

Crear Espacio para los Ángeles

LA EURITMIA Y EL ARTE DE LA ENSEÑANZA



por Reg Down

Crear Espacio para los Ángeles

LA EURITMIA Y EL ARTE DE LA ENSEÑANZA

por Reg Down

Waldorf
PUBLICATIONS

Publicado por:

Waldorf Publications
del Instituto de Investigación de Educación Waldorf
38 Main Street
Chatham, NY 12037

Autor e ilustrador: Reg Down

Redactor y diseñador de la edición inglesa: David Mitchell

Correctores de la edición inglesa: Nancy Jane, Donald Samson

La edición inglesa © AWSNA 1995

Completamente revisado y reeditado en 2004

ISBN: 978-1-888365-00-9

Traducción al español realizada por Sonia Ordóñez Andérez dentro de la iniciativa PerMundo. La iniciativa traduce de forma gratuita para organizaciones sin ánimo de lucro y es dirigida por la agencia de traducción Mondo Agit.

© Waldorf Publications 2016

ISBN: 978-1-943582-14-3

Índice

Agradecimientos	9
Prólogo	10
Prólogo a la Segunda Edición	11
PRIMERA PARTE	
El Papel de la Eurytmia en la Educación	13
Aspectos de la Lección	16
La lección ideal	
El fuego	
Tiempo – Ritmo – Respiración	
La Vara de Mercurio – Vara de la pedagogía	
De lo serio a lo desenfadado	
Macropolar – Micropolar	
Polar – Polar	
La lección triple	
El flujo de la lección	
La lección sólida	
Atmósfera	
Repercusiones de una buena lección	
El Profesor	36
El profesor y la enseñanza	
Hacia una fantasía de la postura interior del profesor	
El granjero	

El comerciante
El cazador
El guerrero
La madre terrenal
La enfermera o sanadora
La cazadora
La guerrera
La eurtimia y el eurtimista
Al profesor principiante

Los Niños y el Profesor 54

Los reinos
Preescolar
Los doce años de escolarización y el Zodíaco
Los años del Toro
El cambio de los nueve años
Los años del León
Los años del Escorpión y el Águila
Los años del Portador de Agua

Adolescentes Terriblemente Fantásticos 81

La Enseñanza 89

Proceso, proceso, proceso
Disciplina
Hábitos del noventa por ciento
La prevención es la mejor medicina

Disciplina Silenciosa 104

Médico: ¡Cúrese! Profesor: ¡Disciplínese!
El arte de corregir
Chicos y chicas

La Corteza 110

- El ritmo de las extremidades
- Azul profundo – amarillo intenso
- La corteza en la escuela secundaria

Un Sentido de Propósito 115

- Vagar por el desierto con los más pequeños
- Formas que siembran semillas
- Hilos dorados
- Humor
- “Lo que bien empieza, bien acaba”

El (no tan) Pequeño Arte de la Pizarra 126

- Resumen del año

Retos 134

- Demasiado ligero — demasiado pesado
- Exaltación
- Pesadez
- Infringir una regla
- Mares tempestuosos
- Espacios difíciles – números difíciles

SEGUNDA PARTE

Cuentos de Hadas, Historias Fantásticas y Fábulas 145

- Preescolar y los pequeños
- Primer (y segundo) grado

Formas Geométricas y Auftakts 158

- El pentáculo: Antes y después del cambio de los nueve años
- Antes del cambio de los nueve años: Tercer grado
- Después del cambio de los nueve años: Cuarto y quinto grado
- Interpretar las formas

La curva de Cassini: A partir de segundo y tercer grado
El *Ocho Armonioso*: De quinto a enseñanza secundaria
El Auftakt del Rombo: Un clásico de sexto grado
Wir Suchen Uns / Nos buscamos mutuamente
La medida en espiral
La cruz de Sta. Brígida

Búsqueda, Preguntas, Misterios 195

Tono
Ritmo
Tiempo y barra de compás
Ritmo, tiempo, tono y su relación con las direcciones espaciales
La escala como imagen similar a una planta
La Vara de Mercurio

Los Gestos del Tono 210

El gesto básico del tono
Sostenidos y bemoles

La Estructura de la Escala de do Mayor 216

Mayor y Menor 221

**La Correspondencia Entre el Tono
y los Gestos de Color 223**

Gravedad y Levedad 226

El Zodíaco en Duodécimo Grado 229

Algunas consideraciones
Los cuatro arquetipos
Los dos caminos del alma
De Aries a Piscis

Las Varas 247

- Relajante ejercicio de varas séptuple
- Ejercicio de varas séptuple para marcha
- Ejercicio de doce elementos y hexagrama
- Primera versión
- Segunda versión
- Tercera versión
- Cuarta versión
- Giro de varas y lemniscata
- Primera versión
- Segunda versión
- Lanzamiento de varas y ritmos con varas
- Sujetar y lanzar la vara
- Ejercicios introductorios
- Contrarritmos
- El hexágono de ritmos múltiples

La Troupe Escénica de Euritmia 262

- Troupe escénica de secundaria
- Troupe escénica de primaria

Adenda 268

- Ritmos musicales
- Los jinetes voladores
- “E habilidoso” con música
- “Qui”
- Cruce a la derecha/cruce a la izquierda
- El armario para los zapatos de euritmia

Notas 274

Agradecimientos

En primer lugar, debo dar las gracias a David Mitchell por su apoyo inmediato y práctico, que hizo posible este proyecto. Sin su iniciativa, todavía estaría preguntándome por qué ninguna otra persona escribió este libro.

Mi más sincero agradecimiento también a

- Mary Settegast por la laboriosa tarea de editar el primer borrador con tanta elegancia y tacto. Agradezco también a
- Leonore Russell por sus conocimientos profesionales, por sus sinceras observaciones y su apoyo, todo enormemente apreciado.
- Sarah Kamin y Anna Driehuyzen, ambas profesoras principiantes, que fueron mis conejillos de indias para comprobar si este libro podría ayudarlas en su viaje, ambas lo valoraron positivamente.
- Agradezco también a John Petering, Betsy Petering y Jim Toner, por la tan necesitada ayuda en todo lo relativo a la informática, y finalmente agradezco a Jim por la gran cocina italiana.

Prólogo

Este libro es un intento de abordar el arte de la enseñanza en el contexto de la euritmia. Da por supuesto un conocimiento práctico de la euritmia y la antroposofía, tal como las definió Rudolf Steiner. Aunque está orientado en particular a euritmistas, creo que el contenido de la primera parte será de interés también para profesores que deseen adentrarse en la educación Waldorf desde un punto de vista artístico-eurítmico.

Dado que la enseñanza es tanto una cuestión de lo que nuestros estudiantes nos ofrecen como de lo que nosotros les ofrecemos a ellos, lo que surge de esta profundamente arraigada unión es altamente voluble y en absoluto predecible. Como resultado, lo que “sabemos” se enfrenta constantemente a lo que “no sabemos”. De este modo, cualquier cosa que pueda escribirse en un libro es, en el mejor de los casos, solo la mitad de la realidad de la enseñanza.

Como se hará evidente, este no es el libro de un erudito. Siempre he elegido explorar por mí mismo, prefiriendo cometer errores básicos antes que permanecer a salvo con cien citas de primera mano. Sobre todo, mi objetivo ha sido ser práctico. Hay muy poco contenido teórico que haya sido analizado, pero no vivido o experimentado. En este sentido el libro es personal. Por tanto, no debemos creer nada, sino cuestionar todo. Debería ser posible reconocer los contenidos presentes en la enseñanza y aplicar los consejos y sugerencias de forma fructífera.

La euritmia debe entregarse para cobrar sentido en la vida. Si tengo una esperanza, es que los contenidos ofrezcan los medios para que más euritmistas se adentren con éxito en el mundo de acercar la euritmia a niños y adolescentes.

– Reg Down

Nelson, Columbia Británica, Canadá, 1995

Prólogo a la Segunda Edición

Hace casi una década que este libro apareció en 1995. El mundo ha cambiado mucho desde entonces, especialmente en Estados Unidos. Es un sitio mucho menos seguro que hace solo unos años. Parece que el tiempo se acelera. Mi impresión con respecto a la euritmia es que es aún más importante para los niños y juventud de hoy en día. Siento lo mismo con respecto a una pedagogía impregnada de arte. Ambas son cruciales para un futuro que necesitará, incluso exigirá, soluciones creativas de seres humanos creativos.

Este libro ha tenido una acogida positiva. Es gratificante que un colega te diga que recurre a él cuando se encuentra atascado y necesita un estímulo. También me he sentido alentado por la cantidad de profesores que me han dicho que lo encontraron útil.

Esta edición se ha revisado exhaustivamente, los fragmentos más toscos se han pulido, los párrafos confusos se han clarificado y los razonamientos se han entrelazado con una mayor cohesión. Se han añadido dos nuevas secciones a “Aspectos de la lección”. Aunque las ideas anteriormente expresadas estaban implícitas en el libro en su conjunto, me pareció que debían exponerse directamente. Además, el capítulo sobre el Zodíaco y los doce años de escolarización se ha extendido y clarificado considerablemente, he reescrito la sección sobre ofrecer euritmia y cuentos de euritmia a los niños pequeños, y también se han incluido algunas formas y ejercicios de euritmia nuevos.

Una vez más, debo dar las gracias en primer lugar a David Mitchell por su apoyo y energía para publicar esta edición. Mi agradecimiento también para Miki Higashine por la paciencia y apoyo que muestra cuando necesito concentrarme (durante horas) en un proyecto de esta envergadura.

– Reg Down
Sacramento, California, 2004

PRIMERA PARTE

El Papel de la Eurytmia en la Educación

Una comprensión de la educación Waldorf como totalidad orgánica incluye una percepción clara del papel que en ella desempeña la eurytmia. La eurytmia, una adición única a la pedagogía, ha surgido a través de la contemplación espiritual-científica del ser humano. Es un regalo de uno de los grandes genios del siglo XX, Rudolf Steiner. En su importante serie de conferencias para profesores, “El estudio del hombre”, Steiner señaló que “la tarea de la educación concebida en el sentido espiritual es armonizar lo anímico-espiritual con lo viviente-corporal. De todos los temas en la educación Waldorf, no hay ninguno que aborde este ideal tan exhaustivamente como lo hace la eurytmia. En la eurytmia participa el ser humano completo, como cuerpo, alma y espíritu. Sus gestos son una revelación de lo divino-espiritual a partir de lo cual se ha moldeado el ser humano. Por ello, la armonización del “alma-espíritu” con el “cuerpo viviente” del niño es más intensa a través de la eurytmia. Por esta razón, la eurytmia y la educación Waldorf están inextricablemente entrelazadas; comprender la eurytmia inevitablemente conduce a ver su papel en la educación del niño, y comprender la educación Waldorf implica que la eurytmia sea la asignatura más cercana al ideal que constituye la esencia de la educación Waldorf.

Cuando la eurytmia se introduce con éxito en un colegio, se produce un cambio fundamental en la atmósfera de la escuela. Esta es mi propia experiencia directa, y atestiguada por muchos colegas. Los profesores, que son especialmente sensibles a los niños en su clase, han comentado en muchas ocasiones el efecto positivo en los niños. Para describir este cambio podemos recurrir a la imagen del agua.

El agua fluye, disuelve, une y hace maleable. El agua permite que otras sustancias se fundan y mezclen de un modo que antes no era posible. Del mismo modo, sin la euritmia, los contenidos del plan de estudios tienen una tendencia a quedar separados, con sus elementos uno al lado del otro, pero sin encontrar la forma de integrarse realmente. Con la introducción de la euritmia, se introduce el elemento del “agua” al proceso. Las “sustancias” de las asignaturas, cuando se impregnan de “agua-euritmia”, se disuelven, unen y se hacen maleables en el interior de los niños. Además, se introduce en la imagen un elemento de vitalidad interior, porque el agua también es portadora de vida.

La vida es algo más que la suma de las sustancias que se encuentran en un cuerpo. Algo intangible, imponderable, pero muy concreto, fluye a través de un organismo cuando está vivo. El agua es un medio que proporciona las condiciones necesarias para la alquimia de la vida, para que la sustancia se impregne del viviente mundo etérico. Así mismo, la euritmia proporciona las condiciones para que los procesos espirituales se fortalezcan en los niños.

Debido a la naturaleza acuo-etérica de la euritmia, podemos caracterizarla como un medio “alquímico” incorporado al ámbito de la educación. Como consecuencia, los profesores, incluidos los de asignaturas especializadas, descubren que lo que ofrecen a los niños se asimila más fácilmente. Los niños muestran una mayor movilidad interior, flexibilidad y destreza. Esto se hace patente no solo en las habilidades manuales y académicas, sino también en la vida social de las clases. Además de sus otras virtudes, la euritmia es en gran medida un arte social, y muchos de los ejercicios que realizan los niños están dirigidos a cultivar una vida social sana. Así, la euritmia no es solo de un valor incalculable para el niño como individuo, sino para las clases y el colegio en su conjunto. Por esta razón, los profesores con gran experiencia docente y que están más familiarizados con los principios subyacentes de la educación Waldorf muestran una determinación inquebrantable para brindar las condiciones necesarias para un próspero programa de euritmia en su colegio. Un grupo de profesores,

que me entrevistaba para un puesto de profesor de eurytmia, afirmó directamente que su conciencia no les permitiría considerarse un colegio Waldorf a menos que la eurytmia formara parte de su plan de estudios. Viniendo de un cuerpo docente con una larga y exitosa trayectoria, esto es un importante aval.

Al embarcarnos en el siglo XXI, vemos a nuestros hijos sometidos a la generalizada, dominante y negativa influencia de imágenes y “juegos” ofrecidos por los medios y la industria de la electrónica. Nuestros niños se han convertido en centros de beneficio. Decenas de miles de niños son drogados a diario para que sean más “manejables”. Uno tiene la impresión de que los niños, incluso la propia niñez, están amenazados. Más que nunca, la influencia unificadora y ennoblecedora de la educación Waldorf es un contrapeso necesario en nuestra cultura — y un aspecto central de este planteamiento de la niñez es la eurytmia.

Aspectos de la Lección

La lección ideal

La lección ideal no existe, al menos no en el sentido físico. Sin embargo, existe en la imaginación de todo verdadero profesor. Es el ideal al que aspiramos, que veneramos en nuestro interior. Cuando empezábamos a dar clases, este ideal probablemente mostraba un carácter un tanto generalizado, era quizás algo impreciso, pero, no obstante, luminoso. Este ideal tiene un profundo efecto sobre nuestras acciones en el aula. Cuanto más rica y móvil sea la imagen, más capacitados estamos para lidiar con la multitud de situaciones a las que nos enfrentamos. A medida que pasa el tiempo y aumenta nuestra experiencia, nos damos cuenta de que nuestra imagen ideal cobra aspecto y forma. En ella percibimos varios elementos, cada uno con una función distinta, pero interconectados con el todo. Aunque no siempre se abordan sistemáticamente a lo largo del libro, estos elementos ideales forman la base sus contenidos y serán visibles si se lee con atención.

Por ejemplo, hay un grupo diferenciado de cuatro elementos presentes en esta imagen. Hay un elemento de fuego. Encontraremos el fuego como entusiasmo, humor y calidez. Veremos que el amor es la máxima expresión de fuego. Hay un elemento de aire, de todo lo que constituye la respiración de una lección. Abordaré directamente, y a fondo, el aspecto de la respiración de las lecciones, dado que esto corresponde a la naturaleza sanguínea de nuestros estudiantes. Hay un elemento de agua, del flujo de una lección, de su interrelación móvil. Por último, hay un elemento de solidez, de ser alguien centrado y realista, como en la transparencia lógica de nuestro proceso pedagógico,

y en la forma práctica con la que tratamos los aspectos más profundos de la euritmia.

Así, encontramos los cuatro elementos de la antigüedad —Tierra, Aire, Fuego, y Agua—reapareciendo de forma tan natural en el contexto de nuestras lecciones. Un elemento siempre tiende a predominar en cualquier lección y con cualquier profesor, pero en una lección eficaz siempre estarán presentes los cuatro. Sin embargo, si falta cualquiera de ellos, la lección carecerá de algo esencial. Imagine una lección sin un ardiente entusiasmo, o sin un calor tranquilo. Imagine una lección que no respira, que asfixia a los niños. O una lección sin fluidez, que no es más que una serie de sacudidas hacia delante y hacia atrás. O una lección que no está centrada y flota de forma ininteligible de un lado a otro.

También destacan otros aspectos. Por ejemplo, nuestras lecciones, tanto individualmente como en su conjunto a lo largo del año, exhiben una sutil estructura triple que refleja los tres elementos que integran el ser humano. Además, como se hará evidente, las polaridades dinámicas juegan un papel esencial en nuestra pedagogía. Uno de estos principios dinámicos, cuyo símbolo es la Vara de Mercurio, se puede encontrar repetidamente a lo largo del libro. Todos estos son aspectos de la lección como organismo viviente cuya unidad fundamental es indivisible.

Cuanto más contemplamos nuestra lección ideal, y más evidente se hace, más profunda es la admiración que surge en nuestro interior. Porque lo que contemplamos interiormente no es otra cosa que el ser humano ideal, el arquetipo de ser humano. Llegamos a comprender que este arquetipo de ser humano está de hecho presente en todas nuestras lecciones.

Quizás lo más importante a recordar es que la imagen ideal que llevamos dentro es accesible. No tenemos que depender de la que recibimos de nuestra propia educación incorrecta. Podemos enriquecer, profundizar y vivificar nuestra imagen ideal y, casi literalmente, proyectar su imagen sobre las lecciones. Si lo conseguimos, nos indicará

inmediatamente no solo dónde está el error, sino también la dirección a seguir para corregirlo. La capacidad de intensificar en tal grado una fantasía es en sí misma un ideal, por supuesto, pero eso no es motivo para no dedicarse a ella activamente.

El fuego

Lo primero es el fuego; calienta, brilla, quema. No podemos ni empezar a enseñar sin su esencia. Sin él no hay maleabilidad, ni despertar. Se manifiesta de muchas formas, como el entusiasmo del espíritu por nuestra tarea, la calidez del alma por nuestros alumnos, o la calidez terrenal que nos sustenta en el entorno del aula.

De algún modo debemos esforzarnos por impregnar nuestras lecciones de calidez. Es la condición sine qua non de la enseñanza. Hay mil y una maneras de generar calidez: esforzarse por ser un mejor profesor; estrechar la mano de nuestros alumnos cuando llegan y mostrarles que deseamos conocerles como individuos; tratarles de forma que sientan que estamos buscando sus más altas y mejores identidades; por el color de las paredes y el cuidado que ponemos en las aulas. La calidez puede ser un algo difícil de definir, pero se convierte en la atmósfera en la que trabajamos. No puede haber nada falso o artificial al respecto. No se puede dar por hecho y debemos siempre esforzarnos por alcanzarla.

Sin calidez estamos perdidos. Puede ser un trago amargo admitir que no tenemos ninguna simpatía por, o incluso nos desagrada, un estudiante o clase. Nos damos cuenta enseguida de que, como consecuencia, no podemos realmente ofrecerles nada. Sin el fuego solo podemos lograr un buen comportamiento mediante una disciplina de consecuencias. No a través de la teoría o los pensamientos lógicos, sino mediante la experiencia directa, debemos llegar a conocer el fuego como el elemento más alto.

Tiempo – Ritmo – Respiración

Las almas de los niños se suben al carro del sol y siguen su circuito de estación en estación. Vivir en la luz del sol; su fuerza creciente y menguante en la oscuridad del invierno, ocasiona en la naturaleza simpática del niño una potente inhalación y exhalación.

Los niños vuelven al colegio al final del verano, y a medida que las estaciones avanzan por las fiestas de San Miguel y San Martín hacia la Navidad, cada vez se muestran más dispuestos a pensar en los aspectos internos de lo que la euritmia puede ofrecer. En el Año Nuevo, este proceso se invierte lentamente. Los sentidos se abren al exterior gradualmente, y los niños vuelven a buscar el sol de fuera. En las últimas semanas de colegio están listos para salir volando por las ventanas abiertas, y quién puede culparlos, cuando el profesor de euritmia está probablemente pasando por lo mismo.

El sol no solamente crece y mengua a lo largo del año, sino también a lo largo del día. Al llegar por la mañana, el profesor despierta a los niños mediante actividades rítmicas. Gradualmente cobran vida y se adentran en los acontecimientos del día. Hacia el final del día escolar se vuelven más inquietos y listos para abandonar sus formas y estructuras.

Dondequiera que miremos, siempre que observamos procesos en el tiempo, vemos patrones rítmicos y cíclicos. Entre la polaridad del nacimiento y la muerte encontramos el proceso de por vida de encarnación y excarnación. Entre un domingo y el siguiente encontramos la procesión rítmica de la semana. Se pueden encontrar muchos otros patrones, pero en términos prácticos, los años de vida, las estaciones del año, los días de la semana y las horas del día quizás tengan más efecto sobre los estudiantes que las propias lecciones. Enmarcado en el contexto de todas estas capas se encuentra el tiempo que realmente pasamos con los niños, y cada lección es notablemente diferente según la edad, estación, día y hora.

A excepción de aquellas para niños muy pequeños, las lecciones de euritmia son generalmente de cuarenta a cincuenta minutos. Si

los niños viven estos breves períodos como una eternidad asándose sobre las brasas, o un momento de dicha demasiado breve, depende en gran medida de la estructura interior de nuestras lecciones. Cuando analizamos las lecciones exitosas se ponen de manifiesto varios principios generales. Estos pueden ser enormemente útiles para ayudar al profesor principiante a orientarse. Pero hay que recordar que, del mismo modo que Beethoven no recopilaba ni reunía principios generales para concebir una obra maestra, tampoco es posible calcular y planificar completamente una lección exitosa. Una lección exitosa es una obra de arte que no se puede repetir. En ella se mueve algo que está mágicamente por encima de sus distintas partes. El profesor como artista necesita un gran conocimiento de las leyes y principios de la pedagogía, pero al mismo tiempo tiene que ser libre en su interior, utilizando estos principios como herramientas más que como normas.

Como profesores, nuestro cometido general es guiar a los niños hacia sí mismos, para que alcancen la armonía y la respiración sana. Con la excepción de algunos aspectos de la enseñanza secundaria, no es nuestro objetivo principal que los niños lleven la euritmia consigo como un cuerpo de conocimientos conscientes. Nuestra verdadera labor es incorporar la euritmia a las profundidades de su ser como una fuerza vivificante. Del mismo modo que el auténtico profesor se preocupa más de enseñar *cómo* pensar que *qué* pensar, también en la euritmia nos preocupa menos el conocimiento de los elementos eurítmicos que sentar las bases de una vida anímica sana. Existe un poema de Rudolf Steiner especialmente indicado para nosotros:

*Educar a la juventud significa acoger y cuidar
en materia del espíritu.*

En el hoy, el mañana,

La existencia del Espíritu en la vida terrenal.

“En el hoy, el mañana...” Nos interesa más aquello de carácter germinal, en semilla, que aquello que se ha cumplido y completado.

Especialmente en la euritmia, debemos generar la respiración de nuestras lecciones. La respiración está relacionada con el aire de los pulmones en nuestro pecho; por tanto, a menudo existe un elemento sanguíneo en la sesión de euritmia. El mundo se ilumina, la atmósfera se despeja y los estudiantes, sobre todo los más pequeños, viven felices en el “aire” de nuestras lecciones. Cuando nuestras clases se llenan de respiración, los ojos de los niños brillan. Se iluminan y brillan.

El aire también tiene una relación con la luz. La luz fluye libremente a través del aire. La luz revela, los colores aparecen en la atmósfera llena de luz. Así mismo, los niños se iluminan y llenan de color; “revelan” sus colores cuando respiran de forma saludable en nuestras lecciones. ¡Incluso sus mejillas se tiñen de color y sus ojos destellan vivamente!

La Vara de Mercurio – Vara de la pedagogía

Una planta crece según las leyes de la vida. Se desarrolla con el tiempo a través de una serie rítmica de contracciones y expansiones. También tiene un principio de aspiración al cielo, yuxtapuesto con un principio serpenteante. Con una increíble diversidad de formas, el mundo de las plantas se adhiere a un arquetipo invisible.

Así mismo, una lección exitosa es una entidad orgánica; también tiene un plan maestro etérico que es extraordinariamente parecido al de las plantas. Se desarrolla de forma rítmica a través de períodos de actividad y calma. Existe en la dinámica entre forma y libertad, entre mantenerse erguida hacia el sol y jugar y trepar libremente por esta verticalidad.

Debemos llevar en nuestra vida interna la imagen de la Vara de Mercurio, la cual, en su forma más simple consta de dos elementos, una línea vertical recta, o vara, y una o dos líneas serpenteantes trepando por la vara. Los principios polares contenidos en sus formas se pueden encontrar reiteradamente dentro de la euritmia y de la pedagogía en general. Es quizás el símbolo, el talismán que veneramos. Si nuestra enseñanza va bien, percibiremos su presencia silenciosa, y si algo va

mal, casi inevitablemente descubriremos que estamos ignorando sus principios.



Podemos, por ejemplo, descubrir que estamos siendo demasiado estrictos y autoritarios, sin permitir que los niños se alejen y regresen hacia nuestra rectitud. Esto tiene el efecto de impedir que los niños respiren en la lección; les reprime, llevando finalmente al resentimiento. O, por el contrario, podríamos ser demasiado permisivos e imprecisos, haciendo que los niños pierdan su sentido de propósito y dirección.

Así mismo, en nuestros planes de clase, también aplicamos los principios de la Vara de Mercurio, buscando el equilibrio dinámico entre previsibilidad e imprevisibilidad, oscilando entre ser metódicos y ser sanguíneos. Esto brinda a los estudiantes un sentido de seguridad combinada con sorpresa. Aunque normalmente podemos seguir un plan de clase general respecto al contenido durante un trimestre entero o más tiempo, sería un error imaginar la misma lección repitiéndose constantemente.

Cuando estamos haciendo muchas cosas a la vez, nos concentramos intensamente en uno o dos elementos de una lección determinada, y solo mencionamos otros brevemente, a modo de actualización. El peligro de un plan de clase más sanguíneo es la falta de enfoque. Para contrarrestarlo, puede ser muy útil que los niños tengan la oportunidad

de mostrar su trabajo a todo el colegio a finales del trimestre. Con un plan de clase más sencillo, que tenga menos partes pero que sean más complejas, se necesita más tiempo para enseñar cada elemento y así seguir avanzando. El peligro de este planteamiento no es la falta de enfoque, sino un enfoque excesivo, provocando la sensación de que los proyectos son interminables. Es conveniente guardar en la manga un surtido de ideas divertidas que gusten a los estudiantes. Podemos recurrir a ellos cuando consideremos oportuno. Por otro lado, de vez en cuando podemos dar una lección totalmente diferente, revitalizando a los niños ipero quizás haciendo que se pregunten si les confundimos con otra clase!

A medida que practicamos la enseñanza entre polaridades, percibiremos el efecto positivo en nuestros alumnos. También podemos observar que debemos desarrollar y pulir un fino sentido del juicio pedagógico. Necesitamos constantemente guiar a los estudiantes entre el placer y el trabajo. Aplicarse mucho, divertirse mucho, de todos los tipos de clase, una clase que se aplica y se divierte mucho es la que brinda mayor satisfacción. Si no mantenemos este equilibrio, habrá una tendencia a que la clase responda solo a aquello que les divierte. Nos corresponde recordar que somos el principio de ego que guía el contenido de las lecciones, y no los deseos de los estudiantes. De nuevo encontramos el principio de la Vara de Mercurio, concretamente, el profesor como recto Ego alrededor del cual trepan las almas de los niños. Los niños necesitan nuestra rectitud, porque les da la forma que necesitan para mantenerlos hacia la luz.

De lo serio a lo desenfadado

Como regla general las lecciones de euritmia pasan de lo serio a lo desenfadado, del esfuerzo a la diversión, del polo contemplativo de la cabeza al polo activo de las extremidades. Hay una variedad infinita en este modelo, y el profesor principiante no debería ignorar este principio. Por regla general planifico todas mis lecciones con esta polaridad en mente, e intento no preocuparme si la lección cobra vida

propia e ignora de manera flagrante mis intenciones. A continuación podemos ver dos ejemplos distintos extraídos de lecciones reales.

El primero es de una clase de cuarto grado con la que he estado trabajando durante un año:

- Poema de apertura
- Intervalos de quinta y tercera mayor/menor
- Ejercicio de concentración con música
- Crear una forma de “murallas de castillo” hasta que la clase entera se esté moviendo
- Forma “Nos buscamos mutuamente” con lenguaje y música
- Trabajo con varas incluyendo: el ejercicio de siete elementos; el ejercicio de doce con música; rodamiento de vara con los brazos; “Jack, se ágil” (vocales con brazos y piernas por encima de la vara); andar tres veces con la vara en la cabeza
- Jinetes voladores (ver Apéndice)
- “El habilidoso” con música (ver Apéndice)
- Momento tranquilo para cerrar

El segundo ejemplo es de una clase de séptimo grado con la que he trabajado durante dos años:

- Poema de apertura
- Octava con forma de intervalo
- Trabajar con el movimiento de apertura de la Marcha Fúnebre de Chopin. Pasos precisos sobre una forma geométrica con tonos e intervalos.
- Trabajar con La broma, de Bela Bartok — una pieza precisa, humorística
- Momento para sentarse en silencio

Como podemos ver, es posible hacer que un plan de clase sanguíneo pase por varias actividades que nos lleven gradualmente de lo serio a lo desenfadado. Por otro lado, podemos tener una dieta

sencilla y directa de dos elementos principales; uno muy serio y el otro ligeramente humorístico.

Las lecciones enteras también tienen diferentes grados de seriedad y desenfado. Nos podemos interesar en algún aspecto del serio proyecto en el que estamos trabajando y encontrarnos al final de la lección preguntándonos adónde ha ido a parar el tiempo. Esto no es algo inusual entre noviembre y marzo, pero sería muy inusual a principios o finales del año escolar. Por otro lado, he tenido clases, especialmente en secundaria, con ataques de risa hasta tal punto que otros profesores salían de la sala de profesores para ver por qué nos divertíamos tanto. En realidad estábamos trabajando, era sencillamente una clase desenfadada de principio a fin.

Macropolar – Micropolar

Como principio macropolar, procedemos de lo serio a lo desenfadado a lo largo de la lección en su conjunto. Como principio micropolar, alternamos respiración-sensatez, de lo serio/contractivo a lo desenfadado/expansivo al pasar de un ejercicio a otro. Esto brinda a los niños la alternancia necesaria para que la euritmia sea eficaz.

Puedo poner el ejemplo de una clase de quinto grado a la que acabo de empezar a dar clases. Esta es nuestra sexta lección:

Poema de apertura (contemplativo)

*Si alguien me ofrece con devoción
una sola hoja, una flor, una fruta
o incluso un poco de agua,
todo lo acepto de esa alma anhelante
porque, con un corazón puro,
se ofrece con amor.*

– del *Bhagavad Gita*, Krishna hablando con Arjuna

- (Expansión controlada/estimulante) Dar pasos y palmadas a un ritmo musical enérgico
- (Formar/organizar) Escala de do mayor
- (Armonizar) Trabajar el *Ocho Armonioso*
- (Expansivo/locuaz) Rodar la vara por los brazos y lanzar la vara por encima de la cabeza a un compañero
- (Disciplinado) Ejercicio de varas séptuple con King La marcha de William
- (Luz enérgica) Ejercicio de cruce de vara a la izquierda/a la derecha
- (Ver adenda)
- (Diversión controlada) Ejercicio “E habilidoso”
- (Tranquilizarse) Sentarse en silencio durante un minuto

Si analizamos uno de estos elementos por separado, encontramos de nuevo las mismas polaridades. Es como uno de esos tradicionales juguetes rusos, una muñeca dentro de otra muñeca, y esta dentro de otra. En cuarto grado, por ejemplo, después del poema de apertura podríamos trabajar con el intervalo de quinta:

- Primero, tres veces de pie — en silencio, calma y equilibrio
- A continuación una octava más alta — elevarse ligeramente, sobre los dedos de los pies
- Luego una octava más baja — cálida, rotunda y plena
- Luego una octava más alta — saltando ligeramente
- Luego una octava más baja — muy rotunda y pesada; incorporar la pierna con humor.

O si estoy trabajando con el *Ocho Armonioso* en sexto grado:

- Una pareja forma el ocho a ritmo de un tranquilo preludeo de Bach
- Se añaden dos o tres parejas más y se repite
- Completa la clase entera formando el ocho

- De nuevo una pareja, pero esta vez dan pasos al ritmo de un tambor (un paso por cada tiempo): empezando muy despacio; aumentando a una marcha elástica y suave; luego acelerando a toda velocidad y desacelerando de nuevo
- Se añaden dos o tres parejas más y se repite
- Finalmente la clase entera intenta hacer el ejercicio

La primera forma de interpretar el *Ocho Armonioso* es muy tranquilizadora y apacible; la segunda requiere una gran precisión — y es también muy divertida.

Polar – Polar

Para completar esta sección sobre la Vara de Mercurio y las polaridades necesitamos añadir otro bello elemento, el cual debemos trabajar no solo con polaridades, sino también con polaridades dobles. Este doble elemento polar no depende tanto de planes o procesos como de la manera en que presentamos las cosas a los niños, en nuestra postura interior como profesores. Por ejemplo, no basta con ser serio al principio y desenfadado al final de una lección. Debemos ser festivamente serios al principio de la clase, y seriamente festivos al final. Al principio, aunque el poema es serio y así debería tomarse, también estamos radiantes y llenos de luz. Al final, aunque podemos estar haciendo ejercicios desenfadados, no obstante somos estrictos y consecuentes para alcanzar la precisión y técnica.

Este principio polar-polar nos acompaña en todas nuestras actividades docentes; desde la manera en que disciplinamos (la seriedad del momento, acompañada por la atención a lo eterno), hasta cómo corregimos y guiamos los gestos de los estudiantes (con una objetividad cálida y personal). Merece la pena recordar este principio al decidir cómo enfocar los asuntos pedagógicos.

La lección triple

Las lecciones no solo tienen un aspecto polar dinámico, sino que además tienen una triple naturaleza. El ser humano tiene un espíritu, un alma y un cuerpo. Inevitablemente esta realidad se refleja en nuestro trabajo con los niños. Cada lección se encarna de aquello que está orientado al espíritu, pasando por un período que corresponde al alma, y a continuación pasando a aquello que tiene una naturaleza corporal. La secuencia de evolución sigue el desarrollo del niño en crecimiento: desde la cabeza, bajando a través del sistema rítmico y hasta las extremidades. Por tanto, es bueno empezar con un verso o poema que contenga un ideal, un bello pensamiento, o una imagen de aquello presente en la estación. Este poema, y los pensamientos que contiene, quedan grabados en la clase. Es como un sello que ilumina el aula y marca la pauta para la lección. Podemos hacer el poema una sola vez, o trabajar en él durante un período de tiempo. Si la clase necesita centrar su atención, podemos pasar de hacer el poema con los brazos a hacerlo con las manos, y a continuación con los dedos.

Entonces pasamos a aquello que tiene más alma, o sentimiento, carácter. Esto puede adoptar muchas formas —piezas musicales, poemas, *aufтакты*¹, etc. — y esta parte a menudo, aunque no siempre, proporciona el centro de la lección.

Por último, nos adentramos en aquellos ejercicios de una naturaleza corporal y voluntaria. El trabajo y los ejercicios de varas en cualquiera de sus formas son a menudo un aspecto principal de esta parte de la lección. Llevan los niños a vivir en su cuerpo de una forma sana, enseñándoles habilidades y destrezas. Aquí también se incluyen elementos divertidos y enérgicos como los Jinetes voladores, “El habilidoso” dando pasos al ritmo de la música, el paso del avefría, bailes de cumpleaños, etc. Aquí de nuevo los niños tienen que controlar sus extremidades y su voluntad, lo cual les hace sentirse fuertes, vigorosos y capaces.

El flujo de la lección

Toda lección exitosa es como un río. Serpentea tranquilamente, fluye ligeramente por la ladera de la montaña, o se precipita entre rocas y rápidos. De cualquier manera, sin importar la geografía, una buena lección fluye. Nuestra imagen de la lección ideal nos permite ser interiormente ágiles, para aceptar el día, la hora, el momento, el humor de los niños, y sacarle el máximo partido a todo ello.

Mantener el flujo de una lección significa seguir avanzando. Lo hacemos entrando de lleno en la lección con nuestra voluntad artística. Es la misma actividad que realiza todo artista cuando trabaja en una escultura, pinta o interpreta una pieza musical. Nos sumergimos en el flujo creativo y nos volcamos en el medio y, a partir de la combinación de actividad interior y sustancia exterior, creamos una obra de arte. Como profesores-artistas extendemos nuestra disposición para abarcar la clase; empleamos nuestras sensaciones para sentir los humores dentro de ella, dirigimos nuestro pensamiento a los objetivos generales que hemos dispuesto para la clase. Cuando los tres se unen de forma armoniosa entonces la lección fluye.

En muchos aspectos, una buena lección depende no tanto de hacer avanzar las cosas sino de evitar aquello que detiene el flujo natural. El agua fluye ladera abajo y el tiempo sigue avanzando; esto se da por sentado, no requiere nuestro esfuerzo. A menudo me ha sorprendido (re)descubrir que una enseñanza de éxito depende tanto de quitarse del medio como de ponerse en el medio. A los niños les encanta la coreografía, les encantan los gestos, el movimiento. ¡Cómo podemos equivocarnos! No tenemos que hacer que las lecciones fluyan: dejamos que fluyan. Solo necesitamos sumergirnos en nuestro medio artístico y guiar estas cualidades hacia los canales correctos, creando desde el diseño natural de las cosas.

El flujo de la lección está relacionado con el agua, pero no solo por su calidad fluida y líquida. También necesitamos desarrollar la consciencia del agua. El agua está abierta; es transparente y humilde.

Acepta, rodea y sostiene cualquier cosa que se coloca en ella. El agua mantiene a flote las sustancias; pierden parte de su peso cuando están en el agua, como lo plantea el principio de Arquímedes. Esto las eleva, se vuelven menos terrestres, fijas e inmutables. Estas cualidades únicas hacen que la vida sin agua sea inimaginable.

La consciencia del agua es aquella en que estamos abiertos a cualquier cosa que sale a nuestro encuentro. Nos eleva y nos hace cambiantes. Aceptamos y no imponemos. Nos mantenemos humildes y desinteresados. Pero esto no significa que permanezcamos neutrales. La consciencia del agua permite que elementos dispares se mezclen sin perder su identidad. Permite que se eleven y los deja abiertos a influencias externas, como cuando una sustancia es potenciada en la medicina homeopática. En este sentido, la consciencia del agua es una etapa superior a la consciencia terrenal. La consciencia terrenal es humana, mientras que la consciencia del agua es angelical. Por tanto, el flujo de la lección no solo significa hacer que las cosas avancen sin problemas, sino también que estemos abiertos a aquello que surge en el momento para que pueda fluir hacia la lección. Esto permite que nuestras lecciones se inspiren y tomen nuevas direcciones que nunca habríamos imaginado.

Generalmente, podríamos tener la impresión de que estamos en el aula con los niños. Esto es una ilusión. Estamos en el aula con los niños y sus ángeles, como mínimo. Ellos también tienen algo que aportar a la lección y es algo muy valioso cuando permitimos que se manifieste. Cuando conseguimos dejar que una lección fluya, se convierte en musical. Esto es el sonido-éter manifestándose en el flujo de la lección. La música tiene un gran número de elementos: tonos, intervalos, ritmos, tiempos, escalas, acordes mayores, acordes menores y modulaciones. Una composición utiliza solo un número limitado de estos elementos, y sin embargo un minué o sonata contiene algo que supera sus partes individuales; la propia música indefinible, en la que todas las partes se elevan para formar una sinfonía superior. En una lección exitosa la música verdaderamente fluye, canta.

La lección sólida

Como sucede con el flujo de la lección, hay dos aspectos en una lección sólida. En el flujo de la lección están presentes el elemento del agua y el agua-éter; uno de ellos está relacionado con la fluidez de la lección, el otro es la “química” mágica, musical y angelical del agua-éter. Así mismo, la lección sólida contiene la doble faceta de elemento y éter.

Las piedras son firmes; cuando las asimos no escapan de nuestras manos como el agua. El elemento de tierra es cohesivo; se mantiene unido. La buena tierra sostiene y aguanta nuestro peso. Establecer el elemento de tierra en nuestras lecciones significa que nosotros mismos debemos ser sólidos, somos ciudadanos de la tierra sustanciales, prácticos, dotados de ego. Sabemos cómo somos y actuamos en consecuencia.

El carácter terrenal, si es posible utilizar tal expresión, difiere de la fluidez, pues es formativo y estructuralmente cohesivo en sí mismo. Es una roca frente a un río. Un río fluye, ipero necesita orillas entre las que fluir! Del mismo modo, nuestra lección fluye entre dos orillas; tiene firmeza y cohesión.

Un organismo vivo, como nuestro cuerpo físico, también es cohesivo, pero sin ser duro y fijo. Las plantas, por ejemplo, no son duras como las rocas y sin embargo no fluyen como el agua. Los organismos conservar los límites; mantienen su plenitud. Así mismo, una lección tiene claros límites, también es cohesiva en sí misma y mantiene su propio “cuerpo”, su propia integridad. En la lección exitosa existe una fuerza que marca límites; límites bellos y armoniosos como los de la forma, humana. Llevamos esta fuerza en nuestro interior. En la antroposofía lo llamamos el éter de la vida. Aquí lo denomino éter de la tierra. Trabajar con el éter de la tierra significa que la lección es un único organismo. Es exhaustivo. Como consecuencia, los niños salen de clase sintiéndose plenos, sintiendo que obtienen algo concreto y sustancial de nuestras lecciones.

Ser sólido es crucial, especialmente en la euritmia. Aunque es maravilloso ser angelical en la euritmia, debemos también recordar que los niños no están aquí para aprender a vivir en el cielo. Están aquí para vivir en la tierra, para ser humanos. Por tanto, debemos mantener los pies en el suelo y guiar decididamente nuestras lecciones con una determinación centrada. Tenemos que saber cómo orientar a los niños utilizando el proceso correcto, para guiarlos de forma competente a través de una serie viable de pasos. Tenemos que ser prácticos y capaces como profesores, y saber cómo manejar a un grupo de niños. Puede que esto no sea así, por ejemplo, si pedimos que otros profesores estén presentes para mantener a los niños bajo control mientras hacen euritmia. Eso no es ser sólido y valerse por uno mismo como ser de ego. Ni es la imagen correcta que deben tener los niños de los adultos (o de la euritmia).

Existen también otros aspectos. Por ejemplo, si estamos mal preparados, o interiormente desequilibrados, puede parecer que la lección carece de base. Aunque aparentemente marcha bien, sentimos que flota a la deriva en el mar. Y flotar a la deriva en el mar no es lo mismo que fluir en el momento, uno es activo y el otro no. Una lección sólida no va a la deriva, muestra determinación, proporciona algo tangible a los estudiantes. Tenemos que estar preparados tanto interna como externamente.

Un aspecto más sutil se encuentra en nuestros gestos. Debemos prestar atención al “carácter” de nuestros gestos, pues eso les brinda solidez e individualiza, proporcionando a los niños algo a lo que aferrarse, hace que el gesto cobre sustancia. Este aspecto del gesto eurítmico se analizará en más detalle en un capítulo posterior.

Atmósfera

Una palabra clave en nuestras lecciones es atmósfera. A pesar de ser un término difuso, la atmósfera es inmediatamente reconocible cuando está, o no, presente. La atmósfera hace a los estudiantes sensibles a la euritmia; algo que no es siempre fácil de conseguir en

nuestra apresurada cultura tecnológica. A un nivel práctico, nuestra capacidad de crear el estado de ánimo correcto puede reforzarse enormemente a través de la arquitectura y el ambiente de nuestra aula. Sin embargo, la mayoría nos las arreglamos con aulas imperfectas, pero incluso cambios estéticos, como el uso de telas de colores, o colocar estratégicamente flores o plantas, supondrá una gran diferencia para la atmósfera de nuestra lección.

Cuando hemos hecho todo lo posible por cuidar el espacio físico, entonces podemos preguntarnos cómo crear la atmósfera a través de nuestro propio esfuerzo. El problema es que la atmósfera no es un elemento ponderable. Es imponderable; está “en el aire”. Pero hay ciertas cosas que podemos considerar.

En primer lugar, está el alma del profesor. Si él o ella “se maravilla ante la belleza”, eso será un paso en la dirección correcta. Luego están los niños. Ellos también aportan su condición de alma a las lecciones y contribuyen a la atmósfera. Luego el alma del profesor y las almas de los niños están presentes en el aire de la lección. Al final, “la atmósfera” es en realidad espacio, el espacio entre el profesor y los niños. La atmósfera es relación. La atmósfera es relación “en el aire”. Es el alma imponderable que vive en el aire.

La atmósfera es el aire que, al menos figurativamente, respiramos en nuestras lecciones. Y el aire de calidad es sano y saludable de respirar, y por ello, aunque no existiera otra razón, debemos esforzarnos por cultivar la atmósfera en, y para, nuestras lecciones.

Repercusiones de una buena lección

Una lección sana presenta dos tipos básicos de repercusiones. En uno de ellos, percibimos un estado de ánimo que fluye e impregna a los niños, y ellos muestran una satisfacción interior y plenitud de ser que, a veces, puede ser muy intensa. La clase da la impresión de estar digiriendo una comida, lo cual no es de sorprender porque eso es lo que acaban de recibir. La euritmia es verdadera “sustancia” y los niños necesitan un momento para asimilarla sosegadamente. Hay

una atmósfera palpable; si alguien entra en el aula en ese momento, a menudo comentan lo tranquilos y dulces que parecen los niños, y puede que los siguientes profesores nos informen sobre su quietud e interioridad.

Lo ideal es descubrir este efecto lo suficientemente temprano para ofrecer a los estudiantes unos minutos de digestión. Para ello, podemos hacer que los niños se sienten tranquilamente en el círculo al final de la lección, o retrasar su salida haciendo anotaciones en nuestro diario de profesor. Cuando están de este humor, se sentarán silenciosamente o hablarán tranquilamente con sus compañeros de al lado.

Pero en realidad este efecto tiende a pillarnos por sorpresa, y solo aparece después del fin de la lección propiamente dicha. Surge como imagen complementaria que solo se revela cuando dejamos lo que estamos haciendo, permitiendo así que la imagen opuesta se reafirme. Por eso es tan necesaria una breve coda de tranquilidad al final de nuestras lecciones.

La otra consecuencia es un estado de ánimo que brota lleno de ligereza. Los niños son prácticamente incapaces de contenerse por su propia fuerza vital. Sus ojos destellan, y verdaderamente salen de la lección silbando y cantando a sus anchas. La clase está llena de fuerza y alegría de vivir. De nuevo surge la impresión de haberles dado una comida, pero ahora que han comido están llenos de energía.

Estos efectos opuestos, aunque bastante frecuentes, no son la norma con respecto a la clase en su conjunto. Normalmente hay una mezcla de las dos reacciones entre los niños, dependiendo del temperamento y la personalidad. A pesar de que una consecuencia fluye hacia arriba y la otra hacia abajo, en ambos casos los niños están viviendo en la parte rítmica de su ser y desde ésta fluyen hacia adentro o fuera. Hemos llevado a los niños a la respiración, al centro de su alma, y esto es lo les da tal satisfacción y alegría.

En 1924 Rudolf Steiner, respondiendo a una pregunta de Ehrenfried Pfeiffer, invitó a la reflexión al afirmar que “la nutrición de hoy en día no suministra la fuerza necesaria para manifestar el espíritu

en la vida física. Ya no puede construirse un puente desde el pensamiento a la voluntad, y de la voluntad a la acción. Las plantas alimentarias ya no contienen las fuerzas que la gente necesita para ello”.² Habiendo visto sus efectos, mi opinión es que la euritmia contiene fuerzas que la gente, y especialmente los niños, necesitan para manifestar el espíritu en la vida física. La euritmia realmente es alquímica en el sentido de que es capaz de provocar procesos transformativos en el ser humano.

El Profesor

El profesor y la enseñanza

*Oh castaño en flor de grandes raíces,
¿eres la hoja, la flor o el tronco?
Oh cuerpo mecido en la música,
oh mirada encendida,
¿cómo distinguir al bailarín de la danza?*

– de “Entre escolares” W.B. Yeats

Del mismo modo que resulta difícil “distinguir al bailarín de la danza”, también lo es separar al profesor de la enseñanza. La enseñanza es una actividad interior que brota al mundo. Los niños, recién llegados del mundo celestial, absorben tanto de nuestro ser interior como de nuestras acciones y palabras externas. En el acto ideal de la enseñanza hay una consonancia perfecta entre acción interna y externa, como muestra claramente la historia sobre Ghandi, narrada en un capítulo posterior.

Aquí mencionamos un aspecto de la naturaleza dual de la enseñanza; el desarrollo de sí mismo y el desarrollo de los demás. Es decir, hacer avanzar a los niños en su desarrollo requiere un acto de desarrollo personal por parte del profesor. Y la forma más auténtica de desarrollo personal no va dirigida a uno mismo, sino a la desinteresada promoción del desarrollo del otro. Es una de esas leyes paradójicas de la vida a las que nos enfrentamos continuamente. Al final, la enseñanza conlleva la pérdida del ser inferior y la búsqueda del ser superior en nuestros estudiantes y en nosotros mismos.

