

# EL ENTREDICHO



N° 19  
JUNIO 2021



HOJAS INFORMATIVAS  
DE LA ASOCIACIÓN SAN JUAN

## CONTENIDOS

<b>San Juan, estío de verano.....</b>	<b>1</b>
<b>Creando Comunidad Educativa:</b>	
<i>Coloreando el mundo.....</i>	<b>3</b>
<b>Los poetas abren sus puertas al mundo.....</b>	<b>6</b>
<b>Cuidar lo humano:</b>	
<i>Meditación punto-circunferencia.....</i>	<b>9</b>
<b>San Juan, celebración verdadera.....</b>	<b>15</b>
<b>Una cita con Carlos González.....</b>	<b>19</b>
<b>Un viaje por el mundo a través de la música.....</b>	<b>23</b>
<b>De la mano con San Juan.....</b>	<b>26</b>
<b>La curiosidad nos mantiene despiertos:</b>	
<i>Los hachitos de San Juan en Icod de los Vinos.....</i>	<b>29</b>
<b>¿Cuándo te darás cuenta?.....</b>	<b>31</b>
<b>San Juan, 27 aniversario.....</b>	<b>32</b>
<b>Fechas de interés.....</b>	<b>33</b>

**Para recibir el entredicho mensualmente en formato digital envía "suscripción" al correo [entredicho@asociacionsanjuan.es](mailto: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 Fidel Ortega.

# San Juan, estío de verano

Junio nos trae la vivencia del solsticio de verano, con ella podemos compartir los frutos nuevos de la naturaleza que nos ofrece por doquier gran variedad de hortalizas, verduras y frutas. Podríamos decir que la mayor cualidad del estío dentro de la huerta es la maduración de los cultivos, que se transforman en un espectáculo de color y sabor: berenjenas, pepinos, fresas, pimientos, judías, sandías... Esta transformación de la naturaleza también es indicativa para el ser humano. Si permitimos desarrollar nuestros sentidos, percibiendo atentamente (aun siendo de manera inconsciente), podremos hallar algún fruto madurado en nuestro interior que nos servirá a modo de alquimia para la unión de nuestra alma y espíritu. De igual modo lo hace la tierra en esta época, exhalando con mayor intensidad para ascender a través de la luz solar hasta las lejanías del cosmos.

¿Cómo entender la esencia fundamental de esta época? Conceptos como la voluntad que asciende de la tierra hacia las alturas cósmicas, el sol de medianoche o la beatitud son términos desarrollados desde la antroposofía un tanto complejos de tratar. Sabemos que desde el solsticio de invierno las fuerzas de luz van en aumento y que ninguna planta podría crecer sin la luz del sol física, hasta la llegada del solsticio de verano donde las fuerzas de luz van disminuyendo, siendo en este disminuir donde radica el misterio de estos conceptos.

Kovacs expone que la luz física solar que podemos ver en la naturaleza es el vestido del espíritu solar. Pues, aunque no se vea como la luz solar, también hay un sol espiritual que obra en la naturaleza, metamorfoseando las orugas en mariposas de manera automática. A este se le nombra como "Sol de Medianoche"; es el Sol que obra en la oscuridad, incluso en la oscuridad cerrada del alma humana.



Rudolf Steiner manifiesta que nuestras tendencias menos deseables son orugas esperando su transformación en mariposas; que podemos metamorfosearlas con las fuerzas del sol que obra en la oscuridad en el solsticio de verano. Pero que no se manifiesta en nosotros de manera automática como en la naturaleza, sino que radica en nuestra libertad y requiere de esfuerzo por nuestra parte para transformarlas en algo noble. Da un ejemplo de la ira y "la ira justa". *"La mano que nunca se ha apretado en un puño de ira justa, nunca podrá otorgar una bendición". "Si aprendemos a controlar y superar los arrebatos de furia entonces la fuerza de la ira se transforma: se convierte en calor del alma que fluye hacia los demás"*. Transitar estas metamorfosis nos hace ser más humanos. Y nos convierte, al igual que las crisálidas, en bellas mariposas. Por tanto, la metamorfosis de una mariposa o de una flor es la imagen adecuada para nuestra Alma, que nos refleja e indica lo que ha de poder desarrollarse con el solsticio de verano.



Al poco tiempo del solsticio también celebramos la fiesta de San Juan con el ritual de la hoguera. Ese fuego que nos ofrece la posibilidad de purificar y quemar, con toda su fuerza elemental, aquello de nosotros mismos que queremos dejar atrás. Sirviéndonos de ayuda para metamorfosear aquello que vive en nuestro interior, en el encuentro con el otro. Sin duda, una imagen significativa es la unión de la comunidad alrededor del fuego.

Es este tiempo el de hacer balance en nosotros, es momento de equilibrar haciendo autocrítica, de evaluarse a uno mismo, de formar nuevo propósito. Permitiendo actuar a las fuerzas de luz que nos rodean, de igual modo que actúan madurando los frutos en la naturaleza. Este momento del año Rudolf Steiner lo describe como "iluminación", para encontrarnos con nuestro "Yo" de las alturas. *"Es un camino que nos apoya en el desarrollo del pensar claro y preciso, el sentir noble y equilibrado y en la voluntad firme para la acción."*



Juan el Bautista, con su vida de austeridad y silencio en el desierto, aparece en el evangelio como el que pudo lograr el reconocimiento y ser testigo de la llegada de la luz del Cristo. Pues Juan nació seis meses antes que Jesús, en el solsticio de verano, cuando la tierra hace su mayor exhalación-expansión. Jesús nació en el solsticio de invierno, seis meses después, cuando la tierra hace su mayor inhalación-contracción. Fue bautizado por Juan Bautista con agua en el río Jordán. En el evangelio Juan es nombrado como "testigo de la luz".

San Juan es una fiesta que señala hacia la futura evolución de la humanidad, una época para conectarnos juntos en comunidad, a través de la alegría, del baile, del canto... para reconocernos en el otro y así poder transformarnos en bellas mariposas.

Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.

**Ángeles Muñiz.**

\* Charles Kovacs, *El Trasfondo espiritual de las fiestas cristianas*; Tales& Ediciones, 2018.

# Creando Comunidad Educativa

## COLOREANDO EL MUNDO

Ya el mes pasado pudimos comprender la importancia de mantener nuestras costumbres y cultura, recalcando que hoy en día se hace imprescindible volver al origen para no perder las raíces, pues estas nos aportan bases sólidas para un buen porvenir. En el reino de la naturaleza cuanto más cuidemos las raíces más fuertes serán los árboles, más ricos en nutrientes y sus frutos portarán sustancias de calidad que proveerán vida. Y como en San Juan nos caracterizamos por sembrar y cuidar la vida, qué mejor que continuar el trabajo volviendo a los orígenes y desde la esencia aportar nuevos brillos y colores para el mundo. Es por esto que, en esta ocasión, el trabajo se ha realizado sobre los tintes naturales y la estampación con hojas y flores. Sabine nos ha transmitido su saber y experiencia y nos ha propuesto una aventura con mucha actividad, un trabajo que implica diferentes pasos donde se aplica la química, matemática y también mucha creatividad y flexibilidad. Por lo que creemos es un aprendizaje completo donde el entusiasmo facilita el aprendizaje.



Para este proceso hemos elegido fibras de alta calidad y naturales, en el caso de la lana, utilizamos lana virgen sin mezcla y limpia, que nuestras ovejas nos han regalado y nuestras manos han esquilado, lavado y cardado. Compañeros y voluntarios hilaron y prepararon las madejas con holgura para permitir el paso del tinte. La seda, cien por cien natural, la hemos comprado y traído de Alemania. Aquí, en nuestras islas, podemos encontrar diferentes tipos de materiales que nos regalan sus tintes, estos son: cochinilla, azafrán, orchilla, corteza de árboles, hojas de eucalipto, hojas de olivo, piel de cebolla, bejeque, castaño, flor de mayo, helechos, hiedra, higuera blanca, platanera, vinagrera... No todos se pueden utilizar ya que algunos de ellos son un bien protegido.



Antes de comenzar con los tintes, tanto para la lana como para la seda, necesitamos de un vehículo llamado mordiente, que es una mezcla de sales que disolvemos en agua y ponemos en cocción; todo esto con mucho cuidado ya que se pueden romper las fibras, por lo que las matemáticas y la química entran en esta parte. Cogemos la pesa y las sales para calcular las proporciones necesarias, temperaturas y tiempos. Una vez realizado este paso, las fibras están listas para el proceso de teñido. Previamente hemos cogido las hojas, cáscaras o elementos naturales que nos darán el color. Las hemos dejado en remojo unas 24 horas y luego las hemos calentado a unos 90 grados durante un mínimo de una hora y media; una vez realizado estos dos procesos procedemos a introducir las fibras. ¿Y cómo conseguimos la variedad de tonos y formas? Esto dependerá del tiempo que la dejemos en cada preparado, si queremos más o menos intensidad deberemos dejarlas más o menos tiempo.



*Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan. Taller de lana, año 2021.*

Lo divertido es que hay que decidir tiempos, elegir preparados y así conseguimos la mezcla de colores y formas. Podemos dejar enfriar, quitar las formas y poner nuevas y, así, al realizar nuevamente el proceso de inmersión en diferentes tonos, las partes blancas cogerán un nuevo color. El color aparece en variedad de tonalidades, brillos y formas; es sorprendente ver la luz y el reflejo del entorno en una fibra natural, descubriendo las cualidades y belleza de la naturaleza. Es una vía por donde dejamos salir las emociones y también nos permite trabajar con las impresiones que este nos deja, hay colores que transmiten alegría, otros tristeza o calma; cada uno de ellos tiene la capacidad de crear en nosotros un estado anímico por lo que se convierte en un gran aliado a la hora del trabajo terapéutico. A su vez, hay una oscilación entre la atención dirigida en el hacer de las formas y la preparación de estas y una atención abierta y paciente a la hora de la espera, durante el proceso del teñido y el descubrir, así como también la distensión con el elemento agua y el fluir. Experimentamos las diferentes maneras de un mismo ejercicio con variedad de resultados, afinando la observación, aprendiendo a juzgar estéticamente de manera objetiva, intentando llegar al sentir refinado y preciso y fortaleciendo la confianza en sus percepciones.

Asimismo se trata de una actividad que contiene momentos de contracción y de expansión, lo que beneficia ampliamente la salud del compañero, propiciando el ritmo, el encuentro y aportando belleza. Hemos pasado un tiempo de sorpresa, ya que en ningún momento sabíamos cómo iba a quedar y nos hemos maravillado con los resultados, puesto que solo con cuatro tintes utilizados hemos conseguido una gran variedad de tonos y de colores. Damos gracias, una vez más, a la naturaleza que en esta ocasión a través de su esencia nos regala sus formas, sus brillos y su color.



Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan. Taller de lana, año 2021.

# Los Poetas abren sus puertas al mundo

El día 18 de noviembre del año 2020 se puso en marcha con mucha ilusión la Casa Hogar "Los Poetas", que viene a dar respuesta a distintas necesidades de nuestra comunidad. Este alojamiento especial del tipo hogar funcional, situado en el corazón de Armeñime, núcleo perteneciente al municipio de Adeje, se suma al recurso ya existente "Blanca Cera y Dulce Miel" en Granadilla de Abona. En ambos lugares se da respuesta a las necesidades específicas de las personas necesitadas de cuidados especiales de diferentes puntos de toda la comarca sur. En estos hogares conviven con personal de la institución, convivencia de igual a igual que constituye el denominador común de la vida entre personas adultas.



*Casa Hogar Los Poetas. Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*

En aquel momento, por las restricciones derivadas de las circunstancias bien conocidas por todos, no se pudo inaugurar de la manera que nos habría gustado. Respondiendo a ese acontecimiento pendiente de apertura oficial de la Casa "Los Poetas", 8 meses después y con la misma ilusión, la hemos podido inaugurar. El acto tuvo lugar el día 11 de junio del año 2021 en un ambiente festivo y familiar, rodeado de amistades de la casa. Precisamente en este mes tan especial y simbólico para la comunidad San Juan; mes en el que San Juan celebra su 27 aniversario y en el que tiene lugar el mayor acontecimiento astrológico para esta casa: el solsticio de verano con su cósmica belleza.

Este encuentro comenzó con un minuto de silencio por los lamentables sucesos acaecidos el día anterior en la isla de Tenerife. Primeramente, se destacó el modelo de hogar funcional, tal y como se concibe en la Asociación San Juan, y la necesidad de apoyar este tipo de iniciativas que dan una respuesta integral a las personas necesitadas de cuidados especiales en la isla, en concreto en la comarca sur de Tenerife, resaltando la dificultad que en ocasiones existe a la hora de acceder a este tipo de recursos. También las familias pudieron expresar su agradecimiento. De hecho, padres, madres, familiares... fueron los auténticos anfitriones. De la mano del equipo educativo, se mostraron las instalaciones, quedando tiempo para disfrutar de una degustación donde no pudo faltar el rico queso de cabra sanjuanero, unas limonadas caseras bien frías y un delicioso vino de la tierra con el que brindar.



*Casa Hogar Los Poetas. Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*

No podemos dejar pasar esta ocasión para manifestar nuestro agradecimiento al Ayuntamiento de Adeje por su colaboración y disposición para que este acto fuera posible; con la estrecha colaboración de José Antonio López Delgado, Concejal Delegado Especial de Discapacidad del Ayuntamiento de Adeje y, desde sus comienzos, miembro de esta casa.

Fue una hermosa mañana que pudimos compartir con representantes tanto de distintos ayuntamientos, como del IASS (Instituto Insular de Atención Social y Sociosanitaria). Nuestro agradecimiento a Cathaysa Vargas Cubelo, 5º Teniente de Alcalde y Concejal del Área de Bienestar Social, Mayores y Diversidad Funcional del municipio de Guía de Isora; Tania Cuadrado Carrasco, concejal de Servicios Sociales, Atención al Menor, Mayores, Diversidad Funcional y Vivienda del municipio de Santiago del Teide; Isabel Barranco Pastor, Subdirectora de Discapacidad, Unidad Orgánica de Atención a la Dependencia del Instituto Insular de Atención Social y Sociosanitaria (IASS) y a Moisés Pulido Ruiz, Subdirector de Valoración y Acceso, Unidad Orgánica de Atención a la Dependencia del IASS. No podemos olvidar a nuestro querido Socio de Honor Guido Gianeli, que con su gran corazón y buen hacer, acompaña a nuestra comunidad en todos los momentos trascendentales. Para agradecer a los asistentes su compromiso no pudieron faltar los presentes que, con detalle y dedicación, habían elaborado los compañeros para la ocasión, el fruto de su trabajo diario.



*Paseo por el Puertito de Armeñime. Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*

Los Poetas están de celebración, toda la Asociación San Juan se congratula. Sin duda, la Casa Hogar de Armeñime ha sido y es parte fundamental para la comunidad, pues fue precisamente este barrio entrañable el que vio nacer a la institución por estas mismas fechas, eso sí, hace 27 años. Al igual que en las hogueras que alumbran esa noche mágica, la luz de San Juan comenzó a gestarse, poco a poco, por aquel solsticio de verano de 1994; hoy podemos alegrarnos de irradiar al mundo con una lumbre fuerte y cálida, que alumbramos el camino a seguir.

## SOLSTICIO DE VERANO

Como astro permites vida  
como mito la inspiración  
culturas enteras te adoran  
por esa gran compasión.

Desde Egipto hasta Botswana  
Desde Rusia hasta Taiwán  
tanto Grecia como Roma  
te veneraron con pavor.

Puerta de entrada y salida  
instante que el sol detiene  
ocultas de los orígenes  
conciencia de sabiduría.

La noche más corta del año  
la noche con más esplendor  
cuando se quema lo inútil:  
San Juan de mi corazón.

*Casa Hogar Los Poetas,  
David Verdejo.*

# Cuidar lo humano

Esta sección que forma parte de las páginas del *Entredicho* contiene en su nombre -Cuidar lo humano- uno de sus objetivos principales. Precisamente, propone una serie de aportaciones desde la perspectiva del acompañamiento; y bien es cierto que el acompañamiento requiere del cuidado propio de calidades, cualidades y conocimientos que sostengan la acción. Sin grandes pretensiones, queremos compartir reflexiones, medios y trabajos de investigación que pudieran ser de ayuda en la práctica del acompañamiento de personas vulnerables, niños, adolescentes y adultos desde la perspectiva de la Pedagogía Curativa y Terapia Social.

En esta ocasión, contamos con la valiosa aportación de Florencio Herrero Romero, médico escolar, médico de orientación antroposófica y actual presidente de la Sociedad Antroposófica en España (SAE), a quien agradecemos su generosidad y cercanía con la comunidad sanjuanera. Arrojando luz a nuestro propósito de "cuidar lo humano", nos brinda una parte de su trabajo que, como hipótesis, pretende ofrecer unas reflexiones sobre el apoyo que puede suponer la meditación, concretamente la meditación punto-circunferencia, en las circunstancias actuales.

