

El niño en Encarnación

Dra. Michaela Glöckler

*30 de junio de 2014 * Wilton, New Hampshire*

Bienvenidos a nuestro curso sobre la encarnación saludable del niño.

Rudolf Steiner dijo que la cualidad mas necesaria para la correcta encarnación es el júbilo. Vengamos llenos de júbilo y de arte; sólo el arte y el jubilo sirven para la saludable encarnación. Debemos de disfrutar el aprendizaje con gozo aunque sea difícil. Para ello tendremos el apoyo de lo académico, lo emocional y de nuestras manos. Cuanto mejor lleguen éstos a ellos, mejor encarnarán los niños.

Ecce Homo

Teje el sentir
en el corazón,
luce el pensar
en la cabeza,
actúa el querer
en los miembros.

Lucir que teje,
tejer que actúa,
actuar que luce,
he aquí el hombre.

– Rudolf Steiner

¿Por qué encarnamos? ¿Cuál es el significado de hacer toda esta lucha, un trabajo de toda la vida con un cuerpo así, y con un ambiente que es más o menos como nos gusta, y con un enorme contexto macro cósmico y circunstancias terrenales que cambian?

Cada niño que viene a la tierra se lo pregunta y cada vez se lo pregunta de forma diferente. ¿Por qué encarnamos en este siglo? ¿Por qué hacen esto los niños? ¿Por qué lo permitimos los adultos? lo hemos pensado o lo hacemos porque todos lo hacemos. ¿Vamos o nos llevan?

Me gustaría que por 5 minutos le pregunten al vecino: ¿porque encarnaste? y luego 5 minutos de retroalimentación.

¿Por qué encarnamos? *Respuestas de los asistentes:*

- Para experimentar a Dios; para que Dios pueda experimentarse a sí mismo.
- Para tomar este cuerpo como individuo, para ampliar mis oportunidades con este cuerpo.

Dra. Glöckler: ¿Porque quieres un cuerpo? el cuerpo es una herramienta para experimentar el entorno y a ti mismo. No para experimentar nada sino para convertirme en un individuo. Para experimentar como individuo.

- Para amar y ser amado – aprender el intercambio del amor. A través del cuerpo puedes encontrar a otros, es como la ventana. Para encontrar a otros necesitamos de nuestros cuerpos.

Dra. Glöckler: ¿Necesitas un cuerpo para amar? ¿Tu concepto del amor es que uno tiene que encontrar a quien amar? El cuerpo como lugar en donde puedo encontrar a otros. concepto de amor basado en el hecho de que el cuerpo nos da un lugar que crea una distancia para con otros y cuando recorremos esta distancia el camino es el amor.

- Para manifestar los regalos que traemos al mundo, los regalos son los frutos.

Dra. Glöckler: Como herramienta para dar y recibir. Cuando nos ponemos de pie usamos el cuerpo. Cada vez que nos erguimos reencarnamos, esto es una decisión, es un pequeño aspecto de esta enorme decisión de encarnar. Representa el erguirse un poco de esa cualidad: sin importar los problemas, me levanto y puedo con ellos. Y experimentamos esta reencarnación de ponernos de pie y poder. Un poeta dice: aquel que se yergue ante su desesperación está un poquito mas arriba. El aspecto melancólico de esto: y si una persona de todas las pruebas gana maestría sobre alguna de ellas, puede decir que ella le pertenece, todo lo demás es un regalo. Si nos superamos a nosotros mismos, eso nos pertenece – Goethe. Goethe dejó inconcluso un poema para describir el camino rosacruz, y lo llamo “Secretos”, pero no encontré palabras para terminarlo. Lo describió hasta donde encontró palabras. Esta cuestión nos deja sin habla porque nos lleva al limite de la existencia, pero nos deja ver una pequeña isla de lo que sí tenemos conocimiento.

Pero los niños que encarnan están menos y menos seguros, ansían orientación de los adultos: quien soy yo? porque están aquí estas personas? Para experimentar resistencia – la voluntad de ser. Ser o no ser, esa es la cuestión. Para tener la libertad de elección. Necesitamos

al cuerpo para poder separarnos, y tener libertad de tomar esto o aquello y que nada se interponga, porque cada cosa tiene su lugar, así puedo decir “esto soy yo”, y no lo que sea que venga, el poder de elegir es increíble.

Existencia – Resistencia – Lucha.

Encontrar a otro para experimentar tu propia fuerza. Resistencia significa hacernos mas conscientes de la propia fuerza. Resistir aunque el ambiente sea un total desastre, si la gente te quiere matar, manipular, evitar, ignorar, abusar, tu resistes. Hay literatura de los campos de concentración en donde podemos observar respecto a este tema. Un autor ruso escribió desde un campo de concentración, hablo de estar en el suelo, pues alguien te tiraba al suelo por lo que fuera. Vio a su castigador que le ponía el zapato en la cara, lo vio venir y en ese momento en que estaba un poco fuera de su cuerpo experimento este poder de la resistencia y pensó: “sólo puedes destruir mi cuerpo”, y se sintió muy bien. Hay un poder de resistencia que no es nuestro cuerpo, pero sólo lo podemos experimentar con la herramienta del cuerpo. La investigación sobre resiliencia es en esa esfera.

- Usar el cuerpo para ennoblecer al mundo.
- Para desarrollar nuevas capacidades.
- Para reflejar al universo de vuelta a si mismo. Usamos el cuerpo como herramienta de reflexión (como espejo).
- Para terminar algo que se quedo inconcluso.

Dra. Glockler: como herramienta de progreso o de re-inicio. El sentido de que algo esta incompleto. La experiencia de lo incompleto.

Queridos Amigos, me encanta que en tan poco tiempo pudimos llegar a tal resultado respecto a este tema, del que muchos libros se han escrito. Cada tema da para un libro. Cuando esto nos inspira, podemos escribir un libro, pues esto es fuente de inspiración, estas ideas son fuentes pues vienen de su propia existencia, no sólo de su intelecto. Sólo debemos cuidar de no olvidar todo esto, pues en lo cotidiano se nos olvida. Lo malo no se olvida, para no olvidar lo bueno, hay que trabajar.

El misterio de la libertad tiene que ver con que las cosas buenas deben surgir de la decisión energética individual: ‘esto es lo que de verdad quiero hacer’. Pero cuando sabemos lo anterior podemos entender casi todos los problemas de los niños pequeños.

¿Cómo educamos? ¿Cómo ofrecemos apoyo médicamente? ¿Cómo creamos juegos que generen resistencias para los niños? Por ejemplo, Rudolf Steiner recomienda los 5 ejercicios de formación del habla para experimentar al cuerpo como herramienta, como cáliz de auto-experiencia en diferentes niveles. Hay ciertos problemas de encarnación y los podemos observar en esos ejercicios. La resistencia es un arte y no una batalla donde hay un vencedor. La resistencia es una herramienta para traer al cuerpo el yo del otro pero en un nivel astral; experimento a mi yo a través de recibir al yo del otro en la resistencia, en la lucha.

Ennoblecere al mundo. Hay muchos jóvenes que odian al mundo, que lo destruyen y lo envenenan, en los negocios, en la medicina. 85% de los antibióticos se dan a animales, a peces, vacas y muchos pollos, porque tienen que ser alimentados en lugares tan reducidos y en tal reclusión, que solo pueden enfermar,

por lo que hay que darles antibióticos todo el tiempo. En los hospitales los pacientes mueren porque las bacterias son más resistentes a los antibióticos. Un efecto “positivo” de los antibióticos es que te haces gordo pronto, y por eso se los dan a los pollos para vender más. Éste no es un impulso noble. Vivimos en un mundo donde esto se hace la norma, la estupidez y aquellos que son normales son acusados de estúpidos. ¿Cómo debemos educar? ¿Cómo debemos desarrollar el ideal de lo normal? La nobleza no se desarrolla genéticamente, se desenvuelve, se aprende. ¿Cuáles son las condiciones para educar en esto? ¿En el respeto, en el concepto de la dignidad? Todo esto no se explica por sí solo.

Todos tenemos la capacidad reflexión pero no todos la usamos.

Contamos con la libertad de tener la posibilidad de tener una elección libre. Todos hablan de ello pero aquí no se trata de una elección libre, por ejemplo el preferir tratarse con medicina Antroposófica. El dinero rige el mundo, y muchas cosas no pueden elegirse pues no hay la posibilidad. Aquí agrego *la posibilidad de elegir*, porque podemos tener toda la libertad pero no la posibilidad. El dinero y el poder... La libertad esta en peligro y la seguridad es el tema, antes que la libertad. ¿Cómo hacer que la verdadera libertad persevere? La libertad significa vivir con riesgos.

La Existencia.

Tantas personas no creen en su existencia... creen que después de morir no hay mas existencia. Debemos considerar la voluntad de existir para una encarnación sana. Podríamos comentar con el vecino qué significa una vida sin la voluntad de

existir. O si la gente cree en su no-existencia. ¿Cómo viven si no creen que existen? Es una contradicción viva. Ello tiene enormes consecuencias. Si no creemos que la vida después de la muerte es otra forma de existencia, ¿qué es la existencia? ¿por qué estas convencido de que existes? ¿cuál es tu concepto de Dios? ¿cómo le explicas esto a alguien que no cree? ¿qué te hace estar tan seguro? ¿sólo tu educación? ¿es un concepto vacío o tu creaste este concepto a partir de ti? Rudolf Steiner dijo que la naturaleza se forma de nosotros y también nos da forma.

La sociedad nos hace ser criaturas mas o menos bien adaptadas; seres adaptados socialmente. Esta afirmación proviene de “La Filosofía de la Libertad”. La naturaleza hace de nosotros un ser natural, la sociedad hace de nosotros un ser social. Pero eso no es todo, y aquí viene el tercer concepto: cada uno debe hacer de sí mismo un ser libre. Sólo el hombre puede hacer de sí mismo un ser libre. La sociedad quiere seres sociales, no seres libres que quieran hacer del mundo un lugar más noble. Debemos de hacernos seres libres desde nosotros mismos, y para nosotros mismos.

Hay un bestseller de los autores Robert Plomin y Judy Dunn. Ella era una psicóloga del comportamiento y el un genetista del comportamiento y se encontraron y discutieron la pregunta: ¿Cuál es el rol de la genética y el ambiente para formar el carácter humano? Yo aprendí que un 50-50 %. Ellos dos discutieron si era un 51-49, o viceversa, etc. Y se adentraron fuertemente en la discusión; uno decía que era pura genética y el otro que era puro comportamiento. Y cuando lo discutieron descubrieron que ambos estaban mal, pues no sólo siguieron el flujo de las ideas generalizadas. ¿Y qué

hay de los bebés abandonados? Estos dos investigadores se salieron del pensamiento generalizado. Tomaron el riesgo de pensar por sí mismos y llegar a que los dos estaban mal. La experiencia clave fue que se dieron cuenta de que si eso fuera verdad los hermanos serían casi iguales. Todos los que tenemos hermanos sabemos que no somos iguales para nada a pesar de las similitudes en la voz o en el físico; nuestro carácter es muy diferente. Ellos discutieron cual es el 3er factor y dijeron: el ‘Factor X’. Luego le llamaron “factor relación”. Preguntaron a las mamás y maestras cómo tratan a sus hijos y alumnos y dijeron: a todos igual. Luego entrevistaron a los niños, y cada niño dio una historia totalmente diferente. Cada relación es única, eso es lo que descubrieron. Aunque los hombres dijeran: amo a 3 mujeres por igual, ellos no las aman igual. No es posible. Cada relación es única. ¿Y por qué es cada relación única? Estos investigadores no encontraron la respuesta.

Si los niños se sienten vistos, escuchados y atendidos, pueden ser fuertes. Si la individualidad es fuerte y un ser les ama y confía en ellos, la fuerza para encarnar es tan fuerte que incluso el ambiente o la genética no los puede detener.

Lo que dice Steiner es cierto, pero sufrió mucho porque no había educación hacia la libertad, hacia la resiliencia, no hay suficiente sabiduría respecto a las condiciones de desarrollo para apoyar el desarrollo saludable individual del niño.

Existen 5 niveles de experiencia:

- Físico
 - Etérico o de Vida
 - Astral o Alma
 - Organización del Yo
 - Quintaesencia
-

Puedo compartirles porqué éstos términos son tan correctos: porque no son conceptos sino realidades.

El cuerpo humano tiene herramientas como la música, el habla, y el movimiento para expresarse. Encarnar significa sobreponerse al cuerpo físico. Se necesita mucha educación física, educación de vida, cuidado del alma – comprensión del otro, mucho amor, y mucho trabajo de auto-identificación.

¿Y qué es la Quintaesencia? Es la esencia de todo, es algo que no está para nada encarnado. Los otros niveles –o cuerpos – si quieren encarnar. El cuerpo físico disfruta de ser el cáliz de todos los otros cuerpos que quieren encarnar, es nuestro manifiesto personal de la encarnación. A través del cuerpo físico los demás se manifiestan. Pero cuando pensamos, sentimos, desarrollamos intención (voluntad), entonces queridos amigos, *excarnamos*, estamos fuera del cuerpo, estamos totalmente fuera del cuerpo con el pensar, sentir y voluntad en el pensar (no en los músculos). Éstas son las herramientas que podemos experimentar en el espacio cuando usamos nuestro cuerpo como recipiente, o portador.

La Antroposofía tiene un problema, y es que las personas piensan que la Antroposofía es una teoría o concepto. Un día encontré algo que dijo Rudolf Steiner: ‘Si toman la Antroposofía como teoría, sería la peor teoría que tendríamos’.

Entonces ¿que es la Antroposofía? Es una herramienta para acceder a la realidad, un camino para la auto-experiencia, y cuanto menos teórica, más es lo que pretende ser.

Si consideramos las razones para el destino, hay dos:

Enfermedades mentales: origen principal en encarnaciones previas: perdiste por cualquier razón – tenias razones de destino – el interés por los otros seres humanos. Y si lo vemos al revés: cuanto más comprenden a otros los enfermos mentales, más se sienten comprendidos; la sanación viene de su interés por otros. Nuestra auto-comprensión crece con la comprensión de otros. Sanar significa encontrar el camino para comprendernos mejor. Esa es la misión que aprendemos con mayor conciencia al comprender a los seres humanos “difíciles”.

Enfermedades físicas: falta de comprensión del mundo en previas encarnaciones, falta de interés por el mundo. Recordemos una frase celebre de Goethe en Fausto: “es tan lindo sentarse en la tarde con amigos y beber y platicar sobre la guerra en Turquía”. Es lindo hablar sobre los problemas de otros. Pero los problemas del mundo son nuestros problemas, no están lejos.

Nuestro cuerpo físico interactúa con el entorno cuando está saludable. Nuestra alma interactúa con las personas cuando está sana. Cuando perdemos interés en el mundo o en los demás esto nos prepara para tener enfermedades físicas o mentales en futuras encarnaciones.

Estos 5 son principios de experimentación del mundo y de nosotros mismos, campos de experiencia.

Físico – experiencia a través de los doce sentidos. Nutrición, medio ambiente, genética, influencias externas. Esta interacción con el mundo físico es el campo de experiencia a través del que sabemos que vivimos en el espacio. La experiencia del espacio está totalmente conectada con lo físico, pues lo

físico es la arquitectura, la manifestación en el espacio.

Etérico – todo se manifiesta en tiempos, procesos, ritmos, nada es estable. La salud es un equilibrio muy delicado y sensible entre lo que nos enferma y el potencial de auto-sanación. Lo opuesto de la enfermedad no es salud, es auto-sanación (potencial de auto-sanación). La salud está a la mitad entre ellas, es un proceso, una manifestación de la vida. El estado de salud es un equilibrio entre lo que me sana y lo que me enferma. Para llegar a la salud debemos entrar al mundo de los procesos, tiempos, regulaciones, etc. Es un enorme nivel de experiencia en que podemos influenciar al niño en encarnación. En el taller artístico descubriremos respecto a esto.

Alma – espacio interno que se experimenta a partir del tiempo, del espacio externo. Experimentamos la eternidad. ¿Soy o no soy? o ¿de qué dependo? Podemos experimentar o pensar en segundos enormes historias, o podemos pasar horas en vacío. El tiempo y espacio pierden su poder, y ahí todo tiene que ver con las relaciones, que no tienen tiempo ni espacio en su cualidad más íntima. Nuestras relaciones no dependen del tiempo y espacio, incluso después de la muerte. Todo se vuelve conciencia y relaciones conscientes. La dimensión de la conciencia es esta dimensión.

Organización del yo – campo de experiencia en que elevamos la pregunta de la identidad. ¿Qué te brinda tu identidad? ¿De qué depende tu experiencia de la identidad? Eres aquello con lo que te identificas, y no eres lo que no te ofrece identificación.

Pensar – Sentir – Hacer: ¡Cómo lidio con ellos! Haciendo referencia a ellos, Rudolf Steiner dijo: “No es sólo lindo tener estos tres, es mejor saber de dónde vienen”.

Cuando consideremos mañana el desarrollo del niño veremos cómo es ese proceso en el que pensar sentir y hacer vienen paso a paso al mundo de conciencia del niño. ¿De dónde vienen? Rudolf Steiner dice que es fácil: que el pensar es la bella fuerza y actividad del cuerpo etérico en una forma diferente. Cuando el cuerpo etérico encarna, da la vida, pero cuando excarna brinda el potencial del pensar. Cuando el cuerpo astral encarna nos da movimiento, lenguaje, conciencia, tono; cuando el astral excarna nos da el potencial de sentir, la misma cualidad, el mismo campo de acción. Cuando encarna la organización del yo nos brinda el poder de intención, dirección, de saber puntualizar lo importante; cuando excarna, es el libre albedrío, la voluntad, la manifestación del Yo a nivel del alma.

Tomen esto como hipótesis o pregunta para su propia experiencia, y cuando vayan a comer traten de experimentar un poco, pueden experimentarse a sí mismos en estos 5 niveles y percibir ¿cómo se siente? ¿qué preguntas surgen? En la tarde profundizaremos en ello.

Sesión de la Tarde:

No puedo tocar el piano, soy cellista y canto, pero aquí, cuando toque el piano es que hay que empezar. Gracias por venir.

Pensé en iniciar con una reflexión de los 5 campos de la auto-experiencia y la exploración del mundo. Exploramos el mundo físico con los 5 sentidos. Exploramos los ritmos del tiempo, por ejemplo qué significa que hoy sea lunes, o el por qué hay ritmos en el calendario. Esto nos brinda gran seguridad, saber que el sol saldrá mañana, que las plantas crecerán. Tenemos muchas experiencias en el tiempo entre pasado presente y futuro, no

sólo experiencias, sino encuentros con otros tiempos, ritmos, estilos de vida. Y luego al entrar en nuestro espacio interior observamos una gran cantidad de auto-experiencia y comprensión de otros. La experiencia de una persona que entra o sale de tu espacio interior, esto cambia tu vida totalmente. Cuánto dependemos de quienes viven con nosotros adentro. Vivimos una segunda vida, unos dicen que es la mas esencial. La llamamos el espacio interno. Y luego tenemos el campo de auto-experiencia. ‘Somos únicos’, eso suena bien. ‘Estamos solos’ no suena tan bien. ‘Somos exclusivos’: esto causa enorme temor. Tememos a la soledad, esto es muy doloroso. La soledad, exclusividad, ser únicos, son aspectos de la experiencia del “Yo soy”. También tenemos un gran anhelo de saber qué somos en realidad, de nuestro verdadero ser. No confiamos del todo en nuestro ser, sentimos que hay algo más, que esto no puede ser todo.

Es el sentido de realizar, anhelamos algo. La palabra en alemán para anhelo significa ser adicto a algo sin saber qué es. ¿Quién soy? ¿Qué es mi verdadero ser? ¿Estoy solo o hay algo más? ¿Hay un ser eterno que me escucha? Estoy en la búsqueda, y tengo que darme a mi mismo; lo llamamos auto-experiencia, auto-conocimiento, auto-comprensión, pero no siempre es bonito. A veces nos sentimos solos, excluidos, abandonados, reemplazados, ¿donde esta la resonancia que buscamos? Ésta es una cuestión muy sensible y abierta, pero en lo profundo sabemos exactamente quiénes somos; a esto le llamamos creer, fe, confianza existencial. Si mi inteligencia cuestiona lo que soy o no, eso no juega ningún rol. Me siento a mi mismo, creo. El creer es la voluntad, el creer que puedo. Pero ¿cómo, con los niños, hacemos que su viaje sea exitoso?

Y finalmente la quintaesencia puramente espiritual, en donde hay tal distancia de nosotros mismos. Podemos elevar la cuestión ser o no ser. Esto es increíble. Puedes cuestionarte a ti mismo como si te vieras a ti mismo desde fuera. Esto solo es posible porque eres capaz de pensar desde afuera del cuerpo. Como la poesía de Juan Ramón Jiménez:

*Yo no soy yo.
Soy este
que va a mi lado sin yo verlo,
que, a veces, voy a ver,
y que, a veces olvido.
El que calla, sereno, cuando hablo,
el que perdona, dulce, cuando odio,
el que pasea por donde no estoy,
el que quedará en pie cuando yo muera.*

Esto es increíble, no es esquizofrénico, es un poema de auto comprensión verdadera. Soy el yo que está dentro de mi, y cuando pienso veo a ese loco que soy yo. Estoy, soy, en donde esta mi mente. Estoy en un lugar donde no necesariamente esta mi cuerpo, ahí soy. Vivimos una vida no basada en el cuerpo, sino en el pensamiento extra corporal, y el sentimiento también. El filosofo Fichte, famoso idealista alemán, basó su filosofía entera en este acertijo y dijo: “Yo soy Yo”. Toda filosofía se basa en eso, en comprender que yo soy yo, y quien es quien, y esta filosofía sigue en contexto. Cuando inició su clase en un semestre en Viena, hizo un ejercicio: dijo: “Buen día, vean cuidadosamente esta pared, y ahora cierren los ojos y piensen en lo que vieron, piensen la pared. ¿Tienen una imagen clara de lo que vieron? Ahora queridos alumnos piensen al que pensó la pared. Pueden pensar al que piensa, pero necesitan re experimentar la actividad mental:

1. Mirar algo.
2. Traerlo al pensamiento.
3. Pensar esta actividad, al que hizo eso”.

Este ejercicio es buenísimo para dormir, porque es una experiencia extra corporal.

Dormir es la desconexión del sentir y de la voluntad de nosotros mismos, desconectarlos del cuerpo etérico para que el etérico vaya al cuerpo físico, regenere el cuerpo físico y en la mañana te sientas renovado, porque la parte del pensamiento que está en el cuerpo etérico, la extra corporal, se fue a descansar, se desconectó. Si repiten los ejercicios, se sentirá que es cada vez más fácil por que el cuerpo ya lo ha hecho. Los que no pueden desconectarse del sentir no pueden dormir, porque piensan lo que sienten, no pueden desconectar. Por eso meditar es un hermoso remedio para el insomnio. Nadie puede concentrarse por periodos indefinidos, concentrarse es apretar, relajar, apretar. Para concentrarse en el pensar hay que relajar un poco, en la relajación es cuando te vas.

¿Hay preguntas respecto a estos 5 campos?

Mañana explicaré el proceso de encarnación y excarnación en el tiempo. Por hoy es importante comprender qué es la experiencia física y qué es la etérica. Y lo mismo para cada uno de los 5 campos. Cómo se liga con lo otro lo explicaré mañana.

Desorden del sueño: no es posible desconectar el pensar del sentir. Cuando trato estos desordenes pregunto: ¿qué piensas? ¿por qué? Y te das cuenta de que no estás pensando, sino que no puedes sentir, por lo que piensas en círculos, y este es un síntoma de que tus pensamientos sólo están siguiendo al movimiento de tus sentimientos. Si de verdad pensaras, podrías deshacerte de los

sentimientos. Necesitamos tener una imagen clara de los cuatro miembros que manifiestan el cuerpo y los 3 miembros del alma; entonces son 7 principios.