En cierto sentido, la enseñanza es una forma de escuchar, escuchar con el corazón, y cuanto más cultivamos este aspecto de nosotros mismos, mayor es nuestra capacidad de producir aquello que es necesario. Los euritmistas que son profesores están en una posición doblemente afortunada, porque la enseñanza no solo exige escuchar de forma desinteresada, sino que la propia euritmia es una actividad de escucha convertida en movimiento y gesto. Volcamos toda nuestra actividad de escucha en la música o el habla y, en un sentido goethiano, sacamos a relucir los movimientos y gestos que descubrimos en su interior. Nos sentimos incómodos cuando vemos a un euritmista que no escucha atentamente lo que se dice o toca cuando actúan. Tenemos la impresión de que la cabeza está separada del resto del cuerpo. Cuando esto ocurre, la euritmia deja de ser un acto creativo de revelación y se convierte en una serie de movimientos dictados de memoria. Así mismo, nos sentimos incómodos cuando observamos a un profesor que no escucha el latido del corazón de la clase. Se convierte en una cabeza parlante separada de la esencia de la lección. Es más fácil decirlo que hacerlo, por supuesto. Se necesita mucho valor para realmente escuchar a una clase, sin ideas preconcebidas, sin prejuicios, y actuar de acuerdo a lo que se vive en el momento.

Hacia una fantasía de la postura interior del profesor

Cuando conseguimos conectar con un grupo de niños, cuando nuestra conciencia interior está en armonía con el ser de los niños, nos encontramos, de forma natural, cambiando entre los diferentes modos del ser. Nuestro enfoque no se mantiene constante e inmutable. Algunas situaciones exigen un enfoque a largo plazo, otras una respuesta enérgica e inmediata. Con el tiempo percibimos los patrones que emergen en relación a cómo tratamos y conectamos con los niños.

En nuestra vida pedagógica necesitamos cultivar ocho posturas. No son meras figuras retóricas, y pueden tomar formas en imágenes muy concretas. Son modos de la conciencia en un sentido muy real.

Depositamos nuestra consciencia en su interior, y de allí proceden nuestras acciones. Cada una de ellas es una actitud, una forma de ser, una perspectiva, una postura. Cuatro de ellas son más exteriormente visibles en el aula, y cuatro mantienen una naturaleza más interior.

A las cuatro exteriores pertenecen la actitud del Granjero, la forma de vida del Comerciante, el gesto del Cazador, y la postura del Guerrero.

El granjero

El granjero ama sus prados y campos. Ama los animales bajo su cuidado y tiene una simpatía profunda y perdurable por todos los seres vivos. Vive en el clima, la tierra, las plantas y las estaciones. Contempla sus campos y ve no solo lo que está ahí ante sus ojos, sino que lleva en su consciencia el conocimiento de que hace tres años crecía un campo de trigo aquí, en este campo ante él, y hace dos años uno de patatas. Ahora es un campo en barbecho, bañado por el sol. El granjero ve qué ocupará esta parcela de tierra en los próximos años y cómo, con cuidado, podrá custodiar la tierra y mantener su vida y salud.

El granjero planta árboles sabiendo que nunca los verá ya adultos, pero sabe que sus acciones son las correctas. Pertenece a la tierra, desbroza el terreno palada a palada. Le gusta reírse, tiene un gran interés en los personajes, personalidades y sucesos de la granja, y no se toma a sí mismo demasiado en serio, sabe que todo tiene su momento, su lugar y estación, y que él es solo una parte, una faceta, de la creación de Dios.

Cuando anda, se balancea de lado a lado, y cuando se pone de pie, sus pies parecen extenderse como raíces en la tierra. Es viejo, pero robusto, las experiencias de los padres de su padre forman parte de sus huesos. Sobre todo tiene paciencia; aguarda el momento oportuno, viviendo día a día. Sus ojos son claros y firmes, y cuando habla, su voz es tal que la propia tierra, la forma misma de las plantas y animales, ríos y piedras, viven en sus palabras.

El comerciante

El comerciante está abierto a todo el mundo y acepta a todos como son. Trata con personas de muchas clases; de los jornaleros en el campo a los banqueros de gustos refinados, de las costureras que cosen la seda a la mujer del alcalde que la lleva.

La fluidez de su ser es la esencia de su naturaleza y de su éxito. Transmite la cualidad de ceder, pero ceder como el agua, que fluye entre las rocas y sin embargo, al final, las esculpe. Tiene una personalidad flexible, extraordinaria e incluso misteriosamente libre de cualquier rastro de falsedad o falta de sinceridad, lo que le permite volcarse en muchas situaciones y salir de ellas. Aunque tiene una integridad absoluta, es capaz de adaptarse a situaciones de tal manera que salen bien tanto para su cliente como para su negocio. Percibe la interrelación de la vida, y prevé cuando una línea de acción aparentemente insignificante creará problemas o beneficios más adelante. Aborrece cualquier cosa que detenga o perturbe el tranquilo y lógico progreso de los negocios.

Al comerciante le encanta la buena comida, la buena música y la poesía de gusto refinado. Sus ojos son tranquilos y de un bello color azul. Tiene pies finos y manos delicadas. Son suaves al tacto, pero sorprendentemente firmes. Su gesto es ágil, su forma gratamente equilibrada y sus movimientos son fluidos, con un andar que recuerda ligeramente a una lemniscata. Su voz tiene un tono argentado que es relajado, pero suavemente persuasivo.

El cazador

El cazador vive en el bosque. Conoce las costumbres de los animales salvajes y encuentra la domesticación ligeramente desagradable. Está en su elemento cuando rastrea y acecha, leyendo de las señales el comportamiento correcto de su presa. Tiene un enorme respeto por su presa, porque su conocimiento es auténtico y obtenido con mucho esfuerzo. Todo su ser es expectación y búsqueda. Se mueve

en silencio, sin ser visto, sabiendo que debe lograr no solo el silencio externo, sino también la quietud interior . No solo debe encontrar a su presa, sino también escuchar el momento en que el ser del animal está listo para renunciar a su cuerpo. También sabe que si no silencia su voz interior, si presta demasiada atención al animal, este oír sus pensamientos y huirá. Esta capacidad de prestar atención no solo a lo externo, sino también a lo interno que surge de lo externo, le brinda un asombroso sentido de la oportunidad, como si algo le hablara en silencio. Cuando acecha y rastrea, sus sentidos están plenamente despiertos, agudizados, absorbiendo cada detalle. Sus sentidos externos detectan la más minúscula de las señales, mientras sus sentidos internos interpretan estas señales imaginativamente. La caza es una formación para el misterio, y le ha preparado para la actitud interior necesaria para buscar el verdadero conocimiento. Cuando dispara su flecha, da en el blanco. Lo ha calculado cuidadosamente, y tiene la paciencia para aguardar el momento oportuno.

El cazador lleva zapatos blandos, estilo mocasín, y camina sobre sus flexibles antepiés. Su ropa es también suave y silenciosa. Su caminar se adhiere a la tierra con ágil seguridad. Sus dedos y manos son largos y atractivos, y capaces de crear bellas armas y herramientas. Trabaja solo y valora la soledad, pero puede trabajar con otros por una causa común.

Ha desarrollado la capacidad de volcarse totalmente en lo que está haciendo, porque solo de este modo puede obtener conocimientos prácticos de cómo actuar correctamente. Competente y autosuficiente, habla poco excepto para enseñar y guiar a sus hijos. Cuando habla es breve y va directo al grano, captando la esencia del asunto.

El guerrero

El guerrero tiene la capacidad de hacer lo necesario. Está preparado a actuar con valor y rectitud cuando ve que se está cometiendo una injusticia. Tiene una veta de hierro en su ser, y pone el bien y su deber por encima de sí mismo. Como consecuencia, está dispuesto a jugárselo

todo, incluso su vida. No es alguien a tratar despreocupadamente, aunque el uso del humor hará que enfunde su espada. Lo que sorprende de él, incluso cuando se sienta tranquilamente, es su capacidad su enorme capacidad para la acción, hecho que le brinda autoridad y poder.

Sus muslos y pantorrillas son poderosos, sus brazos de tez morena, y sus dedos cortos, romos y fuertes. Cuando se excita, se mueve desde un centro por debajo del diafragma. Cuando se mueve de este modo, entendemos inmediatamente qué significa tipo de Marte. La calidad de su voz es determinada, un poco áspera, y cuando es necesario, imponente hasta el punto de ser imperiosa. No es la clase de persona con la que nos gustaría llegar a las manos, porque no tardará en ir a matar. Cuando muestra su capacidad de luchar, se planta con los pies aferrados firmemente al suelo, dando la impresión de un muelle en espiral listo para saltar en cualquier dirección que la situación requiera.

Utilizamos estas cuatro posturas o actitudes en mayor o menor grado durante las lecciones. Son formas de consciencia y modos de ser que apuntalan nuestro trabajo en las lecciones. Para dar ejemplos concretos de cómo pueden interpretarse estas imágenes:

Somos el **profesor-granjero** cuando observamos la totalidad orgánica de la niñez y decimos: “Ah, esto es una fase particular del desarrollo humano. Ahora, si realizo cierta actividad en el presente, dará fruto más adelante”. La consciencia del granjero puede entrar en un colegio y ver la avena y cebada creciendo en una clase donde actualmente hay demasiadas malas hierbas.

Los niños se sienten seguros con el granjero. Su edad y sabiduría le permiten ver más allá de sus tonterías, y saben que él percibe su verdadero ser. Aunque no siempre entienden sus acciones, aprenden a confiar en la corrección inherente de sus acciones, y admiran y valoran esta cualidad.

El **profesor-comerciante** lleva las cosas de tal manera que la clase avanza sin problemas. Puede que no se detenga por el hecho de que Jane insista en llamar la atención con pequeñas travesuras, pero ignorará alegremente sus fechorías y continuará con la lección. El comerciante no tiene ninguna dificultad con la variedad de niños y sus diferentes necesidades. Es capaz de conocer y aceptar a todos tal y como son, de manera que la clase funciona de forma cohesiva. Esta es la impronta del comerciante. Es un atributo sumamente eurítmico, dado que los elementos dispares deben ser impregnados constantemente de una plenitud unificadora. Si surge un conflicto, ve instintivamente la mejor solución y logra este fin con el mínimo alboroto.

Ceder es también característico del profesor-comerciante, permitiéndonos tropezar y caer sin perder nuestra verdadera posición. Ceder se aplica en casos donde las reglas no darán fruto, y es mejor evitar una situación y abordarla más adelante. Un problema clásico en el que podemos encontrarnos es cuando erróneamente aplicamos autoridad, en lugar de cordura, a una dificultad. Después de habernos enredado hasta aquí, y comprendiendo nuestro error, nos encontramos en una encrucijada. Si decidimos aplicar más autoridad, fracasaremos, especialmente si nos rebajamos a imponer nuestra autoridad e involucrarnos personalmente. Resolveremos el problema si simplemente cedemos y abordamos la situación fuera de la clase.

El **profesor-cazador** tiene la capacidad de ver el objetivo y conseguirlo, a veces a pesar del terreno adverso y la densa vegetación. Los niños sienten su rectitud y le seguirán incluso si no conocen su objetivo. A veces se sorprenden cuando se dan cuenta de que han conseguido una nueva habilidad casi sin darse cuenta. En realidad el profesor-cazador ha perseguido esta habilidad con gran destreza. Este tipo de profesor, también tiene la capacidad de aguardar el momento correcto, y cuando llega la hora, atacar inmediatamente. Los esquimales cazaban focas yendo a un respiradero en el hielo, arrodillándose al lado, levantando su arpón, y luego sentándose absolutamente inmóviles.

Podían permanecer en esta postura sin moverse durante horas, y cuando salía a la superficie una foca, dar el golpe inmediatamente. Todos los profesores necesitan desarrollar esta capacidad para aguardar el momento oportuno.

El profesor-cazador también sabe que si desea enseñar algo, y mantiene este pensamiento con la actitud interior correcta, entonces se le presentará la circunstancia adecuada. Cuando el profesor-cazador es eficaz, las lecciones pueden ser apasionantes.

La calidad de la presencia corresponde al **profesor-guerrero**. Sin este elemento no es posible enseñar, y se puede reconocer inmediatamente a un buen profesor por cómo asume el control de la clase. Puede ser maravilloso observar cómo ese profesor entra en el aula y la infunde con su presencia sin decir una sola palabra. La presencia es algo difícil de definir, pero todos reconocemos su existencia o ausencia.

El profesor-guerrero casi nunca emerge plenamente equipado para la batalla y con su espada desenvainada. Si el granjero, el comerciante y el cazador están haciendo correctamente su trabajo, su presencia rara vez es necesaria. Sin embargo, a veces se introducen en la lección influencias externas que deben abordarse sin rodeos. Pero cuando emerge plenamente, el profesor-guerrero puede conmocionar a los niños, porque ven una muestra de capacidad de ego de la que aún no son capaces. Es él, por ejemplo, quien les hace entender el mensaje cuando no se cumplen las reglas absolutas, por ejemplo: “Nunca lances intencionadamente la vara con toda tu fuerza directamente a otra persona”.

Normalmente el profesor-guerrero solo necesita mostrar su capacidad para la acción a través de su lenguaje corporal y expresión. Esto a menudo actúa, sin recurrir a las palabras, como una advertencia cuyo significado casi nunca se confunde. Si un estudiante pone a prueba este aviso, el profesor debe actuar inmediatamente. Una realidad básica de la disciplina en la enseñanza es: Si actúas, hazlo con eficacia. Si no actúas con eficacia, entonces los niños percibirán tu debilidad y se

comportarán de forma irrespetuosa, por la sencilla razón de que su adulto ideal tiene presencia de ego.

Cada una de estas imágenes también asume forma femenina. Sería un craso error ver una de ellas como mejor o más fuerte. Son imágenes, un revestimiento de realidades más profundas que todos podemos reconocer. Las imaginaciones masculina y femenina se complementan mutuamente y, según mi experiencia, somos más débiles en aquellos elementos que pertenecen al sexo opuesto. Al observar cómo trabajan los buenos profesores, veremos que son capaces de buscar en su interior y crear un equilibrio. Los equivalentes femeninos son la madre terrenal, la enfermera o sanadora, la cazadora y la guerrera.

La madre terrenal

La madre terrenal encarna las cualidades vivientes de la tierra y es el alma de la madurez maternal. Ha surgido de las fuerzas que dieron origen a la tierra y a las criaturas sobre ella. Cuando contempla su interior, sabe que lo que yace dentro de su cuerpo encuentra su equivalente en el mundo de la naturaleza. Su memoria se remonta a edades primigenias, y conoce el origen de todos los seres. Como consecuencia, su amor y preocupación por el mundo no tiene límites. Se convierte en contrapunto del granjero que da estructura y forma a la naturaleza, mientras es ella quien produce aquello que debe ser estructurado y formado. Sentimos que se volvería salvaje e informe de no ser por su esposo. Así mismo, el granjero podría formarse en exceso de no ser por la madre terrenal.

Todos los animales, incluso los salvajes, se acercan a ella y saben que están a salvo. En su presencia las plantas crecen fuertes y vigorosas. Su jardín es un verdadero paraíso, y siempre que camina por él, las flores se inclinan hacia ella, el viento juega alrededor de su cabeza y el canto de los pájaros suena más dulce.

Es corpulenta, la imagen de la redondez. Sus ojos son tan profundos y cálidos que parecen abarcar todo nuestro ser. Sus manos

son rollizas y suaves. Tenemos la sensación de que si sostuviera a un animal enfermo, se curaría ante nuestros ojos. Si sostuviera unas semillas, no nos sorprendería que empezaran a germinar. Como su esposo, se ríe con facilidad y sinceridad, y su voz es intensa y dulce. El sonido de su habla, aunque suave, puede ser bastante extraordinario, porque está imbuido de fuerzas primarias que nos mueven hasta el núcleo de nuestro ser.

La enfermera o sanadora

La sanadora tiene un profundo desprecio por toda condición social. Para ella todas las personas son iguales. Ve que todas tienen un cuerpo nacido de Dios y un pecado nacido de la Caída. Debido a su poder todo el mundo la respeta, aunque algunos sienten cierto miedo, porque saben que percibe sus debilidades, de lo contrario ¿cómo podría sanar? Sin embargo, su miedo es su propia debilidad, porque ella nunca juzga la condición humana, sino que meramente busca recomponer lo que se ha quebrado.

Observa el mundo con imparcialidad. Se mantiene abierta, absorbe y así conoce lo que sale a su encuentro. Su capacidad de crear imágenes vivientes y móviles le permite adentrarse y encontrar la correspondencia de sanación entre la enfermedad y el mundo de las plantas. Entiende la salud esencial del mundo de las plantas, y cómo sus fuerzas pueden utilizarse para renovar la vida. Cuando entra en el cuarto de un enfermo, su presencia lo impregna de una tranquila calma. Incluso el espectro de la muerte huye de sus pacientes, porque puede impartir de forma intuitiva su conocimiento de que la muerte es parte de la vida, y que el alma debe regresar finalmente a su primera casa.

Es una persona tranquila, con una sonrisa apacible y un tacto fresco. Su voz es fluida, y cuando habla, da la impresión de estar escuchando algo que escapa a nuestro oído. Es bella y un poco rellena, pero no en el sentido que despertaría el deseo de los hombres. Los

hombres tienen un respeto y amor natural por ella, porque disfruta de cualidades a las que a menudo tienen poco acceso.

Es más feliz con los niños en su pueblo. Canta con una voz que contiene las aguas de la vida y nunca se cansa de contar las historias más maravillosas. Los niños se apiñan a su alrededor y la adoran. Si hacen algo incorrecto en su presencia, una tranquila mirada introspectiva hacia ellos es suficiente para inspirar su mejor naturaleza.

La cazadora

La cazadora es una figura mucho más esquiva que el cazador. Él caza y acecha en el mundo exterior, mientras ella caza en el alma humana. La cazadora, además, caza de noche, mientras el cazador caza de día. Su labor no es tanto perseguir las habilidades como producir, de una manera silenciosa y discreta, las condiciones que permiten que aparezcan los animales salvajes y tímidos. En suma, la cazadora se mueve más desde la periferia y el cazador más desde el centro. Nunca se enfrenta a un animal directamente, esa es la tarea del cazador. Mientras él ve con claridad durante el día, ella tiene una capacidad muy desarrollada para escuchar por la noche. Se mueve y contraataca escuchando al ser interior del otro.

Tiene el largo cabello y los ojos oscuros. Es de forma esbelta sin ser poco femenina. Sus gestos son ágiles y fuertes, y es capaz de viajar grandes distancias. Le encantan los objetos bien elaborados, y su ropa tiene adornos sencillos, pero bellos. A menudo va descalza, o lleva mocasines, lo que le permite moverse en el más completo silencio. Como todas las fantasías femeninas, tiene un corazón tremendamente cálido. Sin embargo, es muy callada y difícil de conocer, porque pone gran parte de su propia personalidad en segundo plano para crear el silencio que le permite escuchar.

La guerrera

La guerrera es una luchadora divina. Le preocupa menos el orden exterior y la obediencia que la rectitud del alma. Se opondrá

enérgicamente a cualquier forma de denigración de otro ser humano. Aborda abiertamente las injusticias que existen a un nivel silencioso y sutil y de las que otros evitan hablar. Su intrepidez tiene tal efecto en los que la rodean que su consciencia se eleva. Con frecuencia es un proceso doloroso para los afectados, pero al final reconocen la rectitud de sus acciones.

A diferencia del guerrero, que tiene una imagen física evidente, ella se define menos por cuerpo y espíritu que por alma y espíritu. Puede aparecer con muchas formas y aspectos, su imagen física cambiando con las circunstancias. Sin embargo, sus ojos penetrantes no dejan lugar a dudas. Solo quien se mantiene en el terreno de la pureza moral es capaz de mirarlos fijamente sin inmutarse. Como al guerrero, la reconocemos por su postura. Cuando se excita parece arraigada e inamovible, y tiene una tremenda determinación.

En general, las fantasías femeninas no resultan tan obvias en el aula a primera vista, ya que se encuentran en el reino tácito. Su esencia yace no tanto en lo que se hace, sino en cómo se hace.

La Madre Terrenal puede encontrarse siempre que la naturaleza respira a través de historias y cuentos o, en la euritmia, en los gestos para las consonantes. Cuando nuestras historias y gestos se forman de este modo, surgen las fantasías en los niños y exudan una gran plenitud en el aula. Es evidente que la Madre Terrenal frecuenta los primeros grados, pero puede ser igual de necesaria en la enseñanza secundaria. Para desarrollarla, debemos vivir en la naturaleza como una imagen de fuerzas creativas divinas. En una ocasión escuche cómo una conocida euritmista describía su visita a un lugar con potentes fuerzas volcánicas. Allí se dio cuenta: “Ah, así es como debe hacerse”. Su naturaleza artística percibía en el extraordinario paisaje la imagen del particular modo en que deben hacerse ciertos poemas y consonantes. Este es el caso de todo en la naturaleza, grande o pequeño, y puede ser muy instructivo.

La sanadora es tremendamente necesaria en el aula a todas las edades debido al daño provocado por la civilización. Puede renovar la fuerza y plenitud de aquello que se ha visto deteriorado. La cazadora es muy necesaria en los años de la adolescencia, porque sin ella no podemos inspirar el gesto impregnado de alma en los niños tímidos y “salvajes”.

La guerrera pasa a primer plano en la enseñanza secundaria, dado que a veces aparecen en las lecciones los aspectos más oscuros del cuerpo astral. En particular, los chicos pueden hacer insinuaciones y comentarios sexualmente despectivos hacia las chicas que deben contrarrestarse de un modo que provoque la toma de conciencia.

La euritmia y el euritmista

Cuando empecé a dar clases, mi propia formación se reflejaba naturalmente en ellas. Pronto aprendí que muchos aspectos de mi formación no podían trasladarse directamente a la pedagogía. Es necesaria una transformación más sutil. Necesitamos equilibrar y asumir el control de dos tendencias opuestas, una de ellas orientada al centro y la otra orientada a la periferia. Una es más encarnada y dirigida a la tierra, la otra más descarnada y dirigida al cielo por mi velo, diré que la formación en euritmia se inclina demasiado hacia el desprendimiento y la periferia. Pero lo que posiblemente sea una correcta parcialidad para los adultos no puede aplicarse a los niños. En nuestra formación, como adultos participamos en un proceso de relajarnos, de disolvernó en el espacio que nos rodea. Sin embargo, si llevamos esto al aula, los niños son expuestos a un adulto con tendencia a flotar hacia arriba y disolverse en la periferia que le rodea. Esta imagen es la opuesta a la que tienen los niños. Se mueven desde la periferia hacia su cuerpo. Todo su esfuerzo se dirige hacia la tierra y no a apartarse de ella. Tenemos que aprender a enseñar de un modo que satisfaga las necesidades del niño encarnado. Esto no significa anular el flujo de salida hacia la periferia, sino incorporar el flujo de entrada desde la periferia al cuerpo.

Steiner señalaba que al enseñar a los niños debemos prestar atención al “Carácter”.³ Aunque esto se refiere específicamente al tercer elemento del gesto, el Carácter no solo es aplicable a los gestos de los sonidos. El Carácter se encuentra en todos los aspectos de la euritmia; es el elemento que encarna e individualiza el gesto. Si no se transforma en algo concreto, nuestros estudiantes no se encontrarán interiormente. Ofrecer a los niños solo Movimiento y Sentimiento, por muy bellos que sean, les hará sentirse inquietos y causará problemas de disciplina, especialmente entre los chicos. Necesitan aferrarse a algo, y el Movimiento y Sentimiento, por sí solos, no son algo concreto.

En mi experiencia todos los buenos euritmistas, ya sean terapeutas, profesores o intérpretes, entienden lo que realmente significa el Carácter. De hecho, sin esa comprensión su euritmia sería anodina y, casi literalmente, sin Carácter. Steiner escogía sus palabras con cuidado, y debemos prestar atención a esta palabra. Para traducirlo a la terminología de los niños: Carácter significa interesante y auténtico; sin Carácter significa aburrido y soso. A los niños les interesan los profesores que, sobre todo, están centrados y se posicionan plenamente en la vida y su arte.

¿Cómo podemos obtener una idea más clara del Carácter? Podemos tomar el gesto de la consonante “B” y pasar por sus colores. Primero está el Movimiento amarillo; fluye hacia fuera, y todo nuestro ser se ilumina. Luego, desde la periferia, nos envuelve y rodea el Sentimiento azul. Jugar con esta interacción puede ser un ejercicio maravilloso. Deje que el radiante amarillo mantenga a raya al azul que fluye hacia dentro. No deje que los colores se mezclen, pero observe cómo, por su naturaleza opuesta, el amarillo y el azul se equilibran mutuamente de modo que surge una piel o envoltorio. Nuestros brazos reposan sobre este equilibrio perfecto. Si hiciéramos una fotografía de este gesto y se la mostrásemos a alguien, dirían que esto es el gesto de la “B”. Pero se equivocarían, porque este gesto solo ha alcanzado la posición externa de la “B”, pero no el gesto de la “B”. Lo que falta es que no se ha aferrado a nada. La “B” es la consonante de “aferrarse”. Debemos

esforzarnos interiormente, hacia abajo en los músculos, dar el tercer paso y añadir el Carácter rojo. El Carácter significa convertirse en algo, y hasta que se añade este elemento, el gesto es solo un Movimiento y un Sentimiento hacia...pero sin alcanzarlo.

Además de los gestos individuales también necesitamos ceñirnos al espíritu de lo que implica el Carácter. ¿Tienen Carácter nuestras lecciones? ¿Hemos captado la esencia de una pieza musical de modo que su Carácter sea visible, o estamos meramente escogiendo intervalos y tonos cómodos? ¿Es la coreografía para un poema fiel a su dinámica interna? ¿Lo hemos Caracterizado correctamente? Debemos hacernos todas estas preguntas si queremos mantenernos fieles a nuestra tarea.

Esta búsqueda del Carácter nos lleva al color en nuestra euritmia. Porque nos esforzamos por encontrar la singularidad en cada sonido, poema, o pieza musical, el Carácter nos lleva a la variedad y la personalidad. A los niños y adolescentes les encanta la variedad y, puesto que la euritmia es infinitamente variada, ¿cómo podemos equivocarnos?

Otra cuestión potencialmente sensible es nuestra voz de hablar. Haga lo que haga, evite las exageraciones del habla sedosa, con pausas cargadas de suspense y repetición a cámara lenta. Puede sacar de quicio a cualquier niño que se precie, especialmente a los chicos; lo encuentran extremadamente raro. Por supuesto, debemos alterar nuestra voz normal de hablar para la euritmia, pero cueste lo que cueste, que esto no se convierta en una caricatura. Del mismo modo que buscamos Carácter, color y variedad en nuestra euritmia, también lo hacemos en la voz. Cada poema tiene su propio tempo, ya sea largo o presto. Cada uno tiene su propio color único, musicalidad y arquitectura. Pocos somos grandes maestros de la voz, pero debemos evitar los pecados capitales de la rareza, monotonía y falta de color.

En general, podríamos caracterizar nuestra postura en relación con la euritmia como natural, relajada y realista. Si nos mostramos sin falsas reverencias, llenos de vida, y no nos tomamos demasiado en serio, descubriremos que lo que podemos ofrecer es muy bien acogido en el aula.

Al profesor principiante

Una excelente formación, cursos educativos y libros sobre pedagogía son solo apoyos en el proceso de convertirse en profesor. No tienen ningún valor si no tenemos la capacidad de asumir el control de una clase de niños y conectar con ellos. El período inicial es una prueba de valía, y a menudo también una prueba de fuego. La euritmia es una de las asignaturas más difíciles de enseñar. Por lo tanto, esté preparado para un intenso período de aprendizaje y pruebas, y recuerde que lo peor llega al principio.

Siendo conscientes de esto, y sabiendo que aprenderemos más de nuestros errores, no debemos juzgarnos a nosotros mismos con demasiada dureza en el primer trimestre, o incluso el primer año. Por supuesto, revise cada lección para ver dónde se puede mejorar, pero haga su evaluación personal general mensualmente. Evaluar períodos más cortos no sirve de mucho, dado que incluso los mejores profesores del mundo tienen semanas pésimas. Por experiencia saben que no es el fin del mundo.

Los primeros días y semanas podemos estar nerviosos, con voz insegura y manos sudorosas. Sabemos que los niños se percatan de nuestra condición, y nuestra falta de paz interior se suma a su falta de paz exterior. Hablando por experiencia, podríamos encontrarnos incluso rogando a Dios que nos dé fuerza antes de que el salvaje segundo grado entre en el aula. Sin embargo, a pesar de todo lo que pueda surgir, recuerde que las dificultades son buenas para nosotros. Seremos mejores, más fuertes y más maduros si seguimos trabajando hasta reconocer el don que se nos ha concedido. Una de las primeras señales de este don es un sentido de crecer junto con las clases. Nuestros momentos buenos y difíciles son también sus momentos buenos y difíciles. Después de unos meses, incluso nuestros peores estudiantes nos saludarán en el patio con una sonrisa. Es el principio de una relación de trabajo.

Espero que esta imagen no parezca demasiado difícil y dura. Si tenemos un mínimo interés en los niños, las experiencias maravillosas

también llegarán. Tanto dentro como fuera del aula habrá muchísimas ocasiones en las que el sol nos iluminará. Los niños, recién llegados del mundo celestial, con su vitalidad y sincera espontaneidad, actúan sobre nosotros como una bendición.

Dado que los euritmistas agotan enormes cantidades de fuerzas vitales en el primer y segundo año, es importante que estén protegidos. Una carga de lecciones excesiva, o demasiadas expectativas externas, conducen fácilmente al desgaste profesional. La eurtimia es, en muchos aspectos, un arte futuro, recurriendo a partes de nosotros mismos que no son plenamente maduras. No he conocido a ningún euritmista que no haya sufrido agotamiento durante su formación, aunque, en un nivel exterior, no parece haber ninguna razón sólida; lo mismo se puede decir de la enseñanza de la eurtimia. Lo ideal es que el profesorado vea al profesor principiante como alguien que va a estar implicado en la educación Waldorf el resto de su vida, y que asuma la responsabilidad de convertir los primeros dos años de enseñanza en algo positivo. Con este fin, un programa de mentoría puede resultar crucial. Normalmente, el colegio asigna un mentor a un profesor nuevo. Si le parece que este arreglo es insuficiente, entonces busque activamente a otra persona. Averigüe quién es el mejor profesor, el más accesible, y póngase en contacto con él. Puede que no sea alguien que nos agrada personalmente, los mejores profesores están siempre ocupados, y a menudo llaman a las cosas por su nombre, pero eso es lo que necesitamos, así que siga intentándolo.

Además, observe que dije que en teoría el profesorado actuará responsablemente hacia usted. Pero la realidad es que ese no es siempre el caso. Esto no se hace con mala intención, sino por falta de comprensión. Muchos profesores, especialmente aquellos que actúan en grupo, sencillamente no saben concretamente que existe una conexión real entre hacer eurtimia, las fuerzas vitales, y nuestra salud física y psicológica. Por tanto, hágase responsable de sí mismo. No sea una *prima donna* ni exija dispensas especiales, pero conozca sus límites y, aunque se esfuerce hasta esos límites, no los sobrepase.

También es importante mantener algún tipo de actividad artística. El colegio debería apoyar esto e incluir períodos de trabajo con un pianista y un orador, si está disponible. El crecimiento que experimenta un profesor al enseñar a una clase de un grado a otro está reconocido como un aspecto esencial del proceso educativo. Sin embargo, esta oportunidad no siempre se presenta para los profesores de asignaturas específicas, puesto que damos clases a todos los grados constantemente. Por tanto, deje espacio para que ocurra, no solo por satisfacción y desarrollo personal, sino también para llevar la eurytmia a los niños. Independientemente del nivel de nuestras capacidades, cuando los niños nos ven dedicados a nuestra forma de arte, causa una profunda impresión. Adquieren un respeto hacia nosotros como individuos mientras proseguimos nuestra disciplina de un modo que solo es posible para un adulto.

Los Niños y el Profesor

Los reinos

Cuando nos encarnamos, traemos con nosotros impulsos del mundo espiritual que están conectados con nuestra individualidad. Estos impulsos a la vida no aparecen de forma instantánea, después de todo, hay poca evidencia del enfermero o del reformista social en el bebé en su cuna. Paso a paso, es necesario hacer preparaciones, formar capacidades y fomentar tendencias, antes de poder sacar a la luz nuestra individualidad. En nuestro camino hacia la madurez, aunque siempre retenemos nuestra humanidad esencial, pasamos por condiciones que pueden estar relacionadas con los reinos mineral, vegetal y animal antes de alcanzar nuestro propio reino, específicamente humano. Estas etapas tienen una influencia directa sobre nuestra forma de enseñar.

El mundo mineral se caracteriza por su pasividad. Está completamente abierto y externalizado, expuesto a todo lo que ocurre en su entorno, y retiene una huella exacta de toda fuerza que actúa sobre él. Un pedazo de arcilla o roca presionado o agujereado retiene la huella de aquello que se graba sobre él. En el reino mineral todo yace en el exterior, comportándose como mero cuerpo.

Durante aproximadamente los primeros siete años, el niño se encuentra en una condición similar al reino mineral. El niño pequeño lleva la impronta de su entorno y está indefenso ante sus influencias. Los niños son, por así decirlo, todo cuerpo, y sus sentidos corporales están totalmente abiertos, aceptando el mundo de forma inequívoca tal y como se produce a su alrededor. Más adelante, el niño será verdaderamente capaz de usar los recursos interiores que le permitan transformar lo que se interponga en su camino. Por tanto, en preescolar no enseñamos per se; lo que se absorbe más profundamente

es quienes somos. Precisamente debido al estado de apertura “mineral” de los niños se crea en ellos la impronta de nuestra individualidad y personalidad y del entorno que preparamos para ellos. Lo ideal es que nuestras acciones y gestos procedan de nuestra naturaleza superior, que todo en el entorno del niño pequeño sea digno de asimilación.

El reino vegetal se encuentra un paso por encima del reino mineral. Aunque también tienen un lado pasivo, las plantas van un paso más allá, asimilando y transformando su entorno. Asimilan los minerales circundantes, agua, aire y luz solar, creando una gran variedad de formas que no existen en las rocas y cristales. Las formas de las plantas y toda su manera de ser es una expresión de vida, vida pura e inocente.

Las plantas salvajes crecen en un entorno naturalmente adecuado a sus necesidades. Lo que las rodea les ofrece todo lo que necesitan para un crecimiento sano. Sin embargo, cuando cultivamos plantas continuamos el trabajo de la naturaleza añadiendo una dimensión humana. Las plantas cultivadas dependen del entorno creado para ellas por el jardinero, y florecen cuando él les proporciona las condiciones adecuadas. El jardinero no tiene que hacer que la planta crezca y se forme, pero sabe que si cuida de la tierra, suministra los nutrientes correctos, garantiza una flora y fauna sanas en la granja, en suma, si crea el entorno correcto para la planta, entonces la planta prosperará.

Cuando enseñamos a los niños, también estamos “cultivándolos” y continuando el trabajo de los dioses. Desde aproximadamente el primer grado hasta el séptimo grado, los niños viven en un estado parecido al de las plantas. Asimilan el mundo que les rodea y lo transforman. Nunca satisfechos con meramente dejarlo como está, los niños incorporan su entorno a un mundo interior que brota, crece y florece. El mundo interior del niño de siete a catorce años está lleno de imágenes vivas y móviles y, como las plantas, la inocencia de su vida interior es lo que resulta más característico.

Aunque “quienes somos” sigue siendo importante para estos grados, la característica principal en nuestra pedagogía es ofrecer

las “sustancias” correctas para el desarrollo de los niños. Si creamos el entorno y atmósfera correctos, ofrecemos las imágenes, historias y ejercicios apropiados, los niños los incorporan a su ser y prosperan. Por este motivo dar clases de eurytmia a esta edad es maravilloso. Solo necesitamos tener buena mano para la jardinería y el sentido común de no pisar las plantas que crecen felizmente por sí solas.

Los animales tienen una mayor independencia que las plantas. A diferencia de la enraizada planta, el animal puede alejarse, o acercarse, a un entorno particular. Tienen sensibilidad y movilidad, viven el placer y el dolor, y son conscientes de forma instintiva de sus necesidades y cómo pueden satisfacerlas.

Los animales exhiben pasiones e impulsos que son ajenos al mundo de las plantas. Si observamos la tierra y las plantas en el entorno de un animal, no podemos encontrar la fuente de estos impulsos. Algo aparece desde dentro, desde un mundo oculto. Podemos sentir cómo la forma del animal es la expresión de una fuerza o impulso particular del alma. En este sentido, son superiores a las plantas, pero también podemos ver cómo se encuentran atrapados porque se han especializado al expresar solo uno conjunto particular de impulsos.

Desde el séptimo u octavo grado hasta el duodécimo, nuestros estudiantes comparten las cualidades del mundo animal. Como en el animal, el mundo oculto se hace notar en una multitud de formas, y los padres y profesores son a veces prácticamente incapaces de reconocer a su querido niño de quinto grado. Sin embargo, el niño humano tiene una etapa más por alcanzar que el animal. Los impulsos que se hacen notar fuera de su mundo interior no se limitan a aquellos asociados con la reproducción y son de una naturaleza superior. El joven adulto no se lanza de inmediato a actividades y formas especializadas como el animal. Unas veces tenues y vacilantes, otras veces meridianamente claros, estos impulsos superiores están siempre presentes en el alma del adolescente, y quienes le conocen bien empiezan a percibir la personalidad emergente, los talentos y el motivo de vida del individuo. Por ello, ya no es suficiente ofrecer contenidos predigeridos a nuestros

jóvenes. Debemos brindarles las oportunidades y capacidades para explorar su propio entorno, para que puedan encontrar lo que sospechan “de forma instintiva” en su interior.

En este reino del desarrollo del niño, nuestra enseñanza ya no puede centrarse en ofrecer cosas a los niños, sino que se centra en brindarles la capacidad de explorar su propio entorno de tal manera que los impulsos creativos que viven en su interior puedan expresarse. Especialmente en las artes, tenemos que presentar ante ellos todo un mundo de posibilidades. Deben experimentar toda la gama de expresiones artísticas, además de explorar lo que coincida con su propio interés y desarrollo.

Para cuando llegan a séptimo u octavo grado, los propios niños deben haber comenzado la tarea de explorar su mundo. Los profesores habrán sentado las bases para esta capacidad en anteriores grados, cuando los niños siguen funcionando a base de autoridad, para establecer el hábito de la exploración creativa. Para cuando llegan a la enseñanza secundaria, este hábito puede transformarse en la exploración en un entorno favorable de sus impulsos individuales en relación con el mundo. Si esto no se cultiva, entonces la siguiente etapa, el reino verdaderamente humano, puede parecerles tremendamente difícil, dado que no se han cultivado las capacidades para desarrollar sentido y propósito en sus propias vidas. Estas consideraciones plantean muchas preguntas, dado que deben converger múltiples factores: formas adecuadas de orientación, método de enseñanza, estructura escolar, planificación y materia.

Además, recordamos las palabras de Rudolf Steiner amonestándonos para que enseñemos proféticamente. Hay tal presión en nuestra sociedad hacia formas específicas y especializaciones. Estamos demasiado impacientes por que los adolescentes “sean algo” antes incluso de que hayan alcanzado el verdadero reino humano, dotado de ego, y sean capaces de explorar las especializaciones fuera, desde su propia individualidad. De algún modo debemos ocuparnos de los impulsos de nuestros jóvenes y proporcionarles un campo de

entrenamiento. Esto constituye una doble tarea. En primer lugar, debemos crear métodos pedagógicos que desarrollen en los estudiantes las capacidades que se mantienen en la etapa prototípica. Estas capacidades forman la base de capacidades que nuestros estudiantes necesitarán en el futuro, pero que no podemos prever. En segundo lugar, debemos desarrollar formas de escolarización capaces de lidiar con los impulsos específicos que viven en cada individuo. Esenciales en una metodología general, las artes juegan un importante papel puesto que desarrollan las capacidades proteicas que permiten la adaptación y la transformación. En un mundo que cambia rápidamente, la capacidad de enfrentarse a la vida y al trabajo creativamente es muy importante, y lo seguirá siendo en un futuro previsible. Por otro lado, es necesario desarrollar capacidades específicas, respetando los intereses naturales de los estudiantes y guiando de forma intuitiva a quienes tienen problemas para encontrar su propio camino.

En la práctica esto significa alejarse de enseñar a los estudiantes de secundaria como si debieran acumular una gran (pero no determinada) cantidad de conocimiento, o satisfacer las presiones de los padres para que su hijo (tanto si quiere como si no) siga sus pasos para ir a la universidad. Debemos permitir que nuestros estudiantes se sientan responsables de lo que crean. Para los euritmistas esto es, en principio, bastante sencillo. Dejamos que los estudiantes participen creativamente en el proceso de crear las piezas de euritmia y su interpretación. Ejecutar estos principios en la mayoría de nuestras estructuras de escolarización actuales es otra cuestión para la que no existe una respuesta fácil. No soy el único que cree que nuestros programas de enseñanza secundaria están sobrecargados y son inflexibles. Debemos crear un espacio que permita a los estudiantes tener tiempo para participar creativamente. Además, lo que han creado requiere el momento y condiciones apropiados para su interpretación. La situación de cada colegio es única, pero la imagen anterior implica una escuela secundaria inmersa en las artes, que cultiva una vida social

creativa y festiva, y que proporciona de forma activa el tiempo y espacio disponible para que las artes tengan una expresión cargada de sentido.

Preescolar

A menudo parece más fácil dar clases en preescolar y primeros grados, y a veces se expresa por ello una preferencia por este grupo de edad. En realidad el ser humano no es menos complejo a los cuatro o seis años, que a los catorce o dieciséis. Lo que es más fácil es que los niños todavía viven de forma imitativa y, como resultado, aceptan nuestra enseñanza, tanto si es buena como si es mala, con un estado de ánimo de “el mundo es bueno”. Resulta por tanto más difícil discernir si nuestra pedagogía es o no auténtica durante estos años. Si somos amables, y hacemos la euritmia de $E = mc^2$ con voz cantarina, los niños pequeños nos seguirán felizmente con amplias sonrisas en las caras. A esa edad somos Dios, y desde su punto de vista Dios no puede hacer nada malo.

Los niños se desarrollan tan rápidamente en los primeros años que las pequeñas diferencias de edad suponen grandes cambios en cómo se comportan y relacionan con la euritmia. Imitan hasta tal punto que su profesor de preescolar y su entorno físico y cultural se reflejan en todo su comportamiento y ser. Como consecuencia, factores como edad, sexo, número de niños y cómo están agrupados son de gran importancia. Un grupo de preescolares de dieciocho niños en un colegio rural con una mayoría de chicos de cinco y seis años es radicalmente diferente a doce niños en un colegio urbano con una mayoría de chicas de cuatro y cinco años.

En una ocasión ofrecí una demostración en un preescolar urbano al este de Estados Unidos. Fue terrible. Había estado dando clases en una pequeña ciudad al oeste de Canadá donde los niños, especialmente los chicos que eran mayoría en nuestra clase de preescolar, estaban acostumbrados a correr por libre y no sentían miedo o timidez en presencia de adultos. Aunque respondían al habitual programa

de “suave” euritmia para preescolares, también les encantaba, y necesitaban, el movimiento enérgico y fuerte, como galopar como los caballos, etc.

Al este de Estados Unidos, los niños reaccionaban de un modo muy diferente a mí y a lo que les presentaba. No recordé que la cultura en el este es mucho más propensa a la antipatía y que, especialmente en las grandes ciudades, todos los desconocidos son sospechosos hasta que se demuestre lo contrario. Como resultado, no fui capaz de establecer una conexión inmediata con estos niños. Sin duda me veían como un forastero. Cuando llevé la misma lección básica a un colegio al oeste de Estados Unidos, me fue muy bien. ¡Siempre se aprende algo nuevo!

Independientemente de cualquier consideración cultural, la necesidad básica para enseñar a los niños pequeños es establecer una conexión de corazón, y el mejor enfoque es descubrir qué satisface las necesidades de cada grupo. Si es necesario, cuando empiece a enseñar a un grupo de preescolares, pase un par de mañanas ayudando a su profesor mientras realiza sus actividades. Esto contribuirá considerablemente a construir el puente necesario para llegar a los niños.

En preescolar evitamos todo rastro de ordenar a los niños según formas y grupos fijos. Lo que se requiere son gestos sencillos y claros, repetidos con frecuencia y saturados de ilustraciones del mundo imaginativo. Si podemos impregnar el tiempo que pasamos con ellos de música, y nuestro lenguaje de musicalidad, entonces vamos por el buen camino. La mejor lección de preescolar que he observado fue la de una euritmista francesa. Los niños la seguían por el aula como un banco de peces; había tal unidad entre ellos que era verdaderamente mágico. En la segunda parte ofreceremos un resumen de una sesión de preescolar.

Los doce años de escolarización y el Zodíaco

El movimiento del sol en su circuito a través del Zodíaco es un proceso del tiempo arquetípico. En cualquier proceso que tenga un

principio y un fin, encontramos el reflejo de las cualidades del Zodíaco moviéndose de Aries a Piscis. Podemos encontrar su reflejo en muchos aspectos de nuestras vidas, por ejemplo, el transcurso de la vida humana desde el nacimiento (Aries) hasta la muerte (Piscis). O las etapas del crecimiento físico, donde empezamos como “cabeza” y crecemos hacia las extremidades. Así mismo, podemos experimentar de un modo maravilloso los doce signos del Zodíaco reflejados en los doce años de escolarización. Aunque esto es una perspectiva cualitativa relacionada con la experiencia escolar, hay también importantes paralelismos entre las cualidades de los signos del Zodíaco y los cambios que se producen en el cuerpo, alma y espíritu del niño durante estos años. Por ejemplo, los niños de primer grado viven con el estado de ánimo de Aries, donde todo es fresco y primaveral. Los niños de quinto grado viven con el estado de ánimo de Leo, que gobierna el corazón. En duodécimo grado hace notar su presencia Piscis, con su calidad de muerte de lo viejo y lucha por lo nuevo.

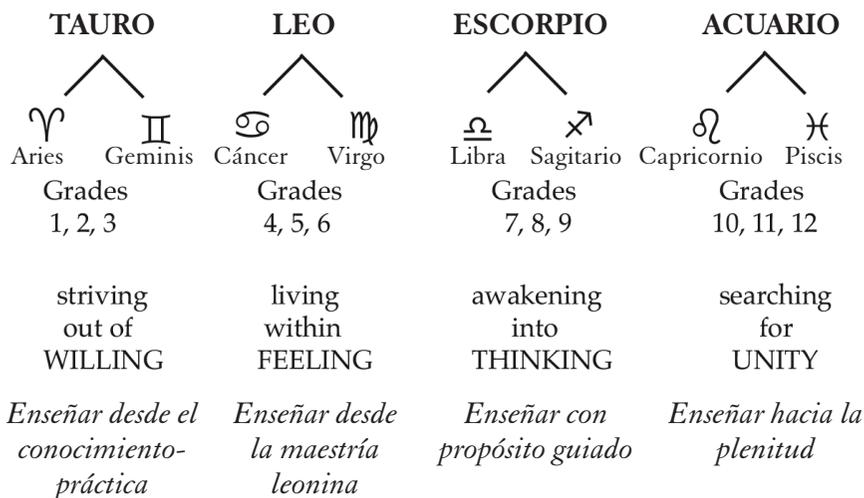
En la primera edición de este libro, el párrafo anterior servía como introducción a este capítulo. Había adoptado las opiniones expresadas por propia experiencia. Inicialmente mis percepciones surgieron mientras daba clases a una amplia gama de niños y trabajaba intensivamente con los gestos del Zodíaco. Los doce grados de escolarización y los doce signos del Zodíaco me parecían una coincidencia fortuita — especialmente porque muchas escuelas que no forman parte de la tradición Waldorf siguen este modelo. Cuando leí el libro de Henry Barns *A Life for the Spirit: Rudolf Steiner and the Crosscurrents of Our Time (Una vida para el espíritu: Rudolf Steiner en las contracorrientes de nuestra época)*, me sorprendió cuando escribe que, en la época de Steiner, la escolarización de doce años, como la que él proponía, no era la norma. Es más, que Rudolf Steiner había exigido a Molt cuatro condiciones previas antes de aceptar el reto de fundar un colegio basado en un comprensión espiritual-científica del desarrollo infantil, una de las cuales era que fuera una escolarización de doce años.

Es evidente que, en opinión de Steiner, la elección de los doce años no era arbitraria, sino fundamental. Quizás esto no debería sorprendernos; el número doce es significativo y se encuentra repetidamente en muchas tradiciones culturales, así como en la literatura sobre temas espirituales —incluida la antroposofía— por ejemplo: doce apóstoles, doce caballeros de la mesa redonda, doce bodhisattvas, doce miembros de un jurado, doce cosmovisiones o filosofías, por nombrar algunos. El doce contiene una plenitud; es completo en sí mismo, y añadir otra cosmovisión, apóstol o caballero de la mesa redonda, con respecto a calidad, meramente repetiría una visión que ya está representada.

Considerar el plan de estudios como intrínsecamente compuesto por doce etapas puede servirnos como guía para las cuestiones relacionadas con el currículum Waldorf. Una pregunta a mano, y que surge con frecuencia, es si el papel del profesor debería plantearse de un modo distinto en el octavo grado. Puede parecer un poco incongruente seguir ciclos de siete años —el nacimiento del cuerpo etérico a los siete años, el cuerpo astral a los catorce, el ego a los veintiún— y seguir un ciclo de ocho años para el profesor. Desde el punto de vista del Zodíaco, dividido en los siete signos diurnos y los cinco signos nocturnos, vemos que el séptimo grado es el último de los signos de día y el octavo grado pertenece a los signos nocturnos, junto con los años de enseñanza secundaria. Lo que quiero señalar es que cuando los estudiantes llegan a octavo grado, se produce un cambio fundamental que debe reconocerse. Esto rara vez se hace, en mi experiencia, y como consecuencia los estudiantes de octavo grado a menudo se impacientan, o incluso abandonan el colegio. Esa es una reacción natural aunque instintiva de su parte, dado que han dejado atrás la mentalidad apropiada al anterior ciclo de siete años y sus necesidades de desarrollo no serán atendidas si sus profesores les tratan de un modo más apropiado para una etapa anterior. Analizaremos este asunto en más detalle cuando describamos la relación entre octavo grado y Escorpio/Águila.