## LA MEDITACIÓN PUNTO-CIRCUNFERENCIA

¿Una ayuda para desarrollar equilibrio en tiempos de polarización?

Florencio Herrero.

En esta crisis de nuestros días se observan en lo social fenómenos como polarización y división. Es conmovedor y al mismo tiempo deprimente, de qué manera intensa y emocional se produce la separación y la división en contextos humanos que de otro modo serían familiares. No hay un fructífero intercambio de diferentes puntos de vista, sino que predomina la impulsividad emocional, el rechazo e incluso el odio al otro punto de vista. Los medios digitales, pero también el control algorítmico de los medios sociales, refuerzan esta tendencia. Se puede decir que estamos asistiendo al desarrollo de una patología social caracterizada por la radicalización y el enfrentamiento donde cada "bando" intenta rechazar y vencer al "bando" polar.

En el curso de Pedagogía de Educación Especial, en la 10ª conferencia, Rudolf Steiner nos presenta la meditación conocida como punto-circunferencia. En dicha conferencia se encuentra, además, el dibujo que está más abajo y el verso meditativo “*En mi está Dios. Yo estoy en Dios*”. En este contexto la intención de Rudolf Steiner era posibilitar una comprensión profunda, a través de esta meditación, de la morfología y metamorfosis del organismo humano tripartito. Un organismo que está conformado en principio polarmente tanto morfológica como funcionalmente. En la meditación se parte de la polaridad representada por el punto y la circunferencia, en el organismo humano por la cabeza y las extremidades. La actividad meditativa debe posibilitar el punto de encuentro entre ambas polaridades transformándose la una en la otra y descubriendo así que son lo mismo. El resultado de este proceso es el desarrollo de fuerzas de equilibrio e integración que, en el ser humano, están activas en el centro como sistema rítmico. Para el pedagogo curativo esta meditación puede facilitar el desarrollar medidas pedagógico-terapéuticas para aquellas personas que presentan algún desequilibrio en su constitución.

La pregunta que se intenta responder en el presente trabajo es si la práctica de esta meditación puede igualmente desarrollar, en lo social, cualidades humanas que faciliten de forma autónoma y libre la integración e inclusión de posiciones diferentes e incluso polares. El objetivo que se vislumbra en este ámbito es la activación de los procesos rítmicos-respiratorios en lo social, que ello permita superar y transformar el quebrantamiento emergente de las relaciones entre las personas.

A continuación se presenta esta meditación, tal y como lo hace Rudolf Steiner en dicha conferencia:

*«Por lo general, los seres humanos no consiguen nada en el campo de la pedagogía porque nunca han hecho viva en sí, seriamente, una verdad. Ésta consiste en que por la noche vivan en la conciencia: “en mí está Dios”, en mí está Dios, o el espíritu divino, o como quieran llamarlo -pero no parlotearlo teóricamente, las meditaciones de la mayoría de las personas consisten en parlotear algo teóricamente- y por la mañana que irradie en el día: “yo estoy en Dios”. Imagínense, si ustedes hacen vivas estas dos representaciones, que se vuelven totalmente sensación, impulso volitivo; imagínense lo que hacen realmente. Lo que ustedes hacen es tener esa imagen ante ustedes: “en mi está Dios”; y a la mañana siguiente tienen ante sí la imagen: “yo estoy en Dios”. Y ustedes han de entender: “esto es un círculo, esto es un punto”. Únicamente que por la noche no aparece, solo aparece por la mañana. Por la mañana han de pensar: “esto es un círculo, esto es un punto”. Han de comprender que un círculo es un punto, un punto es un círculo y tienen que comprenderlo interiormente».*



Reflexionando sobre la tendencia a la polarización que se vive actualmente en muchos ámbitos de la vida, ¿la práctica de esta meditación puede contribuir a desarrollar fuerzas de equilibrio e integración? A continuación se caracteriza la dinámica de la meditación y se hace en 3 pasos o variaciones:

**Primer paso o variación:** practicar la meditación en el sentido de cómo el punto se convierte en una circunferencia y, sin embargo, sigue siendo él mismo. Visto desde lo exterior, al principio hay una circunferencia y un punto. Luego, durante la meditación, dejar que el punto se deslice hasta la circunferencia una y otra vez, rítmicamente. En la meditación la concentración hay que ponerla en el deslizamiento desde el punto hacia la circunferencia, en un movimiento expansivo, y lo mismo desde la periferia hacia el centro en un movimiento de concentración. En este desarrollo hay un momento en que se produce como un punto de inflexión, un encuentro entre el punto y la circunferencia. Este momento se puede experimentar mejor cuando la meditación se practica con los dos colores, azul y amarillo, es el momento donde se produce el cambio de un color en el otro. Desde el punto de vista procesal se puede interpretar que en ese momento se origina una integración e inclusión de ambas partes. Es decir, que junto a los dos elementos polares, punto y circunferencia, aparece un tercer elemento que lleva a cabo la integración y la inclusión resultando un equilibrio.



Este primer paso o variante de la meditación origina un fortalecimiento del pensar, de tal forma que la actividad del pensar se libera de su instrumento físico, el cerebro. Esto se logra al realizar meditativamente, es decir con el pensar, ese movimiento rítmico entre el centro y la periferia, entre concentración y expansión. Por el desarrollo de esta fuerza pensante independiente, se llega a comprender que el yo está unido con los hechos del mundo circundante, en este caso a través del desarrollo de un pensar vivo que puede captar el arquetipo que subyace en cada idea.

Entonces, gracias a la meditación, nuestra alma se puede transformar, despertando e iluminando nuestro pensar. El resultado es una ampliación del horizonte en el que se superan los encontronazos por puntos de vista diferentes, en lugar de la confrontación se origina una comprensión ampliada donde un mismo fenómeno, arquetipo, se puede manifestar de diferentes formas según el contexto. En lo social, este fortalecimiento del pensar nos permite profundizar nuestra relación con las personas que nos rodean favoreciendo un respeto y tolerancia por las ideas o pensamientos de los demás. Además, este pensar vivo puede influir en los procesos vitales gracias a nuestras acciones, a nuestra conducta, evitando así el agotamiento, fenómeno este que empieza a manifestarse y que es conocido como fatiga pandémica.

**Segundo paso o variación:** en esta variación a la representación del centro y la circunferencia se le añaden los colores azul y amarillo. La actividad debe concentrarse ahora en el deslizamiento a través del círculo del color azul, desde el centro, hasta un punto donde se produce una transformación en amarillo hasta llegar a la circunferencia, amarillo. Después se hace el camino inverso desde la circunferencia, amarillo, la transformación en azul y se llega al centro, azul. En esta variación se puede experimentar el encuentro de los dos colores y su transformación, en el punto de encuentro, en el color complementario.



A través del color la meditación pensante puede adquirir nuevas cualidades, se impregna de colorido y sentimiento. La transición de un color a su complementario puede equiparse a la transición que se origina en el amanecer o en el atardecer con todo el movimiento de colores que se observan en ambos momentos, surgidos por el encuentro entre la luz y la oscuridad. Los sentimientos de admiración, belleza etc. que despiertan estos momentos pueden servirnos en la meditación, en este segundo paso, impregnando “el pensar liberado” de íntimos sentimientos. Así en este paso o variación es el sentir el que se libera de las funciones fisiológicas que lo soportan.

Gracias a la práctica repetida de esta variación se posibilita el desarrollo de una sensibilidad empática o inspirativa. El beneficio de esta sensibilidad es una actitud de equilibrio o ecuanimidad que se logra al vivenciarse de forma repetida y rítmica la transformación de un color en su complementario. El punto de inflexión donde se origina la transformación es un punto de equilibrio e integración que permite superar la polaridad propia del mundo de los sentimientos, simpatía-antipatía. En lo social, por medio de esta meditación se puede superar la polarización de los puntos de vista que en lo emocional dan lugar al odio, lo que puede llevar a la exclusión de los que piensan de manera diferente.

**Tercer paso o variación:** ahora se puede practicar la imagen meditativa en su forma mántrica: por la noche “*en mí está Dios*” y por la mañana “*yo estoy en Dios*”. En esta variante el proceso de encuentro y transformación de las polaridades se impregna de un proceso temporal, de la fuerza vital del ritmo día/noche. La actividad meditativa experimenta un salto cualitativo, la concentración por la noche en la frase “*en mí está Dios*” recibe el impulso transformador de la noche, de esta forma la frase se transforma y se experimenta meditativamente por la mañana como “*yo estoy en Dios*”.