Sólo espero que esto sea un instrumento de comprensión para los niños pequeños. El cuerpo físico parece mas fácil, pues tiene forma y órganos sensorios, pero este cuerpo físico es definitivamente la manifestación de 4 formas de materia: sólida, líquida, gaseosa y calor, que no tiene materia. El calor no tiene materia, es sólo una cualidad, se puede asociar a la materia o no. Y cuando nos preguntamos: ¿qué podemos expresar a través de lo sólido? Es claro que la respuesta es: mi exclusividad, mi arquitectura, mi forma, mi huella, dónde estoy, mi peso. Hay un punto que es la gravedad, donde todo el cuerpo esta en equilibrio. Los acróbatas trabajan con esto. El cuerpo tiene un centro de gravedad, y no esta en el cuerpo sino afuerita. Por eso cuando nos emborrachamos nos caemos de frente y no para atrás. Nuestro punto de gravedad, de ‘Yo Soy’, de auto conciencia física, está en frente, no atrás. Cuando sentimos inseguridad, abrazamos este punto con ambas manos, es muy preciado. ‘Aquí puedo aferrarme a mi mismo’.

Pero nuestra vida necesita manifestarse en el agua, en la circulación, en el ritmo, intercambio, comunicación, flujo y reflujo. En una célula hay mas de mil reacciones bioquímicas a la vez, y son catabólicas y anabólicas. Si bebes (alcohol), el hígado tiene que des-envenenarse de inmediato. Otras actividades no pueden ser hechas en ese momento; cuanto más bebes peor te sientes porque muchas funciones metabólicas se pospusieron para que el hígado te desenvenenara. Se requiere extrema sabiduría

para poder hacer muchas cosas a la vez. La vida es multitareas. Cada órgano se comunica con el resto del organismo a cada instante. En éstos fenómenos de vida de interconexión permanente, la vida es desinterés puro, cada uno sirve a los demás, y todos dan servicio a todos. El fenómeno de la vida es la forma más pura de acción desinteresada. Ésto es extremadamente poderoso. El cuerpo físico es el arquetipo del egocentrismo, de la exclusividad, de que tu punto de vista es el único. El cuerpo físico te hace sentir que eres el centro, el etérico te hace sentir parte del todo. Dicen que el etérico es el cuerpo de lo social. Cuando hablé con los estudiantes de los organismos unicelulares pregunté si me podían decir la diferencia entre lo vivo y lo muerto. Les tomó más de media hora. Hubo muchas sugerencias mal recibidas. Entonces una chica dijo que la diferencia es que algo vivo necesita siempre de un contexto. Y hubo consenso total del resto del grupo, todos estuvieron de acuerdo. Algo muerto dura sin intercambio, algo vivo necesita contexto, vida, ambiente para intercambiar, respirar, excretar. Ningún ser puede vivir sin el sol, que esta conectado conmigo a millones de kilómetros. Sin el sol no hay solidez en los huesos. La vida es un ambiente complejo, un enorme sistema y tiene lugar en el macrocosmos, pues en él interactúa. Mencionamos el ritmo solar, y tan sólo el tema del ritmo es otro tema enorme. Ahora existe la cronobiología, cronofarmacología, etc. En ello se especifica, por ejemplo un ritmo no sólo de 3 veces por día sino en qué momento preciso del día o de la noche debe realizarse alguna tarea. Es por esto que Steiner elige el nombre de 'etérico' para este cuerpo, pero utiliza también la palabra sistema y yo prefiero sistema porque eso me permite darme una mejor idea de todas las leyes dinámicas y complejidad del

sistema de agua, tierra, etc.; con estas leyes la vida se manifiesta en el nivel líquido. Etérico es la palabra griega para el cielo azul, el cielo está azul cuando el sol brinda la luz. El azul es el reflejo de la luz del aire que rodea la tierra. el sol azul que viene del cielo es el que más necesitan las plantas para hacer clorofila, si es luz del sol directa puede dañar, mas no así el azul del cielo, que es la energía solar almacenada químicamente en el globo que rodea al planeta. Es por ello que Rudolf Steiner eligió la palabra etérico.

El cuerpo etérico se refiere al contexto entero y a la vida individual. Significa un ser individual en conexión con el resto de la vida. En una palabra esta el fenómeno de microcosmos y macrocosmos que se interrelacionan.

Astral significa estrella. ¿Por qué nuestra vida del sentir, nuestra consciencia, tiene que ver con las estrellas? Porque muestra hasta dónde puede alcanzar nuestra consciencia, muestra el gran espacio con el que nuestra consciencia puede conectarse. Ésta es una razón. Pero la otra es que las estrellas se agrupan en constelaciones, y nuestra vida anímica se da en los encuentros, en cuánta distancia necesitamos de los otros para que nuestra constelación funcione; si estamos muy cerca no está bien, si estamos demasiado lejos tampoco. Como con los niños, si te acercas mucho los abrumas. Se refiere a las constelaciones de personas. Es lindo pensar que hay tantas almas humanas como estrellas podemos ver. Si tomas como ejemplo la poesía, busca cuánto de lo que te gusta tiene que ver con el sol, la luna y las estrellas. Nuestra alma ama las estrellas. Cuando nos enamoramos descubrimos las estrellas. Normalmente no vemos las estrellas cuando estamos solos, pero

cuando nos enamoramos, las vemos. Esto es real, nuestro astral es un cuerpo estelar, de resonancia con el macrocosmos. Si no nos conectamos estamos enfermos de la mente. Si el alma está saludable puede recibir a todo el mundo, pues nuestra alma se orienta al macrocosmos. Es lindo tener la palabra para recordar que la vida anímica no se reduce a las emociones, el cuerpo astral se refiere a todo el rango de emociones, a lo más puro, conectado con todas las estrellas. El cuerpo astral son los sentimientos mas puros. Por eso tenemos el 'Calendario del Alma' de Rudolf Steiner, para desarrollar nuevos sentimientos conectados con la naturaleza. Aprendemos nuevos sentimientos cuando sentimos a la naturaleza, y especialmente cuando sentimos que los astros, sol y luna, nos hablan al alma.

El Yo se manifiesta en el calor, energía, voluntad, resolución, creencias. Todas estas palabras tienen la cualidad de confirmación de identidad de saber quién soy, o al menos de que sé lo que quiero ser. Si alguien me pregunta quien soy digo que puedo compartir mis objetivos, a dónde voy, pero no se quien soy. Si conozco mi meta conozco mi camino y mi camino es parte de mi identidad, y eso sí lo puedo expresar.

En los cuatro cuerpos podemos expresar nuestro yo con el calor, el alma con el aire, la vida con lo líquido, la circulación, y manifestamos nuestra Conciencia del Yo en el objeto; el objeto físico que nos representa, sólo podemos manifestarlo en lo sólido. Lo sólido perdura. Mañana que nos veamos, podremos reconocernos aunque cambiemos de ropa o de look. El cuerpo físico nos da la garantía del ego, nuestro Yo inferior, nuestra entidad física. Esto responde a la pregunta de por qué encarnamos.

¿Se sienten un poco más en confianza con estos 4 principios? ¿hay preguntas?

Hoy y mañana daré los fundamentos de las manifestaciones físicas y del desarrollo para explicar cómo el yo y el alma se conectan con el cuerpo físico, pues los principios superiores: alma, quintaesencia y Yo se relacionan con los otros, y crean la enfermedad.

Mañana me concentrare en el cuerpo físico y etérico, pasado mañana iremos a la esfera del alma y del yo y la quintaesencia; pero de mañana en adelante nos adentraremos naturalmente en cuestiones de salud y enfermedad. Me pueden hacer llegar sus preguntas en un papelito, y podré usarlas como ejemplos. Nos sentiremos como colegas del curso así. Yo quiero traer en este marco de trabajo la cuestión respecto a la encarnación saludable y cómo podemos ayudar a los niños a crecer y desarrollarse mejor. Si traen sus preguntas puedo enfocarme en nosotros, para servir a nuestra constelación, enriquecer mi mente con sus preguntas. Trataré de refrescar las mentes de ustedes con ello.

Indicaciones respecto a la representación de estos cinco campos en forma de una estrella de cinco puntas:

Lado Izquierdo.

El pie izquierdo, es más físico. Abajo del diafragma la mayoría de la digestión tiene lugar en el lado izquierdo. El riñón izquierdo esta mas abajo que el derecho, en esta parte tenemos el corazón y dos lóbulos de pulmón solamente. Y el bazo, orientado al sistema inmune y la sangre, no se orienta al polo físico, se relaciona menos con el aire, está más conectado con lo físico. Hay mayor separación entre lo físico y lo orientado al alma en el lado izquierdo.

Del lado derecho esta el hígado, el centro del etérico, el mayor bioquímico, es la encarnación viva del etérico. El pulmón es la encarnación del cuerpo físico, del sistema de fuerzas que dominan lo físico.

Los riñones son la encarnación del mundo astral, pues qué tan profundo respiremos dependerá de los riñones, no del pulmón. Si comes muchos alimentos agrios tu riñón tiene que equilibrar, y tienes que respirar mas, la respiración la regula el riñón, no el pulmón.

La Organización del Yo tiene su encarnación en el corazón, el centro del calor de la sangre. Por ello en las manifestaciones artísticas griegas están de pie sobre el lado izquierdo, y el pie derecho esta mas vivo, el etérico era el más fuerte. El brazo izquierdo es muy hermoso, nuestra alma, nuestra conciencia está del lado izquierdo. En el lado derecho somos más objetivos, aunque tengamos gran pena en el corazón (lado izquierdo) podemos ser objetivos con el lado derecho. Por eso el lado derecho del cerebro esta orientado al espacio, y el izquierdo está orientado al tiempo, no al ojo. Esto siempre es así, porque la izquierda y derecha son cualidades, como arriba y abajo.

El quinto es esta parte del centro (señala), donde está el aura de los santos en las imágenes, donde el pensamiento esta puro. Por eso ahí se ve el aura. Por eso hace sentido que la punta superior de la estrella sea la cabeza de nuestro hombre invisible (el formado por 5 cuerpos)

1 de julio de 2014

Ecce Homo

En el corazón

Teje el sentir,

En la cabeza

Ilumina el pensar,

En los miembros

Vigoriza el querer.

Tejiente iluminar,

Vigorizante tejer,

Illuminante vigorizar:

Ése es el hombre.

– Rudolf Steiner

Queridos Amigos:

El pensar, el sentir y el hacer son nuestras fuerzas del alma, y podemos experimentar cuán fuertes son cuando tenemos un pensamiento que nos inspira, que nos acompaña, que es una buena idea, que puede lograr hacernos felices por años, o si estamos enamorados y el amado no esta ahí y solo podemos pensarlo, o si alguien que amamos murió, y podemos sentir su presencia en nuestros pensamientos, y si conectamos esto con las personas, nos damos cuenta de que estos pensamientos traen consigo la idea de la otra persona. A través de los sentimientos nos asociamos. Esta experiencia se convierte en una experiencia personal real. En el momento en el que sentimos la cualidad del contenido del pensamiento, éste tiene un significado específico personal. Sin sentimientos los pensamientos se quedan en lo objetivo, no nos tocan en lo personal. Sólo cuando se hacen subjetivos con el sentir entonces estos pensamientos son significativos. Sólo a través del sentir los conceptos del pensar se hacen significativos para el individuo.

Pero la presencia interna completa sucede cuando no sólo pensamos, y sentimos la conexión personal, sino cuando tenemos la siguiente impresión: “Yo puedo dominar estos sentimientos y pensamientos, soy el maestro de esta vida; es mi pensar, mi sentir, mi voluntad”. Descubrimos nuestro espacio interno como el lugar donde nuestro yo vive, y tiene su vida interna con el pensar, sentir y hacer. Pero también sentimos que estas tres fuerzas del pensar, sentir y hacer son entidades fuertes, fuerzas reales, como cuando tenemos el sentimiento de que no podemos perdonar, el sentimiento de miedo, desconfianza; es como si alguien te quitara el piso de debajo de los pies. Entonces te das cuenta de que la confianza nos sostiene, construimos sobre la confianza nuestra seguridad interna. Los sentimientos son reales. Cuando reflexionamos sobre la experiencia de pensamientos, sentimientos e intenciones, éstos son tan materiales como los platos y los árboles.

Vivimos dos biografías, la externa: nuestros padres, nuestro lugar de nacimiento, etc., y la interna: la que vivimos internamente, nuestro viaje interior, y esto comienza cuando esta idea surge: Yo soy Yo. Entonces inicias en esta encarnación tu biografía personal. Desde ese momento te separas de lo externo con el pensamiento (a los tres años de edad), con el sentimiento (a los nueve años de edad), con la intención (a los 16 años), y a los 23 años aproximadamente, separamos nuestra vida interior de la exterior a nivel de la voluntad, del Yo. Esto es bastante complejo.

La experiencia a los dieciséis años de edad es todo un fenómeno. Algunos comparten sus experiencias a los dieciséis años:

Una de las personas, esperaba, a los 16 años, de regalo un carro. Y su mamá le regalo una casa de muñecas.

A otra persona, a los 16, su mamá la envió a Australia sola; tuvo que buscar trabajo en un bar, y no le fue bien. Aquí fue la mamá quien la obligó a decidir. Pregunta la Dra. Glöckler: ¿y sobreviviste? Ella responde: Sí.

Otra persona comparte: A los dieciséis decidí que no podía más vivir bajo esas condiciones, y le dije a mi papa que me iba a casa de mi mamá. El papá la trato de convencer de quedarse, pero ella se mudó. Su mamá terminó ese año en el hospital, y cuando ella la llevaba al hospital, se le cayó la abuela y se le rompió el brazo a la abuela. Y tuvo que decidir irse a casa de la abuela a cuidarle habiendo dejado a la mamá en el hospital.

A otra persona la atropellaron y la resucitaron.

Una persona más recuerda que a esa edad le dijeron que el 7% de las personas poseen el 93% de la riqueza y ello causó en ella un impacto para siempre.

Una persona más tomó a los 16 años la decisión de no repetir las conductas nocivas de sus padres.

Continúa la Dra. Glöckler:

Lo que estas memorias de los dieciséis años tienen en común es la experiencia de la voluntad. ¿Quién es responsable de esto? ¿los otros o yo? El arquetipo proviene de un francés que escribió “The Refound Light”; él era ciego. Descubrió que cuando era honesto era clarividente y cuando no lo era perdía esa capacidad. Descubrió la nueva clarividencia. En su biografía describe sus dieciséis años: Prometió a su amigo que de aquel día en

adelante le ofrecía sólo decir la verdad. Preguntó al amigo: “¿harías lo mismo tú?” y el amigo dijo sí. Después describe cómo los dos niños que antes hablaban todo el día ahora no hablaban más. No se atrevían a hablar. Sólo se sonreían de vez en cuando. No diré más. Cuando paras de hablar comienzas a pensar. Pensar primero, hablar después, para poder hablar la verdad y esclarecerla. ¿Por qué pienso que esto es verdad? ¿lo puedo explicar? El autor describe el nacimiento del pensamiento auténtico: soy responsable de lo que pienso, depende de mi voluntad lo que pienso y lo que digo, Yo seré responsable del pensamiento verdadero y del habla verdadera. Me siento responsable de la verdad: yo soy la verdad (Jesús). El Yo superior tiene que ver con la verdad. Nunca encontraré mi Yo verdadero si no soy verdadero.

Este es el arquetipo. Esta es la razón del bloque de Parsifal: si fallas en formular la pregunta apropiada, has fallado en lo personal. Si doy algo por hecho, si no pienso, esto no me permite hacer la pregunta correcta. Este es el nacimiento de la integridad en el pensamiento. Voluntad significa ser responsable por alguien. La responsabilidad es una decisión de la voluntad. Es la consciencia del a voluntad. Cuando te haces responsable de lo que piensas, éste es el nacimiento de tu alma en este espacio. Antes no podías manejarla conscientemente. Aprendes pues que eres el director de tu pensar y tu sentir. Este es el inicio de la vida adulta: a los dieciocho, controlar lo que sientes. Cuando no sabemos lo que sentimos, a esto le llamamos ‘sentimientos encontrados’. Sólo cuando lo tenemos claro lo podemos manejar. A los dieciséis podemos pues dirigir los pensamientos, luego veremos lo demás.

Mi experiencia no fue nada notable pero muy significativa para mi vida. estaba en noveno grado, a los quince años. Y estaba sentada en la clase principal con 46 compañeros sentada en la orilla y hasta adelante; yo creo que estaba aburrida porque estaba viendo a los demás tratando de encontrar algo interesante, en su ropa, en sus acciones. En la diagonal en el rincón junto a la ventana había un niño. Cuando lo vi caí en cuenta de que nunca había intercambiado una sola palabra con él, a pesar de que llevábamos 9 años en el mismo salón, y me pregunte ¿por qué? La respuesta fue fácil, ese niño no me gustaba. Y me pregunté: ¿cómo no te cae bien si no lo conoces, si nunca has hablado con él? ¿cómo justificas esto? Y en mi mente pensé cuán subjetivo era mi juicio: no hay nada, son sólo sentimientos. Y sentí tanta vergüenza... ese fue mi nacimiento de la responsabilidad sobre lo que pienso y siento por otros, por todo. Tuve tanta vergüenza que en el siguiente receso lo busqué y pensé, “¿Qué puedo decirle?” Me le acerqué y le pregunté: ¿qué clase sigue? y dijo “Euritmia”. Fue todo, y sentí gran alivio, y pensé que era amable, me dio la respuesta adecuada, en una palabra, sin emoción. Sólo “Euritmia”.

Ahora conocía a todos en el salón. Esta cualidad es algo que las escuelas de hoy hacen imposible de encontrar, por el estrés, miedo, presión, exámenes, etc. La reflexión interna se hace muy difícil. Por eso los programas de vacaciones, los cursos de verano, son excelentes y hay que pagarlos, para que los niños y jóvenes tengan la oportunidad de conectar con la naturaleza, con personas reales, etc. Esta es la puerta a la vida adulta. Necesitamos atravesar este umbral sino no podemos acercarnos a nuestra vida adulta verdadera.

La experiencia de los 23 años, en cambio, no es un regalo natural. Si la educación es medianamente buena los 3 pasos anteriores los podemos tener, pues son regalos del desarrollo natural. A los 23 este evento se trata de algo que todos tenemos que hacer por propia voluntad e intención. Al final regresaremos a este punto – ¿qué tipo de experiencia de “yo soy” puede ser esta? Aquí está la puerta para hacerse un buen maestro, terapeuta, doctor, alguien que puede guiar a otros. Es el momento de liderazgo. Si no vives este momento abusarás de tu trabajo.

La encarnación termina a los 23 años. Biológicamente termina con el primer septenio. Tenemos dos huesos conectados con ligamentos en nuestro cráneo y el cráneo tiene estos ligamentos conectivos. Este hueco se cierra en los primeros años, pero toma 28 a 33 años hasta que se mineraliza completamente. Éste es el último paso de la encarnación, del proceso de alistar al cuerpo. Después de eso tienes un hermoso periodo hasta el inicio de los cuarentas, en el que estás de verdad fuerte y listo físicamente. Luego inicia la excarnación.

En lo anímico la experiencia de identidad inicia a los 23 años. Es raro que sea antes, pero es muy común que sea después, pues depende de cada uno. Esto no lo brinda el desarrollo natural. Tienes que hacerlo tú mismo.

Si tenemos una biografía normal, entre el nacimiento y muerte, el periodo de encarnación hasta los 23 años es clásico, y en los primeros 8-9 años la materialización de la cabeza sucede. A los 9 años aparecen por vez primera las ondas alfa en el electroencefalograma. Es la forma en que los adultos se manifiestan. A los nueve años alcanzamos la madurez en la cabeza. En el

sistema rítmico la alcanzamos a los 16 años, y en el metabólico a los 23.

Preguntarán sobre los septenios. Estos son los marcadores de cambios significativos en la constitución, pero debemos aprender que con los niños éste es un proceso constante desde el embarazo – a partir de la semana 7 – cuando inicia el proceso de la liberación de fuerzas encarnadoras. Durante el proceso de encarnación algunas de estas actividades de encarnación – pensar sentir y hacer – dejan el cuerpo para realizar trabajo extra-corporal.

En “La Educación del niño”, escrita en 1920, encuentras estos septenios divididos en tres cada uno. Marcando un hito a los 9 años y 1/3, y así sucesivamente.

Si lo vemos con más profundidad, veremos que se trata de un proceso. Por eso cada edad es tan diferente, y de ahí surge el currículo. Los niños de 8 años no se parecen nada a los de nueve, etc. y esto nos interesa: ¿qué los hace tan diferentes?

En la vida no tenemos un pulso, sino transiciones. Necesitamos comprender los procesos y por qué estos hitos, 7 semanas, 7, 14, 21 años, son tan significativos. Primero compartiré respecto a estos hitos y luego seguiremos.

7 semanas de gestación:

Inicio del viaje embriológico, las mamás apenas se dan cuenta de que están embarazadas. Incluso si no menstrúan, no se percatan de estar embarazadas. El periodo antes de este momento es muy especial porque ambos géneros tienen igual desarrollo, sin importar si son niña o niño genéticamente, están iguales. La niña desarrolla ambos sexos, y el niño también. Somos bisexuales antes

de las 7 semanas de gestación. En la semana 7 sucede la separación de los géneros – xx o xy –, te deshaces del otro género, y sigues con el propio, tomas la decisión de ser niña o niño. Pero antes de esa decisión eres humano en general. Desde el punto de vista etérico, anímico y del yo, esto es extremadamente importante, pues cuando el etérico de la niña ya no necesita desarrollar ambos sexos, entonces todas esas fuerzas etéricas se liberan, no se usan para la encarnación, y se salen del cuerpo ya. En este tiempo también sucede que nuestro córtex comienza a crecer, nuestro cerebro humano específico, fundamento del pensar; las partes inferiores del cerebro ya comenzaron a desarrollarse antes, pero ahí crece el córtex y la cabeza se hace grande. Pero cada órgano que se desarrolla necesita una función estimulante para desarrollarse. El corazón se desarrolla a partir de la circulación, y un órgano que mas tarde desarrollará pensamientos entonces necesita ser estimulado por pensamientos para desarrollarse, por ello el cerebro masculino se desarrolla a partir de los pensamientos femeninos liberados y viceversa. Steiner dice que las mujeres tienen un cuerpo etérico masculino y viceversa. Por eso nos atrae el sexo opuesto. Primero tenemos que comprender esto. El desarrollo cerebral es estimulado externamente por fuerzas etéricas del sexo opuesto. El cerebro no produce pensamientos, *refleja* pensamientos. Si el cerebro está dañado, los pensamientos están presentes, pero los reflectores no funcionan. El reflector es el cerebro. Por eso es posible conectar con los dementes, aunque son agresivos e inseguros porque no los comprenden. Pero si te puedes conectar en lo espiritual y anímico eso todo está completito, lo físico es lo que está lastimado.

El primer paso fue este, reflexionar un poco. Imagina los órganos sexuales, son totalmente polares. La mujer es introvertida, cerrada, debe ser penetrada. El masculino es extrovertido, abierto, listo para comunicar. Mujer: listo para recibir y procurar cosas. Hombre: listo para distribuir, reproducir algo nuevo. Las mujeres no hacemos huevos nuevos, después de salir del vientre materno, en las mujeres hay un proceso constante de muerte de huevos. Los últimos se mueren con el climaterio. los hombres siempre producen espermatozoides, hasta los noventa, y pueden hacer niños incluso. Sólo conozco a una mujer de mas de sesenta que se embarazó artificialmente – no lo recomiendo, pero es posible. Normalmente dejamos de ovular a los 40-50 años.

