras, las ovejas, las gallinas, el burro y los peces, los jardines; las huertas y el vivero; y los dos lugares reservados para encender las hogueras en la fiesta de San Juan.

En el camino que íbamos recorriendo, apreciamos cada explicación y cada respuesta a nuestras preguntas. Se podía observar que hasta cada piedra tiene allí su lugar. Se respira cuidado, orden, paciencia, perseverancia, ganas... todo desprende un estímulo para el desarrollo de capacidades humanas superiores. Terminada la visita, conformamos pequeños grupos para trabajar el contenido de la lectura de la Imaginación y la conferencia, compartiendo lo que se había movido en el alma de cada grupo de trabajo a primera hora de la tarde.

Continuamos con las presentaciones de los distintos representantes de iniciativas antroposóficas: Eva Ortiz, de la asociación educativa El Lucero, en Tegueste, compartió el recorrido y el momento presente de esta iniciativa de largo recorrido con enormes retos, dificultades y logros; Carla Ribeiro, de la Asociación Nuestro Sol, en Aldea Blanca; Roberto San Ildefonso hizo aportaciones en aspectos para la mejor autoeducación; Susana Martínez, en representación de la filial de La Comunidad de Cristianos en Canarias, con sede en Gran Canaria, dio a conocer el movimiento para la renovación religiosa en las islas; Beatriz Ballester nos compartió su vivencia y experiencia en el acompañamiento durante cualquier actividad y su proceso a través de la mirada de la psicofonética; Patricia González expuso el abordaje de las actividades cotidianas en un camino de aprendizaje recíproco, el servir a la voluntad de ayudar, de respirar el día, la semana, el mes, el año, insertando las formas, las fiestas cristianas y las costumbres culturales del entorno social en el que habitan, así como el desarrollo de la devoción al detalle y la vivencia consciente de los procesos; Juan José Sánchez intervino compartiendo, con gran detalle, el momento que vive la Agricultura Biodinámica en España, los retos para la Asociación de Agricultura Biodinámica, la presencia y la perseverancia en el trabajo que tanto agricultores como amigos entregan cada día, posibilitando traer luz a la Tierra y a los hombres mediante prácticas culturales y ganaderas empeñadas en colaborar para espiritualizar los procesos.

Antes de clausurar el encuentro, de la mano de nuestra querida Katja Baumhauer, compartimos un quehacer eurítmico donde confrontamos y armonizamos polaridades, ocupando un lugar y luego el lugar del otro y del otro, conjugando y entretejiendo con la palabra y el movimiento.

Cristina Méndez.

SOBRE EL ENCUENTRO CELEBRADO EN TENERIFE

El germen para realizar este Encuentro se fue poniendo en conversaciones entre unos y otros. Participaron varias personas y se implicó a la Junta de la Sociedad Antroposófica en España. Por fin, el Encuentro se celebró los días 18 y 19 de septiembre en San Juan. Este fin de semana, «la periferia» se convirtió en «centro» y el conjunto de la territorialidad miró a Tenerife, poniendo el foco en San Juan.

Como tema a desarrollar se eligió *La Imaginación de los Arcángeles: la acción mancomunada y compenetrada de los cuatro seres arcangélicos*. Hubo una buena respuesta en la asistencia, participando personas de diferentes iniciativas de orientación antroposófica de varios lugares de Canarias y también de la Península. Se inició el Encuentro con una lectura de la Imaginación realizada de manera mancomunada entre varias personas, lo cual nos permitió a los asistentes ir acercándonos a su contenido. Florencio Herrero, presidente de la Sociedad Antroposófica, relató en su conferencia lo que Rudolf Steiner nos dice de esta acción mancomunada que también vislumbró Goethe cuando en su obra del *Fausto* dice:

Todo se conjuga y se entreteje,
lo uno en lo otro obra y vive.
Potencias celestiales
ascienden y descienden
pasándose las áureas cubetas.
Con alas de fragancia bendita,
desde el Cielo, atraviesan la Tierra
y van saturando el Universo
de resonancia y armonía.



Así, se nos invita a visualizar cómo estas Entidades: Gabriel, Rafael, Uriel/San Juan y Micael irradian fuerzas a través del Cosmos, fuerzas que llegan al ser humano. Todo lo que en la naturaleza sucede externamente, cambia cuando penetra en el hombre. Las cubetas se van pasando en el macrocosmos de Gabriel en Navidad, con el cuerpo físico, a Rafael en Pascua, con la respiración, y de este a Uriel en San Juan, aportando la fuerza mental para llegar a Micael, con su voluntad y vida espiritual.

Se trata de contemplar la metamorfosis que sufren las sustancias exteriores en los procesos nutritivos, penetrando en las fuerzas de Gabriel, que las convierten en energías alimentarias. En el sistema respiratorio obran las fuerzas curativas que nos sanan continuamente. Al ascender esas energías de la respiración al sistema cefálico, su poder curativo se convierte en poder espiritual, poder que obra en la percepción sensorial y en el pensar. Lo que se recibe en la alimentación, cuando se transforma en curación, se convierte en fuerza mental. Rudolf Steiner nos dice cómo estas fuerzas arcangélicas fluyen a través de la Tierra para llegar y detenerse en cada ser humano, y cómo ciertos efectos quedan conservados en el hombre durante todo el ciclo anual.

Al finalizar esta conferencia, las instalaciones de San Juan y las actividades que en ellas se realizan nos fueron mostradas y explicadas a los asistentes al Encuentro por tres compañeros de la Institución, acompañados en determinados momentos por algún maestro de taller o colaborador. En el grupo había un número significativo de personas que no conocían San Juan. Especial mención merece la presencia, verticalidad y seriedad de los tres compañeros durante todo el recorrido y en las explicaciones que nos dieron.

Patricia González, directora pedagógica de San Juan, realizó una preciosa intervención sobre la atención que se presta a los compañeros en San Juan y sobre la comunidad que se forma entre compañeros, colaboradores y voluntarios. En cada número del Entredicho tenemos ocasión de acercarnos a la comunicación que se produce y al trato que se da a cada ser humano. De este modo se crean y sostienen los vínculos.

Eva Ortiz, de la Escuela El Lucero, nos mostró lo que aporta la Pedagogía Waldorf de orientación antroposófica, empezando su disertación con una propuesta que puso en movimiento a todos los participantes, lo cual resultó muy beneficioso para aligerar nuestro cuerpo físico, posibilitando así que pudiera acompañarnos de manera más fresca y relajada en el tiempo posterior. El Encuentro se cerró con una realización de Euritmia dirigida por Katja Baumhauer, representando la constelación de Virgo, con la que nos acompañó a los presentes a transportarnos a esferas más sutiles de nuestro Ser.

En el Encuentro se generaron y crearon vínculos entre los asistentes, bien fuera retomando lazos existentes o conociendo personas nuevas. Se creó un ambiente cálido y agradable, que contribuyó a que el tiempo pasara de manera veloz. Quiero agradecer, de manera especial, a toda la comunidad de San Juan la acogida que prestó a este Encuentro: a los compañeros que depositaron su espíritu, a los colaboradores que se esmeraron en el cuidado y el detalle del espacio que nos brindaron, a las personas de la cocina por su disponibilidad y trato, además de por los platos preparados. Mi agradecimiento también a la Junta Directiva por haber posibilitado que este Encuentro se desarrollara en este espacio.

Roberto San Ildefonso.









CONFERENCIA: LA AGRICULTURA BIODINÁMICA DESDE UN ENFOQUE CULTURAL

Agricultura Biodinámica: cultivar la Tierra, renovar la cultura.

Escribo hoy como presidente de la Asociación para la Agricultura Biodinámica de España, pero sobre todo escribo como alguien que ha aprendido —y sigue aprendiendo— que la agricultura no es únicamente una técnica para obtener productos. La agricultura puede ser una forma de conocimiento, una forma de responsabilidad y, me atrevería a decir, una forma de servicio. Cuando hablamos de Agricultura Biodinámica, hablamos de tierra, de plantas, de animales, de alimentos, de personas y de cosmos. Pero hablamos también de cultura. Porque la manera en que cultivamos expresa la manera en que comprendemos la vida. Y la manera en que nos alimentamos expresa, aunque a menudo no seamos conscientes de ello, la relación que establecemos con el mundo del que dependemos.

La pregunta que quisiera que nos acompañara es sencilla, pero profunda: **¿qué puede aportar la Agricultura Biodinámica a la renovación de la vida humana y cultural?** No pretendo responder desde una teoría abstracta. Quisiera hacerlo desde el impulso que Rudolf Steiner ofreció en Koberwitz, en junio de 1924, cuando un grupo de agricultores le pidió orientación ante lo que ya entonces percibían como una pérdida de calidad, de fertilidad y de fuerza vital en los alimentos y en la agricultura.

Steiner no dio entonces una receta cerrada. Dio indicaciones y, al mismo tiempo, una tarea: observar, experimentar con seriedad y aprender de la realidad. En la última conferencia del Curso de Agricultura dejó claro que las propuestas debían desarrollarse mediante ensayos y que la comunidad de agricultores debía decidir cuándo los resultados estaban suficientemente maduros para comunicarse. Esa llamada a la experimentación responsable sigue siendo esencial hoy. Permítanme entonces hablar de Agricultura Biodinámica no como una colección de técnicas, sino como una invitación a mirar de otro modo.

La finca como organismo vivo.

Si pudiera iniciar con una imagen inspirada en Rudolf Steiner, diría lo siguiente: imaginemos que una finca no es una superficie de explotación, ni una suma de parcelas, establos, aperos y balances económicos. Imaginemos que una finca es un ser vivo. Un ser vivo en el que suelo, plantas, animales, paisaje, agua, personas y actividades humanas forman una unidad dinámica. Ese es uno de los impulsos centrales de la Agricultura Biodinámica.

En la segunda conferencia del Curso de Agricultura, pronunciada el 10 de junio de 1924, Rudolf Steiner formuló una idea decisiva. Dijo: «Una explotación agrícola cumple su verdadera esencia, en el mejor sentido de la palabra, cuando puede ser concebida como una especie de individualidad en sí misma, una individualidad realmente cerrada en sí». *Rudolf Steiner, Curso de Agricultura, GA 327, conferencia II, Koberwitz, 10 de junio de 1924*. Y añadió: «Una finca completamente sana debería poder producir dentro de sí todo lo que necesita». *Rudolf Steiner, Curso de Agricultura, GA 327, conferencia II, Koberwitz, 10 de junio de 1924.*

Estas palabras no significan que cada explotación deba aislarse del mundo ni que pueda alcanzar de forma inmediata una autosuficiencia absoluta. Steiner mismo reconoce que se trata de un ideal al que aproximarse «en la medida de lo posible». Pero sí nos ofrecen una dirección: buscar coherencia interna, cerrar ciclos, devolver fertilidad a la tierra, integrar los animales cuando sea posible, cuidar el compost, atender al agua, preservar la diversidad y conocer el carácter singular de cada lugar.