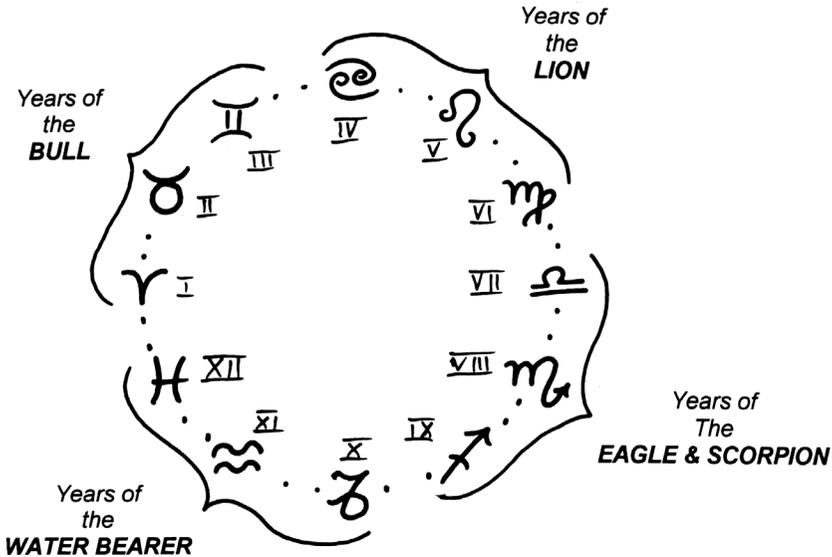
Las doce etapas por las que pasan los niños de Aries a Piscis pueden subdividirse en cuatro grupos, cada uno centrado en uno de los cuatro signos arquetípicos ; Tauro, Leo, Escorpio y Acuario. Visto desde este punto de vista, la correspondencia general entre el Zodíaco y el paso por la escolarización es aún más evidente. Según mi valoración, esta agrupación en cuatro conjuntos de tres es cómo experimentamos los grados desde un punto de vista cualitativo.

Esta perspectiva, además de ofrecer una perspectiva general del niño en relación a sus años escolares, también nos permite ver que son necesarios cuatro estilos distintos de enseñanza. Estos diferentes estilos, ilustrados en el siguiente diagrama, se describen brevemente a lo largo del capítulo.



La percepción de la correspondencia entre el Zodíaco y los grados es artística-intuitiva y, como tal, es directa. Debemos recordar que describir esta relación, como intento a continuación, no es necesariamente lo mismo que una percepción directa. Además, no es posible abordar este tema plenamente en este contexto. Sin embargo, espero que mi descripción presente una imagen lo suficientemente clara para que el lector, si decide ejercitar sus propias facultades

intuitivas, adopte esta percepción en el curso de su trabajo con los niños. En capítulos posteriores también se ofrece una descripción más detallada del Zodíaco para aquellos que no conocen las cualidades características de cada signo.



Los años del Toro

Los tres primeros grados son en gran medida la fase infantil de la vida escolar. En estos años la disposición a hacer es el principal elemento en la eurtimia, y también se expresa en el trabajo del profesor con el círculo activo, moviéndose y sellando los horarios, etc. Nos aseguramos de que predomine el flujo activo de la lección, y el sentido de la vida y alegría sea dominante. Nuestra enseñanza está guiada por el principio de conducir activamente a los niños en los reinos de la imaginación. Mediante cuentos de hadas, fábulas e historias, con la música y la geometría, guiamos a los niños al mundo del movimiento eurítmico de modo que surja la forma.

Acercar a los niños a la forma, para que actúen y se muevan con cohesión como clase, es una de las tareas importantes en estos años. Es de mayor intensidad en primer grado, como dan fe los agotados rostros

de muchos profesores de primer grado. Especialmente en el primer trimestre, los niños llegan a nosotros sin formar aún, puesto que nunca habían estado juntos como clase. Recién salidos de las “tierras salvajes” de preescolar, llegan a nuestra aula rodeados de un brillante resplandor. Todo es nuevo y diferente. Están entrando en todo un nuevo mundo con una mezcla de asombro y expectación, incluso un toque de ansiedad, puesto que algunos niños no están seguros de qué traerá este nuevo mundo. Siempre tiemblo un poco en estas primeras semanas. Me siento como un torpe gigante, cuya tarea es enseñar a un rebaño de hadas de flores silvestres cómo bailar juntas. Por supuesto, podría usar mi fuerza de gigante para recogerlos y colocarlos donde quiero. Pero eso sería un error, porque aplastaría a unos cuantos al hacerlo. Es mejor adentrarme en su mundo y hacer que bailen por propia voluntad con las imágenes que crean mis palabras.

El “brillante resplandor” que rodea a los niños de primer grado cuando llegan a nuestra aula pertenece a Aries. Aries es el signo del Zodíaco más brillante... “Levanta, luz resplandeciente/ toma las riendas del nacimiento y origen...”⁴ Tradicionalmente, pertenece a la primavera cuando todo está fresco y rebrotando. El nacimiento del cuerpo etérico es también el nacimiento de nuevas facultades de percepción cognitiva en el niño; una de las cuales está totalmente imbuida de sentimiento. Este despertar del sentimiento-pensamiento es primaveral y cargado de tiernos brotes. Es fresco, lleno de imágenes, luminoso e inocente, todas ellas cualidades que corresponden a Aries.

La imagen simbólica de Aries es un carnero, con cuernos bellamente retorcidos en la frente. Aries “controla” la forma de la cabeza en su conjunto, y especialmente la frente. Está también asociado al Cordero, no solo el cordero como animal, sino el Cordero como símbolo de Cristo. Cristo resucitó —o renació— en el mundo etérico, y por ello podemos ver en el Cordero de Aries una imagen de Cristo renacido en el mundo etérico. Creo que el nacimiento del cuerpo etérico en el niño a los siete años debe estar profundamente conectado a este acontecimiento.

Tauro, cuya imagen simbólica es el toro, extiende su influencia sobre este cuarto del Zodíaco. El toro es un animal de gran fuerza física, con un cuerpo físico grande y pesado, y un sistema digestivo-metabólico muy desarrollado. Esto es exactamente lo contrario del águila, que se encuentra en el lado opuesto del Zodíaco, en Escorpio. El águila tiene un cuerpo ligero, incluso sus huesos están huecos. Todo en el águila está organizado de forma que su cuerpo físico se reduzca al mínimo adecuado para un ser del viento y el aire. Toda su naturaleza es “seca”; su sistema nervioso-sensorial está altamente desarrollado, expresado en su sentido de la vista altamente desarrollado, mientras su sistema digestivo se reduce al mínimo. Por otro lado, el toro de Tauro es la imagen de la labor de la voluntad en la materia, y es la voluntad lo que más caracteriza a los tres primeros años de escolarización.

Los niños de segundo grado son muy distintos a los de primer grado. Con frecuencia tienen el aire de ser veteranos. Han pasado por la “iniciación-nacimiento” del primer año; saben qué conlleva el colegio, se consideran veteranos y están enérgicamente resueltos a abordar la tarea de aprender sin dudar, en otras palabras, la viva imagen de Tauro. Tauro está relacionado con la acción y los hechos, y no es sorprendente que el plan de estudios incluya fábulas de animales e historias de santos. Estas proporcionan a los niños una guía para llevar a cabo acciones, y no cualquier tipo de acción, sino buenas acciones.

Cuando los niños llegan a tercer grado, se acercan al cambio de los nueve años descrito en detalle más adelante. Este año está bajo la influencia del signo de Géminis, los gemelos. Géminis está relacionado con la simetría, según nuestro lado izquierdo y derecho, por una parte, y con el sentido del ego, o “yo”, por otra parte. Géminis también puede describirse como el signo en el que desarrollamos capacidades, es decir, nos hacemos capaces de lograr o mantenernos en varios contextos y entornos. Los niños de tercer grado se dedican a eso precisamente en el contexto general de su voluntad por hacer y convertirse en ciudadanos de la tierra. ¡Construyen casas! Aprenden habilidades como habitantes de la tierra, tales como construir sencillos refugios, enyesado, bajareque,

techado, etc. También visitan granjas, ayudan a recolectar alimentos, a esquila ovejitas, procesar la lana y otras actividades similares. En otras palabras, aprenden a integrarse en la tierra. Sientan las bases para convertirse en ciudadanos del mundo.

A medida que los niños pasan por estos tres primeros grados, se les exige cada vez más en cuanto a disciplina y trabajo en grupo, de modo que para cuando terminan el tercer grado tienen mucha experiencia. No obstante, especialmente en primer y segundo grado, sean muy prudentes al insistir en un silencio perfecto, círculos perfectos, postura y comportamiento perfectos antes de poder seguir con la lección. A menos que se haga por razones de peso, eso es como un espasmo muscular para los más pequeños. Del mismo modo, dividirlos en dos grupos, o formar grupos para que se queden parados interminablemente (e “interminablemente” no es mucho tiempo para un niño pequeño), o seguir toda una serie de instrucciones verbales no es necesario, podemos hacer muchas más cosas. Con la autoridad que nos otorga nuestro conocimiento-práctica, guiamos a los niños de una forma clara y formativa en la dirección correcta. El poder de ordenar de nuestra autoridad natural brinda libertad a los niños, porque se sienten seguros y protegidos bajo nuestra orientación. A los niños no les importa que demos órdenes a la clase; de hecho, prácticamente suplican que salga de nuestra autoridad. Acerque a los niños a la forma con los movimientos, gestos y coreografía de la propia eurytmia, y si algún cordero retoza a su modo a nuestras espaldas... ¿Qué importa? Está en juego la alegría innata de los niños por el movimiento imaginativo.

Hacia finales de esta fase, en tercer grado, los niños pasan por un proceso que podemos relacionar con los Gemelos, del ego encarnado.⁵ Aunque todavía son infantiles, todavía se mueven en gran medida por imitación, todavía prosperan haciendo cosas, no obstante, se produce un cambio sutil pero fundamental. A medida que pasan los años de enseñanza, este cambio asume una importancia cada vez mayor para todo profesor de eurytmia, porque los niños salen del espacio del “nosotros” y se adentran en el espacio del “Yo”. En mi opinión, el cambio

de los nueve años tiene su origen en los elementos espirituales del ser del niño. Es decir, el Espíritu del niño da un paso en su desarrollo, por medio del cual el ego terrenal empieza a separarse del ego celestial. Esto se refleja en cómo el alma experimenta su mundo interior como algo separado del mundo exterior. Por otro lado, el cuerpo debe integrarse respecto a su lado izquierdo y derecho, para que el niño pueda vivir correctamente como ciudadano de la tierra.

El cambio de los nueve años

A los nueve años, los niños experimentan un cambio en su percepción del mundo. Para el profesor con poca experiencia es algo que puede fácilmente pasar desapercibido o ser subestimado, porque es un cambio en la consciencia, en lugar de un evidente cambio físico como la pubertad. Hasta ese momento los niños viven en sus almas de tal manera que el mundo exterior no se percibe como algo aparte, sino que es, de un modo ensoñador, parte de la gran totalidad de la experiencia. Ahora se produce una revolución — a veces tranquilamente, y a veces con gran dificultad. Los velos del alma, que han envuelto al niño, se abren y el mundo empieza a experimentarse como algo distinto a lo que yace en su interior. Lo que antes era un “nosotros” se convierte en un “yo” y “tú” con respecto a los demás, y un “yo” y “ello” con respecto a la naturaleza.

Mi propia experiencia a esa edad fue como ser expulsado del mundo de la naturaleza. Seguía volviendo a los campos y los prados que rodeaban mi casa, y preguntándome por qué ya no se me permitía entrar. Contemplaba el paisaje con un intenso anhelo y sentido de pérdida, porque de pronto se había cerrado una puerta, y ahora los árboles y los arroyos y los animales estaban “ahí fuera” y yo simplemente me quedaba al margen en mi propio interior. Esta experiencia fue tan intensa que me acompañó hasta la edad adulta.

Para el profesor de euritmia, la conclusión de este proceso en cuarto grado constituye un importante umbral, ya que los niños adquieren una relación diferente con el espacio. Los niños rompen

el círculo, el espacio del “nosotros”, y se sitúan en su propio espacio individual del “yo”.

La metamorfosis del círculo espacial a la cruz espacial es asombrosa. Cada niño tiene que tomar lo que antes era el centro compartido del círculo y colocarlo en su interior. Es ahora cuando realmente existe un espacio frontal. Es ahora cuando existe la posibilidad de hacerse consciente en el espacio trasero. La nueva izquierda y derecha ya no contienen a sus semejantes que, cuando formaban una unidad dentro del círculo, constantemente se apoyaban y fortalecían entre sí. Ahora, el niño individual tiene que crear un equilibrio dinámico entre el espacio de la izquierda y el de la derecha con su propia actividad. Del mismo modo, en el espacio del círculo los cielos estaban entre nosotros; ahora el niño se encuentra solo, experimentando la bóveda de los cielos en las alturas, y la tierra que yace bajo sus pies.

Es el momento en que empezamos a presentar formas frontales a los niños, pues a ellos les benefician. Les encanta el reto de las formas en movimiento mientras miran al frente en todo momento. Para ellos es una experiencia maravillosa y les encanta ver su forma propia en la pizarra y seguirla por el aula, como revela la experiencia narrada en el capítulo “Dejar espacio para los ángeles”.

La gramática de la euritmia también se introduce en ese momento, revelando otro aspecto del cambio en la relación del niño con el espacio. Los niños empiezan a salir del cuidado inconsciente de la palabra hablada, y su lengua materna se hace cada vez más consciente a través del estudio de las partes de la oración. En la gramática de la euritmia el niño se encuentra, por así decirlo, solo en el espacio, mirando al frente del aula. El mundo de los sentidos deja una impresión en el niño; le llama la atención lo que existe en el espacio frontal, y surge el ángulo al revés del sustantivo concreto. Cuando se pronuncia un “sustantivo de ser espiritual”, surge una curva general en el espacio trasero. Así mismo, los verbos guían a los niños en las direcciones espaciales que les rodean de una forma cualitativa. Los niños se sitúan en el espacio a través de poemas con apolíneos elementos que confieren orden.

Verdaderamente, podemos decir que en la gramática de la euritmia los niños salen de la Palabra al Espacio. En este contexto, no podemos sino pensar en las palabras del Evangelio de San Juan, que indican la encarnación del arquetipo del Ser Humano desde lo celestial al mundo humano: “Y el Verbo se hizo carne”.

Este también es el año en que empezamos los ejercicios de varas propiamente dichos. Los niños se deleitan aferrándose a ellas, porque también han forjado una nueva relación con su cuerpo, y absorben con avidez cualquier ejercicio de varas que tenga el efecto de situarlos suavemente en el espacio. El séptuple, por ejemplo, es un clásico ejercicio de varas para cuarto grado, aunque por razones obvias, como dije, debe utilizarse con cuidado, porque todos los ejercicios de varas son muy intensos. Nuestro objetivo es situar a los niños en el espacio, no fijarlos en el mismo.

Aunque todos estos elementos eurítmicos empiezan en cuarto grado, el proceso de adentrarse plenamente en el espacio continúa a lo largo de un período más prolongado. De hecho, para ciertos niños pueda tardar unos cuantos años e incluso continuar en la enseñanza secundaria. Sin embargo, conviene prestar atención a aquellos niños que todavía tienen dificultades con la orientación espacial después del quinto o sexto grado, y sopesar qué ocurrió, o no ocurrió, durante su cambio de los nueve años.

Los años del León

Los años del León son, en muchos aspectos, los más eurítmicos. Los niños entran en el aula con tal apetito por aprender euritmia que enseñarles es pura alegría. Dado que están en la fase de desarrollo que corresponde al reino vegetal, como se ha señalado anteriormente, y al reino del corazón de Leo, lo único que necesitamos hacer es ofrecerles el entorno eurítmico adecuado, y adoptarán la euritmia de todo corazón.

A esta edad los cuerpos y almas de los niños alcanzan una armonía mutua. Físicamente, adquieren bellas proporciones, y sus movimientos y gestos revelan una gracia natural. En su personalidad se siente una

tranquilidad interior, que se refleja en su capacidad de moverse como grupo cohesivo.

Naturalmente, todo esto no sucede de la noche a la mañana. Podríamos describir el cuarto grado como el período anterior a la Edad de Oro cuando los niños son un poco menos “cultos” y refinados. Steiner describía a Cáncer como “impulso a la acción”,⁶ y además, su consonante es la decidida y fogosa “F”. Los niños de cuarto grado son verdaderamente obstinados e impulsivos, cuando luchan con entusiasmo con los elementos de los mitos nórdicos y la aliteración. Se deleitan en explorar su recién descubierta relación con el espacio y el mundo. Están ocupados creando un espacio que habitar. Eso también es un gesto de Cáncer en la medida en que rige la forma del pecho. Como producto acabado, el pecho es una forma “exterior” o externa, un caparazón o recipiente similar al exoesqueleto en el que vive el cangrejo. Como gesto dinámico en desarrollo, los “brazos” de la caja torácica nacen de la columna vertebral, se curvan y forman un espacio protegido. Es un gesto activo, que crea y encierra un espacio, y en su interior encontramos el corazón como su máspreciado tesoro. Sin el espacio creado por Cáncer, nuestro corazón y alma quedarían para siempre “fuera” en el mundo y no podrían encontrar su espacio interior propio.

El quinto grado es un viaje mágico a través de las culturas antiguas que culminan en Grecia, donde les ofrecemos la Danza de Energía y Paz, los Ochos Planetarios, etc. A lo largo de este año, pasan por tantas culturas que el problema no es la falta de material didáctico, sino sentir que no podemos hacer justicia a todo lo que están experimentando. Con el quinto grado llegamos al corazón del ser humano, literalmente. Leo rige el corazón y es el signo del “entusiasmo” radiante.⁷ El corazón es verdaderamente un órgano humano central —en más de un aspecto— como muestra la extraordinaria conferencia de Steiner, *El Corazón Humano*.⁸ Es el signo en que sentimos que somos especialmente humanos. El símbolo de Leo es el león que vive “en el latido del corazón y pulmón”. Hay algo dorado, de un entusiasmo radiante, y parecido al

sol en el corazón; igualmente, hay algo dorado y parecido al sol en los niños de quinto grado. Como los antiguos griegos, han alcanzado una etapa dichosa —aunque breve— de equilibrio dinámico en su proceso de encarnación. Cuerpo, alma y espíritu están atrapados por un momento en una bella interacción armoniosa, y pasarán muchos años antes de que aparezca de nuevo algo parecido.

El sexto grado a menudo empieza con el humor de quinto grado, aunque los niños están un poco más ligados a la tierra. En ese momento pasan de Grecia a Roma, con su construcción de imperios, orden social y legalidad, lo que hace a los ejercicios de euritmia con unas reglas internas (como el *auftakt* del rombo) muy apropiados para las lecciones de euritmia. A medida que avanza el año, entra en escena un elemento sobrio e introspectivo. Esto es una característica de Virgo, la “sobriedad”.⁹ En Cáncer los niños están ocupados construyendo un espacio interior en relación con el mundo exterior. En Leo se establecen y viven en el espacio del corazón, exhalando al mundo e inhalando hacia su mundo interior con una maravillosa armonía. En Virgo, los niños con mayor frecuencia moran dentro de sí mismos. Físicamente se vuelven más robustos y pesados. Las chicas, especialmente, a menudo no pueden correr y saltar con tanta libertad como lo hacían el año anterior. En las lecciones escuchamos los primeros lamentos de como hacer una escala musical en euritmia es doloroso —y para ellos lo es— porque sus brazos ya no parecen (o son) tan ligeros como antes, y aparece un toque de melancolía.

Aparecen los primeros indicios de femineidad y masculinidad, aunque todavía puros y virginales. A finales del sexto grado el plan de estudios les lleva a la época de la caballería, en la que hombres y mujeres interactúan desde un ideal romántico. El sexto grado conlleva un “sonrojo” de prepubertad y a veces pensamos: “¡Ay, no! ¡Ya se están convirtiendo en adolescentes!” Pero entonces desaparece (al menos durante cierto tiempo).

El símbolo de Virgo es una joven virgen, a veces con una gavilla de grano en la mano. Pero decir “virgen” conlleva la implicación de

“no virgen”. Virgo corresponde a los órganos digestivos, construye de forma creativa y “produce” nuestro cuerpo, pero no reproduce nuestro cuerpo, por ello tiene el símbolo de la virgen. No obstante, hay una conexión. Podríamos decir que los órganos digestivos son órganos que crean cuerpo dirigidos hacia uno mismo, mientras los órganos reproductivos son órganos que crean cuerpo dirigidos hacia el entorno. Por supuesto, hay uno o dos pasos metamórficos entre los dos, pero están aliados.

La idea clave para nosotros en estos años leoninos es enseñar desde la maestría interior. Estamos relajados, nos sentimos cómodos con nosotros mismos, y no se cuestiona nuestra autoridad y maestría para manejar la clase y ofrecer euritmia. Sabemos a dónde vamos y lo que necesitamos hacer. Sin embargo, guiamos a los niños del mismo modo que durante los años del Toro. A pesar de que nos unimos a las clases para la mayoría de los ejercicios, también nos hacemos a un lado y dejamos que los niños avancen con libertad por su cuenta. Si hacemos esto en los primeros grados, los niños sufren una tremenda conmoción, porque sienten que se les ha arrebatado su propia base. Ahora les presentamos este reto, y dan por descontado que deben valerse por sí mismos. En sexto grado, incluso podemos decir a los niños que sean el “profesor” para aquellos ejercicios en los que conocen, o deberían conocer, todas las reglas. Disfrutan muchísimo con esto, porque la autoridad de nuestra presencia les da seguridad. Somos el Rey del Reino, del mejor modo, el más parecido al sol.

Los años del Escorpión y el Águila

Este período introduce cambios radicales en todos los niveles de cuerpo, alma, y espíritu. En este trimestre llegamos a lo que tradicionalmente se conocen como “signos nocturnos” del Zodíaco y, del mismo modo que existe una división con la llegada de la noche, concretamente, la oscuridad exterior y el despertar interior, también se produce una división en los estudiantes en este momento. La doble imagen del Escorpión y el Águila de Escorpio capta perfectamente

este acontecimiento; uno volando por encima de la tierra con mirada penetrante, el otro escondido bajo las piedras, con una picadura penetrante y venenosa. Durante este período los niños “maduran en la tierra”, como describe la lengua alemana con tanta delicadeza. En este período experimentan la maduración de su capacidad reproductiva. Del mismo modo, también experimentan la maduración de su capacidad de razonamiento. La vida de sus pensamientos ya no es inocente y similar a las plantas, y pueden verse impulsados por pensamientos firmemente ligados a su vida emocional. Durante estos años pasan del “reino vegetal” al “reino animal”. Pueden verse seducidos por sus sentidos, que se impregnan de deseos y anhelos concretos. En el lenguaje de la antroposofía, este período marca el nacimiento del cuerpo astral, y debemos acercarnos a los niños dispuestos a perdonar cualquier cosa que nos llegue de su naturaleza inferior, y a reconocer y apoyar los muchos ideales que surgen de su naturaleza superior.

Puede ser un ejercicio imaginativo muy útil recrear en nuestra mente la imagen de dos clases, separadas por al menos un año, y seguir en nuestro interior qué ocurre en el período comprendido entre ambas. A menudo obtenemos así una imagen más clara, dado que tenemos una polaridad a partir de la cual formar nuestros pensamientos. Si hacemos esto con sexto y octavo grado, vemos claramente que la balanza inclina inexorablemente al niño de séptimo grado hacia la pubertad. Libra es un signo de transición, de umbral, al cual corresponde el símbolo de la balanza, manteniendo el equilibrio entre dos mundos opuestos. Físicamente, Libra rige las caderas, esos maravillosos huesos que nos permiten mantener la movilidad y el equilibrio, a pesar de que varias leyes de la física nos orientan de otra forma. Las caderas están también un paso más cerca de los órganos sexuales que Virgo, y los alumnos de séptimo grado exhiben un claro despertar en este sentido a medida que avanza el curso!

Todo ello es la viva imagen de séptimo grado. A menudo vemos a un niño de séptimo grado llegar en septiembre como una persona y terminar como otra. El plan de estudios requiere un estudio del

Renacimiento y las personalidades conectadas con este maravilloso surgimiento del espíritu humano. Es el amanecer del ego humano individual emancipándose de familia, iglesia y estado. Como se señala con frecuencia, durante este período los artistas comenzaron a firmar sus obras de arte con sus propios nombres. ¡Anteriormente esto era algo inaudito! Es una imagen directa de cruzar el umbral hacia una mayor conciencia individual de sí mismo. El artista pensaba: La musa ya no crea a través de mí, sino que soy yo quien crea. Esto es séptimo grado; con frecuencia vemos cómo esta mayor conciencia individual aparece en los niños al llegar a este punto. También cierto grado de imprevisibilidad, a medida que avanza el curso, ¡nunca estamos completamente seguros de qué lado se inclinará la balanza cuando entran en nuestra aula!

Al llegar a octavo grado, ya no hay duda de que su infancia libre e inocente es cosa del pasado, y que el Escorpión y el Águila han despertado. Escorpio tiene una doble imagen, ya que está relacionado con el pensamiento por un lado y con los órganos reproductivos por el otro. Como he señalado con anterioridad, en este período tanto el pensamiento como la reproducción maduran y se manifiestan intensamente en los niños. Incluso el genio del lenguaje ha dispuesto que algunas palabras conectadas con el pensamiento y la reproducción sean idénticas; “concebir”, “concepción” y también “conocer”.

Los niños de octavo grado se deleitan en poner en práctica sus recién descubiertas facultades de pensar con sus profesores, y deberíamos ser conscientes de que su pensamiento es naturalmente crítico, es decir, tiene la picadura de un escorpión. Les encanta utilizarnos para perfeccionar sus habilidades, presentado argumentos legalistas, sobre detalles mínimos, o intencionadamente parciales, todo lo cual afrontamos con una combinación adecuada de seriedad, respeto y humor.

Escorpio es el primero de los cinco signos llamados nocturnos. Como se ha señalado, Escorpio es también el primer año del tercer ritmo de siete años y el nacimiento del cuerpo astral. En octavo grado

los niños completan su segundo ciclo de siete años y empiezan el tercero. En los primeros siete años podemos decir que generalmente los niños aprenden a través de la imitación. En el segundo período de siete años los niños aprenden mejor de alguien que tenga autoridad y liderazgo innatos. Naturalmente, la imitación no cesa en estos años, ni tampoco en los posteriores, pero deja de ser la característica que solía ser. Del mismo modo, la autoridad del profesor (siempre que sea merecida) no se cuestiona hasta llegar a séptimo grado. Esto cambia después de séptimo grado. Tras el séptimo grado se cuestiona nuestra autoridad, y con toda la razón, puesto que “la autoridad” ya no es la llave con respecto a la pedagogía.

Lo que ahora se necesita es respeto. Pero esta palabra se puede malinterpretar fácilmente. Se puede argumentar justamente, por ejemplo, que el profesor debe siempre respetar a sus alumnos, pero esto no es lo que se quiere decir. Si un estudiante le pregunta por qué la clase, o un individuo, tiene que hacer o no hacer esto o lo otro, el profesor de quinto o sexto grado puede, de manera justificada, decir a sus alumnos: “Porque yo lo digo”, o “Así es como quiero llevar esta clase”. Esta respuesta puede adoptar muchas formas, y he observado en muchas ocasiones cómo los niños más pequeños se sienten seguros bajo la firmeza del profesor. Incluso los niños difíciles muestran a través de su lenguaje corporal que están aliviados porque el profesor tiene suficiente fuerza del ego para dar forma a la clase.

Acercarnos a los niños de este modo no es apropiado a partir de octavo grado. Una respuesta, como la anterior —no en espíritu, si no en palabras— es percibida por ellos como irrespetuosa por parte del profesor. ¿Por qué? Porque la individualidad del niño se está “gestando” en el cuerpo astral que nace en ese período.

En los primeros siete años nos hacemos dignos de imitación no porque esto pertenezca al período en que el cuerpo físico nace y experimenta su primer ciclo de desarrollo, sino porque el cuerpo etérico se está “gestando” en ese período. Ser digno de imitación proporciona el entorno correcto para que el cuerpo etérico llegue a un nacimiento

sano a los siete años. Es una situación paralela a la del cuerpo materno, que proporciona una forma y ambiente adecuados y protección para que el cuerpo físico del niño se geste en su interior.

Así mismo, trabajamos desde la “autoridad” en el período entre los siete y los catorce años no porque el cuerpo de éter haya “nacido”, sino porque el cuerpo astral se está “gestando” en ese período. Está ocupado preparándose para el nacimiento, y la autoridad proporciona una forma y estructura apropiadas para el naciente cuerpo astral. La autoridad lo mantiene bajo control. Esto permite que se desarrolle sin las trabas de influencias que pueden llamarlo demasiado pronto.

Del mismo modo, dentro del cuerpo astral que nace a los catorce años se está “gestando” el ego del niño, y el profesor ahora dirige su atención hacia el mismo con respecto a su actitud en general, y la palabra clave es “respeto”.

Un ejemplo frecuente de falta de respeto, aparentemente sin importancia, es poner a los estudiantes de octavo grado en una fila y hacerles andar como los patos de aula en aula. Otro es insistir en que la clase se ponga de pie, se cruce de brazos y diga al unísono: “Buenos días, Sr. profesor”, o “Adiós, Sra. de tal”. Estos métodos pueden ser apropiados para los primeros grados, pero eso es porque el cuerpo astral es un cuerpo de grupo, por así decirlo, y legítimamente puede tratarse como tal. No ocurre lo mismo con el ego. Encontramos el correlato del cuerpo astral en el mundo animal. Aquí encontramos a los animales formando espontáneamente y actuando como grupo, manada o rebaño, etc. El ego es lo contrario al grupo o rebaño. Es profundamente irrespetuoso tratar el ego como si fuera un grupo o rebaño, y tratar a los niños de este modo no es apropiado para cultivar y fomentar el ego en cada niño. Cada “yo” es único y merece respeto. Si no reconocemos este principio y lo convertimos en una actitud fundamental de nuestra enseñanza en estos años, corremos el grave peligro de inspirar actitudes negativas de los estudiantes hacia sus profesores y escolarización en general.

Podemos resumirlo diciendo: Si les tratamos como un rebaño, nos tratarán como un rebaño. Si les tratamos como individuos dignos de respeto, entonces nos tratarán como individuos dignos de respeto. Esta realidad es válida para el período de los catorce a los veintiún años. A partir de los veintiún años surge una mayor posibilidad para nuestros alumnos, concretamente, que si alguien les trata de forma irrespetuosa, ahora tienen la fuerza del ego, al menos potencialmente, para ofrecer la otra mejilla y tratar al maltratador con consideración. En otras palabras, un ego fortalecido puede escoger ir contra la inclinación natural del cuerpo astral. La inclinación natural del cuerpo astral inmaduro es la de responder “ojo por ojo y diente por diente”. A partir de los veintiún años la posibilidad de una actitud de Nuevo Testamento se hace realidad, mientras que entre los catorce y veintiún años domina el *quid pro quo* del Viejo Testamento.

Naturalmente, este es un tema muy amplio y en este contexto no es posible una discusión exhaustiva. Quizás la mayor posibilidad de malinterpretar el tema del que hablamos sería creer que tenemos que debatirlo todo con los alumnos —como colegio altamente liberal que somos— para obtener su pleno acuerdo antes de poder proceder con una lección o tema. Esto no es lo que piden los estudiantes. No están necesariamente buscando un planteamiento democrático en la organización del aula, la planificación o las políticas escolares. Pero habrá áreas donde crean que su voz debe ser escuchada, en cuyo caso tenemos que escuchar respetuosamente, y con verdadero respeto, no haciendo meros gestos vacíos. Anteriormente hablamos del “reino animal” y los impulsos presentes “de forma instintiva” en este período de adolescencia. Estos impulsos están conectados con la individualidad; el “yo” de nuestra juventud. La naturaleza específica de estos impulsos dependerá completamente del individuo. Así, no podemos imponer un método educativo genérico a nuestros alumnos de secundaria, sino que debemos facilitar lo que se está gestando en su interior. Esto proporcionará las condiciones adecuadas para que se desarrolle el ego naciente.

La consecuencia es que cada colegio será único en todo momento. Surgirá de la combinación entre lo que tienen que ofrecer los profesores y lo que los estudiantes están gestando para el futuro. ¿No es esto al menos un aspecto de la enseñanza profética? No es suficiente proporcionar a los estudiantes lo que, en nuestra opinión, sabemos es “bueno” para ellos. Exigirá flexibilidad. Nos obligará a enfrentarnos a lo inesperado, lo nuevo, incluso revolucionario. No existe una respuesta genérica a cómo este principio de respeto funcionará en realidad con nuestro alumnos. Lo que piden y buscan de nosotros, ellos mismos expresarán. Solo ellos pueden hacer las preguntas pertinentes para ellos. Esto exige prestar atención y permanecer alerta, especialmente dado que su inmadurez no les permite expresarse con gran habilidad. Tener éxito en esto permitirá que prospere lo distintivo e inimitable de nuestros colegios a partir de las necesidades de desarrollo de los propios estudiantes.

Libra equilibra izquierda y derecha; sostiene la oscuridad y la luz a cada lado de su balanza. Escorpio también contiene la polaridad del águila en las luminosas alturas y el escorpión en las oscuras profundidades de la materia. En el siguiente signo, vemos el centauro de Sagitario empujando con energía de atrás hacia adelante. Al igual que los dos signos anteriores de este trimestre, las fuerzas de la luz y la oscuridad se mantienen en tensión dinámica en Sagitario. El centauro es una figura poderosa, mitad animal, mitad humano, apuntando a las luminosas alturas con su lazo y flecha. La imagen mitad caballo, mitad hombre de Sagitario es quizás una imagen perfecta del estudiante de noveno grado. Luchan con su mitad inferior pero están llenos de ideales. Este año suele ser difícil tanto para los estudiantes como para los profesores, porque la mitad inferior de la naturaleza de los estudiantes es fuerte y obstinada, y muchos aspectos de nuestra actual cultura son un firme apoyo y tentación para sus lados más oscuros, haciendo aún más difícil que nuestra juventud salga ilesa de esta fase. Nuestra tarea como profesor es que se mantengan muy atentos a los ideales en su entorno. Si fallamos, la mitad caballo se quedará sin

líder. En este período el plan de estudios requiere fuertes contrastes en cuanto a contenidos o materiales, tales como dibujar en blanco y negro o herrería. Del mismo modo, la euritmia requiere fuertes contrastes —invitando especialmente a aquellos ejercicios donde los estudiantes lo hacen bien o todo se desmorona— como el ejercicio en hexágono de lanzar las varas con ritmos múltiples, que se resume más adelante.

Uno de mis poemas de apertura favoritos en este período empieza con las palabras: “Ciñe tu espada, hombre”. En una ocasión un colega describió estos años como aquellos en que debemos ponernos un impermeable. Así, a las palabras “Ciñe tu espada” podemos añadir con humor: “Ponte el impermeable, profesor”. Nuestro impermeable nos permite salvar los torrentes que los alumnos a veces ponen en nuestro camino. De hecho, el mayor antídoto para este período es el sentido del humor. Nada desarma más a un individuo, o una clase, que un profesor con sentido del humor. Aun así, dar clases de euritmia durante este período puede ser desafiante al máximo, y no tiene ningún sentido evitar esta realidad. De hecho, más que evitarlo, debemos tomar las riendas enérgicamente. La clave de nuestra pedagogía es enseñar desde nuestro Ego imbuido de voluntad. Hay una plétora de imágenes que podemos aplicar a la enseñanza en este periodo. Una de ellas es la de un kayakista recorriendo unos rápidos. Si acomete los rápidos propulsando con fuerza su embarcación y eligiendo su línea de ataque, entonces los superará sin problemas. Pero si intenta dejarse llevar, o deja de remar a mitad de camino, quedará a merced de las aguas. Solo atravesando la turbulencia de estos años de forma activa y decidida es posible mantener el control. Si nos paramos y relajamos, entonces las turbulencias nos harán volcar. Este período conlleva la imagen opuesta a los años del Toro. Durante los años del Toro, nos adentramos en el mundo matinal de los niños y guiamos a los niños desde la práctica. En los años del Escorpión-Águila, invitamos a los estudiantes a aspirar a nuestro mundo del Ego dotado de voluntad. Nuestro objetivo como profesores es sacar el ego de los estudiantes al mundo, de modo que no se obsesionen con los procesos que ocurren en su parte inferior.

Los estudiantes serán conscientes de los cambios que ocurren en su interior, sin embargo domina la mitad superior, el “Águila”.

Todo este período está lleno de polaridades, de alturas y profundidades, de explorar el mundo exterior, y despertar al mundo interior. Para los profesores, estos años son con frecuencia una combinación de amor y odio, de modo que los estudiantes nos pueden hacer pasar un mal rato y luego cambiar y colocarnos en las alturas al minuto siguiente. El peor curso que he tenido jamás fue con una clase de noveno grado. Al mismo tiempo, puedo decir que el mejor curso que he tenido jamás fue con una clase de octavo grado. Todo salió bien, no hubo necesidad de disciplina exterior, ni una sola una vez! Volamos tan alto como el águila, y a pesar de que ocasionalmente miraba hacia abajo y experimentaba una especie de vértigo pedagógico —porque sabía lo dolorosa que sería una caída— no obstante mantuvimos nuestras alas y tuvimos un año verdaderamente maravilloso. Si conseguimos tener éxito al enseñar en este período, las recompensas son inmensas, porque podemos ver con gran claridad la ayuda positiva que estamos prestando a nuestros alumnos al ofrecerles la euritmia durante su gran transición desde la niñez.

Los años del Portador de Agua

En esta fase los estudiantes avanzan hacia los atributos de unidad, integración y armonía de Acuario. Su vida anímica se tranquiliza, su pensamiento madura y las tormentas del período anterior amainan poco a poco. Al llegar a undécimo o duodécimo grado es posible tratarlos como jóvenes adultos.

Todos los signos del Zodíaco que preceden a los cuatro arquetipos de Tauro, Leo, Escorpio y Acuario actúan como transiciones a la nueva fase. El símbolo de Capricornio es la cabra, un animal duro y huesudo que vive en cerros pedregosos y altas montañas. En Capricornio el mundo exigente y “pedregoso” de la terca cabra se enfrenta a cualquier pensamiento que no fluya de acuerdo con la realidad. Como resultado, los estudiantes de décimo grado pierden parte de sus asperezas y

empiezan a actuar de un modo más equilibrado. Anteriormente, la vida interior de los estudiantes tenía una tendencia a lanzarse a la carga, con la mitad caballo del Centauro al mando. Ahora, cuando los estudiantes se topan con la realidad del mundo, son propensos a apartarse, evaluar qué ha ocurrido y ajustar su comportamiento en consecuencia. Así es cómo Steiner describía a Capricornio: “El pensamiento se enfrenta a la realidad del mundo”.¹⁰ Capricornio presenta la imagen de la cabra que sube a las alturas pedregosas, y nuestras lecciones en este período pueden ser imprevisibles, porque nunca sabemos si los estudiantes estarán dando cabezazos o en la cima de la montaña.

Sagitario corresponde a los muslos que combinan gran fuerza física con una capacidad para la sensualidad. Capricornio, por otro lado, rige las rodillas. Las rodillas es el punto donde se encuentran más directamente la función de apoyo ascendente y el peso descendente del cuerpo. Absorben y transforman enormes fuerzas opuestas. Además, la consonante que pertenece a Capricornio es la “L” que, aunque con frecuencia se interpreta ligeramente por los euritmistas, de hecho es una consonante que transforma la tierra con fuerza, como muestra el boceto de Steiner de la “L”.¹¹ Su boceto muestra como la “L” estira con fuerza los brazos hacia abajo (Movimiento); por otro lado, de su espalda salen formas parecidas a alas (Sentimiento), mientras su Carácter es de un color naranja lleno de actividad.

Tras aceptar al menos algunas de las realidades del mundo, incluyendo las que pertenecen a su propia personalidad, los estudiantes alcanzan un grado de armonía que no han experimentado desde la fase de Leo en quinto grado. Esta es una palabra clave para Acuario _ : armonía. Los estudiantes empiezan seriamente a buscar el significado superior de la vida, y podemos mantener profundas conversaciones con ellos si confían en nosotros. Por primera vez en años, existe una quietud interior suficiente como para escuchar realmente lo que la otra persona tiene que decir. Han madurado, se sienten seguros de sí mismos en muchos aspectos, pero todavía están protegidos por el amortiguador del duodécimo grado.

Acuario tiene la imagen de una figura femenina que sostiene una jarra o ánfora, de la que fluye agua. Esta figura tiene un aspecto casi griego, lo cual parece apropiado dado que se sitúa frente al año de Leo, en el que se estudia la Grecia Antigua. Las aguas vivificantes del cuerpo etérico corresponden a Acuario. En esta función Acuario es el signo que unifica y hace humanos al águila, al león y al toro. Como con Leo, Acuario también conlleva una cualidad altamente eurítmica, y esto se experimenta con frecuencia en las lecciones de undécimo grado. La consonante de Acuario es la “M”, el sonido que integra, une y moldea. Así mismo, la euritmia integra y sana el pensamiento, sentimiento y voluntad de los estudiantes, y esta es precisamente la cualidad que están buscando en este período.

Cuando llegan al último curso del colegio, los estudiantes están a punto de entrar en el mundo en general. Saben que en cuestión de meses dejarán el colegio y su protección. Este hecho produce un sentimiento de expectación pero también algo de miedo e incertidumbre. Independientemente de lo que piensen del colegio y las capacidades de sus profesores, los estudiantes se dan cuenta de que en poco tiempo serán juzgados y evaluados con un criterio que solo mide qué han conseguido durante su educación. Ahora los estudiantes se convierten en la viva imagen de Piscis y en ellos coexisten dos realidades opuestas. Su consciencia escolar agoniza y desaparece, mientras simultáneamente se liberan y luchan en nuevos reinos. Hacia el final del año escolar, se vuelven ansiosos por completar este proceso de morir, y anhelan adentrarse en el nacimiento de su nuevo Aries, el principio de explorar el mundo como jóvenes adultos.

El gesto eurítmico de Piscis se extiende con firmeza hacia abajo por el lado izquierdo y hacia arriba por el derecho. Aquí vemos la tendencia divergente de Piscis, cuyo símbolo son dos peces, normalmente mirando en direcciones opuestas. Los peces viven en el agua y sin embargo no son plenamente conscientes de ello. Esa es una imagen de nuestro destino, pues estamos tan inmersos en él que en cualquier momento dado podemos no ver plenamente la importancia

del pasado reciente ni el futuro inmanente. Piscis se sienta al lado, y sin embargo está en el extremo “opuesto” de Aries. Aries es la cabeza y el nacimiento, Piscis es los pies y la muerte. Aries es “el acontecimiento”, mientras Piscis es “el acontecimiento que se convierte en destino”.¹² Con Piscis hemos completado el círculo, y sin embargo, como si cuestionara la reencarnación, se encuentra junto a Aries. Como se ha señalado, Piscis rige los pies, y son los pies los que nos han traído del pasado y nos llevarán al futuro. A Piscis corresponde la consonante “N” —el sonido de separación, por un lado, y de conocimiento por el otro— lo que resulta apropiado.

Enseñar en este período, especialmente en undécimo y duodécimo grado, es un placer solo comparable a los Años Dorados en el lado opuesto del círculo del Zodíaco. En los años del León enseñamos desde la maestría interior, desde una autoridad parecida al sol que impregna la clase entera. Ahora enseñamos desde un sentido de plenitud. Todo aquello que ofrecemos a los estudiantes actúa como fuerza unificadora e integradora que eleva a los estudiantes hacia su seres arquetípicos. Luchamos en un sentido muy real por llevarles a las “aguas” que ofrece Acuario. En las lecciones ofrecemos el TIAOAIT, un ejercicio de pensamiento en movimiento y espacio, con una fuerte conexión y efecto sobre el cuerpo etérico. Aprenden sobre los planetas, con sus cualidades anímicas de amor, agresión, actividad de trabajar en la sabiduría, etc. En el último año llega el estudio de los gestos del Zodíaco, con su conexión profunda al ego humano, a la biografía humana. El Zodíaco es verdaderamente la cima de toda su educación Waldorf, porque en mi opinión no se puede comparar a ninguna otra cosa.

Dado que la educación secundaria constituye una entidad distinta y tiene su propio carácter, merece un capítulo más detallado al respecto.

Adolescentes Terriblemente Fantásticos

*Era el mejor de los tiempos, era el peor de los tiempos,
caminábamos en derechura al cielo
y nos extraviábamos por el camino opuesto.*

– de *Historia de dos ciudades*, Charles Dickens

Con ciertas reservas, la cita del Sr. Dickens se puede aplicar a la enseñanza de los jóvenes mientras maduran. El nacimiento revolucionario del cuerpo astral trae consigo al anfitrión una multitud de cambios que es imposible enumerar. Los “niños” crecen y brotan en todas las direcciones. Ya no conocen los límites de sus propios cuerpos, y mucho menos los de los demás. Las chicas pueden volverse coquetas, tímidas, taciturnas, cariñosas, maliciosas, o cualquier combinación de todo ello. Son propensas a ataques de risa que parecen no tener remedio, y toman conciencia del efecto que tienen en los chicos. Los chicos pueden ser altamente sensibles, insensibles, caballerosos, inmaduros, groseros y torpes. No perciben plenamente el efecto que tienen en las chicas, las cuales llevan la delantera. Ambos sexos alternan entre ser chicos y hombres, chicas y mujeres, y a menudo ambos elementos coexisten en un brebaje confuso.

Enseñar durante esta transición hacia la edad adulta exige paciencia y una disposición a perdonar sus transgresiones al instante. No son todavía capaces de verse a sí mismos con plena objetividad y tenemos que ser un espejo para ellos. Esto significa hacerles saber cuándo han hecho algo inapropiado de tal manera que vean la situación por sí mismos. Este proceso puede adoptar una variedad de formas, pero el objetivo final es provocar la toma de conciencia. La regla dorada de la disciplina —actuar, no reaccionar— es vital en estos años. Actuar desde nuestro ego es la única alternativa. Si reaccionamos

desde nuestro cuerpo astral, únicamente sumamos nuestras fuerzas a la condición de los estudiantes, ¡y entonces pueden volar las plumas! Ser un adolescente puede ser sumamente difícil y tremendamente emocionante. Ser profesor de adolescentes puede ser extremadamente desesperante y sumamente gratificante.

Dado que el cuerpo astral está naciendo, los estudiantes llevan en su interior un sutil sentido de la vergüenza, y necesitamos proceder con delicadeza y tacto en muchas situaciones. Aunque algunas veces pueden ser brutales con los demás, son también exquisitamente sensibles a lo que otros les dicen y hacen. Entre los estudiantes y el profesor debe haber confianza y respeto mutuo. Los adolescentes están a menudo tan abiertos y expuestos en la euritmia que sin estas virtudes nunca podremos inspirar gestos dotados de alma. Como consecuencia, necesitamos tiempo para conectar con los estudiantes. Una vez hemos hecho esto, descubrimos que los nuevos estudiantes que llegan a la clase siguen el ejemplo de los otros. Cuando llegan nuevos estudiantes a una clase, debemos esperar un par de meses, mínimo, de prudente cultivación antes de que realmente se relajen y estén de nuestra parte. Deles suficiente espacio y libertad de acción para adentrarse en las lecciones antes de exigir que saquen demasiado de su vida interior.

Es enormemente importante que la euritmia continúe en la enseñanza secundaria, porque ordena y ennoblece el cuerpo astral recién nacido. Dirige la voluntad hacia el cuerpo según principios sociales como ninguna otra forma de educación puede hacerlo. Actúa como antídoto a los elementos destructivos que nuestra civilización impone sobre los estudiantes. Todo colegio debería esforzarse al máximo por tener un programa de éxito —no solo en preescolar y primaria, donde es fácil— sino también en enseñanza secundaria, donde es igualmente esencial. A veces la euritmia se ve limitada o no se toma muy en serio en la enseñanza secundaria, lo que en mi opinión solo indica una falta de comprensión de la base del pensamiento en el ser humano. Como se sabe mediante una perspectiva antroposófica del ser humano, existe una íntima conexión entre el pensamiento y el cuerpo etérico.

Los movimientos en el cuerpo de éter son pensamientos, pensamientos que son al mismo tiempo fuerzas vitales, movimientos vitales. Si “atamos” estas fuerzas vitales, impedimos que alcancen su expresión física, las “asfixiamos”, por así decirlo, como hacemos en la mente, se desata e ilumina su elemento espiritual. Entonces las percibimos como pensamientos conscientes.

Teniendo en cuenta que el cuerpo de éter es un reflejo del cuerpo físico, podemos expresar estas consideraciones de otra forma. Podemos decir que nuestras extremidades de éter están “atadas” en nuestra mente, y por lo tanto podemos pensar. Y a la inversa, que nuestra cabeza de éter envuelve nuestras extremidades, y por lo tanto podemos movernos. La más alta y noble forma de movimiento es aquella cuyos gestos corresponden a lo que yace en la cabeza de éter que envuelve nuestras extremidades. Esta noble forma de movimiento es la euritmia.

