



## ¡FELIZ NAVIDAD! (...Y DIGNIDAD)

La comprensión de la vida a partir de sus fundamentos, del ser humano en su totalidad, es una necesidad cada vez más acuciante para cada alma individual.

Nuestra voluntad, nuestro sentir y nuestro pensar (las tres cualidades inherentes a nuestra existencia anímica), sólo pueden orientarse y ordenarse con coherencia por la actividad de nuestro Yo individual. Y es gracias a la Antroposofía, como fuente inagotable de conocimiento (de nuestro ser y de la vida), que podemos superar la sensación de impotencia que nos provoca la situación actual, aprehendiendo actitudes sanadoras en nuestras relaciones, respetando y reconociendo la dignidad del otro.

En cuanto al organismo social, la triformación representa el fundamento sobre el cual hay que reflexionar, investigar y meditar: **“Solamente hay salud cuando en la comunidad se manifiesta el actuar de cada alma individual y en cada individuo vive el reflejo de toda la comunidad. El bienestar humano es tanto mayor cuanto menos rige el egoísmo”.**

¡Feliz Navidad!

Manuel H. Ibáñez Álvarez  
Presidente de Anthrosana en España



“La mujer adúltera”  
Sebastiano del Piombo

## 1ª CÁTEDRA DE MEDICINA ANTROPOSÓFICA EN EL MUNDO, ¡TODO UN HITO!

Según comunicación de Sr. Herbert Holliger, antiguo gerente de anthrosana-suiza, la Universidad de Berna ha tomado una decisión de gran importancia para el futuro de la medicina antroposófica (MA) el pasado 30 de octubre.



El rectorado de dicha UNI ha aceptado la propuesta de la Facultad de Medicina, y ha nombrado a la docente PD Dra. Ursula Wolf, primera profesora extraordinaria para la especialidad “medicina ampliada antroposóficamente”. En su persona acaba de crear la 1ª Cátedra del mundo de MA en una UNI Estatal”. Es todo un hito histórico en cuanto a forma-

ción e investigación se refiere.

Con ello se ha dado un paso más dentro de la iniciativa política que la ciudadanía suiza comenzó hace 27 años. Gracias a esa iniciativa, el referéndum “Sí a la medicina complementaria”, consiguió en el 2009 anclar en la Constitución Federal el compromiso a un fomento de la medicina complementaria (de la cual la MA es una corriente). Así que su enseñanza será una asignatura obligatoria en la formación médica universitaria.

Según palabras del Decano de dicha facultad, Prof. Dr. Peter Eggli: “La MA presupone una formación médica universitaria y se basa en las reglas de la medicina académica, pero las complementa con aspectos científico-espirituales y aspira en la enseñanza, investiga-

ción y práctica a una medicina moderna e integrante. Es esencial que la medicina complementaria se base en métodos científicos reconocidos pero esta cátedra tiene libertad garantizada para desplegar dichas tareas”. “En la persona de la Dra. PD Ursula Wolf se dan la garantías para una confrontación científica crítica con su especialidad. Está cualificada en grado máximo para dicha tarea”.

La Dra. Wolf fue invitada por anthrosana-españa hace dos años para impartir una clase magistral en la Facultad de Farmacia de UCM. Por un contratiempo de peso, no pudo acudir en el último momento. ¡Que tenga nuestra cordial felicitación!

Dra. Beatriz Sánchez

Bibliografía: [www.kommunikation.unibe.ch](http://www.kommunikation.unibe.ch)

## ARTÍCULO

# NUESTROS DIENTES: UNA PINCELADA ANTROPOSÓFICA

La boca es la puerta de acceso al interior del ser humano, en ella encontramos los dientes como uno de los órganos formadores de la palabra, siendo también el inicio del proceso metabólico con la masticación y la insalivación.

La dentadura humana no presenta una especialización concreta como la que se observa en diferentes grupos de mamíferos:

- Ratón - roe
- Vaca - mastica
- Felinos- desgarran

El hombre tiene todas estas cualidades como posibilidades y no como especialización, nosotros roemos, desgarramos y masticamos.

El ser humano al nacer ya tiene prácticamente terminada la formación ósea de la cabeza, así como los órganos contenidos en ella, por lo que podemos decir que las fuerzas formativas del desarrollo se concentran en el ámbito cefálico. La primera dentición (de leche) le es regalada al niño por la madre mientras que la segunda dentición (definitivos) es una tarea y logro del infante. En el momento del nacimiento ya están los esbozos de los futuros dientes definitivos. Nuestros dientes son el producto concentrado de estas fuerzas formativas. La forma y el tamaño prefijado se mantendrán inalterables desde el inicio.