Con la práctica de esta variante la meditación pensante en el primer paso se encuentra impregnada de sentimiento, y en el segundo se enriquece con un impulso de voluntad. La fuerza o impulso que experimentamos cada mañana se fortalece gracias a la experiencia transformadora que supone la práctica de la meditación en este tercer paso. El rocío que se observa al amanecer en el campo puede ser una ayuda para comprender esta vitalización que provocan las gotas de rocío, originadas por la noche, expandidas por el campo al amanecer. Con la meditación el fortalecimiento se origina por el impulso que recibe el alma cuando cada noche se entrega, se identifica, con las fuerzas de la noche (*En mí está Dios*) y que al despertar se manifiestan como fuerzas individuables (*Yo estoy en Dios*) para la acción, para la iniciativa y en definitiva para la voluntad.

En lo social esta variante posibilita que la voluntad esté liberada, a la hora de la decisión y la acción, de los impulsos propios o interiores (impulsos diurnos) y pueda incorporar los impulsos que le llegan desde la periferia, de la noche, y en definitiva del entorno. Biográficamente esta situación se contempla como la dinámica de la doble naturaleza del yo, yo-centro y yo-periférico/mis circunstancias, y que se revela como la polaridad intrínseca en todo desarrollo biográfico. Igualmente el fortalecimiento de la voluntad y de la iniciativa puede superar el miedo, el aislamiento, el encapsulamiento y la parálisis volitiva gracias al impulso vital recibido cada noche del mundo espiritual.

## **El fortalecimiento anímico y espiritual, a través de la meditación, como contrapeso a las tendencias reduccionistas actuales.**

En la pandemia actual sorprende en primer lugar la comprensión unilateral de la enfermedad, fijada en el patógeno, que no se corresponde en absoluto con el estado del conocimiento científico. Esta comprensión da lugar a un reduccionismo científico que se vuelve escéptico y siembra dudas sobre un mundo espiritual y, por lo tanto, sobre una perspectiva comprensiva y abarcante del desarrollo humano. En un mundo de hechos puros sin un contexto significativo, las noticias falsas, las “verdades alternativas”, se propagan de manera pandémica y desafían el juicio individual. En segundo lugar, se observa la polarización de los puntos de vista y perspectivas que generan confrontación emocional y odio. Y en tercer lugar el miedo a la pandemia. Miedo que surge ante las imágenes aterradoras de los medios de comunicación. Rudolf Steiner llama a estas tres manifestaciones (duda, odio y miedo) fuerzas ahrimánicas y las describe como fuerzas que obstaculizan el desarrollo humano. Entonces, surge la pregunta sobre la forma de responder a esta situación para contrapesar estas fuerzas ahrimánicas y superar así la unilateralidad y reduccionismo que se esconden detrás de esta pandemia. La respuesta sensata es contraponer a la “mirada restringida” una mirada ampliada que incluya a los seres humanos como seres espirituales. Se trata de ampliar la visión al nivel del alma y del espíritu y a las fuerzas de recuperación resultantes para las personas y la sociedad.

En el presente trabajo se ha desarrollado una posibilidad de respuesta a esta situación a través de una actividad que puede practicar cada ser humano con una orientación como es la meditación. En el siguiente esquema se resume la aportación que puede significar el trabajo con la meditación dada por Rudolf Steiner en el curso de Pedagogía de Educación Especial.

Manifestaciones ahrimánicas	Graduación meditativa	Fortalecimiento anímico. Facultad superior	Beneficio en lo social
Unilateralidad Reduccionismo <b>Duda</b>	Paso/variante 1	Pensar liberado <b>Imaginación</b>	Respeto, tolerancia por las ideas o pensamientos de los demás.
Polarización Exclusión <b>Odio</b>	Paso/variante 2	Sentir liberado <b>Inspiración</b>	Equilibrio, ecuanimidad en las relaciones sociales.
Imágenes aterradoras <b>Miedo</b>	Paso/variante 3	Voluntad liberada <b>Intuición</b>	Incorporar los impulsos que le llegan desde la periferia.

**Florencio Herrero.**  
fherrero@institutohygiea.com

**Bibliografía:**

R. Steiner, *Curso de Pedagogía de Educación Especial*, 10ª conferencia. R. Steiner, *Ciencia oculta y evolución oculta*, conferencia del 1.05.1913.

# San Juan, celebración verdadera

Cuando nos preguntamos sobre cómo celebrar en estos tiempos tan particulares, la respuesta viene del corazón. Cuando una celebración es verdadera, es capaz de adaptarse a las distintas circunstancias y seguir celebrándose con auténtica magia. Como bien sabéis, la hoguera de San Juan es una de las celebraciones más importantes para esta casa; conmemora su aniversario, en este caso, su 27 cumpleaños. Anuncia, además, la llegada de los días estivales, prometiendo un verano por delante con cálidos días de sol. Sin olvidar sus trasfondos en los que brilla sobre manera la figura de San Juan Bautista.

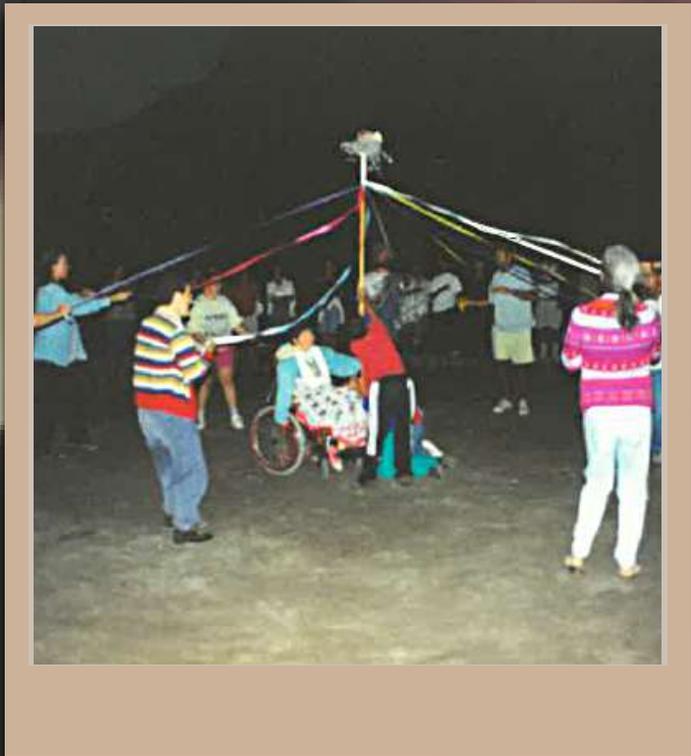
La Asociación San Juan cuenta en su haber con una larga historia de la tradicional fiesta de San Juan, en la que hemos visto crecer a algunos compañeros y teñir los pelos de grises de algunos otros. Una larga trayectoria donde compañeros, niños, familias, colaboradores y demás asiduos de esta casa han alimentado una gran fogata, año tras año, en el corazón de San Juan.

Este año, no hemos podido realizar una fiesta de puertas abiertas a toda la comunidad pero sí de puertas adentro. Hemos podido sostener una conmemoración que acompaña el ritmo del ciclo anual de la tierra como un proceso respiratorio, manifestándose entre una de sus muchas maneras, a través de las celebraciones. Como hecho fundamental de esa respiración damos forma a este encuentro.

Durante los días previos fueron apareciendo danzas y ensayos. Cintas de colores que engalanaron nuestro espacio. Actividades pensadas y sentidas que fueron surgiendo con el correr de junio. Porque cuando una fiesta está verdaderamente arraigada en los corazones y en la tradición de una familia, señala un tiempo en el transcurso del año, permanece viva y manifiesta. Más allá de restricciones y arbitrariedades. Hace su metamorfosis y permanece. Una fiesta viva arde en los pies de sus danzantes, aunque carezca de público que la contemple. Una fiesta auténtica, se expresa en los cantares de sus gentes. Es genuina cuando, año tras año, se le agrega materia y sustancia en su interior, para que mantenga ferviente su llama. Es verdadera, porque conserva en su ánimo el calor de las personas que la conforman y la cuidan, para que continúe alumbrándonos.

Confirmamos, a lo largo de estos 27 años, la importancia de mantener viva la llama, que desprenda su luz y calor como la mayor de las hogueras. Que sea el reflejo y la proyección de la luz que buscamos tener siempre presente en nuestro hacer, en nuestro sentir, en nuestro pensar. Una llama íntima, de gran intensidad, capaz de transmitir el fervor puesto en nuestro trabajo y en nuestra comunión. Una comunión que puede contemplarse en la multitud de imágenes que son reflejo de esta celebración verdadera, a lo largo de estos 27 años. Verdad por la que, contando con las necesarias transformaciones, ha mantenido siempre su esencia.

