



EL KRISOLET

Newsletter de Krisol Waldorf Maresme

Torrent de Can Pau Manent s/n -08338 - Premià de Dalt (Barcelona) Tel. 634 539 199

www.krisol-waldorf.org - krisol@krisol-waldorf.org

Notícies

Editorial

Per acompanyar el floriment de la bella primavera que avui ens envolta, estaria bé recordar les paraules que des de les famílies actuals a l'associació amb gratitud es dirigeixen a altres famílies que han fet possible amb els seus passos i les seves mans la història del que avui som:

“Nos sentimos orgullosos de Krisol, le miramos y vemos el suelo de madera que suena a hogar bajo las zapatillas, los colgadores del recibidor, los bancos, los toboganes, los columpios de la higuera, se ven todas las jornadas de mantenimiento, de adecuación, de esfuerzo, de colaboración, de trabajo en equipo, de decisiones, de implicación... de colaboración mutua entre familias y maestras/os, creando este entorno educativo, que posibilita cada día esta oportunidad para la infancia en general, y nos sentimos orgullosos y agradecidos.”

Les famílies actuals volem agrair i dedicar aquesta fira de primavera a celebrar el nostre primer septenni en aquest formós entorn. Sabem que és un caminar compartit el que ha fet possible aquest impuls, però aquesta força primigènica que fa possible emprendre projectes, potser només es té una vegada i és gràcies a aquesta primera força emprenedora que any rere any podem custodiar la flama que un dia van encendre; segurament primer pels seus fills, però gràcies a la transcendència que té un projecte així per a les famílies que s'impliquen i viuen el dia a dia, ara són altres fills de moltes famílies les que han gaudit de Krisol.

Són famílies que han après i compartit, també s'han barallat i reconciliat, han descobert un tros de veritat i de bellesa en cadascú. Haver viscut la plena infantesa del projecte és tot un privilegi, i el llegat que han deixat amb empremta ardent les mestres que també han passat per aquí se sent el cor del projecte. Es manté, gràcies també a les seves mans i esforç i a les famílies que han sabut i saben cuidar d'aquests cors.

(Gabriela- mestra)

□ Agradecimiento por el día de Pascua

Quisiéramos explicar un poco la vivencia de la celebración de la pascua en Krisol: Fue una linda jornada donde una vez pasada la Pascua, y habiendo vuelto de las vacaciones de Semana Santa, los niños encontraron aún lo que allí preparábamos. Algo aún más especial nos esperaba esos días en Krisol.



Para acompañar lo que pasa en nuestro interior y vive intensamente en los niños, es importante recordar que es en esta época donde esperamos la primavera. Vivimos con ellos el despertar de la naturaleza, las pequeñas flores que van anunciando su llegada y algunos frutos que en el invierno no estaban. Los animales también se liberan de su abrigo y encontramos plumas por doquier, nuestros abrigos también se hacen pesados y el sol está ahora un poco más cerca.

De esta manera es un tiempo que está acompañado de múltiples nacimientos: Con las nuevas puestas de huevos por ejemplo, por lo cual en este ciclo y en nuestra cultura el huevo representa la Pascua, siendo la imagen de creación por excelencia, allí donde todo está contenido. Además de la imagen del huevo y las semillas, nos acompaña la imagen de la liebre de Pascua, pues es quien nos trae los huevos; tradicionalmente escogida por su gran valor al sacrificar su propia vida cuando sale en defensa de otra de su especie que es perseguida en alguna cacería.

Durante esas semanas mientras esperábamos la Pascua, estuvimos explicando el cuento de la liebre de Pascua y haciendo la ronda del conejito. Es una imagen llena de valores y de interés para los pequeños que transmite sobretodo la búsqueda del camino intermedio y la acción desinteresada. Brindándoles alimento para su fantasía y elementos para comprender el mundo que les rodea. ¡Gracias a las familias que nos acompañaron a tan linda celebración!