Esta es la razón de las diferencias en el pensar; ya que usamos las mismas fuerzas para pensar, la dinámica del pensar sigue las mismas reglas que la vida corporal manifiesta.

Pregúntate: ¿por qué no hay filosofías significativas escritas por las mujeres? Todos los grandes filósofos son hombres. Las mujeres cambiamos de parecer, tenemos nuevas ideas, pensamientos nuevos, sufrimos a nuestras parejas que piensan siempre lo mismo. “Eres tan inestable, yo tengo carácter”. – dice el hombre. Lo tiene porque tiene un pensamiento femenino, le encanta madurar los pensamientos toda la vida, como óvulos. Gestar un hermoso embrión espiritual y luego parir su pensamiento después de veinte años de pensar. Pero junto a los grandes filósofos hay siempre una mujer brindando nuevas preguntas y nuevos pensamientos permanentemente.

Ejemplo en la vida: Yo nunca hago lista de compras, y veo las cosas que no quería

comprar y las pongo en mi carrito. A veces regreso a mi casa sin el papel de baño que fui a comprar y regreso con un montón de cosas. Cuando el esposo va de compras pregunta qué necesito y regresa de volada, porque sólo compra lo que estaba en la lista. Podemos aprender de los otros.

Los hombres se quejan, pues llegan cansados del trabajo, y la mujer los espera para hablar, y los hombres llegan y no quieren hablar sino descansar. Hay que comprender el porqué de esta diferencia: porque la vida interior del hombre está más cerrada, y la de las mujeres más abierta. Por eso hice a muchos papás felices: recomendé que los señores lleguen mas tarde a su casa, después de irse a echar un café o descansar un poco, listos para poder hablar. Algunas cosas son muy sencillas cuando las comprendemos.

La regla es: toda fuerza etérica, anímica y del yo que no se esta encarnando se vuelve actividad del alma en el pensar, sentir y hacer. Es lo mismo que te hace desarrollar el cuerpo lo que fundamenta tu actividad anímica. Sólo que en el alma está excarnada y en el cuerpo esta encarnada. Por eso el currículo es tan específico, pues quiere atender todas estas fuerzas liberadas, y ayudar a manejarlas. Los maestros preguntan si pueden alterar el currículo y ella dice que sí, sólo si sabes exactamente qué hacer, pues ciertas materias ayudan ciertos pasos de madurez del alma. Por ejemplo, las historias del altiplano peruano no tienen fin ni principio, no sirven para el currículo si no se les pone un principio y fin, pues en primero y segundo las historias tienen que tener principio y fin. Sino, no estarán listos para la historia de la humanidad. Necesitan tener el concepto de desarrollo, principio y fin, pues podrán relacionarse con ello.

Cuanto mejor conocemos el desarrollo mejor podremos atenderlo. Porque lo que haces con el alma del niño tiene un efecto positivo o negativo en el cuerpo físico del niño. Hay una interacción constante. Mencioné esto ayer – una interacción entre el día y la noche.

Lo etérico en el día es una lemniscata abierta. En la noche es como un huevo. Las tres líneas son el pensar, sentir y hacer. Las fuerzas encarnan y establecen el cuerpo físico. Pero durante las noches el cuerpo etérico regenera completamente al físico, por ello las fuerzas astrales se van.

En la primera conferencia del estudio del hombre se dice que el maestro cuida que los alumnos aprendan el correcto dormir. Esto no es fácil de comprender, sólo se entiende si conocemos esto: las fuerzas astrales se activan con la enseñanza a través de imágenes. El niño va a dormir y éstas imágenes se imprimen en el etérico para regenerar y ayudar a una mejor encarnación; pero si ves pura tele o conversaciones tontas o agresivas durante el día no hay una buena encarnación. La regeneración del sueño depende del trabajo mental del día.

Por qué el séptimo año es tan significativo:

La mercurización de la parte blanca de los dientes sucede, se mineralizan completamente: la fuerza de encarnación se hace presente en los dientes. La parte mineral blanca deja de crecer; son fuerzas etéricas que se liberan para el pensar. Por eso puedes ver si la madurez esta ahí o no. Cuando estas fuerzas se metamorfean en fuerzas etéricas brindan la capacidad de la mordida espiritual o memoria. Sólo después de los 7 años puede un niño memorizar algo sin repetición, en el kinder sólo es a través de la repetición. La memoria que no es abstracta

– local o rítmica – surge a partir del concepto, de ver algo que te recuerda algo. La memoria después de los 7 es abstracta.

Daré un ejemplo y seguiré por la tarde:

La maestra anunció que iban a leer un cuento de hadas, y los niños dijeron: “¡Ash! ¡No!” Ya sabemos como es eso. Los que aun no tenían madurez se emocionaron mucho de escucharlo de nuevo. Cuando la memoria es abstracta esta reacción de que es aburrido es positiva, indica que ya están listos para una nueva historia cada día. El desarrollo de la memoria, el mental, esta completamente conectado con el proceso de encarnación. Los siguientes hitos: pubertad y 21, los explicaré en la tarde. Luego hablaremos sobre los pasitos entre cada hito.

Sesión Vespertina.

Regresamos a este viaje y ya lo hicimos un poco más específico sobre los órganos del tronco. Entre los 7 y catorce sucede la maduración de los órganos del tronco. A los 11 años están en el mejor momento, algunas veces tan equilibrados, que los papás piensan que se van a saltar la adolescencia, y luego un par de años después todo se cae.

¿Qué sucede cuando obtienes la función pulmonar y cardiaca como dinámicas del pensamiento? Cuando el proceso de maduración alcanza el diafragma y sucede la maduración sexual, esto tiene que ver con fuerzas que vienen mas tarde, pero también con fuerzas del pensar. La actitud específica del pensamiento femenino y masculino aparece a los catorce, no antes. En la pubertad se ve la diferencia entre pensamiento masculino y femenino. Incluso se recomiendan clases diferentes para niños y niñas, o al menos diferentes actividades para los niños y niñas

entre los 14 y 16. ¿Cuál es el tema principal respecto al pensar en la pubertad? ¿Qué nos lleva al limite de la tolerancia? Sí, el pensamiento crítico, pero ¿cómo sucede? ¿cómo se relaciona con el corazón y el pulmón? ¿porque es tan claro, directo? ¿son fuerzas nuevas que no estaban ahí antes? ¿que está haciendo el pulmón? El pulmón inhala y exhala, en el corazón entra y sale sangre. Éstas son sus dinámicas principales. Y esto esté en el momento de mayor polaridad en la pubertad: dentro y fuera. Y hay un cambio de una dirección a la otra. Paras, das la media vuelta y regresas. Esto es lo que se descubrió en la filosofía en el siglo dieciocho como pensamiento dialéctico – Hegel.

Hegel desarrolló este concepto como fundamento de su filosofía: ser/no ser – ¿y qué hay en medio? si vas de ser a no ser, desapareces y si vas del no ser al ser entonces te conviertes o te haces. concepto: entre la existencia y el nada esta el poder de hacerse o desvanecerse. Descubrió que la verdadera vida siempre esta hecha de ser y desvanecer. Eso es la vida: nacimiento y muerte. Y los extremos de la nada absoluta no existen en la vida; esta es una inspiración espiritual. Sólo puedes pensar la existencia, no puedes verla, lo que ves es ser o desvanecer. Este es el primer ejercicio de cómo adquirir el conocimiento de los mundos superiores... Esta es la vida: sale del mundo espiritual, se hace, se desvanece, y regresa al mundo espiritual. El mundo del pensar dirige la vida y no existe en el mundo físico. En la pubertad aparece el pensamiento dialéctico, y entonces los jóvenes critican, pero no por criticar, sino por disfrutar de decir lo contrario de lo que tú dices. No quieren una solución, necesitan un dialogo, quieren entrenar sus facultades. Rudolf Steiner ofrece algunas indicaciones

al respecto. Las niñas disfrutan de discutir sin solución. Rudolf Steiner sugiere buscar el momento de parar el dialogo, y sólo pararlo. Por ejemplo decir: ya vimos estos dos lados, ahora paramos; seguimos mañana. No detengas a una niña sin un gancho para continuar. Lo positivo es que si se detiene, la niña experimenta: 'ya no puedo hablar más,' y esto la lleva a pensar, dejando de hablar. Eso es a veces doloroso pero saludable, pero debe ser hecho con amabilidad. Con los varones es al revés, porque ellos dejan de hablar. Sólo hablan consigo mismos y sus amigos más cercanos. Tienen este pensamiento dialectico en estado potencial, pero es mucho mas difícil invertirlo, por lo que en los grados octavo a décimo, cuando se le da un tema al grupo para escribir, las niñas escriben muchas hojas y los niños escriben una oración – a veces–. Esto surge por vez primera, las niñas son tan extrovertidas y los niños tan introvertidos. Si detienes la explosión de las niñas, comienzan a pensar. Con los niños hay que tratar de alargar las conversaciones, hacerlos hablar, hacerles saber que su pensamiento puede ser correcto. Los niños deben aprender a hablar y las niñas deben aprender a pensar. Esta es la educación sexual mas importante. Si los niños pueden hablar de sus sentimientos, no necesitan orientarse al cuerpo físico. Un peligro de la abstracción mental es la somatización de los sentimientos. En las niñas el peligro es que se vuelven muy exigentes en su apariencia física.

Debemos comprender de donde viene el pensamiento dialéctico y entrenarlo en los jóvenes: jugar el rol de el oponente, tener discusiones, que aprendan a no tomar las cosas de forma personal, no buscar una solución; pero cuando se requieran soluciones, firmar un contrato o compromiso donde se establezca: estas son mis necesidades y estas

las tuyas, necesitamos que todos podamos estar bien. Por ejemplo negociar en qué momento pueden poner música o no, etc. Les encantan las reglas familiares, en un nivel muy profundo, saben que los papás tienen la razón. Pero si sólo dices que no como papá y no hay contrato, esto se recibe como una confrontación. Y si esto no funciona puede usarse a un moderador externo (terapia).

Los 21 años representan el tercer hito:

Una fuerza totalmente nueva de pensar que culmina a los 21, y dio inicio en la pubertad. Esto va mucho mas lejos que lo dialéctico, que el pensamiento imaginativo, más allá de los cambios de la infancia. Es algo totalmente nuevo. Lo tuvimos en el momento de los dieciséis años. Aquí surge esta nueva facultad de pensamiento: el sistema metabólico esquelético en el pensar. Uno de los indicadores significativos es el idealismo candente, éste es nuestro pensamiento que surge del sistema metabólico. En verdad hay calor en nuestro pensar, integramos todo en ello, destruimos lo demás. Ignoramos o abandonamos lo demás y nos concentramos en aquello que buscamos. Otro indicador: es la manifestación del esqueleto en el pensar. Nos plantamos en una opinión personal, incluso si nuestros amigos mas cercanos están en contra: Para mi esto esta bien incluso si te desilusiona. Encuentras tu *postura*, desde la mente. Ahora tenemos todo el rango de funciones metabólicas presentes en el pensar:

Contamos con el pensamiento analítico-crítico, como manifestación del sistema digestivo, pues tenemos el pensamiento constructivo y destructivo. Esto no pasa a los doce años, es específico del adolescente. Este pensamiento nos ayuda a excretar y discriminar ciertas cosas, como la función del

rión. Esto comienza a manifestarse recién en la adolescencia o en los jóvenes adultos.

Todo el cuerpo ha crecido y si tenemos suerte no solo creció el cuerpo físico, sino también somos adolescentes o adultos, pues estos dos no van de la mano. La mayoría de los mayores de 21 no son adultos aún. No todos los maestros son adultos del todo, si esto lo comprendemos bien, será más fácil la relación. Si un colega siempre lleva la contra, por ejemplo, es que esta atorado en la adolescencia. Debemos tratarlo como adolescente, no tratar de convencerlo. Cuanto mejor comprendamos que no todos somos adultos, la vida social se desarrollará más en paz. Debemos tener una idea clara de lo que es y lo que no forma parte de la pedagogía Waldorf. Lo principal es tomar seriamente el currículo y saber por qué se hace qué en cada grado.

Ahora ya tenemos los hitos principales, y en la tarde profundizaremos con mayor detalle.

Quiero cerrar con la virtud más delicada del maestro, hablando de la experiencia de los 23 años. Si tenemos esta experiencia de los 23 de “Yo soy” antes de morir, la vida después de la muerte será muy diferente. Este es el regalo más importante de cada encarnación. Hoy podemos decir que encarnamos para sobrevivir esta experiencia y cruzar con ella el umbral de la muerte ¿Y qué es esta experiencia? Ya he dicho que sólo podemos tener la experiencia de los 23 años a partir de la propia voluntad, no es un regalo de la naturaleza, pero puede ser un regalo del destino que es nuestro camino. El destino puede crear las condiciones, y si no queremos escuchar el mensaje las condiciones pueden estar ahí pero no escucharemos nada. No es tan fácil de describir porque es muy individual.

Pero puedo describir las condiciones y ustedes pueden explorar cómo fue para ustedes.

Primero nos imaginamos que ya tenemos a un adulto responsable de su pensar, sentir y hacer, ya puede controlar su vida emocional, tiene un control suficiente de su cuerpo. Adulto significa que podemos sentirnos más o menos directores de nuestro pensar, sentir y hacer. Somos confiables, responsables, autónomos, independientes. Leí un artículo de administración sobre la autenticidad – no puedes ser CEO si no eres auténtico; fue muy interesante. Ya no estamos en los tiempos en que puedes ser exitoso a través de los trucos. Pero el concepto es el mismo que el nuestro para ser líderes exitosos. No puedes ser líder de otros si no eres líder de ti mismo.

Observa las condiciones de cuando en tu vida pensaste: yo soy bastante auténtico, he aprendido mucho, fui muy exitoso en lo que hice, tengo un buen novio o novia, ¿pero es eso todo? Así seguiré el resto de la vida, es muy bonito, ser parte de la sociedad, ser aceptado, aceptar a otros, ¿es eso todo? o de pronto el esposo te dice que se va y te caes. O si alguien muy cercano tiene cáncer y te encuentras ante la pérdida de alguien. En resumen, trata de encontrar una experiencia o momento de tu vida cuando estando en una buena situación, las condiciones te quitan la tierra. A esto le llamamos crisis. Depende del temperamento cómo se describe. La cualidad es diferente, pero la esencia es la misma: perdiste el piso, no sabes cuál es el siguiente paso, e incluso dudas de si tu vida hasta ese momento era como debería ser. Empiezas a cuestionar todo, incluso a ti mismo. Esta experiencia o crisis existencial les pasa mas fuerte a los antropósofos, porque ya conocen al maestro; si en esa crisis encuentras al

maestro, es muy bueno... Muchos cambios de vida tienen que ver con esta lucha; el propósito, es encontrar nueva tierra para decir SI a ti mismo. Confirmar desde tu libertad más profunda que tu quieres ser quien eres. Este momento es solitario, nadie puede ayudarte, si alguien lo intenta lo rechazarás, si sientes que alguien te puede dar buen consejo, este no es el momento. Nadie puede darte consejos, nadie. Es el momento en que debes parar de vivir con sustitutos, debes llenar la vida de contenido. Debes caer en cuenta de que si no tomas el primer paso para decir sí – *el sí sagrado* – todo lo demás se construirá sobre la arena. Esto se construye desde la libertad, y la libertad sólo puedes dártela tú a ti mismo. Mientras tu identidad dependa de otra cosa, no será tuya. Es el momento en que caes en cuenta de que debes construir tu identidad a partir de tu propia habilidad de decirte sí a ti mismo. Piensa si puedes encontrar estos momentos en tu vida; por qué tratas de escapar, por qué es este el momento. La virtud más importante del líder es: decir desde la libertad si al liderazgo. Sólo podemos hacer de nosotros un ser libre a partir de nosotros mismos. De ahí la palabra iniciación. Tu diste un nuevo comienzo a tu nueva identidad libre.

El niño en encarnación desde la perspectiva de la ciencia natural y ciencia espiritual.

Proceso de encarnación:

El óvulo humano es la mas grande célula del organismo. Hace un viaje por el tubo al útero, y luego en la concepción podemos ver cuán polar respecto al óvulo es el espermatozoide. Es la célula mas pequeña. No tiene casi líquido, no tiene protoplasma, es casi pura materia genética. En el óvulo hay casi puro líquido y el núcleo es casi un puntito. En el espermatozoide es casi justo al revés, con su vehículo de movimiento. Cuando la concepción comienza, la célula fecundada comienza a girar sobre sí misma como un pequeñito planeta y es muy hermoso.

En las primeras fases de desarrollo, no hay crecimiento al inicio. Hasta después de 3 o 4 días llega al útero y es el niño quien decide si el huevo le sirve o no para encarnar. Hay como máximo un 30% de éxito. Sabemos que si una concepción se acepta, entonces es porque el niño sí puede con ella. Por favor no traten a los niños de probeta como pequeños monstruos, hay muchos mas desórdenes de comportamiento en niños concebidos normalmente. Los niños necesitan ser vistos como cualquier otro. Si esto es lo único que aprenden aquí, es ya suficiente. En la Antroposofía somos culpables de la traumatización secundaria; en lugar de ser objetivos en el observar, encasillamos o etiquetamos a los niños en aras de la observación.

Hasta el día 17 el niño puede decidir encarnar o no en ese huevo. Durante los primeros 3 meses el niño trata de construir sus órganos, pero si algo no está bien para encarnar suceden los abortos espontáneos,

el niño se va y lo vuelve a intentar, principalmente con los mismos padres.

No me quiero adentrar mucho en embriología. En el embrión humano de 3.5 semanas podemos ver la tripartición del ser humano. La tripartición no es un invento antroposófico. Podemos observar ya el sistema rítmico, el metabólico y la cabeza.

En la quinta semana las manos se desarrollan y también los pies. Comienzan con membranas entre los dedos, y finalmente se borran las membranas, en un proceso de diferenciación. Podemos observar fuerzas muy diferentes trabajando juntas en el desarrollo embriológico. Estas fuerzas son de crecimiento, procesos embriológicos de proliferación, que quiere decir crecimiento celular.

Luego está el proceso de diferenciación y después el proceso de integración. Antes de que suceda el proceso de proliferación tiene que crecer una vasija para contener sangre. Para que haya diferenciación se requiere de un nervio. Si hay poca diferenciación por ejemplo crecen dos dedos juntos, si hay mucha los dedos se hacen muy finos y frágiles. El equilibrio entre crecimiento y diferenciación es delicado. El cuerpo etérico trabaja en el crecimiento y el astral en la diferenciación, el yo se encarga de la integración, el equilibrio y la armonía.

Cuando el embrión tiene 7 semanas, el cerebro comienza a crecer mucho; aunque el embrión solo mide 2 centímetros, la mayoría de los órganos ya han comenzado a desarrollarse. Un aborto artificial en este momento o mas adelante obliga al niño a reiniciar su proceso de encarnación en otro lado. A los 3 meses de gestación ya está todo:

dedos, pies, orejas, etc., y todos los órganos se encuentran bien preformados.

Creo que con esto tuvieron un poco de la impresión de la complejidad del desarrollo, en el que pasa todo a la vez, no una cosa antes que la otra. Cada órgano depende de la resonancia con los demás. El mayor desaliento de los investigadores es que no pudieron encontrar el gen que rige el proceso de desarrollo de los órganos. No existe gen que dirija el proceso. En el editorial de una investigación escribieron: los genes parecen actuar de forma orquestal, pero ¿no vemos al director! El director de la orquesta es por supuesto el yo, el poder espiritual, no es la materia quien dirige al espíritu, sino el espíritu quien brinda las leyes y el poder, quien dirige el proceso.

Sentí que hay cierta resonancia con lo que dije. Sentí que entienden lo que quiero decir, aunque no es fácil porque esto es algo muy individual. Pero ¿por qué es tan importante? Porque es el origen del auto liderazgo, de la autoconfianza verdadera, es como un bautizo espiritual, es un momento sagrado. En la tradición cristiana en el evangelio se le llama el segundo nacimiento. En el evangelio de San Juan cuando el joven rico viene con Jesús y le pregunta qué hacer para tener la vida eterna, el joven le pregunta: Buen Maestro ¿qué tengo que hacer? y Jesús le dice no me digas bueno, bueno es el padre en los cielos. Él no se identifica con ello. Alguien pregunta lo mismo. A ambos les dice que tienen que renacer del espíritu y del agua. Si no tienen el segundo nacimiento no pueden alcanzar los cielos. Le dicen que es imposible. Jesús dice: tu eres un maestro, ¿y no lo sabes? y él responde no, no lo se, pero quiero aprender. Jesús da la imagen de agua y espíritu, no hay mejor imagen de lo etérico, que se manifiesta en agua y encarna,

y se manifiesta en el poder del pensar-espíritu cuando excarna. Necesitamos despertar al etérico, aprender a establecer nuestra propia identidad en este mundo.

Las condiciones de la vida moderna: casi todos tenemos la oportunidad de renovar, reidentificar, reencontrar, renacer a partir del agua y el espíritu. No se puede nacer de lo sólido, lo firme y lo seguro. No se logra en el camino de la encarnación, sólo en el camino de la excarnación, cuando despertamos al mundo espiritual. Y es difícil de explicar. Cuando estamos en crisis pedimos ayuda, consejo, cuestionamos si esto es normal, pero en lo profundo sabemos que esto es algo serio por lo que debemos pasar. Y cuando sabemos de iniciación, al menos en teoría, nos preguntamos a nosotros mismos: ¿qué debo hacer? ¿cómo encuentro nuevos cimientos bajo mis pies? una forma es la de simplemente reflexionar ¿cuál es mi identidad? ¿qué cuenta de verdad en mi vida? Lo que ustedes compartieron acerca de porqué encarnamos entra en esta esfera. Con algunos, el sólo preguntar ¿cuál es tu valor más esencial en la vida? es suficiente. Hay gran debate respecto a los valores... este debate está en la dirección correcta, pues esto sólo lo podemos hacer solos, preguntarnos respecto a nuestros valores.

Un ejemplo de auto iniciación es el de un filósofo de origen judío: Hans Jonas. Un día supo que su madre fue deportada a Auschwitz y murió en el holocausto. Esto le trajo una absoluta crisis existencial. No era sólo el más famoso filósofo ético de Europa, sino también era un judío y filósofo esotérico. En su esquema Dios no castiga a los buenos, a los que viven con dignidad, y sabía que su madre era buena y digna. Por

ello no podía comprender lo que le había sucedido a su madre. Cuando el destino se hace individual nos volvemos más sensibles. Él se cuestiona: ¿me despidió de Dios?, no puede ser que mi concepto de Dios esté bien. Tiró su concepto de Dios bueno, y empezó a pensar sobre nuevas bases. Se cuestionó el concepto de Dios; y escribió un ensayo: “¿Dónde estaba Dios cuando Auschwitz?” Para resumir, encontró lo siguiente: debo cambiar mi concepto de Dios: Dios no puede ser todo poderoso, pues si lo fuera, Auschwitz no hubiera sucedido. Dios no puede ser todo sabio, porque si lo fuera hubiera evitado esto. Entonces, ¿dónde estaba Dios cuando Auschwitz? Su respuesta es que estaba ahí, cercano a su gente, pero no como todopoderoso, todo sabio, sino solo como Dios del amor, porque el amor se combina con la libertad. El amor es libre. Su amor es tal que puede resistir este sufrimiento. Este nuevo concepto de Dios es una señal de desarrollo. El hombre antes necesitaba un Dios todopoderoso. Esto ha cambiado. Él descubrió el momento en que ello cambió – el misterio del Gólgota – donde los seres humanos se individualizan y comienzan a comprender esta filosofía del individualismo. El pensamiento comienza en ese tiempo, pero la mayoría de los hombres no son auto-pensantes aún, viven convencionalmente en las costumbres religiosas, familiares, etc. El futuro de la humanidad es la individualización. No podemos vivir con la imagen todopoderosa de Dios. Este es el mal uso de la sabiduría y el poder en la forma más catastrófica, pues Dios no se puede expresar a través de la sabiduría y el poder, por ello los seres demoníacos se manifiestan en la guerra y la catástrofe. Un filósofo atraviesa tal auto-iniciación y encuentra en el contexto religioso judío al Cristo.