En el cuarto mes de gestación comienzan a formarse y a mineralizarse la primera dentición, aunque éstos no aparecerán en el momento del nacimiento sino hasta aproximadamente en el sexto mes de vida extrauterina del niño. La primera dentición está formada por veinte elementos, tardando de dos años y medio a tres en finalizar, de forma rítmica y pausada, su proceso de aparición. Sien-

do este el momento en que los niños comienzan a reconocerse y a denominarse "YO".

Al final del primer septenio comienza la aparición de la segunda dentición con la erupción del primer molar permanente que se ubica por detrás de la serie de los dientes de leche. Es la señal externa de que el cuerpo en formación está acabando la corporalidad, liberando estas fuerzas, que a partir de ahora estarán disponibles para la configuración de las fuerzas del pensar, disminuyendo un poco la vida imaginativa y dirigiendo el pensar hacia lo concreto. Momento en que nuestros niños deberían iniciar la escolarización.

Con esta segunda dentición, en el niño va aflorando su carácter, su individualidad, mostrándose con un rostro más despierto y concentrado en el mundo, ha llegado más al "aquí y ahora".

La conservación de nuestros dientes es una tarea que requiere un compromiso ya que la dureza extrema que presentan contrasta con la alta vulnerabilidad de los mismos.

Nuestros dientes son la primera línea de defensa del YO en el enfrentamiento con el mundo externo, también es el primer eslabón de la cadena digestiva, en la cual incorporamos las sustancias externas para consolidar nuestro Yo con ellas.

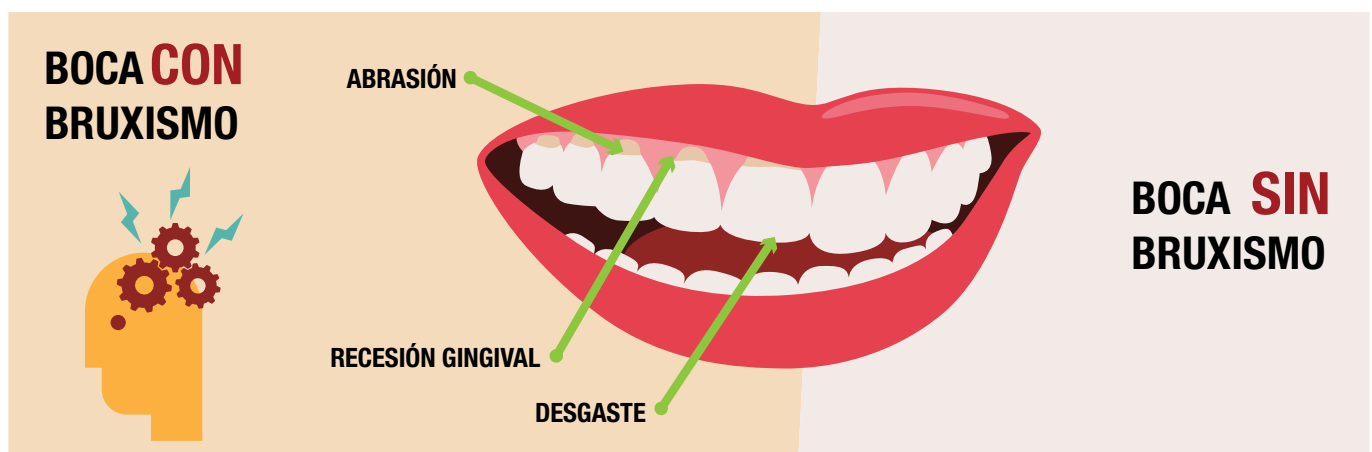
Este proceso no siempre se verá favorecido. Variables socio-político-culturales y familiares influirán en el desarrollo del individuo reflejándose en diferentes patologías bucales.

En la actualidad observamos en consulta un incremento significativo de un trastorno funcional que denominamos Bruxismo. Éste se le reconoce por la excesiva presión o rechinar (frotamiento) de dientes aislados o grupos de dientes que por lo general se realiza durante la noche.

Este cuadro es una salida de emergencia en caso de sobreexigencias, nos ocupamos de forma inconsciente de aquellas cosas que durante el día (en forma consciente) no hemos logrado dominarlas con el Yo. Así como tenemos que digerir los alimentos físicos hasta hacerlos propios, de forma que estas sustancias son transformadas para actuar en forma anabólica, generadora de vida, también los problemas anímicos- espirituales deben ser masticados el tiempo necesario hasta que logramos superarlos e integrarlos en nuestra vida.