Actividades

□ Talleres de rimas con Tamara Chubarovsky

El pasado 6 de abril tuvimos la suerte de jugar un rato con Tamara Chubarovsky. Hicimos rimas y juegos de dedos, intentando sincronizar voz y movimiento y entendiendo qué hay detrás de cada (aparentemente) simple ejercicio.

Tantas veces hemos mecido a nuestros hijos en nuestros brazos, de forma instintiva, para consolarlos o dormirlos. Tantas veces los hemos sentado en nuestro regazo moviéndolos arriba y abajo con el “arri, arri tatanet”... Tantas veces han estado en el parque columpiándose. Y resulta que gracias a cada uno de esos movimientos se estaban favoreciendo infinidad de conexiones neuronales básicas para el correcto desarrollo y funcionamiento de su cerebro. Por ejemplo, el arriba mencionado “arri, arri tatanet...”, es un movimiento vestibular con el que favorecemos la escucha atenta.

Con niños de 3 y 4 años hay muchas alternativas de juego. Y con ellas, podemos lograr cosas como la contención amorosa para que puedan captar los límites, propios y los del entorno. Los niños hipersensibles no soportan el contacto suave, sin embargo el contacto energético, pero amoroso, los calma. Cuando mamá limita con rigidez, el niño busca espacio. Cuando mamá no limita, el niño busca límites ya que siente demasiado espacio. El tacto primario o reactivo es la sensibilidad respecto al espacio. Se produce huida o ataque. Aquellos que no se sienten a sí mismos, buscan el contacto. Se cuelgan. ¡El tacto energético siempre es sanador!

En casos de hipo e hipersensibilidad, puede sanarse a través del masaje o rimas. (Rima: El Traje, DVD 3 Tamara Chubarovsky). Aunque no hay que imponer la rima al niño; todo debe realizarse a través del juego.

...continúa

...continúa

Podemos probar antes la rima/masaje con otro hermano o con papá, para que el niño se sienta atraído por el juego y quiera probar también. ¡¡Hay que tener en cuenta que la laringe de nuestros hijos vibra con nuestra voz!! (Y pensé, ¿qué sucede entonces cuando nos enfadamos...?)

Cuidado con querer forzar la lateralidad (movimientos cruzados) antes de tiempo. De nuevo, aparece la importancia de respetar cada etapa de aprendizaje y el propio ritmo de cada niño. Éste debe afianzar antes el movimiento de cada lado, para luego empezar con el movimiento cruzado. Si observamos que al niño le cuesta algo, ir siempre al estadio anterior. Uno no se centra en la incapacidad, sino en la capacidad (insistió Tamara). Os recomiendo entrar en su web: www.tamarachubarovsky.com

(Eva madre de Ot)

□ Varicela i altres malalties de la Infància, una mirada més enllà de la malaltia

Charla del 26 de mayo a cargo de la Dra. Adriana Cordón Resumen de **Sofia, madre de André**

Algunas culturas celebraran la llegada de la varicela con una gran fiesta para que todos los niños invitados puedan aprovechar esta ocasión de crecimiento y de vida. A Krisol también se le abrió esta misma oportunidad y a todos los niños que lo necesitaron para hacer sus cambios. La Dra. Adriana Cordón (Médico especialista en pediatría antroposófica) ofreció una charla para explicar en qué consiste esta gran oportunidad en la vida de un pequeño: la varicela y otras enfermedades infantiles.

A luz de la medicina antroposófica, la varicela y otras enfermedades típicas de la infancia están directamente relacionadas con el crecimiento físico y espiritual de los niños y representan una oportunidad para la renovación y el cambio. De hecho muchas familias observan que después de una varicela o enfermedad similar, su hijo está más espigado, desarrollado o maduro (también ocurre con otras enfermedades inflamatorias, como por ejemplo la neumonía).

La varicela se manifiesta en la piel exterior y también la interior, o sea de las mucosas (las amígdalas, los genitales, nariz y boca), a través de unas pústulas que liberan líquido. Ésto corresponde a una gran eliminación, como si fuera una "limpieza" de una casa antigua para hacer obras nuevas. Según la medicina antroposófica, el cuerpo del niño necesita estas renovaciones para limpiar cargas kármicas de otras vidas pasadas. Para poder incorporar aprendizajes nuevos de la vida presente hay que ir eliminando gradualmente aspectos

antiguos; como si "vaciaráramos la casa para poder llenarla de nuevas cosas". Cuanto más intensa es la varicela, más pústulas, mayor limpieza y por lo tanto mayor cambio.

