

EL ENTREDICHO



N° 38

FEBRERO-MARZO-ABRIL 2026



HOJAS INFORMATIVAS DE LA
ASOCIACIÓN SAN JUAN

CONTENIDOS

Tiempo de las candelas.....	1
Caminantes sanjuaneros.....	3
El Carnaval de la plaza.....	4
Las murgas en Canarias.....	6
Camino a la primavera.....	7
Tiempo de Pascua.....	9
Lunes de Pascua.....	10
La que de verde se quiso vestir.....	11
El cuento de Pascua.....	13
Una cita con Raquel Rodríguez.....	14
El voluntariado en San Juan.....	19
Creando Comunidad Educativa:	
<i>La vivencia del ritmo de la semana y el infante.....</i>	21
Agüitas de casa: la manzanilla.....	28
Gestos amorosos de la pedagogía.....	32
Acontecimientos destacados.....	34

Para recibir el entredicho mensualmente en formato digital
envía "suscripción" al correo:
entredicho@asociacionsanjuan.es

Contenidos:

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

Proyecto Gráfico:

Centro de Pedagogía Curativa y Terapia Social San Juan.

Consejo Editorial:

Sergio Sosa y Patricia González.

TIEMPO DE LAS CANDELAS

Si hacemos mención a la Candelaria, probablemente vengan de inmediato a nuestra memoria las celebraciones que durante el mes de agosto tienen lugar en Canarias, en el marco del día de la Asunción, el quince de agosto. Esta fiesta con tanto arraigo popular coincidía con un periodo en el que ya se habían finalizado los trabajos del campo y con unas mejores condiciones climatológicas que propiciaban la expansión y la algarabía, manifiesta especialmente en los incontables peregrinos que, por devoción, por tradición, o sencillamente por diversión acudían por los senderos. En otros tiempos, en los que la plaza de la basílica aún era la misma arena de la playa, los romeros llegados de todos los rincones de las islas pernoctaban a la intemperie, e incluso en el interior del templo. Los supuestos avances que trajeron aparejados protocolos, prohibiciones y la pérdida de esa confianza colectiva fueron transformando el modo de vivir este acontecimiento. Se fue instaurando paulatinamente una diferencia histórica entre las “dos” celebraciones de la Candelaria: la popular, la estival, la parrandera... y la institucional, la fría, la del calendario.

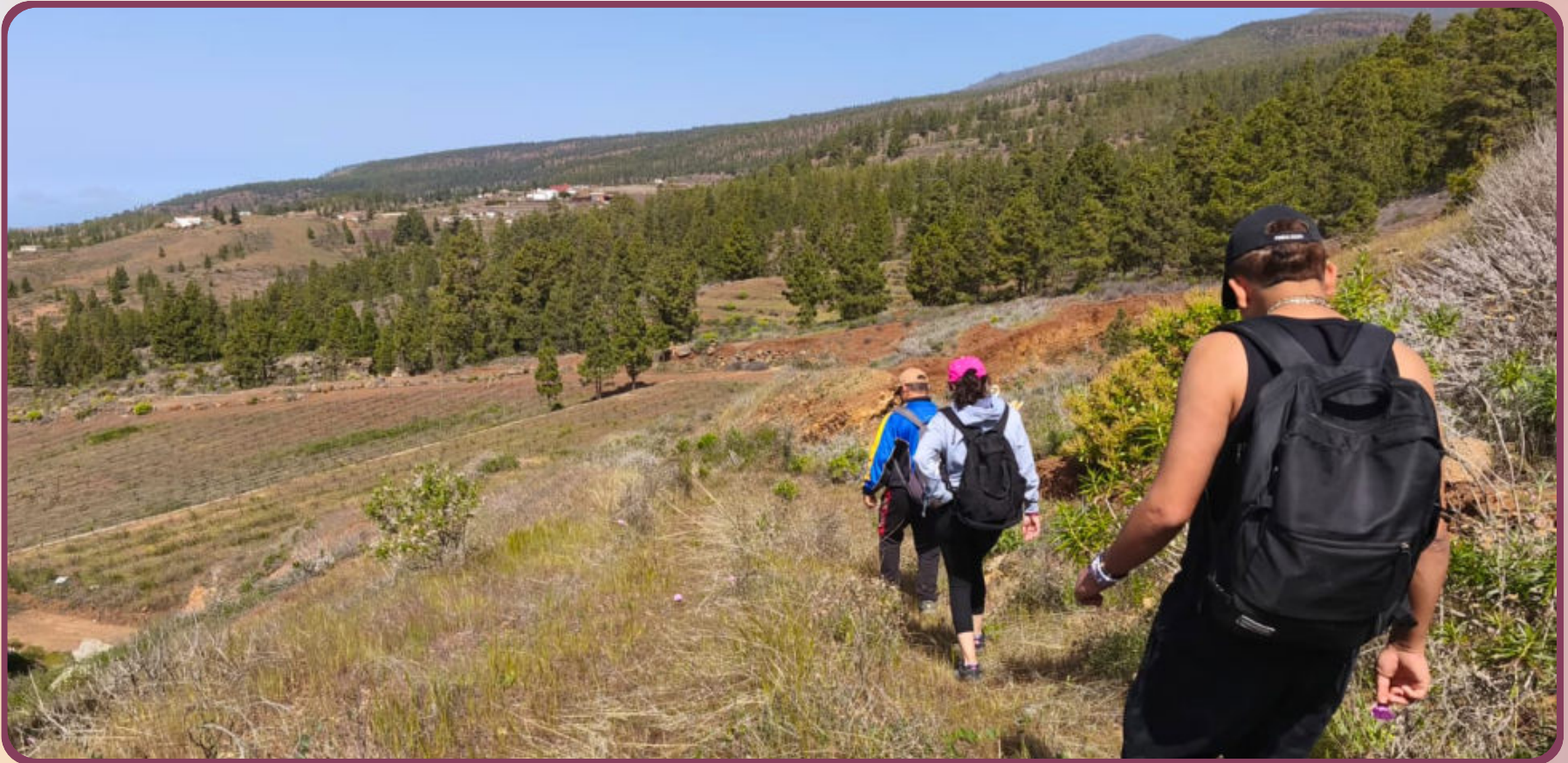
A pesar de que, por lo general, el dos de febrero parece pasar inadvertido aún es frecuente el día uno, en su víspera, ver a muchas personas unirse a la procesión de las candelas. Estas pequeñas luminarias que rasgan la oscuridad de la noche pueden ofrecernos una imagen de lo que ocurre en el interior de la tierra. Las semillas, que han permanecido casi inertes en la quietud del invierno, rompen sus tejidos en su ascenso vertical tras la luz, para dar origen a la nueva planta. Podemos imaginar que lo mismo ocurrió en aquella Jerusalén bulliciosa, plagada de mercados e invadida por el desorden y la agitación social del momento. Mientras tanto, en la infranqueable solemnidad del interior del templo tenía lugar la presentación de Jesús, como dictaba la tradición judía. Es precisamente la conmemoración de este rito judío lo que da lugar a esta celebración del 2 de febrero, que pone fin al tiempo de Navidad y Epifanía.

Todos estos hechos nos sugieren una misma realidad: mientras el exterior se encuentra sumido en el caos, en la oscuridad y aparente calma del interior algo grande se está gestando. No obstante, en la propia naturaleza contemplamos que, para que pueda surgir la nueva vida la semilla debe morir y romperse. Si practicamos la observación, esto lo podremos percibir en innumerables ocasiones en las situaciones más cotidianas. Tal vez esta mirada nos ofrezca una manera diferente de vivenciar el tiempo de la Candelaria, una época cuyo valor fue muy comprendido antaño. Esto lo atestigua el nutrido refranero español que refleja, con la viveza de lo popular, cómo en torno al dos de febrero, podía intuirse el final del invierno o el momento propicio para la siembra, si se advierten las condiciones climáticas o algunas circunstancias del reino animal. En definitiva, se consideraba una presentación, una manifestación de lo que está por venir.

- *El día de la Candelaria, está el invierno fuera; pero si no ha nevado y quiere nevar, invierno por comenzar.*
- *Cuando la Candelaria luce el sol, se puede temer que el invierno aumente su rigor.*
- *El que quiere sólo miel, que cate por San Miguel; y el que quiera miel y cera, que cate por las Candelas.*
- *En vísperas del Candelero, invierno fuera o vuelta al brasero.*
- *Hilar de veras, desde Navidad a Candelas.*
- *Por la Candelera, toda gallina es ponedera.*
- *Por la Candelera, sale el oso de la cueva; pero si hace mucho frío se vuelve a ella.*
- *Por la Candelera, ya ha crecido el día una hora entera.*



CAMINANTES SANJUANEROS



Un día alguien me explicó el proyecto San Juan y fue imposible no enamorarme de Él. *“Hombre ayudando al hombre”* es mucho más que una frase inspiradora: es una actitud vital, una forma concreta de relacionarnos con los demás. Expresa con claridad el corazón de la Pedagogía Curativa y la Terapia Social, y refleja la manera en que, desde San Juan, concebimos cada una de nuestras acciones. Todo lo que hacemos está impregnado de este espíritu y las caminatas son solo una pequeña gota del océano llamado San Juan.

Caminar no supone simplemente ejercitar el cuerpo. Es aprender a esperar al que va más lento, a animar al que se cansa, a ofrecer silencio cuando hace falta y palabras cuando se necesitan. En ese gesto *“menester es que yo mengüe para que él pueda crecer”* (Juan 3:30, RVR1960). Esto es, renunciar al ego para que el otro encuentre su lugar. Caminar juntos es, en el fondo, un acto pedagógico en sí mismo.

Desde el punto de vista físico, la caminata fortalece el cuerpo y promueve hábitos saludables. Pero en San Juan nunca nos quedamos solo en lo visible. Cuidamos los detalles: el entorno, lo emocional, la forma en que nos miramos y nos hablamos, porque sabemos que la verdadera terapia ocurre cuando la persona se siente acogida, respetada y valorada. Nosotros lo llamamos *“acompañar”*.

La naturaleza, con su ritmo sereno y su belleza, se convierte en un recurso perfecto. En ella, la mente se aquieta, el alma descansa y el espíritu se abre. Lejos del ruido y de las prisas, aparece un espacio donde cada uno puede reencontrarse consigo mismo y con los demás. Así, todos los ámbitos que integran al ser humano trabajan en armonía. No como cosas separadas, sino como realidades vivas de un mismo ser. La caminata se transforma entonces en un proceso terapéutico, donde el movimiento exterior acompaña un crecimiento interior.



El Club de Caminantes nace de una ilusión sencilla, pero profunda, y al mismo tiempo de una necesidad real: la de encontrarnos, cuidarnos y seguir creciendo juntos. Surge del deseo de ofrecer un espacio donde cada compañero, colaborador y voluntario pueda disfrutar, sentirse acompañado y descubrir, paso a paso, sus propias capacidades y trascender los límites. Lo vivido en cada salida vuelve multiplicado, vuelve en forma de compromisos sinceros, experiencias vitales y respeto mutuo. Así, lo que comienza como una experiencia personal termina convirtiéndose en un regalo colectivo.

No es solo un grupo que anda por la naturaleza. Es una forma de caminar la vida juntos, con sentido, con cuidado y con amor por el otro. Y ese es el andar característico de San Juan, creciendo fiel a su vocación: hombres y mujeres ayudándose mutuamente, siempre atentos a los pequeños detalles que hacen de sus virtudes y errores una experiencia vital, intentando ser más humanos en ese camino llamado vida.

*Camino atento a tu lado,
sin querer ser primero.
Yo me desaparezco en tu sendero,
para que nazca tu cielo.*

*Espero tu paso lento,
te sostengo sin hablar.
Cuando cedo mi momento,
te ayudo a despertar.*

David Verdejo.



EL CARNAVAL DE LA PLAZA



Como cada mes de febrero, el Carnaval llega a nuestras islas como una bocanada de aire fresco, llenándolo todo de color, música y risas. En la Asociación San Juan lo esperamos siempre con ilusión, sabiendo que no es solo una fiesta: es una oportunidad para crear, aprender y disfrutar en comunidad. Este año quisimos transportarnos a la plaza de un pueblo, esas donde la vida se cuenta en cada personaje, en cada rostro, en cada gesto. Una plaza llena de vida, en la que todos nos podemos identificar. Quisimos también centrarnos en los sencillos pero sustanciosos juegos de antaño.

Días antes, un grupo de ancianas divertidas, algo escandalosas aunque muy entrañables, vinieron a invitarnos a la fiesta que tendría lugar el viernes en la plaza del pueblo. La invitación no dejó a nadie indiferente: en ella aparecía Don Paco junto a una enorme paloma, como un simpático guiño a esas "batallas" cotidianas para que no se coman la comida de nuestras gallinas. Desde ese momento, supimos que el Carnaval ya había empezado.