En biodinámica no existe una receta válida por igual para todas las fincas. Existe, en cambio, una pregunta que debemos renovar constantemente: ¿qué necesita este organismo agrícola concreto para alcanzar mayor salud, equilibrio, fertilidad y capacidad de futuro? La respuesta no se encuentra únicamente en un catálogo de insumos. Exige observación. Exige conocer el suelo. Exige mirar las plantas antes de intervenir. Exige comprender qué animales pueden tener sentido en el lugar, qué setos, qué árboles, qué biodiversidad, qué compost, qué cubiertas vegetales, qué relación existe entre los cultivos y el paisaje, tanto macro como micro.

En las Islas Canarias, esto adquiere además una fuerza particular. Aquí no se puede cultivar ignorando el relieve, la escasez o abundancia de agua, los microclimas, la influencia del mar, la altitud, la historia agrícola de cada comarca ni la singularidad de los suelos volcánicos. La biodinámica no nos pide aplicar un modelo externo sobre el territorio. Nos pide escuchar al territorio con más atención.

Por eso, la Agricultura Biodinámica no comienza con el preparado. Comienza con la mirada. No comienza con la pregunta «¿qué puedo añadir?», sino con la pregunta «¿qué quiere llegar a ser este lugar y cómo puedo colaborar responsablemente con ello?». El agricultor biodinámico no es dueño absoluto de la finca. Es, más bien, cuidador, intérprete y servidor de un organismo del cual también forma parte. Y esto transforma la práctica. El estiércol deja de ser un residuo incómodo para convertirse en un elemento de fertilidad que debe ser tratado con cuidado. El compost deja de ser una acumulación de materia orgánica y se convierte en un lugar de transformación. Los árboles y setos dejan de ser obstáculos improductivos y pueden convertirse en elementos que dan identidad, protección, hábitat y equilibrio al paisaje. Los animales dejan de ser simples unidades de rendimiento y vuelven a tener una relación con la fertilidad y la individualidad de la finca. La Agricultura Biodinámica busca producir alimentos, desde luego. Pero aspira a algo más: producir alimentos que nazcan de una tierra viva y que, por ello, puedan participar en una alimentación digna, consciente y humana.

Me gustaría, a continuación, establecer puentes entre la Agricultura Biodinámica y otras disciplinas antroposóficas:

- **Agricultura y medicina.**

El primer gran puente que quisiera considerar es el de la medicina. Debemos hablar aquí con claridad y responsabilidad. La agricultura biodinámica no es un tratamiento médico, no diagnostica enfermedades y no sustituye nunca la atención de profesionales sanitarios cualificados. La medicina antroposófica, por su parte, tiene su propio campo, sus propios profesionales y sus exigencias clínicas y legales. Sin embargo, agricultura y medicina se encuentran en un terreno fundamental: el ser humano se alimenta de la Tierra. Lo que comemos procede de procesos vivos: del suelo, del agua, de la semilla, de la planta, del animal, del clima, del trabajo humano y de la preparación culinaria. La agricultura y la salud humana no son ámbitos completamente separados.

En julio de 1924, apenas unas semanas después del Curso de Agricultura, Steiner afirmó en una conferencia sobre medicina: «El arte de curar concierne al ser humano. El ser humano es un ser de cuerpo, alma y espíritu. Por eso, una medicina real solo puede existir cuando penetra en un conocimiento que abarque al ser humano en los tres aspectos: cuerpo, alma y espíritu». *Rudolf Steiner, Ciencia espiritual y arte de curar, GA 319, conferencia II, Arnhem, 21 de julio de 1924.*

Esta cita no es una afirmación sobre la eficacia de ningún cultivo ni de ningún producto agrícola. Es una indicación de perspectiva: si queremos comprender al ser humano, no deberíamos reducirlo a una suma de componentes. Y si queremos pensar la alimentación, tampoco deberíamos verla solamente como una cuestión de calorías, rendimiento o composición química. La composición química es importante. La seguridad alimentaria es indispensable. El control sanitario es

irrenunciable. Pero quizá podamos preguntarnos también por la cualidad de los alimentos: por su origen, por su sabor verdadero, por su madurez, por su relación con el suelo, por la dignidad con la que han sido producidos y por la conciencia con la que son consumidos.

Steiner decía en el Curso de Agricultura que una finca sana debería generar dentro de sí aquello que necesita. Esa imagen puede ayudarnos a pensar el alimento no como una mercancía desarraigada, sino como fruto de relaciones concretas. Cuando una persona come una hortaliza, una fruta, un cereal o un queso, no consume únicamente un objeto. Recibe algo que se ha formado entre cielo y tierra, en un paisaje, en una estación y gracias al trabajo de seres humanos concretos. Esto debería despertar una responsabilidad doble: la primera corresponde a quienes producimos alimentos. Nuestra tarea no es solo obtener cantidad. Es cuidar los procesos que hacen posible una alimentación de calidad: suelo fértil, agua protegida, biodiversidad, respeto a los ciclos, compost bien elaborado, semillas cuidadas y trabajo digno. La segunda corresponde a quienes consumimos. Necesitamos recuperar una relación más consciente con la alimentación. Preguntarnos de dónde viene lo que comemos. Quién lo ha cultivado. Qué consecuencias tiene su precio. Qué paisaje sostiene. Qué tipo de agricultura estamos apoyando cada vez que elegimos un alimento.

La biodinámica puede aportar a la conversación sobre salud una cultura de la prevención en el sentido más amplio: prevención de la degradación del suelo, de la pérdida de biodiversidad, de la desconexión entre campo y ciudad, de la banalización del alimento y de la ruptura del vínculo entre alimento y agradecimiento. Alimentarnos puede volver a ser un acto de relación y no solo de consumo.

- **Agricultura y arte.**

El segundo puente es el arte. A primera vista, agricultura y arte pueden parecer mundos distintos. Uno se ocupa de producir alimentos; el otro, de la belleza, la forma, el color, el sonido o el movimiento. Sin embargo, toda persona que haya cuidado un jardín, observado una planta en su desarrollo o visto madurar un paisaje sabe que la agricultura puede educar profundamente la sensibilidad. La agricultura biodinámica nos invita a recuperar una observación cualitativa de la naturaleza. No mirar solo cuánto crece una planta, sino cómo crece. No mirar solo el rendimiento de un árbol, sino su forma, su vigor, su relación con el lugar, su salud, su ritmo estacional y la armonía que establece con el entorno.

Rudolf Steiner expresó esta relación entre arte y conocimiento de la naturaleza con estas palabras: «El arte no es una mera invención del ser humano; es un ámbito en el que el ser humano puede contemplar los secretos de la Naturaleza en un nivel diferente del pensamiento ordinario». *Rudolf Steiner, Educación y vida espiritual moderna, GA 307, conferencia I, Dornach, 5 de agosto de 1923.* Esta frase puede ayudarnos a comprender que el arte no es un adorno añadido después de resolver lo práctico. El arte puede ser una vía de percepción. Nos educa para ver relaciones, proporciones, ritmos y formas que una mirada puramente utilitaria no alcanza a percibir.

La Agricultura Biodinámica necesita de esa mirada artística porque trabaja con seres vivos. Y lo vivo no puede ser comprendido del todo a partir de datos aislados. Los datos son necesarios; los análisis de suelo, la información meteorológica, los estudios agronómicos y el conocimiento técnico son indispensables. Pero una finca no se deja agotar por una hoja de cálculo. Hace falta, junto al dato, la experiencia. Junto al análisis, la observación paciente. Junto al método, el sentido de la forma.

En el trabajo biodinámico, el compost puede enseñarnos algo artístico. Un compost bien cuidado no se fabrica como se fabrica una pieza industrial. Se acompaña. Se observan sus materiales, su humedad, su aireación, su temperatura, su maduración. Requiere atención y juicio. Y cuando alcanza su madurez, no es simplemente materia degradada: es un resultado de transformación.

También hay arte en la manera de disponer un huerto, de acompañar una viña, de mantener un jardín, de integrar árboles y cultivos, de conservar muros, terrazas, caminos y espacios de biodiversidad. No se trata de embellecer artificialmente la explotación agrícola. Se trata de dejar que su belleza surja de un orden vivo, de una relación cuidada entre función, fertilidad y paisaje. En un tiempo en el que tantos paisajes rurales se homogeneizan y tantos alimentos se vuelven visualmente idénticos, el arte puede devolvernos una pregunta esencial: **¿somos capaces de reconocer la singularidad?**

Cada finca tiene un rostro. Cada suelo tiene una historia. Cada paisaje tiene una memoria. Y cada agricultor puede contribuir a que esa memoria se conserve, se exprese y se transmita. La biodinámica, vivida con seriedad, no pretende hacer de cada agricultor un artista en el sentido profesional del término. Pero sí puede formar una sensibilidad artística: la capacidad de leer la forma, percibir el ritmo, reconocer la belleza de lo adecuado y actuar con respeto ante aquello que crece.

- **Agricultura y vida social.**

El tercer puente es el de la vida social. Nunca ha sido verdad que la agricultura sea una actividad individual. Incluso el agricultor que trabaja solo depende de una red inmensa: de quienes producen semillas, herramientas y compost; de quienes transportan; de quienes transforman; de quienes compran; de quienes investigan; de quienes cuidan el agua, los caminos y el territorio; de quienes enseñan a las nuevas generaciones.

Pero en nuestro tiempo esta interdependencia se ha vuelto, con demasiada frecuencia, invisible. Compramos alimentos sin conocer su origen. Se fijan precios que no cubren el trabajo ni la fertilidad que hay que devolver al suelo. Se separa al productor del consumidor. Se habla de sostenibilidad mientras se deja al agricultor sin condiciones para sostener su actividad. Se exige paisaje vivo, pero se olvida a quienes tienen que mantenerlo.