Un pensamiento que verdaderamente se mueve en la realidad es aquel que se mueve de acuerdo con el mundo etérico. La conferencia de Rudolf Steiner, *La formación práctica del pensamiento*, se refiere directamente a esta realidad. En esta conferencia Steiner ofrece ejercicios para facilitar el trabajo práctico con el cuerpo de éter, no ejercicios intelectuales como cabría suponer. La euritmia y el pensamiento-percepción goethianos son complementarios. Lo que tiene lugar en el laboratorio científico de Waldorf y lo que ocurre en la sala de euritmia es la metamorfosis de uno al otro a este respecto. Son dos lados de una misma moneda y se apoyan mutuamente.

En un mundo ideal, los colegios Waldorf retendrían a todos sus estudiantes de primer a duodécimo grado. En Estados Unidos esto no sucede casi nunca, y nos enfrentamos continuamente a clases que contienen distintos niveles de capacidad y experiencia en euritmia. En la práctica esto significa que necesitamos guiarnos tanto por nuestro sentido común como por los modelos de planes de estudios. Cada clase presentará ciertos problemas particulares así como puntos fuertes que debemos encontrar. En un mismo grado que se ha dividido debido a su gran tamaño, podemos encontrar dos grupos con cualidades

completamente distintas. En uno de ellos, se puede dar todo tipo de trabajo fino y delicado; en el otro, nos sentimos afortunados de salir con la camisa puesta. Con las clases difíciles a menudo no es cuestión de qué debemos hacer, sino de qué podemos hacer. Por regla general, cuanto más difícil sea la clase, más se necesita polarizar las lecciones. Esto tiene un efecto calmante en los estudiantes y les permite recuperar una postura intermedia.

Sería una equivocación creer que toda euritmia en educación secundaria tiene que ser mucho más compleja que en quinto o sexto grado, por ejemplo. Por supuesto, el contenido en cuanto a poemas y versos es más maduro, pero muchas de las formas que dio Steiner, por ejemplo, son prácticamente eternas. Esta conclusión me sorprendió cuando, por diversión, introduje la forma de “Nos buscamos mutuamente” en un undécimo grado. Mientras se movían por la curvatura de la diagonal, sus ojos centelleaban casi con tanto brillo como los de los estudiantes de cuarto grado. Aunque los estudiantes mayores puedan captar una forma al instante, eso no significa que se diviertan menos con ella. En el contexto de gran parte de la orientación a la universidad en la enseñanza secundaria, las formas más sencillas de la euritmia que se centran directamente en el reino del sentimiento constituyen un alivio.

En el período adolescente el trabajo con varas pasa a un primer plano. Proporciona a los estudiantes algo objetivo a lo que aferrarse y contrarresta los elementos caóticos de su interior. Esto es especialmente cierto en los ejercicios de ritmo y lanzamiento de varas, que les encantan, pero que a veces obligan al profesor a usar protectores para los oídos.

Aunque algunas lecciones con adolescentes pueden ser muy difíciles, hay otras lecciones que verdaderamente nos llegan al corazón. El adolescente todavía es maleable, abierto al mundo del sentimiento artístico y pensando en un modo pictórico. Pueden captar principios artísticos con una facilidad y franqueza que resultan alentadoras. Personalmente, he descubierto que es posible llevar la euritmia a mayor altura y profundidad con adolescentes que con adultos.

La Enseñanza

Proceso, proceso, proceso

Es preciso insistir enfáticamente en la importancia del proceso en la enseñanza. La euritmia es una formación de la voluntad, y por lo tanto el proceso es más importante que el producto. Al hablar de proceso me refiero a los pasos que tomamos al guiar a nuestro alumnos durante un ejercicio. El proceso pedagógico correcto es un desarrollo geométrico-arquitectónico del contenido de nuestra enseñanza en el tiempo. En cuanto a los pasos, cada elemento complementa, apoya e ilumina lo anterior y lo que está por venir. Como profesores es nuestra obligación saber cómo guiar a una clase a través de un proceso viable. No cultivar esto en nuestro interior equivale a un constructor de casas que no aprenda en qué orden debe instalar los cimientos, pisos, paredes y tejado.

En muchas ocasiones he experimentado cómo el simple acto de guiar a los niños por una serie de pasos coherentes les proporciona gran satisfacción y deleite. No es sorprendente que a los niños les encante el proceso correcto, porque ellos también se desarrollan y evolucionan según leyes interiores coherentes. Trabajando de forma orgánica, y recreando en nuestra mente la imagen del proceso completo, engendramos valiosas cualidades en nuestras clases. Los niños tienen curiosidad por el siguiente paso, y los más inteligentes incluso intentan adivinar nuestras intenciones. O sus ojos se iluminan con entusiasmo y maravilla cuando se toma un giro inesperado y se revela una forma totalmente nueva. Al no apresurarnos, permitimos que digieran y saboreen cada paso. Al no pasar demasiado tiempo en una misma etapa, conservamos la frescura.

Curiosamente, un elemento clave en la euritmia pedagógica es el movimiento y desarrollo de formas geométricas en el espacio. Esta actividad llena de pensamiento ocurre en paralelo al proceso de enseñanza correcto. La euritmia no solo desarrolla la disposición social y el sentimiento artístico, sino que además trabaja directamente sobre los cimientos del pensamiento armonioso e interiormente coherente. Los propios movimientos y procesos que siguen las ideas claras son iniciados por los niños. Esto abarca desde el triángulo más sencillo en primer grado a interpretar un verso del Calendario del Alma en duodécimo grado. Nuestra enseñanza debe complementar esta realidad si no queremos socavar precisamente lo que estamos intentando crear.

El proceso también está directamente ligado a la eficiencia en pedagogía, algo que es sumamente necesario si deseamos cubrir el plan de estudios en los grados superiores. Nos permite avanzar con una claridad fluida por los ejercicios, además de ampliar la gama de posibilidades pedagógicas. Del mismo modo, si damos un mal paso puede que necesitemos tres pasos para corregirlo, y si existe una falta de claridad en la lección, entonces la mayor parte del problema se encuentra forzosamente aquí. Cuanto mayor sea la transparencia de nuestra enseñanza, mejor, y si lo conseguimos nos daremos cuenta de que nuestra enseñanza adquiere un tono objetivo.

Una de las debilidades más comunes de los profesores principiantes es no guiar a los niños en los ejercicios mediante un proceso claro. Quizás esto es debido a que mucho de lo que se asimila en la formación de euritmia no es aplicable a los niños. En las escuelas de euritmia, por ejemplo, se puede trabajar en una pieza musical de veinte minutos a más de una hora al día. Bajo estas condiciones la coreografía se aprende fácilmente al mismo tiempo que la música. Sin embargo los niños pueden escuchar una pieza musical solo unas cuantas veces en cada lección cada semana. Muchos sencillamente no tienen la memoria musical o concentración necesaria para retener el fraseo, melodía, tonos, etc. en estas condiciones. El profesor principiante a menudo cometerá el error de creer que los niños tienen que aprender una pieza

demasiado temprano. Los mismos niños pueden decir que se saben bien una pieza — pero saber en la cabeza y saber en las extremidades son dos cosas distintas.

Por ejemplo: Un profesor nuevo introduce una corta pieza musical en una clase de octavo. Resulta que el año anterior ya trabajaron con esa pieza rítmicamente con otro euritmista. Los niños dicen que se saben la pieza, y en muchos aspectos es cierto, porque pueden dar palmadas y pasos al ritmo de la melodía fácilmente. A continuación el profesor pone la forma en la pizarra y empieza a trabajar con un grupo de niños. Sin embargo, la coreografía que se presenta exige diferenciar entre dos voces en la melodía. Los niños sencillamente no lo entienden, y la falta de claridad produce agitación en la lección.

Evidentemente, el profesor ha optado por pasar a una fase más avanzada demasiado temprano. A pesar de que este es un ejemplo exagerado en beneficio de la caracterización, esta misma percepción errónea básica es bastante frecuente. Incluso si los niños conocen un poema o pieza musical, lo cual es normal, debemos pasar por el proceso de permitirles asimilarlo en su vida de voluntad y costumbres. Aun a riesgo de resultar ilegible durante una o dos páginas, resumiré el proceso por el que hacemos pasar a los niños con una pieza musical de razonable duración, adecuada para séptimo u octavo grado, y con una estructura de A/B/A:

1. escuchar la pieza musical completa una o dos veces, permitiendo que los niños descubran que tiene una estructura de A/B/A
2. dar palmadas en la sección A hasta que capten la melodía
3. dar pasos en círculo al ritmo de la sección A
4. dar palmadas en la sección B
5. dar pasos en la sección B
6. dar palmadas y pasos en las secciones A y B. Más adelante añadir la segunda sección A

7. volver a escuchar la pieza, señalando las dos voces a los estudiantes
8. dar palmadas solo con la voz 1
9. dar pasos con la voz 1
10. dar palmadas solo con la voz 2
11. dar pasos con la voz 2
12. un grupo da palmadas con la voz 1, y otro con la voz 2
13. un grupo da palmadas y pasos con la voz 1, y el otro grupo con la voz 2. (Dos círculos que se mueven en direcciones opuestas)
14. parejas de niños se turnan para dar pasos con las dos voces mientras los demás observan
15. Los niños empiezan a practicar las notas e intervalos más claros de la pieza, con el tono intercalado, etc.
16. Se presenta la coreografía a los niños, resumiéndola en la pizarra. De inmediato ven cómo las dos voces se interrelacionan y están ansiosos por hacerse con la pieza y avanzar a una nueva fase
17. Se trabaja en la forma coreográfica A
18. Se trabaja en la forma B
19. Se trabaja en la forma A y a continuación la forma B Más adelante se añade la forma A repetida
20. Se trabaja en la forma A, con tonos/intervalos, etc.
21. 2Se trabaja en la forma B, con tonos/intervalos, etc.
22. 2Se trabaja en la forma completa, con tonos/intervalos, etc.
23. Se trabaja en los tonos intermedios, fraseo, “schwungs” del tema (respiraciones), etc., según la capacidad de la clase
24. La pieza se pule, perfecciona e interpreta.

Sobre el papel lo anteriormente expuesto parece largo, pero en realidad varios pasos, especialmente los primeros, pueden cubrirse con bastante rapidez. Tampoco pasamos sencillamente del primer paso al paso veinticuatro. Muchas fases se superponen a medida que avanza la

pieza. De hecho, a menudo me he encontrado en el proceso de pulido (paso 24) mientras todavía preparo la pieza dando palmadas y pasos al comienzo de cada sesión (paso 6). El proceso completo puede durar entre dos y tres meses, dependiendo de la edad y capacidad de la clase y el nivel de dificultad de la pieza.

He descubierto que el período mínimo necesario para hacer justicia a un tema normal es de siete semanas. Si es un sexto o séptimo grado trabajando dos veces a la semana, esto supone catorce lecciones. Si dedicamos a la pieza una media de 20 minutos por lección, y la clase está dividida en dos grupos, esto da a cada niño un total de aproximadamente 140 minutos de tiempo de trabajo real, ¡solo 2 horas y 20 minutos! Visto así, es asombroso lo que los niños pueden asimilar. ¿Qué euritmista profesional aprende siquiera una pieza sencilla en ese período de tiempo y la hace justicia? Por supuesto, es mejor ofrecer más tiempo a los niños para que familiaricen sus extremidades con la pieza. Naturalmente, puede haber una gran variación en lo anteriormente descrito, pero el principio básico sigue siendo el mismo: que no solo deben “saber” cada paso, sino también digerirlo con la voluntad. Necesitamos desarrollar la paciencia para dedicar a cada paso el tiempo que le corresponde, combinándolo con el impulso para seguir avanzando.

En el capítulo sobre Formas geométricas y *aufтакты* he descrito algunos ejercicios en detalle, en parte a modo de ejemplo, pero también como recetas de trabajo para los profesores nuevos. Aunque las formas geométricas son lo más sencillo de analizar en cuanto a proceso, los principios son aplicables a todo lo que enseñamos, ya sea poesía, música, química o talla de madera.

Disciplina

Es posible que lo más importante para el éxito o fracaso de un programa de euritmia sea la capacidad del profesor de euritmia para mantener el orden. Los mejores planes y programas de formación se desmoronan ante niños ruidosos, revoltosos, inquietos, bulliciosos

y recalcitrantes. Y nosotros, los profesores, somos enteramente responsables!

No es ningún secreto que el “yo”, la individualidad del profesor, afecta al cuerpo astral de los niños como individuos y a la clase en su conjunto. Los niños todavía no tienen la plena presencia del ego adulto. De hecho, un aspecto de los grupos de niños es su naturaleza astral-elemental. Muestran las características de seres elementales en tanto que son capaces de actuar y sentir como grupo. Cuando las condiciones apropiadas se hallan presentes, entonces los seres elementales también se hallan presentes. Así mismo, un grupo de niños refleja tanto su entorno físico como espiritual. Actúan, o quizás mejor dicho, reaccionan a lo que les rodea con una excepcional sensibilidad y exactitud. Los niños reflejan su entorno creando para el profesor de euritmia un reflejo de sí mismo. El profesor y la clase forman un organismo completo, y no debemos olvidar que lo que existe en el aula es directa y simultáneamente una parte de nosotros mismos. Aunque los niños ciertamente tienen mucho que aportar, lo que se hace con estas cualidades depende del ego del profesor. Incluso si nos encontramos ante una situación objetivamente imposible, debemos recordar que es nuestro ego el que no puede sanar la situación. Quizás no hemos desarrollado todavía las capacidades necesarias. Para lograrlo en el futuro necesitamos trabajar en nosotros mismos en el presente, además de adoptar las ideas que nuestros colegas pueden ofrecernos.

Cuando entramos en un aula, los niños tienen acceso directo a nuestra alma; son instintivamente clarividentes, y “nos ven con claridad”. Lo que no siempre saben, y siempre ponen a prueba, es nuestra capacidad para proporcionarles un sentido de la seguridad. Aspiran a la “fortaleza” del ego individual, y como resultado, ponen a prueba nuestra propia fortaleza para ver si es fuerte y digna. Una característica del ego es la facultad de atención consciente. Dos de las direcciones más importantes en las que desarrollar esta facultad es en nuestra capacidad de prestar atención a los detalles y nuestra capacidad de ver el panorama general. Si tenemos una visión de conjunto, las

partes estarán unidas y cohesionadas. Si cultivamos un sentido del detalle, el conjunto gana claridad y vivacidad.

Nuestra capacidad de percibir totalidades se desarrolla a través de las artes. Solo podemos captar la plenitud de las cosas con imaginación, y las artes desarrollan este elemento. Por otro lado, nuestro sentido del detalle se desarrolla a través de las ciencias, cultivando un interés por el mundo y practicando la “ciencia” de tomar consciencia de lo que se encuentra ante nosotros. Entre estas dos disciplinas encontramos el tercer elemento —la religión— a saber, que la calidez de corazón que existe entre el profesor y los estudiantes es la mejor disciplina, porque muchos problemas ni siquiera llegan a surgir.

La disciplina también significa controlar el medio en el que trabajamos y es parte integrante de la técnica artística. Del mismo modo que no podemos tallar la madera de forma aleatoria, sino que debemos trabajar en la dirección natural y flujo de la veta, debemos hacer lo mismo con los niños. Pero ¿cómo perfeccionamos nuestras capacidades y constatamos la validez de nuestra técnica con respeto a disciplina y corrección? La clave es prestar atención a los propios niños. Son la verdadera prueba de fuego. Sea consciente de la clase en su conjunto, incluso cuando interactúa con un solo estudiante, porque su reacción nos dirá si hemos actuado correctamente. Cuando tomamos consciencia de este principio, rápidamente encontramos una forma de avanzar en esta área crucial de la pedagogía.

Naturalmente, habrá ocasiones en las que necesitemos detener la lección para disciplinar o corregir. Pero al hacerlo, evite interrumpir el flujo de la lección. Si necesitamos detener la lección, debemos hacerlo brevemente, y con el objetivo expreso de mejorar el flujo de la lección! A los estudiantes no les molesta la disciplina o corrección cuando son necesarias. La mayoría lo consideran algo justo y equitativo y, por regla general, todos desean una buena lección. ¡Nadie quiere una mala lección! Cabe esperar que en la mayoría de clases haya algunos estudiantes que, por diversas razones, pueden ser difíciles, porque no se les da bien la euritmia o porque son sencillamente conflictivos. Lo

mismo puede ocurrir con clases enteras, pero estos estudiantes y clases no son nuestros enemigos, son nuestros profesores. Si aprendemos a lidiar con ellos eficazmente, el resto es fácil en comparación.

Otro factor determinante para una pedagogía de éxito es la presencia. Gran parte de la habilidad del profesor para trabajar con niños radica en su presencia. Los profesores natos tienen presencia de forma natural, y a pesar de los errores y desatinos, especialmente durante los primeros años, mantienen una buena relación con sus estudiantes. El profesor de eurytmia necesita una dosis especial de presencia, porque tratamos con un grupo de niños activos y creativos en un aula prácticamente vacía. Si no conectamos con estos activos niños formativamente, entonces se dedicarán activamente a sus propias cosas (y de un modo poco formativo).

En lo que se refiere a disciplina, el papel de los profesores de enseñanza primaria es fundamental. Son la columna vertebral de la clase en estos años, y su estilo y capacidad pueden observarse directamente en los estudiantes. Si el profesor es firme, todo va bien; si no lo es, entonces cualquier cosa que intentemos establecer en nuestras lecciones se ve socavada en el transcurso de la semana. Nos corresponde familiarizarnos con las técnicas del profesor para hacer frente a los problemas. Dado que conocen a los niños tan íntimamente, con frecuencia desarrollan métodos para controlar a la clase o a ciertos estudiantes que necesitamos imitar para ser eficaces.

Hábitos del noventa por ciento

El profesor no debe perder nunca su forma interior, su disciplina interior. Nuestros maravillosos niños llenan de inmediato cualquier vacío. Por otro lado, queremos cultivar una situación donde la disciplina exterior sea lo más discreta posible. Para conseguirlo, necesitamos trabajar en el cuerpo etérico de la clase. El noventa por ciento de la llamada disciplina es en realidad el establecimiento de buenos hábitos. Esto se consigue a través de la práctica. Y en lo que se refiere a la práctica,

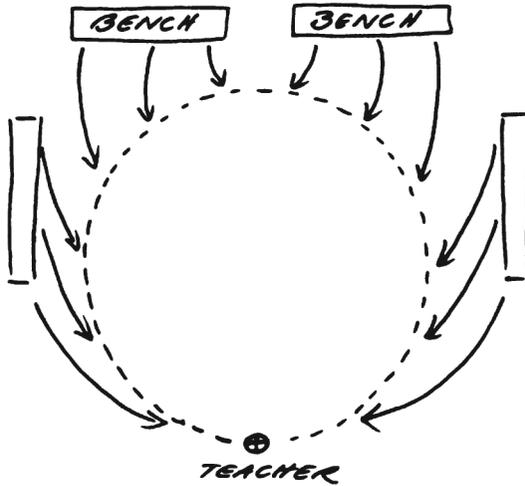
es imprescindible adoptar un método claro y directo de conectar con la voluntad y hacer lo que es necesario establecer.

Por ejemplo, una de las necesidades básicas en las lecciones de euritmia es formar un círculo. Puede ser algo muy sencillo, o puede ser un sinfín de chicos y chicas que no desean ponerse unos al lado de los otros, de empujones, de amigos corriendo al otro lado para estar con sus compañeros, de cambiar de opinión y ponerse en distinto sitio, e incluso discusiones sobre quién se pone al lado del profesor! ¿Cómo podemos hacer frente a esto?

Puedo poner el ejemplo de una clase de quinto grado a la que no había dado clases antes. Les hago sentarse en sus pupitres mientras explico que yo empiezo mis lecciones poniéndome de pie y esperando a que se callen, y cuando guarden silencio, les pediré que formen un círculo. Les digo que formar un círculo es algo fácil. Los que están en los pupitres que están más cerca de mí estarán a mi lado, todos los demás solo necesitan mirar a su izquierda y derecha para ver quiénes serán sus vecinos en el círculo. Señalo que los que estén a mi lado tendrán que hacer un mayor recorrido, y los que estén en frente solo necesitan dar uno o dos pasos.

Entonces les pido que formen un círculo. La primera vez se muestran vacilantes, buscando el equilibrio. “¡Bien!” -digo- “Presten atención a dónde están en el aula”. Les doy un momento para absorber esto y les pido que vuelvan a sentarse en sus pupitres. Les digo: “Voy a contar hasta tres. ¿Podemos formar un gran círculo, por favor, quinto grado?” Esto les parece gracioso y rápidamente forman el círculo. Casi esperan que les ponga a prueba otra vez, pero sigo adelante con la lección.

Más tarde, al final de la lección, les pido que se sienten, y digo: “Voy a contar hasta cinco. ¿Podemos formar un círculo, por favor?” Y lo hacen—sin problemas. Entonces, inesperadamente: “Por favor, vuelvan a sentarse en los pupitres”. A continuación, les digo que tienen que formar el círculo para cuando cuente hasta cuatro. Se dan cuenta de que esto es un reto y un juego. A continuación, cuento hasta tres.

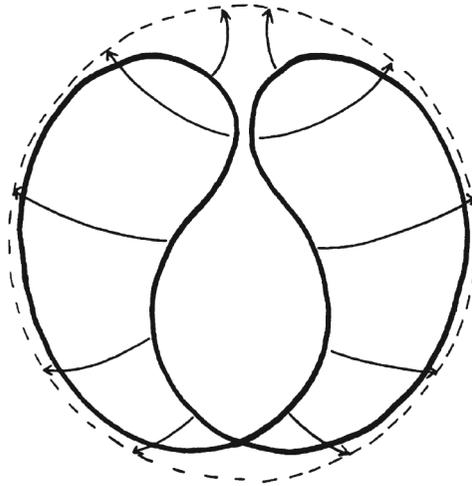


Piden intentarlo contando hasta dos. Acepto con una leve muestra de duda, pero en efecto, verdaderamente vuelan a sus sitios. Piden intentarlo contando hasta el uno, pero miro mi reloj y les digo que se nos ha acabado el tiempo.

En una lección posterior seguimos el mismo proceso, pero esta vez les dejo que intenten llegar contando hasta el uno. Lo consiguen porque hablo lo suficientemente despacio. Quieren intentarlo más rápido. Acepto, y digo: “¿Podemos formar un gran círculo, por favor, quinto grado?” y antes de que las traseras de sus pantalones y faldas se hayan levantado dos palmos de los pupitres, levanto las manos y grito: “¡Ay, demasiado tarde! No fueron lo suficientemente rápidos”. Esto provoca ataques de risa. De este modo establecemos buenos hábitos.

Por supuesto, esta opción solo es eficaz en quinto grado la primera o segunda vez, y pierde fuerza si seguimos usándola. Pero ahora se ha establecido la expectativa, y solo necesitaremos encontrar formas de actualizar este hábito de forma periódica. Especialmente después de un período de vacaciones, y necesitamos permanecer atentos en esos momentos para restablecer la forma.

El potencial de caos vuelve a surgir cuando dejamos de trabajar en una forma para volver al círculo. Por ejemplo, después de formar el



Ocho Armonioso con una clase de sexto, les pido que hagan un círculo, y corren en todas direcciones. Tenemos dos opciones, levantar la voz y llamar al orden, o esperar pacientemente. Elijo esperar. Cuando se han calmado, les digo que vuelvan a sus anteriores posiciones en el *Ocho Armonioso*. Parecen desconcertados, pero lo hacen. A continuación señalo que casi todo el mundo ya está de pie en un círculo, y que solo algunas parejas necesitan moverse a fin de completarlo. La sencilla, rápida (y tranquila) transición resultante es casi sorprendente.

Cada grupo de estudiantes es distinto, y debemos aprender a discernir la diferencia entre lo que es simplemente su forma de hacer las cosas, y lo que es una forma malsana de hacer las cosas. Tuve una clase cuyo profesor les animaba a actuar por su propia iniciativa. Cuando les pedía que formasen un círculo en cualquier momento (excepto desde los pupitres), inmediatamente cruzaban el aula de cualquier manera y, ¡voilà, ¡un círculo! Técnicamente esto no era “correcto”, pero ejecutaban todo con tal velocidad y silencio que nunca llegue a entender cómo lo hacían tan rápidamente.

Para facilitar el proceso de formar un círculo, muchos profesores designan el lugar donde debe colocarse cada niño. Entonces, cuando les piden un círculo, cada niño sabe dónde tiene que ir. Este método

es válido en algunos casos y apropiado para los primeros grados. Personalmente solo lo utilizaría si hubiera problemas constantes, porque creo que es mejor presentar a los niños el mayor reto de ordenarse sin intervención directa.

El método de hacer volver a los estudiantes a sus posiciones previas, como con el *Ocho Armonioso*, puede utilizarse en cualquier transición que no salga bien. Es especialmente eficaz al pedir a los niños que vuelvan a sentarse después de trabajar con un ejercicio. Tienden a correr hacia sus asientos y, si es una clase grande o surge el caos, debemos establecer una velocidad adecuada para caminar. Algunas transiciones son más difíciles, por ejemplo, cuando la mitad del grupo ya se ha levantado y la otra mitad está sentada, y queremos hacer un círculo con todos. Si lo hacen sin problemas, bien. Si no, y empiezan a charlar, haga que todos se sienten en los pupitres y entonces formen el círculo. En todos los casos el mensaje para los niños es que las transiciones no son un momento de caos sino un movimiento práctico desde A hasta B.

Establecer y mantener buenos hábitos es un proceso continuo. No vamos a llegar a la clase y encontrar que todo está ya listo. No podemos construir Roma en un día y cuando, después de un periodo, hemos construido Roma, los niños emigran a otro imperio, y nuestra tarea vuelve a comenzar. A veces nosotros mismos iniciamos un cambio de hábito, que es nuestra forma de indicarles que nuestras expectativas crecen o se relajan, o ambos. Otras veces los estudiantes preguntarán: “Sr. Down, ¿no podríamos...?” Que puede ser su forma de indicarme que están listos para pasar a otra forma. En ambos casos, es responsabilidad del profesor elegir correctamente. Para cuando los estudiantes llegan a noveno o décimo grado, perciben muchos de estos métodos como degradantes. Ocasionalmente, podemos recurrir a ellos brevemente con una clase más difícil, no para establecer un hábito, sino para que tomen conciencia. Se sienten un poco ridículos teniendo que volver a las antiguas formas durante uno o dos días y normalmente captan el mensaje.

Al establecernos en una clase nueva, necesitamos trabajar de lo grande a lo pequeño, de la clase al individuo. Si no establecemos primero hábitos sanos en la clase, existen pocas esperanzas de poder trabajar en los hábitos e inclinaciones de un niño en particular, pues se carece del entorno necesario. También necesitamos proceder paso a paso, de lo contrario abrumaremos a los niños con demasiadas reglas a la vez. Es un momento delicado, porque debemos encontrar el equilibrio entre sujetar o aflojar las riendas.

Aquí radican los dos elementos esenciales, a menudo aparentemente contradictorios, que el profesor debe lograr desde el primer día; que los niños adopten forma y que les encante la euritmia. Si no adoran la euritmia, ésta deja de ser eficaz y se convierte en una caricatura vacía de su verdadera naturaleza. Nunca conseguiremos el éxito completo, hay sencillamente demasiadas víctimas “culturales” entre nuestros niños. Sin embargo, la verdad fundamental es que un niño al que realmente le desagrada la euritmia está enfermo. Estos niños son excepciones. Si no son excepciones, sino la regla, el profesor y el colegio necesitan hacer examen de conciencia.

La prevención es la mejor medicina

Es necesario practicar los buenos hábitos al menos un par de veces para que se establezcan; así mismo, es necesario “practicar” los malos hábitos al menos un par de veces para que se establezcan. Si para empezar no se presentan comportamientos no deseados, se deduce que no pueden convertirse en hábito. La prevención es la clave de esta forma de organizar la clase. La prevención cubre una multitud de posibilidades y es sin duda difícil para el profesor principiante, porque en buena parte se basa en la experiencia. No obstante, hombre prevenido vale por dos, y al menos existe la posibilidad de aprender rápidamente de nuestra experiencia.

La prevención se basa en el arte secreto y místico de predecir con exactitud qué pasará “si” y organizar la lección en consecuencia. Es una forma silenciosa de disciplina, aunque sus efectos prácticos están

presentes de forma concreta en la lección. El mejor cumplido que puede recibir un profesor es: “Parece que no hacía nada, pero no sucedió nada inesperado durante la lección”. Si tiene la oportunidad de observar a un verdadero profesor mientras trabaja en una lección exitosa, preste tanta atención a lo que no dice y hace como a lo que dice y hace.

Los niños siguen unas pautas de comportamiento bastante previsibles. Si vemos que surge un problema, primero deberíamos observar el fenómeno y ver si puede alterarse mediante un cambio de procedimiento, como reorganizar el orden del plan de la lección, o sencillamente decir a los niños que habrá un cambio de procedimiento y a continuación ponerlo en práctica.

En una ocasión tuve un aula de euritmia autónoma en un clima muy húmedo. Los niños traían sus zapatos de euritmia a clase. De camino, mis creativos estudiantes usaban los zapatos de euritmia para jugar al fútbol, los llevaban en la cabeza, los lanzaban tan alto que a veces caían accidentalmente (me gustaría creer) sobre el tejado de la clase de euritmia, sin olvidar que utilizaban los zapatos para el entretenido juego de sacudirse mutuamente en el trasero. Todo eso está muy bien, pero los zapatos se mojaban y ensuciaban en cuanto caían al suelo. Vigilar esta actividad era imposible, pero la solución fue sencilla. Construí un práctico armario para los zapatos de euritmia en el aula de euritmia, y los problemas de zapatos se redujeron un noventa y cinco por ciento. (Ver adenda).

Otro ejemplo: hay varios ejercicios que son divertidos y emocionantes, pero también exigen un movimiento disciplinado y prudente. La experiencia demuestra que estos ejercicios pueden ser problemáticos si no se establecen correctamente. Una solución es decir a la clase, antes de empezar, que el ejercicio es de ese tipo. Mientras lo decimos, clavamos amablemente la mirada en aquellos estudiantes que son más propensos a perder el control, captarán el mensaje. Al primer signo de tonterías por encima de lo razonable, aparto al niño y le hago ponerse de pie a un lado durante el resto del ejercicio.

Una variación es hacer que tres cuartos o dos tercios de la clase establezcan el ejercicio. Los que no han sido escogidos para iniciar el ejercicio son una mezcla de aquellos que sabemos harán tonterías y los mejores estudiantes. Cuando el ejercicio toma suficiente forma, se introducen los demás estudiantes. Esto puede hacerse con todo el grupo o en grupos más pequeños. Los estudiantes creen que estamos introduciendo el ejercicio con un número reducido de estudiantes para facilitar el trabajo, lo que en ocasiones puede ser cierto, pero no se dan cuenta de que nuestra verdadera táctica ha sido eliminar posibles problemas.

Un ejemplo muy común de prevención es encolar las puntas de las varas de euritmia (la silicona es lo que mejor funciona), en lugar de utilizar un adaptador deslizante, porque tienden a caerse de las manos de los niños durante el ejercicio de la cascada.

Son recursos sencillos, pero funcionan. La prevención elimina los problemas antes de que ocurran y es uno de nuestros mejores aliados en la organización del aula. Los métodos más visibles, como hacer que ciertos niños se sienten aparte mientras establecemos un buen hábito con el resto de la clase, presentan hábitos y formas sanos para la mayoría de los estudiantes y ayudan a quienes muestran debilidades en estas áreas. Brindan una forma cohesiva a las lecciones además de indicar a estos estudiantes que sabemos lo que hacemos.

Disciplina Silenciosa

Médico: ¡Cúrese!

Profesor: ¡Disciplínese!

Una historia sobre Ghandi ilustra otro principio de la disciplina. En una ocasión una madre trajo a su hijo para ver a Ghandi. Le dijo que su hijo tenía un problema con el consumo de azúcar, aprovechando cualquier oportunidad para adquirirlo, tras lo cual Gandhi pidió a la madre que regresara después de dos semanas. Cuando regresó, Gandhi apuntó con el dedo al hijo y le dijo: “No comas azúcar”. La madre, sorprendida, preguntó por qué no le había dicho esto a su hijo dos semanas antes. “Porque hace dos semanas yo comía azúcar”, respondió Gandhi.

Es preciso insistir en que ciertas cosas, como nuestra disciplina interior propia, la condición general de nuestra vida anímica y nuestra preparación para una lección, se comunican directamente a los estudiantes, afectando su comportamiento y nuestra capacidad para controlarlo. Para el profesor con experiencia esto no es ningún secreto. En este sentido, los niños son tan sensibles que a veces podemos saber cuándo vamos a contraer la gripe por el comportamiento de una clase, antes incluso de sentirnos enfermos.

Este alto grado de sensibilidad también es aplicable al entorno en el que enseñamos. En los círculos Waldorf con frecuencia oímos que el niño, antes de los siete años, vive principalmente en los sentidos. Esto es totalmente cierto, pero también es importante entender que los niños mayores también están fuertemente influidos por los sentidos. Las empresas de publicidad lo saben muy bien y nuestros jóvenes concretamente son su objetivo por ser tan impresionables. Por ello, la condición física y la atmósfera del aula de eurytmia tienen un efecto

directo en nuestra pedagogía desde preescolar hasta duodécimo grado. Incluso si el aula dista mucho de ser físicamente perfecta, la pobreza no es ninguna excusa para una actitud del alma. Cuidar físicamente nuestra aula deja huella en los estudiantes y es una manifestación visible del principio de que el profesor exige lo mismo de los estudiantes que de sí mismo.

En general, nuestro objetivo es que la disciplina externa sea lo menos evidente posible. Los niños deben aprender a interpretar nuestro lenguaje corporal y nosotros el suyo. Necesitamos guiar a los niños. Cuando guiamos de verdad, estamos demasiado ocupados para preocuparnos de un círculo ligeramente imperfecto o algún niño que se distrae brevemente. La clase alterna entre contracción y expansión y el orden se efectúa a través de los elementos de la euritmia.

Cuando los niños nos interpretan correctamente, y nosotros a ellos, constituimos la base de nuestra más valiosa conexión con ellos: la comunicación silenciosa. Establecemos la comunicación silenciosa durante un período de tiempo, y su logro depende completamente de si nos abrimos o cerramos a los estudiantes. Mediante el poder de la empatía llegamos a percibir a los niños como una extensión de la actividad de nuestro ser. Pensamos juntos, sentimos juntos, creamos juntos. Asumimos una actitud de abierta cordialidad, de espera silenciosa y expectante. Cuando lo conseguimos, es como si el sol hiciera resonar un tono en nuestro corazón.

El arte de corregir

Nos dedicamos constantemente a corregir a los estudiantes de una forma u otra, y desarrollar técnicas para guiarles eficazmente es parte de nuestra tarea. No debemos permitir que la corrección interfiera en nuestra saludable relación con los estudiantes y debemos encontrar el equilibrio correcto entre trabajar con individuos y con la clase en su conjunto. Necesitamos desarrollar tacto, sensibilidad, y quizás, sobre todo, la capacidad de ser impersonales sin ser fríos. Si los estudiantes

perciben objetividad en nuestro enfoque, entonces todo irá bien. En general, permita que el amor por el gesto sea el principal correctivo. Los niños imitan en profundidad hasta la enseñanza secundaria, y no solo su amor natural por el gesto, sino también nuestro propio amor por la eurtimia trabaja silenciosamente en su ser.

Por regla general, hay que corregir a los niños paso a paso. Si vemos una serie de errores, corregimos uno y dejamos que el resto se corrija por sí solos. Reconocer que el cuerpo etérico hace gran parte del trabajo por nosotros nos permite ejercer una mayor paciencia. A menudo, un movimiento, forma o gesto con el que una clase tiene dificultades se corrige por sí solo como por arte de magia, o un día nos damos cuenta de que la dureza en sus pasos o el impulso hacia el espacio frontal se han disuelto repentinamente.

En términos prácticos, si está trabajando en una pieza musical y el fraseo no es correcto, trabaje en el fraseo, y olvide el ritmo, timbre, tonos y los intervalos ese día. Trabaje el fraseo primero desde un lado y luego desde el otro para que lo entiendan, o por lo menos empiecen a captarlo. O si el gesto de un sonido no es del todo correcto, podemos mantener la barbilla en gesto pensativo, decir “Mmmm”, como si hubiera que mejorar algo, y proceder a explorar ese sonido particular con los brazos, piernas, dedos, superlento, superrápido, como elemento de agua y fuego, de tierra y aire, y luego volver a la parte correspondiente del poema. Si hemos creado una vívida imagen del sonido viviente entonces, generalmente, harán correctamente el gesto.

El elogio también puede ser un gran correctivo si se hace de tal manera que motive a los estudiantes. Sin embargo, dado que nuestros mejores estudiantes ya están motivados, elogiarlos directamente puede tener el efecto de hacerles sentirse cohibidos, lo que les aparta del movimiento. Para estos, una mirada de tranquila satisfacción es suficiente reconocimiento. Los que tienen dificultades son quienes necesitan el elogio, aunque no debe ofrecerse fingidamente, o con muchos aspavientos. El elogio incorrecto puede ser tan destructivo como la corrección incorrecta. El elogio es como el dinero; si se inyecta

demasiado al mercado, pierde su valor y si el elogio es falso, terminamos con moneda falsa.

Necesitamos conocer a nuestros estudiantes lo suficientemente bien como para reconocer que corregir a ciertos niños individualmente puede ser contraproducente. Pueden sentirse cohibidos, aislados o incluso insignificantes si se sienten (correctamente o erróneamente) acosados. Si alguien tiene dificultades con un ejercicio, podemos sencillamente colocarnos en frente, o al lado del estudiante para que pueda seguir mejor nuestro ejemplo. Así mismo, saber que el error de un individuo raramente beneficia al resto de la clase nos permite corregirlo en general en lugar de en particular. Si vemos que un estudiante va mal, podemos llamar su atención de tal manera que sepa que hemos estado observándolo. A continuación, sin mirar al estudiante, instruir a toda la clase sobre el método correcto a utilizar.

A veces podemos optar por seguir repitiendo la parte a corregir una y otra vez como un disco rayado, deliberadamente sin mirar a ningún sitio en particular. Los niños se dan cuenta de que estamos corrigiendo a un compañero (o dos, o tres), y el juego se convierte en descubrir quién sigue yendo a la izquierda en lugar de la derecha. Siempre que no se trate de un estudiante aislado y sensible, esto está bien gracias al factor cómico. O si un estudiante en particular aún no ha respondido a la corrección, colóquese entre ellos y fíjese en tres estudiantes, aunque nunca eligiendo primero al que tiene dificultades.

Estos métodos no solo mantienen el flujo general de la lección sino que generan confianza entre el profesor y los estudiantes. Se sienten seguros al saber que no nos burlaremos de ellos y que les respetamos como individuos. Una vez que confían en nosotros, nuestra gama de posibilidades para la corrección se amplía.

Una vez tuve un estudiante que no era un Einstein en matemáticas y geometría y que tenía grandes dificultades con el *aufтакт* del rombo. Le dirigía por completo con los ojos y la cabeza, haciendo leves gestos de sí o no, hacia delante o hacia atrás. Nada de esto interfería con el trabajo en grupo y, después de tres meses ilo consiguió! Para ponerlo

a prueba lo miraba en todas las partes donde normalmente cometía errores, pero ahora con la cara completamente en blanco. Una sonrisa y una inclinación de cabeza cuando lograba hacerlo todo por sí solo era más que equivalente a un elogio verbal delante de toda la clase. A continuación dejaba de prestarle atención durante este ejercicio para que verdaderamente fuera un miembro más de la clase, algo de lo que se sentía inseguro.

Espero no haber parecido demasiado lleno de dulzura y luz. Nada de lo anterior nos impide intervenir, tomar al estudiante del brazo y guiarlo para realizar una forma, o corregir directamente a un niño que tenga una gran confianza en sí mismo, o llamar la atención a un estudiante que sabemos es perfectamente capaz si tan solo pone un poco de voluntad, siempre y cuando lo hagamos de la manera correcta.

Chicos y chicas

El modo en que tratamos a nuestros estudiantes según sean chicos o chicas, en especial en el ámbito de la disciplina y corrección, es muy diferente. Por decirlo de manera sucinta, lidiamos con los niños en línea recta y manejamos a las niñas en una curva. A riesgo de generalizar demasiado, se puede decir:

Con los chicos podemos ser muy directos al imponerles exigencias. Nuestro enfoque se inspira principalmente en la forma de ser del granjero y el guerrero, que resumimos anteriormente, y normalmente se sienten muy cómodos con nuestra franqueza respecto a corregir y disciplinar. Con los chicos no es necesario que les guste la euritmia, indudablemente una bendición, pero no una necesidad. Algunos chicos han llegado a decirme que no sienten ninguna afinidad por la euritmia en absoluto, y sin embargo les va bastante bien en las lecciones. Lo hacen porque es algo que hay que hacer y porque es lo que espero de ellos. Nos acercamos a los chicos principalmente desde el polo del pensamiento, puesto que el pensamiento se interesa más por el objeto que por su propia actividad personal.

Por otro lado, corregimos a las chicas de tal manera que inspiramos su interés. Esto exige un método más circunspecto, ya que no podemos cuestionar su voluntad personal. Este modo de ser es más típico del profesor comerciante y cazador. A diferencia de los chicos, es imprescindible que a las chicas les guste la euritmia. Si no sienten por ella afinidad de ningún tipo, simplemente no participan en un sentido real. De hecho, una chica a la que le desagrada la euritmia, o a la que hemos manejado de modo incorrecto, puede ser muy difícil de tratar. Puede socavarnos en silencio, manteniendo siempre una conducta meramente correcta, sin darnos nunca un motivo evidente para encontrar fallos. En general, nos acercamos a las chicas principalmente desde el polo de la voluntad, puesto que es mejor conectar con la voluntad mediante la simpatía, mediante un interés por la belleza de los movimientos de la euritmia.

Naturalmente, hay muchos grados distintos en las categorizaciones anteriores. Algunos chicos son muy femeninos en el sentido mencionado anteriormente; y algunas chicas muy masculinas. También entran en juego ciertas consideraciones culturales. Por ejemplo, no se puede tratar a los niños indígenas americanos del Noroeste del Pacífico a la manera habitual del hombre blanco. Siempre debemos acercarnos tanto a los chicos como a las chicas desde el polo de la simpatía, ya que muchos de los enfoques que damos por sentado desde nuestra perspectiva cultural son percibidos como una clara falta de respeto desde la suya.

La Corteza

A menudo encontramos que los niños llegan al aula con una “corteza”. Con ello me refiero a una capa que se ha endurecido sobre ellos como resultado de ser sometidos a una intelectualización excesiva, sujetos a un estilo de vida poco rítmico, expuestos a los medios de comunicación y nuestro modo de civilización en general. Esto deja una corteza en los niños, bajo la cual encontramos su verdadera naturaleza anímica. Necesitamos desarrollar técnicas para romper este recubrimiento y obtener acceso a las capas más profundas de su ser. De alguna manera debemos acercar a los niños a su origen rítmico con el fin de permitir que la euritmia comience su tranquila alquimia. Evidentemente, este proceso de suavizar comienza al principio de la lección. Según mi experiencia, existen dos técnicas eficaces. Una de ellas es mover a los estudiantes rítmica y musicalmente, la otra es llevarles a una intensa polaridad, llena de carácter. A continuación se resumen algunos ejemplos prácticos.

El ritmo de las extremidades

Hacemos que los estudiantes trabajen sus extremidades haciendo que den pasos y palmadas al ritmo de una pieza musical. Esto proporciona un estado fluido a los elementos del ser del niño. Lo he intentado de muchas otras maneras, pero ésta siempre ha dado buenos resultados, por lo que recurro a ella constantemente. Es realmente un ejercicio de concentración musical que despierta a los niños, disipa el aletargamiento, hace que la sangre fluya y los pulmones respiren profundamente, sintoniza la facultad de escuchar, proporciona ritmo a las extremidades y dirige a los niños a sus pies. ¿Qué más se puede pedir? Para facilitar la lectura, en la agenda se ofrece un resumen de

las distintas formas de involucrar a los niños en el ritmo musical. Se enumeran en aproximado orden de complejidad y proceso pedagógico.

En mi experiencia, esta clase de trabajo rítmico solo es apropiado, y por tanto un verdadero placer, para niños de cuarto grado, o a partir de finales de tercer grado. Antes de tercer grado los niños no son capaces de separar el ritmo de la música en su conjunto. Empezando de una forma muy sencilla, esté atento a cualquier signo de que el ejercicio carece de sentido o es demasiado difícil para algunos niños. Si una clara mayoría están listos, puede proceder. De lo contrario, espere un poco antes de intentarlo de nuevo.

Si los primeros grados tienen una relación con la música, dar pasos y palmadas está mucho más estrechamente vinculado al elemento rítmico/corporal, y estarán encantados de dar palmadas al ritmo de una marcha, por ejemplo. Nunca espero que den pasos al ritmo de una pieza, aunque puede que yo lo haga brevemente, en un cuento de hadas, por ejemplo.

A los niños de cuarto, quinto y sexto grados les encanta dar pasos y palmadas a ritmos de patrones cada vez más complejos. Si se establece esta capacidad durante estos años, perdurará hasta la enseñanza secundaria. Los estudiantes que comienzan tarde el colegio, incluso después de quinto grado, generalmente tienen más dificultades para integrar ritmos opuestos, entre otras cosas. Para ellos es algo ajeno, mientras que, idealmente, debería ser algo instintivo.

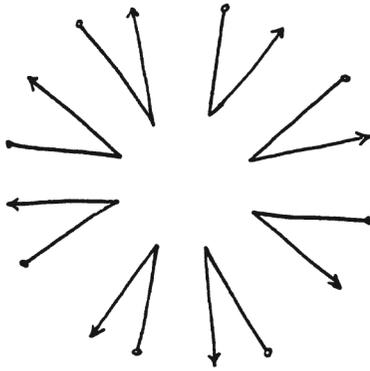
Para cuando los niños llegan a séptimo u octavo grado, sus extremidades pueden volverse tan pesadas y torpes que los complejos patrones rítmicos que lograban en sexto grado a menudo son demasiado difíciles de ejecutar con precisión. Aunque no deberíamos dejar de usar los pasos a ritmo musical por completo, podemos optar por no darle tanta importancia en estos grados. Una buena técnica alternativa es contrastar una pieza lenta y pesada con una pieza rápida y ligera. Esto proporciona la polaridad necesaria para acercar a los estudiantes a su sistema rítmico y hacer que se muevan. Dar pasos y palmadas al ritmo puede también parecer aburrido a esta edad, especialmente a los chicos.

Ahora es el momento de empezar a trabajar con el lanzamiento rítmico de varas combinado con los pasos rítmicos desde una posición a otra. Pero sin duda estos ejercicios no encajan en la primera parte de la clase, a menos que se tenga la intención de dedicarles toda una lección.

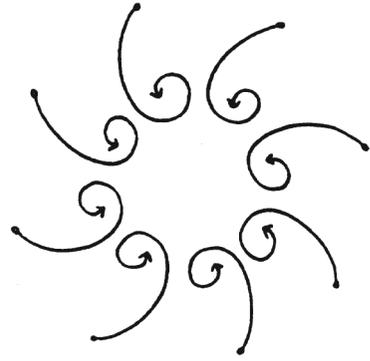
Azul profundo – amarillo intenso

Una de las características de “la corteza” es una cierta tonalidad gris en los jóvenes de hoy en día. Se podría pensar que dados todos los extremos en nuestra sociedad tendríamos unos jóvenes llenos de colorido, vibrantes, creativos, con carácter. En cambio, a menudo tenemos la impresión de que nuestra civilización ha producido tonos grises en lugar de arcoíris. Observamos esto en los jóvenes en general, y aunque existe en menor grado en los colegios Waldorf, no obstante está presente. No es sorprendente que puedan darse extremos bruscos de comportamiento y un deseo por el tipo de experiencias que ofrecen a los adolescentes un sentido de la vida y les permiten percibirse a sí mismos como seres con sentimientos. Es como si hubieran quedado suspendidos entre fuerzas polares, pero de tal forma que verdaderamente no viven en su sistema rítmico. Esto viene motivado, por un lado, por una intelectualización excesiva (educados como adultos en miniatura, por ejemplo), y por otro lado, porque tienen la voluntad orientada hacia actividades terrenales y aspectos sensuales de los sentidos (deportes inapropiados, publicidad, etc.). Sin embargo, lo que se anhela en secreto es un reconocimiento explícito del alma como verdadero hogar humano. Por consiguiente, es en gran medida nuestra tarea acercar las almas de nuestros estudiantes a una respiración sana, guiarlos de los tonos grises al color.

En los grados superiores, a partir de séptimo, podemos casi literalmente acercarlos al color, el color polar. Pídales que formen un suave azul medio y dedique a ello unos minutos. A continuación trabaje unos minutos con un amarillo. En ambos casos podemos crear el movimiento de las formas coreográficas características.

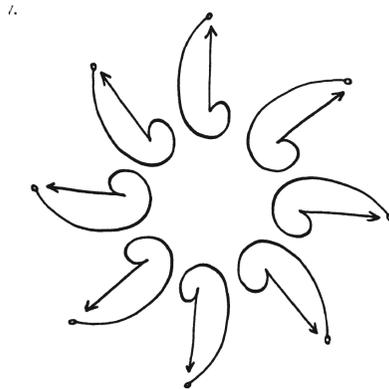


Amarillo



Azul

A continuación pida a los estudiantes que formen el azul inmediatamente seguido por el amarillo.