El resultado para él es que ahora conecta con el concepto de Dios que lo inspira y lo dirige de ese momento en adelante.

Por eso hay tantos iniciados sobrevivientes del holocausto, como Víctor Frankl. Aaron Antonovsky es otro ejemplo. Él realizó una investigación de las ancianas en Israel. Encontró entre las sobrevivientes del holocausto, a las ancianas más saludables del mundo. Esto Antonovsky no lo podía comprender y entonces llegó al concepto de la salutogénesis, que tiene las siguientes premisas:

El sentido de la coherencia, que quiere decir que si una persona puede comprender lo que pasa en su vida, entonces puede permanecer saludable mentalmente.

Si una persona puede reconocer que los eventos de su vida son significativos, incluso el estar en un campo de concentración; si puede verlo como parte de su destino, ésta persona tendrá un alma saludable.

Si una persona tiene un fuerte sentido de que lo que quiere puede ser alcanzado, esta persona será fuertes y sanas físicamente.

Antonovsky reconoció que si las personas tienen el sentido tripartita de la coherencia antes descrito, estarán saludables, no enfermarán. Luego se preguntó dónde podría encontrar este sentido tripartita, dónde se daban estas condiciones. Simplemente preguntando lo supo.

Yo lo aprendí antes de tener 25 años, si sucede antes de los 25 años, este cambio no es a través de la crisis. En sus libros acuñó el término *weltanschauung* – visión del mundo (o cosmovisión). Aprender una forma de ver, de aprender el mundo para que me haga

sentido – eso significa *weltanschauung*, forma de ver y de comprender el mundo. Y esto es lo que necesitamos. Rudolf Steiner indica: debemos enseñar a los niños en los años de escuela que pueden aprender a hacer su propia *weltanschauung*, pues es saludable tener esta visión. No enseñamos esta cosmovisión, pues es individual, pero podemos crear las condiciones para que cada niño pueda desarrollar y construir su propia visión del mundo, su propio punto de vista. Si esto funciona estos momentos de iniciación son pasos del desarrollo pero no desastres. Pero incluso si es desastroso, la cuestión es cómo dar los primeros pasos para construir la propia identidad a partir lo que es importante para mí. ¿Ya he sido iniciado? ¿Tengo mis propios valores? ¿En qué me baso para saberlo o no? ¿Estoy seguro? ¿Sobre qué fundamento espiritual estas parado? y ¿Tú te forjaste este propio fundamento?

Rudolf Steiner ofrece las indicaciones, los pasos para despertar el pensar, el sentir, el hacer, el yo. Cuando despierta el yo se aprende a recibir la propia existencia espiritual desde lo divino y a poder otorgarla a si mismo. Rudolf Steiner nos indica los pasos adultos que debemos andar. No es suficiente recibirlo de Dios, hay que decir Sí. Dios se sacrifica, pero si no decimos “sí”, si no lo confirmamos, sólo somos criaturas de la naturaleza y de Dios, pero no seres humanos libres. Por eso entre los místicos tenemos el dicho: *‘quien no muera antes de morir, morirá cuando muera’*. Si no excarnamos conscientemente, cuando las fuerzas salen del cuerpo están muertas. Si no nos reproducimos a nosotros mismos, si no nos renacemos, reconfirmamos, decimos el sí sagrado a nosotros mismos, nos perderemos al morir. Entonces dormiremos al morir. Hay que crear nuestra consciencia individual. Si no, no

nos habremos auto confirmado. Necesitamos atravesar la aguja, decir sí, ese soy yo, y soy responsable de mi mismo. Cuando morimos conservamos nuestro yo, porque lo hicimos, lo confirmamos, y no morimos porque seguimos vivos.

Rudolf Steiner dice que la sobrepoblación se debe a que los que mueren, perecen al morir y entonces deben reencarnar muy rápidamente, porque sólo pueden despertar en la vida terrenal, pues saben que perdieron ese momento tan importante; y suelen tener situaciones muy duras para poder despertar. Cuanto más conscientes cruzamos el umbral, más intensamente y cuidadosamente planeamos la siguiente encarnación. Nos deberemos apresurar a regresar si no tomamos en nuestras manos nuestra propia individualización. Si nos auto-iniciamos en la vida, el proceso post mortem cambia totalmente. Esto es lo que se hace en los cuidados después de la muerte para que mueras cuando mueras. No temas a la primera muerte (del cuerpo) sino la segunda (de la consciencia). Debemos ayudar a los niños a encontrarse a sí mismos, en el pensar sentir y hacer.

El desarrollo en la esfera del pensar es lo que ya describí antes. Lo que envejece primero con la menopausia es el sistema metabólico motor. Entre los 50 y 60 años, son las funciones rítmicas las que envejecen – hay problemas cardíacos, presión alta, enfermedades del pulmón, etc. Pero después de los 60 años son la cabeza y los sentidos los que envejecen. Lo que se desarrolla al último envejece primero. Cada año hay fuerzas etéricas que abandonan el cuerpo y se transforman en fuerzas del pensar.

Envejecer significa perder actividad y ganar espiritualidad. Debemos darnos cuenta de que estas fuerzas liberan el cuerpo, y que la muerte es cuando las últimas fuerzas etéricas abandonan al cuerpo y lo dejan en la tierra, y nuestro ser espiritual vive ahora en el mundo espiritual.

Las fuerzas etéricas se conectan al embrión y nos llevan al segundo nacimiento – a la iniciación. Individualizamos estas fuerzas a través del pensamiento individual. Al morir estas fuerzas han creado un nuevo pensamiento respecto a nosotros mismos, es decir, han creado el germen de nosotros mismos.

El mismo fenómeno sucede con el cuerpo astral. Lentamente las fuerzas astrales se liberan del cuerpo, aunque se retiran más lentamente. Ahora explicaré esto, pero se observa lo mismo. El cuerpo etérico abandona el cuerpo físico, que es un cuerpo de arquitectura espacial. El cuerpo etérico es una estructura de tiempo, una vida estructurada. Pero el cuerpo astral está fuera del tiempo y el espacio, se conecta con los sueños con el cuerpo etérico para guiar al cuerpo físico. Este es también el caso para la organización del yo. Es la organización del yo la que más dura en el cuerpo; mientras haya calor el yo estará aún presente.

¿Qué quiere decir Rudolf Steiner cuando habla del nacimiento del cuerpo etérico, cuerpo astral y yo a los 7, 14 y 21 años?

Las fuerzas etéricas formadoras aparecen con la madurez escolar, y nos permiten utilizar las formas para representar números y letras, para discriminar la realidad de la fantasía, para describir lo que hemos visto. Rudolf Steiner dice que preguntemos en primer grado, cada

mañana a los niños, qué vieron en su camino a la escuela. Quiere que entrenen sus fuerzas descriptivas. Hay una conexión estrecha entre el pensar y la percepción sensorial. Los niños a esta edad pueden describir claramente y mentalmente, y dibujar lo que han visto. El dibujo de formas y pintura lo disfrutaban. Entre los 0 y 7 aman dibujar, entre los 7 y 14 aman la música. Cuando estas fuerzas formadoras se cuidan, crecen como fuerzas pensadoras. Las fuerzas etéricas de crecimiento y formación son diferentes. Los potenciales de crecimiento, las fuerzas etéricas de crecimiento, ocurren cuando el pulmón está completo; los potenciales de forma, que también son etéricos, ocurren antes, pues el pulmón ya está formado.

A los 14 la fuerza de diferenciación de sexos es el principal aspecto astral. El sexo es nuestro aspecto más diferenciador. Pero los demás aspectos de diferenciación siguen sucediendo el resto de la vida. En la menopausia tenemos una fuerza etérica, astral, como si fuese un 'yo' adicional. No sería posible que nuestro sistema sexual dejara de actuar sin ofrecer algo más. Las mujeres permanecen eróticas mas no fértiles. Las mujeres tienen la capacidad natural de hacerse más sabias que los hombres. En los cuentos de los Hermanos Grimm no hay hombres sabios, sólo mujeres sabias. Ambos géneros tenemos el potencial de hacernos sabios, pero en momentos diferentes.

A los 21 años, las fuerzas de integración dejan el cuerpo, pues la organización del yo ha terminado este trabajo de crecimiento. la organización del yo sienta el límite para el crecimiento.

Preguntas y Aclaraciones:

Alguien pregunta si esta auto iniciación sucede muchas veces a lo largo de la vida o sólo una. La Dra. Glöckler responde que cuando sucede es tan serio que nunca lo olvidas, nunca lo repites. Pero si es sólo un poquito, vas de crisis en crisis hasta que realmente lo sabes.

Las fuerzas astrales son fuerzas de diferenciación. Las fuerzas etéricas – de crecimiento/proliferación.

Las fuerzas astrales estimulan la diferenciación, no el crecimiento. Las células madre son las que hacen crecer, y son las menos diferenciadas, sólo sirven para hacer crecer. Las células diferenciadas sólo sirven para realizar la propia función, como las células de músculos, del cerebro, etc.

Las enfermedades crónicas en la segunda mitad de la vida, de las que la mayoría tienen que ver con los procesos metabólicos, síndromes de articulaciones, piedras, etc., surgen por vez primera y tienen su aparición entre los cuarenta y cincuenta años. La presión sanguínea alta ocurre entre los 50 y 60 años. Estas son sólo estadísticas, y comprueban lo que se ha dicho. Más allá de los 60 años surgen los Alzheimer, por ejemplo, que son problemas sensoriales.

El cerebro es el órgano más diferenciado, en donde se manifiesta el cuerpo astral. Los nervios son capaces de discriminar finamente. Es el cerebro la impresión pura del astral, es nuestro pequeño cosmos, las células en el cerebro parecen células estrellas.

Respecto a los gemelos: Estoy haciendo un estudio, es una cuestión de destino. Incluso me intereso por los trillizos. Lo interesante es ver

cuán individuales son, pero descubrir en su destino por qué han encarnado juntos.

Alguien pregunta si el primogénito es más bajo que los demás hermanos, pero ella dice que no hay estadísticas. Sin embargo, estadísticamente el segundo en nacer es más débil físicamente en los gemelos. Entre los hermanos el primero juega un rol más de líder.

Hay personas que están muy despiertas en sí mismas, pero en la vida terrenal tenemos diferentes niveles de conciencia. La clave es despertar en todos los niveles. Como decir 'yo' a los 3 años. Estás ahí pero no sabes que eres un yo. Pero existes y esperas al momento de despertar. El regalo de encarnar es que nuestro cuerpo nos hace despertar a nuestra auto-conciencia. El regalo de encarnar es despertar desde los sentidos y con la reflexión sensorial del mundo.

La primera memoria es el propio pensamiento de 'yo soy' y la escena donde estabas. Yo puedo recordar mi momento. Conectas el pensar con lo que observas, ahí puedes saber con certeza: 'yo soy yo'; antes no es posible.

Los niños especiales necesitan acompañamiento en el mundo espiritual, deben ser cuidados.

Cuando alguien pregunta respecto a la opción de reencarnar o no: Todos reencarnamos. Sería muy triste permanecer en este estado. Es un trabajo duro, tienes que hacerlo tú, esa es la historia, la tierra es el lugar. Cuidemos la tierra, porque sino tendremos que encontrar un sustituto y eso será muy triste.

Dra. Michaela Glöckler
2 de julio de 2014

Y la gran pregunta es: ¿quién es el que entreteje nuestra *quintaesencia*, nuestro 'yo soy'? Cuando tratamos de avanzar en nuestros estudios, siempre queremos apoyar las condiciones para que el otro pueda venir, encarnar, se sienta llamado, necesitado, aceptado, bienvenido y aprobado. Para que se pueda encontrar y hacer el viaje de la humanidad. Y cuando miramos nuestros tiempos vemos cuán en peligro están las condiciones apropiadas para que venga a la tierra un "yo soy".

Hay que completar la imagen de la complejidad de crear el cuerpo, la vasija única. Un antropósofo dijo una vez, que le gusta todo lo que dijo Steiner, excepto la reencarnación. Él dijo que no quería molestar a otra mamá con su suciedad, su molestia, que con una mamá molestada era ya suficiente.

Goethe hizo el camino de iniciación en vida, nunca se cuestionó el camino, sólo la vida. Steiner en cambio era un iniciado y sólo en su vida pudo ver lo terrenal, tuvo que superar su clarividencia y adaptar su conciencia y pensamiento a la visión materialista. Así, ambos representan dos lados de la misma historia. La mayoría nos iniciamos en el camino de la vida, pues encontramos las necesidades y tratamos de responder, pero necesitamos el camino descrito por Steiner, para poder tener intuiciones que nos permitan crear mejores condiciones, para lograr algo nuevo. 'Cómo adquirir el conocimiento de los mundos superiores' es un libro indispensable. Aunque no podamos hacer todos los ejercicios, lo puedes leer como una guía de viajes, incluso si no lo logras en esta vida, sabrás como llegar. ¿Por qué no leer la guía antes y morir antes de

morir?, así podremos saber dónde termina el camino.

Nos conocemos mejor en 4 pasos, y cuando dejamos este cuerpo hemos logrado mas conocimientos sobre el yo soy, y al morir damos luz a nuestro espíritu, es el nacimiento espiritual, pero si no sabemos quienes somos, entonces damos a luz a un espíritu discapacitado en el mundo espiritual.

Hace sentido observar estas imágenes: óvulo y eclipse, espiral astral, huella digital y músculo del corazón.

Un científico agrandó los embriones a escala, es la única documentación de embriones tan grandes que puede verse bien. El embrión de 32 días, tiene un enorme corazón, tiene cabeza e inicio de los brazos. A las 5 semanas hay ojos y manos y un gran hígado. Pero el guía es el cerebro, el desarrollo va de arriba hacia abajo, por eso las manos surgen antes que los pies. A las 6 semanas las extremidades se ven mejor, y como Steiner dijo, las extremidades crecen desde la periferia.

El hombre voluntad y el hombre pensamiento son polaridades. Los dedos se desarrollan primero, son lo mas periférico, y al final se desarrolla el hombro. A las 8 semanas todos los órganos están preformados – es el cuerpo etérico el que brinda la forma. Decimos que el periodo embrionario son sólo los primeros dos a tres meses y luego viene el periodo fetal de crecimiento. La formación del cuerpo se hace a través del etérico, pues al nacer el bebé se tiene que adaptar al ambiente. Todas las formas de comunicación con el entorno se desarrollan a través de lo etérico. Las formas de los órganos están listas con la primera dentición, luego el etérico formador sale del cuerpo. Entrenamos esta

fuerza formadora con cuidado, realizando la educación para el etérico, mas no sólo el etérico, sino para traer al “yo soy” al flujo etérico. La escuela brinda apoyo a la encarnación. Pongo como ejemplo a un niño que tal vez no fue a la escuela Waldorf, y aunque era muy inteligente a los trece años sigue siendo inteligente de la cabeza pero totalmente inútil en lo físico. No se puede mover, no puede escribir.

Cuando quieres atender al ser humano completo necesitas que todas las fuerzas se entretejan, para que el ser humano pueda usar sus propias fuerzas.

Revisamos algunas imágenes. Esta imagen es mi favorita, está en mis libros – el arquetipo de todos los vertebrados, que tienen el mismo desarrollo embriológico que los seres humanos. Cuanto más nos acercamos a las primeras fases del desarrollo, más se parecen al embrión humano, luego comienza la diferenciación.

Rudolf Steiner indicó que los pájaros son seres humanos especializados, pero esto no vale sólo para las aves sino para todos los demás animales. El ser humano es la corona del desarrollo porque tiene la organización del yo, que detiene la diferenciación que lleva a la especialización. Admiramos a los animales, pero ¿por qué no somos como ellos? si lo fuésemos seríamos tan perfectos... Somos animales incompletos, porque por ejemplo la vaca no puede ser más vaca. Los animales están completos, no necesitan aprender nada, todo lo dirige la naturaleza y el instinto. Pero la auto-dirección, el aprendizaje de cosas nuevas, no son dados por la naturaleza a los animales, ellos necesitan especificar y diferenciar. No pueden ser mas diferenciados, son pura astralidad, astralidad viva, pero sin yo. Y la

organización del yo supera la especialización, a la diferenciación. Debido a que el yo detiene la diferenciación o especialización, podemos aprender cosas, idiomas, etc.

Una vez que di un bloque de Biología en una escuela Waldorf, un niño me dijo, “Esperamos que sus clases sean de biología real, no cosas “Waldorf”, por favor díganos que el ser humano sí evolucionó de los monos”. Esa imagen me salvó, entonces les pude explicar que el ser humano no deriva de los animales, sino al revés.

Cuanto mas bebé es el chimpancé, mas parecido es al ser humano. Cuanto más embrionario, menos especializado.

El ser humano evita la especialización para recibir al yo. El ser humano pasó de ser de criatura a convertirse en creador. Y es por esto que no cambiamos tanto, sino que seguimos pareciendo embriones hasta morir.

Cuando nace el bebé tiene reflejos, lo cual esta bien al principio pero luego hay que superarlo. Al nacer, el bebé humano tiene los reflejos animales, pero a los 5 ó 6 meses de nacido, ha perdido el reflejo de prensión.

Es importante que los bebés tengan su propio espacio. Recomiendo los corrales grandes con rejas de madera, con lindos objetos de madera para jugar, tocar e interactuar. Entonces realizamos lo que Rudolf Steiner recomienda desde el primer año: cada educación es, si la comprendemos correctamente, auto-educación.

Un buen maestro crea el espacio para que el niño se auto-eduque y cumpla su destino. Es bueno hacer parques, espacios de interacción en que los niños puedan actuar y moverse libremente. Poner a los niños en espacios

donde puedan estar libres en la voluntad y la intención, sin riesgos para no interrumpir gritando “no”. Entonces educamos la voluntad hacia la libertad, educamos la auto-educación, la auto-guía.

Rudolf Steiner dijo que la etapa en que mayor daño podemos hacer a un niño es durante los primeros 7 años de vida. No debemos enseñar desde afuera, debemos permitir que el niño aprenda desde dentro. Educamos reactores en lugar de actores cuando todo viene de afuera. Y luego nos encontramos con la falta de iniciativa, de motivación, etc. La iniciativa proviene de aprender a iniciar cosas, no de que te den todo desde afuera. Pueden pasar semanas en que los bebés no hagan mucho, pero luego llega el objeto adecuado y sucede algo. La experiencia de la identidad es la auto-iniciativa y el auto-aprendizaje.

Hoy en día hay tantos desórdenes, y todos ellos tienen algo en común: problemas de identidad. Como no puedes identificarte, entonces en cada encuentro actúas de forma diferente. Los trastornos de personalidad no se ‘ven’, porque esa persona reacciona como tu actúas, esa persona es un reactor perfecto. Se comportan como tú (trastorno límite de la personalidad – borderline). Se adaptan a ti, no son ellos mismos. El trastorno límite de la personalidad tiene su origen en los 3 primeros años de vida. Con estas personas hay que repetir lo que debió pasar en los primeros años de encarnación, y de ahí en adelante, ir agregando otros ejercicios, es un largo tratamiento. La educación temprana Waldorf imita la familia que muchos ya no tenemos. logramos lo que nos faltó creando ambientes saludables.

Herbert Hahn habló sobre la seriedad del juego. Los niños juegan con seriedad, y cuando se encuentran en calma es porque están digiriendo este juego, realizando trabajo interior de encarnación.

En el desarrollo de las conexiones neuronales: cada día cuenta y cada minuto frente a la TV es una pérdida irreparable. Los niños, como todos nosotros, pasamos la primera mitad de la vida tratando de comprender a los viejos, y la segunda mitad a los jóvenes. Cuando las extremidades se forman, los niños comienzan a dibujarlas, alrededor de los 5 años.

En los primeros 7 años el énfasis es hacia los sentidos y la exploración, y a la actividad interior también. Ésta se encarna en el cuerpo a través del uso del cuerpo. Cuanto más apropiado el entorno, más inteligente es el cuerpo, y el yo puede manejarlo mejor. Esto nos hace sentir que somos un Yo. La actividad propia te hace sentir que tú eres tú. Cuanto mayor sea la actividad dirigida por otros menos puedes saber sobre ti mismo.

En el segundo septenio, prevalece el sentir – lenguaje, escucha (diferenciar sonidos). El oído está cerrado al espacio, pero podemos escuchar en qué parte del espacio están las cosas. Ubicamos los sonidos, y luego discriminamos el sonido. Los problemas de dislexia, habla y lenguaje son problemas de oído, de orientación en el espacio. La mejor condición previa para aprender a diferenciar mentalmente, con juicio, emocionalmente, consiste en preparar la emocionalidad de los segundos 7 años con la reverencia en el primer septenio. Esto sucede en el primer septenio, y surge a través de la escucha. El oído abre el espacio interior, con el cual sentimos. El ojo

abre el espacio exterior, donde suceden las acciones.

Lo más importante en el desarrollo emocional es otorgar o tomar la autoridad del maestro, porque una vez otorgada, queremos escuchar lo que dice. Rudolf Steiner no dice que los maestros desarrollan la autoridad, sino que los niños sienten que el maestro es una autoridad. Nos encanta reconocer que alguien sabe más que nosotros. A los niños también. Tienen una gran necesidad de sentir una autoridad amada. Deben amar la autoridad, no temerla. Sólo el amor brinda libertad. La autoridad debe ser amada y no poderosa, persuasora, directora – estas son desviaciones que no ayudan. Es muy hermoso cuando los niños aman la autoridad, porque entonces están listos para escucharle.

La primera clase en la escuela Waldorf es el dibujo de la recta y la curva. La recta es el arquetipo del pensar. La curva es el arquetipo de la voluntad por el propio camino. Y el maestro es siempre una línea, un equilibrio, la verticalidad para el niño. La autoridad indica al niño qué dirección tomar. Cuando los maestros son inexpertos, cuando los niños no se portan muy bien es muy bueno que el maestro tenga el valor de pararse completamente erguido, con atención, recolectando e invitando la atención. Pueden pasar 5 a 6 minutos hasta que todos escuchan, pero si te paras erguido y los observas, se sentirán vistos y te darán la autoridad. Cuando hay silencio inicias el verso de la mañana, no los hagas callar con el verso de la mañana. Si no eres capaz de escuchar, de estar en paz, no pueden aprenderlo. Con la televisión y otros medios, esto es un gran reto. Necesitamos mayor conocimiento, y convencimiento, para lograrlo.

Los primeros 7 años todo se trata de identidad, de experiencia (no conciencia) de la libre voluntad, a través de los sentidos del tacto y vista.

En el segundo septenio se desarrolla el amor y desarrollo emocional, la escucha. El misterio de la inspiración, la palabra, el símbolo. Todo llega a los niños a través de palabras, símbolos, y de los sentidos. Es el momento de desarrollar la competencia social.

El tercer septenio es el tiempo de la libertad y de entrenar la independencia. Esto es portado por el pensamiento – significa aprender a pensar. Cuanto más fuerte sea la voluntad y mas fuerte sea la sensación del sentir, mejor podrás usar tu inteligencia. Si eres inteligente pero deficiente en lo otro, eres un discapacitado social.

La competencia social quiere decir hacer lo necesario y que otros hagan su parte; pero sólo hacer tu parte. Es suficiente con hacer sólo lo que te toca, no querer hacerlo todo. Haz lo que los demás no quieran hacer.

El pensar necesita los fundamentos del primer septenio de una voluntad fuerte. Entonces tu voluntad será lo suficientemente fuerte para plantarte ante el mundo.