La agricultura biodinámica nos invita a reconstruir vínculos. Y esta reconstrucción tiene un contenido profundamente social. Rudolf Steiner formuló una frase muy conocida al hablar de educación y vida social: «La imitación, adecuadamente orientada, desarrolla libertad; la autoridad desarrolla la vida jurídica; la fraternidad y el amor desarrollan la vida económica». *Rudolf Steiner, La educación como problema social, GA 296, Dornach, 9 de agosto de 1919.* Detengámonos especialmente en las últimas palabras: “la fraternidad y el amor desarrollan la vida económica”. No se trata de sentimentalismo. Se trata de reconocer que la economía afecta directamente a las condiciones de vida de las personas.

En el ámbito agrícola, la fraternidad puede expresarse de maneras muy concretas: en precios justos, en compromisos estables entre productores y consumidores, en cooperativas, en asociaciones, en grupos de consumo, en mercados locales, en proyectos de agricultura sostenida por la comunidad, en relaciones comerciales transparentes y en apoyo mutuo entre agricultores. Cuando hablamos de agricultura biodinámica no deberíamos limitarnos a preguntar cómo se ha cultivado un producto. También deberíamos preguntar bajo qué condiciones humanas se ha producido. ¿Puede quien cultiva vivir dignamente de su trabajo? ¿Hay relevo generacional? ¿Se reconoce el valor del trabajo manual? ¿Se comparten riesgos? ¿Se paga el coste real de devolver fertilidad a la tierra?

La agricultura no puede sostenerse si se considera que el alimento debe ser siempre barato, independientemente de los costes humanos y ecológicos que deja fuera de la cuenta. Una economía más consciente no significa que los alimentos deban ser un privilegio. Significa precisamente lo contrario: que la sociedad debe encontrar modos de garantizar un acceso digno a alimentos de calidad sin basar ese acceso en la precariedad de quien los produce ni en el agotamiento del suelo. Aquí hay una tarea social y asociativa enorme.

Las asociaciones biodinámicas pueden ser lugares de formación, apoyo técnico, intercambio de experiencias y difusión. Pero pueden ser también lugares de fraternidad profesional. Espacios donde un agricultor no se sienta solo ante una plaga, una sequía, una dificultad económica o una incertidumbre de mercado. Espacios donde se pueda compartir conocimiento sin convertirlo inmediatamente en una ventaja competitiva. Espacios donde la pregunta no sea solamente «¿cómo vendo más?», sino también «¿cómo contribuimos juntos a una agricultura más viva y más justa?». Tal vez esa sea una de las aportaciones más necesarias de la biodinámica al presente: recordarnos que no existe salud de la tierra sin salud de las relaciones humanas.

- **Agricultura y pedagogía**.

El cuarto puente es la pedagogía. Toda agricultura enseña. Enseña paciencia, porque no se puede exigir a una semilla que germine antes de tiempo. Enseña humildad, porque el agricultor puede trabajar mucho y, sin embargo, depende de la lluvia, del clima, de la vida del suelo y de múltiples circunstancias que no controla. Enseña responsabilidad, porque cada intervención tiene consecuencias. Enseña agradecimiento, porque cada cosecha nos recuerda que la vida no ha sido fabricada por nosotros. Por eso, acercar a niños, jóvenes y adultos a la tierra no es una actividad complementaria. Es una necesidad educativa.

En una conferencia de 1920, Rudolf Steiner habló de las fuerzas interiores necesarias para educar: «La reverencia, el entusiasmo y el sentido de custodia: estas tres cosas forman en realidad el remedio universal en el alma del maestro y del educador». *Rudolf Steiner, El arte de educar a partir del conocimiento de la naturaleza humana, conferencia del 16 de septiembre de 1920.*

Reverencia, entusiasmo y sentido de custodia. Qué palabras tan fecundas para pensar la agricultura y la educación. La reverencia no es miedo ni pasividad. Es la capacidad de situarnos ante la vida sin reducirla a objeto. Es mirar una semilla y saber que contiene una promesa que no hemos creado nosotros. Es observar una lombriz, una abeja, una raíz o un árbol y reconocer que allí hay procesos que merecen respeto. El entusiasmo no es agitación superficial. Es el fuego interior que permite que el conocimiento se convierta en interés vivo. Un niño que siembra una semilla y vuelve cada semana a observarla puede descubrir más sobre el tiempo, la paciencia, la responsabilidad y la esperanza que mediante muchas explicaciones abstractas. Y el sentido de custodia es quizá una de las grandes tareas de nuestra época. Custodiar no significa poseer. Significa proteger aquello que se nos confía para entregarlo en mejores condiciones a quienes vendrán después. Esto es exactamente lo que la agricultura necesita hoy: custodios del suelo, del agua, de las semillas, de los paisajes, de los saberes campesinos y de la capacidad de las comunidades para alimentarse.

La Pedagogía Waldorf ha desarrollado, desde su propio camino, una comprensión de la educación que integra pensamiento, sentimiento y voluntad. La agricultura biodinámica puede dialogar profundamente con esa visión porque el trabajo con la tierra implica precisamente las tres dimensiones. Se piensa al observar, comprender y planificar. Se siente al admirar, cuidar y percibir la belleza del mundo vivo. Y se quiere al actuar: sembrar, compostar, podar, regar, cuidar, cosechar, transformar y compartir. Por eso los huertos escolares, los jardines pedagógicos y las experiencias de contacto directo con la naturaleza no son simples recursos didácticos. Pueden ser espacios donde se forma el carácter.

Cuando un joven aprende que no debe arrancar una planta sin necesidad, que ha de dejar una parte de la cosecha para la semilla, que debe devolver materia orgánica al suelo, que el agua es limitada y que una planta necesita tiempo, está aprendiendo algo que va más allá de la agricultura. Está aprendiendo a vivir en relación. Y quizá sea esa la palabra central: relación. La crisis ecológica no es solo una crisis de recursos. Es una crisis de relación. Hemos olvidado que dependemos de aquello que consideramos externo: el suelo, el aire, el agua, las plantas, los animales, los agricultores y las comunidades rurales. La educación vinculada a la tierra puede devolvernos esa conciencia.

- **Agricultura, economía y futuro.**

Quisiera añadir un quinto puente: el vínculo entre agricultura, economía y futuro. Muchas personas jóvenes sienten hoy incertidumbre ante el porvenir. Ven paisajes degradados, sequías, incendios, erosión, pérdida de biodiversidad y una creciente distancia entre la vida cotidiana y los ciclos de la naturaleza. También ven una agricultura sometida a una enorme presión económica, administrativa y climática.

En este contexto, la Agricultura Biodinámica no debe presentarse como una promesa fácil ni como una solución mágica. No lo es. Trabajar biodinámicamente exige conocimiento, observación, formación, ensayos, rigor, cooperación y una gran disposición a aprender de los errores. Pero sí puede ofrecer una orientación de futuro: la fertilidad no es un capital que podamos gastar sin límite. Es una herencia viva que tenemos que renovar. Rudolf Steiner habló en el Curso de Agricultura de la necesidad de que el conocimiento conduzca a una aplicación práctica. Al inicio de la segunda conferencia señaló: «Las conclusiones prácticas solo pueden realizarse en la aplicación inmediata y solo tienen significado cuando se llevan a la práctica». *Rudolf Steiner, Curso de Agricultura, GA 327, conferencia II, Koberwitz, 10 de junio de 1924.*

Esta frase nos protege de un riesgo: convertir la biodinámica en discurso. La biodinámica es valiosa solo si se encarna. En el suelo que mejora. En el compost que madura. En la finca que se diversifica. En el agricultor que observa. En el alimento que expresa un lugar. En las relaciones económicas que se hacen más justas. En el joven que descubre una vocación. En el consumidor que aprende a elegir con responsabilidad.

La economía del futuro tendrá que aprender a reconocer valores que hoy no aparecen suficientemente en los precios: fertilidad, biodiversidad, agua limpia, salud del paisaje, trabajo humano cualificado, transmisión de conocimientos, cuidado de las semillas y arraigo rural. No es razonable pedir al agricultor que sea simultáneamente productor de alimentos baratos, protector del paisaje, gestor de biodiversidad, cuidador del agua y garante de la soberanía alimentaria, mientras se remunera su trabajo como si todo eso no tuviera valor. Necesitamos una conversación honesta sobre el precio y el valor. El precio es lo que pagamos. El valor es aquello sin lo cual no podemos vivir. Y la fertilidad de la tierra pertenece claramente al segundo ámbito.

En esta Tierra, tenemos una riqueza agrícola enorme: cultivos singulares, saberes locales, terrazas, viñedos, frutales, ganadería, huertas, paisajes de secano y de regadío, diversidad climática y una larga relación histórica entre comunidad y territorio. Cuidar esta riqueza no es nostalgia. Es una tarea de futuro. La Agricultura Biodinámica puede contribuir a ese futuro si sabe dialogar con los conocimientos agronómicos actuales, con la investigación, con la experiencia de los agricultores, con las necesidades económicas reales y con las particularidades de cada territorio. No se trata de volver atrás. Se trata de avanzar con raíces.

- **Una tarea cultural.**

Queridas amigas y queridos amigos:

He querido presentar la Agricultura Biodinámica como algo más que una manera de cultivar. La he presentado como una invitación a comprender la finca como organismo vivo. Como una llamada a recuperar la relación entre suelo, alimento y salud. Como una escuela de sensibilidad artística ante la forma, el ritmo y la belleza de la naturaleza. Como una tarea social que exige fraternidad, cooperación y economía responsable. Como una experiencia pedagógica capaz de formar reverencia, entusiasmo y sentido de custodia. Y como una respuesta cultural ante un futuro que nos pide cuidar de la Tierra con más conciencia.

Quisiera terminar volviendo a la imagen de la finca como individualidad viva. Una finca biodinámica no es perfecta. Ninguna finca lo es. Está atravesada por dificultades, límites, sequías, plagas, mercados, cansancio y contradicciones. Pero puede estar orientada hacia la salud. Puede caminar hacia una mayor coherencia. Puede ir aprendiendo a transformar residuos en fertilidad, aislamiento en comunidad, suelo cansado en suelo vivo y alimento anónimo en alimento con rostro y procedencia.

Quizá esa sea también la tarea de nuestra cultura: no aspirar a una perfección abstracta, sino aprender a transformar; transformar el conocimiento en responsabilidad; transformar la responsabilidad en acción; transformar la acción en cuidado y transformar el cuidado en una nueva relación con la Tierra y entre los seres humanos.

La Agricultura Biodinámica nos recuerda que el futuro no se siembra solo con semillas. Se siembra también con atención, con paciencia, con conocimiento, con valentía y con confianza en la capacidad humana de colaborar conscientemente con la vida.