Justo por ser un proceso de integración no nos sirve un tratamiento exclusivamente basado en el uso de férulas (dispositivo protector utilizado en el tratamiento del bruxismo) por ser solamente un elemento auxiliar aliviador de los síntomas y no tiene en cuenta el camino de desarrollo individual del Yo del paciente. Desde nuestro compromiso con el desarrollo del Yo, utilizamos una visión holística del ser, teniendo en cuenta todas las variables que inciden en él e intentamos restablecer el equilibrio "ad integrum".

Sandra Pereyra Biazzi  
Odontóloga



## NOTICIA

### 8ª CONGRESO EUROPEO DE PACIENTES, INNOVACIÓN Y TECNOLOGÍA

Anthrosana fue invitada como en años anteriores, durante los días 18 y 19 de Noviembre, al 8ª Congreso de Pacientes.

Este año fueron las jornadas especialmente enfocadas a la mejora de la comunicación con los pacientes. La conferencia de apertura fue a cargo del presidente del Instituto Europeo de Salud y Bienestar Social, Dr. Manuel de la Peña, con “El poder del paciente”.

Durante las mismas tuvimos ocasión de contactar e intercambiar información con diversos asistentes tanto médicos homeopáticos, como de laboratorios homeopáticos y juristas sanitarios.



## SALUTOGÉNESIS

# SALUTOGÉNESIS Y PEDAGOGÍA WALDORF

La palabra *resiliencia* ha sido una de las más buscadas en los últimos meses en internet. Este término conocido en primer lugar en el campo de la ingeniería ha adquirido en los últimos tiempos una gran resonancia en el campo de la salud.

### LA BÚSQUEDA DE LA SALUD

El modelo de la Salutogénesis ha sido quien ha introducido la *resiliencia* como un factor generador de salud; en el campo de la psicología es donde en los últimos tiempos es más conocido y estudiado. Básicamente se puede definir *resiliencia* como la capacidad humana de hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecido e, incluso, transformado.

Un testimonio de *resiliencia* es Alice Herz-Sommer, que ha vivido 109 años, falleció hace unos meses y fue una magistral pianista. Pero, además, su vida ha estado plagada de tantas vivencias, conoció a Kafka y a Freud y, gracias a la música, sobrevivió a un campo de concentración nazi. De hecho ha sido una de las supervivientes más longeva del Holocausto. Su colega, la concertista de piano Caroline Stoessinger se fascinó con su historia y la convirtió en el libro ‘El mundo de Alice’. Otro testimonio de

actualidad puede ser Nelson Mandela, cuya biografía es de sobra conocida.

Dado que la salud de los niños está actualmente en el foco de atención de todos aquellos que de una forma u otra tienen que ver con ellos (padres, pediatras, maestros y psicólogos) es por lo que la *resiliencia* también está adquiriendo cada día mayor relevancia en el campo de la educación y se han escrito varios manuales sobre cómo promover esta capacidad en los niños.

### SALUD E INFANCIA

Salud e infancia forman un binomio inseparable si consideramos el desarrollo general del ser humano. En ninguno otro periodo de la vida se goza de un estado tan pleno de salud, especialmente entre los 7 y los 14 años, por ello se dice que este periodo es el más sano de la vida. Este periodo viene caracterizado por la escolarización.

Naturalmente, para que esto sea así tie-

nen que darse unas condiciones en el cuidado y acompañamiento de los niños. La familia y la escuela constituyen los ambientes principales donde se tienen que cuidar unas circunstancias para el desarrollo saludable. Resumidamente se puede decir que, cuando al niño se le facilita un estilo de vida adecuado (alimentación, actividad física, juego etc.) y un proceso de aprendizaje que tiene en cuenta su desarrollo y maduración fisiológica, entonces se tiene la situación ideal para experimentar esta relación entre salud e infancia.