**Patricia González.**

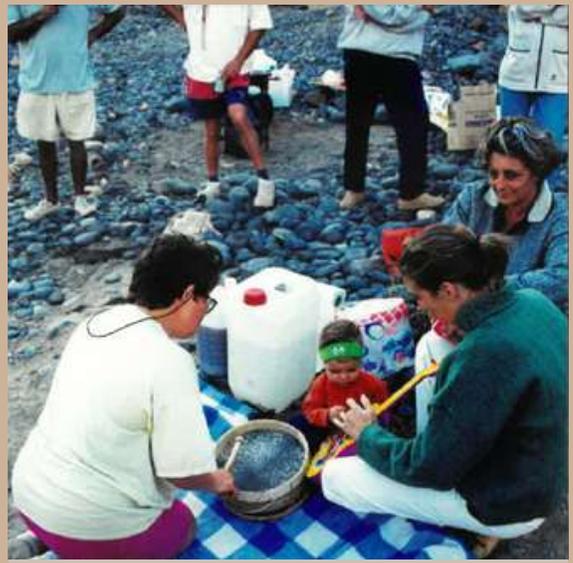


1  
9  
9  
7





2  
0  
0  
1



2  
0  
0  
2





2  
0  
2  
1



# Una cita con Carlos González



Carlos González es osteópata DO (Diplomado en Osteopatía), por la BELSO (primera formación belga en osteopatía, fundada en 1981); tiene un grado en Ciencias de la Salud en Osteopatía por la Universidad de Metropolia (Finlandia), otro grado en Artes Escénicas por la SNDO (Holanda), así como el Diploma de Postgrado en Manipulación Visceral por el Barral Institute y el Diploma de Postgrado en Terapia Cráneo-Sacral por el Upledger Institute. Es Asistente de Profesor del Barral Institute y traductor e intérprete para el Barral Institute y para Meet the Tide (Escuela de Osteopatía Biodinámica). Tiene experiencia docente como profesor de osteopatía craneal, reflexología y drenaje linfático en Acu Canarias. La osteopatía es una profesión sanitaria independiente y de primera intención, reconocida como tal por varios países de la Unión Europea, y cuyos criterios académicos, profesionales y éticos están descritos en la Norma Europea UNE-EN 16686:2015 sobre la «Prestación de asistencia sanitaria en osteopatía».

Comienza a interesarse en el aspecto curativo del movimiento gracias a la coreógrafa Anna Halprin y de sus propias experiencias con diferentes grupos sociales en Sudáfrica, Mozambique y Palestina entre 2004-2009. Comprende que cuando creamos nuevas posibilidades de movimiento se amplía nuestra libertad de elección en nuestro entorno y en nosotros mismos, mejora nuestra calidad de vida y nos hace más conscientes del proceso en que estamos.

Hasta 2010 ha trabajado para diferentes coreógrafos, dirige sus propios proyectos e imparte cursos y seminarios en varios países de Europa, África y Oriente Medio. Desde hace más de 25 años trabaja con diferentes personas y colectivos con diversidad funcional y/o psicológica, tanto en el campo de la danza como en el de las terapias manuales. En el año 2012 nace su hija, su concepción le sirve como estímulo para especializarse en la rama pediátrica de la osteopatía. Con el nacimiento de su hijo en 2014 se despierta su interés por el aspecto emocional en la especialidad de osteopatía pediátrica.

Actualmente pasa consulta en San Cristóbal de La Laguna y, desde enero de este año, colabora con la Asociación San Juan con un proyecto de osteopatía en el agua.

- **Ya que cuenta con una gran trayectoria profesional en diversos ámbitos ¿Cómo fue ese descubrimiento de su vocación? ¿Cómo llegó a conocer la Osteopatía? ¿Qué ha significado para usted?**

*El descubrimiento ha aparecido con los años, ya en la juventud me decían que tenía buenas manos y durante los años de carrera en danza contemporánea, me interesaba la salida como terapeuta de movimiento (la SNDO proporciona una formación en danza basada en técnicas de realineación corporal o posturología como Técnica Alexander, Klein, Fledenkrais, Body Mind Centering..) Cuando comencé los estudios tenía mucho recelo del potencial de la osteopatía para ayudar a los demás, aunque me había ayudado tanto a mí; y ya desde hace unos años, lo vivo con un gran entusiasmo. Es una verdadera pasión para mí, que me aporta serenidad y alegría.*

*Mi cuerpo me condujo a la osteopatía. Como bailarín tuve varias lesiones, algunas más graves, otras más constantes, como toda persona para la que su cuerpo se convierte en su herramienta de trabajo; y la osteopatía era y es la modalidad que más beneficios me aporta, tanto a nivel físico, como emocional y relacional. El significado de todo ello ha ido cambiando con el tiempo: al principio era una salvación en momentos de lesiones, luego apareció la amistad cuando la integré como sistema de prevención y mantenimiento, más tarde un interés de autoconocimiento al comenzar los estudios... Ahora comienza a instalarse como una filosofía de vida a nivel personal.*

- **¿Cuándo conoció la Asociación San Juan? ¿Cómo se produjo ese primer acercamiento?**

*A la Asociación San Juan la conocí hace ya unos años como padre, pues mis hijos han pasado toda su etapa infantil en escuelas Waldorf. El primer encuentro tuvo lugar el día que asistimos a una*



Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.

*jornada de puertas abiertas, aunque también conocía a algunos de sus miembros que venían a un programa de osteopatía en el agua, que se realizó durante un par de años de la mano de Vassilia Berverides en Los Cristianos.*

- **¿Qué le ha aportado en su recorrido profesional el encuentro con los compañeros, con las personas necesitadas de cuidados anímicos especiales?**

*Para mí ha sido un desafío, y en cierta manera un comenzar de nuevo, volver a ser un principiante, un estudiante de osteopatía y de la vida misma, para poder escucharles, acercarme a ellos y establecer ese dialogo físico básico de la osteopatía con personas con las que no siempre existe una comunicación verbal y sus cuerpos expresan situaciones que no me son tan familiares. Me permiten profundizar en la escucha del cuerpo, atender a lo que la persona, su ser, necesita y eliminar ciertas concepciones debidas a una visión generalizada de la sociedad hacia los compañeros. En definitiva, me ayudan a mejorar como osteópata y como persona.*

- **A nivel personal ¿Qué ha supuesto para usted la relación con esta casa?**

*Solamente llevo seis meses de colaboración más estrecha y todavía sigo aprendiendo. Hay varios proyectos que me gustaría desarrollar que no van a tener cabida en este periodo, pero creo que lo fundamental, como acabo de comentar, es la mejora de mis capacidades profesionales y poder ampliar mis límites personales.*

- **Todo aquello que sobrepasa los límites de lo que se ha denominado de forma generalizada como "convencional" o "normal" ha sido sometido a cierto cuestionamiento; con la osteopatía no podía ser de otro modo. ¿Cuál es la situación actual de este método en**

## **España? ¿Y en otros países?**

*Actualmente la osteopatía está regulada en la comunidad europea como profesión sanitaria, en muchos países forma parte del sistema sanitario y está implementándose en centros de salud y en hospitales. Mi título universitario es en Ciencias de la Salud y, en Estados Unidos, lugar de origen, se habla de Medicina Manual y los osteópatas DO son doctores como el médico de cabecera. Recordar que los osteópatas formaban parte del cuerpo médico de los batallones de este país durante las guerras mundiales del siglo pasado, y también tuvieron una función destacada durante la mal llamada gripe española. En España no está regulada, ni reconocida, pero se están haciendo grandes esfuerzos desde varias asociaciones para cambiar esta situación, especialmente gracias al aval europeo. Justamente, la semana pasada fue reconocida en Italia, así que ya queda menos.*

- **Desde su saber y su experiencia ¿Qué aporta la osteopatía en nuestros días? ¿Qué puede brindarle a una sociedad en la que impera el consumo de medicamentos?**

*La osteopatía tiene muchos beneficios y sus aportaciones son muy diversas, es excepcional el trabajo que se está realizando en los hospitales de Francia e Italia con prematuros y recién nacidos. La osteopatía es de gran eficacia en situaciones de dolor crónico, así como para todas las personas de nuestra edad de oro. Todos los equipos deportivos profesionales cuentan con un osteópata entre su equipo médico... Estos son diferentes ejemplos para mostrar el amplio abanico de diferentes posibilidades que nos ofrece la osteopatía hoy en día. Otra no menos importante, es su atención a la persona en su totalidad, incluyendo su entorno, es decir, su aspecto biodinámico, por utilizar el lenguaje de Rudolf Steiner (quien también tiene su influencia en la evolución de la osteopatía). Esto aporta equilibrio en una sociedad que cada vez navega a mayor velocidad y donde el individuo está cada vez más compartimentado.*

Los medicamentos en muchas ocasiones son muy necesarios; la osteopatía puede ayudar a reducir las dosis, las tomas y, algunas veces, conseguir eliminarlos en personas con situaciones crónicas, lo cual suele ser de gran beneficio. En situaciones agudas, si no son excesivas, la osteopatía se presenta como una alternativa a los Aines y tranquilizantes.