La doctora Adriana nos aclara que "no tiene por qué complicarse la varicela ni convertirse en un problema, si no hay miedos por parte de los padres". La fiebre cumple, en la varicela y las demás enfermedades infantiles, una función muy importante porque ayuda a "crecer" y madurar el sistema inmunitario del niño y cuanto más alta, mejor. La fiebre no "funde el cerebro" o provoca convulsiones, como a veces se cree, es simplemente un síntoma que nos avisa que algo está mal en el cuerpo, explica la doctora Adriana.

Esta imagen nos ayudó a entender cómo funciona el sistema inmunitario y la fiebre: "El rey ve a un enemigo que se acerca a su territorio y da la orden al ejército para que salga a luchar. Cuando cortamos la fiebre con un antitérmico, damos al ejército la orden de volver a casa antes de la batalla y consecuentemente dejamos el territorio libre para el enemigo."

En vez de cortar la fiebre, podemos dar armas al ejército para que éste gane la batalla. De esta manera el ejército sale a luchar, tiene la oportunidad de hacer una práctica y se ha dado a conocer al enemigo, que ahora sabe que el ejército existe. Claro que esta opción tarda más que la primera, así que la fiebre está presente más tiempo. La segunda vez que sale el ejército para una nueva batalla, sabrá que hacer y lo hará más rápidamente". Ésto es reforzar el sistema inmunitario y permitir su maduración.

Si entendemos así el sistema inmunitario del niño también podemos imaginar lo que pasa en el cuerpo de un bebe de apenas 2 meses, cuando recibe tres vacunas a la vez. El sistema inmunológico no es capaz de responder, ni integrar la información para crear anticuerpos. Hacer salud no es vacunar, porque la vacunación solamente consigue prevenir contra 15 enfermedades en el mundo. Prevenir es hacer salud, lo que significa tener buenos hábitos de vida, que comienzan antes de que el niño nazca, en el embarazo. Toda esa información la llevará el niño en su cuerpo al nacer. Si evitamos que el niño pase por las enfermedades infantiles o que viva la fiebre, esta información se "quema".

Estas vivencias corporales que aportan las enfermedades propias de infancia ayudan a que el alma del niño pueda encarnar o habitar su cuerpo. Así que cada vez que cortamos la fiebre cortamos también el proceso de encarnación e individualización del niño.

Una enfermedad debe de ser vista como una renovación y el contagio de esa enfermedad como una oportunidad para

ese individuo o grupo, que la puede necesitar o no. Por este motivo algunos niños se contagian y otros no, porque no todos están en el mismo momento de necesidad de cambio. No debemos cortar esta oportunidad, como no debemos cortar el proceso febril. Es como querer evitar todo tipo de sufrimiento, pero algún nivel de sufrimiento también ayuda a crecer, si está acompañado del amor de los padres, que para eso están y para eso los ha elegido el niño.



Notícies internes

□ Portes obertes

En les passades portes obertes vam poder viure el fruit d'un esforç conjunt, vam passar una bonica jornada on com sempre totes les famílies de Krisol van col·laborar activament, ja que sense aquesta dedicació un projecte social i educatiu com ho és aquest no tindria gaire sentit.

A Krisol i qualsevol projecte de pedagogia Waldorf ens eduquem entre tots, aprenent dia a dia per poder oferir realment l'entorn educatiu que pretenem per a la infància. Ens eduquem per poder educar ... Frases d'aquest tipus, testimonis de pares veterans i ex krisolers van acompanyar la xerrada que solem fer per a les famílies interessades, on es va ressaltar un interès molt genuí per la pedagogia, famílies que ja havien assistit a les xerrades de les biblioteques, persones que havien vingut a alguna xerrada o taller per un interès particular, estudiants de magisteri interessades en aquest tipus de pedagogia, famílies que des que estan en embaràs ens acompanyen fins que, en alguns casos, els seus petits han fet els tres anys i llavors poden venir a Krisol, i com sempre familiars dels nens de Krisol que s'interessen per saber una mica més del lloc on està el seu nebot o nét, aspecte molt positiu per cert, per un acompanyament familiar en tota regla.