Sin embargo, actualmente la realidad es muy diferente ya que llama la atención la incidencia cada vez mayor de enfermedades y problemas escolares. El binomio salud e infancia está ahora cuestionado; algo ha cambiado para que este periodo de la vida se presente como una problemática en el terreno de la salud y la enfermedad. El hombre y el niño viven nuevos tiempos, con sus



ventajas e inconvenientes, y esto ocasiona en el campo de las enfermedades nuevas situaciones que antes no se daban. Mientras antes predominaban las denominadas enfermedades infantiles, cuyos síntomas dominantes eran fiebre y afectación de mucosas y piel reportando una inmunidad duradera para las enfermedades pasadas, hoy asistimos a otras “epidemias” tales como la obesidad, la diabetes, enfermedades alérgicas, depresión y graves problemas escolares, como déficit de atención e hiperactividad, o miedos y ansiedad por ir al colegio. El perfil y el desarrollo de estos últimos fenómenos son diferentes al de las enfermedades febriles, inflamatorias o infantiles. Básicamente se puede decir que las enfermedades típicamente infantiles son agudas, se transmiten por lo tanto por contagio, aparecen de forma epidémica y necesitan solo de un acompañamiento médico y familiar. Por el contrario las enfermedades que hoy predominan están relacionadas tanto con el estilo de vida como con las exigencias escolares, son de evolución crónica y necesitan de tratamientos médicos prolongados, a veces de por vida. La conclusión es que algo está pasando que obstaculiza gravemente el desarrollo y la salud de los niños.

Ante esta situación y desde todos los sectores implicados se analiza esta realidad y se buscan soluciones. En general estas soluciones se basan en hacer parcelaciones en la vida del niño, encargándose cada profesional del ámbito de su conocimiento. Así el pediatra se ocupa de la salud física, el psicólogo de la conducta o comportamiento, cuando no hay que recurrir a especialistas como el neuropsiquiatra u otras terapias. El niño comienza así un recorrido por diferentes profesionales especialistas y cada uno recomienda su tratamiento con el objetivo que el niño mejore y se normalice en su proceso de aprendizaje. Esta tendencia no está dando los resultados deseables, ya que los niños están cada vez más medicados y agotados con tantos tratamientos y terapias. En este contexto se hace hincapié en la necesidad de un enfoque interdisciplinar cuyo objetivo esté centrado en la integridad indivisible y en el desarrollo del niño, entendido este como resultante de la interacción entre lo anímico-espiritual, de una parte, y lo físico-vital de la otra. Por lo tanto se hace necesario que se entiendan, en primer lugar, las características y condiciones saludables de estas primeras fases tan decisivas para el futuro de las personas. Y en segundo lugar, hay que acompañar



a los niños con medidas higiénicas, pedagógicas y terapéuticas, estas últimas cuando sean necesarias, acordes con sus saludables necesidades o con el objetivo de restablecerlas.

### PEDAGOGÍA WALDORF COMO FACTOR DE SALUD

En este campo, una vez más, nos damos cuenta de lo acertado de las propuestas de Rudolf Steiner, quién justamente hace 90 años, creó una nueva pedagogía higiénica para esta época de la humanidad. Época caracterizada por una necesidad cada vez mayor de terapias, particularmente en los niños. Dicha pedagogía, conocida mundialmente como pedagogía Waldorf, coloca al médico junto al maestro, en una colaboración interdisciplinar. El médico escolar debe ayudar al niño para que esté en las mejores condiciones de salud para el proceso de aprendizaje, y al maestro para que su metodología sea higiénica. El maestro, por la otra parte, debe cuidar que el método pedagógico respete el desarrollo saludable del escolar y cuando observe desequilibrios o unilateralidades intente equilibrarlas pedagógicamente, si es necesario también con la colaboración del médico escolar. De esta manera se produce una colaboración recíproca e interdisciplinar entre el maestro y el médico siempre en beneficio de la salud y el desarrollo integral del niño.

### PEDAGOGÍA WALDORF Y SALUTOGÉNESIS

La pregunta que surge es cómo se puede desarrollar el objetivo de la Salutogénesis de fomentar los factores generadores

de salud. En el caso que nos ocupa en este trabajo, cómo favorecer un entorno y unas circunstancias que favorezcan la salud presente y futura de los niños. Los promotores de la Salutogénesis han postulado una serie de principios generales, estos ya fueron presentados en un artículo del n° 24 del Gallo. En relación con los niños no han aportado ideas concretas de cómo se pueden ir promoviendo estas fuerzas saludables. Probablemente sea el factor de la *resiliencia* el que más se ha investigado y aplicado en el campo de la educación y la psicología infantil. Recomendable para ampliar es el libro “Ser niño hoy” de la Dr. Michaela Glöckler que se puede conseguir en [www.institutohygiea.com](http://www.institutohygiea.com).