- **¿Qué beneficios puede encontrarse en la osteopatía que se desarrolla en el agua, de la que usted es todo un referente en nuestras islas?**

Uno de los mayores beneficios es que se realiza con muy poca gravedad, lo que facilita el trabajo para personas con movilidad reducida. Otro gran beneficio es la temperatura del agua, que suele ser de 37 grados y es muy similar a la que tenemos dentro del vientre materno, lo cual aporta seguridad y confianza, facilitando la aparición de los aspectos psico-emocionales y, de nuevo, biodinámicos de la persona.

- **¿Qué aspectos terapéuticos encuentra en un modo de vida comunitario como el que se aprecia en San Juan; en el desarrollo individual y colectivo a través de una comunidad de trabajo y de vida en torno a las personas necesitadas de cuidados anímicos especiales?**

San Juan es un espacio terapéutico y curativo tanto para los compañeros como para todas las personas que forman parte de la asociación. Esto es algo que se percibe nada más entrar, el tiempo del reloj cambia al tiempo de la naturaleza, nuestro sistema nervioso se relaja y nuestras percepciones sensoriales se expanden.

Como bien se dice en el enunciado de la pregunta, el modo de vida comunitario es esencial en San Juan y, como comentamos anteriormente, estos espacios no son tan habituales hoy en día, y siempre suponen un punto de equilibrio, incluso de inflexión. Esto se

acentúa con los compañeros, pues tan solo el cambio de "usuario", como se les suele denominar en estructuras similares en nuestra sociedad, a "compañero" implica un cambio más profundo que el meramente lingüístico, comenzando por la apreciación de las personas y valorar todo su potencial, también en términos laborales gracias a la ayuda del entorno.

- **¿Cuál considera que es la labor de una institución como San Juan y aquellas señas de identidad que diferencian esta labor de la que desarrollan otras instituciones sociales?**

La labor de la Asociación de San Juan es de gran importancia para nuestra sociedad. Solo hace falta pasar unas horas en ella para darse cuenta; y me consta que las instituciones gubernamentales son conscientes de ello. Me gustaría que la actividad que se realiza en San Juan tenga una mayor visibilidad en el resto de la sociedad. Las señas de identidad de las que hemos hablado anteriormente como la atención a las personas y su potencial, la comunidad de trabajo, el ritmo cíclico y cómo estos elementos afectan a nuestra fisiología de manera positiva, es algo que no solo beneficia a los compañeros, sino a todas las personas y a la sociedad en general.

- **¿Qué retos concretos de futuro puede vislumbrar para la Asociación San Juan, que este mes alcanza los 27 años de andadura?**

Creo que la Asociación San Juan tiene muy claros sus retos y cuáles son sus objetivos futuros, y tiene la suficiente voluntad y presencia para llevarlos a término. En los tiempos en los que vivimos, donde todo está cambiando de un día para otro, este tipo de retos tienen un gran valor. Felicitar a la Asociación San Juan por el camino realizado durante estos 27 años, y que sigan siendo una fuente de inspiración para tantas personas, entre las que me incluyo.

# Un viaje por el mundo a través de la música

Este viaje por el mundo a través de la música, está siendo fascinante. Después de recorrer las Islas Canarias, Andalucía, Galicia, Catalunya, Cantabria... estamos fascinados de la riqueza cultural, musical, gastronómica y lingüística que tenemos en la Península y en la islas. En esta ocasión nos vamos a detener en Galicia, para honrar a esta tierra tan mágica, tan verde y con tanta sabiduría ancestral.

*Al hablar de Galicia y su música, tenemos que hablar de la música celta que no se podría definir como un único género, sino más bien, como un conjunto de melodías y estilos que tienen un origen común: la cultura celta. Por tanto, para aproximarnos a una definición plena de música celta y, en consecuencia, de música celta gallega, se hace necesario realizar una aproximación histórica al universo celta.*

*Durante la Edad de Hierro (en torno a los siglos 1200-400 a. C.), el pueblo celta se estableció en Europa. Aunque estuvieron presentes en países como Alemania, Rumanía o Italia, las regiones europeas denominadas celtas históricamente, por motivos lingüísticos, son Irlanda, Escocia, Bretaña y Galia (Francia), Galicia, Cantabria, Asturias y Minho (Portugal). En aquel tiempo, todas estas zonas compartían un idioma y costumbres similares, que salvo en el caso de Escocia e Irlanda, se han perdido. Lo que explica esta falta de herencia cultural celta en las regiones anteriormente citadas es la presencia del Imperio Romano, que implantó sus tradiciones e idioma allá por donde se extendían sus dominios. Sin embargo, la romanización de las Islas Británicas fue mucho menor que en otras regiones del Imperio, por lo que no solo se mantuvo la esencia de la cultura celta, sino también el idioma (conocido en la actualidad como gaélico en Irlanda, gaélico escocés en Escocia, corno en Cornualles y galés en Gales).*

*Entre los rasgos más importantes de la cultura celta, destacan la celebración de un macabro Halloween, que incluía sacrificios humanos y la presencia en cada asentamiento de un druida, la máxima autoridad religiosa de este pueblo. Cuenta la leyenda de Breogán que Irlanda y Galicia están conectadas, desde el punto de vista céltico. ¿Cómo es esto posible? Pues, según las tradiciones irlandesas que aparecen recogidas en el Lebor Gabála Éirenn (Libro de las Conquistas Irlandesas) del siglo XI, la isla donde se asienta Irlanda fue objeto de una invasión y conquista por parte del pueblo celta que vivía en Galicia. En la actualidad, no se ha podido averiguar si esto ocurrió realmente, pero lo que sí está confirmada es la proximidad genética entre los habitantes de Irlanda y los de Galicia. Esta conexión es una de las razones que podrían explicar el uso de gaitas en los diferentes tipos de música celta que existen, aunque todas ellas tienen sus particularidades. Con este instrumento, al comienzo del día, se toca la alborada. Se trata de un canto al sol considerado como la música de gaita por excelencia en Galicia.*



Sillería de la Catedral de Santa María de Tui (Pontevedra), en la que aparece la primera representación del tamboril junto a la gaita gallega en el siglo XVIII.

Escuela A Píntega Marela.

Así, la música tradicional gallega queda ligada a la celta por mucho que haya recibido influencias de otros pueblos a lo largo de su historia. De modo que la música celta gallega, al igual que la mayoría de músicas celtas, está orientada al baile. La **muñeira** es el baile gallego por excelencia y está dotado de un sustrato celta que se manifiesta en la semejanza que hay con las danzas circulares celtas. Se trata de un baile único en el mundo y, de forma errónea, se le relaciona con la jota, pues no tiene nada que ver con las diferentes variaciones de este baile asociado a Aragón, pero sí presente en otras muchas Comunidades Autónomas.

Otros bailes de música celta gallega son las **pandeiradas** (bailadas al ritmo de instrumentos de percusión) y las **carballezas**, que sólo se conservaron en la tierras del Incio y el Caurel (también bailadas en círculos).

**Víctor Berzal.**

Escuela de Música Gallega A Píntega Marela.



Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.

Conociendo todo esto sobre Galicia y su música, hemos vivido la canción de "Miña Miñero" bailándola en círculo, y este baile está siendo todo un reto para los compañeros, pues tenemos que bailar hacia la derecha, hacia la izquierda, cruzando los pies, hacia delante, hacia atrás y volvemos al círculo. Todos muestran mucho interés y finalmente acabamos riendo y con sensación de disfrute y de superación, pues cada día conseguimos integrar un pasito más. También hemos cantado la canción de la "Virxen de Guadalupe" donde hemos tenido la oportunidad de cantar en gallego y vivenciar la riqueza de lenguas que tenemos, como es en este caso, la lengua gallega.