Que podamos, desde nuestros distintos ámbitos —la agricultura, la medicina, el arte, la pedagogía, la vida social, la economía y la vida espiritual—, contribuir a esta tarea. Porque cultivar la Tierra es, en el fondo, cultivar las condiciones para que la vida humana pueda seguir siendo digna, bella, libre y fraterna.

Que así sea.



Juan José Sánchez Díaz,
presidente de la Asociación para la Agricultura Biodinámica de España.

BIENVENIDOS, COMPAÑEROS

Nos complace anunciar que, en este ciclo lectivo, damos la bienvenida a tres jóvenes compañeros que han querido sumarse a nuestra Comunidad San Juan. Con alegría los recibimos y les hacemos llegar nuestros mejores deseos para esta nueva andadura tan prometedora que ahora comienza.

¡Bienvenidos, Rachel, Mikel y Lucía!

RACHEL

El Entredicho es nuestro medio de comunicación y difusión hacia el mundo, por eso aprovechamos este espacio para presentar a nuestra nueva compañera Rachel. Llega acompañada de una espléndida sonrisa caribeña, sensible y amigable con quienes le brindan la oportunidad de ser como es.

A Rachel le gustan las artes del dibujo y del color. También le gusta dedicar tiempo a su arreglo personal y al maquillaje. Muestra sensibilidad hacia los demás y disfruta de los niños y los animales, así como de ayudar a quienes lo necesitan. Aquellos compañeros del centro de día que la conocen ya la definen como una persona sigilosa, cuya presencia se siente; la perciben como una brisa de otoño que llega a cada lugar, muy sencilla y humilde en su estar (San Ildefonso, L., 2026).



Trae una biografía marcada por su origen cubano, con una niñez marcada por las calles de La Habana, detenidas en el tiempo, entre fachadas antiguas con coches clásicos, con sus aromas y sabores, con ese encanto que permanece intacto en la memoria. Efectivamente, Rachel nació en La Habana; sus padres, Diley y Roberto, siempre han sido apoyo incondicional junto a su hermano. La familia, como tantas otras, emigró a Canarias en el año 2019 y llegaron a San Juan por el mes de septiembre buscando un lugar para que su hija florezca.

Ojalá que el sol encuentre en tu sonrisa
el mismo brillo que tú regalas
a quienes te rodean.
Que hoy recibas abrazos sinceros,
palabras que acaricien el alma
y motivos para creer que lo mejor
todavía está por llegar.

Pablo Fernández.

María Urruela.

MIKEL

Con alegría compartimos que Mikel prosigue su camino en nuestra comunidad, avanzando en su tránsito hacia la vida adulta. No se necesitan muchas palabras para presentarle, pues desde su temprana infancia, forma parte de esta casa. Sin embargo, queremos aprovechar la oportunidad de darle la bienvenida a esta nueva etapa y hacerle llegar nuestros mejores deseos para esta andadura que ahora comienza, contemplando los logros del pasado y vislumbrando los retos del futuro.



Dulce pícaro inconformista,
exquisito y desvergonzado sin parangón.
Empeñado en realizar tu don.
Alzas tu tronco vital y tenaz,
con mirada despierta,
con firme voluntad y curiosidad,
para alcanzar a ver
todo lo que el paisaje tiene que ofrecer;
para hacer entender
todo lo que quieres llegar a hacer.
Y llegas lejos, cual piñas cargadas
de dulces piñones,
lanzadas desde las alturas.
Y sonríes galán y satisfecho
al avanzar y alcanzar tu propósito.
Y te adaptas, flexible, compartiendo,
en atenta presencia entre los demás,
sabiendo habitar gran cantidad de terrenos;
pasando desapercibido también,
complacido de estar entre nosotros.

Lourdes Casas.

LUCÍA



Has llegado con la cálida brisa otoñal,
con tu gesto suave, como las hojas
que caen de los árboles.
Nos regalaste tu dorada sonrisa,
que ilumina como un susurro
del sol al amanecer.
Mirada profunda,
ventana a un paisaje
de frescos colores y calma.
La melodía de tu voz
lleva consigo la fortaleza
y la belleza de tu alma.
La tierra acompaña tu paso firme
y florecido dejas en tu andar,
un camino de alegría y de paz.

Sthefanie Istok y Malena Dell´Erba.

NUEVOS GRUPOS

Con la fuerza, el valor y el coraje, tan propios de este tiempo, disponemos nuestras manos a la acción para dar calor a la Tierra desde nuestra labor cotidiana. Todos los rincones de San Juan se llenan de la alegría que irradia cada uno de los grupos, conformados para este nuevo ciclo lectivo. Aprovechamos esta ocasión para presentarlos.



Grupo de Alba León, Tom, Elli, María Esther, Sandra, Conrado, Ani, Adriana, Asier y Liusvan.

Las notas del tejer
resuenan en el alma
cuando juntos caminamos
a la salida del alba...
y así vamos tramando,
entre sonrisas y lágrimas de encanto,
un velo fino de luz
que ilumina, iluminando
el destino eterno del hilar
la vida entre los seres humanos.



Grupo de María, Enni, Juan Jesús, Rayco, Lucía, Alejandro Rodríguez y Rachel.

Entre la calma y el ritmo, la experiencia y la frescura, las sonrisas y los silencios, todo encuentra su lugar. Y así, juntos, podemos compartir este ciclo lleno de momentos que, poco a poco, se convertirán en recuerdos llenos de vivencias y de aprendizajes que están por llegar.

Cada curso formamos grupos nuevos con la intención de crear vínculos estrechos, buscando la fortaleza que nos une como conjunto. Para encontrarse verdaderamente con el otro, se necesita tiempo, hacer juntos y acompañarse. A veces, incluso el ciclo de un año completo no es suficiente para este propósito. Y cada paso dado hacia ese encuentro, hacia las dificultades y las alegrías del día a día, nos acerca, nos permite ver y nos entreteje en lo que realmente somos.

En esta ocasión formamos una constelación muy variopinta: Saúl, Gerani, Federico, Dara, Damián, Liv, Ángel y Ángeles. Elegimos un lema de grupo que nos define y nos determina claramente: «Somos un grupo alegre, cuidadoso en la búsqueda de la calma, el equilibrio y la paz». Para ayudarnos en esta tarea, trabajamos juntos este poema que nos acompañará durante el año y dice así:



Grupo de Ángeles, Ángel, Liv, Saúl, Dara, Damián, Gerani y Federico.

En mi corazón vive la fuerza del sol.
En mi alma actúa el calor del mundo.
Yo quiero respirar la fuerza del sol,
yo quiero sentir el calor del mundo.
Fuerza del sol, llename.
Calor del mundo, compenétrame.

Rudolf Steiner.



Grupo de Leyan, Eleonore, Marcos, Carlos, Yolanda, Gilson y Charleen.

Con el inicio de este nuevo curso se conforma un nuevo grupo, un nuevo encuentro y nuevas vivencias del día a día. Con toda la ilusión nos damos la bienvenida, en esta senda conjunta que estamos por recorrer, que promete momentos de trabajo, risas, alegrías y, sobre todo, la entreayuda que nos caracteriza. Cada año se nos presenta un nuevo reto que debemos afrontar y deseamos que este esté lleno de recuerdos, experiencias y armonía.



Grupo de Sthefanie, Malena, Paul, Françoise, Angélica, Ashley, Juan, Elena y Lucía.

La semilla que se siembra
con cariño y cuidado,
se fortalece con el tiempo
y va creciendo a su paso.
Con experiencias compartidas,
con unión y empatía,
damos sentido al camino,
damos sentido a la vida.
Porque una flor,
con paciencia y amor,
florece en nuestro corazón
y despliega su color.



Grupo de Lourdes, José Ramón, Jule, Nuria, José Domingo, Tanausú, Daniela y Mikel.

Una nueva constelación apareció en el cielo a finales del mes de agosto, formada por satélites que el destino juntó para emprender juntos su recorrido por la bóveda celeste. Un año será justo el tiempo en el que los invitados viajarán alrededor de su centro, la Tierra; desde ella los observaremos y estudiaremos sus órbitas, deseándoles una próspera trayectoria y sosteniéndolos para no perder el centro de gravedad.

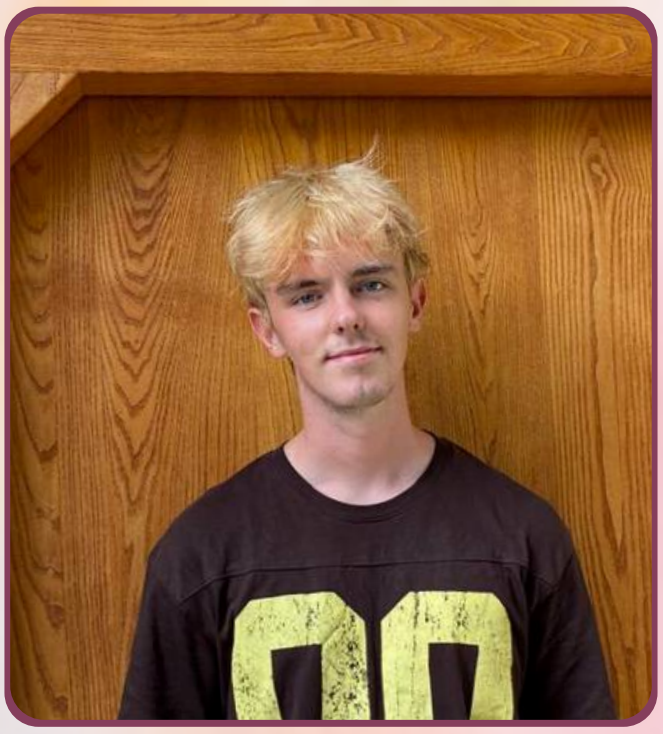


Grupo de Alba Chávez, Nieves, Mira, Marisa, Alejandro Ferández, Yamiley, Sergio, Francesco y Paula.

«Somos costeros arriando velas, largando al viento la rumantela...» Lo canario nos identifica; el arraigo a nuestra tierra nos permite disfrutar de nuestra historia, con esas costumbres que nos hacen especiales y auténticos. Somos un grupo unido, una gran familia que crece apoyándose, superando los obstáculos, fortaleciéndonos, celebrando nuestros logros y caminando juntos. La alegría nos caracteriza, al igual que las ganas de vivir y compartir todas esas vivencias que hacen grande nuestra comunidad.