Pero en nuestros tiempos sufrimos de *adicciones* – por falta de voluntad y de amor. Y entonces cuando la inteligencia despierta y sientes el vacío del alma y la debilidad de tu voluntad, te lanzas a las adicciones. Si no entendemos el porqué no podemos ayudar. Los adictos son víctimas de la sociedad, del sistema, pues sólo en un lugar la adicción es curable: en el hito de los 23 años – la auto-confirmación. Dependo sólo de mi, soy independiente. Si dependes de otros, bajo

las drogas, eres un sustituto de tu yo, no eres adulto, eres adicto a otros, dependes de otros. Así que la auto-adicción – adicción a ti mismo – es la cura. La educación hacia la libertad es el antídoto para las adicciones.

Sufrimos enormemente del odio, agresión y corrupción. Y somos amos de los malentendidos. Sufrimos de la desconfianza. Si no tienes una vida anímica sana, otros pueden dirigir tus sentimientos, es tentador. Esto se llama corrupción.

¿Por qué son tan agresivos los jóvenes hoy? no se sienten bien, no se sienten amados, escuchados. Surge más y más odio y resistencia y las emociones negativas florecen para destruir al mundo y a las personas. Te vuelves un acusador que se expresa a través de la agresión.

La *corrupción* se encuentra incluso en la educación. Los maestros saben bien que los niños no hacen su propia tarea. El maestro no sabe lo que hace cada niño (en la escuela pública). Entonces los está entrenando para la corrupción futura, pues éstas son herramientas de corrupción, y por ello hay tales malentendidos y desconfianza. Pues si tu eres capaz de corromperte crees que los demás también lo son.

Los *desórdenes de identidad* son el aspecto mental de los desórdenes de la encarnación. ¿Cómo podemos prevenir la esquizofrenia? Rudolf Steiner dice al respecto que sólo la podemos prevenir cuando los síntomas aun no están presentes. Cuando los síntomas ya se han expresado, el enfermo nunca podrá olvidar. Sólo se puede lograr si se identifican síntomas tempranos en los primeros años de vida.

¿Cómo se desarrolla la desconfianza?

Yo les diré como se desarrolla la *confianza*: si te permiten educar la autoconfianza, auto-actividad, aprender a partir de tu propia fuerza. Si confías en ti puedes confiar en otros, y puedes saber que alguien no es de fiar, pero no eres desconfiado. Otra cosa es ir por la vida siendo desconfiado. Es bueno poder identificar que alguien no es confiable, tal vez compartes un café con el, pero no le das trabajo. Vivir en la desconfianza es el problema, no es problema poder identificar a alguien que no es confiable.

Hablo también de la autoconfianza. Rudolf Steiner dijo: “Me pasaran 100 percances, pero seguiré 101 veces”. El fundamento es la autoconfianza. Esto sólo se puede aprender más tarde a través de andar el camino interior y de hacer euritmia. La euritmia te permite ser niño de nuevo, es el mejor educador del mundo, puedes regresar a ser niño y reaprender el movimiento. Si eres melancólico haces euritmia tonal. Con sólo el movimiento básico de los tonos te sientes mejor, pues el astral es un cosmos de la armonía. La euritmia tonal ayuda a encarnar a través del movimiento de forma saludable. Esto también puede lograrse a través del arte – tocar un instrumento musical, pintar, etc.

Confianza existencial: se logra a través de explorar el mundo en el primer septenio:

Primer septenio – padre – vengo del padre, llego a un buen lugar.

Segundo septenio – hijo – “cuando dos se reúnen en mi nombre estoy entre ellos” – de los hijos emergen, el hijo puede guiarnos en el sentir. El encuentro con el otro, la confianza.

Tercer septenio – Espíritu Santo – cuando ayudamos a los jóvenes al pensamiento propio

– a tener sus propias metas o ideales – cómo ser honestos. Esto te hace sagrado. Los ideales son expresiones del Espíritu Santo. Los ideales brindan completitud a tu vida.

Voy a tratar de ir un paso mas adelante.

Tenemos primero el desarrollo del etérico, y hemos hablado del astral y del yo. Me gustaría abordar del desarrollo año por año:

Primer año: El niño batalla y pone toda su energía en sobreponerse a la pesadez de la materia, lucha contra su propio peso, y todo lo que hace se orienta a sobreponerse a él y ponerse de pie. No se enfoca en el lenguaje ni en nada mas, sólo en aprender a usar el cuerpo de forma que pueda gatear y de ahí caminar y liberar las manos. Las manos son los órganos de la libertad, poder liberarlas es el logro mas importante del primer año: pararse en dos pies y hacer otras cosas con sus manos. La mano no esta especializada como el ala de un pájaro, es general. El resultado de las manos no especializadas es poder producir las maravillas más especializadas con su actividades. Son el órgano de la libertad pues no puedes ver qué van a hacer las manos en el siguiente momento. La quintaesencia dirige a las manos.

El poder liberar las manos, que sean capaces de hacer y seguir las intenciones del niño, es el primer gran logro. Los neurólogos aun se preguntan por qué los niños pequeños pueden construir con bloques hacia arriba, y no hacia un lado. No entienden por qué los de un año comienzan con lo mas difícil. La razón es que la verticalización es lo que el yo quiere lograr como primer paso de esta encarnación. Poner al cuerpo físico en el yo, en el sentido físico de la palabra. Por ello no buscan la horizontalidad sino la verticalidad, con las construcciones y con los dibujos.

Segundo año: (siempre mas/menos 7 meses) – un cambio absoluto de paradigma – todo se dirige a la horizontalidad, pues el niño quiere aprender a caminar, aprende a gatear con mas destreza, comienza a escuchar, que es un gesto horizontal, y comienza a hablar. Están listos para comunicarse e interactuar. Se concentran tanto en la comunicación que a veces pierden destreza para caminar. Algunos se concentran tanto que se mueven menos, como los hijos de familias multiculturales que pasan mucho tiempo escuchando e imitando el movimiento. Imitar es el predecesor de la propia actividad. Si no lo haces con la propia actividad no te pertenece. Lo mismo sucede con el hito de los 23 años – si no te pierdes a ti mismo nunca lo recuperarás. Te es dado tu yo, pero si no lo pierdes y lo encuentras a partir de ti mismo no le puedes decir a tu yo quien eres. En el segundo año existe un hermoso interés por las propias fronteras o límites. Tienen un gran sentido del yo, el espacio de su alma que no permiten que sea tocado, y sólo ellos deciden quien entra. Si se transgrede su espacio se sienten atacados y pueden llorar.

Tercer año: integración – sabes quién eres, estás de pie verticalmente sobre tus pies, en lo horizontal buscando a otros, encontrándote en otros, haciéndote social, y aprendes a desarrollar una conciencia que puede integrar tus pertenencias personales y sociales. Puedes reunir las pertenencias sociales e integrarlas con las necesidades personales. Puedes integrar sólo lo que has aprendido. Esto forma el horizonte de tu conciencia. La conciencia es donde el yo esta despierto, consciente y activo. Estos 3 hitos son sumamente importantes.

Cuando hay diagnósticos tempranos de autismo verán que la horizontalidad no se ha logrado. Te debes preguntar cómo fue

el primer año – si hubo sobre-vacunación, exceso de ruidos, exceso de miedo en el entorno. Estoy segura que las investigaciones del autismo se irán acercando al miedo.

Si los niños evitan el contacto social hay que observar, porque puede tratarse de algo en el ambiente, como la sobre-vacunación o el exceso de estímulos. Entonces el niño no quiere encarnar. Si no respetamos la integridad del niño, entonces dañamos la identidad. El abuso es la causa de muchos desórdenes de la personalidad. Si es en los primeros años los niños suprimen la memoria, por lo que esto juega un rol muy importante. Muchos desórdenes de la personalidad vienen de ahí, hacen a la personalidad vulnerable y hacen que los niños tengan desconfianza, o dificultades con la falta de confianza en sí mismos. El no ser respetado causa inseguridad.

Ejemplos de abuso: sexual, físico, psicológico, mental, de espacio, abuso de la voluntad del niño – interrumpimos su espacio, su juego, su silencio. Si no respetas la integridad del niño eres un abusador. Esto ocasiona problemas de la identidad y problemas de confianza y desconfianza. Alguien pregunta: ¿Es peor antes o después de los 3 años? Dra. Glockler: antes, porque se graba en la memoria corporal y no en la reflexiva. Cuando puedes pensar puedes tomar distancia. Los individuos mas fuertes pueden saber si son maltratados desde los 4 o 5 años. Si los niños tienen una buena relación tienen un modelo y este regirá sus relaciones.

Cuando estudiamos la resiliencia sabemos que el factor más importante es la relación, que se sientan en casa en el alma de una persona. Una persona que ofrece límites a partir del amor, y no de un juego de poder. Éste es el factor protector número uno, porque

entonces el niño tiene un modelo de lo que es bueno y lo que no lo es. Si todos los demás se portan mal no importa, el niño sabe lo que es bueno. También muestra este estudio cómo funciona el destino. Como en el estudio de Kauai (isla en Hawái), en donde hay buenas investigaciones desde la infancia hasta los 40 años, y se encontró que algunas personas que venían de familias disfuncionales, con adicciones, criminalidad, etc. podían tener una carrera exitosa, ser buenos ciudadanos, etc. y otros no podían, y la pregunta fue ¿por qué unos podían ser buenos y no criminales? ¿qué protegió a los otros de la criminalidad? Se encontró que el factor más importante es el tener una buena relación, no necesariamente un familiar, puede ser hasta el cartero, el vecino, el de la tienda, etc. sólo alguien en su entorno, y los niños adoptan su relación kármica y piensan “tú eres mi persona”. Podría ser desde un bebé que acompaña a su mamá a la farmacia y el farmacéuta le sonríe, es amable, etc. esto es suficiente. Entonces los niños adoptan su hogar espiritual, su relación kármica. Esto sucede incluso si hay una niñez muy difícil, y hay una sola persona que no sea abusiva y es entonces ella el modelo. El niño puede orientarse, adquirir su verticalidad y manejar sus problemas. Cada problema puede ser visto como problema u oportunidad. Los problemas son umbrales o nos muestran límites. Ante los límites podemos colapsar y quejarnos y quedarnos con ellos, sin dejar de hablar de los problemas; o podemos cuestionarnos ¿qué puedo aprender de esto? Un problema es una condición de aprendizaje, y podemos amar a ese problema. Si recibiste el mensaje el problema se va, te debes despedir de él pues ha cumplido su misión.

Cuarto año: el etérico trabaja a través de la forma física bajo la influencia del entorno.

Es el turno de la parte del tórax, ya estamos respirando. El cuarto año es hermoso en el ritmo, y siempre preguntan ¿porqué, porqué, porqué?. Por eso quieren otra y otra y otra y piden otra de lo que les gusta. Y así... y luego tienes que poner el límite. Pero cuanto más juegues, si entiendes el deseo de repetir – la memoria rítmica – lo puedes comprender. La memoria rítmica implementa la experiencia del yo en la memoria etérica a través de la repetición. El astral, que vive en la diferenciación y polarización puede conectarse con la repetición y el ritmo. Esto sucede para que el niño pueda sentir la belleza de la memorización, “soy yo quien repite”, y ésta es una hermosa auto-experiencia a través del ritmo. “Encontrar de nuevo causa júbilo” esto es el inicio de la necesidad de repetición. Nos experimentamos en la repetición. Repetir es un fuerte precursor, preparador para la vida del sentir. Si les permitimos repetir, esto fortalece su sentir. Cuanto más repites, más seguro, más confirmado, más saludable estás en tu sentimiento del yo. Por eso los niños quieren repetir, porque quieren sentirse bien en la autoconciencia del yo. Si lo haces lo suficiente, el 4o. año pasará.

Quinto año: se está llegando a la región del corazón. Es el momento de liberación de las fuerzas de lo etérico. El corazón es donde las fuerzas del pensar, sentir y hacer salen del cuerpo, porque sólo ahí la circulación se detiene al final de cada latido – si el líquido se detiene el etérico puede salir. La diástole es un alto temporal. Con la actividad de encarnación las fuerzas etéricas salen por el corazón, el niño experimenta muy fuerte de dónde vienen las fuerzas mentales imaginativas. Este es EL año de la fantasía, los niños sienten este potencial, pueden pensar y sentir lo que sea, pueden crear lo que quieran. Les encanta

jugar a ser diferentes roles, el que sea, imitan lo que sea, niños, niñas, señores, médicos, hasta homosexuales, pues todo esto vive en su fantasía. Si lo permitimos no tendrán fijaciones. Les gusta barrer con un palo, y luego matan a alguien con el mismo palo. La fantasía le da a todo sentido. Si ponemos demasiada atención a un juego específico, ponemos al niño en riesgo de desarrollar una fijación con ello. Porque todos los niños aman una cosa por sobre todo si eso les consigue atención. Si les damos más atención cuando juegan al doctor, o más cuando juegan a la niña siendo niños, entonces se crea una fijación, es una provocación, debemos ignorarla, pues si la ignoramos no les causará interés. Si atiendes la provocación estás perdido. Los papás suelen caer en la provocación y dar mucha atención a una conducta o rol específico, y con ello sólo consiguen que se establezca una fijación.

Seis años: la encarnación alcanza el diafragma – la frontera entre los sistemas metabólico y rítmico. Les gusta jugar a tener “shocks” de realidad, quieren tener carritos que parecen carritos, no palitos. Juegan con la realidad.

Siete años: la voluntad de aprender a partir de la escucha.

Quería llegar al séptimo año antes de la siguiente sesión. Luego seguiremos con los próximos siete años.

Comentarios:

Cada uno de los cuerpos es un campo de estudio. Si hay malformaciones podemos ver claramente que la organización del yo no pudo llegar bien.

Recomiendo los siguientes libros:

“Developmental Insights” de David Mitchell – cooperación entre maestros y doctores.

Para médicos: “Individual Pediatrics: Physical, Emotional and Spiritual Aspects of Diagnosis and Counseling” de Georg Soldner. Incluye todo el rango de los tratamientos.

Para los padres de familia el mejor libro es “Pediatria para la Familia” de Michaela Glöckler. Es bueno que lo lean y luego pregunten. Puedes recomendarles primero el libro, para que no pregunten tanto.

Mi sorpresa mas grande como pediatra fue que sin importar el lugar del mundo, los problemas son los mismos. Aunque los antecedentes culturales sean diferentes, los problemas son iguales.

Continuamos...

Hemos alcanzado el séptimo año y el niño ha nacido de la formación del cuerpo físico entero.

Esto no es sabido por todos, y es difícil de entender: el cuerpo físico nace después del embarazo, con el nacimiento. Pero todos sabemos cuán inútil es este cuerpo físico al inicio. Incluso si cambias la leche le causa al bebé una fuerte reacción. Para que el cuerpo físico tenga cierta estabilidad pasan 7 años. En paralelo tenemos el miembro que nace, y por ejemplo mientras el etérico se gesta el físico desarrolla su forma. Un cuerpo se gesta mientras otro se forma. En el niño de 7 años, veremos por vez primera una personalidad mas clara.

Las fuerzas etéricas deben ser educadas, estabilizadas hasta los catorce años. Cuando

nace el pensamiento dialéctico entonces el cuerpo etérico esta “completo”.

Cuando nace el cuerpo astral a los catorce años, no hay madurez emocional, es un astral “bebé”. Toma hasta los 21 años la formación, la presteza del astral.

Lo mismo sucede cuando nace el yo. La organización del yo necesita de 7 años para hacerse instrumental; necesitas hasta los 28 años para ser de verdad adulto. Ser adulto no sucede inmediatamente a los 21 años de edad.

Es bueno saber que el nacimiento no significa que el cuerpo en cuestión es instrumental, pues no esta listo. Cuando a los 3 El niño dice ‘yo soy’, el cuerpo físico es un instrumento, y puede al menos reconocer su yo. Necesitamos imaginar que hasta los 7 años el cuerpo trabaja por todo el cuerpo para que las fuerzas etéricas puedan nacer, pero hasta entonces el cuerpo físico puede ser un instrumento del aprendizaje – entonces, a los siete años, se alcanza madurez escolar.

Haré la misma descripción para el cuerpo astral: se comienza primero a trabajar por la cabeza. ¿Cuál es la diferencia entre un niño de 7 y uno de 8 años? que el astral está más libre y el niño puede sentir lo que piensa un poco mejor. Por ello un niño de 8 años ama memorizar. Les encanta decir largos versos. Es el momento en que tienen el don natural para memorizar y se han hecho estudios en Japón en los 90’s – el aprender largos versos de memoria previene la criminalidad. Brindaron tratamiento a los criminales en las prisiones a través de el aprendizaje de memoria de buenos poemas japoneses. Esto es lo que hacemos en la Escuela Waldorf, aprender de memoria, incluso con los números. Si los niños disfrutan esta actividad se vuelven verdaderos niños de 8 años, que aman las matemáticas.

Nueve años: A los 9 años los niños sienten: siento mi autoconsciencia, siento que soy yo el que piensa, siento que yo soy yo, y yo no soy mi amigo, ni mi mamá, ni mi maestra. Me SIENTO separado de todos los otros yos. Toda la actividad de diferenciación del astral que inició con la cabeza está lista, pues puedo sentir lo que pienso, siento el pensamiento extra-corporal. Esto brinda el sentido de soledad, de distancia. Cuando sientes tu naturaleza extra-corporal tienes distancia o separación de ti mismo – esta es la meta-cognición. El ‘Rubicón’ ocurre cuando la encarnación del cuerpo astral llega al cuello. Meta-cognición significa que puedo sentir la capacidad etérica completa que fue desarrollada en los primeros 9 años. Puedo conectar con mis sentimientos, me puedo ver desde afuera, y puedo ver a otros desde afuera. Los niños que atraviesan por el Rubicón tienen un toque de melancolía: están en el proceso de comparar quien es mejor o peor, mayor o menor, etc. Te comparas y si además eres melancólico de por sí, todos serán mejores. Lo peor que puede hacer el maestro en este punto es exaltar a unos y aminorar a otros. Esto puede destruir todo el currículo. El autojuicio de compararse con otros comienza aquí. Algunos problemas inician cuando los niños entran en desesperación a partir de la comparación y la soledad que esto implica. Es una sensación de estar separado de todo y no conectado con nada. Este momento marca el primer tercio del segundo septenio. Primero ocurre el sentir de la capacidad del pensar, y en ella la consciencia del yo.

Cuando la consciencia del yo llega:

Es el misterio de los primeros 3 años, cuando el cuerpo físico ha nacido, el pensamiento se ha liberado, por vez primera el niño puede tener esta consciencia al

liberarse la fuerza etérica de la cabeza. El niño puede inconscientemente pensarse a sí mismo, puede verse a sí mismo desde afuera. Puede compararse o reunir la capacidad del pensamiento que esta libre con la observación del cuerpo físico. Es la consciencia del yo – ya mencione que todos lo recordamos conectado a un ambiente físico – cada quien la tiene. Es el regalo del cuerpo físico a nuestra consciencia. Conectar la capacidad del pensar con el cuerpo y con el contacto – con las fuerzas que encarnan aquí en la cabeza –, estas fuerzas formadoras salen del cuerpo. Y estas fuerzas pueden pensar: esto que hice soy yo y ahora estas fuerzas pueden reflejarse. Conectamos el pensar con la observación y creamos así la liga con el saber de que este soy yo. El niño de 2 años tiene la conciencia corporal: ‘esta es Jenny’. Pero el niño de tres años puede observarse desde afuera y decir ‘esta soy yo’.

Con 9 años el cuerpo astral esta conectado con el pensar. Hay un nuevo paso en la auto-comprensión: es un regalo de dos cuerpos.

A los 3 años – lo que pienso es lo que soy, en el cuerpo. Es una experiencia de gozo. Rudolf Steiner dice que es una experiencia luciférica. Lo viví con mi sobrino, vino hacia mi a saludarme, me vio y me abrió los brazos y me grito: “¡Michaela! ¡Aquí estoy yo!”

A los 9 el toque melancólico es de naturaleza ahrimánica, pesada, depresiva. Siento la falta de completitud. Tengo ahora la facultad de percibir la diferencia de lo que me hace aparecer inferior. A los 3 años: yo soy el mundo, el sol, yo soy.

Diez años: están desarrollando una suerte de realismo de la vida. Ya saben que la vida es un poco difícil. De la mitología germana, les cuento la historia de un niño, de una vez

que hice trabajo voluntario de sustituta de maestra. Pude ir a un cuarto grado, y debía observar a 8 niños difíciles. Tuve que enseñar la mitología germana y hablar de Thor con su martillo omnipotente. Compartí historias (el martillo es una buena imagen del yo), ofrecí imágenes pedagógicas – la maestra dibuja y copia. Solicité imágenes diagnosticas – les pedí dibujar lo que sintieron o recordaban. Un niño pintó algo que no tenía para mi nada que ver con lo que dije, él me dijo pediste que pintáramos lo que mas nos gusto, y yo le dije: no recuerdo haber dicho eso. Me sonrió como abuelo: ¿no te acuerdas que nos dijiste que siempre que lanzaba el martillo, el martillo regresaba y Thor se relajaba? El niño pintó una casa con un señor sentado a relajarse, en la armonía de la tarde. Él ansiaba tal armonía. Y de su anhelo no pintó la acción de Thor, ni el yo. De la historia pintó el único momento de paz y armonía, del que ni yo me acordaba.

Si El niño se siente visto, comprendido, se relaja y se abre. Aprendí que esta historia de Thor es tan buena porque tiene una alternancia entre acción y relajación para pensar en qué sigue. Es típico para los de diez años: entrenar en hacer algo que los regrese a sí mismos. Entrenar esta actividad y vivir con el hecho de que el mundo no es perfecto, y que se requiere mucho trabajo para hacerlo un mejor mundo, y los dioses están dejando el mundo (Ragnarok). Esta no es una buena imagen para el de nueve años, necesita la melancolía del Moisés abandonado. El niño de diez se pone feliz de que los dios dejen de molestar. El astral ya esta en el pecho, puedes sentir cómo te sientes cuando haces, cuando piensas, cuando reflexionas.

A los *once años*, esta sensación se hace mas fuerte y llega la armonía entre tu y el

mundo, sucede que el habla añorada se hace la voz mas individual. Lo experimenté una y otra vez, que los niños descubren en el mundo del lenguaje que una misma palabra puede tener dos significados. Antes la usan con los diferentes significados, pero no están conscientes de ello. Pero cuando las fuerzas astrales se van liberando, los niños pueden sentir lo que se conecta con los significados y los sonidos. Pueden sentir la diferencia entre pensar y hablar. En el momento de descubrir la diferencia entre una palabra y un pensamiento te percatas de que una palabra puede conectarse con dos pensamientos totalmente diferentes. Se concientizan de que el pensamiento y el lenguaje son dos cosas muy diferentes. Experimentan la diferenciación entre el pensamiento y el habla.

A los 12 años estamos en el corazón. Los niños más tarde que las niñas, experimentan la mayor armonía. Pueden sentir su centro interior, se sienten centrados y en armonía entre ellos y el mundo. Les gusta ayudar, sienten centro y armonía con el entorno, porque las fuerzas astrales que trabajaron en el corazón y el pulmón están libres. Es como sentir la voluntad, se reconectan porque pueden sentir la experiencia extra-corporal. Es una actividad astral. Son muy buenos y les gusta especialmente ser vistos cuando hacen cosas buenas.