*Estribillo:  
Ondiñas veñen  
ondiñas veñen e van  
non te embarques rianxeira  
que te vas a marear.*

*A Virxe de Guadalupe  
cando vai para Rianxo  
a barquiña que a leva  
era de pao de laranxo.  
(Estribillo).*

*A Virxe de Guadalupe  
cando vai pola ribeira.  
descalciña pola area  
parece unha Rianxeira.  
(Estribillo).*

*A virxe de Guadalupe  
quen a fixo moreniña,  
foi un raiño de sol  
que entrou pola ventaniña.  
(Estribillo).*

*Versión popular.*



*Queimada gallega. Centro de Pedagogía Curativa y  
Terapia Social San Juan.*

Para terminar con la magia de Galicia, queremos mostrarles nuestro descubrimiento de uno de los ritos gallegos más singulares como es la Queimada y su Conxuro. La Queimada es un ritual cuyo fin es alejar a los malos espíritus que, según la tradición, acechan a los hombres y mujeres para intentar maldecirles ya sea por diversión, por venganza o por cualquier otro motivo. Así que cualquier momento es bueno para hacer una queimada: ya sea una fiesta, reuniones familiares o de amigos. Después de la cena, en la oscuridad de la noche, se reúnen alrededor de la queimada, que suele hacerse con orujo, granos de café y corteza de limón. A esto se le da fuego y una persona se encarga de ir levantando con un cucharón el líquido en llamas y dejándolo caer poco a poco en el recipiente mientras pronuncia el conjuro. También se puede ir rotando el cucharón para que todos los presentes puedan participar, creando un ambiente muy especial. Finalmente se toma, tras remover y dejar que se enfríe un poco esta bebida tan extraordinaria.

**María José González.**

# De la mano con San Juan



*Monte del Agua, año 2019. Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*

Una vez más, y más agradecidos que nunca, hemos acogido a un grupo de jóvenes que han venido desde Alemania para llevar a cabo su voluntariado en la Asociación San Juan durante un año. Un año lleno de aprendizajes y experiencias. Un año para entender, sentir y actuar en la vida, de la mano de personas necesitadas de cuidados anímicos especiales. Dedicamos este apartado a conocer más de cerca a estos jóvenes generosos y entusiastas, que han querido compartir con toda la comunidad San Juan sus vivencias durante este tiempo tan extraordinario en todos los sentidos.

Hola a todos.

Soy Jolie, una voluntaria de este año.

Hace ya once meses que estoy aquí y al principio no podía imaginar todas las cosas nuevas que encontraría en San Juan. Estaba muy nerviosa porque no sabía decir ni una sola palabra en español, pero todos fueron muy amables y se alegraban de que estuviéramos aquí. Estoy en el grupo de Ángeles junto con Jonas, Tanausú, Nuria, Francesco y Genaro.

En el primer trimestre estuve en la huerta y luego en el taller de cerámica. Disfruté trabajando en el primer turno al aire libre en la huerta y luego con tranquilidad del taller de cerámica. Con los cambios después de Navidad, pasé en el primer turno al taller de lana. Pude acompañar en trabajos de punto porque me gusta trabajar la lana y otros tejidos durante mi tiempo libre. Pero



*Taller de Cerámica. Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*



*Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social  
San Juan.*

ahora estoy en el taller de jardín y cerámica, y estoy súper contenta. Cuido con los compañeros un jardín de aromas y he preparado carteles en el taller de cerámica con los nombres de las plantas aromáticas que tenemos. En el taller de cerámica preparamos cosas para San Juan, para los otros talleres y para la venta. Por ejemplo, trabajamos junto al taller de jabón y preparamos platos para los jabones o vasos para el taller de velas. También hemos podido preparar un lagarto para decorar y un cuenco para los pájaros. Entre otras cosas, estoy preparando una escultura para San Juan en mi tiempo libre. Me gusta mucho la forma en la que se trabaja en San Juan, combinando los elementos sociales y creativos.

Durante los fines de semana me gusta aprovechar el tiempo para descansar en la playa o conocer la isla. Me fascinan las distintas facetas que tiene la isla al mismo tiempo: la naturaleza en el sur que es muy seca y donde puedes tomar el sol todo el tiempo, el norte que es mas frío pero siempre verde, o el Parque Nacional del Teide, que es como otro planeta. En general estoy súper contenta por el tiempo aquí. En estas últimas semanas es importante para mí terminar las cosas pendientes en los talleres y disfrutar del tiempo con los compañeros y tutores.

¡Gracias por este tiempo y por permitirme ser parte de la familia San Juan!  
Saludos,

**Jolie.**

Hola, querida familia de San Juan.

Soy Mara, tengo 20 años y soy de la ciudad más bonita de Alemania: *Münster*, la ciudad de las bicicletas. Creo que es una pena que no se pueda montar en bicicleta aquí, echo de menos mi bicicleta holandesa, aunque probablemente sería demasiado agotador por el desnivel y la cantidad de montañas que hay en la isla. En mi ciudad no hay ni una sola montaña.

Cuando terminé los estudios, decidí hacer un voluntariado en el extranjero durante un año. Vi la oportunidad de vivir nuevas experiencias antes de empezar mis estudios superiores y de descubrir un país diferente a Alemania. Pero no solo lo he hecho como turista, sino que he podido conocer la cultura y la gente de una manera completamente diferente y más intensa.



*Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San  
Juan.*



He aprendido mucho durante mi año en San Juan. Conocí a gente estupenda, compañeros, colaboradores y los otros voluntarios; e hice amigos para toda la vida. Mi miedo a no aprender bien el idioma se disipó rápidamente y ahora puedo comunicarme bien en español, lo que me supone una gran ventaja para la vida.



Mi tutora, María, me involucró directamente y pude conocer bien a mi grupo, especialmente durante los primeros meses mientras trabajaba en el jardín. Este trabajo era completamente nuevo para mí y aprendí mucho, tanto de María como de mis compañeros de grupo. El grupo de jardines sigue haciendo un gran trabajo; están floreciendo por todas partes y cada vez hay más plantas, pero ahora me he pasado al taller de papel. Me aceptaron rápidamente en el nuevo grupo y he encontrado el placer de hacer papel.



Lo que más me gusta es el taller de lana del primer turno. El trabajo me recuerda a mi antigua escuela Waldorf, donde aprendíamos y hacíamos cosas muy parecidas. Cuando me pidieron que hiciera un cuadro de lana con María Esther me sentí un poco abrumada al principio. Nunca fui la más creativa y las tareas más sencillas me bastaban. Me sorprendió lo bien que funcionó la elaboración de las imágenes, y María Esther y yo nos convertimos en un súper equipo. Aprendí que no todo tiene que ser perfecto, sino que la creatividad cuenta y una parte de nosotros está implicada en nuestro trabajo.

*Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.*

Estoy muy agradecida a todas las personas que han hecho posible este tiempo aquí. Voy a echar mucho de menos mi vida en Tenerife y en San Juan.

¡Estoy llena de ilusión por lo que nos deparan estos dos últimos meses!

Saludos,

**Mara.**

# La curiosidad nos mantiene despiertos

## Los hachitos de San Juan en Icod de los Vinos

En toda la comarca de Icod de los Vinos celebramos la noche más corta del año, víspera del día de San Juan Bautista; es una noche mágica, llena de ritos paganos y hechizos brujeriles. Para "ahuyentar lo malo" esa noche se enraman las casas, fuentes, grifos... con ramos de loros o laurel, con el mismo fin que se hacen las hogueras. Desde muy temprano se comienzan a limpiar los caminos de subida hacia el lomo, en el barrio de El Amparo, donde se prepara el corazón a un lado de la ladera con serrín empapado en gasoil y en lo alto del lomo se elabora la tradicional hoguera.



Ayuntamiento de Icod de los Vinos. Año 2014.

Los hachos eran una especie de antorchas, normalmente de madera de tea, con la que los antiguos se alumbraban durante la noche y que, tal vez, emplearían en sus rituales propios del solsticio de verano. Teniendo presente estas reminiscencias ancestrales, cada vecino confecciona hoy su propio hachito, bien por cumplir una promesa o por seguir la tradición. Se trata de unos candelabros de unos dos metros de altura, confeccionados con un palo, en cuya parte alta se colocan unos cacharros con trapos empapados en petróleo para hacer las antorchas. Se buscan elementos con los que decorarlos (flores, semillas, hojas, cintas...) para luego colocarlos o "espicharlos" en el armazón del mismo. Al anochecer se encienden, al mismo tiempo que comienza a arder el corazón y la hoguera. Hoy en día se pueden ver hachitos con gran colorido gracias a las flores y otras decoraciones, pero no siempre fue así, antiguamente se hacían con gajos de castaño, loros y cualquier planta que tuvieran a mano.