Se oscurece el azul progresivamente, haciéndolo más introspectivo, más contemplativo. Así mismo, intensificamos el amarillo hasta que sea más alegre, juvenil e intensamente parecido al sol. Cuando los hayan intensificado tanto como sea posible, se pasa al polo opuesto (de intensificar), y se eterealizan los colores brevemente, haciéndolos tan delicados y homeopáticos como sea posible

El trabajo a partir de polos opuestos puede aplicarse a muchos elementos de nuestro rico y variado vocabulario de la euritmia. Revitaliza y renueva el cuerpo de la vida y brinda color y forma al

alma. Esta técnica también puede ser aplicada a cualquier ejercicio o proyecto que carezca de vigor, definición o carácter.

La corteza en la escuela secundaria

Cuando los estudiantes empiezan la enseñanza secundaria, el problema de la corteza se agrava y puede que no exista ninguna fórmula mágica. Su “caída” al cuerpo astral, combinada con un intenso deseo de explorar el mundo independientemente, puede convertir la enseñanza en un reto algunas veces. Con demasiada frecuencia, a pesar de utilizar todos los trucos a nuestra disposición, observamos que la euritmia solo empieza a cobrar vida en el aula al final de la lección en un noveno o décimo grado. Puede ser, y con frecuencia es, una batalla, aunque nunca debería tomarse como algo personal. Y no me refiero a que sea una batalla directa con los estudiantes en cuanto a disciplina, aunque esto a veces ocurre como consecuencia de causas más profundas. A menudo la lucha tiene lugar silenciosa y tácitamente, y sin embargo, es muy real. No obstante, lo indicado anteriormente, es decir, el hecho de que no podemos realmente empezar a acercarnos a los estudiantes a la euritmia hasta que hayamos disuelto y roto la capa de civilización actual que les cubre, sigue siendo cierto. Como se ha indicado, a veces observamos que la euritmia solo empieza a cobrar vida al final de la lección, y debemos sentirnos agradecidos si logramos llegar tan lejos. Debemos tener paciencia y recordar que esto es solo una fase, y que del mismo modo que a esta edad se muestran abiertos y supersensibles a las experiencias mundanas, también son sensibles a lo que podemos ofrecerles.

En términos prácticos: Manténgase firme, sea fiel a sí mismo, sea fiel a sus identidades superiores, nunca empiece una lección sin saludar a cada niño individualmente, sea objetivamente firme, nunca mezcle lo personal con la disciplina y no se desespere si las cosas parecen ir mal durante un período de tiempo. ¡Todo lo que baja tiene que subir! Haga planes para trabajar con polos opuestos, oscuridad y luz, seriedad y humor, cielo e infierno.

Un Sentido de Propósito

La euritmia es, ante todo, una arte escénica. Como todas las artes escénicas, solo alcanza su plena estatura cuando se entrega y comparte con los demás. Mantener la euritmia fuera de vista y escondida en el aula es privarla de un sentido de propósito. La importancia de este factor aumenta a medida que avanzamos en los grados. Para el adolescente, interpretar ofrece un elemento vital de objetividad. Independientemente de cómo vayan las lecciones, cuando llega el momento, ellos, y no el profesor, estarán en el escenario delante de sus colegas y padres. Debido a este elemento objetivador, es esencial que los estudiantes muestren su trabajo.

Hay muchos formatos para mostrar el trabajo y todos sirven al mismo propósito. Lo ideal, por supuesto, es que el colegio tenga un escenario de uso frecuente. Esto permite ampliar el trabajo en secundaria y evita el agotador obstáculo de llevar a todo el colegio a ensayar e interpretar en otro sitio una o dos veces al año. También existe la posibilidad de una función de noche para los padres en el aula, reunir a los alumnos de algunas clases durante el día para compartir sus esfuerzos. No es necesario que todo esté muy pulido. No podemos dejar que nuestros estudiantes hagan el ridículo, ni presentar una velada de piezas mal preparadas; pero puede ser igual de fascinante observar cómo los estudiantes se esfuerzan con una pieza que ver una ejecución perfecta.

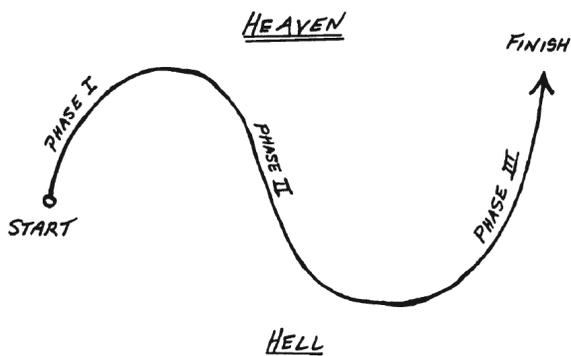
Los momentos más importantes y de mayor alcance para compartir la euritmia son los festivales. La euritmia aporta una dimensión que no existe en ningún otro aspecto de la educación. Dejar que los niños más pequeños observen cómo los mayores, vestidos de blanco, interpretan el Aleluya o el TIAOAIT durante el período de Adviento es una

experiencia maravillosa. Dejar que los pequeños muestren su cuento de hadas en la primavera llega al corazón del “más duro” estudiante de noveno.

Estos festivales son momentos verdaderamente destacados. Años después siguen recordándose como algo especial. Estar en el escenario crea un momento de conciencia concentrada. Los niños se esmeran, y un sutil halo luminoso los envuelve. Muchos profesores señalan que los niños cambian después de subir al escenario. Esto es especialmente cierto en el caso de los niños más difíciles. La interpretación actúa como catalizador sobre su personalidad. También permite que los demás los contemplen bajo una nueva y a veces inesperada luz.

Una de mis estudiantes de secundaria parecía ser especialmente difícil para muchos profesores. Cuestionaba todo, llamaba a algunos profesores con nombres impublicables, llevaba todo tipo de basura colgada del cuello y admitía francamente su opinión de que la droga era aceptable. Algunos miembros del profesorado se preguntaban si debía asistir al colegio. Sin embargo, le gustaba la euforia, y quería ser una de las intérpretes para la celebración de Navidad. Después de la función un número de profesores comentó que veían a los estudiantes que acababan de actuar con otros ojos, y se mencionó específicamente el nombre de esa niña. Moviéndose con gestos firmes y gráciles, vestida con un traje blanco y velo blancos (y con el cabello peinado), su belleza natural, la cual normalmente parecía esforzarse por ocultar, era evidente. El contraste con su percepción diaria de ella obligó a los profesores a reevaluar sus opiniones. El ser superior de los estudiantes aparece con frecuencia cuando interpretan euforia, un hecho que los educadores deberían tener en cuenta.

Tener un objetivo deliberado como una actuación brinda solidez a las lecciones y saca a relucir lo mejor de los estudiantes. Sin embargo, hay todo un paisaje que debemos recorrer con muchos proyectos, y es conveniente entender lo que podemos esperar en el trayecto. El trayecto generalmente tiene este aspecto:



En la primera fase todo es nuevo y cada día ofrece elementos emocionantes. Normalmente es una luna de miel maravillosa.

En la segunda fase es necesario esforzarse con lo que el profesor ha aportado, y al llegar a este punto todo lo nuevo simplemente hace aumentar la dificultad. A finales de esta fase a veces se oye a los profesores murmurar ideas sobre dejar la euritmia para siempre. Y los niños pueden estar diciendo: “Estoy cansado y esto es aburrido”. No haga caso de todo esto, es normal. No todos los proyectos son tan difíciles, pero es conveniente estar preparado para lo peor.

La tercera fase puede ser aún más emocionante que la primera. El final está a la vista; las clases adquieren un aire de expectación, y se recupera el impulso mientras seguimos perfeccionando el trabajo y ensayando. El punto culminante llega al compartir su trabajo y recibir elogios por sus esfuerzos. Todo esto conlleva un gran esfuerzo, pero elegimos un arte escénico como vocación, y sin duda las recompensas son dulces.

Vagar por el desierto con los más pequeños

Tras hacer hincapié en el correcto proceso de la enseñanza, deberíamos añadir una nota sobre la importancia de no siempre saber hacia dónde avanzamos. Cuanto más conscientes somos de las medidas que planeamos tomar, menos espacio dejamos para los

ángeles. La inspiración tiene la característica de caer en el vacío. Aparece precisamente en aquellos instantes en los que no sabemos. Por eso a menudo surge cuando estamos haciendo algo por primera vez. Afortunadamente hay una serie de formas de enseñar que permiten introducir este soplo de aire fresco en la lección.

La cuestión aquí es ¿cómo debemos introducir lo inesperado e inspirado en nuestras lecciones? A veces esto ocurre por sí solo, pero existen formas de trabajar que exigen que nos mantengamos abiertos a lo nuevo. A continuación se muestra un modo de trabajar con los más pequeños.

Los aborígenes australianos pasan temporadas vagando por el desierto. Se desconocen la duración y el destino de la travesía. No se sabe nada, excepto que vagarán por el desierto. Nosotros también podemos vagar con los niños. Para vagar en la euritmia primero tenemos que reunir tres sustantivos de los niños. Podemos colocarnos en medio del círculo, girar con los ojos cerrados y un brazo extendido, y el niño al que estamos señalando cuando nos detenemos debe darnos una palabra. O podemos elegir tres niños al azar con alguna cancioncilla, y los niños escogidos dan las tres palabras. A menudo serán cosas como castillo, flor, caballo, mariposa, príncipe, etc.

Ahora nuestra tarea es inventarnos un espontáneo cuento de euritmia que incluya las tres palabras que nos han dado los niños: “Érase una vez, antes de existir el mundo, una mariposa vivía en un castillo...”. Larga o corta, buena o mala, nadie sabe hacia dónde nos lleva la historia, ni siquiera nosotros. Nos entregamos al momento, a la inspiración, y debemos tener el valor de seguirla a dónde nos lleve. Nuestra historia puede ser profundamente conmovedora, exageradamente tonta, o sanadora para algún niño. Naturalmente, esta técnica depende un poco de nuestra habilidad para contar un improvisado cuento y hacer los gestos eurítmicos al mismo tiempo, aunque también es cierto que lo mejor para perfeccionar una habilidad es practicar.

Hay un par de factores que deberíamos tener en cuenta. Uno de ellos es tener una frase hecha para comenzar, como “Érase una vez”, y una frase para terminar, como “Y colorín colorado ¡este cuento se ha acabado!”. El otro es ser consciente de que imitar a alguien puede ser agotador, incluso para los niños pequeños. Por tanto, tenga en cuenta los niveles de energía de la clase. Haga uso de la repetición; use polaridades dinámicas; alterne entre reposo y actividad, contracción y expansión.

Formas que siembran semillas

Vagar solo es adecuado para los primeros grados. Por otro lado, lo que podemos llamar “formas de semillas”, son adecuadas para todas las edades y presentan muchas variedades distintas. Todas ellas se caracterizan por empezar con una sencilla forma, ejercicio, poema o pieza musical, y permitir que crezca. Deliberadamente, no planificamos lo que va a suceder. Lo importante aquí no es que lleguemos a algo único, aunque a veces también sucede, sino que el crecimiento se desarrolle de una manera única para la clase.

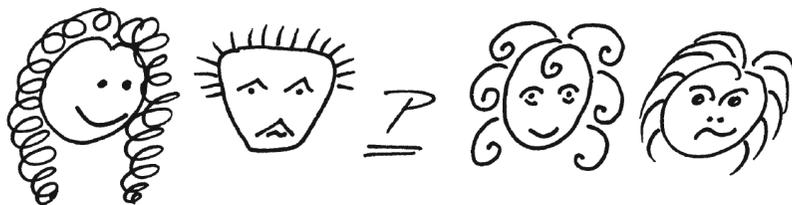
Siempre es gratificante involucrar de ese modo a los estudiantes en el proceso creativo. Pueden estar tan inspirados, o más, que el profesor. Por ejemplo, enseñé a un sexto grado una versión muy sencilla del ejercicio “Qui” (ver adenda). Después de que aprendieron la forma básica, les dije que tenían que desarrollarla por su cuenta. Al principio estaban desconcertados y no sabían qué hacer, pero enseguida se les empezaron a ocurrir cosas. A continuación desarrollaron el ejercicio hasta un nivel que jamás habría soñado, y mucho menos les habría enseñado. Dedicamos a este ejercicio diez minutos de cada lección durante un período de tiempo y lo interpretamos en nuestra representación de artes de la primavera. Fue maravilloso ver como brotaban nuevas ideas de los estudiantes. Mis únicas tareas eran mantener la disciplina y ayudarles a implementar sus ideas si se atascaban.

Básicamente, todo lo que hacemos puede echar a volar en las circunstancias adecuadas. Lo bueno de las formas de semillas es que si no echan raíces, no hay gran pérdida, porque todas son sencillas en el curso del plan de estudios. Por lo tanto, es mejor no planificar el año, trimestre, o incluso las lecciones para que sean perfectas. Incluso cuando tenemos un plan definitivo, manténgase abierto a la posibilidad de que la lección tome nuevas direcciones.

Hilos dorados

Ignoramos los hilos dorados que se cruzan en nuestro camino con mayor frecuencia de lo que pensamos. Vemos las posibilidades en retrospectiva, sin saber dónde podría habernos llevado ese hilo, pero tenemos la incómoda sensación de haber perdido una oportunidad. En medio de una lección normal hay momentos en los que la clase de pronto realmente participa. Les hemos ofrecido algo que a nosotros nos parece bastante normal, pero que para ellos en realidad es especial. Esto supone un hilo dorado. No sabemos hacia dónde vaga el hilo, pero siempre es dorado y siempre un hilo. Son dorados, por su valor para los niños, y son hilos, ya que a menudo son difíciles de ver. Seguirlos también significa generalmente desechar nuestropreciado plan de clase.

Por ejemplo: al comenzar una lección de cuarto grado, antes de empezar una forma frontal, les enseñé cómo debe leerse la pizarra. Explicué que la parte superior de la pizarra es donde el público o la gente se sienta a observarnos, y ahora debemos mirar hacia ellos igual que en un escenario. En lugar de escribir “público” o “personas”, escribí la letra “P”. Para que fuera más gráfico, a ambos lados de la letra “P” dibujé varias caras de este modo:



Aparte del gran deleite que tal tontería produce en los niños, también explica la idea a la perfección. A continuación dibujé una forma al azar en la pizarra y pregunté a quién le gustaría hacer el movimiento para esta forma, pero siempre mirando al frente. Todos alzaron la mano con entusiasmo. Mi plan había sido que dos o tres niños hicieran el movimiento de la forma, y a continuación pasar al “verdadero” asunto de lo que había preparado, pero esto era un hilo dorado. Decidí permitir que todos los niños que quisieran hicieran el movimiento de su propia forma. No hubo ni una pausa, todo el mundo quería tener una oportunidad de “mirar al frente”. Dibujé línea tras línea, y pronto toda la pizarra era un verdadero espagueti de líneas de muchos colores y formas. Cada nueva línea provocaba comentarios sobre su grado de dificultad, belleza, etc. Cuando todo el mundo hubo terminado, hicieron todos al mismo tiempo el movimiento de sus líneas contando hasta diez a golpe de tambor. ¡Esto fue aún más divertido! Insistieron en hacerlo otra vez y otra vez. A continuación hicimos el movimiento de las líneas hacia delante y hacia atrás. Entonces se intercambiaron las líneas, y empezamos de nuevo. A continuación pedimos al pianista que tocara su pieza rítmica y dieron palmadas y pasos al ritmo de la melodía, llegando al final de sus formas justo en el momento preciso. Para entonces la lección había terminado. Fue una cosa tan sencilla que nunca me hubiera imaginado que la clase disfrutaría de pasar toda una lección trabajando en ello, pero el hilo existía, y lo habíamos seguido.

La inspiración no puede forzarse. Sin embargo, podemos prepararnos, aprender a reconocerla, incluso crear situaciones para situarnos en el umbral y esperar que nos sirva de inspiración. Mi profesora de euritmia, que tenía una estrecha relación con este aspecto de la euritmia, hizo una observación que venía a decir: “Debes aprovechar el momento. Si dudas, estás perdido y la inspiración huye”. En otra ocasión, cuando tenía dificultades, me miró y dijo: “Tienes que dejarte llevar. Sumergirte en la música y captarla”. Cuando le dije que tenía miedo del abismo de la nada que se extendía entre la música y

yo, reflexionó un instante y dijo: “Sí, es oscuro. Pero debes encontrar el valor y saltar”. El miedo surge porque tenemos ante nosotros una “nada futura”. Pero si conseguimos saltar, y tener éxito, encontramos un mundo de luz.

Humor

Uno de nuestros mayores aliados en el aula es el sentido del humor. El humor es “el poder gobernante del alma”.¹³ Renueva, ilumina y sana. Contribuye a la alegría inherente en los niños. El humor no tiene límite de edad y, si se me permite parafrasear a Steiner, desde preescolar hasta duodécimo grado, una lección de euritmia sin risa es una lección perdida. Un euritmista sin sentido del humor realmente no tiene cabida en un aula llena de jóvenes almas. Una de las características de una buena relación entre un profesor y sus alumnos es el humor fácil y equilibrado que existe entre ellos. Evidentemente, el sentido del humor también supone algo más que bromear. Permite introducir un toque de ligereza cuando se trabaja intensa y seriamente. Reduce la tensión en momentos incómodos, haciendo que sonrían cuando estaban a punto de llorar.

Como adultos se espera que usemos el humor de una forma adecuada a nuestra posición. Los niños reconocen inmediatamente cualquier halago innecesario o falsedad por nuestra parte. Steiner captó nuestro sitio como adultos en su escultura “El representante de la humanidad”. En la esquina superior hay un ser contemplando con curiosidad todo el drama de más abajo. Este ser representa el elemento en nosotros que está por encima y aparte de todos los dramas y óperas de la vida, observando la existencia desde una posición más elevada. Y en realidad poco de lo que los estudiantes hacen en las lecciones es tan serio como para hacer temblar los cimientos de la eternidad. Si recordamos que en algún momento de su evolución estos mismos niños se convertirán en seres plenamente desarrollados, con muchos talentos superiores al nuestro, entonces sus locuras toman un nuevo cariz.

Aparte del ingenio y agudeza que necesita el aspirante a profesor, también necesitamos conectar con los estudiantes desde el lado humorístico de la euritmia. Hay dos tipos de elementos de diversión. Uno de ellos es un ejercicio típico que nos podemos sacar de la manga de vez en cuando, y que los niños conocen bien. En esta categoría se incluyen los bailes de cumpleaños, los jinetes voladores, etc. El otro tipo es un divertido cuento, pieza musical o poema, en el que se trabaja durante un período de tiempo y a continuación (de ser posible) se representa. Sin embargo, quisiera hacer una advertencia con respecto a utilizar los aspectos cómicos de las consonantes, vocales, etc. Si introducimos un elemento desde el lado humorístico, esto tiende a quedarse grabado en los estudiantes y es muy difícil de eliminar. En una ocasión introduje en una clase las cualidades de la tercera mayor y menor a través de los sentimientos de tristeza y alegría que experimentamos. Sin pensarlo, antes de llegar a ningún gesto con los brazos, pasé a hablar de cómo estas experiencias pueden incluso extenderse a la cabeza y hacernos sonreír o entristecernos. Naturalmente mis estudiantes, siempre dispuestos a las travesuras, a partir de entonces solían acompañar las terceras con una mueca o una sonrisa. Lo mejor que se puede hacer en tales casos, o en casos similares, es dejar de hacer el ejercicio durante un período de tiempo y volver a él en un contexto diferente y más serio. No tiene sentido intentar corregir nuestro error en ese momento; nosotros mismos lo enseñamos, e intentar cambiarlo es como intentar sofocar un fuego echando más leña. Pero si las humorescas se hacen correctamente, para los estudiantes es un gran deleite y sorpresa que cosas tan serias como los intervalos y gestos del Zodíaco también puedan tener una dimensión desenfadada.

“Lo que bien empieza, bien acaba”

Nuestro primer contacto con los niños marca el tono y humor de la lección de varias maneras. La forma exacta de ese contacto dependerá del acceso físico al aula, y tendremos que encontrar la mejor manera de hacer entrar a los estudiantes. Como guía general, si

entran con respeto y tranquilidad —o por lo menos con entusiasmada expectación— todo irá bien. Una vez que los estudiantes están en el aula, lo mejor es comenzar la lección propiamente dicha lo antes posible. Los procedimientos ineficientes, como dar demasiada importancia a distribuir los zapatos de euritmia, crean situaciones que causan problemas o malestar desde el principio.

Otro elemento esencial es estrechar la mano de cada estudiante. Esto se vuelve cada vez más importante a medida que avanzamos en los grados. Incluso diría que no se puede dar clases de secundaria de manera efectiva sin antes saludar a todos los estudiantes como individuos. Los estudiantes de enseñanza secundaria son individuos y tratarlos como cualquier otra cosa atenta contra su dignidad. Si les tratamos como un rebaño, nos tratarán de un modo similar. Siempre hay tiempo para un saludo cordial o hablar unos minutos para ver cómo les va.

La información que transmite un apretón de manos puede ser inmensamente útil. Un apretón de manos nos dice mucho sobre el estudiante: su humor, la humedad o sequedad de la piel, si tiene calor o frío, si está presente en su cuerpo o no, deprimido o feliz. Además, saludar cordialmente a un estudiante puede suponer una gran diferencia en su relación con nosotros, y con la euritmia. En los primeros grados no es tan necesario hablar personalmente con cada niño. Una amable sonrisa con un “Buenos días, Katie” es suficiente. Por supuesto, podemos detenernos unos segundos para saludar a aquellos niños que por cualquier motivo nos hayan llamado la atención y así observarlos más de cerca.

Dado que en la euritmia trabajamos en grupos y no individualmente, es aún más importante tener este contacto personal, tanto antes como después de la lección. Si no estrechamos sus manos al final de la lección ¿cómo podemos saber realmente si la niña que tenía las manos frías ha entrado en calor? ¿Cómo podemos bromear con el estudiante al que tuvimos que disciplinar severamente para que sepa que no le guardamos rencor? ¿Cómo podríamos observar la sonrisa de

un estudiante que vino apesadumbrado y cabizbajo y ahora se marcha alegre y silbando? Los estudiantes mayores son conscientes de que a menudo estamos observándolos, sobre todo si insistimos amablemente en que nos miren a los ojos, pero eso no importa. Si no saludamos a los estudiantes de este modo, renunciamos a gran parte del conocimiento y la conexión de corazón que nos ofrece este simple gesto.

El (no tan) Pequeño Arte de la Pizarra

Me siento casi tentado de pedir disculpas por incluir un capítulo sobre la pizarra, porque puede parecer insignificante. Y sin embargo no lo es. Tanto en primer grado como en duodécimo grado, dibujar un círculo perfecto suscita sorpresa y deleite, incluso aplausos, de los estudiantes. Su sentido de la línea, simetría y forma dinámica les conmueve porque todas estas cosas siguen presentes en los estudiantes. Las formas de la eurytmia provienen del ser humano y ambos están íntimamente relacionados. Si dibujamos una forma especialmente buena en la pizarra, los niños a veces la miran en silencio durante un rato, absorbiendo su belleza. O podemos dejar una agradable forma en la pizarra mientras impartimos otras clases y descubrir que atrae curiosidad e interés. Podemos ver que los niños piensan en los movimientos. Podemos incluso tomarles el pelo, dibujando una forma que los estudiantes ya conocen, pero de tal manera que no reconozcan su propio trabajo, pero hablaremos de esto más adelante.

Uno de mis profesores era un conocido geómetra, arquitecto y artista que imprimía gran carisma y estilo a sus clases. Un día mostró cómo dibujar un círculo perfecto, al mismo tiempo que contaba esta historia. Por desgracia no lo recuerdo con certeza, pero creo que el protagonista era Miguel Ángel.

La historia cuenta que Miguel Ángel intentaba ver al Papa un día. La guardia del Vaticano había cambiado, no lo conocían y no le dejaban atravesar las puertas para llegar a su audiencia, ante lo cual Miguel Ángel sacó una tiza y con un rápido movimiento dibujó un círculo perfecto en las losas delante de los guardias. Entonces los guardias le dejaron pasar, porque sabían que solo un verdadero artista podía dibujar un círculo perfecto.

La técnica para dibujar un círculo “perfecto” es relativamente fácil — aunque difícil de describir. Puede que mis instrucciones no den resultados perfectos de inmediato, pero le acercará lo suficiente para que pueda encontrar su propio método. He compartido la técnica con alguna clase que me presionó para que les dijera cómo se hace, y he visto estudiantes de quinto grado ejecutar círculos perfectos de inmediato.

Colóquese al lado de la pizarra con una tiza en la mano derecha. La parte superior del brazo, hasta el codo, se mantiene paralela al suelo, con el codo apuntando hacia la pizarra. El antebrazo cuelga en paralelo a la pizarra, de modo que la mano y la cadera estén aproximadamente al mismo nivel. En esta posición la tiza, si la sujetamos normalmente con los dedos, apunta hacia el cuerpo con una inclinación. Gire la muñeca hacia la izquierda hasta que la tiza apunte a la pizarra. Esto ejercerá cierta tensión sobre todo el brazo. Presione la tiza contra la pizarra —en la posición de las seis en nuestro círculo— y dibuje un círculo hacia la derecha con un rápido movimiento. Después de algunos intentos notaremos que nuestro codo actúa como pivote desde las seis hasta aproximadamente las doce, y que la tensión del brazo disminuye a medida que avanzamos. Desde las doce hasta volver a las seis, el brazo está recto y la articulación de los hombros actúa como pivote. Debemos mantener la flexibilidad en los pies y apartarnos ligeramente de la pizarra en esta última fase.

La parte más complicada es desde las cuatro hasta las seis. Cuando consiga dominarlo, puede mejorar en esta área empezando a las cuatro o cinco en lugar de las seis. Esto ejerce una mayor tensión sobre el brazo y prácticamente no puede moverse más hacia la izquierda en esta posición. Esto reduce la parte más difícil hasta cierto punto, pero la concentración y la práctica son las mejores maestras. Para que sea más fácil unir los dos extremos utilizamos una tiza de algo más de un centímetro, sujetándola a lo largo para crear una línea más gruesa. Podemos hacer variar el diámetro del círculo acercándonos o apartándonos de la pizarra.

Aparte de lo obvio, como asegurarnos de tener la pizarra impecablemente limpia para que destaquen los colores de la tiza, hay un par de sugerencias que pueden hacer que este pequeño arte cobre vida. Lo más importante es visualizar la forma completa que queremos dibujar y sus diversas interrelaciones. También debemos realmente mover todo el cuerpo y ser al ejecutarlo. Si solo movemos el brazo o la mano, eso es meramente dibujar “de cabeza”, lo cual no tiene nada que ver con la eurytmia. Cuando dibujamos la figura de un ocho, por ejemplo, nos lanzamos de pleno al movimiento de la lemniscata. Si lo hacemos, a veces notamos que la clase entera se mueve por simpatía a nuestras espaldas. Normalmente es mejor sujetar una tiza pequeña a lo largo cuando lo hacemos, ya que proporciona una calidad más dinámica a la línea. De vez en cuando, también podemos enseñar estos métodos a los niños, ya que les permite absorber las formas directamente a sus extremidades.

Aunque utilizar la pizarra artísticamente es parte de nuestro repertorio, debo hacer un par de advertencias. Una de ellas es no utilizar la pizarra antes de cuarto grado para enseñarles cómo hacer el movimiento de una forma. Aunque eso no significa que no podamos usar la pizarra en los primeros grados. Una vez que los niños conocen bien una forma, pueden hacer el triángulo y luego girar, por ejemplo, entonces la podemos dibujar. En este caso, podemos esbozar la trayectoria del triángulo en amarillo y luego el círculo en azul. Esto no es enseñarles una forma a partir de la cual nos movemos, sino revelar otro modo de ver lo que ya conocen. Luego siempre recibimos comentarios sobre su belleza.

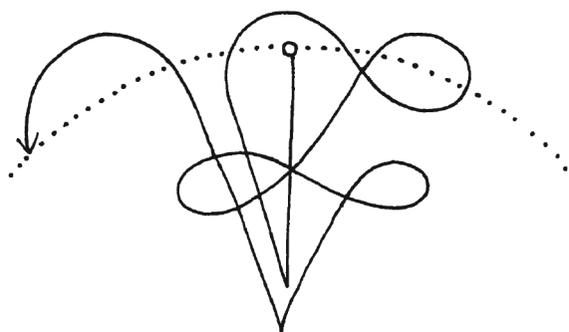
En cuarto grado, pero sobre todo a partir de quinto grado, podemos introducir de vez en cuando una forma utilizando la pizarra. Pero si introducimos una forma de este modo, no permita que los niños se acostumbren a tener la forma delante. La eurytmia radica en su movimiento y no en la pizarra; por lo tanto, elimine su uso después de la introducción.

Del mismo modo, si ve que los niños están pendientes de la pizarra cuando hacen el movimiento de una forma, bórrela. Esto sucede a veces cuando volvemos a dibujar una forma para explicar algo, o para que vean ciertas interrelaciones que son más fáciles de dibujar que explicar con palabras. Como se ha señalado, no hay que empezar por dibujar en la pizarra todas las coreografías. La pizarra es una herramienta que nos ayuda en algunas piezas, pero no en todas. Si se mantiene atento, enseguida desarrollará un sentido de lo apropiado.

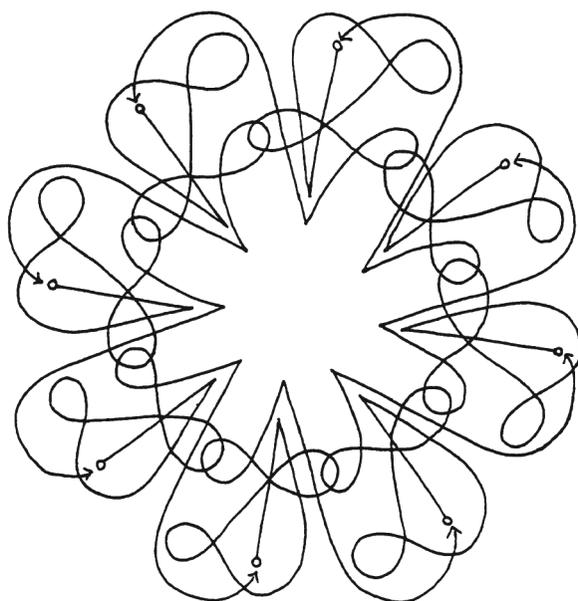
Un ejercicio de repaso que a los niños les gusta hacer de vez en cuando consiste en pedirles que dibujen una forma en la que están trabajando. Esto no siempre es fácil, y normalmente algunos niños tienen que hacer varios intentos antes de conseguirlo. A continuación, borre lo que han dibujado y continúe.

Para aquellos niños que tienen dificultades con alguna forma, puede ser de ayuda ver cómo la dibuja usted en la pizarra, recuerde no debe dibujar con las fuerzas “de la cabeza”, sino con las fuerzas móviles y rítmicas. A continuación bórrela, pero de tal modo que la forma aún se pueda distinguir. Haga que el estudiante copie la forma varias veces mientras usted continúa trabajando con el resto de la clase. Al principio el estudiante simplemente trazará la forma utilizando las fuerzas de la cabeza, pero con cada trazado conseguirá mayor flujo y ritmo. A continuación, haga que copie el original al lado de la primera forma. Al principio seguirá dibujando de cabeza; pero luego, a medida que repite los trazos de su forma, empezará a fluir rítmicamente.

En cuanto a tomarles el pelo como mencioné anteriormente: cada vez que hacemos un poema o pieza musical usando una forma de círculo, normalmente la enseñamos sin utilizar la pizarra mientras nos movemos con la clase. A lo sumo la dibujamos una o dos veces para aclarar algo, o para mostrar el movimiento en su conjunto. Cuando lo hacemos, puede tener este aspecto:



Cuando dibujamos esta misma forma con el círculo dividido en ocho o doce secciones, de pronto adquiere una calidad similar a una mandala. Si coloreamos los pares o cuadrantes opuestos en distintos tonos, este efecto se intensifica:



Cuando la clase haya aprendido bien los movimientos, dibujamos en la pizarra la versión mandala de la coreografía antes de empezar una lección. Cuando entran en el aula, la pizarra se convierte en el foco de atención. A menudo preguntan qué clase está haciendo una forma

tan compleja y magnífica. Cuando les decimos que son ellos quienes la han hecho se quedan anonadados, y el arte de la euritmia gana otro punto en su consideración.

Resumen del año

Los profesores con experiencia reconocerán este capítulo de inmediato. Como profesor principiante me habría ahorrado considerables problemas si hubiera podido leer lo que se expone a continuación.

El año académico se divide en tres partes: de septiembre a Navidad, de Navidad a Semana Santa y de Semana Santa a fin de curso. Para el hemisferio sur las fechas son diferentes —y también más difíciles— porque la Navidad y la frenética actividad que la acompaña llegan a finales del año escolar — ¡y además hay que enfrentarse al calor del verano!

Por regla general, el mejor período para la enseñanza cae entre septiembre y Navidad. Después de las largas vacaciones de verano los niños están más que dispuestos a volver a la actividad de explorar lo que su nuevo grado puede ofrecerles. El segundo mejor período para trabajar es generalmente de Navidad a Semana Santa. Pero hacia finales de febrero suele producirse un bache, sobre todo en climas con largos inviernos. Para entonces parece que hemos estado en la escuela una eternidad y no hay ningún festival importante para alegrar los ánimos. De Semana Santa a fin de curso es normalmente el peor período para los euritmistas. Los niños se sienten tan fuertemente atraídos hacia el sol que se vuelven inquietos cuando están dentro, incluso si les gusta esta asignatura. Además, a menudo hay una alteración masiva de los ritmos semanales. Muchos grados participan en la producción de su obra de teatro; luego desaparecen en varias salidas organizadas por el profesor de la clase; luego está la excursión; a continuación, las secuelas de la excursión; etc., etc. A veces podemos sentirnos como una simple niñera, alejados de lo que realmente está sucediendo en sus vidas. El gran proyecto que ingenuamente habíamos planeado queda

hecho trizas. Además puede existir una clara falta de concentración en las últimas dos o tres semanas de colegio, a menos que una clase tenga que actuar en la asamblea de graduación o fin de trimestre. Si ese es el caso, realice los preparativos con mucha antelación si desea llevarlo a buen puerto.

Podemos distinguir matices de espíritu, alma y cuerpo, o de pensar, sentir y voluntad, en esta división del año, y eso puede servirnos de guía para elegir materiales. El primer período se adapta bien a cualquier cosa que requiera una mayor concentración, orden y ritmos semanales constantes. El segundo período es apropiado para aquello que conecte con los sentimientos de una manera colorida. El tercer período requiere ejercicios más enérgicos que no obliguen a los estudiantes a memorizar demasiada coreografía, reglas o gestos. Si los estudiantes van a actuar al final del año escolar, los elementos breves y humorísticos y el trabajo con varas son buenas opciones. Nos permiten finalizar el curso con una nota de humor y buena voluntad hacia la euritmia, lo que nos coloca en una buena posición de cara a septiembre.

Al comienzo del nuevo año escolar recordamos el progreso que hicimos anteriormente y hacemos planes para seguir desarrollándolo. Sabemos que los niños ahora se mueven bien juntos, han aprendido muchos elementos y pueden dar palmadas al ritmo de la melodía y dar pasos marcando el bajo de una pieza musical simultáneamente y sin dificultad. Por lo tanto, podemos continuar donde lo dejamos. ¿Cierto? ¡No!

Lo que hay que hacer es revisar y recapitular. Hacemos esto retomando los ejercicios que los niños conocen bien y les permiten volver a acostumbrarse a sus compañeros y a la euritmia. Esto no significa que no se introduzca nada nuevo, pero durante las primeras semanas solo abordamos las etapas iniciales. Tenemos que actuar con cautela, tantear el camino a seguir y no asumir nada. Cuando los niños se sienten cómodos y vuelven a moverse bien juntos, podemos seguir adelante con nuestra estrategia. Es necesario proceder con cautela, aunque sea brevemente, después de cada período de vacaciones. Si está

trabajando en una pieza y llegan unas vacaciones, repase de prisa los pasos más importantes después de las vacaciones. Otros momentos del año en los que no siempre es aconsejable seguir adelante con mucho material nuevo son los días después de Halloween, la semana previa a unas vacaciones, la semana de la obra de teatro, y el día después, y los días posteriores a un viaje de acampada. A un nivel más sutil, si vivimos en un lugar donde cambia la hora en otoño y primavera, la hora que se añade o desaparece es suficiente para desequilibrar el reloj biológico de los niños. Por regla general se tardan siete días en acostumbrarse al nuevo ritmo, y los niños no aprenden bien en ese período.

Retos

“Una crisis es una oportunidad peligrosa.”

– Proverbio chino

No es ningún secreto que nuestro mayor crecimiento suele ir acompañado de nuestros mayores retos. Aunque es bueno escribir positivamente sobre la enseñanza, porque es verdaderamente gratificante, no obstante, el exceso de dulzura también es una forma de mentira. Este capítulo intenta ofrecer una imagen de algunos de las situaciones que pueden surgir en el curso de la enseñanza. No es en absoluto una lista exhaustiva, pero espero que proporcione al menos algunos de los mapas topográficos esenciales para atravesar el terreno pedagógico.

Demasiado ligero — demasiado pesado

Cada clase tiene una personalidad única que es más que la suma de sus miembros individuales. Esta personalidad viene determinada no solo por quién está actualmente en la clase, sino también por quienes estuvieron en ella anteriormente, quiénes son y fueron los profesores: en suma, su biografía. Algunas clases tienen personalidades que pueden reconocerse aunque cambien la mayoría de los estudiantes en el transcurso de los años. Como todas las personalidades, cada clase está sujeta a las experiencias que sufre y a los cambios de humor. Cuando la clase llega a nosotros, debemos interpretar su estado de ánimo de inmediato. Si no lo hacemos y no llegan con un estado de ánimo equilibrado, nos puede pillar a contrapié.

No es sorprendente que los dos estados de ánimo difíciles más comunes sean, en mi experiencia, de polos opuestos.

Exaltación

Generalmente encontramos esta condición en los primeros grados. La clase llega eufórica y exaltada. Se están divirtiendo, pero si miramos con atención, vemos que no controlan plenamente la situación. Están despistados, inquietos y bulliciosos. Estrechan nuestra mano brevemente y luego entran corriendo al aula. Cuando les advertimos con un “Caminen ¡por favor!” simplemente empiezan a andar a velocidades casi olímpicas. Rebotan los unos contra los otros, o se deslizan a lo largo de los bancos y chocan entre sí. Algunos estudiantes incluso nos dicen directamente que están eufóricos y no pueden evitarlo.

Siempre empiezo mi lección poniéndome de pie en un lugar específico y esperando en silencio. Esa es mi señal de que la lección ha comenzado; pero cuando una clase llega en este estado de ánimo, sencillamente no pueden calmarse. Tan pronto como se hace el silencio, alguno empieza a reírse, o hacer un ruido tonto, o cualquier cosa. Puede sacar de quicio al profesor y esto lo hace aún más divertido. Este tipo de estado de ánimo puede continuar durante toda la lección y ser sumamente perturbador, y sin duda puede sacarnos de nuestras casillas.

En los primeros grados es normal que salten por cualquier cosa, y a menudo hay unos cuantos “risitas”. Generalmente no es una ‘mala’ actitud, y normalmente solo necesitamos proceder con la lección y no prestar demasiada atención a los que hacen tonterías. Si sentimos que se nos está yendo de la mano, dejar a los peores infractores fuera durante un rato generalmente calma los ánimos. En los casos más extremos, las causas pueden estar en una enseñanza incorrecta, una interrupción de su ritmo habitual o el tiempo, especialmente los días de viento y los primeros días de nieve.

Si persiste en los grados intermedios, este tipo de estado de ánimo puede ser resultado de una enseñanza que ha dado demasiada libertad a los estudiantes, dando como resultado que tienen el freno en la boca. Otras causas pueden ser una sobreestimulación durante el fin de

semana anterior, o una interrupción de su ritmo habitual, como , por ejemplo, que un profesor suplente en la lección principal.

En los grados superiores las causas generalmente se encuentran en una falta de disciplina escolar y buenos hábitos en general, los síntomas de la pubertad (especialmente en las chicas de octavo y noveno grados, y en los chicos de noveno y décimo grados), si se acerca una fiesta importante, o la mala suerte de darles clases una tarde de viernes.

Hay tres métodos principales que pueden ser eficaces para hacer frente a este exaltado estado de ánimo.

El primer método depende de reaccionar rápida y eficazmente con disciplina desde el primer momento. A la primera infracción haga una corrección rápida y objetiva. Esta firme y breve corrección en público sorprende ligeramente a los niños y les hace reaccionar. Les hace saber que nuestro ego es responsable, aunque el suyo no lo sea. Puede que tengamos que hacer esto varias veces, pero sea firme, inflexible, y no deje pasar nada. Nuestra propia atención al detalle hace que se centren, y esto en sí mismo es un correctivo. Sin embargo, este método fracasa si no somos capaces de disciplinar de manera efectiva. Los niños lo detectan y juegan con nosotros a su antojo.

Otro método clásico es empezar donde se encuentran los niños y avanzar por la lección con tal sanguineidad que les resulta difícil seguir el ritmo y por dentro desean que vayamos más despacio. Si bien este es un método muy waldorfiano, puede ser muy difícil de seguir en la euritmia. Los niños no están en sus pupitres como en el aula normal, y si no estamos atentos podemos acabar en un caos en lugar de en tranquilidad. En nuestro método de enseñanza, tenga cuidado de no confundir la sanguineidad con la tontería. Sea sanguíneo con la máxima seriedad y siga esperando disciplina.

El tercer método exige un poco más de esfuerzo por parte del profesor, que debe moverse con la clase. Al principio de la lección adopte un tema rápido y vigoroso en el que sea fácil mantener la forma. (Los ritmos musicales son una buena opción). Haga que los niños se esfuercen hasta que empiecen a jadear. A continuación elija

un tema más tranquilo que debe ser inesperadamente breve, para pasar de inmediato a otro ejercicio vigoroso, aunque no tan largo como el primero. Luego aplique el primer método, y serán menos propensos a crear problemas.

Pesadez

El tipo opuesto de humor de clase generalmente se da en los grados superiores, aunque también lo he experimentado de vez en cuando en los primeros grados. La clase llega con sensación de pesadez. Cuando les damos la mano no la estrechan con firmeza y sus miradas y voces no muestran entusiasmo. En lugar de una sonrisa emiten algún tipo de gruñido ininteligible, y si bromeamos cuando pasan, su media sonrisa nos dice que no están realmente interesados. Tenemos la impresión de que llevan una carga que los hace inclinarse hacia el plano horizontal. Si encontramos constantemente esta condición en los primeros grados, indica un serio problema ya que es poco natural que los niños pequeños tengan esa sensación de pesadez, y el problema debe discutirse con el profesorado. Por lo demás, compruebe las condiciones meteorológicas, ya que los pequeños pueden ser muy sensibles al entorno natural. En los grados intermedios puede indicar problemas con la forma general de enseñarles, que la mayoría estén dando un estirón, o que bromistas y líderes de camarillas estén creando una clase que discrepa en silencio. En los grados superiores puede surgir por enseñar a los estudiantes de tal manera que sus fuerzas vitales se agotan. Esto incluye una falta de espiritualidad significativa en el plan de estudios para los adolescentes, una planificación discordante, etc., todo lo cual puede dar lugar a un trasfondo de desesperanza. Otros factores pueden ser los síntomas generales de la pubertad, conductas sociales inapropiadas (abuso de sustancias, insinuaciones sexuales, política de poder, etc.), o una gran fiesta la noche anterior.

Por regla general, para contrarrestar este estado de ánimo, debemos comenzar donde se encuentra la clase, o incluso retroceder algo. Haga el movimiento del poema de un modo ligeramente más

lento y pesado que ellos, y vaya aumentando la velocidad lentamente. Pase al siguiente tema y repita el proceso de pesado a ligero, de lento a rápido. No se precipite a hacerlo demasiado ligero o rápido antes de tiempo; utilice una serie de pinceladas ascendentes de modo que la clase se eleve y se vuelva ligera gradualmente. Para los grados medios y superiores, el lanzamiento rítmico de varas o los ejercicios de lanzamiento y equilibrio de varas por lo general los dejarán con brillo en los ojos al final de la lección.

Un segundo método es polarizar a los estudiantes como se describía en la sección sobre “La corteza”, aunque podríamos tener que esforzarnos aún más para que realmente lleguen a ser profundamente azules, e ingrátida y radiantemente amarillos. No obstante, el trabajo con polaridades a menudo produce el efecto de equilibrarlos.

Infringir una regla

Aunque la pesadez y la exaltación son los dos tipos principales de estado de ánimo, cada clase es única. En una ocasión enseñé a una clase en primer, segundo y tercer grado. Muchos profesores notaron cómo esta clase se volvía cada vez más pesada y sobrecargada, mostrando señales de desinterés, cinismo, baja autoestima y pura mala fe, muy inusual para una clase tan joven. Utilicé todos los trucos a mi disposición en las lecciones de euritmia, con escasos resultados. Finalmente, desesperado, di la vuelta a los principios mencionados anteriormente, así como el principio general de pasar de serio a ligero durante la lección. En lugar de empezar donde ellos se encontraban (pesados), empecé desde lo ligero y avancé hacia lo pesado. En lugar de guiar a la clase de lo serio a lo desenfadado como es costumbre, les enseñé de desenfadado a serio. Empecé con una lección muy relajada, y terminé con una estricta. ¡Funcionó! - por lo menos en su mayor parte.

Me llevó mucho tiempo entender por qué dar la vuelta al método tuvo éxito, porque la situación general de la clase era complicada. Las circunstancias pedagógicas habían despertado las facultades críticas y

deteriorado la autoestima de esta clase de niños pequeños. Por tanto, cuando empezaba las lecciones con ligereza, e incluso un poco de caos controlado, se despejaban los elementos más pesados y malhumorados. Dado que generaba un grado de desorden al principio de la lección, no se daban cuenta, ni era importante, que sus formas y gestos distaban mucho de ser perfectos. ¡Empezaban a jugar! Y a través de sus juegos, se acercaban al movimiento eurítmico. Entonces podía convencerlos para hacer un mayor esfuerzo y trabajar con más precisión, y dado que ahora podían hacer lo que se les pedía, reaccionaban favorablemente cuando les exigía hacer los movimientos correctamente hacia el final de la lección.

No es necesario decirlo, pero si los estados de ánimo discordantes son el resultado de nuestras lecciones, necesitamos hacer examen de conciencia. Si este fuera el caso, por favor, pida ayuda, ya que nuestro primer deber es el bienestar de los niños.

Mares tempestuosos

De vez en cuando, una clase puede volverse inquieta, sin razón aparente. Las lecciones ya no avanzan con fluidez, y todo parece inacabado. Abordar esta situación depende de un análisis correcto de las causas de fondo. Hable con los otros profesores para ver cómo encuentran la clase. Si sus experiencias con la clase son las mismas que las suyas, y la clase antes era manejable, hay muchas posibilidades de que estén pasando por un cambio de conciencia. Los padres son conscientes del fenómeno de niños que se vuelven intratables, obstinados y a veces completamente horribles durante un período. Entonces algo sucede en la biografía personal del niño, una enfermedad, una fiebre alta, incluso una lesión y, *voilà*, la fase ha terminado, y el niño emerge mayor, más sensato y más fuerte. Las clases hacen lo mismo.

Si sentimos que este es el caso, debemos simplemente ver su comportamiento tal como es, adoptar una perspectiva pedagógica y capear el temporal. La fase puede durar desde un breve y difícil acceso de unas cuantas semanas, a un malestar persistente a largo plazo que

desaparece durante las vacaciones. Por supuesto, esto no significa que disculpemos el comportamiento inapropiado, pero nuestros grandes aliados a la larga serán la objetividad y el sentido del humor.

Si el problema no se deriva de un “nodo caótico” en su desarrollo, las posibles causas de la dificultad puede ser tan variadas que no pueden generalizarse. Lo primero que hay que hacer es revisar minuciosamente todo lo que hacemos en nuestra enseñanza. Si vemos que no somos la principal causa, entonces comienza la búsqueda. A veces una clase puede pasar por un período difícil debido a un cambio de profesor, la marcha de niños que la estabilizan o la proliferación de la adolescencia. Normalmente la clase tendrá el freno en la boca de una forma u otra. Puede haber ruidos molestos, alboroto constante de algunos de los chicos o una epidemia de cháchara entre las chicas. Los niños parecen tener algodones en los oídos ya que no parecen entender nada de lo que les decimos y su pauta de comportamiento continúa sin corregirse.

Existe una técnica para hacer frente a estos casos, pero tenemos que tener mucha confianza en nosotros mismos y estar seguros de que el método se adapta a la situación. Tenemos que inducir en la clase la misma “fiebre” que se produce cuando un niño en particular pasa por una enfermedad o crisis natural antes de alcanzar una nueva etapa de la conciencia. Esto lo provocamos exigiendo de forma deliberada cada vez más de los estudiantes, tanto en la eurtmia como en términos de disciplina. En cierto sentido, permitimos que nuestro profesor-guerrero participe en la batalla. Pero no debemos nunca ser injustos o crueles. Nuestra conducta debe ser absolutamente irreprochable, pero debemos ser terminantemente exigentes. Si los estudiantes se quejan con su profesor, diciendo que les exigimos demasiado, que les hacemos esforzarse demasiado, que se sienten presionados, e incluso enojados, entonces sabemos que surte efecto. Naturalmente, nuestra ya difícil relación con la clase se volverá aún más difícil. Entonces, cuando se ha alcanzado la etapa crítica, de pronto retrocedemos y cambiamos de

rumbo. Nos mantenemos apartados, elogiando a quienes se lo merecen y ayudando tranquilamente cuando es necesario corregirlos.

Todo doctor antroposófico entenderá lo que aquí se describe. Cuando un paciente tiene una persistente enfermedad, a veces es necesario provocar una fiebre. Esto produce una crisis en la enfermedad que permite poder alcanzar un nuevo equilibrio.