13 años: lo astral llega a lo metabólico, comienza la diferenciación sexual, se encuentra ya en el sistema límbico. Cuando estos sentimientos asociados con la voluntad llegan a la emocionalidad, son agresivos, dolorosos. Lo que pasa sucede bajo el diafragma, la actividad metabólica, cuya labor principal es destruir la nutrición, transformar, construir la sustancia corporal. Sienten su

voluntad, su destructividad, el potencial de destrucción. Es el sentimiento de lo que hacen los órganos pero fuera del cuerpo. Es un potencial, también un anhelo de autonomía, pero sólo sientes que no lo tienes. La crisis de la pubertad es verdadera, pues anhelas algo que aún no tienes, miras un futuro que no puedes tener, y has perdido un pasado que nunca volverá. Este es el arquetipo de crisis. Una crisis es un punto sin retorno y un futuro invisible. Físicamente no volverás a ser niño, emocionalmente sientes que deberías pero dudas, mentalmente te das cuenta que aún no es el momento. Es importante trabajar con estas emociones que deben surgir: lo mejor es hacer buena música, no sólo sonidos que hacen brotar la destrucción. El rock les hace sentir lo que experimentan pues tiene el mismo potencial destructor. Pero con buena música les mostramos que el potencial destructor puede ponerse al servicio de la construcción de algo hermoso. Debemos buscar el equilibrio: la música clásica no es buena sólo para el cerebro, sino para el sentir. La música clásica representa lo siguiente: yo soy astralmente. El beat te hace perder la postura erguida, lleva al mundo de los instintos, pero no es suficiente para educar el astral. Para tener un buen ritmo, es bueno usar esta música una vez al mes o algo así. Y les da tanta alegría platicar: 'mis papás no me dejan poner mi música'; pero saben que este no es un no de protección. Si no nos mantenemos en nuestra postura del no, matamos la resiliencia de los jóvenes. Pero cuando les proveemos de contratos claros de las reglas, se fortalecen, reemplazamos su capacidad volitiva en desarrollo con un ejemplo de la nuestra.

La diferenciación de géneros es un tema de los doce años en adelante: los sentimientos sexuales apenas inician a los 9 años, antes se

trata de pura imitación porque las hormonas no están, son sólo proyecciones de la sociedad sexualizada, es mera imitación. Los niños antes de los 9 años se sienten sólo humanos, ni niños ni niñas, si no les proyectamos nada. Muchos niños tienen más flexibilidad porque se sienten un yo neutro, por lo que dudan de elegir un rol. Cuanto más eduquemos al ser humano general y permitamos que se encuentren a sí mismos, mejor ayudaremos a encontrar su propia identidad sexual. Es el ser humano en general quien trae la comprensión y la unión. Si hacemos un espacio en común y menos diferenciación material de la diferencia de sexos, las luchas serán menores.

Cuando a los trece años llega la verdadera diferenciación, es bueno ayudarles a ser buenos hombres y buenas mujeres. Hay muchas herramientas para la educación sexual en estas edades.

Una palabra respecto a la homosexualidad: es multifuncional. Hay muchas razones por las que es más del diez por ciento, y por cierto el porcentaje no ha aumentado. La razón por la que un individuo se hace homosexual puede ser una razón de destino, por ejemplo si en un destino previo tuviste razones para odiar ser hombre o para odiar ser mujer, como alguien que mata muchos hombres en la guerra. Un ex soldado tenía pánico de tener hijos varones y cuando tuvo una niña que no tenía que ir a la guerra fue su máxima alegría. La otra razón es que hay tantas mujeres no sólo hoy sino en previas encarnaciones que fueron casadas en contra de su voluntad, que no quieren ser mujeres ya, odian ser mujeres, odian el cuerpo femenino. Así que en la encarnación actual hay una resistencia kármica a ser hombre o mujer. Es como inmunización kármica. Es importante tener una imagen de que eso existe, es normal

y parte de la vida, incluso es importante traerlo al tema cuando enseñamos en esa edad. Podemos mencionar en las biografías de las que hablamos que alguien era homosexual. Pero no se trata de la mayoría de las personas; no es la meta, es lo que es, es parte de la vida. Otra razón para ser homosexual se encuentra en el periodo de transición de desarrollo, pues casi todos los adolescentes tienen un periodo homoerótico, consciente o inconscientemente, y se manifiesta tomando de la mano o abrazando. Es normal pero es un periodo de transición, pero si esto lleva a acciones sexuales, pues deja una huella que te haga pensar que eres homosexual.

Este es el mismo fenómeno con todas las posibilidades del comportamiento, como alguien que tiene un desorden narcisista, que entre los 3 y 4 años es un comportamiento normal. Si exageramos la atención recibida en esta edad, podemos generar un desorden, porque todos los niños de esta edad son muy encantadores, y se hacen los jefes de la familia. El desorden de la personalidad narcisista se crea a través de la educación que ofrecen los padres y madres.

Cada etapa del desarrollo tiene el potencial de permanecer. Por eso hay que encontrar en los casos clínicos en qué etapa el desarrollo se detuvo y por qué; y a partir de ahí ayudar a re-madurar a superar.

Una última razón para la homosexualidad se haya en el caso de mujeres desilusionadas por la vida sexual en el matrimonio – es típico que las mujeres después del divorcio prueben una relación homosexual.

Si lo enseñamos como normal, como algo que existe, entonces los niños se abren y lo hablan.

Un joven de onceavo grado paso y sentí que me quería decir algo, de pronto estaba a mi lado y dijo: “¿Es normal que un niño de mi edad aún no haya tenido una relación sexual?” y yo le dije, sin verlo, “Si, es normal”. Y luego el joven se fue sin decir nada. A veces los niños sienten que esto lo deben hablar con el médico escolar. Si se sienten amados, se abrirán. Si amas a la humanidad y estas preparado, la humanidad te encontrará en todas sus formas. Es importante saber cómo sucede cada cosa. El joven vino a mi porque habíamos hablado de estos temas, y por eso tenía confianza de abrirse conmigo.

El cuerpo astral es en esta edad cielo y tierra, destrucción y armonía, la mayor polaridad de toda la vida, y la más grande unión está en encontrar eco. Es nuestro espacio de resonancia entre la vida interna y externa. Un desarrollo del sentir libre del cuerpo saludable, asegura enfermedad o salud. En la esfera donde somos mas vulnerables es en la de los sentimientos. Cuanto más saludable, tolerante, equilibrada, sea nuestra vida del sentir, mejor aprenderemos la armonía y destrucción. MÚSICA: Tengo armonía cuando entiendo, cuando las cosas me hacen sentido, cuando siento que puedo, cuando siento que logro cosas. Eso es armonía. si siento que los demás entienden mejor que yo, me enfermaré al llegar a casa de la escuela.

Los buenos maestros enseñan a perder el miedo antes del examen. Los entrenan a tomar el examen con mejillas rojas de “si puedo”. Y así regresan del examen con mayor salud que antes, con orgullo. Tienen la sensación: soy parte del grupo, lo logré. Ésta es salud emocional.

En noveno grado la organización esta aún inestable. El varón esta creciendo, ya no

puede sentir su cuerpo – soy un ser emocional pero mi voluntad esta de vacaciones: “Si! no puedo!” El maestro debe entablar una buena relación emocional con el niño, sin importar lo que logre o no. Un maestro decía que cuando lograba establecer una buena relación emocional, entonces podía iniciar las matemáticas.

El aprendizaje se basa en la confianza, simpatía, interés, basados en una astralidad saludable. Entonces puedes aprender en la preparatoria. Las fuerzas de la organización del yo se están liberando. En noveno grado la cabeza comienza a ser trabajada por el yo – con el poder de concentración, la voluntad. De los 14 a los 16 años, el yo trabaja de la cabeza a los pies. Si hay una buena base emocional, a los 15 años habrá gran gozo en el entrenamiento del pensamiento dialéctico. A los dieciséis las fuerzas de integración están casi libres del cuerpo y por vez primera tienen la experiencia de que el alma entra a su vida anímica. depende de mi lo que pienso, mi opinión, en quién confío, lo que decido. Todo depende de mi decisión, de mi pensamiento. La voluntad en el pensar se descubre y es una hermosa experiencia.

A los 21 años el yo se libera porque llega a lo rítmico. Ahora la voluntad en la facultad del yo sale del cuerpo y tenemos la siguiente experiencia: hay tanto qué hacer en este mundo, y yo soy tan joven y puedo hacer tan poco, pero veo que hay tanto. A los diecisiete años muchos quisieran dejar la prepa y empezar a trabajar, se preguntan por qué están perdiendo el tiempo ahí; tienen grandes ideales. Pero a la vez se siente que no sabes hacer nada. Es el momento en que hay mas suicidios. Aunque se dice que la vida inicia a los diecisiete; la vida inicia cuando puedes ver

la necesidad de los tiempos y que la vida es hermosa.

A los *18 años* te sientes más centrado, el riesgo de suicidio es mayor, tu conciencia es mayor y sientes que el tiempo de ayudar llegará. Llegas con tu voluntad a la esfera de la autoconfianza. Las fuerzas del yo vienen del corazón. Las fuerzas del corazón extra-corporales hacen que la compasión sea lo más fuerte. La experiencia más fuerte es la compasión.

A los *diecinueve años*: el mundo es armonioso – la voluntad del sistema metabólico esta libre y experimentas tu voluntad pura. Los metabólicos son los órganos más llenos de voluntad. Experimentas tu verdadera fuerza de voluntad por vez primera.

A los *veinte y veintiún años*, esta experiencia se profundiza más y construyes la confianza en tu propia voluntad que te permite sentir como un adulto. El nacimiento del yo significa experimentar la capacidad del yo. Cuando el crecimiento físico se detiene de los dieciocho a los veintitrés (en el norte de Europa) las fuerzas están libres del cuerpo. Esto no significa que las fuerzas que ahora están libres puedan ser manejadas. Este es un periodo vulnerable porque las fuerzas están libres pero no puedes controlarles.

Una educación sana de la voluntad en la última parte de la vida escolar es vital. Cada niño debería poder permanecer en la escuela al menos hasta los diecinueve años. De este modo las fuerzas puras de voluntad del sistema metabólico pueden tener la oportunidad de ser educadas pacíficamente.

Este último tercio del tercer septenio es lo principal para la educación de la voluntad. Si dejamos a los niños a los dieciocho, esta bien, pero si se van hasta los diecinueve pueden tener el espacio de reflexionar en su propia identidad. Rudolf Steiner decía que todos los jóvenes de 18 y 19 años deberían aprender a criar niños, aprender la responsabilidad social y de pareja, comprender que la humanidad esta en desarrollo y cuál es la edad de la humanidad y cuál es la característica de su madurez; deberían aprender de las doce filosofías, religiones, virtudes. Aprender a sentirse libres para encontrar y hacer lo propio. Es un tiempo protegido para encontrarse a sí mismos antes de adaptarse al sistema económico de tanta presión. Ahí no puedes encontrarte a ti mismo. Pierdes tiempo de desarrollo. Los jóvenes deben probarse en un ambiente cuidado. Por eso hay tantas crisis de autoconocimiento en el mundo, porque no tienen oportunidad de hacerse adultos. Los que trabajan con adultos o papas – deben comprender el desarrollo entero, que es un proceso de tripartición en cada septenio, y hasta entonces se completa la encarnación.

Hay muchas cosas que te pueden llevar a un desorden del desarrollo. Mañana, con este fundamento, atenderé sus preguntas y construiremos a partir de ellas.

Dra. Michaela Glöckler
3 de julio de 2014

Queridos amigos, La vida y el movimiento están conectados de forma cercana. Muestro algunas diapositivas.

En el verso *Ecce Hommo*, donde se dice 'el sentimiento se entreteje en el corazón', podemos ver cómo la intención del movimiento de la marcha viene del centro, del corazón. En el centro todo comienza, ahí el yo superior se encuentra con el yo inferior, donde todas las fuerzas de encarnación dejan el cuerpo y se vuelven nuestra conciencia del yo inferior. Inferior solo significa que esta abajo, no que sea inferior en jerarquía. Encarnamos y excarnamos y damos a luz a estas fuerzas en la región media, cuando despertamos en la conciencia al poder espiritual del pensar sentir y hacer.

Rudolf Steiner se refirió a las inspiraciones "despiertas" del pensar, sentir, hacer. Cada imaginación comienza con una imagen clara. En un cuento de hadas podemos ver la esencia de la historia en una sola imagen. Iniciamos con pensamientos convencionales, luego los llevamos al mundo espiritual y éstos se transforman en imaginaciones.

Llevamos en nuestros pensamientos el poder de la imaginación, el inicio de la facultad imaginativa. Esto sucede también cuando aprendemos las hermosas imaginaciones de Steiner, como la de Micael y el dragón. Otros nos ofrecen imaginaciones, pero las tenemos que pensar para no perder la identidad o la auto-conciencia.

Estas fuerzas del pensamiento, sentimiento y voluntad (pensar, sentir y hacer) son el recurso para la espiritualidad avanzada,

pero también son lo que nos hace sentir o experimentar la encarnación individual en el cuerpo. Mi cuerpo es mi espacio para desarrollarme, luego este espacio se hace más grande, pero todo surge en el cuerpo. La encarnación y excarnación están en el corazón; ahí se unen el yo superior y el inferior. La conciencia nos habla, y nos habla desde el corazón. Todo sucede ahí en el corazón.

Es bueno leer libros tradicionales sobre el desarrollo del niño pero es importante hacer el vínculo con nuestra propia experiencia. Sino, nos hacemos víctimas del pensamiento materialista. Hay que leer los demás textos y analizarlos desde el punto de vista de la antroposofía.

A los 7 y 8 años, los niños pueden pensar: yo se algo, pero esto sucede sin la 'sombra' del Rubicón. El aura cambia después del Rubicón, el sentir ha entrado a la autoconciencia. Inicia entonces el amor por la música. Es importante la práctica del tiro con arco, pues es una metáfora del anhelar algo, apuntar a algo, y no atorarse en las propias emociones.

Esta fue una mirada a las etapas de las que hablamos ayer desde un punto de vista más sistemático. Ahora quiero preguntar si algo no quedó claro en los conceptos, y luego voy a responder este montón de preguntas.

Tenemos el famoso 'Estudio del hombre' como fundamento de la educación y la medicina. A veces parece demasiado simple, más en el día a día sólo algunos pueden ser inspirados en el concepto para responder; y es importante poder de verdad utilizar el concepto para trabajar. Yo trato de hacer el vínculo entre la teoría y la práctica. Por eso la pregunta es si pudieron profundizar más, y les es mas accesible. ¿Piensan que cuando repasen

las notas se asentara esto? Porque entonces puedo ahondar un poco más.

Lo que es importante es que hay que observar al niño específico, porque no puedes tratar a un niño de diez años como a cualquier niño de diez años así como así, sino que debes poder observar y decidir exactamente dónde esta ese niño.

Reglas de vialidad:

¿De dónde viene el niño? (pasado)

¿A dónde va el niño? (futuro)

El encuentro sensible.

Si no tienes la imagen de a dónde vas, si no sabes a dónde quieres que el niño vaya, no puedes orientarlo. Y estos papás que son demasiado libres e independientes, hacen que esto sea caótico. Por supuesto el ser humano debe ser libre, pero lo que se obtiene en una encarnación es muy poco. Si no tienes idea de qué hacer, de a dónde debe ir el niño, si no entiendes, por favor no te hagas médico ni maestro. Debes saber la meta, a dónde va el niño, poder anticipar el futuro, pues este niño morirá un día, y debes saber a dónde va, y que el niño viene de la muerte. De su pasado puedes comprender porqué el niño está en la situación que está, y preguntarte: ¿por qué vino a mi? ¿cuál es su expectativa de mi? ¿por qué llegó a mi escuela y no a la de al lado?

Debemos estar presentes, en total atención de el lugar de donde vienen, a dónde van, dónde están y cómo puedo apoyar y ayudar mejor a este niño.

La antroposofía es cristiana mas no confesional, en el sentido del ser humano. Porque cada niño es individuo, todos somos diferentes, extraños, pero todos estamos en el camino del desarrollo del yo superior. Pero

si no tienes idea de qué es el yo superior, entonces reflexiona en cómo usas la palabra yo, y entonces debes poder saber qué es el yo superior. Porque todos usamos esta palabra, que nombra al yo superior. Todos estamos usando el mismo concepto: yo; aunque todos somos diferentes. Si cada quien de los billones de seres humanos tuviera un nombre único, entonces sería diferente. Usamos la palabra yo, y esto es lo que compartimos con los otros billones de seres humanos, y esto que tenemos todos en común es lo que queremos aprender a manejar en libertad. Debemos estar totalmente conscientes de lo que para 7 billones de persona significa “yo soy”.

La expresión tripartita del yo: verdad, amor, libertad.

Otra expresión es: el verdadero Yo, el verdadero yo superior: la esencia de la verdad, amor, libertad. Porque esto nos es dado, porque el ser es eso, esas tres cosas, por ello Cristo se sacrificó en la humanidad. Recibimos al yo superior y lo hacemos propio, y la maravilla de la comunión espiritual con nuestro yo superior, que es un yo que se ha sacrificado en nosotros. Reconocemos que tenemos esos potenciales y que podemos manejarlos libremente; lo que me ha sido dado libremente sólo pudo ser en un acto de sacrificio activo, no un sacrificio como el de un mártir.

Lo que hizo cristo para nosotros, nosotros lo hacemos en chiquito cada día.

Por eso Rudolf Steiner dijo que Cristo tiene una escuela para enseñarnos, que es la escuela del dar desinteresadamente, del altruísmo.

El yo es una espada de doble filo, es lo que nos hace únicos y autónomos. Cuando logro dar desinteresadamente soy un yo verdadero,

puedo resolver los problemas de otros, porque no tengo los problemas propios. El que ha resuelto el problema del ser puede dar. Ésta es la teoría positivista – un yo saludable vive orientado a los problemas, un yo insalubre vive orientado al yo.

El que se sostiene por sí mismo en sus propios pies puede estar disponible para otros. – Rudolf Steiner

El dar desinteresadamente me permite perderme a mi mismo para ayudar a otros.

Cuando Jesús ayuda siempre pregunta: “¿qué quieres que yo haga?”, no dice: “yo se lo que necesitas”.

No hay una contradicción con lo que dije de saber a dónde deben ir los niños. Jesús pregunta al otro si sabe qué camino quiere tomar, aunque Él sepa la respuesta, porque ese es el camino a la libertad.

¿Qué necesitas? ¿Cómo ayudo? esto significa que no se hará mi voluntad sino la tuya. Éste es el fundamento terapéutico y educativo. Yo sirvo a tu encarnación, tus necesidades. Yo quiero que tú encuentres lo que necesitas.

Necesitamos conocer el siguiente paso y luego observar al niño en el pasado, presente y futuro y olvidar lo que sabemos del siguiente paso, entonces tratamos de obtener el siguiente paso a partir del niño mismo. Por ejemplo: un niño de 5 que en unas cosas actúa como de 3, en lo sexual como de 12 y es gordo. Lo único que puedo hacer es reunir todos estos conceptos e intuir qué hacer. ¿De dónde viene El niño? ¿A dónde debe ir? ¿Qué puedo hacer para ayudar, dentro de mis posibilidades?

Podemos desarrollar actitudes para encontrar la respuesta correcta. En mi experiencia en la meditación de la Piedra Fundamental eso está escrito: recordar el pasado, prever el futuro, saber lo que es ahora, y tratar de contactar lo eterno.

Rudolf Steiner indicó que debemos meditar en aquellos a quienes queremos ayudar y llevar las preguntas en la noche al contacto espiritual con los ángeles. Meditar al paciente, al niño, estas son las cuestiones espirituales.

La intuición es el contacto directo entre las voluntades de los individuos: ¿qué quieres que haga por ti? Sólo puedo tener un contacto voluntad a voluntad si preguntamos cómo podemos ayudar en las noches, cuando nos encontramos juntos en el mundo espiritual. Es por eso cuando ves de nuevo al niño tienes una intuición, que surgió cuando se encontraron tu voluntad y la suya en el mundo espiritual.

Pregunta: ¿cuál es la diferencia entre graduarse a los 17 y a los 19? Demos el tiempo para que se gradúen mas tarde o recomendamos ir a Stuttgart a hacer un seminario de orientación de un año para aprender, orientarse, trotar el mundo, tener tiempo para la reflexión, la conversación, auto-encontrarse, y entonces estarán muy motivados para seguir.

Nuestro tema es la encarnación, comenzamos con la concepción. Luego el concepto del cuerpo físico se une al germen – este deseo de encarnar suele conformar a las parejas. Si el contacto se hace, el cuerpo etérico conecta y permite el crecimiento del germen, y luego conecta con el cuerpo astral y comienza la diferenciación, después conecta con el

yo con el desarrollo de las “células madre”. Entonces, el yo decide seguir adelante o no en el primer trimestre, decide si el cáliz o vasija es adecuado para su viaje. Por eso hay tantos abortos espontáneos en este periodo. Entonces viene el nacimiento y con él todos los sentidos se activan. Posteriormente, para permitir que el cuerpo crezca del nacimiento a los 7 años, los sentidos perciben y digieren en el cuerpo físico. Mientras el cuerpo físico crece, el cuerpo etérico va encarnando más y más.

Las primeras fuerzas que excarnan a través del corazón son las fuerzas etéricas que trabajaron en la formación el cuerpo físico durante los primeros 7 años. La forma no cambiará sustancialmente de los 7 años en adelante, excepto en lo sexual, pero esto lo realiza el cuerpo astral, no el etérico, porque éstas son cualidades de diferenciación. Las fuerzas etéricas que dejan el cuerpo a los 7 años son primordialmente fuerzas de formación del pensamiento. Las formas de pensamiento para el resto de la vida las obtenemos alrededor de los 7 años de edad. Las encarnaciones forman el gestalt de los 0 a los 21 años, y el gesto de encarnación son las fuerzas que se van liberando para la vida espiritual y del pensar. Las primeras en liberarse son las del género que no encarnamos, el que no elegimos tomar. Todo lo que se libera, sale y fluye hacia arriba y surge del proceso de crecimiento. Todas aquellas fuerzas que ya no se usan para encarnar se liberan. La muerte es el punto final de la liberación de las fuerzas que ya no se usan para encarnar. la muerte es el verdadero momento en que la encarnación se detiene. Las voluntades últimas son fuerzas de encarnación. Morir en edad avanzada implica una muerte más sencilla. La vida es el desarrollo embrionario de la muerte. Por

ejemplo, cuando perdemos un miembro – brazo o pierna – ganamos fuerzas mentales porque ya no necesitamos lo etérico para mantener el miembro perdido.

Cada persona es un ser humano completo:

En lo físico: Somos hombres o mujeres.

En lo etérico: Las mujeres son mentalmente figuras paternas y los hombres son mentalmente figuras maternas, pues el pensamiento del otro sexo esta completo en ellos. No “perdemos” el otro género, lo adquirimos en otra forma. Los hombres pueden desarrollar características femeninas y viceversa, emocionalmente podemos entendernos por esta razón.

En lo astral: El cuerpo físico femenino es mas redondo y fluido, alimentado por el cuerpo etérico. Es por ello que el cuerpo astral no puede traspasar al etérico, puede mejor conectarse con el etérico en el pensar. El cuerpo astral tiene más acceso al pensamiento que al cuerpo físico. En el hombre el cuerpo astral puede conectar perfectamente con lo físico, las barbas, los pelos, son astralización en lo físico; es más seco... la voz es mas grave, la laringe es mas dura. El astral penetra al físico, y es mas diferenciado en lo físico, y menos conectado al pensar, por eso los hombres tienen un pensamiento y juicio mas frío y seco, pero en el nivel emocional físico están completamente astralizados y con los deseos a flor de piel, no entienden por qué nosotras queremos hablar. En lo astral las mujeres están mas conectadas con el pensar y los hombres más con el físico; de ahí nuestros problemas de género.