Los hachitos parten desde la plaza de El Amparo, caracoleando por el camino, iluminado con la lumbre hacia lo alto del Lomo de la Vega; al llegar aquí todos los hachitos dan tres vueltas alrededor de la hoguera y siempre en sentido contrario a las agujas del reloj. Luego se desciende por la ladera hasta llegar al *Balcón de Icod*. Continúan el recorrido en dirección al Amparo hasta encontrarse con la procesión de San Juan Bautista, donde los portadores de los hachitos, al pasar por delante del Santo realizan una venia solemne. Desde ahí se acompaña la procesión hasta la Iglesia de el Amparo. Todo ello al son del tajaraste de la zona, inconfundible tanto en su toque, en el que fue protagonista en tiempos remotos la flauta y desde hace décadas el acordeón, como en su baile, distinguiendo el baile sentado y el corrido.

Por otra parte, el barrio de Las Canales construye una especie de teleférico entre la loma y la plaza desde el que se deslizan bolas de fuego (trapos cubiertos de gasoil y metidos en cacharros) que los habitantes de la zona preparan con esmero desde días anteriores, unidos a un alambre corredizo que permite la caída de estas bolas que deleitan la vista en la noche mágica de San Juan por el Acantilado de la Culata, y que pueden ser observadas desde el resto del valle de Icod de los Vinos. Este correr del fuego bien podría relacionarse con el descenso de la lava que recuerda el origen volcánico de nuestra isla.

**Ana María Pérez.**

*Nuestro agradecimiento a Ana María Pérez, icondense amiga de la comunidad San Juan, que con cariño ha querido compartir su conocimiento y vivencia de una de las tradiciones más antiguas y arraigadas de su municipio.*



*Senderos Isleños. Noche de San Juan Bendito. RTVE. Año 1996.*

# ¿Cuándo te darás cuenta?

PREGUNTAS CLAVE SOBRE LA PROPIA VIDA, GÖTZ WERNER

## 11. ¿Estamos interesados en el porvenir de la próxima generación?

Es posible que la biodiversidad se mantenga si millones de turistas deciden quedarse en casa, si aumenta la esperanza de vida en los países con salarios bajos, si tomamos café de comercio justo y dejamos de comprar ropa producida por niños, por ejemplo, en Bangladesh, y si las economías nacionales se mantienen intactas, si los bancos de inversión ya no ponen en peligro el bien común mediante la especulación y los gobernantes políticos mediante la corrupción. ¿No escuchamos siempre que tenemos que aceptar esas desventajas para poder vivir una vida buena y segura?

Cuanto más sepamos sobre el estado del mundo, más claro se nos hace ver el despilfarro, la malversación, la explotación, la contaminación o la destrucción, más fuerte es la exigencia de una acción sostenible. En la mayoría de los casos, las personas asocian la sostenibilidad a una acción que tiene lugar en un contexto social, económico o medioambiental. Sin embargo, la sostenibilidad es un concepto voluminoso y difuso. Y está latente cierta connotación negativa. Cuando se habla de sostenibilidad, se ve siempre el dedo índice levantado, el dedo índice que apunta a las faltas, que actúa sin evaluar las consecuencias y los riesgos. Peor aún: La palabra sostenibilidad va acompañada de limitación individual y ascetismo colectivo. Lo arduo del camino sostenible hace que el objetivo esté lejos para los miembros de una sociedad de bienestar que están acostumbrados a vivir por encima de sus comportamientos, impulsados por el deseo de "más rápido, más alto, más lejos". Lo que significa que, en este momento, estamos siguiendo más el impulso que el entendimiento. Si queremos pensar en la sostenibilidad de forma positiva y no negativa, no debemos pensar en ella como una predisposición conceptual para gestionar la escasez de recursos naturales y las deficiencias humanas, sino como un ideal para crear una vida mejor, más plena y pensada.

El sociólogo médico Aaron Antonovsky hizo un descubrimiento interesante en Israel hace años cuando investigó a inmigrantes mayores: Algunas personas se recuperan más fácilmente o se recuperan más rápido que otras. Son las personas que se esfuerzan por comprender el mundo, las que sienten que pueden superar los problemas, lo que es absolutamente necesario como un tercer componente: pueden darle a su vida un sentido. La mayoría de estas personas son más resistentes a las crisis, la calamidad y las lesiones. Este ideal deseable lo describió Antonovsky como un sentido de coherencia, la idea como salutogénesis, como un modelo de nacimiento de la integridad, la salud y la felicidad.

Las personas que se guían por esta idea de una vida con sentido se posicionarán en sus acciones económicas, sociales y medioambientales. Buscarán más bienestar y no más prosperidad. La sostenibilidad es el ideal ampliado de la coherencia, porque la sostenibilidad tiene en cuenta la preocupación tanto por la felicidad y supervivencia propia, como por la de las generaciones venideras.

# San Juan, 27 aniversario

Uno de los días más especiales y esperados por la comunidad San Juan es la celebración de su santo, que viva y felizmente lo celebramos en nuestro centro con la quema de su artística y gran hoguera. Es todo un acontecimiento social y cultural muy importante para esta casa, sencillamente es nuestra gran celebración anual. Y no es casualidad que nuestra asociación lleve el nombre de San Juan; esta denominación fue la elección de las primeras personas que asumieron la responsabilidad y el compromiso de ponerla en marcha.

Empezamos hace ya 27 años con el andar lento y firme en el camino y la mirada esperanzadora hacia la salida del Sol. Veníamos de vivenciar momentos difíciles y complejos, situaciones injustas e inadecuadas que no hacían feliz la vida de nuestros familiares, ni la nuestra; solo sentíamos que había algo que cambiar. Las nubes se fueron abriendo y el Sol empezaba a brillar; entonces nuestra necesidad de cambio nos impulsó a trabajar por lo que realmente sentíamos y, con nuestra verdad y conciencia, nos dimos la oportunidad de intentarlo, de empezar algo nuevo, siempre hacia adelante, paso a paso, con esfuerzo y mochilas pesadas, pero con humildad, tesón y sobre todo con mucho Amor.

Año tras año, nos resulta inevitable no recordar estos comienzos, no reforzar aquel compromiso primero; especialmente en un día cargado de fuerza y de luz, en el que además celebramos el solsticio de verano. El fuego purificador se hace presente en nuestra hoguera, más grande o más pequeña, alrededor de la que bailamos, cantamos, hacemos latentes nuestros deseos... Se puede apreciar esa noche toda la magia de San Juan, siendo los mejores anfitriones de esa velada excepcional los compañeros.

Desafortunadamente el año pasado no pudimos ver ese gran monumento efímero, esas bellas imágenes que dibuja el fuego. Tampoco podremos hacerlo este año de la manera en la que era costumbre, pero lo cierto es que sí podemos estar de celebración durante todo el año; pues, a pesar de los inconvenientes, las personas que realmente hacen que San Juan siga brillando son nuestros hijos, nuestros hermanos, nuestros familiares, nuestros compañeros. Ellos son la luz de este proyecto y nosotros las ascuas que la mantienen encendida. Nuestra Hoguera tiene que seguir dando calor, aunque faltemos el uno o el otro, la llama tiene que permanecer encendida. Son muchos los que están y los que vienen, y necesitarán ir siempre acompañados para que el fuego siga eternamente encendido y, si es eso lo que queremos, no olvidemos hacer en la noche de San Juan nuestro ritual individual para atraer nuestros mejores deseos. Sin olvidarnos que la verdadera magia es poner en acción lo que realmente deseamos, siempre buscando que este año sea mejor para San Juan que el pasado.

¡Feliz día de San Juan! Un año más juntos...

*La Junta Directiva.*

# Fechas de interés julio

## CUMPLEAÑOS JULIO:

- Yamiley 06/07
- José Domingo 10/07
- Françoise 10/07
- Paula 14/07
- Leyan 18/07
- Javier 19/07
- Luisa 21/07
- Victoria 28/07

## CUMPLEAÑOS AGOSTO:

- Sergio Sosa 01/08
- Juan José 02/08
- Melania 11/08
- Dara 14/08
- Francesco 16/08
- Raquel 26/08
- Jolie 28/08
- Tania 31/08

## ACTO SOLEMNE DE CLAUSURA DE EJERCICIO:

JUEVES 15 DE JULIO.

## VACACIONES DE VERANO CENTRO DE DÍA:

DEL 19 DE JULIO AL 16 DE AGOSTO AMBOS  
INCLUSIVE.

## VACACIONES DE VERANO CASAS HOGAR:

DEL 24 DE JULIO AL 16 DE AGOSTO AMBOS  
INCLUSIVE.

## COMIENZO DEL EJERCICIO 2021-2022:

MARTES 17 DE AGOSTO.

# Rincones San Juan