Cómo ya se ha mencionado el objetivo de la pedagogía Waldorf es proporcionar a los niños y jóvenes unas circunstancias educativas en las que puedan desarrollar sus capacidades y su salud. Este doble objetivo pedagógico pone a la Pedagogía Waldorf como una medida destacable salutogénica. Para corroborar esto a continuación se confrontará los principios generales de la Salutogénesis con aspectos de la metodología Waldorf:

**A nivel corporal:** En el plano corporal rige el principio de la *heteroestasis*. El aspecto esencial de este principio de la Salutogénesis es la facultad del hombre de poder confrontarse con lo ajeno y salir fortalecido de ese encuentro. El principio de la *heteroestasis* significa también, el aprender a soportar el stress y los conflictos y no eludirlos en todos los casos. Es necesario aprender a conocer

los límites tanto físicos como anímicos y ampliarlos.

Probablemente en este ámbito el ejemplo más ilustrativo en los niños sea el desarrollo de la motricidad. De tal manera que se puede decir que *movimiento es salud*. Una de las características del desarrollo saludable de los niños es su maduración motriz. Con unas circunstancias adecuadas la motricidad va madurando y esto es una manifestación de salud en el niño. El niño se fortalece corporalmente cuando puede moverse y jugar, si le facilitamos un entorno para ello, el niño manifestará su alegría al experimentar que puede superar y vencer obstáculos exteriores.

Hoy día estas circunstancias no son las más idóneas para la salud del niño, y originan desequilibrios y enfermedades. Estas son contrarias al desarrollo de una motricidad integrada y sana (horas frente al televisor y el ordenador, sobreestimulación sensorial, precocidad intelectual, escasez de juego creativo, exigencias escolares y de otro tipo, y carencias afectivas entre otras). Las consecuencias de esta situación la encontramos en problemas como contracturas musculares, sobretodo en la zona cervical y dorsal superior, dolores de espalda, inquietud motora, nerviosismo, dificultades de concentración y trastornos del sueño. Niños agotados y pálidos, desganados y

con problemas escolares y de comportamiento son frecuentes en las consultas de los pediatras y de los psicólogos. ¿Cómo puede contribuir la actividad pedagógica al desarrollo saludable de la motricidad? Lo principal es que los niños tengan la posibilidad de moverse en el marco de la actividad pedagógica. Además que el movimiento desplegado por los niños le posibilite una integración y maduración psicomotriz. La forma ideal es el juego, al estar jugando, el niño está al mismo tiempo “plenamente en el asunto”, y también plenamente consigo mismo – con entrega total se vivencia unificado con aquello que está haciendo. Estas actividades lúdicas y creativas forman parte de la Pedagogía Waldorf, sobre todo en la fase infantil, donde toda la actividad escolar está enmarcada en un ritmo y alternancia entre momentos de concentración y momentos de expansión. Gracias a esta programación el niño va desarrollando progresivamente tanto la motricidad gruesa, importante para el dominio corporal en ámbitos como el movimiento y el equilibrio, como la fina, importante para posteriores necesidades a la hora de escribir, por ejemplo.

**A nivel anímico:** En el ámbito anímico, la Salutogénesis relaciona salud con el *sentimiento de coherencia*. ¿Cómo se aprende a desarrollar un sentido de coherencia? Tanto el niño como el adulto

deben formarse, principalmente a través de la educación, una visión real y positiva del mundo, una coherencia entre el mundo interior anímico y el mundo y circunstancias que nos rodean. Por ello hay que considerar las circunstancias vitales desde 3 ópticas: *que son comprensibles; que son manejables y que tienen un significado*.

Percibir al mundo como ordenado y estructurado y no como caótico, arbitrario, causal o inexplicable, es decisivo para el sentirse con salud. La persona que dispone de una elevada medida de *comprensibilidad*, parte del hecho, de que las dificultades con las cuales se va a encontrar en el futuro, sean previsibles o imprevisibles, pueden ser comprendidas y explicadas.

Vivenciar el mundo como “manejable” es tener la convicción de que las dificultades tienen solución y de que tenemos a nuestra disposición posibilidades y recursos apropiados para solucionarlas. A disposición tenemos, por ejemplo, las experiencias que disponemos nosotros mismos, o experiencias que son aportadas por otros, familiares, amigos, colegas, maestros, médicos etc. En fin, por otros con quienes podemos contar y en quien confiamos para que nos ayuden

En el cuadro siguiente se relacionan los 3 aspectos del sentimiento de coherencia con los septenios y la Pedagogía Waldorf.

SEPTENIO	SENTIMIENTO DE COHERENCIA	PEDAGOGÍA WALDORF
De 0 a 7 años 1º septenio	Comprensibilidad: el mundo es entendible	Actividades programadas con ritmo le dan al niño un patrón externo seguro y coherente.
De 7 a 14 años 2º septenio	Manejabilidad: el mundo es manejable	El maestro como una autoridad amorosa que infunde respeto en los niños porque sabe resolver con arte los problemas.
De 14 a 21 años 3º septenio	Significancia: El mundo es significativo	Actividades pedagógicas y una metodología que desarrolle en el alumno su capacidad de juicio e investigación.