Aunque he ofrecido una potente imagen en beneficio de la caracterización, el mismo principio puede aplicarse de manera más sutil a los individuos y subgrupos de una clase. Al presionar a los estudiantes que se encuentran atrapados en una desequilibrada pauta de comportamiento, hacemos que se contraigan. Cuando hacemos disminuir la presión, vuelven a recuperar su equilibrio. A partir de ahí podemos empezar a trabajar eficazmente.

Otro escenario toca un tema que requiere una explicación más detallada. Suele ocurrir en séptimo, octavo y noveno grados cuando la euritmia es algo nuevo, o ha sido poco cultivada en el colegio. Introducir la euritmia en estos grados puede ser particularmente difícil, especialmente con los chicos. Si la euritmia es algo nuevo para los estudiantes, los especiales atributos y habilidades necesarios para la euritmia serán ajenos a los estudiantes. Para agravar esta comprensible falta de experiencia y capacidad, hay una disminución de la coordinación fina de las extremidades como consecuencia de su crecimiento. Este estirón a menudo hace que la euritmia sea un reto incluso para los estudiantes con experiencia a quienes les gusta la asignatura. No es de extrañar que estas situaciones puedan ser difíciles, es posible que un nuevo profesor de euritmia se sienta como recién llegado al infierno, y posiblemente, esto sea así, por partida doble para las mujeres. Si se pone en esta situación a un profesor sin haber realizado los ajustes adecuados, incluso si tiene experiencia, entonces el programa se verá gravemente afectado o incluso fracasará.

Esperar que un profesor tenga éxito en estas circunstancias es como intentar enseñar a los estudiantes de esta edad a tocar música orquestal cuando nunca han aprendido a tocar un instrumento. La

música apropiada para el desarrollo se encuentra muy por encima de la capacidad de las clases y están limitados al equivalente de “Bee, bee, oveja negra”! ¡No es de extrañar que estas clases acaben con los profesores! Ningún colegio responsable pediría a un profesor de música dar clases a un séptimo, octavo o noveno grado con poca o ninguna experiencia de tocar instrumentos musicales con la esperanza de que surja la música orquestal. Lo mismo sucede con la euritmia, el colegio debe reconocer que existen condiciones especiales, que el momento adecuado para dar a conocer la euritmia a estos niños ya ha pasado, y efectuar las disposiciones necesarias para llevar a cabo la tarea. Esto puede adoptar varias formas, como reducir el tamaño de las clases, tratar la euritmia como asignatura troncal durante un período de tiempo, programar la clase de euritmia en una rotación de bloques, etc. Todo esto sirve para introducir la euritmia a estas clases en segmentos más manejables, tanto para los estudiantes como para el profesor.

Si nos encontramos en este tipo de situación —o con una clase muy difícil— debemos darnos una oportunidad. A continuación se describe una forma de hacerlo. Para ello necesitamos la colaboración de otro profesor.

Durante un período de dos o tres lecciones, tan pronto como un estudiante conflictivo se porte mal, envíelo con otro profesor. Los estudiantes conflictivos suelen tener dificultades con otras asignaturas y entonces pueden recibir clases extras. Estos estudiantes no vuelven a las clases de euritmia por un período de cuatro a siete semanas. El efecto en la clase es doble. En primer lugar, se dan cuenta de que ya no pueden seguir molestando. En segundo lugar, se proporcionan las circunstancias adecuadas para que aquellos que disfrutaban de la euritmia puedan desarrollar sus habilidades y cultivar el trabajo en grupo. Y lo que es más importante, empezamos a establecer buenos hábitos en la clase. Una vez eliminada la nube negativa, el sol empieza a brillar y las posibilidades que ofrece la euritmia se hacen evidentes. Solo cuando hayamos logrado y convertido esta atmósfera en norma se

puede hacer volver a los estudiantes problemáticos de uno en uno. Estos estudiantes ahora vuelven a una clase con una forma muy diferente a la que dejaron. Hacer que vuelvan de uno en uno impide que lleguen como un grupo pequeño pero cohesivo. No es necesariamente una técnica que queremos aplicar con frecuencia, pero puede ser eficaz en caso de necesidad.

Espacios difíciles – números difíciles

La euritmia se centra en el movimiento y el espacio que nos rodea. Por ello, el tamaño del aula de euritmia y el número de estudiantes que asisten a las clases de euritmia deben permitir que los niños puedan realmente moverse y vivir la experiencia del espacio que los rodea. Esto puede sonar obvio, pero las instituciones no siempre reconocen lo obvio. Clases demasiado grandes y aulas inadecuadas son condiciones previas para que surjan problemas de organización a muchos niveles. Cada colegio tiene unas instalaciones determinadas, pero debe hacerse el mayor esfuerzo posible por ofrecer las condiciones en las que la euritmia pueda prosperar.

Existen algunas sencillas pautas que indican la idoneidad del tamaño de la clase y aula:

- todos los niños deben ser capaces de dar pasos a un ritmo vigoroso sin chocar entre sí;
- los niños deben ser capaces de mover los brazos sin golpearse los unos a los otros cuando están en un círculo;
- los niños no deben permanecer sentados durante más de una tercera parte de la lección; esto varía con cada grado según el tipo de coreografía que necesitan experimentar.
- los atributos físicos del aula deben facilitar el ambiente necesario para la euritmia saludable. Hay muchas cosas que pueden menoscabar esto: espacios de tamaño insuficiente, aulas de techos bajos, demasiada iluminación fluorescente, gimnasios demasiado grandes, salas multiusos llenas de trastos, etc. Es preferible evitar todo ello.

Aun a riesgo de resultar demasiado específico, el máximo número de niños por clase, en condiciones ideales, es aproximadamente como se indica a continuación: 26 niños para primero y segundo grado; 24 niños para tercer y cuarto grado; 22 niños para quinto y sexto grado; 20 niños para séptimo y octavo grados; 18 para la escuela secundaria. El número mínimo ideal de niños es de doce por lección. He descubierto que una clase de entre 15 y 18 estudiantes ofrece un sano equilibrio para el trabajo en grupos grandes y pequeños.

Para un análisis más detallado del diseño del aula de eurytmia consulte el documento titulado “Eurythmy Room Design-Principles and Criteria” (Diseño del aula de eurytmia - Principios y criterios) de AWSNA Publications, escrito por el autor. En él se analizan los principios arquitectónicos subyacentes a un buen diseño del aula de eurytmia, además de resumir los materiales y construcción necesarios. Está dirigido principalmente a arquitectos o constructores.

SEGUNDA PARTE

Cuentos de Hadas, Historias Fantásticas y Fábulas

Preescolar y los pequeños

En general, los mismos principios que aplicamos a nuestras lecciones son aplicables a la creación de cuentos de hadas, historias fantásticas y fábulas. La contracción y expansión, los polos opuestos y los principios rítmicos son vitales. Así mismo, necesitamos claridad de imágenes, gestos que capten la esencia de los personajes de la historia, y en países de habla inglesa, un habla rítmica de fácil pronunciación. La música, de ser posible, debe impregnar nuestros cuentos, acentuando la musicalidad natural de nuestro lenguaje.

Existen varias formas de abordar los cuentos de eurytmia para los pequeños, pero en todas ellas siempre está presente el mismo principio; la Vara de Mercurio. Para los más pequeños, los sencillos cuentos de la naturaleza se absorben con avidez. El siguiente es un ejemplo de cuento de la naturaleza. Naturalmente, el lector debe tener en cuenta que la historia se narra de una forma adecuada al formato impreso. Muchas de las actividades descritas se repiten rítmicamente, como cuando el Ratón Jeremy se cepilla el pelo hasta los dedos de los pies. Así mismo, cuando el sol entra por la ventana, el lector debe imaginar que se está tocando un intervalo de quinta con la lira.

El Ratón Jeremy vive en su casa bajo las raíces de un Gran Roble. Está profundamente dormido en la cama, con la cola enroscada alrededor de la cabeza. Por la mañana un sol radiante entra por la ventana, pero el Ratón Jeremy sigue profundamente dormido. El sol brilla con más intensidad, pero él sigue profundamente dormido. Entonces el sol brilla

aún más radiante y dice: “Despierta idormilón! Es hora de levantarse de la cama”.

El Ratón Jeremy se frota los ojos, y bosteza y se estira y se levanta de la cama. Luego toma su cepillo y se cepilla el pelo hasta los dedos de los pies. También se cepilla la cola, y se cepilla las orejas, y se peina los bigotes hasta que están rectos y suaves.

El Ratón Jeremy sale corriendo de su casa y trepa por el Roble. Sube corriendo por el Roble con la cola agitándose detrás de él. Trepa hasta lo más alto. ¿Y quién sigue profundamente dormida en la cama, con las alas plegadas alrededor de la cabeza? Es Puntillas. Vive en la copa del Gran Roble, dentro de una diminuta bellota.

“¡Despierta, despierta!” dice el Ratón Jeremy. “¡Despierta, despierta!” Puntillas se frota los ojos. Bosteza y se estira y se levanta de la cama. Y lo primero que hace es rezar. Dice:

*Ángel de Dios que me guardas;
sé una llama radiante ante mí,
sé una estrella brillante en lo alto,
sé un camino despejado bajo mis pies,
sé un amable pastor detrás de mí,
en este día, en esta noche y siempre.¹⁴*

Y luego se adentran en el bosque... Y así continúa la historia. En el transcurso del trimestre, o incluso del año, se encuentran con muchos personajes por el camino: cuervo, rana, caracol, canguro, incluso los hermanos gnomos Piña y Pimentero (un claro favorito porque le gusta tanto la pimienta en la comida que se le cae en la barba. Cuando abrazas a Pimentero ¡estornudas!).

A veces ayudan a amigos en dificultades, como la Abeja que perdió su zumbido. (El Sr. Cactus, que ese día estaba muy gruñón, había atrapado el zumbido de la Abeja con una de sus espinas y no quería devolverlo. Afortunadamente, Puntillas arregló las cosas). A continuación, terminado su vagar, regresan al Gran Roble. El sol se

pone, la luna plateada surca el cielo, y Puntillas y el Ratón Jeremy se van a la cama y se quedan profundamente dormidos.

Este argumento forma la Vara. Siempre seguimos el orden general indicado anteriormente: el Ratón Jeremy se despierta; Puntillas reza; salen a deambular. En cambio la Serpiente interpreta su papel mediante variaciones: quizás al Ratón Jeremy se le pegan las sábanas y Puntillas tiene que despertarlo, de vez en cuando el Ratón Jeremy se cepilla los dientes, además del pelo; a veces Puntillas se lava las manos; a veces se alegran tanto de encontrarse que ambos gritan: “¡Aquí estamos! ¡Aquí estamos!” Y en su viaje conocen a distintos personajes, o si aparece el mismo personaje, está haciendo algo distinto. De este modo respetamos la regla de la Vara y satisfacemos a la Serpiente.

Antes de ir a preescolar o primer grado, es imprescindible adentrarse en la naturaleza y absorber lo que está pasando. Si hace viento, entonces el viento forma parte de la historia. Si está lloviendo, entonces llueve en la historia. Si es primavera, o hace sol, o un colibrí pasa volando, todo ello tiene su papel en la historia. No es suficiente mirar por la ventana y tomar los datos meteorológicos pertinentes. Eso no es a lo que me refiero; salga y absorba lo que está sucediendo, deje que penetre sus poros.

En primer grado continuamos con este formato, aunque modificado y adaptado a la edad, pero fácilmente reconocible. Aparecen Tom Cascanueces y Baya de Junio. Son el hijo y sobrina de John el Granjero. El Viejo y Sabio Búho aparece y les enseña el alfabeto, mientras la Sra. Cuentacuentos les narra cuentos de euritmia que exigen un mayor trabajo en grupo, dos de los cuales se resumen a continuación. Estas historias fantásticas y cuentos de hadas se elaboran con mucho detalle. Las palabras que utilizamos, el orden en que suceden los acontecimientos, los gestos, la música que componemos, todos los elementos se consideran y trabajan a fondo. Aquí también encontramos la Vara de Mercurio, pero se esconde más en la estructura que en el proceso (aunque este también debería desempeñar un papel). He descubierto que es preferible contar este tipo de historia verbalmente

una semana antes de comenzar a hacerla en euritmia. Esto nos permite crear una imagen completa para los niños y les da una oportunidad de digerir sus contenidos. Luego, cuando hacemos la historia en euritmia, solo necesitamos indicar qué parte de la historia estamos haciendo y los niños llevarán la imagen completa en su interior.

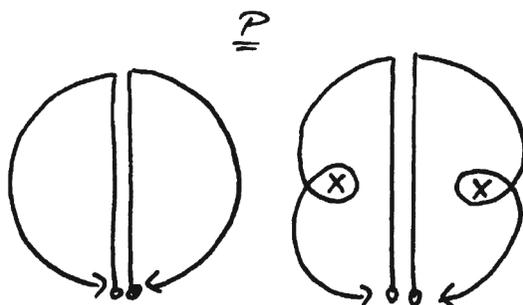
Primer (y segundo) grado

Como se ha indicado, en primer grado e incluso en segundo grado, seguimos un formato impregnado de historias. Los elementos más formales se introducen en la lección como formas geométricas o de reflejos, aunque estas también se integran en la “historia” de la lección. Es asombroso cómo los niños se identifican con el humor de esta historia incluso si solo proporcionamos una tenue conexión. La Sra. Cuentacuentos una vez guió a un primer grado por una escalera dorada (varas en el suelo y música) hacia Espejolandia. Hicimos esto durante un período en el primer trimestre, pero entonces pasamos a otras cosas. No obstante, los niños hacían referencia a la Sra. Cuentacuentos y la escalera dorada cuando hacían cualquier cosa geométrica o relativa a espejos meses después. Los niños tienen tanta imaginación a esta edad que no es necesario que les proporcionemos todos los detalles de la historia de todo lo que hacemos con ellos. Les mostramos la dirección, trazamos el camino, y los niños lo adoptarán en su vida interior.

Un ejemplo de cómo abordar la lección de primer grado:

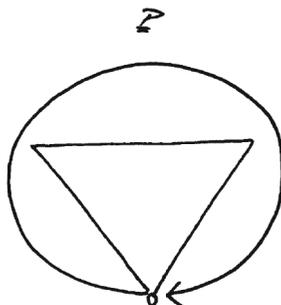
- Salude a cada niño cuando llega.
- Entre al círculo con música (siguiendo una trayectoria suave, entrante).
- Empiece el cuento del Ratón Jeremy y Puntillas, o Tom Cascanueces y Baya de Junio (como se explicaba anteriormente).
- Finalmente llegamos al Viejo y Sabio Búho o la Sra. Cuentacuentos. Nos cuentan un cuento de euritmia (como se explica más adelante), o hacen una rima del alfabeto (véase más adelante).

- Ponemos las varas en el suelo al lado de la escalera, y saltamos hasta El reino de las rectas y las curvas. Después de saltar necesitamos una actividad más tranquila y pedimos a los niños que se sienten.
- Pasamos aproximadamente diez minutos haciendo el movimiento de formas de reflejos tales como las que vemos más adelante. Las primeras semanas (o meses) solo hacemos la de la izquierda, la reconocen inmediatamente porque han aprendido esta forma de su profesor en la clase de dibujo de formas. Más adelante podemos añadir dos árboles entre los cuales corren los niños.



x = árbol y niños

O podemos hacer el movimiento de formas geométricas como el triángulo y el círculo (y más adelante el cuadrado).



- Para empezar el triángulo y el círculo, cuente una historia apropiada mientras forma un triángulo con seis varas de eurytmia. A continuación mueva cada lado del triángulo (al ritmo de la música) mientras hace los gestos de I-E-U (pronunciación alemana); entonces salte alrededor del círculo. Los niños necesitan las varas al principio, pero se eliminan más adelante a lo largo del año. A continuación los niños hacen el movimiento que acabo de explicar. (En segundo grado podemos dejar que tres o cuatro niños se sigan los unos a los otros alrededor del triángulo).
- Intentamos hacer un círculo desde donde están sentados. Una vez han formado el círculo, podemos dejar que los niños salten alrededor del círculo al ritmo de música para saltar. Decimos sus nombres uno tras otro, y salen con las manos justo por encima de la cabeza. Esto suena muy sencillo, y lo es, pero a los niños les encanta hacerlo.
- una sencilla danza de hadas o gnomos
- sentarse en silencio
- decir adiós a cada niño a medida que se marchan

Hay muchas variaciones del plan de clase descrito anteriormente, pero es una buena estructura general que puede resultar útil para los profesores principiantes hasta que encuentren su propio método. No obstante, tenga en cuenta que durante las primeras semanas de primer grado puede ser conveniente utilizar una versión abreviada de lo descrito anteriormente. Al principio es mejor tener lecciones cortas, pero efectivas, y desarrollar gradualmente una lección más extensa a lo largo del primer mes o seis semanas.

Más adelante en primer grado, reflejando lo que están aprendiendo en la lección principal, podemos empezar a hacer el alfabeto de eurytmia con los niños, teniendo cuidado, sin embargo, de crear los gestos a partir de imágenes vivas. Además, solo introducimos dos o tres sonidos nuevos por lección, repasando antes los que ya han

aprendido mediante caracterizaciones claras y breves. Más adelante, podemos hacer de vez en cuando un poema del alfabeto. Los niños se dan cuenta enseguida de que en realidad ya conocen aquello que inicialmente parece ser algo desconocido.

POEMAS DEL ALFABETO

Reg Down

The stars above
Dance and dip
And see the farhest
Gods in heaven
Shhining with joy
And creating light.
Mighty they are,
Never ending
And O,
How perfect
In quiet, radiant
Streams of time,
And, moving through veils
Of warmth are weaving
Six of Yahweh's
Zigzag rays.

* * *

A father bear
Danced and dug
Deep within the forest
For golden honey.
“I jolly well can
collect as much

melliferous nectar
as these old paws
will quickly run with.
It smells so tasty,
Smooth and velvety,
But I wish
Those vexing yellow bees
Would buzz away!”

(N. del T.) En la versión original en inglés el autor incluye la siguiente observación: *Personally I begin the eurythmy alphabet with both the “eh” and “ah” sounds as the same letter makes both sounds, thus, the bear verse begins “A father bear ...” The star verse can also begin “The ancient stars above...” One can include or ignore this element.* El autor hace referencia a la enseñanza del inglés a los niños angloparlantes mediante la asociación de letras con determinados sonidos. Este método fonético es específico para la lengua inglesa y por tanto carece de traducción.

EL NIÑO DEL SOL Y LOS PÁJAROS

Texto: Reg Down Música: Traudi Schneider

Necesitaba un cuento de euritmia, así que me senté y escribí esta historia en minutos. Simplemente fluía sobre la página. Recuerdo que pensé: “Esto es fácil. Ahora sé cómo escribir cuentos de hadas”. Por supuesto, pese a mis sinceros esfuerzos, el fenómeno no se ha repetido. El cuento se sitúa en algún momento entre Navidad y Semana Santa. Puede hacerse en versión libre con los niños más pequeños, o como historia más estructurada para tercero o cuarto grado. La coreografía que surge es sencilla, pero arquetípica en cierto sentido. En el escenario, con los trajes, es muy bonito.

Érase una vez, en un país muy lejano, vivía un Cerro. Este Cerro era el Rey de los Cerros; en la cima lucía una corona de árboles y los árboles se mecían al viento. (1) Los pájaros volaban entre los árboles (2), y cuando llegaba la noche, volaban en círculo sobre los árboles tres veces (3), y entonces plegaban sus alas y dormían entre las ramas.

Un día un caballo azul llegó galopando desde el Norte. (4) Un caballo amarillo llegó galopando desde el Sur. (5) Un caballo morado llegó galopando desde el Este. (6) Y un caballo rojo llegó galopando desde el Oeste. (7)

Se colocaron en el centro de la corona de árboles, y dijeron: “Doce días hemos viajado, desde el Norte, el Sur, el Este y el Oeste, y el dolor cuelga como una piedra a nuestros cuellos. Oh Rey, envía a los pájaros, porque nuestra Madre, la Tierra, se muere”.

Los árboles, conmovidos por el dolor, derramaron sus hojas como lágrimas, y sus lágrimas cayeron sobre la tierra, y la tierra tembló estremecida.

Entonces los pájaros se elevaron en el aire y como una lanza volaron hacia el sol. (8) Allí recogieron al Niño del Sol, y llevándolo en sus alas, lo bajaron hasta la Madre Tierra. (8)

Entonces la Tierra dejó de temblar. Brotaron hojas y flores de los árboles, y el caballo rojo (7), el caballo morado (6), el caballo amarillo (5), y el caballo azul (4), volvieron a montar guardia en los cuatro puntos cardinales.

- (1) Música rasgueada de lira — los niños se mecen al viento
- (2) Música de pájaros volando — los niños vuelan
- (3) Música de lira cuando los niños pliegan las alas
- (4) Música del caballo azul — los niños galopan como un caballo azul
- (5) Música del caballo amarillo — los niños galopan como un caballo amarillo
- (6) Música del caballo morado — los niños galopan como un caballo morado

- (7) Música del caballo rojo — permanecen quietos durante los cuatro primeros “golpes de tambor”; entonces galopan como un caballo rojo
- (8) Los pájaros vuelan desde y hacia la música del sol

TRAUDI SCHNEIDER

BLUE HORSE - STATELY

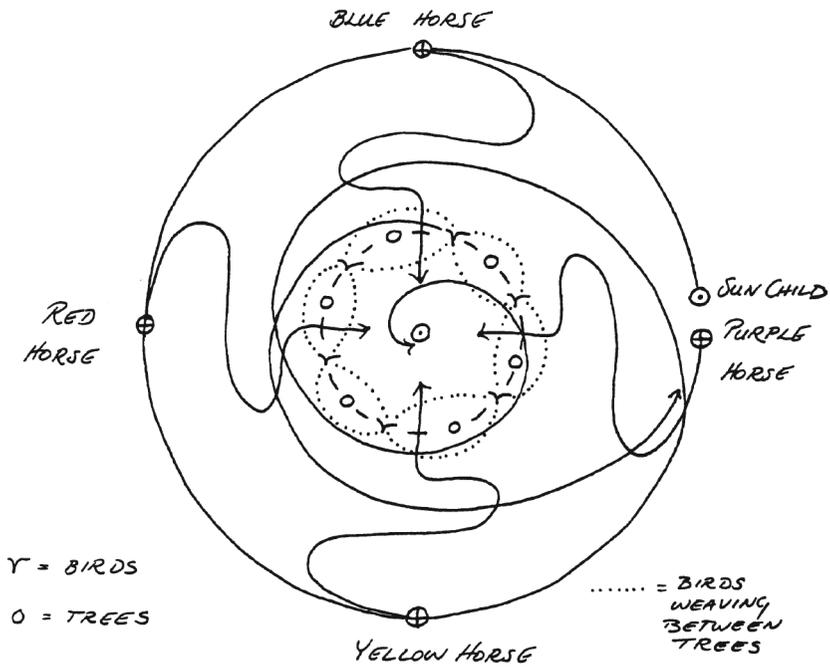
YELLOW HORSE - BRIGHT

PURPLE HORSE - MYSTERIOUS

RED HORSE - VIGOROUS

BIRDS FLYING TO THE SUN

BIRDS FLYING BACK TO THE EARTH



El niño del sol da lentamente una vuelta completa. Entonces los pájaros lo recogen y lo llevan al centro.

La burbuja, la paja y el zapato es un tema un poco tonto que los niños adoran. Como se ha señalado anteriormente, deberíamos contarla verbalmente en su totalidad una semana antes de hacerla en euritmia. Dado que los niños ahora tienen una imagen completa, esto nos permite abreviar y meramente decir, por ejemplo: “Llegaron a un río...” sin tener que entrar en detalles de por qué no podían cruzar.

LA BURBUJA, LA PAJA Y EL ZAPATO

Un cuento ruso

Arreglos de Reg Down Música de Traudi Schneider

Érase una vez una burbuja, una paja y un zapato. Un día salieron al bosque a cortar leña. [Música de burbuja (1); música de paja (2); música de zapato (3)]

Llegaron a un río; un ancho y largo río. [Música de río, puede usarse cualquier música que fluya. (4)]

El Zapato dijo a la Burbuja: “Ya sé lo que podemos hacer. Nosotros dos podemos subirnos encima de ti y cruzar flotando tan tranquilos”.

“¡Oh, no!” dijo la Burbuja, “Tengo una idea mucho mejor (5). La Paja puede estirarse de orilla a orilla y podemos cruzar desfilando en fila de a uno”. (Música de zapatos; solo la primera fila; los niños marchan).

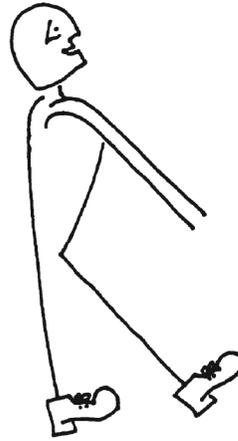
Así que la Paja se estiró y estiró hasta hacerse muy larga, y el Zapato cruzó desfilando mientras cantaba una canción. (Música de desfile del zapato – se ralentiza – pausa...)

*¡CHAS! – La Paja se partió en dos y el Zapato cayó al agua ¡PLAS!
Y la Burbuja se rió y rió y rió, hasta que ¡REVENTÓ! (6)*

- (1) Una “B” grande, muy flemática, flotando por el aire.
- (2) Vocal “A” con las manos y los pies. Andar chaplinesco.
- (3) Brazos rígidos en la vocal. Piernas rígidas, desfilando.
- (4) Música de río, puede usarse cualquier música que fluya.
Moverse con la consonante por el aula.



Paja



Zapato

- (5) Dedo sobre la nariz con expresión inteligente al final.
- (6) La clase salta y ríe en espiral hasta contraerse en una bola; entonces estallan al llegar a “REVENTÓ”. Dar vueltas en el sitio al ritmo de la música mientras formamos una “O” con las manos por encima de la cabeza. En el último acorde deje que el gesto de la “O” explote—como cuando revienta una burbuja.

Formas Geométricas y Auftakts

La geometría juega un papel central en la euritmia pedagógica. Es imposible imaginar una lección sin ella de una forma u otra. Desde formar un bello círculo perfecto en los primeros grados a los principios de geometría proyectiva en enseñanza secundaria, su presencia inspira en los niños un orden lleno de sabiduría. Otorga frutos según su naturaleza; pensamiento ordenado, sentimientos armoniosos, disposición deliberada.

Las siguientes son varias formas geométricas y *auftakts* que utilizamos con frecuencia en nuestras clases. Se presentan con cierto detalle a fin de describir el proceso a través del cual las presentamos a los estudiantes.

El pentáculo

Antes y después del cambio de los nueve años

Antes del cambio de los nueve años, nunca pedimos a los niños que hagan el movimiento de una forma sin dejar de mirar hacia el frente del aula. No es que no podamos entrenarlos para hacerlo, sino simplemente que esta actividad carece de sentido con su estado de conciencia. Después del cambio de los nueve años, desarrollamos ejercicios que exigen mirar al frente en todo momento. Esta exigencia ahora tiene una esencia interior para los niños, y prosperan con el reto de encontrarse a sí mismos en el espacio.

Desde un punto de vista estrictamente lógico podría deducirse que la mejor forma que podemos introducir en ese momento sería el movimiento de un cuadrado. Naturalmente, debemos hacer el movimiento del cuadrado, pero también tiene una cualidad un poco seca e inflexible. En cambio el pentáculo tiene una cualidad viva

y móvil que no permite ninguna fijeza. Por ello el pentáculo es una excelente forma para introducir tanto antes, como después, del cambio de los nueve años.

Antes del cambio de los nueve años

Tercer grado

La clase está sentada en sus pupitres. Sin decir nada hago un gesto con el dedo a un niño, indicando que debe colocarse justo delante de mí mirando hacia la clase.

“Queridos niños”, digo, “había una vez una estrella. Era una hermosa estrella. Vivía muy arriba en los cielos con todas las otras estrellas”.

Esta estrella, con todas sus amigas estrellas, centelleaba y brillaba y jugaba durante toda la noche. Pero esta estrella en particular era más brillante que todas las demás. Emitía rayos en todas las direcciones. Emitía un rayo en esta dirección (con el pie indico que el niño debe separar su pierna derecha), y luego en esta dirección (levanto su brazo izquierdo), y un rayo brillaba en esta dirección (levanto su brazo derecho), y también en esta dirección (indico que debe mover su pierna izquierda), y finalmente, para rematarlo, envió.

El niño ahora está en una postura de pentáculo, y le sujeto ligeramente los brazos para que no se canse.

“Una noche muy clara, las estrellas oyeron voces que llamaban desde la tierra. Todas estas voces llamaban a los niños de las estrellas. Entonces giraron y empezaron a flotar suavemente hacia la tierra. Pero nuestra estrella particular tenía mucha prisa y saltó desde el cielo, y cayó y cayó, hasta que aterrizó con un golpe sobre la tierra”.

Cuando la estrella está cayendo, bajo al niño lentamente hacia el suelo, manteniendo con cuidado su forma de estrella y ajustándolo para que sea una estrella perfecta.

“De hecho, aterrizó con tal fuerza, que se quedó casi sin aliento. Estaba un poco aturdida y se olvidó por completo de que había caído del cielo. Pero sus amigas las estrellas, que no eran tan tontas como para saltar desde el cielo, la encontraron, y una vino y se puso al lado de su cabeza”.

(Hago un gesto con el dedo a un niño para que venga y se coloque a la cabeza, pero no demasiado cerca, o el pentáculo será demasiado pequeño al final). *“Y otra amiga de la estrella se puso al lado de su pierna derecha, (hago que un niño se coloque al lado de la pierna derecha) y otra vino y se colocó a su mano izquierda (ídem), y otra se colocó junto a su mano derecha (ídem) y otra vino y se colocó junto a su pierna izquierda (ídem). Todas sus amigas se habían colocado en forma de estrella alrededor de la pobre estrellita, y en cuanto hicieron esto, pudo levantarse por su propio pie”*. (Hago que el niño se levante y coloque en la posición de la cabeza).

“Primero, dio las gracias a la estrella de la cabeza; luego fue y dio las gracias a la estrella del pie derecho; entonces dio las gracias a la estrella de la mano izquierda; y dio las gracias a la estrella de la mano derecha; y dio las gracias a la estrella del pie izquierdo, y, finalmente, volvió a la estrella de la cabeza y le dio las gracias a otra vez, porque la estrella de la cabeza es la que empieza todo”. (Mientras da las gracias a todas las amigas estrellas, guio al niño de uno a otro punto para que haga el movimiento del pentáculo).

Pido al niño que repita el movimiento del pentáculo sin que yo le guíe, en línea recta, por supuesto. Entonces pido a uno o dos niños que se acerquen y hagan el mismo recorrido. Dejando las cosas como estaban, continúo con la lección.

En las lecciones siguientes no tenemos que repetir la historia, aunque a veces los niños piden que la contemos de nuevo. Podemos hacerlo —pero sin excedernos— quizás alterando la historia ligeramente para adaptarla a la naturaleza de cada niño. Como nota al margen, he observado que esta historia es sanadora para niños difíciles, especialmente los chicos.

Este simple ejercicio de dejar que los niños hagan el movimiento del pentáculo de persona a persona puede utilizarse durante todo un trimestre o más. Cuando los niños tienen claro el recorrido del pentáculo, podemos pedir al niño que hace el movimiento que salte alrededor de los otros cinco hasta volver a la cabeza.

El siguiente paso es hacer que cinco niños hagan el movimiento del pentáculo con el mismo recorrido que un solo niño, pero ahora en secuencia. Comenzando desde arriba, el niño de la cabeza se mueve a la pierna derecha, entonces el niño de la pierna derecha corre a la izquierda, etc. Cuando el quinto niño llega a la posición de la cabeza todos ellos saltan juntos un círculo completo. Finalmente añadimos las cinco vocales a este ejercicio y cada niño mantiene su vocal hasta que se completa la estrella. A continuación hacen juntos el movimiento del círculo.

Como paso adicional, podemos pedir a los niños que repitan directamente el pentáculo cuando hayan acabado de hacer el círculo. Por supuesto, después de hacer el movimiento de su parte de la estrella y correr el círculo completo los niños empezarán desde posiciones distintas! Esto los pilla desprevenidos y se convierte en un juego si aceleramos lentamente el tempo, de modo que tienen que estar realmente atentos para hacer correctamente su nueva dirección y su nueva vocal mientras pasan por las cinco posibilidades.

Otra variación que a los niños les encanta es hacer que se muevan de un lugar a otro contando hasta seis a golpe de tambor. A la siguiente ocasión, solo contamos hasta cinco; luego hasta cuatro, luego tres, luego dos, y finalmente, la más veloz de todas, hasta uno.

Naturalmente, es maravilloso añadir un poema o música a cualquiera de los ejercicios mencionados anteriormente. De vez en cuando también podemos preguntar a los niños si alguno quiere hacer solo todo el movimiento. Siempre hay niños que quieren hacerlo por sí solos y asumen el reto con la máxima seriedad.

Después del cambio de los nueve años

Cuarto y quinto grado

En cuarto y quinto grado los niños generalmente están familiarizados con el pentáculo y cómo dibujarlo, si no lo han aprendido de nosotros, sin duda de su profesor de clase o hermanos mayores. Comience preguntando quién sabe cómo dibujar una estrella

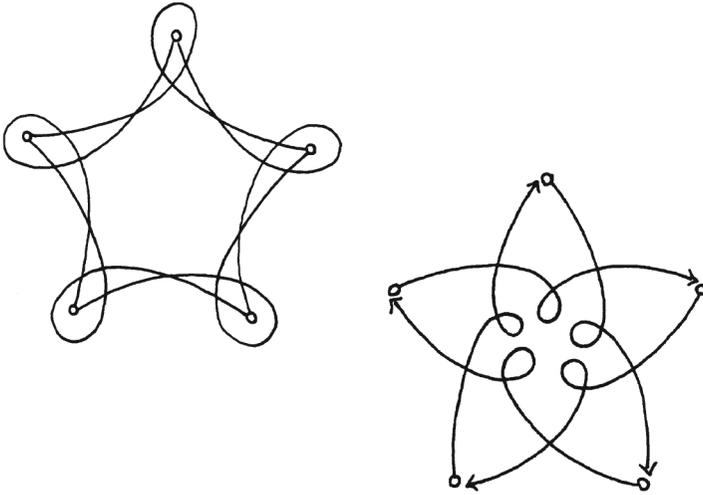
de cinco puntas. Se alzarán un bosque de manos y se oirán por la clase comentarios como “Eso es fácil”. Pida a un niño que dibuje la forma en la pizarra. Entonces pregunte: “¿Quién puede hacer el movimiento de esta estrella?”. Otra vez surgirá un bosque de manos, pero haciendo una breve pausa añadimos: “Mirando hacia la pizarra en todo momento”. Puede haber una leve vacilación en la clase; ahora las cosas no están tan claras. Elija a algunos niños para hacer el movimiento de la estrella. Probablemente algunos harán el movimiento bastante bien, pero, y esto depende de la edad y capacidad de los niños, algunos no tendrán la estrella equilibrada en el espacio, o se retorcerán al avanzar en la forma.

Haga que cada niño practique la estrella en las siguientes lecciones. Pídales expresamente que no vuelvan la cabeza para mirar hacia dónde van cuando se mueven de lado o hacia atrás, ya que queremos que los niños se acostumbren a intuir el espacio que los rodea. Cuando conozcan bien la forma, podemos vendar los ojos a un niño y pedirle que intente hacer el movimiento de un pentáculo perfecto. La única desventaja de este ejercicio es que todos los niños querrán tener la oportunidad de llevar los ojos vendados, lo cual, con una clase grande, podría llevarnos varias lecciones.

El siguiente paso es hacer que cinco niños hagan el movimiento de la estrella al mismo tiempo. Empiece por poner un niño en la cabeza y otro en el pie derecho, y haga que estos dos se muevan juntos. Esto es bastante fácil, por supuesto, pero los estudiantes anticipan de inmediato que cinco personas van a hacer juntas el movimiento. Añada el tercer niño... y el cuarto, etc. El motivo de ir paso a paso es hacer evidente el principio de interconexión al acercarse al centro del pentágono. Desarrollarlo de este modo no lleva mucho tiempo, pero es un paso que permite a los niños ver las cosas claras e impide que puedan surgir dificultades.

Cuando los cinco hacen juntos el movimiento del pentáculo correctamente, podemos añadir música, poesía, vocales, etc. Para los niños mayores —a partir de sexto— podemos añadir una gran variedad

de formas de avanzar desde un punto de la estrella a otro. Además, podemos introducir “respiraciones” o “schwungs” en diferentes puntos de la estrella durante las pausas en la música o poesía.



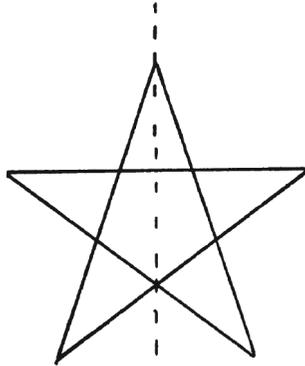
Interpretar las formas

Al comenzar el proceso de introducir el pentáculo, o en realidad cualquier forma, podemos hacer que los niños tomen conciencia de los ejes de simetría no trazados y la disciplina necesaria para hacer el movimiento correctamente. Algunos niños parecen ser conscientes de ellos desde el principio, pero otros no, y esto hace que tengan una mayor dificultad para hacer los movimientos.

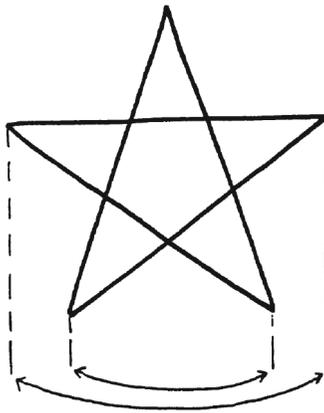
Interpretar las estructuras subyacentes de una forma es una de las opciones que podemos aplicar de vez en cuando. En mi experiencia, el profesor de la clase normalmente no enseña estos principios a los niños, pero son imprescindibles para captar las formas geométricas o gráficas formales. Algunos niños ven los principios subyacentes de inmediato, casi instintivamente, mientras que otros necesitan que se les enseñe cómo buscarlos. Esto les proporciona los puntos de referencia necesarios para captar y hacer el movimiento de una forma de manera competente. Los principios que se resumen a continuación también son útiles para dibujar formas irregulares, como en geografía.

Lo que necesitamos inspirar en los niños, con un lenguaje y manera adecuados a su edad, son los siguientes puntos en relación con el pentáculo.

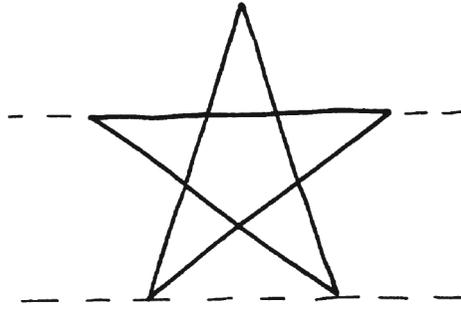
El pentáculo tiene un eje central de simetría. Por tanto, izquierda y derecha deberían estar siempre en equilibrio y equidistantes de la línea central.



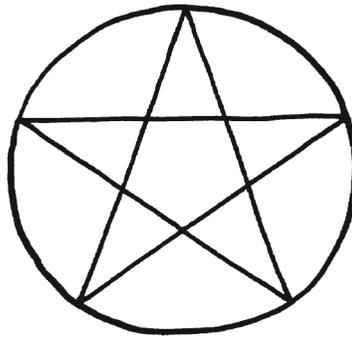
Los pies están más juntos que las manos. Eso es una pista visual que a menudo los niños pequeños no captan.



Los pies y las manos están al mismo nivel — otra pista que a menudo no captan.



El pentáculo está en un círculo y las distancias entre los puntos son iguales.



Presentar estos elementos tan directamente se puede aplicar a aquellos que ya han pasado el cambio de los nueve años, aunque he observado a niños de siete años que son conscientes de los principios invisibles de las formas geométricas. En cuarto grado debe tratarse brevemente y más como un juego de misterio. O, si cree que los niños son todavía demasiado pequeños, sencillamente aproveche la oportunidad para mostrarles que los pies están siempre al mismo nivel, lo mismo que las manos, etc. En quinto grado, y definitivamente en sexto grado podemos ser bastante directos al preguntarles dónde pueden encontrar las subyacentes líneas de simetría y estructura en las formas geométricas. Indicar estos principios ayuda a aquellos que no saben interpretar una forma. Esos niños suelen ser aquellos que no perciben la interrelación de las cosas y, por tanto, no pueden captar totalidades. Suelen ser también los que tienen una percepción espacial

deficiente y tienen dificultades en otras lecciones. De este punto de vista, la euritmia, cuando se cultiva correctamente, ayuda a sentar las bases para captar imaginativamente las totalidades en la vida del pensamiento de los niños.

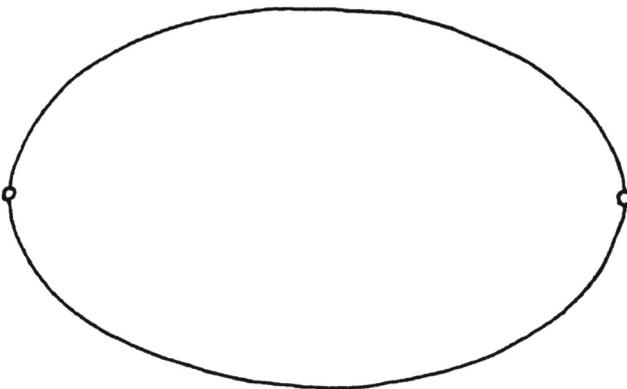
La curva de Cassini

A partir de segundo y tercer grado

La matemática curva de Cassini es un elemento básico para todo euritmista pedagógico. Es fácil de enseñar, a los niños les encanta hacer el movimiento de la forma y se presta fácilmente a la poesía y la música. Para los estudiantes es una visión imaginativa del proceso de desarrollo por el que están pasando — concretamente, del “nosotros” hacia el “yo”. La forma de Cassini refleja el proceso de salir de la envoltura de la familia o el grupo y finalmente valerse por sí mismo. Esta forma es tanto más potente porque, como la música, no llega al nivel de las palabras sino que se mantiene universal.

A continuación se muestra un ejemplo del proceso a utilizar para enseñar la curva de Cassini en tercer, cuarto y quinto grado. Como de costumbre, solo el profesor en el aula puede juzgar con qué velocidad hay que avanzar.

Primer Paso: Dibuje un bello y amplio óvalo en la pizarra y marque dos puntos en cada extremo del óvalo. Pregunte a quién le gustaría

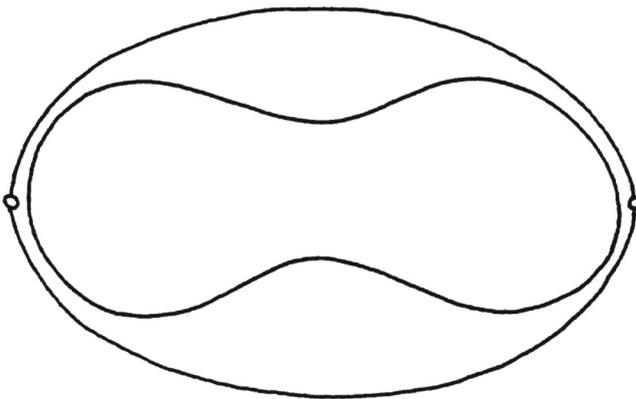


hacer el movimiento de esta forma ovalada con usted. Colóquese en uno de los puntos del óvalo y diga al niño voluntario que se coloque en el otro punto. Hagan juntos el movimiento del óvalo, teniendo cuidado de estar siempre uno frente al otro. Repita este proceso con varios niños.

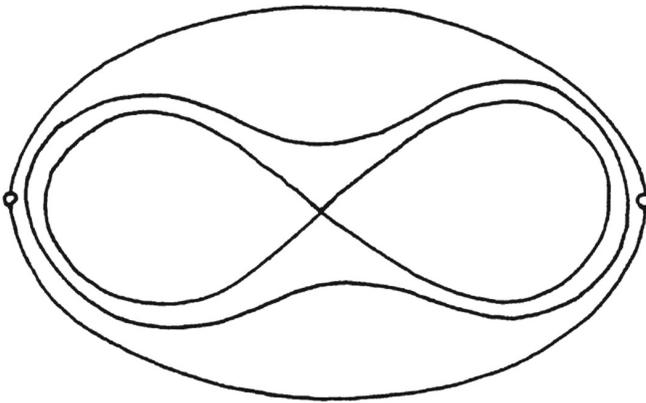
Segundo Paso: Durante la siguiente lección dibuje el óvalo de nuevo y muévase alrededor de la forma con un niño. A continuación salga y deje que dos niños lo intenten solos. Deje que lo intenten otras tres parejas. No prolongue este trabajo inicial demasiado y no permita que los que están sentados lleguen a aburrirse.

Tercer paso: En las próximas lecciones los niños practican mantenerse unos frente a otros mientras se mueven alrededor de la curva. Puede añadir el elemento de acelerar el movimiento de la forma, pero no permita que corran demasiado rápido o hagan el tonto. Manténgalos bajo control.

Cuarto paso: Cada día hemos dibujado el bello óvalo. Ahora dibuje el óvalo con una inclinación hacia adentro en el centro, los niños lo llaman “forma de cacahuete”. Pídales que hagan primero el movimiento del óvalo, y a continuación la forma del cacahuete con uno o dos niños. A continuación deje que parejas de niños hagan el movimiento de la forma por sí mismos.

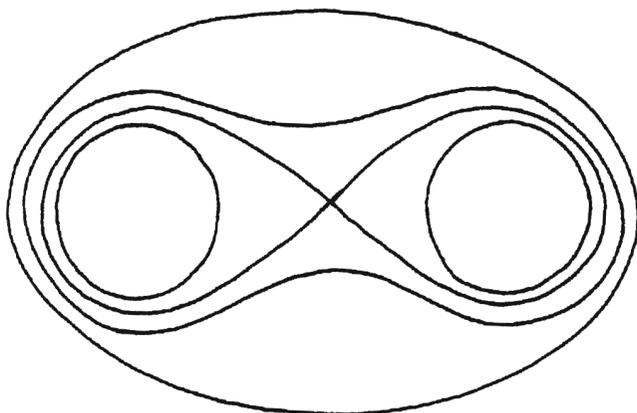


Quinto paso: Cuando los niños se familiaricen con estas dos formas, repase dibujando ambas en la pizarra. Entonces pregunte a los niños qué forma viene a continuación. Cuando hayan encontrado la solución, añada una bella forma de ocho al dibujo en la pizarra. Haga el movimiento de las tres formas —óvalo, cacahuete y figura del ocho— con un niño, haciendo hincapié en que cuando nos encontramos en el cruce del ocho, pasamos hombro izquierdo con hombro izquierdo (o derecho con derecho, si lo prefiere, en cualquier caso, sea consistente). Deje que varias parejas intenten esta nueva secuencia de formas.



Sexto paso: Solo las parejas de niños hacen las tres formas hasta que toda la clase está bien familiarizada con ellas. De vez en cuando haga que los niños dibujen las formas en la pizarra antes de empezar el ejercicio. Recuerde mostrar a los niños cómo mover realmente todo su cuerpo al hacer los dibujos.

Séptimo paso: A continuación, dibuje bellamente las tres formas y pregunte qué forma viene a continuación. Cuando los niños lo hayan descubierto, dibuje los dos círculos en la pizarra. Haga este movimiento con un niño y a continuación deje que varias parejas lo intenten por sí solas. Hacer que los pequeños salten los círculos es maravilloso.



Para los niños que han pasado el cambio de los nueve años, deje que practiquen frente a frente en parejas el movimiento de los círculos como un elemento en sí mismo. Mantener un círculo perfecto les resulta bastante difícil y constantemente recortan secciones. Si fuera necesario, póngase de pie en uno de los centros y señale con humor a los niños para que se mantengan equidistantes del centro.

Octavo paso: Poco después del séptimo paso, añada música o un poema para que se acostumbren a integrar el tempo de la música o poema con la forma.

Noveno paso: Sin música o poesía, haga una fila de seguidores detrás de los dos líderes. Puede hacerlo en el transcurso de varias lecciones. Los niños necesitan sobre todo practicar no entorpecerse mutuamente tomando atajos. Para los mayores no es fácil conseguir moverse en grupo en dos círculos mientras se mantienen frente a frente.

Con los niños mayores podemos reducir el proceso descrito anteriormente a tres a cuatro lecciones antes de añadir música o poesía. Luego siga compaginando el trabajo con la música/poesía y el trabajo con la forma concreta.

Con niños pequeños (tercer grado), haga que dos estudiantes se coloquen en el punto donde estará el centro de los círculos, y reduzca

la curva de Cassini a tres pasos, omitiendo el óvalo con la inclinación. Al final hacen el movimiento de los círculos no frente a frente, sino sencillamente siguiendo la forma en línea recta.

Un bello poema para la curva de Cassini cuádruple es el que Molly von Heider nos ofreció durante mi período de formación. Nos dijo que fue escrito por un poeta vagabundo inglés, aunque no puedo recordar su nombre.