Durante la semana fuimos preparando todo lo necesario: pensando qué personaje sería cada uno, preparando los disfraces, la escenografía de nuestra plaza, investigando y rescatando los juegos tradicionales de nuestra infancia y, como ya es tradición, ensayando nuestra murga.

¡Y por fin llegó el viernes! Nuestra plaza se llenó de color, no faltaba un solo personaje; desde las ancianas, hasta los niños y niñas, pasando por la vendedora de cotufas, la vendedora de periódicos, las adivinas del romero y tantos otros. Para este día cada grupo preparó un juego tradicional que compartirían con los demás; tuvimos el juego de la petanca, la gallinita ciega, el tejo, un tiovivo al son de la canción del "Caballito de palo". Tal era la fiesta que hasta los niños del grupo de juego quisieron estar presentes en nuestra concurrida plaza. Llegado el momento, cantamos nuestra murga, una divertida canción en la que pudimos repasar, con mucho humor, algunas de las situaciones de nuestro día a día, y que durante toda la semana practicamos para poder presentarla juntos. Los voluntarios también nos sorprendieron con una animada canción en alemán, que nos invitó a movernos y bailar juntos. Sin duda, también hubo tiempo para el baile, al compás de los temas musicales más típicos de estas fiestas.

Cerramos el día con un delicioso almuerzo en nuestra colorida y vibrante plaza, compartiendo un ambiente calmado y distendido. Como cada año, este tiempo nos dio la oportunidad para celebrar la alegría del compartir. Una vez más, las celebraciones verdaderas nos recuerdan que compartir es una forma de cuidarnos y que la alegría, cuando se vive en comunidad, se multiplica. Quedaron fotografías, pero sobre todo quedaron huellas imborrables, recuerdos que seguirán latiendo mucho después de que la plaza vuelva a su quietud cotidiana.

Yisliany Placencia y Rubén González.



LAS MURGAS EN CANARIAS

Las murgas nacen como pequeños grupos musicales no profesionales que, a comienzos del siglo XX, recorrían las calles buscando unas monedas. Su insistencia dio lugar a la expresión “dar la murga”.

En Tenerife se considera que esta tradición se consolidó bajo la influencia gaditana, especialmente tras la actuación de marineros del buque Laya, cuya huella ayudó a definir la estructura actual de estos conjuntos. Sin embargo, existen referencias anteriores sobre agrupaciones humorísticas y de crítica social en esta isla. De cualquier manera, las murgas se han convertido en parte de nuestra historia e identidad. Cada una de estas agrupaciones suele conformarse como un cuerpo coral de entre 20 y 40 integrantes, donde la voz compartida se apoya en la percusión mediante bombo, caja, platillos y el característico pito murguero.

Más allá de lo musical, nos ofrecen una forma de observar la realidad y transformarla en conciencia a través del humor, abordando lo social y lo cotidiano con ingenio. Para la sociedad canaria, la murga cumple una función profunda: permite expresar, compartir y fortalecer la identidad cultural. Agrupaciones históricas han contribuido a dar forma y continuidad a este legado, que se cultiva durante todo el año y florece en Carnaval. Del mismo modo, en nuestra asociación esta tradición también cobra vida cada año, a través de una murga propia. Desde un tono humorístico y cercano, se elaboran letras que hablan de nuestras situaciones cotidianas y anécdotas, con respeto y alegría.

Estas creaciones se producen con la aportación en conjunto de las casas hogar y el centro de día, generando un ambiente carnalero que invita a convivir y generar un disfrute común. Muestra de ello es este fragmento que compartimos de la letra de este año de nuestra Murga San Juan:



La granja de San Juan
es particular
con ánimo e ilusión,
vamos a trabajar.
Sábado y domingo
estamos igual,
hasta las cabras dicen
déjenos descansar.

Alejandro pierde el peine ¡Caramba!
Y Marisa la paciencia ¡Caramba!
Juan Jesús quema el café ¡Caramba!
Sandra con su maleta ¡Caramba!
Yolanda baila con la escoba ¡Caramba!
¡Damián quema el pan, otra vez!
Carlos: One, two, three ¡Caramba!

Acoraida García.

CAMINO A LA PRIMAVERA

Caminando en el otoño me encontré a la primavera. Cuando el calor de la hoguera de San Juan va dejando atrás su cometido se aproxima, poco a poco, una fecha especial para la comunidad: el tiempo de Micael, el más cercano al equinoccio de otoño. En este momento se producen eventos muy valorados por las culturas a lo largo de los siglos, hechos ligados a la respiración de la Tierra, al abrigo del cosmos. La agricultura, la siembra, la recogida de los frutos son cuestiones y tareas que nos dan sentido como comunidad.

En la actualidad, la comodidad o facilidad a través del comercio para, por ejemplo, conseguir los alimentos, nos aleja de la relación más íntima con el cosmos y la Tierra, nos separa de la necesidad profunda que como seres humanos tenemos de ligarnos a ella mediante el trabajo, la observación y el estudio, la siembra, el cuidado... sentirlos como parte de nuestro ser. Necesitamos del cosmos y de la Tierra no solo para sobrevivir como respuesta a una necesidad primaria, sino como alimento para el alma.

Aproximadamente cuarenta días después de esta época de Micael, se acerca en nuestra comunidad la celebración de San Martín, "la fiesta del farol", en la que la luz que el cosmos y la Tierra alimentan se funde en nuestro interior, y nos reconfortamos con el dar y compartir con los demás al calor de la fraternidad. Ya la madre tierra ha sido preparada y se ha dejado "limpia" para que pueda "dormir" en el invierno. Durante estos cuarenta días que vamos a ir recorriendo, el ser humano, al igual que la tierra, va pasando por diferentes episodios; el alma humana va experimentando distintos estados, y ahí nuestra labor de acompañar con devoción cada momento. A partir de este tiempo comenzamos a andar por un camino de luz interior y exterior, pues consideramos que todo lo que ocurre fuera también está dentro.

Con la celebración de tiempo de Ánimas la luz se hace más presente, seguidamente los pasos de María buscando posada avanzan por el invierno hasta llegar a Belén. La cultura, piedra fundamental para la identidad humana, con su poder en lo anímico de cada ser, va ayudando a que todo ese ente terrenal y cósmico se vaya produciendo cada año en el corazón de las personas, con la voluntad y el sentir puesto al servicio, impulsado por las fuerzas de la comunidad.

Desde la época de San Martín hasta el tiempo de Adviento transcurren aproximadamente cuarenta días; esta es una época especial que nos invita como seres en comunidad a prepararnos para la Navidad. Tiempo de introspección, de fortalecimiento de la voluntad y de espacio interior que se preparara para acoger la nueva luz y las fuerzas del cambio que nacerán. La Navidad es una gran fiesta para la humanidad, acompañada con verdaderos gestos envueltos en ilusión, asombro y armonía, para que no se desvirtúe en los excesos que hoy en día la desdibujan, que nublan y enturbian la verdadera esencia de su acontecer.

En el mes de enero la Epifanía se hace presente, desde el solsticio de invierno y ya en dirección a la Pascua, se suceden cuarenta días en este respirar rítmico, llegando hasta los albores de febrero. En esta ocasión se hace presente "la fiesta de las candelas"; vivenciamos la Candelaria, fiesta de purificación que alude a la presentación del Niño en el Templo, acompañado por su madre. En torno a esta fecha, ya se veneraba desde el tiempo de los celtas a la diosa *Imbolc* por toda su trascendencia en la vida natural y el alma humana. En el mes de febrero también celebramos el Carnaval, época de exaltación y desparpajo en la que, con dignidad, todo cabe. Alma y cuerpo, sobrepasados de excesos, agotan los últimos desafíos antes de llegar al Miércoles de Ceniza, día muy importante que marca un antes y un después en nuestro sentir y hacer diario.

Con la ceniza se da la posibilidad de crear un espacio renovado para la conciencia y la retrospectión. La contemplación y purificación del alma humana como ser individual consagra los lazos de unión y el beneficio para la comunidad que camina junta en la misma dirección, hacia la preparación de la Pascua.

La Cuaresma nos conecta con la naturaleza exterior e interior, se nos brinda la posibilidad de “parar en movimiento”, detenernos, cambiar aspectos de la vida cotidiana que nos ayudan a volver a conectar con la espiritualidad del ser, a través del propio hacer, del arte, la musicalidad, la palabra en el sentir, focalizando el querer en aquellos gestos de la voluntad enfocados en dar sin esperar nada a cambio, centrados en la devoción al detalle desde lo sencillo, humilde y sereno. En tiempo de Cuaresma los cantos se tornan litúrgicos, la palabra reboza en el corazón en busca de la ansiada libertad, la luz que aún llevamos en el interior se asoma a lo que pronto acontecerá; la luz del alma se va nutriendo al contraste con la luz invernal y la fuerza interior empuja con gran asombro ante la transformación de la vida, preparándola para la Resurrección en la Pascua.

El primer domingo después de la luna llena de la primavera, el resurgir, un nuevo despertar de la naturaleza llega. Tras el equinoccio de primavera la Pascua se presenta, gran maravilla que representa el triunfo de la vida sobre la muerte a través de la transformación. Gracias a la fuerza crística, el reverdecer de la primavera, el renacer interior y la esperanza son nuestro regalo divino; la superación interior nos lleva a encontrarnos en el futuro, avivando la voluntad.

Nuestra labor como acompañantes es trascender, ir más allá de las creencias de cada uno, acompañando con libertad y conciencia cada gesto, con cada paso rítmico que vamos dando como seres individuales y como parte indispensable de la comunidad, fortaleciendo al ser social desde la bondad, a la luz de la verdad. Colaborar esforzándonos en conocer al otro, saliéndonos de las antipatías y simpatías que sintamos para poder seguir creciendo juntos, tanto en lo personal como en el plano espiritual, mirando de fuera hacia dentro y viceversa.

Con la Cuaresma, se nos brinda la posibilidad de encontrar nuestro propio desierto interior para transformarlo en el lugar del primer amor, donde habita la esperanza junto a la libertad.



ANDAMOS POR EL DESIERTO.

**ANDAMOS POR EL DESIERTO
BUSCANDO LA LIBERTAD,
CON EL CORAZÓN ABIERTO
A LA LUZ DE LA VERDAD.**

**ATRAVESAMOS EL MUNDO,
ESPERANZA Y SOLEDAD.
UNIMOS NUESTROS RUMBOS
CAMINOS DE LA ETERNIDAD.**

Alba León.

TIEMPO DE PASCUA

La Pascua este año hace su presencia el domingo 5 de abril. Se presenta soleada, apacible y llena de verdor, pues las lluvias caídas en marzo le proporcionaron a este tiempo de Pascua un esplendor más vivificante y notorio, que el que ya por su propia naturaleza contiene. Se sabe con certeza que siempre llega de la mano de la primavera, florecida en su más amplia magnificencia. Exuberante belleza nos regala cada flor, que se abre hacia el cielo, buscando la luz del sol, desplegando su esencia. Dotada de color y cualidad en cada pétalo, ofrece su aroma peculiar, sin reservas, al mundo que la rodea; y acompañada de las más bellas melodías que sus amigos cooperantes, los insectos o los pájaros, le brindan a su ser. Claro que nuestra cualidad humana es más extensa, con más envolturas que el ser de una flor pues precisamos, además de la luz solar del día, percibir y captar la luz espiritual de la noche.

¿Y que será lo que nos ofrece a nosotros como individualidad el tiempo de Pascua? Puede servir como inspiración observar un pequeño capullo en su oscuridad absoluta, y contemplar cómo lentamente se despliega y se transforma en belleza hacia la luz. Un nuevo resurgir puede nacer en nosotros.

¿De qué belleza nos podemos dotar con la renovada luz solar espiritual que nos ofrece la Pascua? De la pureza escondida que puede habitar en nuestro corazón, esperando a ser desvelada por la fuerza solar, mucho más allá del día.

La primavera se puede percibir con claridad por su exuberancia, por su fuerza de crecimiento y por el florecimiento de la nueva vida. Quizás de la misma manera, con voluntad, podamos percibir la fuerza espiritual de la Pascua en nosotros también, elevándonos hacia el espíritu, permeando hacia las fuerzas de corazón, desplegando en uno el amor hacia el prójimo. Este recorrido de búsqueda espiritual, iniciado el Domingo de Pascua, nos llevará hasta el tiempo de la Ascensión. Logremos pues, avanzar en la búsqueda interior de lo que el cosmos nos ofrece.