Buscar lo *significativo* de nuestras circunstancias nos permite darles un sentido y de paso a nuestra vida. Para ello lo importante es confrontarse a todos los acontecimientos vitales con el objetivo de encontrar un significado y aprender de ellos.

En el campo de la educación hoy día se habla también de la *inteligencia emocional* y se está descubriendo que los niños que aprenden a desarrollar su creatividad tienen más inteligencia emocional, lo que les ayuda a tener mejores relacio-

nes sociales. Son niños más seguros de sí mismos porque han tomado muchas pequeñas decisiones cada día trabajando en clase con el arte. Son niños más felices, con más autoestima, que saben mejor su función en la vida. En este sentido lo primero es que el niño sea niño, que juegue, que dibuje y que desarrolle su creatividad y su inteligencia emocional, porque esto contribuye a su formación y a potenciar la confianza en sí mismos. Y algo muy importante, a definir quién es él. Este aspecto del arte y la creatividad

son elementos básicos de la metodología Waldorf, sobre todo en la fase de primaria. La tarea del maestro en este periodo es que el niño se emocione al aprender, y esto lo consigue gracias al arte y al presentarle los contenidos pedagógicos de forma bella.

**A nivel espiritual:** Y, como tercer principio, la Salutogénesis plantea que los hombres aprendan a desarrollar *resiliencia* o, lo que es lo mismo, a erigir una resistencia o fuerza interior basada en lo espiritual. Lo decisivo para que este

principio se pueda ir desarrollando desde la infancia es la calidad de una relación humana. Las cualidades que destacan esta calidad son: Honradez, veracidad, sinceridad; amor; y respeto por la autonomía y dignidad propia del otro.

Cuando un niño experimenta una buena relación de esa índole –aunque fuese hacia una sola persona y durante un determinado tiempo de su infancia- puede, entonces, desarrollarse con salud anímica, aunque las condiciones de vida puedan ser adversas de otro modo, reciba castigo físico al final del día y no reciba una atención adecuada durante el día. Cuan-

do existe una profunda relación interior hacia una persona, su salud anímica no necesita sufrir por ello. Por el contrario, un niño así, podrá ser especialmente sensible, y capaz de sentir compasión.

El libro “Plus fort que la haine”, que en Francia ocasiona gran sensación, es un notorio ejemplo para ello. “Más fuerte que el odio”, es la experiencia de amor y de orientación hacia el prójimo que recibe un niño de tres años, extremadamente traumatizado y descuidado, durante un lapso de tres preciosos meses en una familia a la que ha sido confiado. Esa experiencia deja huellas para el resto de su

vida y posibilita la identificación con el bien y la ternura.

La Pedagogía Waldorf, al estar fundamentada en un conocimiento científico espiritual del hombre, pone siempre su foco de atención en el respeto y apoyo al desarrollo integral del niño. En este sentido tiene que estar orientada la relación entre el maestro y el escolar para que de esta manera pueda ser un factor generador de *resiliencia*.

Plasencia septiembre 2014

Florencio Herrero

Médico escolar

fherrero@institutohygiea.com

## NOTICIAS

# INFORME ANTROPOSÓFICO PARA LA ONU

Los días 29 y 30 de septiembre hubo una reunión de expertos en la sede de Naciones Unidas, en Nueva York.



El grupo lo integrábamos 3 expertos: El psiquiatra de Tel Aviv Hanan Goldmann, la psicóloga madrileña Andrea Henning y la de Santiago de Chile Adriana Masieri, directora clínica del Phoenix Program.

Presentamos “Un Concepto antropológico de Intervención en Trauma relacionado con Conflictos bélicos y étnicos” (approach in trauma situation). Expusimos conceptos antropológicos básicos como son la imagen del hombre basada en el sistema tripartito y los 4 miembros constitutivos. Recalamos la importancia

del desarrollo sano en los 3 primeros septenios de vida y expusimos la visión del trauma según la Antroposofía, así como los métodos interdisciplinarios de terapia e intervención.

Estaban presentes los representantes del gobierno de Colombia, Palestina y Kosovo, que se interesaron mucho en este modelo de intervención. En diciembre 2014 tendremos nuevos encuentros con los gobiernos de Colombia y Palestina para concretar proyectos.