<i>Oh, una vez tiempo atrás fui joven</i>	Movimiento de medio óvalo, salto en la “j” de “joven”
<i>Una vez tiempo atrás fui joven</i>	Movimiento de la segunda mitad del óvalo
<i>Vagaba completamente solo</i>	Primera mitad del “cacahuete”
<i>Vagaba completamente solo</i>	Segunda mitad del “cacahuete”
<i>Me alegré de encontrar a otro</i>	Primera mitad del ocho
<i>me alegré de encontrar a otro</i>	Segunda mitad del ocho
<i>Porque el hombre es la alegría del hombre</i>	Movimiento libre alrededor de los círculos
<i>Porque el hombre es la alegría del hombre</i>	

Cuando los estudiantes conozcan bien el poema y hayan aprendido los gestos que usted ha elegido para los sonidos, pregúnteles de qué color es “Oh, una vez tiempo atrás fui joven”. Siempre le dirán que es amarillo. Entonces pregunte de qué color es “vagaba completamente solo”, y dirán azul. Identificarán “me alegré de encontrar a otro” como verde. La cuarta línea, “porque el hombre es la alegría del hombre”, deja a los niños desconcertados porque no saben describir el color. Es de un color rosado —en mi opinión— y si les enseñamos una muestra de color estarán de acuerdo (¡al menos mayoría!).

Tras hacer que tomen conciencia de esas experiencias de los colores subyacentes, podemos pedir a los niños que coloreen sus gestos

mientras hacen el movimiento del poema. A los niños les encanta esta pequeña revelación artística y a menudo harán grandes esfuerzos por impregnar sus gestos de los colores.

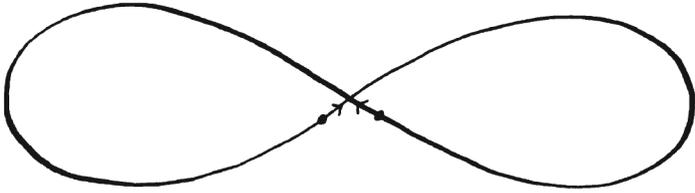
El Ocho Armonioso

De quinto a enseñanza secundaria

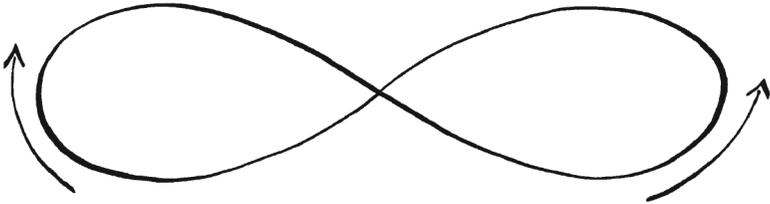
El *Ocho Armonioso* es una de las formas favoritas entre los euritmistas, independientemente de si dan clases a niños o no. Hay algo tan arquetípico, e incluso armonioso, en esta forma que de inmediato inspira nuestros sentimientos e imaginación. Es fácil de introducir a los niños, y sin embargo, se puede hacer más y más complicada. Los pasos que se describen a continuación son una versión larga, apropiada para quinto o sexto grado, pero pueden adaptarse para distintos niveles de habilidad abreviando o acelerando el proceso. Como resultará evidente, el proceso indicado a continuación puede adoptar muchas variaciones con apenas un poco de imaginación.

La única advertencia que debo hacer es que un gran número de estudiantes que se han unido a mis lecciones de otros colegios Waldorf comentan que han hecho el *Ocho Armonioso* hasta la saciedad. Evidentemente, incluso con una forma tan maravillosa, es posible que llegue a hartar.

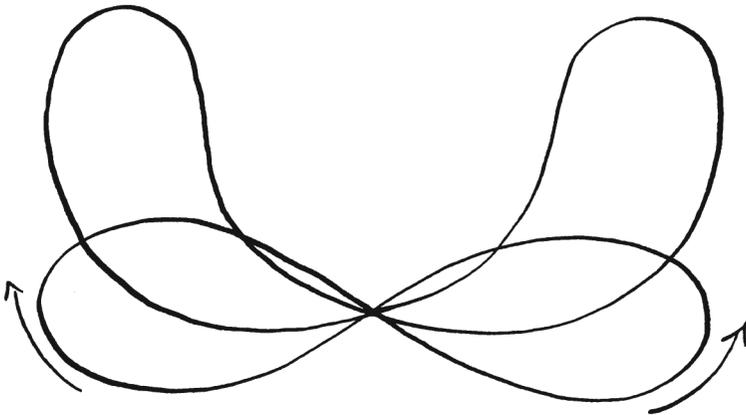
Primer paso. Tome una tiza (roja) de aproximadamente 2.5 cm, y usándola de lado, dibuje con viveza y claridad la figura de un gran ocho en la mitad inferior de la pizarra. Marque dos puntos pequeños en la forma justo antes del cruce. Pida a dos niños que hagan el movimiento de la figura del ocho, indicando que la persona que viene por la derecha siempre cruza primero. Para cuando llegan a quinto grado esto no será ningún problema, pero asegúrese de que los estudiantes están frente a frente y deje que hagan la figura una o dos veces. Haga que sigan una línea recta; mirar al frente solo se introduce cuando han captado correctamente el *Ocho Armonioso* por completo.



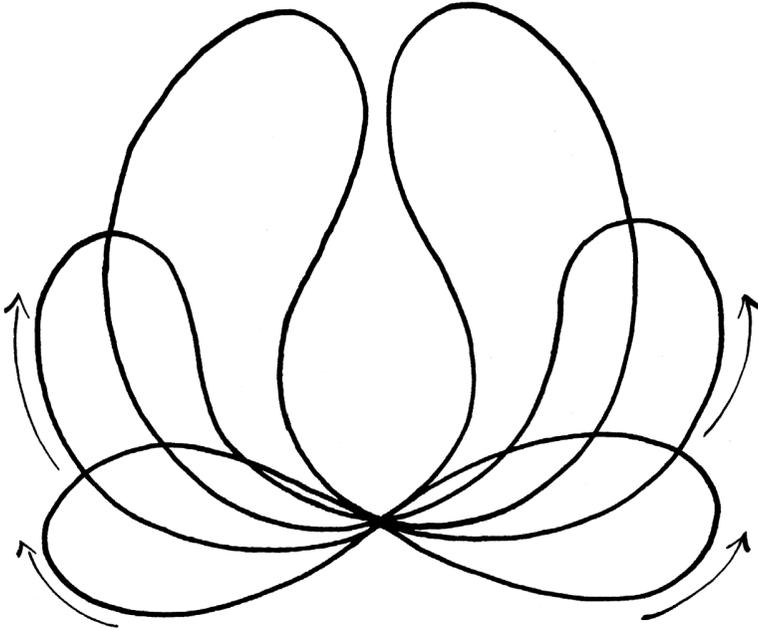
Vuelva a la pizarra y explique a los estudiantes que el número ocho es parecido a una banda elástica, y que el punto del cruce es fijo y no puede moverse. Pregúnteles qué ocurre si tiramos hacia arriba de las dos alas de la forma del ocho. Cuando decimos “tirar hacia arriba”, dibujamos dos líneas de fuerza en la pizarra.



Aunque los niños rara vez ofrecen una clara imagen verbal, harán un gesto similar a un movimiento de curva ascendente. Confirme esto y dibuje con una tiza (naranja) una figura de ocho, a medio camino entre el primer dibujo de ocho y un *Ocho Armonioso*.



Pida a dos niños que hagan el movimiento del primero y del segundo ocho. Luego pregunte qué pasa si aplicamos más presión a la figura del ocho. Tome un pedazo de tiza de color amarillo brillante y dibuje clara y bellamente el *Ocho Armonioso* propiamente dicho. Si ha hecho bien el dibujo, usando los tres colores seguidos, los niños harán comentarios sobre su belleza. Pida a dos niños que hagan el movimiento de la primera, segunda y tercera figura.



Con métodos sencillos se ha inspirado un sentido de la belleza del *Ocho Armonioso* y un deseo de hacer el movimiento de la forma. También se ha permitido que los niños inicien un proceso que es realmente mágico y que siempre conecta con sus sentimientos. Puede que sienta simpatía por los niños que no puede elegir como primera pareja en intentar hacer el movimiento de las tres formas, una tras otra.

Segundo paso. En las siguientes lecciones, pase por el proceso de dibujar las tres formas en la pizarra. No es necesario decir nada. Si permanecemos en silencio al dibujar las formas, con frecuencia tiene

el efecto de despertar un mayor interés en los niños que si hablamos. Cuando haya terminado, señale especialmente la parte central del *Ocho Armonioso*, diciendo a los estudiantes que deben realmente modelarlo (tienen una tendencia a enderezar las líneas curvas). Observe también que la parte exterior del *Ocho Armonioso* se encuentra en su mayor parte en un círculo.

Tercer paso. Al llegar a este punto, necesita optar entre seguir con el *Ocho Armonioso* de tres fases y convertirlo en un ejercicio, o continuar solo con el *Ocho Armonioso*. Lo descrito a continuación es para el *Ocho Armonioso* propiamente dicho.

Ahora puede introducir música fluida—un preludio de Bach es excelente— y dejar que los niños practiquen en parejas. No permita que la música continúe indefinidamente, ni pase la mayor parte de la lección haciendo el movimiento de la forma. Recuerde que la eurtimia es algo dulce: si nos excedemos los niños se sienten hastiados, si les ofrecemos demasiado poco desearán más.

Cuarto paso. Cuando todos hayan tenido la oportunidad de formar parte de una pareja, añada una segunda pareja tras la primera, y luego una tercera, y así sucesivamente. Esto se puede desarrollar poco a poco en dos o tres lecciones hasta que la clase entera haga el movimiento del *Ocho Armonioso*. La cantidad de tiempo que se dedica a ese desarrollo hasta que la clase entera hace el movimiento de la forma depende del tamaño y la capacidad de la clase. Como regla general, elija como líderes a una pareja que sea capaz de hacer las formas con claridad y definición. Tras haber logrado que la clase entera se mueva con todos espaciados a distancias iguales, puede preguntar quiénes son los líderes. Los niños se dan cuenta rápidamente de que todos, y ninguno, es el líder.

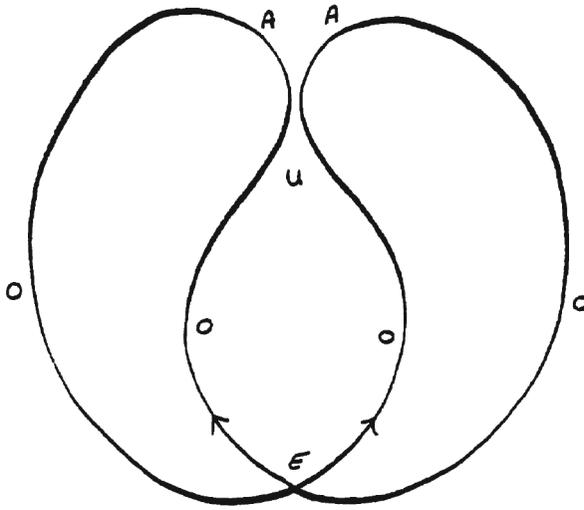
Quinto paso. Al llegar a este punto tiene varias opciones:

- Introducir el ritmo del hexámetro y aplicar esto a la forma del *Ocho Armonioso*. Primero podemos simplemente dar pasos al ritmo de un tambor y luego aplicarlo a un poema. El poema se puede desarrollar hasta que pueda interpretarse ante los padres o los demás estudiantes. Si se decide por esta opción, es maravilloso hacer que los niños entren al escenario o auditorio marcando los pasos del hexámetro a ritmo de tambor. Los líderes pueden llevar un distintivo en su atuendo. Cuando llegan a sus posiciones en el escenario, se recita el poema y se interpreta mediante la euritmia. Cuando terminan, los intérpretes salen del escenario al ritmo del tambor.

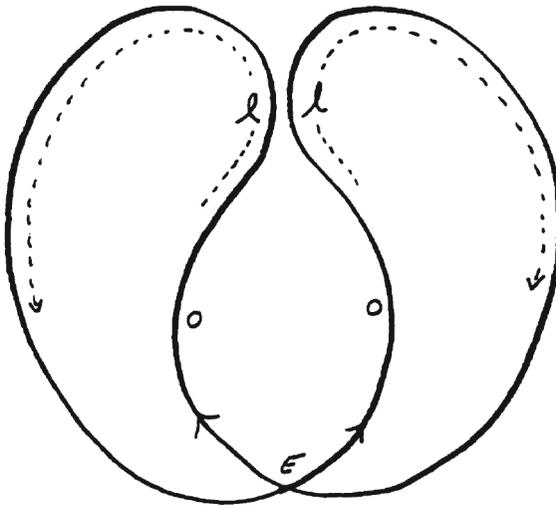
- Hay un ejercicio apasionante que también incluye el tambor. Este ejercicio también debe desarrollarse paso a paso empezando por parejas hasta llegar la clase entera, ya que requiere cierta habilidad. Empezando muy despacio, los niños dan un paso, y solo un paso, a cada golpe de tambor. Aumente la velocidad hasta que los estudiantes se muevan con un paso rítmico y elástico pero manteniendo las distancias y cruces correctos. Para concluir el ejercicio aumente la velocidad hasta el máximo y a continuación reduzca gradualmente hasta un ritmo muy lento.

El único problema de este ejercicio es que puede ser demasiado divertido, y algunos niños hacen el tonto. Para anticiparse a este posible problema simplemente diga a los niños que esto podría suceder, y que si señala o llama a alguien, eso significa que ese niño y su pareja tienen que abandonar la forma.

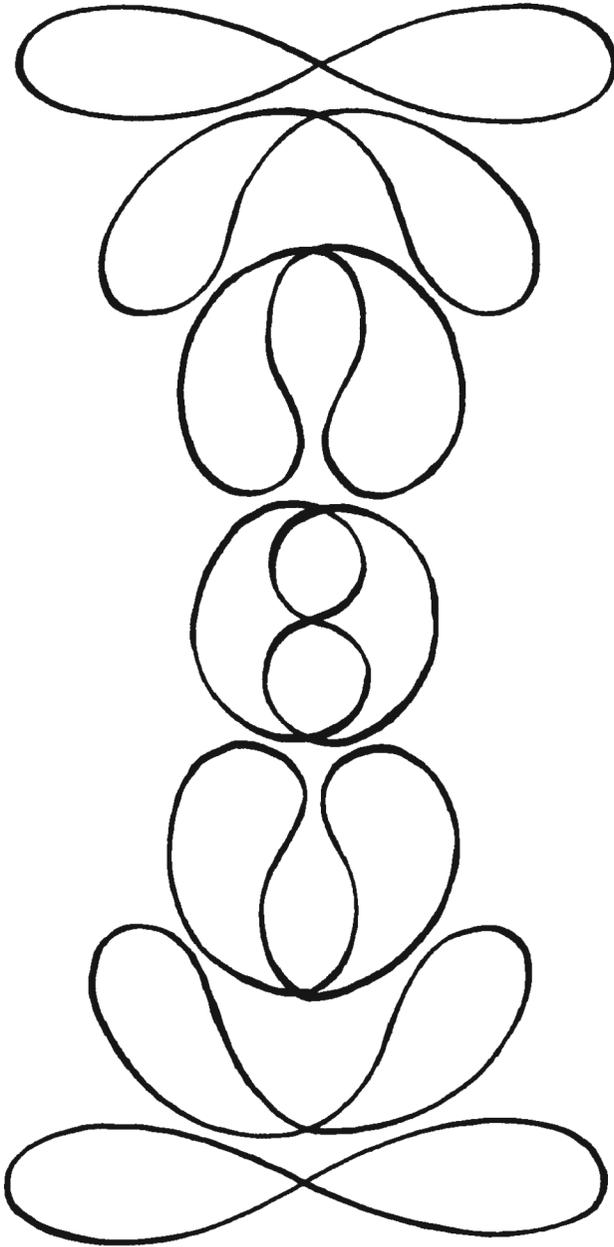
- En esta fase también podemos introducir los sonidos que surgen naturalmente del *Ocho Armonioso*. A los estudiantes les gusta descubrirlos por sí mismos. (Pronunciación alemana)



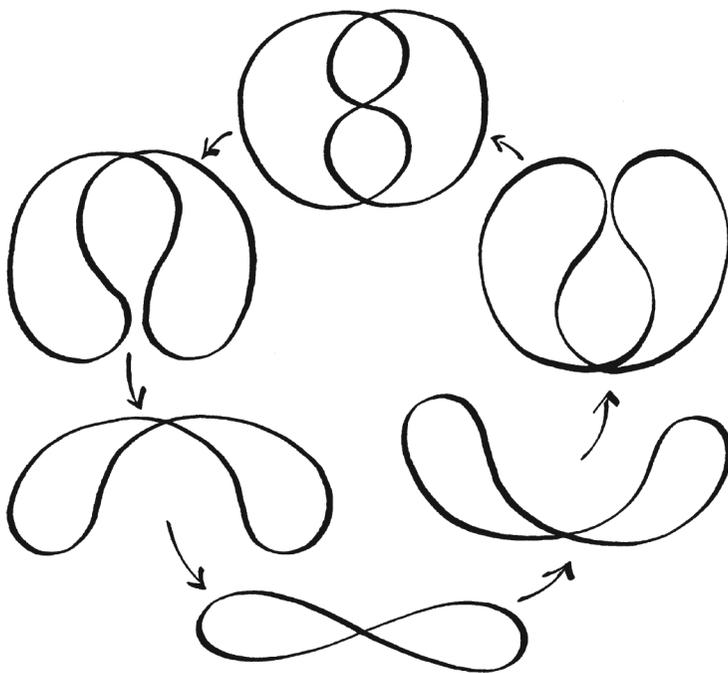
Una variación es –



Es posible introducir una versión más compleja del proceso de tres pasos descrito al comienzo de este capítulo. Al continuar con lógica y proceder con la forma del *Ocho Armonioso*, esta reaparece invertida al otro lado.



Esto crea una bella imagen en la pizarra cuando se dispone en un círculo.



La inversión por el punto medio tiene un curioso efecto en nuestro pensamiento y percepción cuando hacemos el movimiento de la forma. Aunque he hecho esta versión del ejercicio con una clase entera de sexto grado, no es algo que recomiende a menos que la clase tenga talento y paciencia. Es más difícil de lo que parece cuando una clase entera se está moviendo al mismo tiempo. Es mucho más fácil cuando solo una pareja hace el movimiento de las formas, como algo que hacen ocasionalmente solo por diversión. Evidentemente esta secuencia es idónea para los grados de secundaria.

El Auftakt del Rombo **Un clásico de sexto grado**

El *aufтакт* del rombo está hecho a medida para sexto grado. A esta edad los niños se adentran en Roma, la edad del despertar, el ser humano social. Les encanta la ley y el orden; es decir, les encanta un

tipo de ley y orden bello y decidido, que ordena la clase en un todo significativo.

La primera ocasión que enseñé este *auftakt*, aunque no fue un desastre total, desde luego no fue nada fácil. Una vez que la clase captó los principios las cosas empezaron a ir mejor. Me di cuenta de que si podía introducir el *auftakt* de tal manera que mi enseñanza fuera una ayuda, y no un obstáculo, entonces este ejercicio era válido para esta edad. Desde entonces lo he utilizado como elemento básico para mis clases de sexto grado, y nunca he tenido una clase que no lo haya disfrutado tremendamente. Sobre todo he observado que los niños realmente absorben las vocales cuando se hacen en conjunto con el ejercicio. Conseguimos una clásica simplicidad y franqueza cuando lo hacemos de este modo. A menudo utilizo la música de Leopold van der Pals (*Auftakte zu eurythmischen Darstellungen*), ya que es idónea para los pasos claros y el sentido del orden necesarios para los pequeños rombos internos. El único cambio que me ha parecido necesario es ralentizar la música de transición para adaptarla al recorrido más largo que hacen quienes se mueven por el círculo exterior. Al final de la transición, el pianista vuelve a acelerar la música para los rombos pequeños. Parece extraño cuando se describe, pero cuando lo llevamos a cabo artísticamente funciona muy bien.

Huelga decir que existen algunos peligros al abordar este ejercicio. Como profesores, debemos controlar la clase. Otro peligro es repetirlo hasta la saciedad. En ocasiones se exigen a los estudiantes largos períodos de concentración y paciencia. Para contrarrestar el riesgo de poner a prueba la paciencia de los estudiantes, enseñe de manera eficiente. No dedique demasiado tiempo al *auftakt* en una misma lección, e introduzca ejercicios que contrasten durante el resto del período.

A continuación se describe una versión larga de cómo enseñar el *auftakt*. Las clases varían tanto que algunas necesitan un proceso largo y lento, mientras otras lo captan en su totalidad tan pronto como se les enseña. Por lo tanto, algunas de las etapas pueden reducirse, a

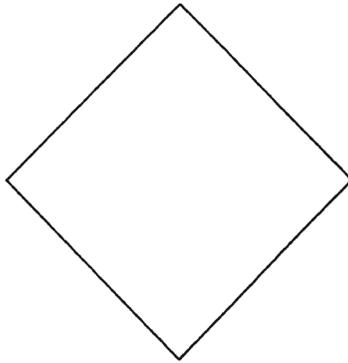
veces considerablemente, pero en general nuestra regla de oro es: Vaya despacio, asegúrese de que lo captan. Naturalmente hay distintas maneras de hacer el movimiento de este *auftakt*, así que intentaré garantizar la claridad de los detalles.

Primer día. Los niños están sentados en sus pupitres. Es el final de la lección. Díales que repitan: *La Regla de Oro es: Nunca cruzamos nuestro propio rombo.* “Más alto”, les exige, y repiten la regla, más alto. Llegados a ese punto, hemos despertado la curiosidad y el sentido del humor de los estudiantes. Continúa: *La Regla de Plata es: los rombos se mueven en sentido widdershins.* Naturalmente, los niños querrán saber qué significa “widdershins”; díales que solo se puede encontrar en los diccionarios más importantes (que estarán aprendiendo a utilizar en esos momentos). Es muy probable que algunos niños no esperen hasta la próxima lección para decirle lo que han descubierto, y para difundir la noticia de que “widdershins” significa en sentido contrario a las agujas del reloj. Entonces añada la tercera regla: *La Regla de Bronce es: El círculo grande hace el recorrido más largo y el círculo pequeño hace el recorrido más corto.* Finalmente, añadimos: *La Regla de Hierro es: Hay muchas otras reglas.* Para terminar, pregunte a los estudiantes sobre las reglas y luego deje el tema por completo.

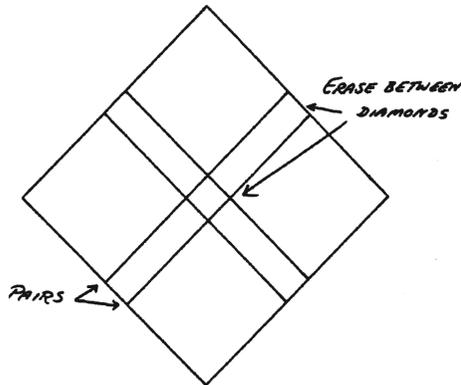
Segundo día. Ponga a prueba a los estudiantes preguntando cuáles son las reglas de oro, plata, bronce y hierro, pregunte tanto a la clase entera como a nivel individual.

Tercer día. Repase rápidamente las reglas, asegurándose de que todos los niños saben lo que significa widdershins. Dibuje líneas de construcción en la pizarra usando trazos ligeros de tiza blanca en el siguiente orden:

1) un rombo grande. Pida a los alumnos que digan el nombre de la forma, para asegurarse de que todos lo reconocen como un rombo.

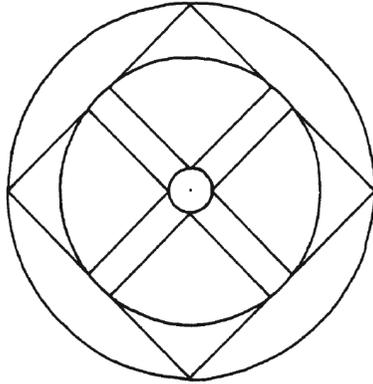


2) Dibuje las líneas que definen los cuatro rombos pequeños. Indique a los estudiantes que ahora hay cuatro rombos pequeños dentro del rombo grande. Observe también que entre los cuatro puntos exteriores hay pares de puntos muy próximos entre sí. Señalar esto ayudará más adelante cuando todos se coloquen en sus posiciones después de la transición.

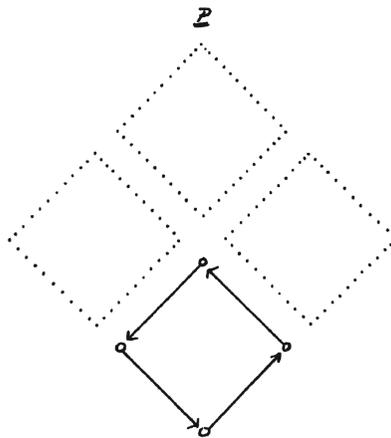


3) Marque un punto en el centro y diga: “Este es el centro. ¿Quién puede encontrar los círculos?” Los estudiantes encontrarán los tres círculos que corresponden a los ángulos interior, medio y exterior de los rombos. Dibuje estos círculos con trazos ligeros.

Lo que tiene ahora en la pizarra son todas las líneas de construcción necesarias para mostrar cómo funciona el *auftakt*.



4) Coloque la letra “P” de “público” en la parte superior de la pizarra. Utilizando solo el rombo inferior como muestra, marque cuatro puntos de distintos colores en las cuatro esquinas de este rombo pequeño. Explique que las personas que se encuentran detrás de los rombos pequeños son siempre los primeros en moverse. Escriba esto en la pizarra como una de las Reglas de Hierro. Pregunte: “¿En qué dirección debe moverse esta persona de atrás?” Los estudiantes enseguida resuelven que la persona de atrás debe moverse siguiendo la Regla de Plata, widdershins, hacia la posición de la siguiente persona. Cuando llegan, esta persona retoma el movimiento, y se desplaza widdershins hacia la parte superior del pequeño rombo. La persona en



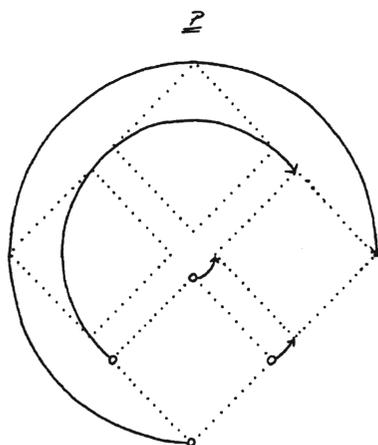
el punto superior entonces se desplaza hacia la posición de la izquierda, y la cuarta persona se desplaza a la posición de la primera persona en la parte posterior.

5) Explique que las cuatro personas del rombo inferior ahora se van a desplazar a otro rombo pequeño, y pregunte a los estudiantes cuál de ellos será. De nuevo se darán cuenta enseguida de que, como “los rombos se mueven en sentido widdershins” el siguiente rombo tiene que ser el que está a la derecha. Los ojos de los niños se empiezan a iluminar.

“Pero ¿cómo vamos a llegar?”, les pregunta. Coloque la tiza en la posición posterior del pequeño rombo, y pregunte: “¿Cuál es la Regla de Bronce?” Los estudiantes repiten que, según la Regla de Bronce, “El círculo grande hace el recorrido más largo” y por lo tanto esta persona va a su siguiente posición por el camino más largo. Siguiendo las existentes líneas de construcción, dibuje este movimiento de transición con el color apropiado. Así mismo, “el círculo pequeño hace el recorrido más corto”, así que dibuja el recorrido de la persona en el punto superior a su siguiente posición.

Ahora viene lo más difícil: “¿Qué hacemos con las dos personas que están a izquierda y derecha? ¿Cómo llegan al siguiente rombo pequeño?”. Siguiendo la Regla de Oro de “nunca cruzar nuestro propio rombo”, tienen que resolver primero el recorrido de una persona, y luego el de la otra persona. Dibuje estos dos recorridos de transición. Necesita indicar que cada grupo de cuatro tiene dos “rombos propios”; el que dejan atrás y al que se dirigen.

Este es un buen momento para escribir en la pizarra otras dos Reglas de Hierro: Mantenerse siempre en el círculo de transición, y mirar siempre al frente. Algunos estudiantes tienen tendencia a desviarse de su círculo y confundirse con las transiciones de los demás; también tienden a girarse y no mirar al frente cuando se mueven alrededor del círculo.



A continuación pida a cuatro niños hábiles que vayan a sus posiciones y hagan el movimiento de lo que se ha dibujado en la pizarra. Cuente cuatro tiempos por cada dirección del rombo pequeño, y doce por la transición. Establezca este patrón desde el principio, ya que corresponde a la música de Van der Pals. Justo antes de que empiecen la transición (después de preguntar a cada niño si sabe adónde va), dígales que contará doce tiempos, dando un ejemplo de la velocidad. En el duodécimo tiempo deben llegar a su nuevo rombo todos a la vez. Indique cómo dos personas solo tienen una transición de dos o tres pasos, mientras que los otros dos tienen que hacer un recorrido más largo.

Cuando estos cuatro hayan logrado completar su transición, haga que los estudiantes vuelvan a empezar desde el principio para repetir el proceso completo. Dado que ahora se moverán con seguridad, hacer esto ayudará a fijar claramente los principios operativos en la mente de todos.

Cuarto día. Dibuje las líneas de construcción y repase los movimientos del rombo en la parte inferior de la pizarra. Una buena alternativa es hacer que un estudiante dibuje los movimientos, mientras los demás tienen que corregirlos si hay algún error. Entonces llame a los cuatro estudiantes iniciales y colóquelos en el rombo

pequeño de atrás. Diga a otros cuatro a quién van a reemplazar, ya que serán los siguientes en hacer el movimiento. Pida a los primeros estudiantes que hagan el movimiento de la forma, y luego haga que lo intenten los nuevos. Dependiendo de si esos dos grupos hacen la forma correctamente, puede haber tiempo para otro grupo de cuatro.

A partir de aquí, factores como la capacidad y el tamaño de la clase determinarán cuánto tiempo se dedica a cada etapa. Por lo tanto, me limitaré a enumerar los siguientes pasos.

Quinto paso. Debemos pasar del cuarto al quinto paso con bastante rapidez, ya que los estudiantes no necesitan realizar cada etapa a la perfección antes de pasar a la siguiente.

Haga que un grupo de cuatro repita la primera fase en el pequeño rombo a su derecha. Cuando lleguen al nuevo rombo pídale que se sienten en el suelo en sus posiciones. Demuestre en la pizarra cómo deben repetir el movimiento alrededor del rombo pequeño, hacer el movimiento de la transición y llegar en el rombo superior. Pídale que hagan el movimiento de lo que acaba de mostrarles en la pizarra, y pida de nuevo a los estudiantes que se sienten en el suelo en sus posiciones. Otra alternativa es dejar que los estudiantes lo resuelvan por sí mismos.

A continuación, repita este proceso con el rombo de la izquierda, y luego una vez más, de modo que los estudiantes regresen a sus posiciones originales en el rombo inferior. Recuerde que ha escogido a los cuatro niños para hacer el movimiento por su capacidad de ofrecer un buen primer ejemplo y hay muchas posibilidades de que estén muy seguros de lo que hacen. Por tanto, haga participar a los que están sentados en sus pupitres y pregúnteles dónde tienen que ir determinados niños.

No incluya la coda todavía, a menos que sea evidente que la clase está lista para un nuevo elemento.

Sexto paso. Dado que los niños necesitan acostumbrarse a orientarse en el espacio, y no en una pizarra, elimine su uso gradualmente

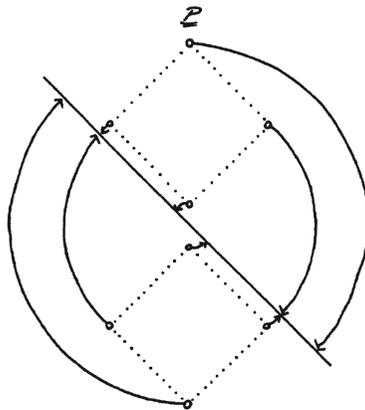
tan pronto como sea posible, utilizándola solo para ilustrar aquello que no esté claro. Por regla general, cuanto antes eliminemos la pizarra como soporte visual, antes conocerán los estudiantes una forma por sí mismos.

También es excelente que los niños se turnen para hacer de “profesor” y que guíen a un grupo durante el ejercicio de los cuatro rombos. Este giro inesperado hace participar a la clase entera e impide que se lo demos todo en bandeja.

Cuando los niños se hayan familiarizado con los principios del *auftakt*, añada la música. Para ello será necesario añadir la coda. En la coda, cada grupo de cuatro estudiantes hace a la vez el recorrido completo alrededor de su rombo pequeño dos veces más rápido de lo normal.

Séptimo paso. Coloque un grupo en el rombo inferior y un grupo en el rombo superior, y pídeles que se muevan simultáneamente.

En ese momento puede mostrarles que si todos hacen el movimiento de la transición con exactitud, surge por un instante una línea diagonal perfectamente recta cuando atraviesan el punto intermedio. Captarán más fácilmente este fenómeno en su totalidad si primero les mostramos un dibujo en la pizarra. Por supuesto, con dieciséis personas haciendo la forma, aparece una gran “X” en el punto intermedio.



Octavo paso. Añada las vocales. En orden, comenzando desde la parte posterior de cada rombo pequeño, primero “A”, luego “E”, luego “O”, luego “U”. Cada uno mantiene su vocal hasta que se completa el movimiento del rombo pequeño.

Si hacemos el ejercicio con solo dos rombos, podemos empezar a hacer la transición con la consonante “L”; luego, destacamos la vocal “I” exactamente en el punto intermedio cuando la línea diagonal aparece momentáneamente; a continuación, volvemos a la “L” para el resto de la transición.

Si se hace el movimiento de cuatro rombos al mismo tiempo, los estudiantes pueden hacer la “L” (o “I”) para comenzar la transición: una vocal “E” por encima de la cabeza en el punto intermedio que coincida con la intersección de las diagonales que aparecen.

Durante la coda, cuando los niños hacen rápidamente el recorrido completo de su rombo pequeño, todos hacen las vocales en orden: “A”, “E”, “O”, “U”. Cuando vuelven a sus posiciones iniciales, están en la, “I” coincidiendo con el acorde final de la música. Para que la forma resulte más clara al hacer el rápido movimiento de esta coda, pida a los niños que se muevan deprisa de una posición a otra, pero que junten los pies un instante en cada esquina.

Noveno paso. Practique los dos rombos horizontales. Normalmente los estudiantes captan esto con facilidad.

Décimo paso. Dé a cada estudiante una posición fija en la forma completa. Si surgen problemas en un rombo, deje que primero lo hagan solos, luego añada el rombo opuesto y luego vuelva al grupo completo.

Pueden surgir problemas con la transición al utilizar los cuatro rombos cuando las parejas de niños coinciden en el círculo pero van en direcciones opuestas. Establezca una norma de tráfico para que aquellos que hacen el recorrido más largo pasen por fuera de los que hacen el recorrido corto.

A los niños les encanta hacer este *auftakt* a ritmo de tambor. Las únicas indicaciones son los golpes rítmicos y las pausas del tambor - uno, dos, tres, cuatro - uno, dos, tres, cuatro, etc. Haga breves pausas tanto antes como después de las transiciones.

Una versión más difícil de lo descrito anteriormente es comenzar con un ritmo de tambor muy lento y aumentar la velocidad hasta que los niños verdaderamente vuelan. Los que están en el círculo exterior de la mayor transición tienen permiso especial para no mirar siempre al frente, porque realmente necesitan moverse a toda velocidad para llegar a tiempo al siguiente rombo.

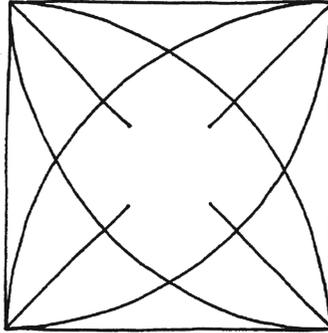
Un ejercicio más tranquilo es que una sola persona haga el movimiento de su forma a ritmo de tambor. El nivel de participación de toda la clase en este ejercicio me ha sorprendido en muchas ocasiones.

El siguiente nivel de dificultad implica asignar a un sola persona una posición distinta de la usual. Esto es un verdadero reto, porque el niño necesita tener un gran sentido de la orientación espacial y conocer bien las reglas para hacerlo correctamente. Los ejercicios individuales son de carácter voluntario. Como de costumbre, los niños más dotados serán los primeros en ofrecerse voluntarios, así que esté pendiente del interés que puedan indicar los tímidos y no tan dotados. Si percibe que están listos y dispuestos, pregúnteles si quieren intentarlo.

Para realmente inspirar precisión y perfección, haga que la clase interprete este ejercicio ante todos los alumnos o padres.

Wir Suchen Uns / Nos buscamos mutuamente

Los niños normalmente adoran esta cancioncilla y la forma es muy fácil de enseñar. La inclinación de cabeza se hace con el compañero al otro lado de la diagonal. La música del Pequeño Pájaro de Grieg, los primeros nueve compases, funciona además a la perfección con la forma, incluidas las inclinaciones de cabeza.



El búho y yo

R. Down

Vi un búho - lado recto
en un árbol. - curva al otro lado
Me miró fijamente - dentro / fuera
¡SÍ! ¡SÍ! - ¡Asentir con la cabeza, asentir con la cabeza!

Lo miré fijamente, - lado recto
me miró fijamente, curva al otro lado
Pasamos el día en desacuerdo - dentro / fuera
¡SÍ! ¡SÍ! - ¡Asentir con la cabeza, asentir con la cabeza!

“Mirar fijamente es grosero - lado recto
¡pájaro astuto!” - curva al otro lado
“Tu-ú”, dijo él - dentro / fuera
¡SÍ! ¡SÍ! - ¡Asentir con la cabeza, asentir con la cabeza!

La medida en espiral

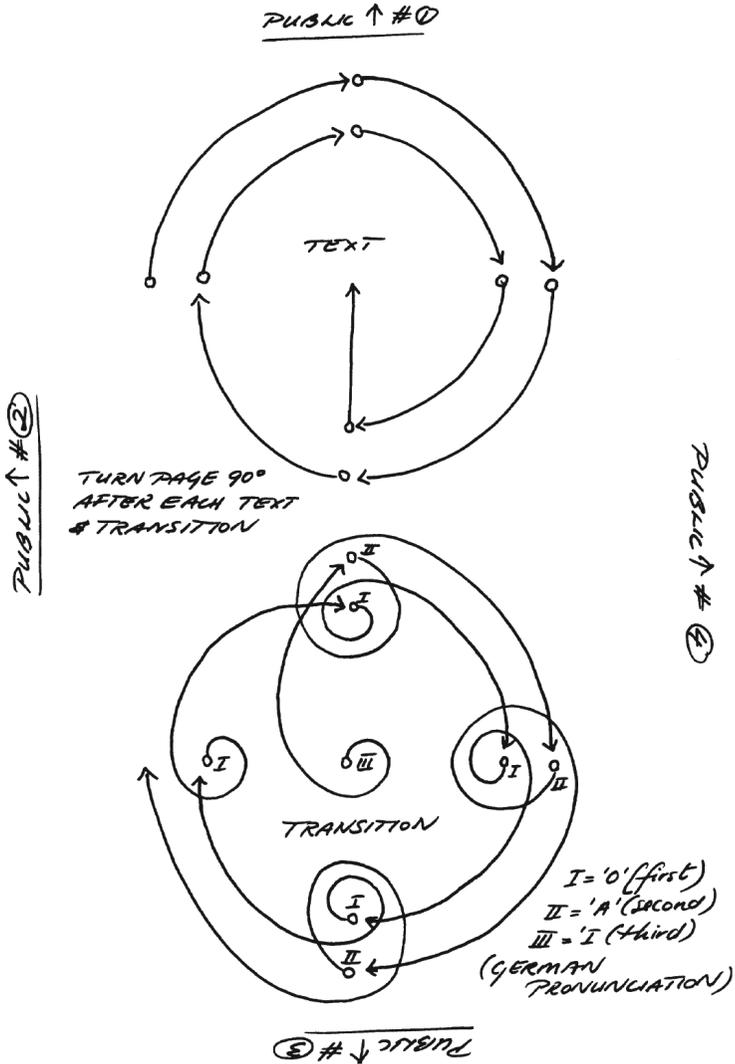
Sigo el ejemplo de Molly von Heider al usar la palabra “medida” en lugar de “*aufakt*” para dar nombre a esta forma de espiral. La creé para una clase de quinto grado — aunque quizás es más correcto decir “descubrí” que “creé”, porque un verdadero *aufakt* revela un arquetipo, o un auténtico principio, que ya existe. Creo que la medida en espiral sigue esa regla. Mi niños de quinto grado la interpretaron en una conferencia de profesores con un poema de tres estrofas (con una transición musical) - “Iré con mi padre a labrar” de Seosamh Maccathmhaoil.¹⁵ Aunque utilizamos este poema en particular, la estructura de la “medida” se adapta a muchos poemas o piezas musicales. Es adecuada desde un quinto grado con talento hasta la enseñanza secundaria y más adelante.

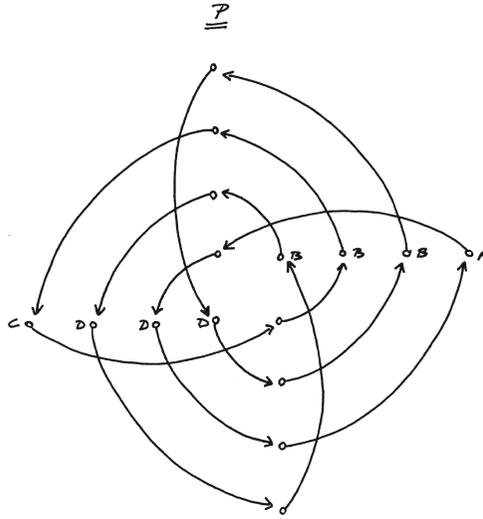
Ocho estudiantes hacen uno tras otro el recorrido del texto, empezando por la persona en la parte más exterior de la espiral. Cada persona hace los movimientos y gestos de una línea del texto, y después lo hace el siguiente. Observe que al final hay una sola línea recta; es fundamental mantener la máxima rectitud al hacer el movimiento. Es el yang que equilibra al yin.

Al principio los cuatro “unos” hacen juntos el movimiento de la transición; a continuación, los tres “doses”, y por último, en solitario, el número “tres”. Utilizamos las vocales (pronunciación alemana) “O” para los “unos”, “A” para los “doses”, “I” para el número “tres” al final.

Cuando se complete la transición, gire el libro noventa grados en el sentido de las agujas del reloj de modo que “Público #2” quede mirando hacia la audiencia. Esto ofrece la forma para la siguiente estrofa y transición. A continuación gire el libro otros noventa grados de modo que “Público #3” quede mirando hacia la audiencia para la siguiente estrofa y transición, etc. Para enseñar esta forma hacía un dibujo en una hoja grande de papel y sencillamente la hacía girar noventa grados cuando era necesario. Los niños solo necesitaron una lección para captar la forma.

Si dedica el tiempo suficiente a hacer el movimiento de la forma, al final todos los niños pasan por el centro. Realmente quieren hacer esto, y parece ser muy importante para ellos.





*En mayo salgo a caminar
 para oír al pardillo cantar
 el mirlo y el tordo
 alaban a Dios Rey
 alegra el corazón oírlos
 ver las hojas desplegarse
 Y los prados cubiertos
 de botones de oro.*

Saint Bridget's Cross

Phaela Eisenmann

The first system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef with a 4/4 time signature. It begins with a quarter rest, followed by a series of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. This is followed by a half note chord of G4 and B4, then a quarter note chord of G4 and B4, and finally a quarter note chord of G4 and B4. The lower staff is in bass clef with a 4/4 time signature. It starts with a quarter rest, followed by a half note chord of G2 and B2, then a quarter note chord of G2 and B2, and finally a quarter note chord of G2 and B2.

The second system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef with a 4/4 time signature. It begins with a half note chord of G4 and B4, followed by a quarter note chord of G4 and B4, then a quarter note chord of G4 and B4, and finally a quarter note chord of G4 and B4. The lower staff is in bass clef with a 4/4 time signature. It starts with a quarter rest, followed by a half note chord of G2 and B2, then a quarter note chord of G2 and B2, and finally a quarter note chord of G2 and B2.

The third system of musical notation consists of two staves. The upper staff is in treble clef with a 4/4 time signature. It begins with a quarter note chord of G4 and B4, followed by a quarter note chord of G4 and B4, then a quarter note chord of G4 and B4, and finally a quarter note chord of G4 and B4. The lower staff is in bass clef with a 4/4 time signature. It starts with a quarter rest, followed by a half note chord of G2 and B2, then a quarter note chord of G2 and B2, and finally a quarter note chord of G2 and B2.

*REPEAT
AS
NEEDED*

Búsqueda, Preguntas, Misterios

Hasta sexto o séptimo grado los estudiantes no hacen demasiadas preguntas sobre la euritmia; se limitan a aceptarlo tal y como lo presenta el profesor. Esto cambia en la enseñanza secundaria. Los estudiantes preguntan por qué hacemos las cosas de una determinada manera, o nos desafían abiertamente sobre por qué tienen que hacer euritmia. Si no les proporcionamos una respuesta satisfactoria podemos incluso encontrarnos en dificultades potenciales. En una ocasión, recién llegado a un colegio, tuve que hacer frente a una estudiante de secundaria sobre por qué tenía que hacer euritmia. No sólo eso, exigía tres respuestas satisfactorias; si no conseguía ofrecerle tres respuestas no podría convencerla. Por suerte ese día estaba al tanto, y respondí: “Con la geometría, coreografía y todo lo que tienes que memorizar, fortaleces tu pensamiento; con los poemas y la música, los gestos de las vocales, etc., cultivas tus sentimientos; al tener que hacer los movimientos de estas cosas, desarrollas tu voluntad. De este modo todo tu ser cobra vida y se integra”. Afortunadamente recibió esta respuesta con satisfacción y se convirtió en una de mis mejores estudiantes.

Es su labor hacer preguntas y desafiarnos. Pero del mismo modo, también es nuestra labor hacerles preguntas y desafiarlos. No debemos permitir que nuestros estudiantes se duerman durante su educación, sino que también debemos generar un sentido de la búsqueda. De hecho, incluso se podría decir que tanto para estudiantes como profesores el gesto interno de cuestionar es mucho más importante que las respuestas.

Existe un peligro inherente en hacer preguntas cuya respuesta ya conocemos. Si nos limitamos a hacer una pregunta a la clase, sabiendo plenamente la respuesta, entonces los estudiantes tienden a reaccionar

con respuestas rápidas y sin realmente escuchar. La pregunta que hemos hecho no es auténtica. Sin embargo si abordamos el fenómeno que estamos presentando como si fuera el primer día de la creación, adentrándonos en él con sentido de asombro y novedad, entonces los estudiantes siguen nuestro gesto interior. Como profesores no debemos olvidar que somos ante todo artistas, y acercarse al fenómeno con asombro casi infantil combinado con intensidad adulta es una actividad artística. Toda creación brota de lo nuevo, de vivir el fenómeno sin ideas preconcebidas. Si ya “sabemos” algo y simplemente nos acercamos a los estudiantes con nuestras ideas, sin primero atraer a los estudiantes al fenómeno, entonces este planteamiento se teñirá de antipatía. Si penetramos las cosas que escuchamos con todo nuestro ser, con nuestra voluntad, entonces, mediante el poder de simpatía de la voluntad, la pregunta se recrea.

Lo descrito a continuación es necesario incluirlo en el libro. Podría pensarse que simplemente nos adentramos en la lección y avanzamos hilando las ideas que presentamos. La realidad del aula es muy diferente. Muchas de las indicaciones descritas a continuación surgieron de preguntas de los estudiantes, inspiradas mientras trabajaba en un determinado ejercicio o descubría en los estudiantes la presencia de un hilo dorado en algún tema concreto y lo seguía. A veces elegía un punto de vista que deseaba presentar y durante uno o dos trimestres “acechaba” a los estudiantes de la forma indicada en las secciones sobre el cazador y la cazadora. De este modo podía hacerles tomar conciencia de un aspecto de la euritmia durante un período de tiempo, resumiéndolo al final como una imagen completa.

En este sentido, estos puntos de vista son una imagen compuesta. Los expongo aquí solo para guiar y animar a aquellos que deseen ofrecer los aspectos más profundos de la euritmia a sus estudiantes de mayor edad.

Tono

Después de que los estudiantes hagan el movimiento del tono de una pieza musical, podemos preguntarles en qué dirección va el tono. Naturalmente, contestarán que el tono va hacia arriba y hacia abajo. Si les preguntamos: “¿Están seguros?” responderán, ligeramente irritados, que por supuesto el tono sube y baja. Después de una pausa reflexiva, pregúnteles qué significa que el tono sube y baja. Normalmente los estudiantes responden señalando y diciendo que los tonos agudos son altos y los tonos graves son bajos. Pida al pianista que toque una nota aguda, y mirando hacia el techo, pregunte si se refieren a que esta nota está cerca del techo. Los estudiantes se reirán y nos dirán que eso no es lo que querían decir. Tumbese en el suelo y pregunte, después de que el pianista haya tocado la misma nota, si ahora la nota está más abajo en el aula. Los estudiantes piensan que esto es un poco divertido y responden que, por supuesto, la nota no baja cuando nos colocamos más abajo físicamente, pero en ese momento captan el mensaje de que quizás el fenómeno del tono oculte ciertos misterios.

Siga insistiendo: “¿Por qué dicen arriba y abajo al hablar del tono? ¿Por qué no izquierda y derecha? El pianista toca las notas agudas a la derecha y las notas graves a la izquierda. ¿Por qué no hacen lo mismo con los brazos? Es más ¿por qué no mover las manos hacia delante y hacia atrás para el tono?” Al llegar a ese punto los estudiantes suelen sentirse un poco desconcertados y exasperados. Alguien normalmente exclama: “¡Experimentamos el tono como ascendente y descendente!” A lo que respondemos que por supuesto que experimentamos las notas como ascendentes y descendentes, pero ¿por qué?