ALCANZAR EL VUELO CON LA MIRADA
PERSIGUE ANHELANTE EL CORAZÓN
MAS POBRE Y DÉBIL SE ENCUENTRA,
ENCAJADO, ENVUELTO CORDÓN.
¿CÓMO SERÁ LO QUE BUSCO? PREGUNTA.
¿CÓMO ENCONTRAR LO QUE ES?
EN ESTE CUERPO ESFORZADO,
TRATANDO DE MANTENER.
¿QUÉ BELLEZA ESCONDES?
¿QUÉ ARTE TIENES?
¿CUÁL ES TU CUALIDAD?
¿DÓNDE TE MECES?

TANTAS PREGUNTAS INQUIETANTES ESPERAN
SIGUEN BUSCANDO RESPUESTA
Y EL CAMINO ES LARGO DE ANDAR,
AGOTADO EN SUDOR...
PERO MIENTRAS QUEDEN FUERZAS
AHÍ ESTARÉ YO.

María Angelina Muñiz.

LUNES DE PASCUA

Celebrar la Pascua de Resurrección en medio de la naturaleza, que despierta tras el letargo invernal, es una experiencia de renacimiento interior. Para nosotros —Federico, Remo y Laura— ha sido la primera Pascua junto a la Comunidad San Juan. Federico lleva unos meses en el centro de día y la participación en las celebraciones comunitarias supone para nosotros un continuo descubrimiento de una forma diferente, pero intensa, de marcar el paso del tiempo a través de la conmemoración de los momentos más significativos de la tradición cristiana y canaria.

Caminar juntos, en medio de la extraordinaria variedad de plantas y flores de las montañas de Tenerife, abre el corazón al recuerdo del milagro del despertar. Flores blancas como la nieve que aún cubre el Teide en el horizonte; amarillas como el cálido sol de abril, regalo de este día de fiesta; rosas, lilas y rojos que se confunden con los huevos de chocolate que los niños encuentran, escondidos entre la hierba, detrás de los arbustos, bajo las piedras... gracias a las manos atentas de los amigos más mayores, para sorpresa y felicidad ingenua de quienes, por primera vez, descubren que la naturaleza puede reservar regalos inesperados.

Luego, llegamos todos juntos al parque, donde manos dispuestas han preparado mesas immaculadas, dispuesto comida y bebida, decorado árboles de la vida y fuentes de agua pura con telas de colores, huevos pintados, liebres y conejitos de fieltro blanco, ramas floridas: símbolos de la vida que no muere, sino que duerme para luego despertar al ritmo de las estaciones y del corazón. Las mismas manos serviciales que sirven en las mesas platos repletos de carnes, verduras, delicias de todo tipo y postres, preparados con esmero en la cocina del centro o compartidos por las familias.

Pero antes de la comida comunitaria: el círculo que abre paso a la reflexión y la alegría, con cantos rítmicos y estrofas repetidas, que penetran profundamente en el alma y alimentan el espíritu; como el romero, símbolo desde tiempos antiguos de purificación, protección y memoria, que nace en el campo sin haber sido sembrado. De nuevo, al final de la celebración, antes de despedirnos, nos encontramos en otro círculo, un momento para compartir y para la fraternidad. Así atesoramos todo lo vivido, que para nosotros ha sido una experiencia de crecimiento interior.

Gracias.

Federico, Laura y Remo.



LA QUE DE VERDE SE QUISO VESTIR

Conocemos la importancia que tiene para el ser humano el ritmo. Cuando desde la Pedagogía Curativa y la Terapia Social estudiamos la importancia de las envolturas, la esfera temporal es una de las bases en las que los profesionales nos detenemos para afinar bien nuestro hacer y acompañamiento. Existen, pues, varios ritmos a los que atender... La biografía individual tiene un ritmo, el día tiene otro. La semana, la naturaleza, las mareas, el clima, la respiración... Encontramos el ritmo en casi todo lo que existe y este se extiende siempre entre dos polos: la vida y la muerte. Cualquier elemento que lo contenga pasa por ciclos y etapas: gestación, nacimiento, crecimiento, maduración, mengua y muerte. Si algo no tiene ritmo, carece de vida.

El ritmo anual es un ejemplo de ello y en este nos detendremos ahora para sumergirnos en una de sus etapas: la primavera. Luego de haber estado en el interior de la tierra, contenida, la semilla ha brotado y está creciendo. El primer brote se da durante la última mitad del invierno, a finales o quizá en la primavera más temprana. La primavera es la evidencia y consolidación de la cualidad de brotar y, propiamente, diríamos que se corresponde y se asemeja a la infancia y a la juventud. Todo es vitalidad, expansión, crecimiento, color, curiosidad, interés, entusiasmo, alegría... La vida que aparece se va posicionando en el espacio y ocupa su lugar. Es un momento de mucha labor destinada a la expansión de la vida... De manera que es una época de movilización de fuerzas centrífugas, de mucho trabajo hacia fuera y de mucha relación con cada uno de los elementos y los seres con los que compartimos la vida.



En San Juan vivenciamos las cualidades de la primavera en el calendario anual a través de las celebraciones: Pascua, es la cardinal, pero también hay que nombrar Ascensión, la Trásquila, Pentecostés y el Baile de Magos. Con Pascua se hace evidente el renacimiento. En el mundo vegetal, el brote -en árboles, arbustos, plantas bajas y también en los campos de cereal sembrados por el ser humano-, surge vencedor, logra salir a la luz y se levanta, toma sus fuerzas después de haber estado recogido en sí mismo y crece vertical; busca luz y da color, se expande y los jardines y los campos se llenan de flores. En el mundo animal, se dan los apareamientos, se preparan los nidos, se escuchan a las crías de los pájaros piar y el ajetreo de los adultos para alimentarlos. Se percibe la labor de las abejas en su trajín por recolectar, las mariposas salen de sus crisálidas y los insectos polinizan el mundo vegetal, se producen las migraciones de las aves...

Así, al llegar el equinoccio de primavera y celebrar la Pascua, año tras año vivenciamos esta etapa junto con los niños y los compañeros a través de imágenes como la del huevo, que simboliza la fertilidad. Con los niños y niñas en La Espiral de los sábados y el Grupo de Juego, prepararemos las macetas, sembraremos las semillas para disponer el jardín que crecerá y será el nido de la liebre que viene a visitarnos; también con los compañeros pintaremos y tintaremos huevos que luego servirán para las decoraciones de los espacios. Luego, en época de Ascensión, el crecimiento, la expansión del mes de mayo, la belleza de la flor... Llega la Tráquila, momento en el que los compañeros muestran al mundo su hacer, su labor. Y finalmente llega Pentecostés, fecha en la que celebramos la convivencia, la alegría del vivir juntos y compartiendo; preparamos el Baile de Magos, la alegría, la relación e integración, la presencia en la comunidad mayor de la que formamos parte se hace más evidente.

Lo crucial de todo ello, la envoltura que creamos con la vivencia del ritmo a través de estos acontecimientos y símbolos, trae enormes beneficios curativos y terapéuticos al aportar un orden y estructura, que proporciona seguridad y confianza, además de nutrir el sentido de pertenencia.

La primavera

Vestida de verdor ya llegó la primavera
 esmalta la pradera su menudita flor
 Los pajaros haciendo están sus nidos blandos con oja
 Vestida de verdor la primavera llegó

La bella primavera

La bella primavera de verde se vistió
 no doña con invierno burlando el rigotón
 Danzad, danzad, que me sofoco yo
 La bella primavera de verde se vistió
 Bailar no quise esto y dije socarón
 Danzad, danzad,
 que me sofoco yo

Lourdes Casas.

EL CUENTO DE PASCUA

Con la llegada de la primavera, la naturaleza comienza a despertar y a llenar de colores nuestros huertos. Es una estación donde la expansión y la luz comienzan a predominar por encima de la oscuridad e introversión que nos traía el invierno. Comienza el renacimiento de la naturaleza, desde cada semilla hasta llegar a ser una flor que se abre al salir el sol o incluso una pequeña mariposa que deja atrás la crisálida y se transforma para volar y danzar en el jardín.

En la Espiral de los sábados los niños vivencian durante todo el año el cuidado del huerto y del jardín, exploran y tienen la oportunidad de conectar con el mundo natural. Encuentran aquí una ocasión para experimentar la transformación de la naturaleza durante cada época del año, especialmente la llegada de la primavera que nos anuncia la Pascua. Durante los fines de semana próximos a la celebración, con mucho mimo y cuidado los niños decoran y preparan unas hermosas macetas para la llegada tan esperada de la Liebre de Pascua. El cuidado de la tierra también les permite contemplar el proceso de germinación y el crecimiento de la vida. Cada sábado es una nueva propuesta para disfrutar de un bonito día de encuentro. Cada instante se experimenta a través del ritmo del ser humano, la naturaleza y el cosmos.

La vivencia del ciclo anual es una gran oportunidad para acompañar a cada niño en el desarrollo del pensar y el sentir activando la voluntad a través de las actividades artísticas, creativas y manuales, la música, el movimiento y el juego. Especialmente, la llegada de la Pascua la viven con mucha alegría y entusiasmo. Encuentran y recogen las macetas que habían preparado, en las que ha brotado el verde y por las que ha pasado la Liebre de Pascua dejando sus huevos. Cada día acompañamos el cierre de la actividad con un hermoso cuento propio de este tiempo. Con el encendido de la vela abrimos el tiempo del cuento; la música, el canto y la narración nos ayuda a mantenernos presentes. Se crea un ambiente único y especial de calma e imaginación que nos envuelve y ofrece un instante significativo, pues el contenido de los cuentos nos permite situarnos en la época, integran valores y contribuyen al aprendizaje y desarrollo. En este caso, como elemento de cierre especial contamos, en este momento privilegiado del día, la historia de una familia de liebres que debe encontrar a la verdadera Liebre de Pascua. Es un cuento en el que podemos encontrar el valor e importancia del aprendizaje de nuestros errores, la perseverancia y la superación.



Alba Chávez.

UNA CITA CON RAQUEL RODRÍGUEZ



Pedagoga de profesión, licenciada en la Universidad de La Laguna, siempre ha mostrado el orgullo de haber nacido y vivido en el adejero barrio de Fañabé. Es concejala desde el año 2019 y su trayectoria profesional la ha desarrollado como orientadora laboral, en procesos de acompañamiento a las personas en su desarrollo social y educativo. Desde muy joven ha estado vinculada a distintos movimientos sociales y culturales del municipio, especialmente relacionados con la cultura popular y el patrimonio inmaterial, como la Banda del Patronato Musical en la que desarrolló el amor por la música, heredado de sus raíces familiares.

En los últimos años, ha sido madre de una niña y ha visto crecer su compromiso social con la igualdad de oportunidades para toda la ciudadanía y, especialmente, para los colectivos más vulnerables. Actualmente asume la responsabilidad del Área de Bienestar Comunitario y Cohesión Social. Por todos estos motivos dedicamos esta cita a Raquel Rodríguez, con quien compartimos una interesante conversación.

- **Usted, que se ha formado en en Pedagogía, ¿qué le interesó de esta rama educativa del ámbito social? ¿Le supuso esto encontrar su vocación profesional?**

En un primer momento quería estudiar Periodismo, ya que siempre me ha gustado el ámbito de la comunicación. Sin embargo, en aquel momento, en La Laguna no existía la opción de comenzar la carrera de Periodismo desde el primer curso y, finalmente, me decanté por Pedagogía.

No me arrepiento de la decisión porque la Pedagogía abarca todo el proceso de desarrollo de las personas a lo largo de la vida. Con el paso del tiempo, y a lo largo de mi trayectoria profesional, he podido comprobar las diferentes posibilidades que ofrece esta disciplina y cómo me ha ayudado a desarrollar distintas facetas.

Quizá no fue mi primera opción, pero con el tiempo descubrí que es algo que realmente me apasiona, especialmente la pedagogía social.

- **¿Qué le llevó a asumir, más adelante, un compromiso político en su municipio?**

En 2019 me propusieron formar parte de la candidatura del PSOE al Ayuntamiento de Adeje y acepté con mucha responsabilidad. El proyecto socialista es el proyecto con el que siempre me he sentido identificada, tanto por los valores de mi partido como por el proyecto político que históricamente se ha desarrollado en Adeje, basado en pilares como la educación, la cultura o el deporte; en definitiva, todo aquello que permite a las personas desarrollarse y sentir orgullo de pertenecer a su municipio.

La política siempre me ha interesado. Desde pequeña se hablaba de política en casa y siempre he sido una persona implicada en diferentes procesos participativos. Al final, la política está presente en todos los ámbitos de la vida. Es importante dar ese paso y formar parte de la transformación del municipio durante el tiempo que nos corresponda. Es, sin duda, un proceso apasionante.

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

Creo que la primera vez que vine fue en Navidad, visitando el mercadillo que organizan. San Juan está en la memoria y la mente de cualquier adejero o adejera. Es una asociación con muchos años de historia que surgió en un momento en el que no existían recursos para dar respuesta a una necesidad concreta.