En aquest dia després de gaudir de fer el pa amb els més petits, gaudir de les belles artesanies que van confeccionar les famílies així com l'exitós menjar, vam tenir una bonica valoració ja que en aquesta jornada vam poder consolidar el grup per al curs vinent, portant estabilitat i il·lusió per l'associació, per Krisol.

(Gabriela mestra)

□ Krisol: el mejor lugar para un niño

Todos vivimos momentos en nuestras vidas que tienen un principio y un final, y luego pasamos a otra cosa y así sucesiva e incansablemente. Estos momentos duran más unos que otros, como nuestra vida misma. Para nosotros nuestro momento "Krisol" comenzó cuando en una llamada de teléfono en busca de un espacio especial para nuestra niña Nina pregunté: y qué me puedes decir de Krisol? Y la respuesta fue: No soy la persona más indicada para darte una respuesta objetiva pero lo que sí te puedo decir es que es el mejor sitio para un niño. Jajaja, muy objetivamente hablando... Lo recuerdas Óscar? Esto nunca se me olvidará.

Así comenzó lo que sería una de mis experiencias más constructivas como madre, como ser que comparte con otros un mismo planeta, como persona. Y así como empiezan las cosas y decides vivirlas más o menos intensamente, así mismo se terminan sin que nos hayamos dado cuenta del paso de los días y de los años. Siguen su corriente y te llevan a otras vivencias. Y aquí me encuentro junto con mi familia en el momento en que toca despedirse y recibir con los brazos abiertos nuevas aventuras. Hemos logrado, y así lo siento realmente como un triunfo, que nuestra hija pudiese pasar su etapa infantil en este fantástico espacio.

Krisol es este ser vivo que conformamos, en parte, las familias unidas en darles a nuestros hijos lo mejor y que confluimos aquí y ahora, Krisol lo conforma también todas las familias que han estado y, por supuesto, las que están por venir; la otra parte la conforman las maestras que están, estuvieron y estarán acompañando tan incondicionalmente desde el Amor a estas personitas: Aquí les cedemos, a todos ustedes, nuestro espacio y dejamos nuestro granito de arena de mejora y transformación del mundo.



Agradezco haber conocido la Antroposofía, que desde mi humilde percepción como madre, ha sido el descubrimiento de una Ciencia muy completa que cada vez me gusta más. Agradezco de todo corazón a todas las maestras y a las familias con las que compartimos tantas cosas el haber permitido el desarrollo de la primera infancia de nuestra hija; el haber cuidado con tanto esmero esta semillita que en un futuro se volverá mujer. Hoy, no sabemos lo que nos deparará el destino; y en cuanto a su continuidad en la educación particularmente, he aprendido que lo más importante es el ahora y la incertidumbre ya no me da miedo. Estoy tranquila porque sé que Nina es una niña muy fuerte, con las raíces en su sitio y llueve, truene o relampaguee, sabrá seguir su Naturaleza.

Que qué pienso de Krisol? Que es el mejor lugar para los niños!

(Galina- Madre de Nina)

*Germinan las plantas
en lo profundo de la tierra.
Brotan las hierbas
por el poder del aire.
Maduran los frutos
con la fuerza del sol
así germina el alma
en el fondo del corazón.
Así brota el poder del
espíritu
a la luz del mundo.
Así madura la fuerza del
hombre
al resplandor divino.*

Rudolf Steiner

Manualidades

□ Una proposta de la comissió de manualitats

Aprofitant el fet que una de les nostres veïnes ens ha regalat un matalàs vell de llana i l'existència, a Krisol, del vestit que durant l'hivern ha dut alguna ovella... En aquest Krisolet us proposem des de la comissió de manualitats que us arremangueu i engresqueu a rentar llana per poder farcir ninos o fer altres manualitats al llarg de l'any. És una activitat molt fresqueta i divertida per compartir amb els infants.