DE LA MANO CON SAN JUAN

El voluntariado, presente en nuestra comunidad desde 1998, supone una oportunidad de encuentro. Ofrece la posibilidad de ampliar el marco social a través de la diversidad cultural, favoreciendo el crecimiento recíproco entre las personas que forman parte de la comunidad. Entender el mundo, sentir y actuar en la vida de la mano de personas necesitadas de cuidados anímicos especiales aporta una mirada sensible al mundo. Como cada año, nos llega desde Alemania un grupo de jóvenes que se disponen a alcanzar esta vivencia, dando comienzo a este camino en el que vamos de la mano con siete jóvenes, a quienes hacemos llegar nuestra bienvenida y nuestro agradecimiento.



¡Hola! Me llamo Paul, tengo 18 años y soy de un pueblo pequeño que se llama Waldmühlen. Se encuentra en una región muy bonita, el Westerwald, que está entre Frankfurt y Colonia. Hace tres años, pude hacer un intercambio escolar en España y me encantó la lengua, la cultura y la gente. Así que me emocionó mucho la oportunidad de trabajar en Tenerife. Desde el primer día me ha encantado la isla, sus paisajes y su gente, con la que puedo trabajar y pasar tiempo aquí. En San Juan acompaño en el taller de lana, donde ya he aprendido mucho sobre las distintas maneras en las que se puede usar la lana. También estoy en el taller de papel, donde ya he aprendido a hacer papel reciclado. Es fascinante cuántas opciones existen para hacer papeles diferentes.

El trabajo y el tiempo que puedo pasar con los compañeros me gustan mucho, especialmente el momento de la comida con mi grupo o cuando estamos todos juntos en el círculo de la mañana. Estoy seguro de que este año podré descubrir nuevos aspectos del trabajo en San Juan y continuar disfrutando de mi trabajo con los compañeros.



¡Hola! Me llamo Mira y tengo 19 años. Soy de Hanau, cerca de Frankfurt.

En mi tiempo libre me gusta leer, nadar y salir con mis amigos. Aquí, en San Juan, trabajo en los talleres de jardines y granja con María y Leyan, respectivamente. Me encantan los animales y ya he tenido la suerte de ver a unos gatitos recién nacidos.

Me gusta mucho trabajar con los compañeros. Cada día trae nuevos retos y experiencias bonitas. Además, tengo la gran suerte de poder ir a la piscina con los compañeros. Tengo muchas ganas de descubrir todo lo que me espera este año y de aprender muchas cosas nuevas.



¡Hola! Me llamo Tom y tengo 18 años. Vengo del sur de Alemania, de la ciudad de Friburgo.

En mi tiempo libre practico deportes; el fútbol es mi favorito y lo he jugado toda mi vida. Además, me gusta ir al gimnasio y esquiar en invierno. Tras terminar la escuela, decidí realizar un año de voluntariado social en San Juan. En la Asociación San Juan trabajo en la granja y en la huerta. Trabajar al aire libre con los compañeros me resulta muy agradable y divertido.

Afronto este año con una actitud muy positiva y me ilusiona poder vivir nuevas experiencias, conocer gente nueva y, por supuesto, mejorar mi español.



¡Hola a todos! Me llamo Eleonore y tengo 19 años. Soy de una ciudad del centro de Alemania llamada Mainz, donde vivo con mis padres, mi hermana menor y mi perro. En mi tiempo libre me gusta hacer manualidades, leer y salir a hacer cosas al aire libre con mis amigos. En San Juan, trabajo en el taller de cerámica y en el taller de madera; hasta ahora, lo que más me ha gustado ha sido la variedad de tareas y las caminatas en las que participo todas las semanas.

Tengo muchas ganas de trabajar con todos y de conocer a gente nueva. También espero poder aprender español como nuevo idioma a lo largo del año.



¡Hola a todos! Me llamo Jule, tengo 19 años y soy de las afueras de Frankfurt, de una pequeña ciudad llamada Dietzenbach. Allí practico mucho deporte y, sobre todo, me encanta bailar. Vivo con mi familia y mi perro. Mi hermana ya se ha independizado y está estudiando en la universidad.

En San Juan trabajo en el taller de velas y también en el de lana. Me gusta mucho el trabajo creativo. Además, como toda mi familia trabaja con personas, me hace mucha ilusión poder realizar un trabajo similar en San Juan. Tengo muchas ganas de aprender español y de vivir nuevas experiencias.

¡Espero que pasemos un año maravilloso juntos!



Hola, me llamo Liv, tengo 18 años y soy de Stuttgart, Alemania.

Elegí la Asociación San Juan para tener un primer acercamiento al ámbito laboral, conocer una nueva cultura y poder hacer feliz a la gente. En mi tiempo libre juego al baloncesto; lo hago desde que tenía 11 años. Me encanta quedar con amigos, pintar y bailar con la música a todo volumen. En San Juan trabajo en el huerto y en el taller de tareas domésticas. También juego al baloncesto aquí y voy a natación con los compañeros. Lo disfruto mucho porque el trabajo siempre es muy variado.



¡Hola!

Me llamo Enni y tengo 19 años. Soy de Alemania, de Hannover. Trabajo en los talleres de cerámica y de madera. En mi tiempo libre me decanto por hacer manualidades y por coser. Además, me gusta mucho hacer deporte y quedar con mis amigos. ¡Tengo muchas ganas de pasar este año en San Juan!



¡Hola a todos!

Me llamo Elli, tengo 19 años y soy de Alemania. En mi tiempo libre me gusta tocar el piano, la guitarra y cantar en un coro. He decidido hacer un tiempo de voluntariado en San Juan porque quería vivir nuevas experiencias y ayudar a otras personas, a la vez que aprender español y conocer la cultura española. Aquí trabajo en los talleres de lana y en la granja. Espero aprender mucho, ser más independiente y conocer mejor a todas las personas de San Juan.

Estoy muy feliz de estar aquí y tengo muchas ganas de vivir este año. ¡Muchas gracias por esta oportunidad!

UNA CITA CON FLORENCIO HERRERO



Nos sentimos profundamente honrados y agradecidos por la oportunidad de compartir este encuentro con Florencio Herrero Romero, médico con una gran trayectoria profesional estrechamente comprometida con la búsqueda de una comprensión integral del ser humano. Tras licenciarse en 1978 como médico de medicina general por la Facultad de Medicina en la Universidad Complutense de Madrid, Florencio trabajó en medicina familiar durante 7 años, en la Clínica Ita Wegman (medicina interna) y en la Clínica Lucas (tratamiento para el cáncer), ambas en Arlesheim (Suiza). Amplía sus estudios adquiriendo el Certificado Internacional de Médico Antroposófico.

En septiembre de 1989 funda el Instituto Hygiea (Salud/Arte/Educación) en Plasencia (Cáceres), donde es el responsable médico y, desde entonces, practica la Medicina Antroposófica en el ámbito de la medicina general. Igualmente trabaja y colabora como médico escolar en numerosos colegios Waldorf de toda la geografía española. Es miembro fundador de diferentes asociaciones relacionadas con la Medicina Antroposófica: Asociación de Médicos para la Medicina Antroposófica en España (ACMA), Fundación Mare Nostrum e Instituto de Formación de Medicina y Terapias Antroposóficas (IFMA). Además ha sido promotor, coordinador y ponente en diferentes formaciones terapéuticas antroposóficas: Medicina, Psicoterapia, Arteterapia, Enfermería y Masaje según el Dr. Simeon Pressel. Cuenta con una fecunda experiencia como conferenciante, participando en multitud de congresos nacionales e internacionales de Antroposofía, medicina y pedagogía.

- **¿Cuáles fueron sus primeros estudios? ¿De dónde surge su búsqueda e interés por la Antroposofía?**

Al terminar el bachillerato y decidir cómo quería seguir estudiando, la motivación para estudiar medicina fue la pregunta que me surgió: ¿qué es el ser humano? En los estudios de medicina no encontré una respuesta, aunque con algunas crisis conseguí terminar los estudios y trabajar en la medicina rural durante 7 años, años en los que continuaba buscando una respuesta en diferentes contextos.

Esta respuesta llegó cuando participé en un encuentro antroposófico en verano, donde conocí la Antroposofía y la medicina antroposófica. Desde ese momento ya no tuve ninguna duda de que la Antroposofía era la respuesta que al mismo tiempo me permitía un ejercicio profesional como deseaba.

- **¿Qué es la Sociedad Antroposófica? ¿Cuál es la labor que desarrolla en España? ¿Qué ha supuesto para usted asumir la presidencia?**

La Sociedad Antroposófica General, con sede en el Goetheanum (Suiza), fue fundada en la Navidad de 1923-1924 y está orientada a profundizar en el conocimiento del ser humano y del universo a través de la Antroposofía,

desarrollada por Rudolf Steiner.

En alrededor de 50 países se han fundado sociedades antroposóficas nacionales asociadas a la Sociedad Antroposófica General. En España, se fundó la Sociedad Antroposófica en España en el año 1984. La labor de la Sociedad Antroposófica es fomentar el desarrollo de «un corpus social», para que la Ciencia Espiritual o Antroposofía pueda ser comprendida y cultivada por todo ser humano que tenga un interés en una visión ampliada del ser humano y del mundo. A través de esta ampliación también puede igualmente, a nivel individual, responder a preguntas vitales y de esta manera facilitar una comprensión equilibrada de la propia vida y sus circunstancias.

Finalmente, desde la Antroposofía han surgido impulsos culturales y ampliaciones en campos como la pedagogía, la medicina, la agricultura, el arte, la arquitectura y otros como la Pedagogía Curativa y la Terapia Social.

A título personal, asumir ser presidente de la Sociedad Antroposófica en España, para lo cual fui preguntado en dos ocasiones, supone una responsabilidad que intento ejercer con motivación y entusiasmo. Para mí, coordinar las tareas a nivel nacional de la Sociedad Antroposófica supone un honor; lo afronto encantado con la colaboración de otros tres compañeros, junto con quienes formamos el equipo directivo. En definitiva, se trata de poner en valor en la cultura actual un impulso de espiritualidad moderna basado en un conocimiento ampliado del ser humano.

- **Recientemente se ha llevado a cabo un encuentro en el espacio de la Asociación San Juan. ¿Cuál es el objetivo de estas iniciativas que impulsan por toda la geografía española?**

En principio, se puede decir que la Sociedad Antroposófica e iniciativas antroposóficas están implantadas modestamente por toda la geografía de España, constituyendo así la periferia del movimiento antroposófico. Es un objetivo del actual equipo directivo cohesionar el movimiento antroposófico y, en este sentido, estamos atentos a oportunidades que puedan darse de viajar a la periferia. Este fue el caso de la isla de Tenerife, cuando algunos miembros de la Sociedad preguntaron si podríamos organizar un encuentro allí. Así fue como se inició este encuentro y, a la hora de pensar dónde realizarlo, consideramos que no había mejor lugar que las instalaciones de San Juan.