Siempre la había tenido presente, pero la he podido conocer más en profundidad gracias a las responsabilidades políticas que me ha tocado desempeñar ahora. Como concejala, participo de diferentes actividades, conozco su realidad, el entorno y todo lo que han conseguido en San Juan.

- **¿Cuáles considera que son la labor y las señas de identidad de esta comunidad de vida y trabajo en torno a personas con necesidades especiales? ¿Qué significa para el municipio contar, desde el año 1994, con una institución como San Juan?**

El entorno que han conseguido crear es fundamental. La manera en que se plantea el trabajo diario, teniendo en cuenta las necesidades individuales de cada usuario y usuaria, y desarrollando un trabajo colaborativo en el que todos forman parte del proceso, es realmente valiosa.

Además, organizan actividades en las que conviven personas con y sin discapacidad, lo que ayuda a naturalizar estos procesos. Esto es algo que debemos visibilizar y fomentar: no se trata solo de incluir, sino de convivir y crear espacios compartidos para todas las personas. En ese sentido, el trabajo que realizan aquí es un ejemplo. También destacaría su conexión con la naturaleza, la búsqueda de la autosuficiencia, la elaboración de productos artesanales en los que todos participan, así como la implicación de las familias y del entorno. Todo esto forma parte de la esencia de San Juan y es encomiable.

Tal y como me han trasladado, la asociación surgió en un momento en el que no existían recursos y en el que las familias necesitaban una respuesta. Para el municipio, contar con un recurso como este es fundamental. La colaboración entre el Ayuntamiento de Adeje y las entidades sociales o del tercer sector es muy importante: nosotros aportamos lo que está en nuestra mano, pero ustedes también devuelven muchísimo al municipio en su día a día.

Para muchas familias, San Juan ha sido clave en su proceso vital. Han conseguido muchísimas cosas como asociación, y eso no es nada fácil. Las personas que comenzaron siendo niños han ido creciendo y sus necesidades también han cambiado. Son un modelo a seguir y un referente de cómo debe funcionar el asociacionismo y de cómo se puede mejorar la calidad de vida de las personas gracias al empeño de unos cuantos.

- **¿Cuáles son para usted las responsabilidades que debe asumir una asociación como esta? ¿Y la Administración pública respecto de este tipo de instituciones?**

En primer lugar, creo que la Administración pública tiene la responsabilidad de dar respuesta a las necesidades que surgen. Hubo épocas en las que no existían recursos, en parte por desconocimiento y también porque, históricamente, la forma de entender la discapacidad ha ido evolucionando.

Hoy en día, las administraciones deben asumir ese papel, ya sea creando recursos directamente o colaborando con las asociaciones mediante apoyo y financiación. Las administraciones tienen un papel fundamental en la creación de estos recursos.

A las asociaciones les corresponde, en gran medida, esa devolución a la sociedad de todo lo que se desarrolla. En el caso de San Juan, por ejemplo, su participación activa en la vida del municipio, las actividades que organizan o la posibilidad de que la ciudadanía pueda conocer su labor son un gran ejemplo.

Desde el ayuntamiento siempre hemos mantenido una colaboración estrecha, pero también es cierto que, llegado cierto punto, corresponde a las administraciones asumir la responsabilidad de ofrecer respuestas. Debemos seguir avanzando para dar una solución más ágil a las familias, que muchas veces se sienten perdidas ante un primer diagnóstico. Aún queda mucho camino por recorrer.

- **Habiendo desempeñado labores como orientadora laboral, ¿cuál es la importancia del desarrollo profesional para la vida de cualquier persona? ¿Cómo pueden las personas necesitadas de cuidados especiales encontrar su pleno desarrollo en este ámbito?**

Para cualquier persona, el trabajo forma parte del proceso de crecimiento personal y permite también desarrollarse en la vida. Y, por supuesto, eso debe ser así también con las personas con alguna discapacidad.

Es cierto que muchas veces necesitan un proceso de acompañamiento, especialmente en el paso a la vida adulta, y en ocasiones un empleo con apoyo. Pero las personas con necesidades especiales o diferentes deben poder desarrollarse profesionalmente, porque pueden y deben aportar a la sociedad en igualdad de condiciones. El objetivo debe ser que cada persona pueda alcanzar su pleno desarrollo. En este ámbito todavía queda mucho por hacer, no solo porque lo establezcan las leyes, sino por compromiso social. Cada persona tiene necesidades diferentes, pero todos debemos ser iguales y tener las mismas oportunidades.

Diría que es un reto. Se han impulsado proyectos a nivel municipal que han dado resultados, pero debemos seguir avanzando y creando entornos laborales adecuados.

- **¿Cuál considera que es la repercusión que tiene en la sociedad, la economía, el medio ambiente... la labor que los compañeros de la Asociación San Juan realizan a través de iniciativas basadas en la Pedagogía Curativa y la Terapia Social?**

Es un proceso que sirve de ejemplo. Cada actividad tiene una utilidad y genera un producto final que puede comercializarse, lo que crea un ciclo que repercute directamente en la propia asociación. En ese sentido, es un ejemplo de sostenibilidad social, ambiental y económica. La propia entidad se sostiene, en parte, a través de su forma de trabajar y de los valores que promueve.

- **Entre sus responsabilidades ha asumido el área de Bienestar Comunitario y Cohesión Social. ¿Cuál es para usted el ideal de bienestar en este sentido? ¿Cómo podemos garantizar la presencia y participación activa de las personas con necesidades especiales en la vida comunitaria?**

Para mí, el bienestar significa que las personas puedan desarrollarse plenamente en igualdad de condiciones; que exista un contexto en el que todos tengamos acceso a la cultura, la educación, el empleo de calidad o una vivienda digna.

Desde el área de Atención a la Discapacidad estamos trabajando en un plan estratégico que aborda las necesidades relacionadas con la participación e integración de las personas con discapacidad en el municipio. Creo que en gran medida todo pasa por la sensibilización y la divulgación.

Estamos colaborando con distintas áreas para favorecer esa convivencia y para que las personas con discapacidad puedan disfrutar de todo lo que se desarrolla en el municipio, algo que ya ocurre, pero que siempre puede mejorar.

Hemos avanzado mucho, pero aún queda trabajo por hacer. Desde el área que me corresponde dirigir, contamos con el Centro de Atención a la Discapacidad y colaboramos con entidades como ustedes y con otras asociaciones. Debemos tener una visión global para ver cómo podemos apoyarnos, sumar esfuerzos y complementarnos.

- **En un contexto global en el que parecen acentuarse las desigualdades y el individualismo, ¿qué significa para usted la cohesión social? ¿Cómo puede alcanzarse?**

Creo que Adeje es un ejemplo de convivencia. Durante mucho tiempo hemos sido un municipio en el que conviven personas de diferentes culturas, procedencias o condición.

La cohesión social significa respetarnos en nuestras singularidades, sin creernos superiores a nadie, y tampoco inferiores. Es una cuestión de valores y de empatía. Muchas personas se ven obligadas a abandonar su lugar de origen por circunstancias difíciles.

Debemos evitar que prime el individualismo y pensar más en la colectividad y en la convivencia. Las diferencias nos enriquecen, y en este sentido también tenemos mucho que aprender de las personas con discapacidad. Es importante convivir con respeto, ponerse en el lugar del otro y comprender que cualquiera puede atravesar momentos difíciles en la vida. Nadie está exento de ello, y por eso debemos desarrollar aún más la empatía.

- **Durante el año usted nos visita en diferentes ocasiones y celebraciones de la casa, lo que representa una oportunidad para el encuentro. ¿Qué significan para usted estos momentos? ¿Qué le aportan a nivel personal?**

Para mí es un aprendizaje. Me permite conocer diferentes formas de hacer las cosas desde otras pedagogías y perspectivas. A nivel personal me enriquece muchísimo. Cuando entro aquí siento una gran calma y pienso: “esto también lo quiero para mi día a día”.

Siento una profunda admiración por todo lo que han conseguido y un gran respeto por el proceso que han recorrido. Es un aprendizaje observar cómo desarrollan su trabajo, siempre con respeto hacia cada persona y creando un entorno tan bonito dentro del propio casco urbano del municipio.

- **Como responsable política, pero también como vecina y amiga de la Asociación San Juan, ¿cómo valora el desarrollo de esta comunidad? ¿Cuáles son sus deseos para su futuro?**

Valoro muy positivamente el desarrollo de la asociación. La implicación de las familias ha sido fundamental en todo el proceso, así como el acompañamiento del Ayuntamiento de Adeje, que siempre ha estado y seguirá estando presente.

Mi deseo es que San Juan tenga una larga vida. Han conseguido mucho, no solo aquí en Adeje, sino también ampliando su labor para responder a nuevas necesidades, como en el caso de las Casas Hogar.

Espero que sigan evolucionando de la misma manera, que podamos continuar trabajando conjuntamente y que sigamos acercando a la población adejera todo lo que aquí se hace. También deseo que la comunidad continúe implicándose y participando, incluso a través del voluntariado, que es una parte muy bonita y fundamental de la asociación.

Les deseo muchos éxitos y que sigamos trabajando juntos para seguir dando respuesta a las personas que lo necesitan.

- **¿Alguna anécdota o reflexión que quisiera compartir con nosotros?**

San Juan es un ejemplo de que hay muchas personas con ganas de aportar y de implicarse, como ocurre con el voluntariado. Ustedes acogen a quienes quieren ofrecer algo de sí mismos, y eso es muy positivo, porque todos tenemos algo que aportar.

Muchas veces una persona viene pensando que va a ofrecer algo, pero termina llevándose también un gran aprendizaje y aportando más de lo que imaginaba.

Me gustaría animar a la gente a acercarse, a conocer el trabajo que se realiza aquí y a implicarse. También quiero destacar el valor de la colaboración entre la Administración y la asociación. Su participación en la vida del municipio, su presencia constante y la comunidad que han creado son, sin duda, todo un ejemplo.



VOLUNTARIADO EN SAN JUAN



EN LA LUZ QUE DESDE ALTURAS DEL ESPÍRITU
QUIERE FLUIR HACIA EL ALMA HUMANA,
SURGE LA FUERZA QUE, DESDE EL YO,
QUIERE VIVIR EN EL MUNDO.

Rudolf Steiner.

Desde la comunidad educativa San Juan, nos acogemos diariamente a esta meditación del calendario del alma, porque consideramos que hace alusión al verdadero desarrollo del yo, donde crecer como personas consiste en no encerrarse en uno mismo, sino en usar ese crecimiento para aportar algo al mundo.

Dentro de este camino de crecimiento personal, el voluntariado es una parte importante del engranaje de nuestra institución. Su aporte tiene un profundo valor humano, ya que favorece el acompañamiento de las personas necesitadas de cuidados anímicos especiales, de una forma empática y cercana. Desde la entidad tenemos claro que lo verdaderamente importante no es el resultado de una actividad concreta sino la capacidad de escuchar, de ver cada individualidad y compartir tiempo con el otro, generando vínculos.

En nuestra tarea, cada voluntario se traduce en un referente afectivo y social. La presencia constante de este y su mirada inclusiva contribuyen a reducir los prejuicios que puedan surgir, llegando a fortalecer la propia autoestima del compañero y permitiendo generar espacios donde cada uno se sienta valorado, reconocido y acompañado. Estas personas también crean momentos de convivencia entre la comunidad, permitiendo muchas veces dar visibilidad a las capacidades que tenemos cada uno y no a las limitaciones. En general, son muchos los valores que genera el voluntariado como el respeto hacia el otro, el ejercicio de la paciencia y el apoyo al trabajo diario. Además, se aportan nuevas ideas, miradas diferentes y una energía renovada que enriquece la labor diaria. Cada uno de estos elementos fortalece el tejido asociativo, consolidando una comunidad más participativa y solidaria.

Esta iniciativa del voluntariado es profundamente satisfactoria en los tiempos que corren, en un mundo que se percibe cada vez más deshumanizado. De modo que la solidaridad y el compromiso social cobran aún mayor relevancia, pues dedicar tu tiempo de manera altruista, con un compromiso claro y unos objetivos definidos, no solo contribuye al bienestar de la comunidad sino también al enriquecimiento personal.

Con su gran repercusión en la vida social y cultural, influye de manera decisiva en el equilibrio del bienestar y desarrollo pleno de las personas. Es un compromiso mutuo entre la entidad y el personal voluntario, una experiencia significativa donde la persona ofrece su tiempo y dedicación con responsabilidad. Asimismo, la institución les proporciona una formación adecuada y el acompañamiento necesario, dándoles respaldo y reconocimiento para que puedan desarrollar su labor con sentido y seguridad. Existen muchas formas de contribuir a la labor de San Juan, pues cada persona puede aportar aquello que tiene y sabe ofrecer. No se trata únicamente de disponer de tiempo, sino de poner al servicio de los demás su saber, con actitud y compromiso. El voluntariado nos enriquece como comunidad, amplía el entorno social de los compañeros y aporta un valor inmenso que nos humaniza y hace de este mundo un lugar más sensible.