Com es fa? Normalment el pastor treu tota la llana d'una peça i després cal retallar les parts més brutes i treure branquillons, llavors... (restes vegetals que la llana porta incrustada). Amb aigua fresca (o tèbia si és molt greixosa, depèn del tipus d'ovella) i amb sabó natural (tipus Marse- lla) es renta de mica en mica la llana. Cal que quedi ben esbandida. Es deixa assecar al sol fins que queda ben eixuta. I ja la podem guardar en cistells o caixes on no es faci malbé.

Un breu relat per compartir...

"Como todas las mañanas de aquel frío invierno, Pedro salió con sus ovejas para llevarlas a lo alto de la montaña donde se encontraba la mejor hierba. Pasaba el día cuidando de sus ovejas y tocando su flauta de caña..."

Llegó la primavera y el sol calentaba cada vez más, las ovejas estaban gorditas de tanta lana que les había crecido y sentían mucho el calor. Bajó del monte y se encontró con su abuela y algunos amigos...

En la casa comienza el trabajo. Trasquilaban a cada oveja despacio y con cuidado para meter la lana en cestos y llevarla a lavar al río. Al final de la tarde todos los árboles estaban llenos de copos de lana blancos en sus ramas, como si hubiera nevado, esperando el sol del nuevo día que se haría cargo de secarla. Al día siguiente había que cardar la lana, iban apareciendo nubecitas esponjadas que más tarde se iban tiñendo de todos los colores del arco iris.



Cestas y más cestas de lana de colores llenaban la sala y por las noches la abuela hilaba y hacía madejas que colgaba en una pared. Los colores del verano llenaban la casa.

¿Para que querrá mi abuela toda esta lana?- Se preguntaba Pedro. Para tejer calcetines, gorros, mantas, y chaquetas que abrigarán a todos en el próximo invierno."

Ara ja sabem aquest nou secret. Només suggerir que si alguna família va aquest estiu a una casa rural o coneix algun pastor no es talli, i li demani si li pot regalar una micona de llana. Normalment l'enterren, la cremen... Avui en dia també s'utilitza com aïllant per bioconstrucció però en general no saben que fer-ne... I nosaltres tenim moltes idees per convertir-la en objectes bonics.

(Lara- madre de Núria)

□ El calor en lo humano

Dr. Juan Camilo Botero. Médico Antroposófico

En el ser humano, tenemos estos cuatro elementos organizados fisiológicamente:

□□Solidez (tierra): es el cuerpo físico, el conjunto de células y sustancias químicas de las cuales estamos compuestos materialmente.

□□Fluidez (agua): se expresa en las corrientes líquidas de la sangre, de la linfa y de los movimientos que ocurren en el interior de las células cuando se producen las transformaciones químicas que sustentan la vida y el movimiento. Se expresa en la vitalidad.

□□Proceso aéreo: se refleja en el intercambio aéreo entre nuestro interior y el mundo exterior, a través de la respiración pulmonar. En cada célula de nuestro organismo ocurren procesos respiratorios. El elemento aéreo aporta formas diferenciadas entre sí, así cada órgano tiene su forma específica. La acción del aire es parecida a la del escultor que desde fuera modela la sustancia. Se crea un ordenado equilibrio entre las células, la forma y la función.

□□El proceso de calor: es el menos evidente y solo se considera en la medida en que pueden ser medido instrumentalmente (temperatura). La temperatura es el calor en su versión más física: la termometrable.

El calor a pesar de ser medible tiene un aspecto intangible. En el Mundo animal la adquisición del calor y la regulación de la temperatura corporal es un indicador de su nivel evolutivo. Cuanto más calor, más complejidad y nivel de conciencia. Los animales de sangre fría abandonan a sus crías nada más nacer. Sin embargo, en los de sangre caliente, hay un cuidado celoso de éstas.