A posteriori, estamos muy contentos y agradecidos de haber tenido todo el apoyo y la colaboración de San Juan y sus colaboradores, porque pudimos, con creces, conocer y compartir con todo el movimiento antroposófico de la isla y, especialmente, conocer la labor que viene realizando San Juan con las personas con discapacidad.

- **Desde su experiencia como médico antroposófico, ¿cuál es la mirada que aporta la Antroposofía en el ámbito de la medicina? ¿Qué podemos entender por salud? ¿Cómo podemos abordar la enfermedad?**

La mirada que aporta la Antroposofía a la medicina es una visión ampliada del ser humano. Esta ampliación permite al médico valorar el estado del enfermo de una forma integral, no limitándose solo a los datos que aportan las analíticas y otras pruebas diagnósticas, datos que ofrecen una reducción del estado del enfermo meramente ponderal, excluyendo otros ámbitos de la persona, como su estado vital, su estado anímico y su biografía. La antropología antroposófica contempla al ser humano constituido por cuatro dimensiones: física, etérica, anímica y biográfica. Hay salud cuando estas cuatro dimensiones están relacionadas armónicamente; si se origina un desequilibrio, entonces la enfermedad aparece revelándolo. Este desequilibrio es el que el médico tiene que detectar, valorar y aplicar las terapias que puedan de nuevo restablecer la salud. Desde otra perspectiva, se puede denominar esta relación armónica como la capacidad del organismo humano de autorregularse. Así, la salud se puede entender como la capacidad de autorregulación activa en todo ser humano.

Cuando el organismo humano no puede mantenerse sano, no puede autorregularse; entonces hay que ayudarle, y la medicina antroposófica tiene un espectro terapéutico amplio, que abarca desde medicamentos y terapias corporales hasta terapias artísticas o asesoramiento biográfico, entre otros.

- **Recientemente ha publicado su primer libro, Salud, Arte, Educación. Fisonomía de la Antroposofía. ¿Qué le ha llevado a emprender este proyecto? ¿Qué nos plantea esta obra y qué espera suscitar en sus lectores?**

La motivación para publicar este libro fue el centenario de la muerte de Rudolf Steiner; de alguna manera quise homenajearle. Para ello pensé en reunir una serie de artículos y trabajos que había escrito y construir un mosaico publicándolo como un libro. Así quería expresar mi agradecimiento a Rudolf Steiner. Al ir componiendo el contenido del libro, me di cuenta de la coherencia vital e intelectual de Rudolf Steiner, coherencia que justo tenía que ver con el número tres o lo trinitario. De tal forma, manifestó la importancia del número tres para comprender el mundo. Y cuál fue mi sorpresa al darme cuenta de que el número tres fue inspirador para mí cuando fundé el Instituto Hygiea, en Plasencia, cuyo objetivo se expresaba en Salud/Arte/Educación. De ahí decidí cambiar el título del libro, llamándolo Salud, Arte, Educación y llevando por subtítulo Fisonomía de la Antroposofía. La idea que quiero plantear en el libro es cómo estos tres campos —Salud, Arte y Educación— pueden converger sinérgicamente y, de esta manera, superar la compartimentación de estas disciplinas. Es decir, se plantea una visión holística que surge de la interacción de procesos inherentes a cada una de ellas, posibilitando así un desarrollo integral del ser humano.

- **Recordamos que usted ha estado muy vinculado a esta casa desde sus comienzos. ¿Cuándo conoció a la Asociación San Juan? ¿Cómo se produjo ese primer encuentro? ¿Cuál ha sido durante estos años su relación con esta comunidad?**

Hace bastantes años estuve viajando al sur de Tenerife, invitado por una iniciativa antroposófica, para colaborar como médico antroposófico y médico escolar. Allí conocí a Fidel, ya que se inició un grupo de apoyo de pedagogía curativa para personas con discapacidad de la zona. Después dejé de viajar a Tenerife, pero supe que Fidel creó un Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social. Posteriormente, y aunque no tuve un contacto regular y directo con San Juan durante años, sí estuve pendiente y fui siguiendo su desarrollo y actividad cuando se dieron las oportunidades. Por cierto, una vía fue El Entredicho, ya que desde la Sociedad Antroposófica le dimos difusión entre todos los miembros; entonces lo aprecié como un órgano de difusión modélico en el ámbito del movimiento antroposófico. Últimamente, mi relación con San Juan es más directa, por una parte, al invitar a Patricia como representante de la asociación a reuniones online con asociaciones de terapias antroposóficas de España y, por otra, al colaborar como médico antroposófico en el programa de cuidados que actualmente se está llevando a cabo para los colaboradores, programa que se cogestiona con la Fundación Mare Nostrum.

- **¿Cuál considera que es la labor de la Asociación San Juan en nuestro entorno? ¿Cuáles son las señas de identidad que la diferencian de otras instituciones sociales?**

Pienso que a través de la Asociación San Juan se ha logrado que las personas con discapacidad del entorno sean acogidas y acompañadas con la dignidad que todo ser humano merece. En el reconocimiento de las personas con discapacidad que, poco a poco, se va desarrollando en la sociedad actual, la Asociación San Juan ha estado siempre a la vanguardia. Y lo más importante para mí es que no solo ha visualizado esta, en principio, problemática social-humana, sino que lo ha hecho con un modelo de institución social e integral, tomando como referencia la imagen antroposófica del ser humano y del mundo. En definitiva, considerando el acompañamiento a las personas con

discapacidad como una posibilidad para el desarrollo de cualidades humanas, cualidades que es tan necesario desarrollar en la sociedad actual.

- **Desde la SAE se trabaja para crear lazos entre diferentes instituciones que sustentan su labor desde la visión que aporta la Antroposofía. ¿Qué supone mantener un hacer basado en la Pedagogía Curativa y la Terapia Social? ¿Cuál es la importancia de la entreayuda entre las personas dedicadas al acompañamiento?**

El actual equipo de la Sociedad Antroposófica en España viene promoviendo, a través de proyectos cuatrienales, el crear vínculos y afectos en el movimiento antroposófico en España. El proyecto en progreso durante estos cuatro años tiene como objetivo "La acción mancomunada y compenetrada del movimiento antroposófico en España". En la práctica, el desarrollo de este objetivo implica proponer espacios sociales para el intercambio, la interacción y la colaboración de todas las iniciativas antroposóficas existentes en el país. Para concretarlo, se organizan reuniones online con representantes de diferentes asociaciones antroposóficas, reuniones que, en los dos últimos años, han promovido la coorganización de la Fiesta de Micael. En los dos últimos años se ha invitado a la representante de la Asociación San Juan, Patricia, cuyas aportaciones en este contexto han sido significativas, justamente poniendo en valor el estilo de acompañamiento a las personas con discapacidad.

Otra actividad que se intenta promover es la visita a instituciones antroposóficas, mostrando el interés y el apoyo a las diferentes actividades que se realizan. En este sentido, quisiera destacar el encuentro que a mediados de septiembre de 2026 tuvo lugar en las instalaciones de la Asociación San Juan, un evento organizado por la Sociedad Antroposófica en España, en el que se dieron cita todas las iniciativas antroposóficas de Tenerife. Además, se pudo conocer de cerca a los colaboradores de la institución y toda la actividad que se desarrolla en el acompañamiento a las personas con discapacidad. ¡Muchas gracias!

- **¿Cuál es, para usted, la repercusión que tiene en la sociedad, la economía, el medio ambiente… la labor que realizan las personas necesitadas de cuidados especiales a través de iniciativas como la de San Juan?**

Entiendo su pregunta en el sentido de lo que pueden aportar las personas con discapacidad en la vida social, laboral, también en el deporte, etc. Pienso que mucho es lo que se ha avanzado en el aspecto de la integración e inclusión de las personas con discapacidad. También veo un riesgo en la forma en que se está llevando a cabo, ya que se intenta realizar según patrones sociales y humanos convencionales, competitivos, productivos, etc. De esta forma se pierde «el potencial terapéutico social y humano» que subyace en la discapacidad.

En las iniciativas de Pedagogía Curativa y Terapia Social como la de San Juan se intenta aplicar un modelo basado en el valor de lo comunitario, en el desarrollo de cualidades humanas que generan una comunidad que da un soporte para que las discapacidades de las personas puedan generar perspectivas futuras de desarrollos humanos.

- **La Asociación San Juan es una organización no gubernamental sin ánimo de lucro donde confluyen los esfuerzos de familias, profesionales, voluntarios, instituciones públicas y privadas, así como amigos asociados y personas afines en general. ¿Cuáles son, para usted, las fortalezas y debilidades que pueden surgir del espectro de esta forma de abordar la vulnerabilidad en este ámbito?**

Aunque no conozco detalladamente la situación en todos los ámbitos de la Asociación San Juan, sí me atrevo a hacer un «diagnóstico social», como médico, de una institución como esta. Observo, en primer lugar, que es una institución arraigada en un contexto social porque tiene unos fines claros y necesarios que deben ser atendidos: las personas con discapacidad. Además de tener

una orientación en unos valores humanos basados en la Antroposofía. En segundo lugar, tiene un espacio e instalaciones adecuados y bien cuidadas para llevar a cabo las actividades. Y en tercer lugar, tiene un equipo de profesionales con dedicación a las tareas.

Al tratarse de una asociación sin ánimo de lucro, para llevar a cabo los fines de la misma necesita apoyo en diferentes ámbitos: económico, legal, social, cultural y espiritual. En la web de San Juan se puede ver cómo la asociación está financiada por diferentes entidades e instituciones oficiales. Esta dependencia en la financiación tiene sus ventajas, pero también tiene el riesgo de que en algún momento pueda rebajarse o cancelarse, como ha ocurrido en otros países. Para seguir manteniendo ese apoyo, es importante preservar un estándar de calidad en la atención a las personas con discapacidad, como es el caso hasta ahora. Solo así, el apoyo estará basado en un contexto asistencial real que pueda ser respaldado por las instituciones públicas.

Respecto al apoyo en otros ámbitos, también se puede ver que San Juan tiene una red de instituciones amigas, regionales, nacionales e internacionales, casi todas ellas antroposóficas. Desde mi punto de vista, es importante en este ámbito mantener y cuidar una buena comunicación y difusión de todo lo que se hace en San Juan. Por ejemplo, a través de la publicación El Entredicho o de las celebraciones de las festividades anuales, eventos sociales importantes que generan vínculos humanos. Por último, destacaría la formación de los profesionales, tanto convencional como en la Pedagogía Curativa antroposófica, así como la formación continuada de los mismos.