Andrea Henning

## LOS PIONEROS DE LA TECNOLOGIA DIGITAL ELIGEN ESCUELAS WALDORF

Nuestra socia en París, M.Luisa Jiménez-Le Dain, nos envía gentilmente este artículo que resumimos a continuación.

“Los padres del famoso Silicon Valley pasan sus días creando tablets, aplicaciones iPhone y juegos de video, pero apenas dejan tocar un Smartphone a sus hijos. Según palabras del periódico “New York Times”, Steve Jobs, fundador de Apple, era muy estricto en este aspecto. En el año 2010 comentó al periodista Nick Bitton: “mis hijos jamás utilizaron iPad pues en casa limitamos la utilización de gadgets tecnológicos”. En la familia de Evan Williams, uno de los fundadores de Twitter, los niños no usan Tablet y se les estimula a leer libros de papel.



A partir de los 10 años, los hijos de estos padres geeks usan ordenadores pero sólo para hacer sus deberes. Esta desconfianza ante la tecnología se muestra también en la elección de escuela. Numerosos directores y empleados de Google, Yahoo, Apple y eBay envían a sus hijos a esta-

blescimientos de pedagogía Waldorf. Su filosofía pedagógica consiste en que los ordenadores perjudican la creatividad, sociabilidad y concentración mental de los niños. Desde la cuna al liceo, ni ordenador, ni tablets. En su lugar hay pizarras negras, tizas, lápices de colores y libros”.

Dra. Beatriz Sánchez

### REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA:

Periódico “Direct Matin” n° 1548, 17.Sept.14, art. “Les États-Unis. Des parents geeks très tradis”, L’oeil de Slate.fr.



# CONGRESO INTERNACIONAL DE ODONTOLOGÍA ANTROPOSÓFICA

El pasado mes de octubre se realizó en Rocegno (Italia) el Congreso Internacional de Odontología Antroposófica, donde se trataron diversos temas como *euritmia* y *ortodoncia*, las etapas evolutivas de la dentición, terapia con agua de Levico, medicamentos antroposóficos de apoyo en diferentes tratamientos odontológicos, salutogénesis y prevención.

Compartimos cuatro días con colegas alemanes, italianos y franceses, para apoyarnos en este impulso, ya que era la primera vez que asistíamos profesionales españoles,

España será sede del próximo congreso que se realizara en Granada en el 2015. Tuvimos la oportunidad de conocer la Casa de salud San Rafael, donde los tratamientos que se realizan están basados en la Medicina Antroposófica, homeopatía y fitoterapia, se renovaron las instalaciones con un estilo “Belle Epoque”, manteniendo la elegancia del edificio original, rodeada de hermosos jardines y



con vistas al valle de Trentino, las altas montañas que la rodean hacen un lugar exquisito con un clima seco y fresco en verano y templado en otoño y primavera, cobijado del viento, rodeado de coníferas y bosques de castaños, el aire de los Alpes favorece la reconstitución.

Es un lugar de referencia para métodos naturales de curación y para aquellos que necesiten un proceso de regeneración, que deseen desintoxicar del stress y ritmo de la vida cotidiana.

Se realizan actividades terapéuticas como euritmia, pintura, escultura, canto.

Sandra Pereyra

## ARTÍCULO

### **OLIBANUM COMPOSITUM UN MEDICAMENTO DE NAVIDAD Y EPIFANÍA**

Pocos medicamentos hay tan navideños como el *Olibanum compositum* de Weleda. Este medicamento se lo debemos a Rudolf Steiner y se compone de Oro, Incienso y Mirra.

A las tres ofrendas que los Reyes Magos de Oriente llevaron al Niño Jesús, se le han dado muchas interpretaciones. La más frecuente es aquella que recoge, que le fue entregado Oro como símbolo de reyes, pues reconocieron la condición regia del Niño Jesús, que le fue entregado Incienso por su condición divina, y que, por último, le entregaron Mirra como símbolo de la mortificación que iba a sufrir como ser de humano.

Rudolf Steiner amplía dicha visión aportando el conocimiento antroposófico de la esencia de estas tres sustancias.

Así, explica Steiner que el oro es el éter solar condensado en materia y, por tanto, ayuda a equilibrar al hombre. Acompaña al desarrollo del pensar en una búsqueda sabia de la verdad, aportándole luz, asociándose a lo más noble del hombre.

**El incienso (Olibanum)** es una resina de un árbol que crece en el desierto. Más allá de sus propiedades farmacológicas como antiinflamatorio, existen pocas sustancias que en tan diferentes religiones y culturas, hayan hecho al hombre ascender hasta los cielos, como el humo del incienso. Steiner lo identificó con el

sentir, recogiendo a la vez las ofrendas que hacemos en nuestra vida con la piedad que nos penetra como sentimiento.