Tomemos como ejemplo bolsa de las mujeres. Los hombres ni tienen bolsa. Buscar en la bolsa es un gesto típico femenino:

encontrar las llaves en esa bolsota. Los hombres sólo tienen una bolsa del pantalón, lo tienen todo muy claro. Esa es la diferencia entre nuestros cuerpos astrales. Si una mujer tiene un problema todo el cuerpo astral se involucra y quiere hablar y hacer aspavientos hasta resolver. Si el hombre tiene un problema, lo mete en su bolsillo: ¿para qué hablar ahora si podemos verlo el fin de semana?, hay tanto más que hacer... Y se te va el marido y te quedas llorando en la casa con el problema. Si comprendemos esto y lo aprendemos el uno del otro, entonces él entenderá que si de verdad es serio, puede hablar. Las mujeres sabemos coser, ¿no? podríamos hacer cajitas en el cuerpo astral para guardar los problemas para después. Podemos lograr que la cosa sea fructífera y no llena de sufrimiento.

Aprendí de un médico especialista exitoso en el tratamiento de la menopausia: le pregunte que hacía. Me dijo: 'creo que lo único que hago es que entiendo el cuerpo astral femenino', y me dio la imagen de la bolsa de la mujer. Me dijo, 'el astral femenino es como la bolsa de mano de las señoras. Tengo un astral tan típicamente masculino, dijo, y he aprendido tanto de mi esposa la diferencia, que pienso por eso puedo hacer que las mujeres se sientan comprendidas'.

Si podemos trabajar con imágenes, entonces puede ser más rápido comprender. Pero en "El estudio del hombre" están las herramientas, sólo hay que comprender más para poder manejarlo. El sufrimiento es la falta de comprensión. La tragedia de hoy es el gran materialismo con poquísima comprensión.

En el yo: La integración para hacer lo mejor posible en esta vida. El yo femenino tiene que lidiar con sus constituciones astral, etérica y física. La experiencia del yo femenino

es diferente que la del masculino. Cuando me preguntan de la reencarnación les digo: si sólo fuiste mujer sólo conoces la mitad de la vida, hay que reencarnar en el otro sexo para aprender. Todos somos seres humanos iguales, pero la forma de lidiar con el mundo es diferente de acuerdo al género, por eso necesitamos dos reencarnaciones mínimo.

Este es sólo un aspecto más como marco de trabajo ya que hay tantas preguntas de porque las cosas están como están.

Steiner dio dos herramientas sencillas para comprender la ley del destino. Una es la ley pedagógica. Los que no la conozcan, deben leer el libro "Talento e impedimento". Les brindo una idea general:

La educación comienza por el yo y continúa en el siguiente orden: astral – etérico – físico. Lo que sucede en el cuerpo físico regresa vía los sentidos al yo. Lo que eres hoy puedes verlo. Lo que haces activamente en el yo (por ejemplo los ejercicios indicados o la retrospectiva), esto tiene un enorme efecto en el cuerpo astral; surgen otras preguntas, sentimientos, etc. Ello tiene un efecto en la vida del sentir, en especial respecto a la confianza en las propias decisiones; te sientes más tú cuando haces lo que quieres. Steiner solía decir que si comienzas a meditar, con esos ejercicios u otros, ese es un acto completamente libre. Y las acciones libres nos hacen sentir más nosotros mismos, es decir, aquello que hacemos sólo por nosotros mismos. Esto tiene un efecto sanador y equilibrador en el cuerpo astral. Y si el cuerpo astral está más cerca del yo, puede conectar mejor, estar más alerta e interactuar más gentilmente con el etérico, como viento en el agua – el etérico estará más vívido y el físico se sentirá más ligero, más fácil de manejar.

Si en el yo existe algo con lo que no puedes lidiar esto estorba a tu cuerpo astral, lesiona al cuerpo etérico, el cuerpo físico se enferma y se cansa, y entonces alguien te sugiere tomar un Red Bull.

Esta es la ley pedagógica de la auto-educación, pero es una herramienta de comprensión del propio destino, pues la ley pedagógica es válida a través de las encarnaciones. Lo que manejaste bien en una encarnación (yo) te brinda un mejor cuerpo astral en la siguiente. Por ello, la forma en que tu astral está hoy te da información de las huellas de tu yo en la previa encarnación. La forma en que experimentas a tu astral hoy (emociones, problemas, perdón) es resultado de la encarnación previa. Por ejemplo, el polo opuesto al perdón es la comprensión, si no puedes perdonar es una falta de interés por comprender. Si encuentras resistencias en tu cuerpo astral puedes estar seguro de que en la anterior vida tuviste una dificultad en el yo – con el perdón, la comprensión, etc.

Cuando hacemos los ejercicios indicados y nos auto-educamos, limpiamos las sobras de la encarnación pasada y preparamos un buen cuerpo astral para la próxima encarnación. Si no haces eso, si tienes un modo melancólico y te amargas, el cuerpo astral le entrega esto al cuerpo etérico de la próxima encarnación (si puedes aprender, cambiar hábitos, tener un buen estilo de vida con facilidad o no, estas alerta en el etérico). Si tienes un buen cuerpo etérico, esto significa que tu vida anímica en la encarnación previa fue buena. Si tienes dificultades en el cuerpo etérico se debe a las sobras astrales del pasado que lastiman al cuerpo etérico. Las manifestaciones de salud están en el cuerpo físico, pero son por cuestiones funcionales (malestar, insomnio,

etc.). En ocasiones te hacen mil pruebas y te dicen no tienes nada, tienes un desorden funcional que no puedo explicar. Este es un problema etérico, para lo que no hay exámenes médicos. Sólo podemos describir nuestro sentido de vida.

Rudolf Steiner: “En la escuela tenemos niños con sobras de vidas pasadas. debemos comprenderlas y apoyarlas. No debemos separarlos, debemos unirlos en el trabajo, que hagan cosas juntos, para que puedan tener buena salud en esta vida y unos miembros constitutivos sanos para la próxima encarnación”.

Si tienes un problema físico has perdido libertad porque se trata de los restos de las tres encarnaciones previas. La libertad se recupera por la forma en que tu yo lidia con las cosas físicas, entonces el cuerpo físico pone el límite; el yo es siempre libre de cómo lidiar con lo físico.

Es un camino hermoso el estudiar como reflejamos nuestras vidas en nuestros miembros constitutivos. Cuanto mas estudiamos esto de manera sensible mejor desarrollamos un sentido de la calidad de nuestras vidas pasadas. No tendremos imágenes, sólo la sensación. Las imágenes están en el cuerpo astral, en todas partes y puedes acceder a ellas con terapias de regresión. Pero incluso sin imágenes puedes desarrollar la sensibilidad de identificar cómo fueron tus vidas pasadas. Cuando lo identificas y lo trabajas con el autoconocimiento y autoeducación te sorprenderás de lo que puedes lograr. Te harás muy sensible a tus alumnos.

Los miembros constitutivos del niño están tan abiertos que el maestro debe saber

que la forma en que maneje su yo tiene un enorme efecto no sólo en su propia astralidad sino en la del niño. La forma en que manejo mis emociones afecta mi cuerpo etérico y el del niño. Y la forma en que manejo mi vida (cuerpo etérico) afecta la salud propia y la del niño. Somos ineludiblemente responsables por la salud de los niños con quienes trabajamos.

La ley pedagógica: trabajar con el destino, apoyar a los niños haciéndonos conscientes de que la autoeducación del maestro tiene un enorme efecto en el niño.

Segunda herramienta: cuando observamos la encarnación entre el nacimiento y la muerte crecen las fuerzas espirituales. Encarnamos y luego excarnamos y en medio creamos el cuerpo y desarrollamos competencias espirituales. En medio de la vida, la quintaesencia libre, así el pensar, sentir y hacer en nuestro organismo tripartita están en equilibrio. En la infancia estas tres se encuentran muy fuertemente en el cuerpo y poco fuera de él. En la vejez se encuentran en poca medida en el cuerpo y en gran medida fuera de él.

¿Qué es el yo? ¿o el yo superior? El yo nunca encarna, está tan completo que no hay vasija para el yo. Solamente Jesús pudo ser el cáliz para un yo, pero fue tan grande ese yo que su cuerpo pudo tolerarlo por sólo tres años – del bautizo a la muerte. El destino de la humanidad era crucificarlo, pero de cualquier manera si no lo hubieran matado, hubiera muerto en casa. Y esto es porque su trabajo estaba terminado. Jesús no reencarna porque ya logró la meta. En el evangelio dice que si logramos el objetivo una nueva evolución vendrá. Si logramos el verdadero ‘yo soy’ algo cambiará. La jerarquía de los hombres tiene libertad y amor, esa es su cualidad. Si

avanzamos mas un problema del futuro cual será identificar la realidad.

Pero es bueno darse cuenta que los problemas de hoy están preparando las soluciones de mañana. Los problemas existen porque no son competentes nuestros yos. Si los yos fueran todos competentes no habría problemas. Debemos humanizar a la humanidad, desarrollar lo humano, este es el gran tema de nuestro tiempo. Lo que sí puede encarnar es la organización del yo, la del cuerpo astral y la del cuerpo etérico. Estos miembros encarnados que excarnan en la quintaesencia de pensar, sentir y hacer, crean un cáliz para recibir al yo superior, que puede brillar a través de una persona. Los rosacruz se reconocían entre si por el brillo de los ojos, reconocían el brillo del otro.

La palabra persona tiene su origen en *personare*, que significa sonar a través de. Una personalidad suena a través del yo superior. Preparar el sentir, pensar y la voluntad para recibir al yo superior sirve al yo inferior, pero el yo superior es la cualidad de todos, no sólo para mí, no sólo para cada quien. Debemos participar, no poseer. El yo superior – o yo verdadero – puede brillar a través y puede inspirar nuestro trabajo diario. Tenemos un yo fuerte y permitimos que el otro yo superior pase a través de nosotros quitándonos del camino. Podemos tener la certeza: este soy yo y allá está lo que quiero hacer.

El altruismo significa dejar de lado tu yo inferior para que tu yo superior actúe. Si la conciencia del yo superior aparece entonces le llamamos el segundo nacimiento o iniciación – esta debe ser una decisión libre. “No yo, sino lo superior de mí”. A esto quiero servir, porque así permito que las fuerzas superiores estén presentes en todo lo que estoy haciendo.

Y es esto lo que percibimos en el momento de los 23 años, una cuestión de iniciación, respecto al mensaje del ángel: que el mundo de los ángeles esta muy cerca de nuestro yo superior y nos puede inspirar con ideales, que son mensajes de los ángeles. Los mensajes de los ángeles son: verdad, amor, lo divino en el otro, el altruísmo. Si estamos listos para trabajar con los mensajes del ángel podremos recibir al yo superior.

Si podemos recibir el mensaje del ángel, nuestra vida después de la muerte cambia: tendremos contacto consciente con los ángeles, porque los conocimos con el pensamiento a través de los ideales. Entonces viviremos y veremos lo que antes pensamos, lo que fue un pensamiento es un encuentro espiritual concreto después de la muerte. Si vivimos con un ideal vivimos inconscientemente en contacto con el ángel. Y al morir lo saludamos porque ya lo conocíamos, el ángel nos guía en la vida después de la muerte y nos ayuda a preparar la futura biografía.

Si conectamos los ideales con sentimientos tendremos contacto con los arcángeles. Ellos viven en la esfera de lo emocional – en las comunidades, países, razas, etc. Por ejemplo, permanecer en la Sociedad Antroposófica tiene que ver con un sentimiento – no hay razón para permanecer en ella, sólo lo hago por un sentimiento. Si lo pensara solamente con la cabeza ya no estaría ahí.

Los arcángeles viven con nosotros en el sentir – si los encontramos conscientemente después de la muerte podremos preparar nuestra vida de grupo con ellos.

Y cuando hacemos contacto con las consecuencias de la voluntad entramos en contacto con los Archai. Cada acción, por

minúscula que sea, tiene una consecuencia. Pero cuando trato de hacerme cargo de las consecuencias y que ello sea la inspiración de mi voluntad, puedo servir al buen espíritu de estos tiempos, después de la muerte tengo la posibilidad de hacer buenas elecciones con mi Archai de la vida previa, sobre cuándo será el mejor tiempo para encarnar la próxima vez, para servir a la humanidad.

Si debido a la educación, o a la vida material, esto no sucede y el contacto con el yo superior se pierde, entonces pueden entrar las fuerzas demoniacas. Pueden manifestarse con cosas tan inhumanas, tan agresivas, tan demoniacas; si esto pasa, después de la muerte no puedes descansar, puesto que no puedes contactar con ángeles, arcángeles y Archai. Ellos preparan sin nosotros todo para la siguiente encarnación, pero no somos parte de la planeación de nuestra propia reencarnación. Y creo que entonces en la siguiente encarnación no nos sentimos libres. Sentimos que nuestra biografía nos enferma, nos hace quejarnos, no nos corresponde, etc. y cuando hacemos terapia, es una y otra vez tratar de ayudar a que el paciente pueda amar su propia biografía – no es un castigo, es una oportunidad. Pero a veces hablamos a oídos sordos y ojos ciegos.

Sin embargo, desde el yo podemos cambiar todo. Ley pedagógica: el yo esta mas allá de las encarnaciones, no tiene nada que ver con el destino, es independiente del karma. El karma esta en los otros 3 miembros, no en el yo. Y entonces puedes renacer desde el yo, sin quejas, te sientes más y más libre y el ángel tiene mas acceso a ti. Suceden maravillas. Lo que fue preparado hace una unión. Cuando no tenemos los encuentros con los arcángeles nos volvemos fanáticos, fascistas, nacionalistas,

dogmáticos, guerreros religiosos porque no sentimos. Los fanáticos chauvinistas que no permiten la cooperación palestino-israelí, por ejemplo, están sobrepasados por las propias emociones viscerales, no son racionales, pero se sienten poco libres en su destino. Son arcángeles demoniacos, y grupos de poder demoniacos. Y es por esto que nunca les comprenderemos.

La pérdida de contacto con los Archai se relaciona por ejemplo con la desnutrición, los monocultivos, etc. La mayoría tiene hambre. Es una mentira que no hay suficiente, y ese argumento parece suficiente. ¿Cuál es la razón de la sobrepoblación? que cuando no tienes conciencia después de la muerte regresas demasiado rápido. Steiner dice que la sobrepoblación es simplemente el resultado del materialismo. Si no nos desarrollamos en la autoeducación, habrá increíble dolor y desastre. Este es el principio. Debemos despertar y re-pensar nuestra vida y cultura.

Esta es una herramienta para trabajar con los niños. El hacer conscientes a los padres de familia de las necesidades de la educación hoy. Este es el enfoque sanador de la pedagogía Waldorf.

Ahora pasamos a las preguntas, a ver a dónde llegamos:

¿Los niños zurdos, deberían escribir con la mano derecha?

La pregunta es por qué Rudolf Steiner indicó que los niños deben aprender a escribir con la derecha: Hay 3 razones. Si eres zurdo no significa que la izquierda es mas fuerte, sino que la derecha es demasiado débil, y con ella todo el lado derecho en general. Esto tiene que ver con el destino, el lado derecho se debilitó en la encarnación previa, por

lo que esta persona perdió muchas fuerzas en sus batallas internas y externas. Cuando puedes digerir todo con el yo, tienes toda la fuerza necesaria para preparar al cuerpo para la siguiente encarnación, pero cuando tienes que recibir más de lo que puedes digerir esto es un esfuerzo extra. El síndrome de fatiga extrema, quiere decir que te cansaste demasiado o en lo físico o en lo emocional. Por esta y otras razones el lado derecho es mas débil y el izquierdo toma el control. Rudolf Steiner recomienda fortalecer el lado derecho con la escritura, y esto fortalecerá todo el lado derecho. Pero nunca dijo cambien la dominancia, pues esto es contranatural. Y por esto se ha malentendido. Dejar que los niños hagan todo lo demás que quieran con la izquierda porque son zurdos, pero que en la escuela aprendan con la derecha, que es una nueva facultad, por lo que pueden aprenderlo. Tal vez es mas difícil que para los diestros, pero para los diestros también es difícil aprender a escribir. Si no fui clara leer el capítulo correspondiente en el libro "Pediatría para la familia". El proceso de escritura no es más que terapia para fortalecer el lado derecho. Es exactamente lo mismo que le pasa a un diestro cuando aprende a tocar el violín. A cualquier edad es posible cambiar la mano con la que escribes, por ejemplo si pierdes una mano. Mi abuelo perdió el brazo derecho de un balazo, y no tuvo ningún problema. Los problemas psicológicos no tienen que ver con el cerebro, sino con la forma en que se les pide a los niños. La dominancia para escribir no esta impresa en el cerebro. La escritura demanda actividad de todo el cerebro, es una facultad multifuncional que puede aprenderse con ambas manos. No es problema. Si tienes miedo, dudas, presión, entonces eso si causa problemas. Steiner dijo que el aprendizaje de la lecto-escritura

debe ser un proceso lento para todos. Los problemas psicológicos surgen de la presión de los papas, no de aprender a escribir con la otra mano. Respetar al niño individual: si el niño quiere aprender a escribir con la derecha porque el maestro y los papas lo hacen, y los amigos... este es un esfuerzo extra para la construcción de la identidad de su yo. Esto les ayuda, los zurdos tienen más creatividad pero menor inestabilidad emocional. Cuando un zurdo aprende a escribir con la derecha y recibe apoyo y aliento constante, esto fortalece la intención de encarnar. No debe ser una causa de estrés, no es una ideología ni un concepto viejo, hay razones. Como vi tan buenos resultados y nunca perdí a un niño por escribir con la derecha, soy una de las pocas que aún recomiendo esto. Sé que algunos están en contra de esta postura, pero estoy dispuesta a adentrarme en este tema cuando en los próximos años tenga tiempo, pero mientras dirija la sección médica del Goetheanum no me será posible. Les comento de sólo un caso en que di una charla para papas respecto a los niños zurdos: Al final después de que todo terminó, un joven de 16 años que era de dominancia izquierda y no lo había visto en la conferencia, se metió a escucharme. Al final me dijo: ¿soy demasiado viejo para cambiar a ser diestro? ¿o es muy tarde? y le dije que sólo se necesitaba crear las condiciones. Comenzamos a trabajar antes del verano. El eligió algo que le gustaba para escribir, hicimos ejercicios para que nunca escribiera más de lo que quería pero siempre tanto como fuera posible. Después del verano hablamos con los maestros para que le dieran la oportunidad de escribir menos y después de 6 meses iba mejor. En un año podía escribir tan bien como con la izquierda, pero él estaba muy motivado. Esto no tiene nada que ver con el tema de la dominancia cruzada o no establecida.

Si hay dominancia cruzada hay euritmia terapéutica y hay ejemplos de Steiner, pero podemos inventar nuevos. También entrenamos con gimnasia lo que falta. El lado izquierdo está orientado al tiempo y el lado derecho al espacio. Pero si la lateralidad está definida cuando dices izquierda sabes lo que dices. Me agrada esta pregunta pero se cuantas emociones al respecto hay pendientes aun.

¿Respecto al andar?

Tenemos muchos problemas por la falta de andar. Algunas formas de TDAH son simplemente un problema de deficiencia al caminar. Imagina que el día típico para un niño es así: sentarse en el coche, en la escuela, a la mesa, para hacer la tarea, y a dormir. Hay días enteros en que no caminan. Los primeros 21 años tienen una necesidad imperante de usar el cuerpo – de moverse. Esto ayuda al proceso de encarnación. Cuando alguien desespera, camina. Es un instinto natural de encarnación. Comer y andar sostienen al espíritu, cuerpo y alma juntos. Por eso no solo no caminamos sino comemos de más. En el sistema metabólico motor los 4 miembros constitutivos del hombre participan. Cuando comes todo el tiempo activas el sistema metabólico permanentemente y esto apoya la encarnación, pero en el movimiento esto se logra de una forma mucho más completa. Porque al moverte todos tus órganos entran en el estatus de actividad metabólica debido a que tienes en todos los músculos la actividad metabólica requerida para moverse. Si hay mucha grasa, esta se metaboliza. La digestión es una fuerza metabólica, pero al moverse, todo se mueve y masajea. Cada inhalación es un masaje porque empuja a los riñones arriba y abajo, masajeando, igual que al hígado. El movimiento es como un

masaje, respiras diferente, hay más oxígeno. Fortaleces también el sistema rítmico pues el andar es rítmico. Es el mejor remedio inmune, todos los médicos lo saben, pero caminar de verdad, no distrayéndose. Esto estimula al sistema inmune, hay muchos artículos al respecto: caminar al menos 20 minutos diarios es mejor que trotar. Es la mejor prevención para la demencia. El sistema inmune es el yo en el sistema metabólico, por esto lo estimula. El cuerpo es egocéntrico en todos los sistemas. El proceso de crear tu propia identidad biológica, en la que los parámetros inmunes son centrales, esto es el resultado de la encarnación. Caminar es la actividad de encarnación más importante, por eso la aprendemos ya en el primer año. El aprendizaje del andar ayuda a establecer el sistema inmune. Por eso podemos tolerar las vacunas mucho mejor después del primer año.

El pensar, sentir y la voluntad se involucran activamente en el andar. Si corres no puedes ver nada. Si caminas puedes ver y pensar. Tienes la cabeza libre para recibir inspiraciones. En el pensar, lo etérico, lo astral y el yo se ven liberados. El sentir puro es sólo lo astral y el yo (sin pensamiento) – por eso nos atan tanto las emociones porque son el astral y el yo juntos. La voluntad pura involucra únicamente a la organización del yo.

pensar: vida interior consciente
sentir: empatía, inspiración
voluntad: solo hacer

La capacidad de la voluntad: es una de las principales tareas de la Euritmia: liberar al sistema metabólico. El cuerpo etérico entra al cuerpo en la noche y en el día esta fuera. El cuerpo etérico esta libre entre el día y la noche. En el sistema rítmico el cuerpo astral esta libre con la respiración. Y el mismo juego rítmico

hay con el yo en el sistema motor. El trabajo que hay que hacer es liberar al yo de nuestro sistema motor, para poder manejar nuestra voluntad libre del cuerpo como tal. Cuanto mas sigamos la propia voluntad sin seguir lo que dirigen otros mejor será. Lo que hacemos por voluntad propia es casi diario sólo meditar, aunque si piensas “tengo que” deja de ser una acción de voluntad propia. El cuerpo no tolera ni una mentira. El andar y la euritmia en la infancia son lo mejor que podemos hacer para la educación de la voluntad, para encarnar, para hacer al cuerpo transparente para la personalidad. El andar es lo que debemos apoyar desde el primer año. Siempre me da gran alegría cuando veo a papás o mamás esperar con paciencia al hijo que viene caminando, cuando lo dejan andar. No hay edad para no caminar. Traté a varios niños con TDAH con sólo caminata media hora antes de llegar a la escuela. Cuando los niños hacen eso, se ponen muy contentos de sentarse. Hay que desayunar y caminar, comer y caminar encarna correctamente. Comer y caminar trae a muchos niños que están fuera del cuerpo a su cuerpo. Hay quienes necesitan tratamiento especial, pero muchos solo necesitan caminar. En los países donde aun hay trabajo físico o largas caminatas, hay menos TDAH. El movimiento es bueno en todas sus formas, pero no hay nada mejor que caminar.

¿Después de un aborto, el niño regresa a la misma mama?