- **Como buen conocedor del funcionamiento del tejido social de nuestro tiempo, ¿qué retos se plantea para el conjunto de la población en cuanto a la atención de personas necesitadas de cuidados especiales?**

Todos sabemos que vivimos, en general, en tiempos complejos y hasta cierto punto complicados, a pesar que tenemos unos considerables estándares de nivel de vida. En otros ámbitos se observa como la población, hoy día, se mueve por patrones sociales superficiales y materialistas, aunque se empieza a vislumbrar cómo muchas personas buscan valores humanos de trascendencia. En este contexto cabe preguntarse qué puede aportar el cuidado a las personas vulnerables y necesitadas de cuidados especiales. ¿Pueden ser la vulnerabilidad y la discapacidad posibilidades para desarrollar cualidades humanas como el respeto a la dignidad del ser humano, la compasión, la fraternidad, etc.? En este sentido y desde mi experiencia, creo que el cuidado de las personas con discapacidad, tal y como se lleva a cabo en el campo de la Pedagogía Curativa y Terapia Social inspirado en la Antroposofía, ofrece una posibilidad al tejido social.

- **¿Qué retos de futuro puede vislumbrar para la sociedad de nuestro tiempo? ¿Concretamente, cuál considera que es la misión de futuro de esta institución?**

En nuestro tiempo, a través de numerosos fenómenos, se observan tendencias individualistas, egoístas y hasta cierto punto antisociales. Da la impresión de que el ideal de un futuro mejor para todo ser humano y, en definitiva, para la humanidad está infravalorado y borrado del imaginario de la cultura social actual. En este contexto, considero que una institución como San Juan puede representar «un oasis de humanidad general», porque se da primacía al cultivo práctico de unos valores humanos, a través del cuidado a las personas vulnerables.

- **¿Alguna otra reflexión que quisiera compartir con nosotros?**

Solamente expresar mi agradecimiento al equipo de redacción de El Entredicho por esta oportunidad y mostrar mi apoyo, como presidente de la Sociedad Antroposófica y como médico antroposófico, a todas las personas que cuidan esta labor que se lleva a cabo en San Juan.

UN DULCE OTOÑO EN CASA HOGAR

Ya estamos en otoño, como cada año ha llegado poco a poco, casi sin hacer ruido. La naturaleza comienza a cambiar su aspecto y nos invita a detenernos, a observar y a descubrir la belleza de las transformaciones que nos rodean. Los días se acortan, la luz adquiere otros matices y el paisaje se viste de tonos ocres y rojizos. Comenzamos a recoger la cosecha de la tierra que hemos cultivado, y es que no solo es un tiempo de recolección, sino también de reflexión y agradecimiento.



En Canarias, donde el otoño se manifiesta de una manera más suave, también podemos percibir los sutiles cambios de la estación. El aire se vuelve más fresco, las tardes se llenan de una luz diferente y aparecen en nuestros hogares los aromas de la calabaza, la castaña, la batata y otros productos propios de esta época. Son precisamente estos ambientes los que nos acercan a la vivencia del ciclo del año.

En la Casa Hogar Blanca Cera y Dulce Miel, la llegada del otoño transforma nuestros espacios y nuestro ritmo. Comenzamos a preparar junto a los compañeros las mesas de estación, recogemos los elementos naturales más propios de la época, como las hojas secas y frutos de temporada como las calabazas, las batatas, los higos, las granadas, las castañas... Algunos compañeros participan colocando los elementos, otros ayudan a seleccionar los colores o exponen sus ideas en cuanto a la disposición. De esta manera, la preparación se convierte en una experiencia compartida en la que todos contribuimos a crear un ambiente que nos conecta con el ritmo de la naturaleza.

Con el otoño también llega una celebración muy especial: San Micael. Su figura, representada con una espada, nos acompaña durante estos días y nos invita a acercarnos al significado de la valentía y la fuerza interior. Ya hemos convertido en tradición preparar nuestra propia prueba de valor y llevarla el día de la celebración de San Micael. Junto a los compañeros, comenzamos los preparativos con ilusión, buscando cada año una propuesta diferente que despierte la curiosidad y nos invite a vivir nuevas experiencias. Este año, decidimos diseñar una prueba en la que el tacto y la percepción fueran los grandes protagonistas. Durante los días previos, elaboramos varias cajas, especialmente decoradas para que su contenido permaneciera oculto a la vista. En su interior escondimos elementos con diferentes texturas y características: tierra, hojas secas, crema... La propuesta consistía en atrevernos a introducir una mano en cada caja, sin saber qué encontraríamos dentro, y dejarnos sorprender. Lo más importante para nosotros fue la experiencia compartida, en la que cada uno, a su ritmo y desde sus posibilidades, pudo participar y disfrutar del reto. Aquí no se trata de competir, sino de atreverse a dar el primer paso, vencer pequeños retos y superar un desafío que nos invite al equilibrio y a la transformación.

El otoño también llega hasta nuestra cocina, donde los productos de temporada nos ofrecen nuevas oportunidades. Solemos preparar una mermelada de calabaza, que nos permite recorrer todo el proceso, mientras la cocina se llena de aromas dulces y especiados. Entre el olor de la canela, la naranja y la calabaza cocinándose a fuego lento, los compañeros colaboran en las diferentes tareas y disfrutan el momento de degustar y compartir el fruto de su trabajo. Cada una de estas experiencias se convierte en una oportunidad para seguir creciendo juntos.

Rubén González.

SABORES DE OTOÑO

El otoño nos invita a recogernos, a disfrutar de los días más tranquilos y de los sabores que nos ofrece la tierra en esta época del año. Disfrutamos de los atardeceres color fuego, las hojas cayendo y tiñendo los días de amarillo, marrón y naranja. Aparecen los primeros días frescos y el susurro de la lluvia tras la ventana. El cuerpo parece pedirnos calor y calma dentro del hogar.

Es un buen momento para disfrutar de la elaboración de algunas recetas, acompañadas de una buena bebida caliente. La manzana, la avena y la canela se mezclan en sencillas galletas, ideales para preparar y compartir en familia.





Ingredientes para 20 galletas:

- 2 tazas de avena en copos.
- 3 huevos.
- 1 sobre de polvo de hornear.
- 4 manzanas ralladas.
- 3 cucharadas de miel o azúcar de caña.
- 2 cucharadas de canela en polvo.

Elaboración:

En un bol ponemos los huevos, la miel o el azúcar de caña, la canela, el polvo de hornear y la manzana, y lo mezclamos todo hasta integrarlo muy bien. Luego vamos incorporando la avena y removemos hasta que también quede bien integrada.

Dejamos reposar la masa unos 10 minutos. Hacemos bolitas, que luego aplanaremos y hornearemos a 180 grados durante 12 minutos. Retiramos del horno y las dejamos enfriar para poder degustarlas.



Acoraida García.

BENEFICIOS DEL BAÑO SONORO

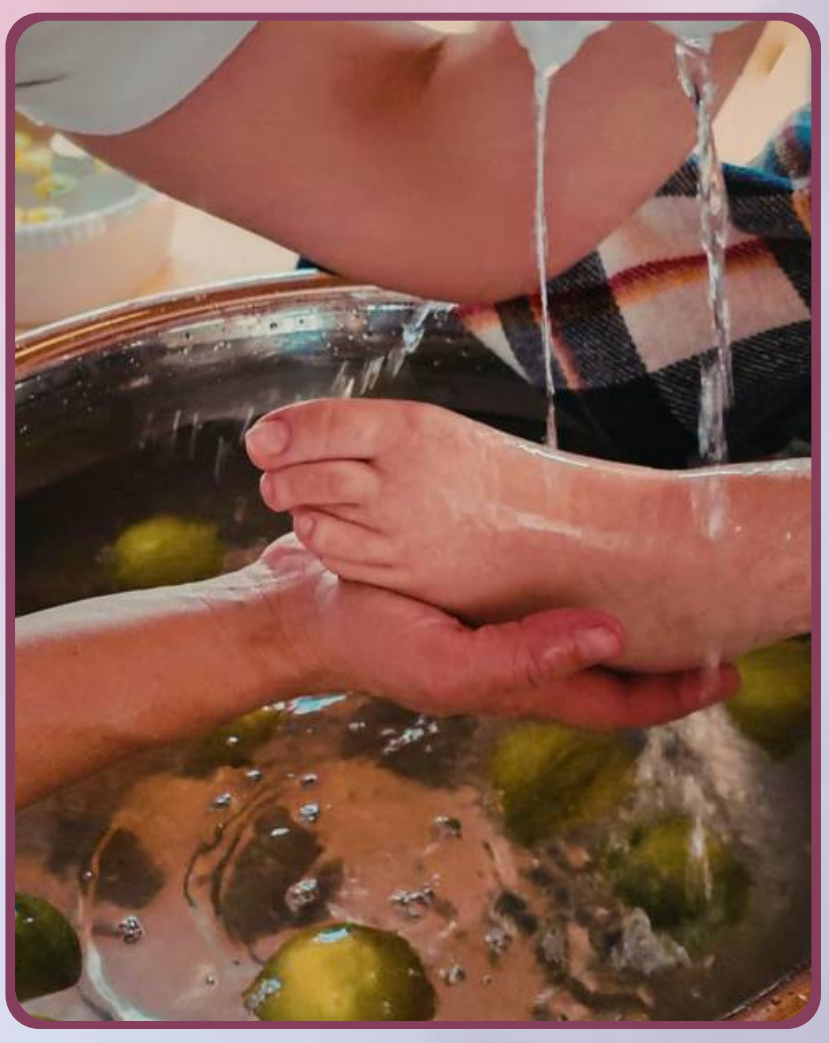
Agua y calor, ritmo y sonido, sostén y presencia. Estos elementos forman parte de una terapia muy efectiva y de fácil aplicación conocida como baño sonoro de pies.

Los colaboradores de la Asociación San Juan hemos tenido la oportunidad de aprenderlo durante el primer bloque de formación en Cuidados ampliados por la Antroposofía, de la mano de profesionales especializados. El baño sonoro de pies es una herramienta terapéutica ampliamente utilizada en la enfermería antroposófica para tratar numerosas patologías, con el objetivo de buscar el equilibrio de los cuatro cuerpos constituyentes del ser humano.