Nieves Tadeo.

Precisamente este año hemos recibido, por primera vez, a algunas personas voluntarias dentro del programa del Bachillerato Dual del Cabildo de Tenerife. Mihaela y Martina han querido compartir su experiencia con nosotros.

Hola, soy Mihaela y estuve de voluntaria en San Juan durante unas cuantas semanas durante los meses de enero y febrero. Tengo 17 años y me ofrecí como voluntaria pues lo requería la agencia para la beca lingüística en la que estoy, aunque sin duda volvería de nuevo porque mi experiencia fue inolvidable. Estuve con el grupo de los niños pequeños y grandes. Cada niño es diferente y especial a su manera. Me sorprendieron las diferentes formas de comunicación que cada niño tiene y me encantó lo divertidas que eran las actividades, y lo mucho que se esforzaban todos por mantener un ambiente agradable y divertido. Hemos hecho actividades muy interesantes todos juntos, como cantar, hacer velas o contar cuentos, y nunca olvidaré las sonrisas que compartí con todos. Además, gracias a estas experiencias aprendí a cuidar animales, plantas o incluso cómo utilizar el bastón del pastor y algunas canciones bonitas. Las maestras eran maravillosas y me alegro de que fueran parte de esta experiencia. Me encantaría volver algún día, ya que la Espiral de San Juan es un lugar maravilloso.

Mihaela Dimova.



Hola, me llamo Martina Dimova y tengo 17 años. Después de haber pasado alrededor de un mes en San Juan he aprendido mucho; me han enseñado mucho, me he divertido mucho, he conocido a personas increíbles y he vivido momentos inolvidables. Ha sido una experiencia de 10.

Conocí San Juan gracias a la agencia con la que estoy haciendo el bachillerato virtual canadiense. La agencia nos pidió unas horas de voluntariado social y junto con mi hermana elegimos este sitio tan bonito. Desde el primer minuto me he sentido como en casa, cada vez que necesité algo, tanto maestras como niños y niñas han sabido como ayudarme. He podido disfrutar de unos días donde cada vez hacíamos una actividad diferente, en la cual todos y todas nos lo pasábamos genial. Entre algunas de las actividades se encontraban: pastorear a las cabras y sus baifos, alimentar a los gallos, a las gallinas y a Paca y Pío, el taller de velas e incluso escuchar cuentos. Siempre me pareció bonito el silencio y la paz que había en el taller cuando hacíamos las velas, la gran concentración con la que trabajaban los niños y niñas. Siempre que había un ratito de juego libre, saltar a la comba con los niños en patio era uno de mis momentos favoritos, mientras contábamos los saltos hablábamos de cómo nos fue la semana y así nos conocíamos mejor entre todos. Siempre estaré agradecida de haber podido vivir esta experiencia tan maravillosa.

Martina Dimova.

CREANDO COMUNIDAD EDUCATIVA

LA VIVENCIA DEL RITMO DE LA SEMANA Y EL INFANTE

En el aula del Grupo de Juego las maestras acogemos, día a día, a los niños y niñas como seres en porvenir con una individualidad colmada de cualidades por descubrir, desarrollar e integrar. Les acompañamos de una manera integral y desde los principios de la Pedagogía Waldorf de orientación antroposófica, propuesta por Rudolf Steiner. Este es nuestro punto de partida para nutrir la programación del año y de cada día de la semana, para acompañar a los niños y niñas que habitan San Juan.

Para Rudolf Steiner el ritmo constituye una base esencial para el desarrollo saludable del niño, ya que todo lo que se mueve en el mundo contiene un ritmo, que nos aporta un orden, nos sitúa en un espacio y un tiempo. Ejemplo de ello son las estaciones del año, las fiestas y celebraciones cardinales que marcan un ciclo donde el ser humano se mueve y actúa en consonancia con él. Antiguamente estas fechas señaladas se hacían aún más presentes pues se podían observar en la vivencia de los procesos de cultivo; las tradiciones de cada cultura y lugar acompañaban y daban sentido.

Entre el nacimiento y los siete años, el niño aprende principalmente a través de la imitación, el movimiento libre y la vivencia sensorial que recibe del entorno. Este acompaña desde el orden, la belleza y la repetición rítmica, pero también lo hacen el aire, el sol, el agua, la tierra... y todos aquellos elementos y estímulos que vienen de fuera y despiertan nuestros sentidos.

El ritmo semanal no es una estructura rígida, sino una respiración viva y ordenada entre momentos de expansión y contracción, que acompañan los procesos anímicos y corporales del niño. Estos favorecen su desarrollo aportando el equilibrio que necesitan para su sano crecimiento. ¿A qué nos referimos cuando hablamos de expansión y contracción o de una respiración viva? El ser humano, en el momento del nacimiento, lo primero que hace es una inhalación; inspiramos profundamente permitiendo que los pulmones se expandan por primera vez, luego viene la exhalación manifestada con el llanto. Este es uno de los cambios fisiológicos primordiales al nacer, un gesto que favorece la oxigenación del cuerpo, activando la circulación sanguínea. De forma progresiva aprendemos a regular la respiración y los ritmos vitales a través de la combinación de la maduración biológica, el vínculo y la experiencia. Al inicio, la respiración es irregular y reflejo, el sistema nervioso está aún inmaduro por lo que, poco a poco, pasamos de un ritmo más caótico a otro más estable y coordinado. Esto puede observarse en la respiración, frecuencia cardíaca, sueño y vigilia.

¿Cómo aprende el infante a regular todo esto? Aparte de ir madurando poco a poco sus órganos, está estrechamente ligado al vínculo de su cuidador o cuidadores principales. Por lo que el contacto piel con piel, el mecerlos, la voz, el canto y la respiración del propio adulto ayudan a organizar el ciclo vital del infante en sus primeros años de vida. Este continuo proceso de crecimiento, desarrollo y cambios físicos, psicológicos y sociales es atravesado por todos los seres humanos desde el nacimiento hasta el momento de nuestra muerte.



El ciclo del día y la noche nos ayuda a ordenar el sueño. Despertamos con el sol y la claridad del día, el atardecer nos indica que es hora de ir preparándonos para la noche, y la noche nos acoge para ir a dormir; estos son los ritmos de sueño y vigilia que ayudan a regular los ciclos internos. Podemos observar que estos ciclos del día y la noche también tienen una inhalación y una exhalación. Este ritmo ayuda a ordenar también la alimentación, siendo cada vez más espaciada. Se vincula estrechamente con la respiración ya que en este proceso también hay una ingesta, nuestro cuerpo realiza una transformación y luego desecha aquello que no le sirve. Los procesos madurativos están todos conectados entre sí, por lo que cada uno de ellos tiene una función específica y es la responsabilidad del adulto poder ofrecer al infante los medios para su adecuado desarrollo.

En San Juan trabajamos y acompañamos estos procesos a través del arte, el canto, el juego y el encuentro con los otros. Acogemos a los niños y niñas en un espacio que intentamos que sea lo más parecido a un hogar. Ofrecemos regularidad, ritmo, hábitos de vida saludables, belleza en el hacer, el canto, el cuidado y el mimo... Un ambiente donde la mirada amable y el gesto justo promueven la confianza y el sano desarrollo.

¿Cómo vivimos esta alternancia del ritmo? La expansión se vive como momentos de apertura hacia lo que hay fuera, teniendo que decidir qué hacer con lo que encuentro, ya sea en el patio, en las actividades sociales, en el juego libre, etc. La contracción nos ofrece momentos de recogimiento y de atención sostenida; esto lo viven en el corro, a través del canto y el gesto. Desde una participación activa enriquecen su lenguaje, comienzan a percibir y dirigir movimientos, afianzando su motricidad en el hacer junto a otros. También en la actividad artística o en la mesa de estación, donde se despierta la atención y el interés.

La semana presenta una estructura y un orden, conformados a través de las actividades propuestas para cada día que son, a su vez, flexibles. Cuando llegan por la mañana entran en un espacio preparado para ellos, donde pueden encontrar elementos que reflejan la estación del año, se encuentran materiales nobles y no estructurados: madera, lana, telas, cestas, elementos naturales... Estos permiten que el niño despliegue su imaginación creadora con estímulos abiertos, dando forma a un espacio nuevo que sitúa al infante en el mundo a través del juego.

Cada día de la semana se propone una actividad artística diferente. En este caso los lunes trabajamos la cera de pintar, los martes la lana, los miércoles el pan, los jueves la acuarela y los viernes cuidamos de los espacios y de nosotros mismos. Este tipo de tareas o actividades artísticas nos invitan a la concentración y también a trabajar la autonomía, realizando procesos internos que mueven la voluntad de manera lúdica y consecuente.

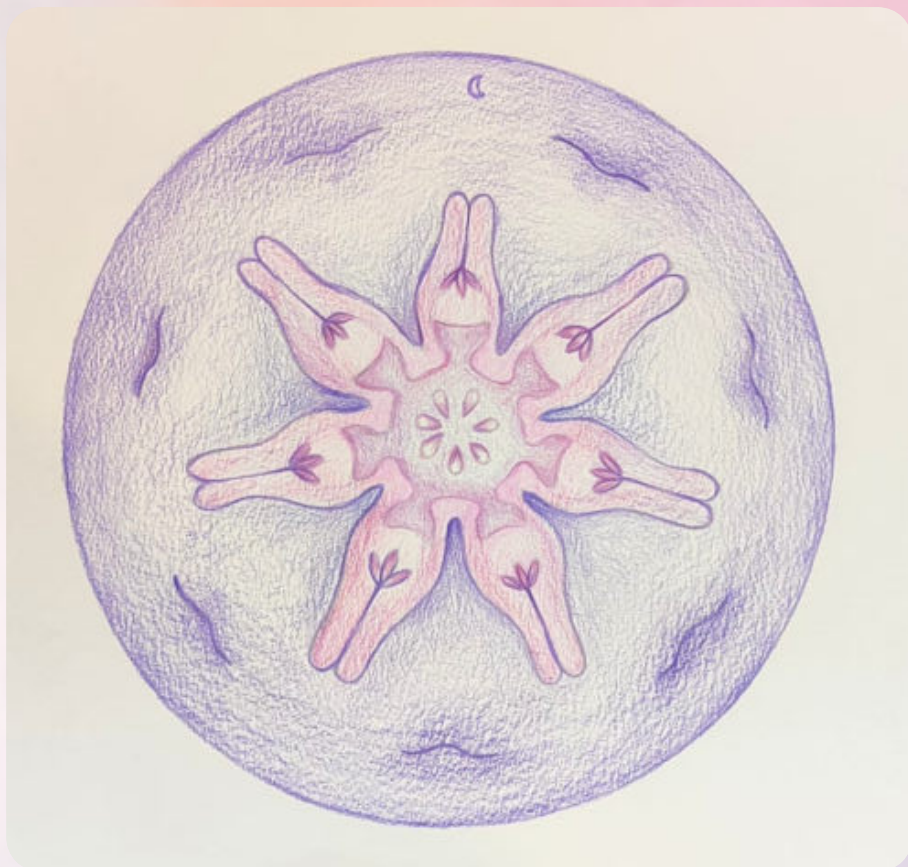
En el compartir la comida en torno a la mesa, promovemos hábitos y relaciones sanas con la alimentación, se trabaja el saber estar y cómo ingerir los alimentos de manera saludable. Preparar el desayuno y la mesa juntos es la antesala que nos permite valorar y sentirnos parte del proceso, así disfrutamos juntos los alimentos. Agradecer a las personas que los prepararon les da aún más valor, generando también gratificación en ellos. El alimento nos aportará beneficios salutogénicos, el organismo recibe fuerzas curativas y benéficas para promover la salud. Hoy en día muchas de las enfermedades están estrechamente vinculadas a la alimentación. Tomamos de los alimentos sus fuerzas vitales a través de sus nutrientes, sabor, color, aroma y durabilidad. En San Juan contamos con la suerte de tener a los compañeros que trabajan en el huerto y comparten el fruto de su hacer con los niños y niñas. De este modo los niños y niñas pueden ver de dónde salen los alimentos y el cuidado que estos requieren antes de llegar a nuestras manos. Esto los hace más nutritivos si cabe, generando satisfacción y vida. Contemplamos nuevamente, en esta ocasión en nuestra huerta, cómo se inicia y se cierra un ciclo, con sus momentos de expansión y concentración.