La mirra permitía a los egipcios conservarse “vivos” para siempre, puesto que era la sustancia elegida para embalsamar a sus momias. Tanto es así, que Steiner la identificó como la sustancia que vence a la muerte. Está relacionada con la parte metabólica del cuerpo, que es donde reside la voluntad, así como con las fuerzas del querer, que son la expresión de lo eterno en el ser humano.

#### **¿PARA QUÉ SIRVE ESTE MEDICAMENTO?**

Esta ofrenda de los Reyes Magos de Oriente es un arquetipo de sustancias que pueden ayudar al ser humano cuando debe atravesar difíciles crisis en el camino de su destino. Este medicamento acompaña en el proceso de la persona a la hora de reconocer dentro de su ser su misión individual en consonancia con el mundo espiritual, y perseverar en la consciencia a la hora de llevarla a cabo.

Es un gran recurso con el que cuentan los médicos antroposóficos para tratar crisis biográficas y depresiones severas.

Así como a partir de la navidad, comienzan a alargarse los días y a aumentar la luz, Steiner nos proporciona un verdadero regalo navideño y de epifanía (*et.manifestación*) para aquellas personas que necesitan aumentar la luz en su noche oscura.

José Manuel Fernández Alfonso





## MITOLOGÍAS Y SIMBOLISMOS

### RED TELEMÁTICA Y THELEMA

La raíz de la palabra “Telemática” es la misteriosa “Thelema”.

Thelema es la materia universal primigenia, que da origen a la vida. Según la Alquimia es el Oro Filosofal del que surge la Gran Obra. Buscar la piedra Filosofal equivale a buscar el conocimiento humano iluminado.

Hay otro enfoque para estudiar esta palabra, es el mitológico. Thelema es perfecta, es hija del sol y de la luna. El viento la en-

gendró en sus entrañas pero la tierra fue su nodriza. Thelema sube de la tierra al cielo para volver a bajar como perlas de rocío.

Beatriz Sánchez

#### REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA:

Libro de Simón H “La plenitud alquímica”, ed. Luis Cárcamo.



## CONSEJOS MÉDICOS PRÁCTICOS ALTERNATIVAS A LA COLONOSCOPIA

La “Tomografía Axial Computarizada (TAC) con contraste oral” permite visualizar patologías del colon. P.ej. divertículos, pólipos, tumores, úlceras, etc.

Esta prueba está indicada cuando es imposible realizar una Colonoscopia porque el paciente prefiere evitar la anestesia (Propofol 300 mg.) o porque no la tolere. La **TAC-con-contraste** se realiza en varias clínicas. En el área de Madrid por ejemplo en el Hospital de la Paz, Quirón entre otras.

Para diagnosticar el cáncer de colon se puede hacer un análisis de sangre sin necesidad de hacer cada vez una colonoscopia. Es el análisis de un parámetro en sangre: **la Septina-9**.

Dra. Beatriz Sánchez  
Medicina Antroposófica

## HUMOR

-“Doctor, me duele aquí...”  
-“Pues vaya allí”.

Doctor- Veo que hoy tose usted mejor.  
Paciente- Sí doctor, es que he estado toda la noche entrenándome.



### ACOGIDA Y TERTULIAS LOS JUEVES EN LA SOCIEDAD ANTROPOSÓFICA EN ESPAÑA

Lugar: **C/ Loeches 3, B° E - Madrid**  
 Fechas: **Cada jueves (en este momento elaborando el próximo trimestre).**  
 Acogida: **18:30 a 19:30h**, información y consulta de diversas publicaciones periódicas, folletos.  
 Tertulia: **19:30 a 21:00h**, charla seguida de coloquio.  
 Actividad abierta a todos los posibles interesados y gratuita.  
 Información: [www.sociedadantroposofica.es](http://www.sociedadantroposofica.es)  
 Contacto: **Ana Vega (661 48 55 07)**

## EDICIÓN

Editor: **Anthrosana en España**  
 Redacción, Publicidad, Administración y Distribución:  
**C/ Pico Almanzor nº 25, 28500 Arganda del Rey, Madrid**

correo electrónico: [secretaria@anthrosana.org.es](mailto:secretaria@anthrosana.org.es)  
 Responsables de la redacción: **B. Sánchez Segura, P. Schmidt Bubath, M.A. Martín Sanz, A. Santomé, JM. Fernández, M. Ibáñez**  
 Producción: **Anthrosana en España**