Pudimos experimentar sus beneficios, llevarlo a nuestras familias y personas cercanas y, una vez integrado, ofrecerlo a los compañeros y a los niños de la Espiral. Nos sorprendió su gran poder terapéutico capaz de relajar la mente, llevar a la calma, aumentar el calor corporal y fortalecer la presencia del «Yo». El baño sonoro está principalmente indicado para las personas con pies y manos crónicamente fríos. Asimismo, puede ser benéfico en el caso de personas con pensamientos obsesivos, nerviosismo, insomnio o falta de concentración. De cualquier manera, cualquier persona encontrará beneficios al recibir este maravilloso gesto de cuidado, simplemente por el bienestar que conlleva.

El movimiento rítmico y el sonido producido actúan sobre el sistema rítmico del receptor, ayudando a que la consciencia descienda por el cuerpo. El poder terapéutico del baño sonoro aumenta al utilizar sustancias vegetales que aportan cualidades específicas: el romero, que nos despierta y ofrece calidez gracias a la estimulación de la circulación sanguínea, puede ser revitalizante en caso de apatía y agotamiento; la lavanda puede ayudar a serenar el sistema nervioso y promover el sueño; el aroma del limón puede ayudarnos a mantenernos más presentes. El último aspecto, pero no menos importante, en la aplicación del baño sonoro de pies, es la actitud de la persona que lo ofrece, pues debe ser entregada, centrada y compasiva, para que pueda ser una verdadera ayuda al ser humano en toda su esencia.





Ilaria Cherin.

AGÜITAS DE CASA



En esta cálida y nutritiva sección de El Entredicho se refleja la bella labor de ofrecer a la comunidad un hermoso momento de convivencia a través de la responsabilidad social. Se trata de un gesto amoroso pensado para el otro, en el que se asumen distintas tareas desde la creatividad y el cuidado de lo vivo, tomando consciencia de las necesidades colectivas, a la vez que desarrollamos nuestra propia autonomía. Son muchas las manos creadoras que colaboran en el sustancial momento de compartir la comida, elaborando con cariño y a fuego lento sabrosos y saludables platos.

MILENRAMA

ACHILLEA MILLEFOLIUM

Ilustraciones de Víctor Rodríguez.

Si miramos a las plantas -como la milenrama- no solo como «malas hierbas», sino adentrándonos en su sentido profundo; si observamos, por ejemplo, su forma o como planta medicinal su relación con el efecto que tiene sobre los síntomas de las enfermedades, entonces se produce una imagen diferente.[1]

La milenrama crece silvestre en buena parte de la Península Ibérica, presenta buena tolerancia al calor y al frío, su follaje plumoso y ligero imprime a los jardines un aire informal. Los tallos altos y erguidos sostienen los ramilletes de flores pequeñas. Pueden alcanzar entre 50 centímetros y 1 metro de altura. Las hojas, finamente divididas, recuerdan a las frondas de los helechos y suelen ser de un color verde fresco o agrisado. Su rizoma y estolones le permiten retoñar y propagarse formando un espeso tapiz cubresuelos.



Las flores de la milenrama son muy pequeñas y se agrupan en numerosos conjuntos diminutos, de entre 5 y 8 milímetros de diámetro. Todos estos grupos se juntan y forman una inflorescencia plana, de color blanco o ligeramente rosado. Sus flores son aromáticas y atraen a las abejas y a las mariposas. La floración empieza en verano y puede durar hasta noviembre, según la benignidad del clima. Es de fácil cultivo y muy resistente a las plagas y a los hongos.

Vive bien a pleno sol y en semisombra, incluso bajo la copa de los árboles. Prefiere los sustratos ligeros y frescos (con un cierto grado de humedad), pero se adapta a los secos, calizos, pobres e incluso arcillosos, siempre que drenen bien; no así a los pesados o muy húmedos.

En la Agricultura Biodinámica el **preparado de milenrama 502** es elaborado con las flores de dicha planta. Sus flores extraen carbono, nitrógeno y otros elementos de la atmósfera y los introducen en el suelo, capturando también sutiles fuerzas procedentes de la esfera celeste.

La milenrama moviliza así los procesos minerales en el suelo, y actúa como mediadora entre las fuerzas vegetales y los procesos minerales del compost, de manera que ayuda a armonizar los procesos relacionados con el azufre y el potasio en el estiércol y el compost. Desde esta perspectiva, contribuye a que los nutrientes se transformen y se conserven de manera equilibrada, favoreciendo la fertilidad del suelo y atrayendo así las fuerzas vitales, la vida. Las fuerzas del planeta Venus se manifiestan aquí en la armonía, la belleza y las fuerzas vitales de reproducción.

CURIOSIDADES: AQUILES Y LA MILENRAMA

La asociación entre la milenrama y el héroe griego Aquiles está profundamente arraigada entre el mito y la medicina. Según la leyenda, Aquiles utilizó milenrama para tratar las heridas de sus soldados durante la guerra de Troya. La conexión es tan profunda que el nombre del género *Achillea* rinde homenaje al propio Aquiles.

Más allá de la mitología griega, la milenrama ha sido un elemento básico en los campos de batalla de diversas culturas. Sus nombres comunes, como «hierba del soldado» y «sangrienta», reflejan su uso principal para detener el sangrado y promover la cicatrización de heridas. Las propiedades astringentes de la hierba la hicieron muy valiosa para tratar lesiones, una práctica que se extendió desde los antiguos ejércitos europeos hasta los pueblos originarios de América.

INFUSIONES DE MILENRAMA

- **250 ml de agua.**
- **Una cucharada (2 o 3 gramos) de flores secas de milenrama.**

Para elaborar la infusión de milenrama, calentamos el agua hasta llegar a una temperatura ideal de entre 90 y 95 °C. Añadimos las hojas y flores secas de milenrama y tapamos el recipiente para evitar que se pierdan los aceites esenciales. Dejamos reposar durante 10 minutos. Después la colamos y podemos disfrutar de la infusión.

Otro beneficio que encontramos en la elaboración de infusiones de milenrama es su aplicación en otras plantas. Los tés, las decocciones y los purines potencian el mecanismo natural de autodefensa de las plantas, ayudan a evitar que germinen las esporas nocivas y proporcionan nutrientes que estimulan el crecimiento.

Prepara una infusión con sus flores, ricas en azufre, para evitar enfermedades micóticas, entre ellas el oídio. Esta infusión también fortalece los cultivos con frutos desde el interior y ayuda a los tomates, los calabacines, las fresas y los frutales a prepararse para la siguiente floración y a mantener una producción equilibrada y de buena calidad.

Métodos y aplicaciones en otras plantas:

- Introduce un puñado de sus flores en 1 litro de agua caliente y déjalas reposar durante 10 minutos. Escúrrelo y luego diluye 1 parte de la infusión en 10 partes de agua. Pulveriza con ello toda la planta, sobre todo las hojas superiores, que son las más propensas a sufrir la acción de los hongos.

- Aplica esta infusión a los cultivos con frutos por la mañana, en la época de floración, para fortalecerlos. Aplícala de nuevo cuando los frutos empiecen a madurar, es decir, cuando las fresas o los tomates estén pasando del verde al rojo. La milenrama facilita esta transición. Tanto los frutos como los tallos de los que cuelgan adquirirán algo más de firmeza.

- Combina la milenrama y la ortiga para preparar una pulverización preventiva de uso general. La primera actúa contra los hongos y la segunda controla la actividad de los insectos, sobre todo de los ácaros. Pon 50 gramos de flores de milenrama en 5 litros de agua fría y llévala a ebullición. Añade 50 gramos de ortiga y luego retírala del fuego. Cuélala y diluye 1 parte del concentrado en 10 partes de agua.

AGRICULTURA BIODINÁMICA

La Agricultura Biodinámica fue creada por Rudolf Steiner en 1924. Es un método ecológico que integra prácticas agrícolas, ciclos naturales y aspectos espirituales, buscando la autosuficiencia de la finca y el equilibrio entre el suelo, las plantas y los animales.



COMPOST BIODINÁMICO

El compost biodinámico ocupa un lugar fundamental como base para la fertilidad del suelo. Se elabora a partir de materia orgánica, como estiércol y restos vegetales. Se dispone en forma de montículo para favorecer su aireación. A esta pila de compost se añaden pequeñas cantidades de los preparados biodinámicos, que actúan en la descomposición de la materia y favorecen la formación de un compost equilibrado, rico en vida.

Con estas líneas queremos acercarnos a otras cualidades de plantas cuya presencia, a menudo desapercibida, encierra una interesante relación con los procesos y equilibrios de la naturaleza, tal como ocurre con la milenrama. Desde la perspectiva de la Agricultura Biodinámica podemos ampliar nuestra mirada, lo que nos invita a contemplar nuestra propia relación con el mundo y a actuar con consciencia, trabajando por la armonía, el equilibrio y la belleza como germen del bienestar.

USOS TRADICIONALES

Para uso interno:

- Propiedades digestivas; puede aliviar dolencias comunes de la digestión.
- Propiedades antiespasmódicas; puede mitigar los dolores menstruales.
- Propiedades antiinflamatorias y antimicrobianas; ayuda a reducir la inflamación.
- Propiedades regenerativas; puede favorecer la regeneración del hígado.

Para uso externo:

- Ayuda a controlar el sangrado y acelera la curación de cortes o rasguños.
- Aplicada en aceite y ungüentos, favorece la cicatrización de pequeñas lesiones superficiales de la piel.
- En baños de asiento y envolturas de hígado, puede tener efectos relajantes.

María Urruela.

1. Von Wistinghausen, C., Scheibe, W., Heilmann., von Wistinghausen, E., & Köning, U. J. (2016). *Elaboración y empleo de preparados biodinámicos*. Editorial Rudolf Steiner.

DK (2015). El huerto biodinámico. Dorling Kindersley.

Vademecum de Aplicaciones Externas en la Enfermería Antroposófica. (s. f.). Milenrama. https://www.pflege-vademecum.de/schafgarbe.php?locale=es

CANCIÓN DE OTOÑO

CON EL VERANO QUE TERMINÓ
CON EL CALOR QUE YA NOS REFRESCA,
EL OTOÑO QUE ESTÁ DORMIDO,
POCO A POCO SE DESPIERTA.

Y CON SUS CIELOS COLOR DE FUEGO
Y SUS HOJITAS QUE CAEN AL SUELO
LOS PAJARITOS, CON MUCHO ANHELO,
AL OTOÑO CANTAN EN SU VUELO.

Liusvan Hernández.



RINCONES SAN JUAN