Después de este acto maravilloso de hacer y compartir el desayuno van al baño, se lavan las manos y los dientes, se ponen los zapatos y bajamos al patio. Llega el momento de expansión, al aire libre, donde a través del juego con la arena, el agua y los árboles, el cuerpo se expresa, descubre, se activan los sentidos y se despierta la imaginación.

Este contacto directo con la naturaleza, la luz, el sonido, el aire, el agua y la tierra impregnan al infante de vitalidad. Esta es una oportunidad para acoger y transformar cada una de las cualidades que aportan estos elementos, haciéndolos parte de ellos, vivificándose y forjando también ese ser que lleva cada uno como individualidad y poco a poco, con todos estos gestos y vivencias, despertar los sentidos. Esta dinámica rítmica del día genera seguridad interior, fortalece la voluntad y regula los procesos vitales del niño. De forma natural se cultiva, desde el respeto al ritmo infantil, la mente, el cuerpo y los sentidos.

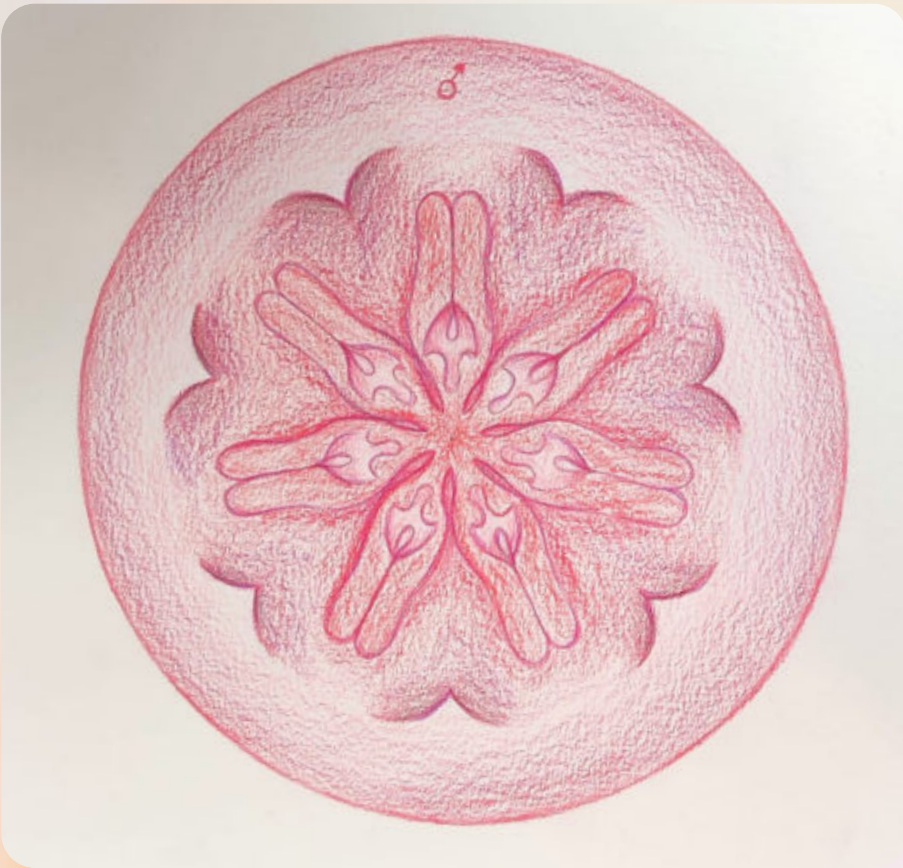
Además, a este ritmo diario se puede vincular la cualidad planetaria según el día de la semana. En la Pedagogía Waldorf se trabaja desde el estrecho vínculo con el "todo". ¿A qué nos referimos con esto? Que todo aquello que está en el cosmos está reflejado aquí en la tierra y en nosotros mismos. A eso le llamamos el macrocosmos y el microcosmos, es una forma de entender la realidad como un todo interconectado donde lo grande y lo pequeño reflejan los mismos principios.

Podemos entender que cada día de la semana (microcosmos) hace referencia a un planeta (macrocosmos), portando de alguna manera su cualidad planetaria; esta impregna sutilmente las actividades y la disposición del hacer de las maestras y los niños. ¿Cómo impregnan los planetas el día de la semana y cuáles son sus cualidades?



**BLANCA LUNA EN EL CIELO ESTÁ,
SUAVE LUZ NOS VIENE A ABRAZAR.
MANOS TIBIAS, CALMA Y CALOR,
EL HOGAR GUARDA NUESTRO AMOR.**

Los lunes, día de la Luna, utilizamos el color violeta y realizamos con cera de pintar la actividad artística, dejando salir la imagen que traemos en nosotros de lo vivido durante el fin de semana. El adulto acompaña con la conciencia de que la cualidad del lunes es acoger de dónde vienen y a dónde se dirigen, es el inicio de la semana donde hay un comienzo y una preparación a lo que vendrá. Por tanto se contempla y se cuida especialmente la palabra, el adulto sostiene y acoge al niño/a, acompañando y trabajando interiormente la sensación de seguridad, solidez y certeza.



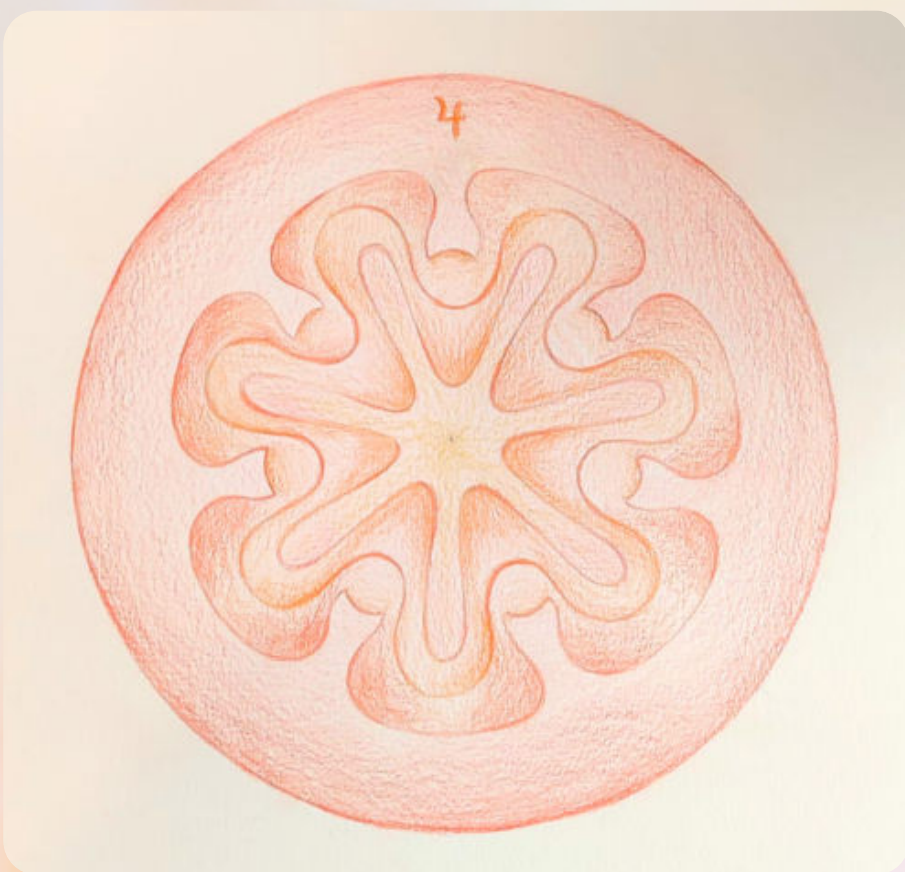
**FUERTE Y FIRME ES MI BRAZO
PARA PODER HACER.
CON BELLEZA, CON CERTEZA
Y CON MUCHA DILIGENCIA.
CON GRAN ÁNIMO Y ALEGRÍA
YO PUEDO CREAR
Y CON MUCHA VALENTÍA
¡LO VOY A INTENTAR!**

El martes, día del planeta Marte, utilizamos el color rojo, la cualidad de este día es la fuerza y el coraje, la dirección en el hacer y en la palabra. Día donde pedimos a los niños que traigan una fruta de casa para compartir. En este impulso vigoroso promovemos el dar y compartir, una acción justa, buena y verdadera; esa fuerza la utilizo para ofrecer. El adulto acompaña dando forma, realizando acciones claras y sencillas, con dirección. La actitud adulta interior ha de ser la sensación de actividad, energía y fortaleza, protegiendo nuestro corazón como si hubiera delante un escudo.



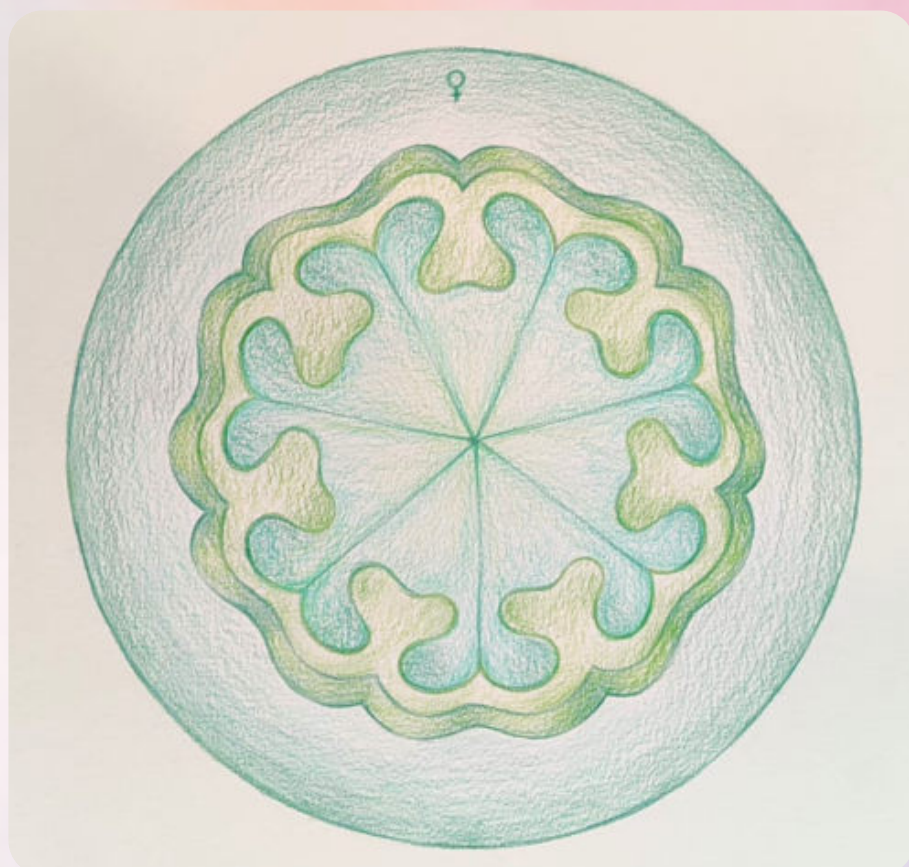
**SIENTO EL VIENTO SUAVE,
EN TODO MI ROSTRO.
CIERRO LOS OJOS, QUIERE JUGAR,
TRAE SUSURROS PARA CANTAR.
¡CANTA Y RÍE!
EL AIRE QUIERE VOLAR,
TODO SE MUEVE SIN DESCANSAR.**

El miércoles, día de Mercurio, de movimiento, de aire, del color amarillo, donde la actividad artística es la elaboración del pan. El pan necesita de tiempo y de los elementos bien equilibrados para formar un alimento, ese movimiento que ordena para conseguir el crecimiento y nutrirnos adecuadamente. El adulto siente y observa desde su centro y equilibrio interno, generando armonía y conectando con todo aquello que se mueva o suceda en el entorno. Una sensación de quietud y calidez potencia su ser acogiendo lo que viene de fuera en paz y ecuanimidad.