Hay casos en que la mama siente esto. en los abortos espontáneos suele ser así, pero en los abortos provocados es menos común. El niño que fue abortado por una mamá elige venir no muy lejos de esa mamá para encarnar. Suele buscar encontrar a la mamá bajo otras circunstancias. Una familia tenía ya

dos niños y cuando hubo un tercer embarazo y lo interrumpieron, la mamá tuvo una lucha interna muy fuerte; decidió abortar y luego fue muy interesante. En la colonia, nació un niño a los dos años más o menos, y ella lo conoció por accidente, se mudaron muy cerca y este niño le sonrió a la señora, y la mamá biológica comentó que no sabía como cuidar a ese niño porque estaba muy ocupada... La mamá original dijo que podía cuidar al niño mientras ella trabajaba, porque estaba en casa. Y el niño se sentía muy bien en esa nueva familia. Toda la familia quería al niño, y los niños crecieron y el niño siguió visitando siempre a la familia. Años después me dijo: ese niño es mi hijo. Si ponemos mas atención a los vecinos, si sonreímos mas, si sabemos que esto podría pasar, estaremos mas atentos... si abortas, tal vez no es lo mejor, pero es posible que ese niño encuentre otras soluciones. Esto brinda una nueva cualidad en la relación si estamos atentos a quiénes conocemos. Somos co-creadores del destino. Decir “pobre” niño no ayuda, podemos ayudar y tal vez hay algo ahí de lo que te puedes perder si no pones atención. De esto se conforma el destino.

¿Cómo enseñamos religión a los niños?

En donde me hospedo vi un libro: “Los siete sacramentos para todos”. Necesitamos rituales, redescubrir que la vida es sagrada. El bautizo es abrir los ojos a lo sagrado en el nacimiento. la puerta esta abierta al mundo espiritual, el sacramento nos abre la atención. Necesitamos de la religión porque la organización del yo es religiosa, nuestro cuerpo astral es un artista, nuestro cuerpo etérico es un filosofo, un científico. Rudolf Steiner dijo que la pedagogía Waldorf quiere revivir la ciencia, el arte y la religión. Revivir quiere decir que uno apoya al otro.

Cuando entiendo lo que creo entonces la ciencia apoya la religión. Cuando creo en lo que entiendo, la religión apoya la ciencia. Cuando comprendo en qué proceso está mi actividad artística, entonces el arte es una nueva forma científica. Por otro lado, si vivo en la música, en el habla, en el color, en la forma, mi mundo se hace mucho más religioso. Lo uno apoya a lo otro. Y en cada clase tenemos que tener las tres cualidades. Al inicio Rudolf Steiner no quería tener clases extras de religión, para que cada clase tuviera las tres cualidades. Hoy necesitamos de la educación religiosa. en Europa tenemos la clase de religión en la escuela, incluimos diferentes religiones. Y tenemos 3 acciones: servicio religioso dominical para niños de 1o. a 8o., uno para secundaria, y uno para prepa. Realizamos 3 rituales iniciáticos para la infancia, la secundaria y la adolescencia. Recomiendo que estudien estos servicios dominicales. Los hay para el padre, para el sol, para el Espíritu Santo (chicos medianos y grandes). Si pueden asistir, esto apoya el ritmo astral, de 7 días. Cuando se realiza una cirugía, la herida sana en impulsos de 7 días, también las heridas emocionales. Si hacemos el servicio semanalmente, es una de las fuerzas más poderosas para el viaje. Siempre se realiza el mismo servicio, por años; aprenden a hacer lo mismo a partir de la voluntad, la experiencia es diferente cada vez porque los niños cambian tanto. Los cambios son muy pequeños. El niño experimenta estas palabras, estos pensamientos como compañeros. Esto lleva a una profunda comprensión de lo que es la meditación. Los niños experimentan a los otros niños y a los maestros de una forma totalmente diferente, con una sensación de hermandad, pues todos se tratan muy bien, a diferencia de la cotidianidad de la escuela.

Esto conlleva también un aspecto sanador que apoya el ritmo semanal. Hay un proceso semanal de 5 días que debilita el sistema inmune, pues tienes un ritmo de 5 días luego uno de 2 días. ambos están incompletos. 5 es el número de la crisis, 2 necesita ser al menos 3. Los niños lo perciben cada lunes en todo el mundo. Recomendamos que los padres y maestros se apoyen para tratar al sábado como día de escuela en el trabajo en casa. Si funciona tendrán 6 días de trabajo y uno diferente, es el día de descansar. Esto estabiliza el sistema inmune porque fortalece el ritmo semanal. pero al menos el ritual semanal ayuda a estabilizarlo un poco.

¿Cómo colocamos lo aprendido aquí en un formato para el 'estudio del niño'?

Podemos utilizar la imagen de la estrella (es bueno si un maestro diferente se concentra en cada punta):

Punta inferior derecha – plano físico, facultades sensorias, motoras, de lenguaje, lo que se expresa físicamente, qué sabemos del entorno. Todo el rango de aspectos físicos, la familia, etc.

Punta inferior izquierda – plano etérico – no sólo la forma en que describes las fuerzas de vida: es redondo, seco, el temperamento, sino también cómo piensa el niño, ¿puede expresarse claramente en oraciones o no? ¿cómo es el cuerpo etérico encarnado y excarnado? La memoria, sus costumbres y hábitos, su estilo de vida, su estructura.

Punta superior derecha – plano astral – relación con el resto del grupo, ¿qué lugar ocupa? ¿quien ama este niño? El maestro que dirige esta parte debe amarlo. En lugar de amor podríamos decir interés autentico.

El astral es nuestro cuerpo del interés. Si el niño se siente visto, reconocido, apoyado, eso brinda fundamento a cualquier tratamiento. Muchas veces tienen problemas solamente porque no se sienten amados, porque no se les ama. ¿Con qué energía positiva contamos para apoyar al niño? ¿qué simpatías tiene este niño? La clase extra o terapia debe hacerla aquel que ama al niño. Muchos problemas surgen porque los niños no se sienten vistos, escuchados o amados. ¿Hay alguien a quien el niño escucha? ¿cómo es su contacto de uno a uno? y ¿cómo podemos fortalecer el yo del niño? Este aspecto es religioso. Los niños aman a las personas que tienen una orientación religiosa interior, una verticalidad interna. Confían en ellos y los aman. En este punto podemos encontrar a alguien así para trabajar o al menos platicar con el niño.

Punta superior izquierda – ¿qué queremos del niño? ¿qué debemos hacer para que el niño logre esta meta? ¿cuándo nos reunimos para dar seguimiento? Siempre sufro cuando no hay seguimiento. Una persona se encarga, les recuerda a los demás que se reunirán para dar seguimiento. Véanlo, obsérvenlo, etc. Puede ayudar el identificar qué materias se conectan con las cualidades necesarias y construir a partir de ahí en forma sistemática.

Algunas veces se dicen los nombres de algunos niños sólo desde la emoción negativa, nunca se dicen sus nombres desde lo positivo. A veces esto no es consciente, pero su nombre se dice sólo en el contexto negativo. Como adultos no lo toleraríamos, pero ellos sienten que siempre están equivocados. 'Soy el niño equivocado, en el lugar equivocado, con las personas equivocadas'.

Pregunta sobre el TDAH:

Es una alteración en la que la encarnación del cuerpo astral no es equilibrada. Hay mas niños varones diagnosticados en los primeros trece años de vida debido a sus movimientos externos. En las niñas es menos aparente, y se manifiesta de forma más interna, suele considerárseles tontas, pero pueden ser que tengan TDAH. En estos casos los sentimientos son más fuertes y toman el control.

Debemos estar atentos a las niñas y observar si son capaces de dar seguimiento a los pensamientos. Ayuda mucho si cada maestro puede ofrecerles dos sesiones de clase extra por semana para encontrar sus dificultades de aprendizaje. Incluso si tienes a un típico TDAH veras que hay momentos en que están mejor; hay que estudiar por qué. Cuanto mejor comprendamos de dónde viene y fortalezcamos el yo, además de acompañar con movimiento, no tenemos que dar tratamientos extra, sólo con ver y comprender al niño mejor sería suficiente.

De los niños que presentan TDAH mucho se relaciona con el cuerpo astral y con la forma de fortalecer el yo para poder controlar. También es importante considerar cómo apoyar al cuerpo etérico a través de la alimentación y el movimiento para que el cuerpo astral pueda estar “en control”. Es claro que en la pubertad el TDAH desaparece, pues es en la pubertad cuando encarna el cuerpo astral.

El TDAH es la imagen de los niños para hacernos ver la insalubridad de la aceleración en que hoy vivimos. Muchos niños con TDAH y sus síndromes son los resultados de interacciones con un ambiente que no escucha, no entiende y no tiene tiempo para ellos. Cuanto más atención reciben estos niños más

tranquilo están. Este síndrome también refleja los desequilibrios en la cultura. El TDAH es un llamado a la auto-educación, pues los niños con esta condición saben muy bien que se tienen que auto-educar. Su voluntad se fortalece mucho, pues desde niños aprenden que deben trabajar y aprender a controlarse a sí mismos.

Muchas situaciones de medicación en niños con TDAH no tiene nada que ver con los niños, ni con los papás, sino con los maestros. Los maestros sólo quieren niños bien portados. Para trabajar con estos niños, es necesario un esfuerzo pedagógico extra, pero no drogas. La educación regula las funciones de los neurotransmisores, no las drogas.

Mañana tendremos dos horas mas. Meditaré sus preguntas y espero tengamos una buena sesión.

Comentarios y respuestas a las preguntas:

La encarnación es un proceso de doble sentido. Por un lado consiste en encontrar nuestro cuerpo como instrumento de tiempo y espacio, para iniciar un camino de vida. Pero la otra cara del secreto es justo al revés: vamos a la tierra para poder irnos de ella por el umbral de la muerte como un espíritu nuevo, renovado, alimentado; cada vida es una nueva perspectiva. Imaginen todas las situaciones en las que podemos encarnar y cómo podemos aprender de cada una. Cada destino es diferente, imaginemos a una mujer que tuvo doce hijos y de paso su esposo era maestro Waldorf. ¿Qué sabríamos de la vida si no encarnamos más veces? Hacerlo cambiará tu vida, tu tolerancia. Si estás desorientado sexualmente, por ejemplo, eres toda la vida una minoría tan sólo por tu cuerpo. Tal vez en nuestro destino necesitamos ser una minoría

para aprender a resistir al resto del mundo. No hay nada en la vida que no conlleve una serie de inspiraciones, hay cualidades, condiciones de la experiencia del dolor, el júbilo, la exclusión, etc. No repetiremos lo que teníamos, siempre será nuevo. Todo momento es precioso porque cada uno es único.

La encarnación consiste en transformarse y dar origen a un ser renovado. Las fuerzas del pensar, sentir y hacer son fuerzas de nuestra evolución, de vida, anímicas, del yo... que hacen de todo. Se encuentran en todos los seres, pero sólo en los seres humanos se salen del control de Dios. Si tienen una buena dirección humana está muy bien, pero a la vez somos la peor amenaza de la evolución. Podemos vivir de forma material, pero no estaremos inspirados, no nos cuidarán nuestras fuerzas iluminadas. Somos totalmente libres para decidir cómo usamos lo que nos es dado.

Hubo muchas preguntas sobre el alcohol, drogas, y otras adicciones. Cuando yo trabajaba en escuelas, ningún maestro bebía una sola gota de alcohol. Tiempo después me invitaron más adelante a una reunión de 250 maestros de jardín de infancia, y había un montón de alcohol, me pusieron en una mesita con otros 3 porque no bebíamos. Me sorprendió y me quedé sin palabras cuando me dijeron que así eran las cosas. Como médico me entristeció leer que el vino tinto es bueno para la circulación, y que aunque luego esto fue desmentido, esa parte no fue publicada. Pero es lo que es.

¿Qué significan las drogas? ¿Por qué todos las necesitan tanto? Yo creo que los psicotrópicos nos brindan experiencias sin la necesidad de crearlas nosotros mismos. Si tomas pastillas para dormir de inmediato

puedes dormir, pero con un buen terapeuta si aprendes a dormir de nuevo, puede tomarte más tiempo, entonces esa habilidad de dormir te pertenece. Puedes lograr lo mismo a través de una lucha interna, porque el cuerpo responde, no produce. El cuerpo nos servirá dependiendo de cómo le utilicemos.

Las hormonas y enzimas responden a una cierta forma de ser activo. Una vez en el dentista me iban a poner una inyección, me preguntaron si tenía problemas cardiacos y cuando dije que no, le agregaron adrenalina. Ahora recuerdo que tenía taquicardia como después de correr sin correr. Probé observar cuan rápido podría calmar a mi corazón a través de respiración y meditación y fue muy rápido. A muchas personas les da susto cuando la taquicardia de una inyección así dura mucho, pero es que la alimentan con el miedo. Todas las drogas funcionan por un tiempo, las metabolizamos y se pierde su efecto. Entonces necesitarás de otra droga para mantener el efecto. La pregunta es: ¿Por qué esto no es bueno? Cuando se necesita, en un caso de emergencia por ejemplo, está bien, pero cuando el uso de drogas hace a la gente floja, no está bien, porque es una forma de evitar la actividad espiritual. Si la droga evita que puedas despertar para el trabajo interior, está muy mal.

Rudolf Steiner habló de las siguientes cualidades:

Del cuerpo físico: la hermandad – observo tus necesidades y te ofrezco mi ayuda.

Del alma: reconocer la naturaleza divina en el otro.

Del espíritu: comprender que el pensar es un poder espiritual.

No despertamos al poder del pensar si nos dejamos influenciar por el entorno. A veces nuestros pensamientos no surgen de nuestras percepciones sensoriales. No todos los ideales pueden encontrarse en el mundo sensorial, entonces podemos saber que son metas sin cumplir, podemos pensar una realidad que aún no esta disponible en lo material. ¿Cuál es la realidad mas fuerte? ¿La capacidad de algo de hacerse realidad o las actividades ya hechas realidad?

Comparto un pensamiento respecto a la verdad:

En el aspecto físico, la verdad son los hechos de informaciones, como: “ahí esta Micaela”. Se trata de aquello elativo a los sentidos.

En el aspecto etérico la verdad es un concepto, una ley matemática, cuestión lógica, el concepto de rosa... Puedes pensar lámparas que no existen aun, y lamparas que si existen ya. Es un concepto, es algo filosófico, etérico, un pensamiento relativo a la verdad.

En el aspecto del alma la verdad es algo que esta en desarrollo. Es un pensamiento relativo al desarrollo, por ejemplo: “pensé que pensabas esto o aquello” “si pero cambié de parecer”. Cuando subrayas un libro y lo encuentras años más tarde te preguntas porqué subrayaste eso, porque con el tiempo has cambiado. Lessing escribió un ensayo: La educación de la humanidad. En el ensayo se cuestiona: “Si Dios tuviera en su mano derecha la verdad absoluta y en la izquierda la búsqueda eterna de la verdad, y si me diera a elegir, yo elegiría la mano izquierda, porque la verdad absoluta es solo para Dios”. La primera vez que lo leí estaba estudiando, y me hubiera gustado tener la derecha, pero si tuviéramos

toda la vedad ya no habría más desarrollo. Este es el concepto de la verdad en lo astral, en la conciencia, siempre cambiante.

Debemos ayudar a los niños a asentarse en la tierra, ofrecerles conceptos verdaderos, para que no sean muy inseguros y se lancen a las drogas cuando tengan que llegar a su propio desarrollo. Si no hay estabilidad, fundamentos, te sientes perdido, desorientado y temeroso, y la civilización ofrece tantos substitutos, que estarás feliz de elegirlos. Tienes cero oportunidad de encontrar la verdad en el nivel del yo, que es eterna, estable, el fin de la historia: yo soy quien soy. El gran misterio.

Si te esfuerzas desde tu yo por ser honesto en los 3 niveles, alguien te dirá un día que eres honesto. Incluso si esto es riesgoso, y se preguntaran por qué. Cuando te entrenas en algo, cuando tu ideal es la verdad, y permites que esta brille más y más en tu vida, entonces desde afuera alguien dirá: eres esto o aquello (y ello será verdadero). Y por eso podemos comprender por qué el pensar es el puente para comprender el espíritu, para experimentarlo como la realidad verdadera.

El concepto de verdad es puramente espiritual, no es físico. Entonces soy un co-creador de mí mismo, depende de mí lo que soy, es el recurso espiritual de todo lo que es.

La quintaesencia es el desarrollo de una orientación espiritual a partir de la que organizamos nuestras vidas en todo aspecto. Educamos, sanamos, etc., y así tendrán los otros una mejor oportunidad de encontrar el camino de la auto-realización.

Alcanzar el espíritu por la puerta del pensar es el único camino que nos dará libertad. Si tomamos como verdadero lo que nos dice un clarividente no pensamos,

dependemos de él, esto no es desarrollo. Rudolf Steiner dijo muchas veces que no creyeran lo que decía, sino que lo pensarán solamente. Hay que experimentar el poder espiritual de la quintaesencia – pensar sentir hacer – para despertar en lo espiritual, o tener un segundo nacimiento. Para darnos a nosotros mismos el propio nacimiento.

En los últimos años las asociaciones a favor del otro se han desarrollado más, tanto en lo físico como en lo etérico anímico. Ejemplos de ello son Green Peace, las iglesias para todos, grupos de meditación, de desarrollo del camino interior, etc.

Por otro lado observamos una fuerte sexualización de la sociedad, la tendencia a buscar sólo satisfacerse a sí mismo, a través de mis posesiones y obsesiones. Ello son como drogas para no buscar la espiritualidad. Lo que es peor, es que esto es visto como lo normal. A través de la tecnología moderna, en lugar de consumir trabajo espiritual, consumimos electrónica, imágenes, tweets.

Esta noche terminé de responder a mis emails, pero ¿saben qué hice? Pude responder rápido estando cansada incluso. Pero cuando un email necesita aunque sea un sólo pensamiento, me siento incapaz de hacerlo. La esfera de lo electrónico es como un mundo entre mundos, entre la vigilia y el sueño. No tenemos sentido para el ‘electro-smog’, por ello es muy peligroso. Los que no lo sienten deben pensar que esto no es sano, aunque no lo percibamos. Debemos pensar cómo reducir el electro-smog en todos los casos que podamos, pues daña el cuerpo etérico. Esto es porque las ondas de la información digital son idénticas, auto-repetibles, sino no se pueden reconocer. Todo lo que digas lo leerá tu proveedor, esto significa que como estamos llenos de ondas

electromagnéticas, tenemos una interferencia total de las ondas electromagnéticas producidas por el cuerpo etérico.

Si en un paciente en cuidado intensivo después de una operación de corazón, sus latidos se hacen demasiado iguales, esta persona corre riesgo de morir. No existen dos latidos idénticos. Pero las ondas electromagnéticas electrónicas son idénticas, no hay vida en ellas, están muertas. Entonces el cuerpo etérico tiene que compensar permanentemente estas influencias que traen consigo la muerte. No sentimos que estamos compensando, pero sí nos sentimos más cansados. El primer síntoma de un etérico sano es no sentirse cansado.

La primera vez que fui a Japón en 1989 las personas estaban de pie y hablando en el tren. Ahora nadie habla, se duermen, incluso de pie. Pero en un grupo de 250 en donde todos tienen sus celulares, eso pasa. En la nueva edición de pediatría para la familia hablo del electro-smog.

Rudolf Steiner nos enseña una ley para el trabajo con tecnología, y la uso con las drogas también, incluso en lo médico: sólo si es indispensable. Deja de usarlos conscientemente, no lo uses, prueba tu libertad, tu iniciativa, tu decisión. y ya que “llenaste las reservas” de nueva energía, de nueva vida, entonces usas el aparato, pero vete a caminar, llena las reservas y luego ya prendes el aparato. Cuanto más trabajemos en esto, más ayudaremos a la siguiente encarnación, para no deshumanizarla. Este es el peligro: deshumanización vs. humanización.

La Antroposofía trabaja por la humanización, contribuir a la humanización es nuestra misión.

Me encantó leer en la declaración de la ONU para las personas con necesidades especiales, que deben tener los mismos derechos porque contribuyen muchísimo a la humanización de la humanidad. Pero ¿por qué contribuyen tanto a la humanización? Porque necesitan nuestro apoyo, nos hacen ayudar, nos hacen ver las necesidades del otro, percibir lo divino, percibir que tienen un destino especial, que no han podido encarnar completamente. Ellos permanecen en el mundo espiritual, con aquellos que tienen dificultades de comunicación, debemos comunicarnos en lo espiritual. Sus mamás no ven la discapacidad, sino perciben la conexión espiritual.

Un día vi aun joven de 16 años que no podía andar, hablar, moverse, etc. Cada verano lo dejaban en una institución para poder ir de vacaciones. Y pensé: lo dejan en las mejores semanas del año. Yo juzgué de inmediato a la familia por dejarlo ahí, pero luego la realidad me mostró mi error, hay que investigar antes de juzgar. Los juicios espontáneos son muy peligrosos. Después de 4 semanas escuche un llanto horrible en el cuarto del joven, él lloraba y temblaba, y yo no sabía que hacer. Y luego vino la enfermera y me dijo: no te preocupes, es porque hoy llega la mamá, y siempre hace eso antes de que ella llegue. Después llegó la mamá y hablé con ella y me dijo: para mi, siempre es tan doloroso dejarlo en las vacaciones, y me siento tan agradecida... Y yo pregunte: ¿porque? mira, yo no lo quise poner en un instituto permanentemente, pero tengo un esposo y otros tres hijos, y siempre estoy con el, y no con ellos. Las vacaciones son el único momento en que puedo estar con ellos y fue el acuerdo al que llegue con mi familia para no ponerlo en una institución permanentemente. Y entonces experimenté

mi estupidez, mi falta de educación. De cada encuentro aprendes, sobretodo a no juzgar antes de investigar. Éste era el acuerdo de años para esta familia, que les permitió recibir todo del niño y también un poco de tener a la mamá 4 semanas al año para el resto de los hermanos. Esto es humanización.

¿De dónde viene la ansiedad?

La cristalización de los huesos es normal, pero si lo sientes emocionalmente esto genera miedo. Cuando tienes miedo te contraes, te encoges. Estás como atado con los pies a la tierra, pues tienes mucho sueño. Todas nuestras fuerzas anímicas se metamorfosean. Cuanto mas lo estudiamos más comprendemos lo siguiente:

Las fuerzas se liberan y tienen su dinámica propia. Las fuerzas de cristalización liberadas son también de concentración. Lo mismo sucede por ejemplo con la obsesión – tu yo no puede controlar estas fuerzas, ellas te abrumen. La educación y medicina deben trabajar fuertemente por una liberación saludable de las fuerzas formadoras del cuerpo, como lo indicó Rudolf Steiner. Si esto no sucede puede haber dos fallas: 1. Esas fuerzas salen muy fuerte y rápido y son difíciles de controlar y los niños desarrollan desórdenes psicóticos obsesivos. Son contenidos mentales que no puedes controlar, y no te sientes saludable en la mente, es una memoria patológica. 2. Si las fuerzas permanecen y no se metamorfosean y liberan, permanecen en el cuerpo como fuerzas negativas listas para producir cáncer por ejemplo. Es muy precioso acompañar y a veces trabajar en de re-reencarnar estas fuerzas liberadas extras. Pero no es fácil.

Si tomamos la imagen del cuerpo y sus fuerzas liberadas, podemos comprender

porqué la enfermedad y la sanación pueden suceder. Porque debemos dar una nueva dirección a la quintaesencia y con estas fuerzas tratamos de comprender el mundo. Debemos cambiar la dirección de estas fuerzas hacia comprendernos, a objetivar el mundo, así tendremos una mente saludable. Así nuestro cuerpo estará saludable. Cuando somos alérgicos nos faltan defensas o barreras. El cuerpo sano es egocéntrico de forma inconsciente y esto está bien. La liberación es altruismo consciente. Cuanto mas egocentrismo mental, menor capacidad

inmune tendremos. Este es el camino fisiológico que nos muestra porqué con los años nos hacemos más o menos saludables. Y la voluntad de encarnar saludablemente (el yo) es el médico interior – la actividad del yo en el cuerpo etérico. El cuerpo etérico encarnado-excarnado y el trabajo del yo en él es el secreto la Vara de Esculapio. Con la apertura sensorial del primer septenio y lo etérico dirigiéndose hacia los sentidos, el niño entrena la exploración del mundo, y esto sienta las bases de la salud futura.