En el ser humano, el calor permite que la individualidad, el Yo, pueda estar dentro de la corporalidad física. Durante el día el Yo se sumerge dentro de la corporalidad y tenemos la autoconsciencia, que a través de los sentidos y del pensar ejerce su actividad en el mundo físico. Durante la noche el Yo se aleja de nuestra corporalidad y entramos en la inconsciencia o el sueño.

El calor es el elemento portador de la individualidad, del Yo. En el ser humano la red de capilares tejen en la piel un manto de anastomosis, unión de capilares en red, que regula la temperatura corporal. En los animales esto nunca sucede, solo ocurre en zonas parciales como en las orejas (en el elefante) pero no en el cuerpo entero.

El calor en el ser humano es el que unifica y da coherencia a las partes dentro del todo, desarrollando el equilibrio del medio interno y creando las condiciones para que el Yo habite en el cuerpo físico.

A nivel anímico hablamos de calor, de cualidades cálidas que viven en el alma.

Experimentamos y reconocemos el frío anímico, el cual genera distanciamiento y rigidez en la postura anímica y corporal. El entusiasmo, decían los griegos, es el calor que precede el surgimiento de una idea creadora.

En el calor se da la proximidad, ocurre el encuentro y el intercambio fecundo entre los seres humanos. A lado del calor tenemos cualidades como la confianza, la disposición hacia el encuentro del otro y aporta el ambiente necesario para la creación de lo nuevo. En el calor vive la creatividad.

El Calor en la Biografía

A lo largo de la vida, el organismo calórico del ser humano evoluciona de acuerdo a las etapas de la vida:

Primera fase de la vida (hasta los 21 años): predomina el calor, las enfermedades son febriles, agudas e inflamatorias. En el calor se renueva y actualiza la sustancia corporal extraña proveniente de la herencia o del mundo exterior: alimentación. A través de la fiebre nos individualizamos. En el calor el yo individualiza el organismo físico-vital.

En la segunda fase de la vida (de los 21 a los 42 años): se configura nuestra vida anímica. Realizamos nuestro camino y creamos una vida propia e independiente.

El calor vive en el mundo de las ideas y realizaciones que hacemos en esta fase de la biografía. La no realización de ideales y la actitud pasiva frente a las dificultades del camino, van disminuyendo la potencia del calor y se van instaurando dinámicas de frío. Se pierde la capacidad de hacer fiebre. Y con ello surge la tendencia a la fatiga y el cansancio.

En la tercera fase de la vida (de los 42 años en adelante): el calor corporal tiende a reducirse fisiológicamente. Se establecen patologías frías, es decir, afebriles y crónicas, con tendencias degenerativas y cancerosas.

Poesía

“Em sento com si tingués dos llops
barallant-se a dins del meu cor.
Un d'ells és furiós i venjatiu i l'altre
està ple d'amor i compassió.” diu
l'avi.

“I qui guanyarà?” li pregunta el nét.

“Aquell a qui jo alimenti.”

Relat indi americà

Cocina

□ Flan de plátano

Ingredientes

- 1 litro de leche vegetal
- 2 cucharaditas de alga agar agar
- 1 vaina de vainilla
- 5 plátanos en trocitos



Poner a hervir la leche con todos los ingredientes por 15 minutos (tiempo de cocción del alga).

Sacar la vainilla y tritularlo todo. Verter en un recipiente para que se enfríe a temperatura ambiente. Y listo para disfrutar.

Montse (Madre de Gabriel)

Krisol és una associació de mares, pares i mestres sense ànim de lucre; que busquen educar als infants sota els lineaments de la pedagogia Waldorf. El funcionament de l'espai de joc depèn del nostre treball organitzat en comissions i de l'aportació econòmica que puguin fer els socis.

Per això:

Necessitem la teva col·laboració

Pots fer la teva aportació fent-te padrí de Krisol a: www.krisol-waldorf.org

O fent una aportació a través del nostre compte bancari de Triodos Bank:

1491-0001-26-0010002466

Krisol t'ho agrairà