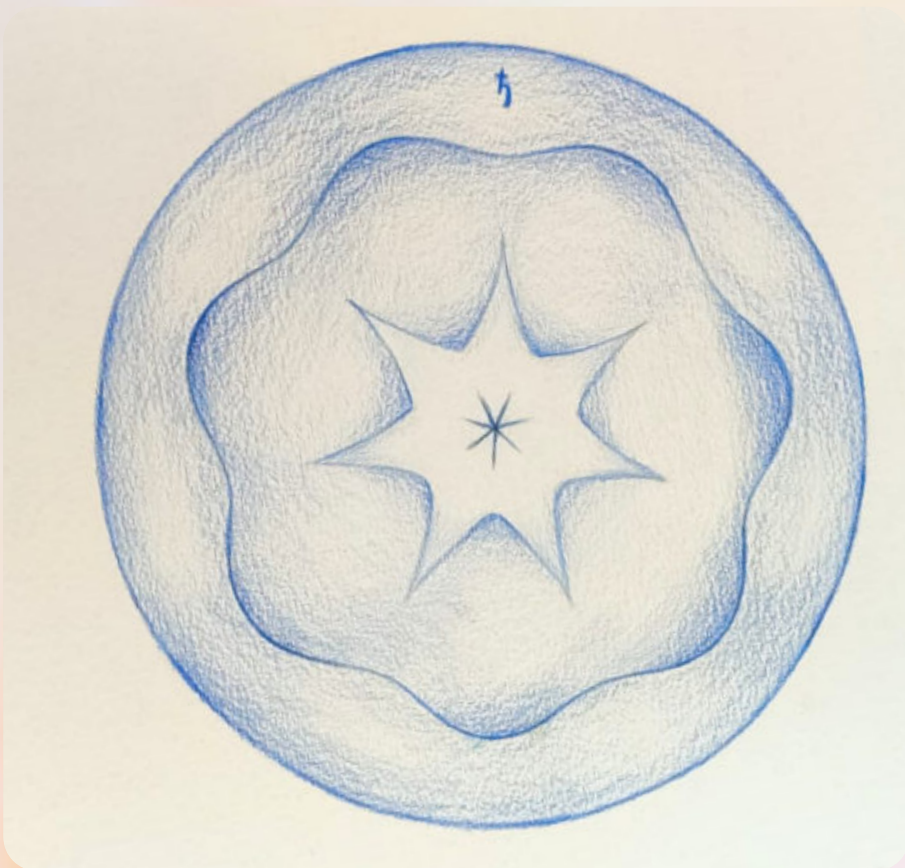
**GRANDE ES EL CIELO,
GRANDE ES LA TIERRA
Y GRANDE ES EL MAR.
ENTUSIASTA Y AMOROSA
ME DISPONGO A EXPLORAR.
DOY Y OFREZCO TODO AQUELLO
QUE EN MI CORAZON ESTÁ,
CONFIADA Y AMOROSA
SÉ QUE PUEDO CONFIAR.**

El jueves, día de Júpiter, nos acompaña el color naranja, un color vivo. Es el día de la comunicación, donde la palabra es protagonista, pero bien direccionada; se busca conscientemente lo valioso, ver la semilla en todo. Día de amplitud, confianza y entusiasmo. Como actividad artística trabajamos la acuarela, nos damos ese momento de introspección para vivir el color desde mi silencio y vivencia interior, nutriendo el sentir anímico a través de la vivencia del color y la sorpresa para luego ponerlo en el mundo. Es un tiempo para crecer y hacer crecer; conocerse y reconocerse. Sentimiento de expansión que irradia amor y siente el mundo, apertura y búsqueda de lo positivo.



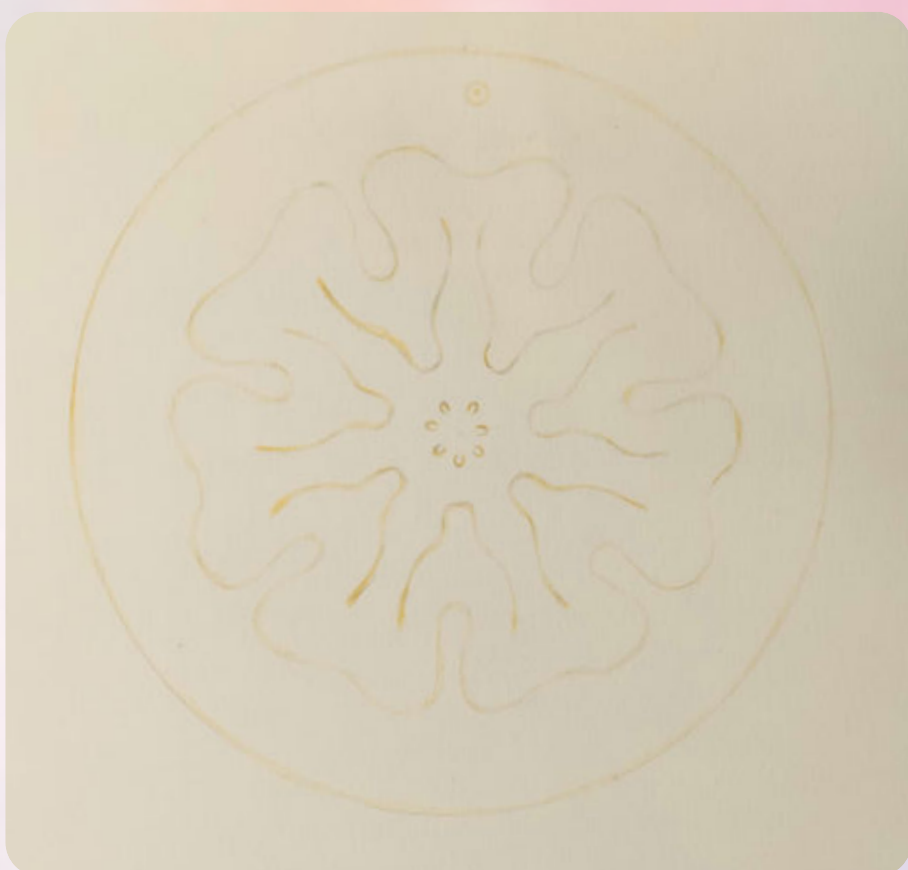
**FLORECE MI CORAZÓN AL MIRAR,
PERCIBO LO QUE FUERA ESTÁ,
SIENTO LA BELLEZA EN MI CUERPO
LLEVÁNDOME AL DESPERTAR.
CON CARIÑO Y SUAVIDAD,
CRECE EN MÍ, ASÍ, LA BONDAD.**

El viernes, día de Venus, es el día de la belleza, de la armonía y del color verde. Me abro a observar sin juicio, aprendo lo máximo de la vida, decido mirar con nuevos ojos, con la mirada del amor, si se está atento puede aprenderse de cada ser. Día del cuidado de lo armónico y de la delicadeza, se dedica tiempo a parar, observar y cuidar, ya sea a nosotros mismos con un masaje de pies, con un bello peinado o en la limpieza y el orden de los espacios. Sentimiento de esperanza absoluta percibiendo el futuro y lo nuevo, el exterior vibra en nosotros a través de los sentidos. Aprender de la vida.



**COMO PIEDRA FIRME,
QUE QUIETA Y CALLADA ESTÁ,
SOSTIENE Y FORMA BARRANCOS
LLENOS DE FUERZA Y BONDAD,
DANDO SOSTÉN DESDE EL SILENCIO,
GUARDANDO UN GIGANTE DENTRO.
Y DESDE ESA QUIETUD Y SILENCIO
DEJA ESCUCHAR
EL ECO QUE EL ALMA SUSURRA
Y NO PUEDE CALLAR.**

El sábado, día de Saturno, del color azul, que nos invita a discernir entre lo esencial y lo banal, a renunciar a todos los juicios, pensamientos o sentimientos adversos. Pensar en cosas importantes y escuchar el hablar de los otros. Sentimiento de confianza inquebrantable, prestar atención a las tareas propias que llevan a uno mismo.



**SIENTO COMO BRILLA EL SOL,
ESTE DA LUZ Y VIDA EN MI INTERIOR.
CALOR, AMOR Y VISIÓN.
SUENA SUAVEMENTE UNA CANCIÓN,
ESTA DICE MUY BAJITO...
ERES UN RAYITO DE MI FULGOR.**

El domingo es el día del Sol, de la justa opinión. Se toman decisiones desde la reflexión y se deja todo aquello que no responda a un motivo importante, mantenerse con firmeza ante las decisiones tomadas. Sentimiento de visión global justa donde ponemos en práctica todas esas cualidades planetarias.

Este contenido está destinado al adulto. Los niños y niñas lo experimentan a través de la cualidad del color, el alimento del día, la actividad artista del día, las canciones y los gestos. No obstante, es fundamental el trabajo anímico e interior del adulto que acompaña al infante, ofreciendo la oportunidad del autoconocimiento para así poder acompañar de una manera más coherente y hacer con sentido. Si como madre, padre o maestra se decide hacer una actividad, ya sea pintar, cocinar, sembrar o limpiar algo puede decidirse trabajar estas cualidades y sentimientos en uno mismo y, desde ese lugar, situarse en el hacer. De este modo la forma de estar y permanecer en el mundo llevará esa impronta, las acciones que se realicen adquirirán una fuerza y un valor que resonará con certeza y será consecuente, por lo que la actitud del que lo recibe será mucho más abierta. Asimismo, contamos con los momentos de ocio y tiempo libre que son idóneos para trabajar la confianza en uno mismo, tomar acciones justas y poner en práctica todas estas virtudes que puedo ofrecer... De manera que pueda recogerse todo aquello que venimos haciendo y trabajando, ya digerido, ofreciendo así lo esencial.

Un ritmo de la semana armónico y con cierta estructura permite que los niños y niñas puedan sentirse seguros y contenidos, así fortalecen su voluntad. El saber y el confiar en el entorno y en el espacio les permite tomar decisiones y sentirse más autónomos. Pueden moverse, ver y percibir lo que el espacio les ofrece y, desde ahí, deciden colaborar o no hacerlo, sabiendo dónde se encuentra su lugar y el de los otros. Esa es la manera de desarrollarse: probar y aprender desde su propia individualidad. El adulto acompaña, cuidando y observando desde la presencia y la intervención si hiciera falta. El aprendizaje ocurre a través del hacer y del sentir, es el entorno el que actúa como modelo formativo. El adulto crea condiciones vivas y acompaña ese desarrollo.

Estas condiciones facilitan que su cuerpo físico y vital se organice y fortalezca. Su memoria y vivencias le ayudarán a digerir y asociar todo lo que vendrá de manera cognitiva e intelectual, pudiendo hacer sus propios balances y conclusiones, cultivando así una relación profunda con la tierra. Esto consolida las bases para un aprendizaje futuro, consiguen mayor equilibrio emocional, promueve una relación sana y de confianza con su cuerpo y con el espacio. Desarrolla iniciativa y creatividad, propicia la búsqueda de soluciones así como relaciones y encuentros sanos con los otros. Lo que hagamos en esta etapa les acompañará el resto de su vida. Se trata de conseguir una estructura sólida en el ser, que lo pueda sostener en aquello que se le presente en el camino.



Mariana Sardina.

AGÜITAS DE CASA

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

LA MANZANILLA



Ilustraciones de Víctor Rodríguez.

La manzanilla (*Matricaria chamomilla*, *Chamomilla recutita*) es una de las plantas medicinales más antiguas y utilizadas en el mundo. A lo largo de los siglos, esta planta se ha mantenido como un remedio natural muy valorado en diferentes culturas y tradiciones medicinales. En la actualidad, la manzanilla sigue siendo ampliamente utilizada en infusiones, extractos y productos terapéuticos debido a sus gran eficacia y fácil acceso; continúa ocupando un lugar importante en el cuidado natural de la salud. Es por ello que en nuestro jardín cobra una gran importancia y la cuidamos con especial atención, para obtener las flores que después tomaremos en infusión.

La manzanilla común es una hierba anual de 1 o 2 palmos de altura, más o menos ramosa, lampiña, con las hojas profundamente divididas en lacinias muy finas y con las ramitas terminadas en cabezuelas de botón amarillo dorado y lígulas blancas. El tallo y las hojas de esta planta saben a hierba, y son aromáticas. Las flores son un poco amargas y desprenden el característico olor a manzanilla.



La manzanilla germina con la luz y es una planta anual, como la mayoría de sus especies afines. Las tierras comprimidas o encenagadas le ofrecen las mejores condiciones para germinar, ya que en ellas sube el agua capilarmente hasta la superficie. Cuando sus sensibles brotes se han desarrollado, crece una mata densa, de hojas plumosas y tallos muy ramificados, que en sus extremos producen cabezuelas amarillas con coronas de rayos blancos y el aroma característico. Florece a partir del mes de abril hasta final de verano y si las condiciones son adecuadas, puede aparecer en masa. Se cría entre las mieses, en los entrepanes, barbechos, lugares incultos, etc.

CURIOSIDADES

Debido al color dorado de sus flores, los antiguos egipcios creían que la manzanilla era la hierba sagrada de Amón-Ra, el dios del Sol. Por este motivo, se cultivaba en los templos de Karnak y Luxor, y se utilizaba en las ceremonias religiosas más importantes.

PROPIEDADES

Antiinflamatoria y analgésica: contribuye a reducir la inflamación y aliviar el dolor.

Salud digestiva: favorece la digestión y ayuda a aliviar cólicos, gases y molestias gastrointestinales.

Efecto calmante: promueve la relajación del sistema nervioso, mejora la calidad del sueño y puede apoyar el funcionamiento del sistema inmunológico.

Cuidado de la piel: presenta propiedades antisépticas; su uso tópico ayuda en el tratamiento de dermatitis, favorece la cicatrización y alivia las irritaciones cutáneas.

En los suelos demasiado compactos, la manzanilla tiene la cualidad de deshacer los apisonamientos y estructurar la capa superior de la tierra con sus raíces finas y extendidas. Es posible entrever que algo similar puede ocurrir en los órganos digestivos, en los que la infusión de flores de manzanilla puede disolver inflamaciones y endurecimientos, propiciando la mejoría.

En la Agricultura Biodinámica la manzanilla tiene un papel importante dentro de los preparados para el compost. Hablamos del preparado 503, elaborado con las flores de manzanilla. Las pequeñas cantidades de este preparado se introducen en la pila del compost, con el fin de regular la descomposición de la materia orgánica. Esto mejora la fertilidad de la tierra y favorece el crecimiento sano y equilibrado de las plantas.

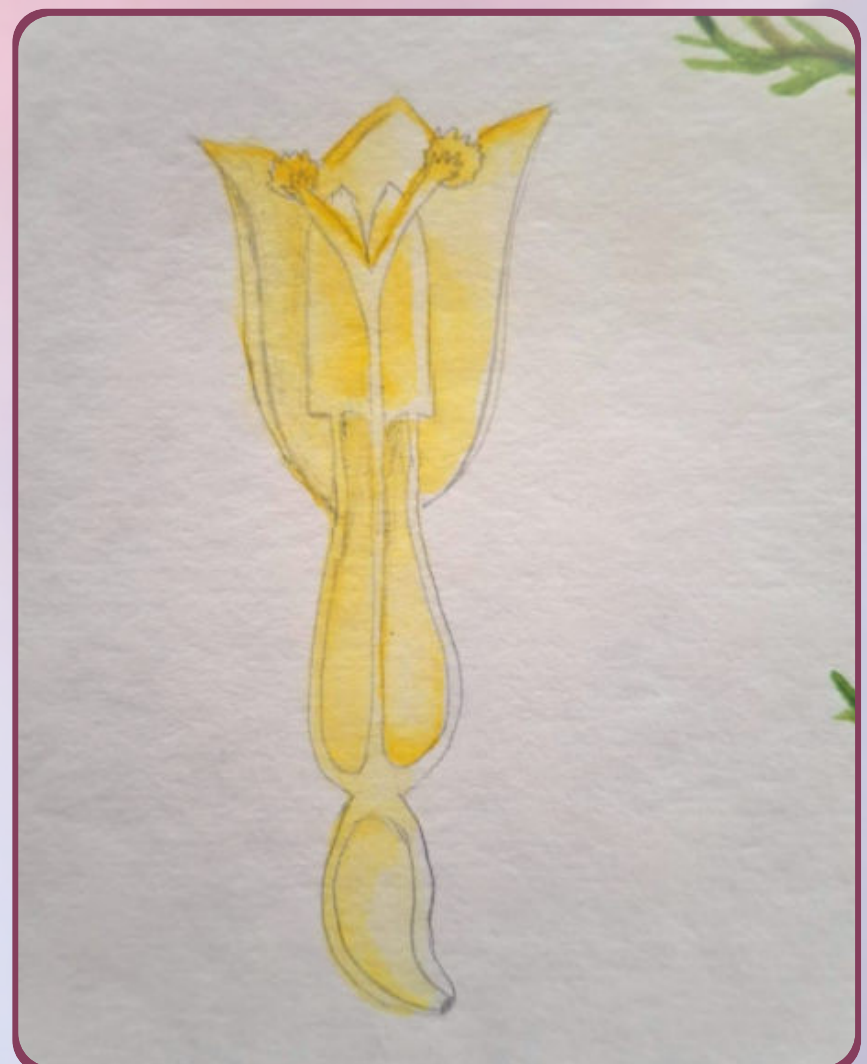
Como indicó Rudolf Steiner: *«La manzanilla se distingue por contener grandes cantidades de potasio y calcio... Se verá que con ello se obtiene un abono que por un lado conserva mejor el nitrógeno que otros abonos y que por otro lado tiene la particularidad de vivificar la tierra en forma tal que puede estimular notablemente el crecimiento vegetal. Cuando se abona de esta forma, se obtendrán sobre todo plantas más sanas, plantas más sanas que cuando no se hace así».*

AGRICULTURA BIODINÁMICA

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

COMPOST BIODINÁMICO

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



Popularmente, la manzanilla es concebida como una planta que ayuda a estabilizar procesos, especialmente los relacionados con la digestión y el metabolismo. A propósito, la mirada que propone la Agricultura Biodinámica contempla la vinculación entre ella y el planeta Mercurio, con su cualidad de armonizar y ordenar. Actúa, por tanto, como un intermediario entre fuerzas, al igual que lo hacen las plantas, mediadoras en su continua relación entre el cosmos y la tierra. De manera que, en la camomila, puede ser apreciada esta propiedad tan mercurial de armonizar, mediar y equilibrar.



ELABORACIÓN DE LA INFUSIÓN DE MANZANILLA

- 250 mililitros de agua.
- Una cucharada de flores secas de manzanilla.

Calentamos el agua hasta que llegue a ebullición, la retiramos del fuego y añadimos las flores, tapando el recipiente para evitar que se pierdan los aceites esenciales. La dejamos reposar entre 5 y 10 minutos, para proceder a colarla y disfrutar de esta infusión.

Este sencillo artículo pretende ser reflejo de algunas de las propiedades que esta planta tan conocida, pero cuya presencia tal vez demos por hecho, puede ofrecer tanto en el interior de nuestro organismo como en el exterior, en el equilibrio y la fertilidad de la tierra. En efecto, si despertamos nuestra observación, podremos contemplar las aportaciones que a través del mundo vegetal recibimos para nuestro desarrollo y bienestar.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS.

- Von Wistinghausen, C., Scheibe, W., Heilmann, H., von Wistinghausen, E., & Köning, U. J. (2016). *Elaboración y empleo de preparados biodinámicos. Plantas medicinales*. Editorial Rudolf Steiner.
- Font Quer, P. (2022). *Plantas medicinales: El Dioscórides renovado*. Península.
- Lievegoed, B. (1998). *La acción de los planetas en los cultivos y en el hombre*. Editorial Rudolf Steiner.
- Rudolf Steiner (2024). *Curso de Agricultura Biodinámica. Principios basados en la ciencia espiritual para el desarrollo de la agricultura*. Editorial Rudolf Steiner.

María Urruela.

GESTOS AMOROSOS DE LA PEDAGOGÍA

“

**AY QUÉ LINDO DÍA
CUÁNTA ALEGRÍA
UNA MELODÍA YO VOY A CANTAR**

Con esta bella canción les invitamos a adentrarse en el aula de nuestro Grupo de Juego y en el hacer diario que se sucede. En la Comunidad San Juan los niños y niñas vivencian diversos momentos que, desde un enfoque pedagógico, se entienden como el pulso de nuestro cuerpo, un pulso donde cohabita la expansión y la contracción. Esta alternancia es una parte imprescindible que marca el ritmo a lo largo de la mañana en nuestra aula, permitiendo a los más pequeños tener una respiración estable, donde el cuerpo se asiente y se dé paso a los juegos, encuentros y aprendizajes.

Acompañar estos momentos implica una preparación por parte de las maestras en muchos ámbitos, principalmente en el personal y pedagógico. En el estilo de vida actual parece que nuestro ritmo se ha vuelto más acelerado, lo que también tiene una influencia en los más pequeños. Es por eso que las maestras preparamos con mucha delicadeza cada detalle de la jornada para proporcionar, a lo largo de todo el ciclo anual, mañanas con una envoltura que sirva de abrigo y acompañamiento a cada uno de nuestros niños y niñas.

Algunas de estas experiencias de expansión que permiten a los niños y niñas ajustar su ritmo, las podemos observar en el juego libre o al inicio de la mañana, donde recién entran en el aula y se produce el encuentro con los otros. Es un momento de socialización donde brota la imaginación y la creación, y donde los diferentes pulsos también se encuentran y deben sostenerse. Acorde a la época del año y su cualidad, comenzamos estos primeros momentos de la mañana cantando. Mediante el canto y su propio ritmo, la conexión con el grupo y la respiración se acompasa.



**DE COLORES, DE COLORES
SE VISTEN LOS CAMPOS EN LA PRIMAVERA.**

**DE COLORES, DE COLORES
SON LOS PAJARITOS QUE VIENEN DE FUERA.**

**DE COLORES, DE COLORES
ES EL ARCOÍRIS QUE VEMOS LUCIR.**

**Y POR ESO LOS GRANDES AMORES
DE MUCHOS COLORES ME GUSTAN A MÍ.
Y POR ESO LOS GRANDES AMORES
DE MUCHOS COLORES ME GUSTAN A MÍ.**

Las canciones envuelven en un entorno cálido y acompañan cada momento, a la vez que permiten a los niños y niñas ser, poco a poco, conocedores de lo que viene después. Saber qué viene a continuación, guiado por canciones y versos, propicia una actitud de escucha que, al mismo tiempo, prepara y proporciona estructura, generando seguridad, tranquilidad y confianza. Ejemplo de ello es la recogida de los juguetes y materiales después del juego libre.



**A RECOGER
A ORDENAR
CADA COSITA
TIENE SU LUGAR.**

**UNA NUBE
BAJA Y SUBE
ASÍ SE DOBLAN LAS TELITAS
ORILLITA CON ORILLITA.**

**EL SOL POR LA MAÑANA
NOS VIENE A DESPERTAR
SAL, SAL DE TU CASITA
QUE VAMOS A COMENZAR
MIS LABIOS DICEN
MUY BUENOS DÍAS
MIS OJOS MIRAN
CON ALEGRÍA
Y MIS DOS MANITAS
CON DULCE AFÁN
ESTE GENTIL SALUDO OS DAN.**



**EL SOL QUIERE DORMIR
LAS ESTRELLAS LUCIR
EL PÁJARO DESDE SU RAMA
PÍA YA DESDE SU CAMA.
VAMOS A CASA,
VAMOS A CASA.**

En los momentos de calma o concentración tomamos en una disposición que nos permita percibir la presencia de cada uno de nosotros. En esta situación el canto permite elevar la palabra a una esfera más artística y sutil, acercándonos a profundos contenidos pedagógicos de una manera bella y verdadera. Un ejemplo de ello puede ser la preparación del desayuno o el saludo de la mañana, cuando los niños, niñas y maestras nos sentamos en semicírculo alrededor de la mesa de estación para compartir ese instante.

Los niños reciben con alegría estos cantos que aprenden, comparten, crean y resignifican, integrando las cualidades presentes en las sencillas rimas y canciones populares, que marcan el curso del año y, que desde tiempos antiguos, han sido utilizadas para transmitir conocimientos y vivencias.

Rocío Vallelado.

ACONTECIMIENTOS DESTACADOS



ENTREGA DE LOS PREMIOS DEL 8 DE MARZO

Un año más, desde nuestros talleres ArteSano, hemos tenido el honor de realizar los galardones del 8 de marzo que promueven el Ayuntamiento de Adeje y el de Santiago del Teide. Nos referimos al Premio Abinque y los Premios Doña Concepción García Suárez, respectivamente. Estas piezas únicas, realizadas con materiales nobles, revierten considerablemente en la sociedad y aportan visibilidad a la labor que los compañeros realizan a diario. ¡Muchas gracias por hacerlo posible!



DONACIÓN DE LITTLE LEAGUE SPORTS

Hemos recibido una donación promovida por el alumnado de Little League Sports, Steven Gerrard Academy. En el año 2024 también realizaron un Triatlón Solidario a beneficio de la Asociación San Juan y otras instituciones. Estos pequeños gestos hacen posible la labor de San Juan. ¡Gracias por su solidaridad!



SOLIDARIDAD DEL ROTARY CLUB

Durante nuestro día a día, es frecuente recibir la visita de miembros del Rotary Club. Esta organización sin ánimo de lucro nos han acompañado y apoyado desde los comienzos de la Asociación San Juan, en el año 1994. Desarrolla su misión a nivel internacional, colaborando y desempeñando proyectos solidarios que mejoren la vida de la comunidad. En esta ocasión nos han hecho entrega de varias cajas de plátanos que enriquecieron nuestros desayunos. ¡Gracias por tener siempre presentes a sus amigos de San Juan!



DONACIÓN HARD ROCK HOTEL

En el mes de abril recibimos una donación de menaje desde el Hard Rock Hotel Tenerife. Asimismo, dirigentes del grupo Palladium vinieron hasta el Centro de Día San Juan para conocer de cerca nuestras instalaciones y nuestro hacer. Pusieron en valor todo el trabajo que desde comunidades como San Juan se desarrolla. ¡Muchas gracias!