Deje el tema por hoy y pida a los estudiantes que lo consulten con la almohada. Durante la siguiente lección volvemos a la búsqueda reiterando que sabemos que el tono se experimenta como ascendente y descendente, pero la pregunta es ¿por qué? Diga a los estudiantes que se concentren en lo que realmente experimentan cuando el pianista toca una pieza musical. Normalmente las respuestas son: “un ascenso y un descenso” o “volverse más ligero y más pesado” o algo

parecido. Pregunte si existe una correlación de los tonos con el cuerpo, y observarán que los tonos agudos parecen encontrarse en la parte superior del cuerpo y los tonos graves en la parte inferior del cuerpo. Pero ¿experimentan el tono solo en el cuerpo o pueden también experimentarlo como algo exterior al cuerpo? Inevitablemente, su respuesta es que también experimentan el tono en cierta manera como libre de cuerpo, que en algunos casos experimentan los tonos muy por encima de ellos.

La cuestión entonces es ¿qué parte de nosotros experimenta el tono fuera del cuerpo? ¿Qué parte de nosotros asciende y desciende, se separa de y penetra en el cuerpo, cuando experimentamos el tono? Llegados a ese punto, los estudiantes responden fácilmente que es su alma la que asciende y desciende con el tono. Confirmamos esta experiencia cuando sigue el tono de la música, el alma experimenta una leve separación y sujeción con respecto al cuerpo en una dirección vertical y por ese motivo experimentamos el ascenso y descenso del tono en un eje vertical.

Cuando hayamos puesto en práctica esta experiencia podemos preguntar por qué la música tiene un efecto tan importante en nuestras almas. ¿Por qué es prácticamente imposible bloquear los efectos de la música? A menudo recibimos respuestas muy bellas, como: “Nuestra alma es música”.

Ritmo

En la misma línea que con el tono, podemos hacer una serie de preguntas con respecto al ritmo. Como habrá quedado claro en la primera sección, la mejor forma de conseguir que los estudiantes lleguen a constatar los elementos de la euritmia no siempre es una línea recta. Al hacer preguntas y señalar el fenómeno desde diferentes puntos de vista, engendramos un entendimiento más amplio de la cuestión.

Haga que los estudiantes den pasos al ritmo de una pieza musical con tonos cortos y largos opuestos, y pregunte qué diferencias

experimentan en la calidad entre los tonos cortos y largos. Perciben con gran facilidad que los tonos cortos son contractivos y más despiertos, y los tonos largos son expansivos y soñadores. Si preguntamos si los cortos y largos se experimentan arriba y abajo, o a derecha e izquierda, o delante y detrás, de nuevo perciben rápidamente que las notas cortas se experimentan en el espacio frontal, y las largas notas soñadoras en el espacio trasero.

Nuestra pregunta a los estudiantes es por qué se percibe de este modo. Si les hemos hecho recientemente nuestra serie de preguntas relacionadas con el tono, responderán rápidamente que es debido a nuestra alma. Esta respuesta es un poco simple si la dejamos tal cual; por tanto, pregunte qué parte en la experiencia del alma de los tonos cortos y largos nos lleva a decir espacio frontal y espacio trasero. ¿Hay algo en nuestra organización de alma-cuerpo que nos lleva a esta experiencia?

Si esta pregunta deja a los estudiantes perplejos, lo que es bastante probable, pregunte qué tonos están más relacionados con el oído y cuáles con la vista. No hace falta mucho tiempo para percibir que los tonos cortos están relacionados con la vista, y los tonos largos con el oído. Esto nos permite hacerles ver cómo los tonos “cortos” contractivos y despiertos son concentraciones del alma hacia algo concreto, y que esto es exactamente lo que hace el alma cuando contempla el mundo físico lleno de objetos concretos en el espacio frontal. Por otro lado, los “largos” se corresponden con una actividad de escucha que tiene una calidad más disolvente y simpática. Solemos escuchar en la periferia a nuestras espaldas, en nuestro espacio trasero donde el mundo físico no está a la vista.

Tiempo y barra de compás

Haga que los estudiantes den palmadas al ritmo de una música lenta de cuatro por cuatro, pero no participe. (El movimiento de apertura de la “Marcha fúnebre” de Chopin es una buena opción). Los estudiantes siempre dan palmadas sin tener en cuenta los diferentes

acentos de los tiempos. Dígales que escuchen con atención y vuelvan a intentarlo, porque han pasado por alto algo importante. Normalmente les lleva un tiempo entender qué han pasado por alto, y los estudiantes pueden incluso sentirse frustrados. Insista con humor en escuchar y luego dar palmadas hasta que se den cuenta de que el primer tiempo es el más fuerte, el segundo tiempo el tercero más fuerte, el tercer tiempo el segundo más fuerte, y el cuarto tiempo, el más débil.

Cuando los estudiantes hayan logrado dar las palmadas correctamente, pregunte cómo darían los pasos al ritmo para poner de relieve su calidad esencial. Déjeles experimentar mientras dan pasos a ritmo de la música; algunos zapatearan con fuerza sin moverse de su sitio, otros simplemente caminarán hacia delante, y otros pueden incluso hacer un gracioso baile de rock and roll. Cuando hayan terminado, examine las diferentes formas de moverse de los estudiantes: al caminar hacia delante sin más mostramos el elemento temporal del ritmo, en el sentido de flujo del tiempo, pero en cierto sentido al hacerlo de este modo perdemos la calidad de acento del ritmo; al zapatear sin movernos del sitio, si se acentúan los pasos correctamente, mostramos cómo se ponen de relieve los acentos, pero esto carece del elemento fluido del tiempo; al hacer un baile de rock and roll, se pone de relieve la calidad de balanceo de derecha e izquierda, pero las cualidades sensuales del baile de rock no se encuentran realmente en el propio ritmo. Pregunte cómo podemos reunir los aspectos correctos y deje que los estudiantes intenten dar pasos al ritmo una vez más. No tenemos que esperar hasta que toda la clase haya logrado hacer el movimiento del ritmo para continuar, pero tan pronto como uno de los estudiantes se mueva más o menos correctamente podemos indicárselo, y después de mostrarles cómo se pueden dar pasos al ritmo artísticamente, deje que la clase entera practique. Anímelos a realmente experimentar sus lados izquierdo y derecho, pisando con fuerza hacia el lado derecho dominante y con más suavidad hacia el lado interior izquierdo. De momento deje de lado la barra de compás, ya que esto se tratará más adelante.

Cuando después de un par de lecciones la clase se haya familiarizado con el movimiento del tiempo, pregunte por qué el tiempo sigue la pauta de 1,2,3,4 / 1,2,3,4, etc., y no 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11... ¿ad infinitum? Normalmente tardan un rato en digerir esta pregunta y ofrecen todo tipo de respuestas descabelladas y maravillosas. Podemos formular la pregunta de distintas maneras, como ¿qué diferencia hay entre el primer “uno” y el segundo “uno” y el tercer “uno”, etc.? Naturalmente, no hay ninguna diferencia entre los primeros tiempos de los compases, son todos iguales, lo que nos lleva a preguntarnos ¿por qué son iguales? ¿Por qué cada primer tiempo es “nuevo” y tan fuerte como todos los anteriores? ¿Qué causa esta renovación de todos los primeros tiempos, tras hacerse gradualmente más débiles al avanzar por el compás? Evidentemente, esa renovación debe ocurrir entre un conjunto de tiempos y el siguiente.

Si los estudiantes no han encontrado la respuesta, pregunte qué encontramos en la música escrita entre un compás y el siguiente. Por fin alguien cae en la cuenta. “¡La barra de compás!”, exclaman. Lo confirmamos y preguntamos cómo podemos indicar la barra de compás al hacer el movimiento del tiempo. Por lo general esta pregunta ocasiona un incómodo silencio, así que hacemos otra pregunta: ¿Dónde encontramos la barra de compás en el ser humano? Esto normalmente trae consigo un silencio aún más incómodo. Reformule la pregunta: si el ritmo se encuentra en el ser humano en tanto en cuanto tenemos un lado izquierdo y un lado derecho, entonces ¿dónde está la barra de compás? Dicho de esta manera, alguien siempre indica la línea de simetría que divide nuestras mitades izquierda y derecha.

Si estamos dando clases a un séptimo u octavo grado, podemos dejar el tema de la barra de compás al llegar aquí. Muestre a los estudiantes cómo indicar la barra de compás dibujando juntos por un instante en la línea central, y luego “reaparecer” para un renovado primer tiempo.

A partir de décimo grado, seguimos elaborando el misterio de la barra de compás al preguntar a los estudiantes si nuestra línea central

existe físicamente en el espacio. A menudo contestan rápidamente con un “sí”, a lo que respondemos: “Si existe físicamente en el espacio ¿por qué no la vemos?” Entonces los estudiantes se dan cuenta de que nuestra línea de simetría es un principio inmaterial que revela su existencia a través de la presencia en nuestro cuerpo físico de un lado derecho e izquierdo.

En cuanto al aspecto musical, podemos preguntar si la barra de compás existe en el tiempo. Habitualmente hay una pausa contemplativa, y luego responden que la barra de compás no existe en el tiempo. Para quienes no captan esta respuesta, señale (en realidad serán los estudiantes que lo entienden quienes normalmente lo expliquen) que no hay ningún silencio entre el final del cuarto tiempo y el renovado primer tiempo. Esto nos lleva a la interesante conclusión de que el tiempo, marcado como ritmo, se intercala de forma regular con algo que queda fuera del tiempo, donde el tiempo se “derrumba”, por así decirlo, pero a partir de lo cual el ritmo se renueva. Este principio constituye un concepto hermano de aquel según el cual la línea de simetría existe en el cuerpo humano, pero no existe en el espacio físico.

Con la barra de compás abandonamos el espacio y tiempo tal como lo conocemos en nuestras vidas diarias. Esto es un misterio para mí. ¿Dónde existe realmente el principio de la barra de compás? ¿Podemos realmente experimentar la barra de compás? Una vez pregunté a un estudiante de décimo grado qué pasaría si pudiéramos penetrar la barra de compás con nuestra conciencia y permanecer allí. ¡Ambos llegamos a la conclusión de que moriríamos! Estos son preguntas importantes que provocan un sentido del asombro en cualquiera que se las plantee.

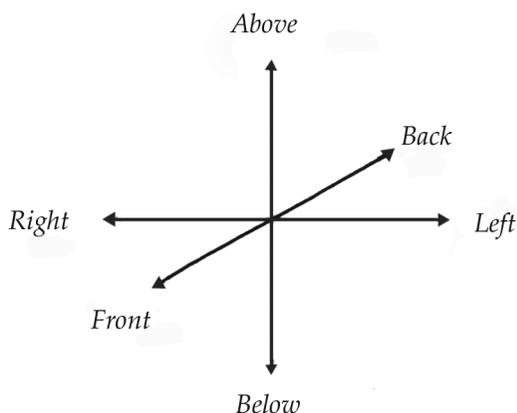
Otra pregunta que podemos hacer es si oímos el tiempo. De nuevo con frecuencia la respuesta inicial es afirmativa. Es fácil demostrar que esta respuesta es incorrecta si pedimos al pianista que toque una pieza musical en la que haya pausas que duren un compás entero o más; aquí el ritmo se experimenta de forma inaudible. El aspecto audible de la música nos permite experimentar algo que se mantiene no terrenal y no sensorial. Una vez más, surge la pregunta del misterio: Si no en

los sentidos ¿dónde experimentamos realmente el tiempo? ¡O incluso la música!

Ritmo, tiempo, tono y su relación con las direcciones espaciales

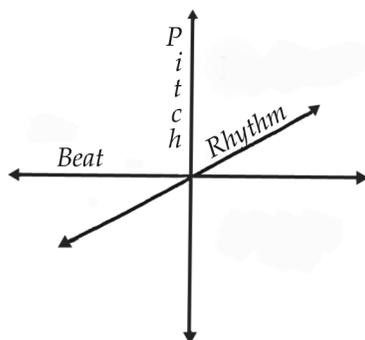
Después de cubrir los elementos de ritmo, tiempo y tono, podemos cubrir otro misterio, concretamente, la relación de estos tres elementos musicales con las direcciones espaciales.

Podemos abordar esto guiando primero a los estudiantes a través de las seis cualidades de las dimensiones del espacio. Las cualidades de izquierda y derecha, delante y detrás, arriba y abajo. Estas cualidades son muy conocidas para los euritmistas y no necesito dar más detalles. Podemos resumir estas cualidades en la pizarra con el dibujo tradicional de las tres direcciones espaciales.



Lo más importante a tener en cuenta es relacionar estas direcciones con las cualidades del alma que experimentamos, y señalar cómo el cuerpo humano también refleja estos principios espaciales.

A continuación, centramos la atención de los estudiantes sobre el paralelo entre las direcciones espaciales y las direcciones en las que se encuentran el ritmo, tiempo y tono.



Señale la bella consonancia entre las cualidades de las direcciones espaciales y estos tres elementos musicales. Por lo general, los estudiantes no ven nada extraordinario en este paralelo hasta que comenzamos a cuestionar por qué debemos encontrar cualidades espaciales en la música, que evidentemente existen en el tiempo. ¿Por qué es esto así? ¿No hay algo incongruente en esto? ¿Por qué deberíamos experimentar el tono, por ejemplo, como algo que existe espacialmente por encima y debajo de nosotros? Cuando planteamos esta clase de preguntas despertamos el interés de los estudiantes que no han perdido el sentido del asombro. ¿Cómo podemos empezar a entenderlo?

La respuesta a esta pregunta solo es adecuada para un grado undécimo o duodécimo de gran inteligencia. Además, el lector debe recordar que la respuesta es mi opinión y por lo tanto puede ser objeto de escrutinio. Recuerde a los estudiantes como, al examinar el fenómeno del tono, me tumbaba en el suelo y preguntaba si los tonos “bajan” cuando nos colocamos más abajo. Los tonos siguen “ahí arriba”, incluso a pesar de que nuestro cuerpo físico está ahora en posición horizontal y no vertical. Si repetimos el experimento con la clase entera, se darán cuenta que los tonos no bajan cuando bajamos el cuerpo físico. ¿No plantea esto una pregunta? Evidentemente, parte de nosotros experimenta el tono como un fenómeno espacial en el sentido de arriba y abajo, pero del mismo modo, parte de nosotros experimenta el tono como libre de espacio en el sentido de que los tonos no siguen al cuerpo físico.

Esta cuestión es más difícil y podría necesitar cierto grado de clarificación desde distintos puntos de vista. Podemos ofrecer una pista preguntando si el tono no es más que una experiencia ¿o podemos decir que hay un aspecto corporal y un aspecto anímico? Empezamos a entender que la situación tiene un aspecto doble, que parte del alma está atada al cuerpo y hace surgir la experiencia espacial del tono. Por otro lado, parte del alma está separada del cuerpo y esto hace surgir el aspecto no espacial del tono. Por decirlo de otra manera, podemos decir: el tono no es espacial en un sentido concreto (medible) porque es un fenómeno del alma; el tono es espacial en un sentido cualitativo porque el alma tiene una relación con el cuerpo físico que radica en el espacio.

El principio de que el alma está atada y separada del cuerpo físico es también aplicable a tiempo y ritmo, y nos lleva a entender por qué experimentamos estos elementos musicales de una forma espacial.

La escala como imagen similar a una planta

Aunque el capítulo está orientado a estudiantes mayores, esta parte, si se adapta a la edad, puede utilizarse a partir de cuarto grado.

Presentamos reiteradamente la escala de do mayor a los estudiantes. Constituye la base para todos los gestos de tono, y cuanto más trabajemos con ella mayor será nuestra apreciación de su profundidad y efecto positivo en los estudiantes. Llegamos a percibir cómo simplemente hacer la escala mientras están de pie sin moverse de su sitio tiene un efecto formativo en sus almas e introduce un elemento de luz y claridad en su espacio personal. También tiene un efecto relajante en los niños, una idea útil que los euritmistas pueden guardarse en la manga.

La forma en que presentamos la escala de do a los estudiantes de los primeros grados es cuestión de preferencia personal, y muchos euritmistas ofrecen diversas fantasías, historias y mitos de la creación. Personalmente, creo que la escala de do es en sí misma una fantasía sin palabras y por tanto la enseño directamente haciendo que los niños

imiten mis gestos. Es un viaje musical tan bello que los ojos de los estudiantes se iluminan a medida que se desarrolla.

Cuando los niños conozcan bien los gestos y los puedan hacer tanto hacia arriba como hacia abajo, podemos pasar los tonos alrededor del círculo de un niño a otro, con cada niño haciendo el gesto de tono hasta que la escala se haya completado. Presentar la escala de forma visible en el espacio ante los niños les aporta una gran satisfacción.

Como siguiente paso, elija ocho niños y colóquelos en una fila en el aula uno tras otro. Volvemos a dar a cada niño su propia nota, que mantiene hasta que la escala se completa. Cuando estén familiarizados con el ejercicio los niños pueden ejecutar la escala con gran velocidad y precisión.

Ahora pida a los niños que no están haciendo el ejercicio que se coloquen directamente en frente de los ocho que hacen la escala. Desde esta posición privilegiada los tonos se desarrollan de la manera más bella. Indique a los estudiantes que en su interior surge una imagen al observar cómo se desarrolla la escala desde esta posición privilegiada. Con frecuencia ellos mismos ofrecen la respuesta: “¡Es como una planta que crece!” En efecto, la escala es maravillosamente similar a una planta cuando se desarrolla de esta forma, y los niños a menudo se colocan en frente para admirar su belleza.

La Vara de Mercurio

El siguiente paso es hacer que un niño avance al lado de los ocho niños que están de pie. Pero el niño que se mueve hace todos los tonos a medida que avanza por el aula. Este es un ejercicio fácil de entender, y los niños empiezan a hacer el movimiento de la escala en sentido



ascendente y descendente con facilidad. También permite que quienes tienen una mayor dificultad para recordar la escala comprueben sus gestos a medida que avanzan.

Cuando la clase haya practicado este ejercicio, pida al pianista que toque una escala fluida. Al tocar la escala de este modo la música guía a los niños en mayor medida que si nos limitamos a tocar las notas por separado.

Ahora retire a los ocho que están de pie y deje que los niños hagan el movimiento de la escala en solitario desplazándose por el aula. Después de hacer esto en unas cuantas lecciones, podemos decir a la clase: “Podemos ver la escala perfectamente cuando la hacemos de este modo, pero ¿podemos encontrar otra cualidad? La escala se mueve de nota en nota, pero no se limita a avanzar lentamente como si todo fuera igual. ¿Qué más podemos experimentar a medida que avanzamos en la escala?” Cuando los niños escuchen, oirán cómo la escala comienza lentamente, toma velocidad hacia la mitad superior y luego se ralentiza enseguida al llegar a la octava. Cuando preguntamos si hacer el movimiento de una línea recta es la mejor manera de mostrar esta cualidad, o hay algo mejor, hacen con las manos un movimiento curvo parecido a una S. Confirmamos esto, y dibujamos en la pizarra el movimiento de la escala dando pasos como una línea vertical, y la cualidad de balanceo y de esfuerzo, lo que podríamos llamar la “dinámica” de la escala, como una línea en S.¹⁶ Lo dibujamos en la pizarra de este modo:



Al mostrarles la forma en S, los niños aprecian cómo podemos poner de relieve la calidad dinámica de la escala.

Ahora pida a un solo niño que haga el movimiento de la línea recta, mientras otro hace el movimiento de la línea curva. Cuando los niños hayan practicado esta forma en parejas, añada una segunda línea curva a la primera y muestre cómo dos personas pueden hacer el movimiento de la línea en S, haciendo aún más evidente la dinámica de la escala.



Si preguntamos a los niños a qué sonido de la escala corresponde el cruce en la forma, se darán cuenta rápidamente que se produce en la nota sol.

Si los estudiantes aún no lo han mencionado ellos mismos, pregunte cómo se llama la forma en la pizarra o dónde la han visto antes. Normalmente recuerdan ver señales similares en medicinas o en hospitales, y damos a la forma su nombre correcto: el caduceo o Vara de Mercurio. Les resulta más fácil de reconocer si trazamos las cabezas de serpiente y las alas en la parte superior de la vara.

Esta serie de ejercicios, que normalmente se empieza en cuarto grado, es enteramente aplicable hasta duodécimo grado. Con los estudiantes mayores, pregunte en qué otro lugar podemos encontrar los dos principios que contiene la Vara de Mercurio. Si se quedan bloqueados, pregúnteles qué ven cuando se ponen debajo de un abeto alto y miran hacia arriba. Se dan cuenta de que la Vara de Mercurio

también se encuentra en el mundo de las plantas. Recuérdeles cómo algunas plantas llevan su propia “vara”, mientras otras, como las vides, se tuercen y retuercen y necesitan una “vara” exterior por la que trepar. Como pregunta de despedida, pregunte si no les parece un poco misterioso el hecho de que la Vara de Mercurio se encuentre tanto en la escala de do como en el mundo de las plantas. ¿Por qué es así? ¿Qué conexión existe entre ambos? ¿Es posible que exista una música oculta en las plantas, o una fuerza vegetal oculta en la música? El vínculo del mundo etérico es posiblemente demasiado avanzado para los estudiantes, pero no hay nada malo en plantear un misterio para que puedan reflexionar.

Los Gestos del Tono

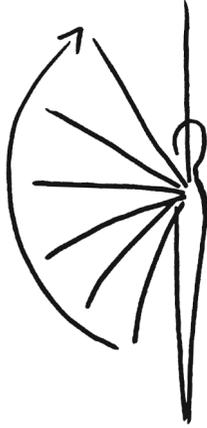
Uno de los fascinantes retos de la euritmia con música son los gestos del tono. Son como los huesos, muertos desde un punto de vista y rebosantes de vida desde otro. Tarde o temprano, si nuestros estudiantes se precian nos preguntarán por qué los gestos del tono son como son. A primera vista, e incluso prestando más atención, es difícil relacionar el tono con el gesto.

La primera cuestión que debemos abordar es por qué el gesto para un solo tono es un brazo, o ambos brazos, extendidos radialmente. Por el momento vamos a ignorar la cuestión de las posiciones de los gestos de tono y dedicarnos solo a la cuestión de cómo podemos llegar a alcanzar un gesto asociado a una nota. En un principio, parece incongruente dar un gesto a cada nota individual, ya que si escuchamos un tono, el sonido de una nota, en mi opinión no hay nada que indique un gesto determinado. Para el estudiante astuto la pregunta surgirá de una manera u otra y, si no podemos guiarlos a una experiencia de los gestos de tono, decirles que simplemente es así no dará la talla. ¿Cómo podemos adentrarnos en este misterio?

El gesto básico del tono

Pida al pianista que recorra suavemente el teclado con los dedos subiendo de la nota más grave a la más aguda, y diga a los estudiantes que encuentren un gesto con los brazos que corresponda a la 'ráfaga' que acaban de escuchar. Sin ninguna dificultad mostrarán un amplio gesto ascendente con el brazo como el que se presenta en la siguiente figura.

Observe que las notas graves son más oscuras y las agudas más claras, algo que los estudiantes captarán fácilmente. Deje que los



estudiantes practiquen este gesto varias veces, animándoles a seguir en su interior la experiencia de más oscuro a más claro.

Ahora planteamos la pregunta: “¿Qué están viendo?” Esta pregunta puede dejarlos perplejos y así repetimos el ejercicio de levantar los brazos con los tonos ascendentes y formulamos la pregunta de una forma ligeramente distinta: “Los tonos graves eran más oscuros y los tonos agudos más claros; así que ¿qué estamos viendo?” ¡No tardan mucho en darse cuenta de que lo que están viendo es luz! Esta constatación a menudo trae consigo un genuino sentido de asombro. Lo curioso es que, a pesar de que podemos decir abiertamente que las notas son “brillantes” o “oscuras”, en realidad lo entendemos como una metáfora (tanto los adultos como los jóvenes), y sin embargo es una experiencia interior constante cuando prestamos atención. A continuación reforzamos inmediatamente esta experiencia de los tonos acompañados de luz haciendo que practiquen el ejercicio. Es importante poner en práctica la idea que acaban de captar de manera que se establezca el sentido de la claridad y oscuridad de los tonos.

Ahora la pregunta es cómo suena una parte individual de la ráfaga de tonos. Esta “parte individual” es, por supuesto, el tono individual. ¿Y qué es una parte individual o sección de la ráfaga de tonos con

respecto a la luz que experimentamos? Es una luz gradual que brilla en un solo punto del total de posibilidades comprendidas entre la oscuridad de debajo y la luz de arriba. Es una pulsación de luz en un “punto” concreto. ¿Y qué gesto surge cuando solo suena una pequeña parte de esta ráfaga de tonos? ¿Cómo podemos indicar con gestos este pequeño haz de luz? Pedimos al pianista que toque una sola nota y los estudiantes ahora comprenden que para mostrar esta parte única de la ráfaga de luz tienen que levantar los brazos en un gesto brillante y radial y mantenerlo en un lugar determinado.

Por tanto esto es lo que constituye la base del gesto del tono individual, a saber, que los tonos individuales son luz que brota de un “lugar” concreto. Contrariamente a lo que cabe esperar, los gestos de tono no surgen del sonido, sino de la experiencia de luz que acompaña al sonido. Esto es un principio fundamental de la euritmia de tonos.

De nuevo hacemos que los estudiantes practiquen inmediatamente lo que acaban de descubrir. Podemos pedir al pianista que toque unos tonos individuales al azar —dando suficiente tiempo entre cada nota— y hacer que los estudiantes experimenten el tono y dejar que surja el gesto a partir de ahí. En ese momento no nos preocupamos en absoluto del nombre (o supuesta posición) de ninguna nota y nos mantenemos totalmente inmersos en la experiencia. Lo único que nos preocupa es expresar nuestra experiencia del grado de claridad u oscuridad de un tono. Descubriremos que el tono de un sonido determinará la altura a la que elevamos el brazo, y que el grado de luz y oscuridad también se expresará a través de la mano, en la medida en que esté relajada y ligeramente curvada, o suavemente extendida y radial.

Un ejercicio similar y extremadamente sencillo, pero muy eficaz, es empezar manteniendo las manos ligeramente en el corazón y luego, conjuntamente con el pianista, expresar un solo tono extendiéndolas en un gesto radial, sonoro y resonante. Deje que el tono suene hasta que ya no se oiga, pero mantenga el gesto aunque el tono ya no sea audible. De este modo experimentamos y expresamos el tono que resuena y canta desde el corazón.

También podemos observar cómo percibimos que los tonos graves fluyen hacia dentro desde la periferia de abajo, pero sentimos que los tonos agudos irradian de nosotros hacia el exterior. Esta constatación nos lleva a una relación más profunda con el tono y la euritmia de tonos, pero para los estudiantes de secundaria basta con señalar el fenómeno, puesto que se experimenta con facilidad.

Ese gesto es lo que llamamos el gesto básico del tono. Es completamente genérico e indiferenciado. Surge de la interacción entre oscuridad y claridad, como un grado de oscuro y claro entre el polo inferior de oscuridad y el polo superior de claridad que rodea al ser humano. Espero que resulte obvio para mis colegas euritmistas que este ejercicio, y sus principios subyacentes, nos permite profundizar mucho más en la euritmia de tonos. No obstante, este no es el lugar de plantearnos estas cuestiones, pues nos interesa responder a las preguntas de los estudiantes de secundaria de modo que sean capaces de seguirnos.

Sostenidos y bemoles

A partir del gesto básico del tono, a continuación abordamos la cuestión de los sostenidos y bemoles. Aunque este ejercicio es extremadamente simple, es muy fructífero, especialmente si alguna vez tenemos dificultades para hacer que los gestos de los tonos cobren vida, siempre que lo pongamos en práctica, por supuesto. Es un ejercicio fundamental para la euritmia de tonos.

Pida al pianista que toque una nota y, sin preocuparse acerca de ninguna posición en particular, haga que los estudiantes levanten, o “canten”, los brazos con el gesto básico del tono. Repita esto tres veces más o menos con el fin de “afinar” a los estudiantes. A continuación, pida al pianista que toque la nota, la haga con sostenido, vuelva a la nota natural, la haga con bemol y vuelva de nuevo a la nota natural. Al preguntar sobre la calidad de la luz cuando el tono se eleva o desciende, vemos que los sostenidos son una intensificación de la actividad de la luz y los bemoles un repliegue de la actividad de la luz. En este sencillo

ejercicio de sostenidos y bemoles encontramos, en versión reducida, los mismos principios de oscurecer e iluminar que encontramos en el ejercicio anterior. Guéelos a descubrir cómo el gesto para los sostenidos surge debido a un aumento de la luz del exterior, mientras que el gesto de los bemoles es una disminución, o consumo, de la luz del interior.

Luego explore cómo puede mostrarse con los brazos y manos este aumento y disminución de la luz, y vea rápidamente cómo se levantan las manos y antebrazos para que brillen hacia el exterior con los sostenidos, y cómo las manos y antebrazos se curvan hacia dentro cuando la actividad de la luz disminuye en los bemoles. Al realizar el ejercicio de sostenidos y bemoles del párrafo anterior vemos cómo se produce un punto de inflexión maravilloso cuando aumentamos la luz ligeramente y volvemos del bemol a la nota natural. Aquí experimentamos claramente no solo cómo se iluminan los brazos, sino cómo se ilumina todo el espacio que nos rodea. Los brazos expresan algo que existe a nuestro alrededor. Este ejercicio, con solo un poco de práctica, nos lleva a experimentar un flujo hacia y desde el corazón.

Seguimos desarrollando el ejercicio de sostenidos y bemoles dejando que el círculo de estudiantes en su conjunto respire con el oscurecer e iluminar. Hacemos esto dando uno o dos pasos hacia fuera y expandiendo el círculo cuando la nota lleva sostenido; regresando al círculo original con la nota natural; contrayendo el círculo cuando el tono lleva bemol y expandiendo el círculo hasta su tamaño original cuando regresamos de nuevo a la nota natural. De este modo mostramos que el ejercicio de sostenidos y bemoles está relacionado con la respiración, una respiración de luz.

Si ahora volvemos a quedarnos quietos para el ejercicio de sostenidos y bemoles, podemos observar con facilidad que el alma sigue la misma respiración y exhalación, incluso si no nos movemos en el espacio. Al principio, esto se experimenta de forma evidente como una corriente de luz que entra y sale de los ojos. Sin embargo su fuente se encuentra en el corazón, y la “corriente de luz” fluye desde y hacia

el corazón, a través de los brazos, con los gestos del tono. Esto es un fenómeno fundamental de la euritmia de tonos.

Solo tenemos que formalizar esta experiencia para llegar a los gestos tradicionales de los sostenidos y bemoles. Después de esto, haga que el pianista toque determinadas notas y deje que los estudiantes practiquen determinadas notas con sostenidos y bemoles.

Este ejercicio exige la unión de la atención interior y el gesto exterior. Como se ha indicado, es muy simple pero muy eficaz para mostrar cómo los tonos no son solo posiciones, sino el resultado de prestar atención a la actividad de la luz interior; que nuestros brazos y manos son, en un sentido muy real, los instrumentos de la luz y las expresiones del corazón, en la euritmia.

Por supuesto es difícil, si no imposible, que los estudiantes continúen formando los tonos a partir de la actividad de la luz a lo largo de toda una pieza musical. En realidad es difícil incluso para los euritmistas profesionales, pero muestra a los estudiantes la base a partir de la cual trabajamos, y lo que buscamos en nuestra forma de arte.

La Estructura de la Escala de do Mayor

Si los estudiantes preguntan sobre la estructura de la escala de do mayor, nos encontramos ante un problema que no es siempre fácil de abordar. No obstante, podemos guiarlos para que se hagan una idea de su estructura, de por qué lo consideramos un arquetipo y por qué se desarrolla como lo hace. Lo descrito a continuación es sin duda para séptimo y duodécimo grado, y tal vez para décimo grado. Como se ha indicado anteriormente, puede que no sea posible llevar a cabo lo descrito a continuación en una o dos lecciones. Vaya paso a paso durante un período de tiempo más prolongado, permitiendo a los estudiantes digerir cada etapa antes de pasar a la siguiente.

Pida al pianista que toque una escala de do ascendente y pregunte dónde se encuentra el punto de inflexión. Los estudiantes identifican fácilmente la nota sol como punto de inflexión. Si la nota sol es un punto de inflexión, la escala debe tener una parte inferior y una parte superior. ¿Cuáles son las cualidades de la parte inferior de la escala (notas do, re, mi, fa), a diferencia de las cualidades de la parte superior (notas sol, la, si, do)?

Puede que tarden un poco en contestar a esta pregunta, pero al final perciben que las notas de la parte inferior de la escala proceden del do inicial, y las notas de la parte superior avanzan hacia el do de la octava. Por lo tanto, la escala se divide en dos mitades con cualidades opuestas que, no obstante, parten de y llegan al mismo tono. Señale cómo la parte inferior de la escala tiene un carácter de “consolidación”, de proceder del pasado, y cómo la mitad superior se caracteriza por el “esfuerzo” de avanzar hacia el futuro. Deje que los estudiantes hagan el movimiento de la escala, prestando especial atención a las cualidades de las dos mitades. De momento hacemos los gestos de la escala de los tonos, es decir, desde el do inicial hasta el do de la octava.

¿Y qué podemos decir de las cualidades de la nota fa? Si la nota sol se caracteriza por ser la primera en avanzar hacia el futuro, la nota fa debe tener alguna cualidad adicional. Podemos experimentar enseguida que la nota fa debe tener una cualidad de “llegada”; tiene la cualidad de ser la nota del presente. De este modo, los estudiantes ahora pueden practicar la escala, prestando atención a cómo se sumergen en el “pasado” del do inicial, y a continuación evolucionan hacia el presente con el fa, un punto de inflexión hacia el futuro con el sol y alcanzan la plenitud con el do de la octava.

Ahora podemos abordar el problema de por qué el gesto de sol, el arquetipo inicial y de la octava, se hace con los brazos en paralelo. Aquí debemos encontrar un gesto que cuente con las características opuestas de comienzo primordial y plenitud futura, una plenitud futura que también actúa como semilla para la nueva etapa de desarrollo en la nueva escala más alta. El gesto de los brazos paralelos conlleva las características de ambos polos opuestos, de sumergirse plenamente en uno mismo, centrados en nuestros orígenes, y de intentar alcanzar una semilla futura. No existe ningún otro gesto que contenga estas dos cualidades, y podemos invitar con confianza a los estudiantes a desconfiar de esta afirmación y buscar un gesto más auténtico; huelga decir que no lo van a encontrar. Puede ser útil recordarles la vocal “U” a este respecto, ya que es fácil experimentar cómo tiene estas cualidades opuestas, pero complementarias.

Otro enfoque del gesto del tono inicial y de la octava es pedir a la clase que busquen un gesto para la nota más aguda que puedan imaginar. La única manera de hacerlo es estirar los brazos hacia arriba en un gesto paralelo. Si no colocamos los brazos completamente en paralelo, entonces todavía habrá margen para llegar más arriba. Así mismo, pídeles que busquen un gesto con los brazos para la nota más grave posible. Del mismo modo, solo podemos indicarlo extendiendo los brazos hacia abajo en paralelo. En ambos casos llegamos al mismo gesto y es la orientación del gesto lo que marca la diferencia. De este modo establecemos el principio del gesto de tono más bajo y más alto

independientemente de ningún tono determinado. Lo único que tenemos que hacer es señalar que este principio se aplica también, en versión reducida, a cualquier escala que se extienda desde la nota inicial a la octava. Puesto que en este caso concreto estamos trabajando con la escala de do, vemos que el do inicial y el do de la octava son el tono más agudo y el más grave; son el mismo gesto pero se posicionan en sentido opuesto.

Como nota al margen para los euritmistas interesados en este tipo de cosas, cabe señalar que el tono más agudo posible y el tono más grave posible no son ningún tono determinado. Al igual que inicial y octava abarcan cualquier escala diatónica comenzando por cualquier tono, también el tono más agudo posible y el tono más grave posible abarcan todos los tonos posibles. Lo que quiero señalar es que este gesto paralelo es el principio fundamental para todos los tonos. Cuando los brazos se mantienen en la posición de “U”, tenemos ante nosotros el secreto a voces del tono arquetípico.

Como siguiente paso, planteo la escala como un despliegue de luz. Empezando con el do inicial, señale cómo sus cualidades de semilla también tienen un elemento oscuro, como si todo se retrajera en sí mismo.

A continuación, pasando al tono re, vemos como al abrir los brazos la luz se expande y se ilumina a nuestro alrededor. El tono re es un primer despertar del sueño del do inicial.

Con el tono mi vuelve a aumentar la luz que nos rodea, pero todavía no tiene la cualidad de haber alcanzado plenamente el presente. Percibimos que el tono mi es un paso más en el despertar pero sentimos que aún podemos avanzar más.

Con el tono fa alcanzamos plenamente el presente y nos mantenemos firmes en el cruce del espacio a plena luz del día. El gesto de fa también tiene un elemento muy humano, en el sentido de ser un ciudadano de la tierra. Con el tono fa hemos llegado tan lejos como podemos desde el do inicial antes de reorientarnos hacia el do de la octava en la mitad superior de la escala. Solo hay una posición

para este gesto del tono con respecto al do inicial, y es a 90 grados del mismo. Noventa grados es el ángulo máximo con respecto al tono do. Cualquier ángulo menor o mayor de 90 grados constituye un regreso hacia el gesto paralelo del do inicial o de la octava.

Con el tono sol, y su primer salto hacia el futuro, vuelve a aumentar la luz. Si bien mantiene la misma posición que el gesto del tono fa, toda su orientación ha girado 180 grados hacia el futuro. Una vez más podemos experimentar este tono como “humano”, pero esta vez es el ser humano bajo una luz distinta, que podría describirse como la luz del mundo espiritual. Mantiene la misma posición que el tono fa porque también se encuentra al mayor ángulo posible con respecto al paralelo vertical del do de la octava, no obstante, su orientación interior, como ya se ha señalado, es contraria a la del tono fa. Aquí encontramos un principio fundamental de los gestos de tono, el del ángulo de 90 grados. El principio del ángulo de 90 grados es aplicable al cuarto y quinto grado de la escala.

Con el tono la, realmente comenzamos a avanzar hacia el futuro y podemos decir, con cierta sensibilidad artística, que vivimos en un elemento de alma-luz impregnado de sentimiento. Una vez más, como en el siguiente tono, nos elevamos o nos sentimos atraídos hacia el do de la octava, y saltamos ligeramente.

Con el tono si experimentamos cómo la luz se llena de tensión, una tensión incluso dolorosa, ya que hace un gran esfuerzo por alcanzar la plenitud del do de la octava.

Llegamos al do de la octava, transformados y realizados como fruto del pasado, y al mismo tiempo como semilla para el futuro; luchando por alcanzar el futuro, porque el do de la octava es una etapa de desarrollo que aún no hemos alcanzado.

Observe que al decidirnos por esta opción, si prestamos atención a nuestra conciencia, pasamos del profundo sueño del do inicial a través de un proceso de despertar, hasta que en el do de la octava podemos sentirnos transformados y fuera de nosotros mismos. Vemos cómo avanzar por la escala de inicial a octava es un proceso de cambiar

por completo, y ahora podemos concentrarnos en este aspecto de la experiencia de la escala mientras hacemos su movimiento. El euritmista profesional puede seguir ahondando en estos fenómenos, pero aquí basta señalar la experiencia.

Pida ahora al pianista que toque una escala de do mayor y la condense en un acorde mayor. A continuación pídale que toque una escala de la menor y la condense en un acorde menor. Pregunte qué áreas del ser humano, qué “zonas”, expresan de mejor manera mayor y menor, y los estudiantes enseguida ven que mayor está por encima de los hombros, y menor por debajo de los hombros. Este punto clarifica por qué la escala de do mayor normalmente se hace completamente por encima de los hombros, una pregunta que los estudiantes plantean a menudo. Naturalmente, también podemos hacer la escala siguiendo el tono, como acabamos de hacer, pero en ese caso estamos ignorando el hecho de que es una escala mayor.

Los principios mencionados anteriormente se pueden aplicar a cualquier escala mayor. Aunque hemos utilizado la escala de do mayor a modo de referencia, puesto que los estudiantes están muy familiarizados con ella, podríamos del mismo modo haber utilizado los números correspondientes a los grados de la escala en lugar de utilizar los nombres de las notas.

Aunque presentar la escala de esta manera no proporciona necesariamente una respuesta a todos sus misterios, sí demuestra a los estudiantes que existen razones de peso detrás de su estructura, y no está en absoluto pensada al azar. De hecho, si se profundiza en ella lo suficiente, la escala proporciona suficiente inspiración para reflexionar durante toda una vida.

Mayor y menor

Otro buen ejercicio de indagación es ofrecer las experiencias subyacentes de la mayor y la menor a los estudiantes. Lo bello de este ejercicio no es su complejidad, sino cómo conecta a los estudiantes con su vida afectiva, y puede ser una experiencia muy intensa para ellos.

Pida al pianista que toque un acorde mayor y menor varias veces, pidiendo a los estudiantes que escuchen con atención sus respectivas características. Ahora pida a los estudiantes que imaginen una esfera de luz a su alrededor, una luz móvil, que es al mismo tiempo una sensación-luz, y que sus brazos están incrustados en esta luz; de hecho, pueden incluso imaginar que sus brazos son también luz, aunque más concentrada que la luz que les rodea. Cuando el pianista toca un acorde tienen que dejar que sus brazos sigan la sensación-luz adonde quiera que les lleve. A continuación, cuando se toca un acorde mayor, los estudiantes levantan naturalmente los brazos hacia la zona superior; y cuando se toca un acorde menor, sus brazos se hunden suavemente en la zona inferior.

Tras hacer esto varias veces, pregúnteles en qué dirección fluyen los acordes mayor y menor con respecto al cuerpo, y añadirán delicadamente al mayor una calidad de apartarse ligeramente del cuerpo y al menor una calidad de acercarse ligeramente hacia el cuerpo. Aunque muchos estudiantes han estado haciéndolo naturalmente, pídeles también que dejen que la cabeza siga la tendencia de la dirección de la luz, sin hacer que la cabeza sobresalga, sino de modo que todo su ser se convierta en una expresión visible de la sensación-luz. Así mismo, díales que presten atención a la actividad de la luz en sus ojos: ¿Cómo fluye, de dónde proviene, en qué dirección fluye la corriente de luz en sus ojos con mayor y menor?

Ahora haga que los estudiantes perfeccionen sus gestos aún más —tienen tendencia a simplemente dejar que los brazos floten con cierta apatía— mostrando cómo las manos y antebrazos pueden poner de relieve el flujo hacia fuera y hacia dentro. Ahora, cuando hacen los movimientos de mayor y menor, el gesto del brazo para el acorde mayor se muestra con la mano brillando suavemente hacia el exterior, y el acorde menor con el brazo y la mano curvados y retrayendo el gesto hacia dentro.

Aquí encontramos un hecho maravilloso que, aunque parece muy sencillo, forma la base de la euritmia de tonos, concretamente que podemos girar los brazos. Por ello, podemos usar los brazos como delicados instrumentos de la luz, capaces de mostrar infinitas variaciones de oscuridad y luz, y todos los colores intermedios.

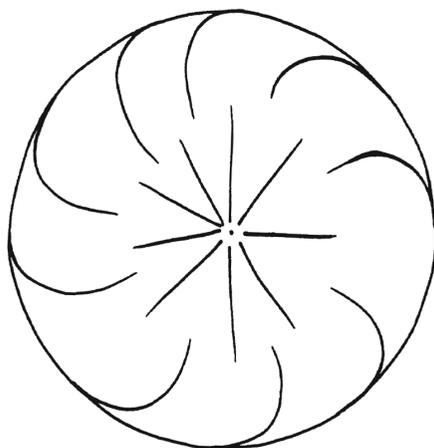
La Correspondencia Entre el Tono y los Gestos de Color

Podemos seguir desarrollando en los estudiantes la comprensión de que los tonos surgen de la experiencia de la luz, hasta el punto en que puedan ver que los principios subyacentes tras los gestos de tono son los mismos que los que subyacen tras los gestos de color. Aportar tales correspondencias ofrece a los estudiantes una idea de la interrelación de los elementos en la euritmia, que los gestos de la euritmia no son aleatorios, sino que tienen leyes definidas que pueden ser entendidas tanto por el pensamiento artístico como por el sentimiento artístico. En los años de secundaria, especialmente en undécimo y duodécimo grados, esta comprensión conduce a una apreciación de la euritmia de un modo que corresponde a la vida del pensamiento en desarrollo de los estudiantes.

Pida al pianista que toque una nota aguda y una nota grave, y guíe a los estudiantes a experimentar las cualidades de los gestos correspondientes a las dos notas. Pídales que presten atención a la delicada corriente que brota hacia fuera y fluye hacia dentro que experimentan en los brazos con los dos gestos. Con la nota aguda el gesto se mueve hacia el exterior del cuerpo, el brazo irradia y se estira, introduciendo un elemento de delicada tensión en los músculos. Con la nota grave el gesto se mueve hacia dentro acercándose al cuerpo: el gesto se relaja y la mano adquiere un delicado matiz de curva hacia dentro.¹⁷

Ahora pregunte desde dónde y hacia dónde fluye el gesto de la nota aguda, e indicarán de ellos mismos hacia el exterior. Así mismo, pregunte desde dónde y hacia dónde fluye el gesto de la nota grave, y nos ofrecen la imagen contraria de la nota grave fluyendo desde

el exterior hacia ellos. Llamamos a estos dos puntos el centro y la periferia, y dibujando un círculo en la pizarra, trazamos líneas que irradian desde el centro a la periferia (use tiza amarilla) para las notas agudas, y líneas que irradian desde la periferia al centro (use tiza azul) para las notas graves.



Indique a los estudiantes cómo en un gesto, dado que fluye del centro a la periferia, el gesto se presenta en una línea recta, y cómo en el otro gesto, dado que se desplaza desde la periferia, desde nuestro alrededor, el gesto asume naturalmente una calidad redondeada.

Como nota al margen, el concepto del centro y la periferia respecto a los gestos de tono se puede utilizar, si así lo desea, para ampliar su comprensión de los sostenidos y bemoles. En este contexto es fácil entender que el gesto para los tonos bemoles se retrae hacia dentro, desde la periferia hacia el centro; el gesto para los tonos sostenidos, sin embargo, requiere una mayor comprensión. En este caso se trata de un tono intensificado o realzado, y la experiencia interna que se necesita para crear el gesto es también de una conciencia “intensificada” o “realzada”. Con el tono sostenido, la experiencia de luz se acentúa de tal manera que la intensidad del punto focal en el “centro” se incrementa, pero a partir de una mayor luminosidad en la periferia circundante. Por lo tanto, el antebrazo y la mano se retiran hacia el

centro, permitiendo que la intensidad de la luz de la periferia se refleje en la periferia.

Señale el extraordinario paralelismo entre el gesto de los tonos sostenidos, y los gestos que la gente hace de forma instintiva cuando de pronto se encuentran ante una luz intensa, como cuando salen de un cuarto oscuro a plena luz del sol. En tales momentos, si nos observamos a nosotros mismos, aumenta la conciencia ego-“céntrica” debido a la “presión” de la luz del exterior (periferia). La experiencia de los sostenidos, con su intensa actividad de la periferia y el centro, es una misma experiencia.

Ahora observe con los estudiantes los colores azul y amarillo, haciéndoles ver cómo el gesto para el azul se curva hacia dentro, y el gesto para el amarillo irradia hacia el exterior, y señalando desde y hacia dónde se desplaza el azul, y también el amarillo. Vuelva a la pizarra, tome la tiza azul y amarilla, y añada los principios resultantes del ejercicio de azul y amarillo, dibujando simplemente por encima de nuestro primer diagrama basado en los gestos de tono.

Llegados a este punto podemos invitar a la discusión sobre la interrelación de sonido y color. Podemos hacer preguntas como: ¿Quién ha tenido experiencias de color al escuchar música? ¿Alguien ha oído el sonido de los colores? ¿Quién ha escuchado las notas de las flores? Si prestamos atención, a veces podemos experimentar ciertas piezas musicales con un color definido acompañando a la pieza en su conjunto — ¿Quién ha tenido esta experiencia? Lo importante aquí no es presentar posturas dogmáticas sobre una cuestión en particular, sino involucrar a los estudiantes en las maravillas del mundo, mantener viva su imaginación artística e invitar a la discusión.

Gravedad y Levedad

La siguiente parte puede añadirse a la anterior o hacerse por separado. Siempre he presentado su contenido con desenfado a fin de mantener abiertas las mentes de los estudiantes y permitir que puedan especular alegremente.

Haga que los estudiantes trabajen un rato con el color amarillo y luego haga la pregunta: “¿Cuánto pesa el amarillo, qué peso tiene?” La respuesta, por supuesto, es que es muy ligero. Con la siguiente pregunta, “¿Tiene un peso positivo o un peso negativo?”, generalmente se quedan en silencio mientras intentan lidiar con estos conceptos. Reformule la pregunta: “Si pusieran el color amarillo en una balanza, el color puro, sin pigmentos de color hechos a partir de sustancia física, y de algún modo lo fijaran en el plato ¿Indicaría la balanza un peso positivo o un peso negativo? ¿Querría subir el plato amarillo?” Esta es una pregunta maravillosa que requiere todo tipo de habilidades imaginativas, pero los estudiantes generalmente llegan a darse cuenta de que el amarillo debe tener un peso negativo (porque se eleva hacia la periferia!

Pregunte cuál es la mejor manera de describir “peso negativo”. Con un poco de esfuerzo proponen otro nombre, levedad positiva. De este modo, podemos decir que tal vez el color amarillo tenga levedad positiva ¡un gran pensamiento para que los estudiantes reflexionen!

Ahora preguntamos: “¿Es la levedad real, o estamos simplemente inventando ideas?” Lo más probable es que la clase esté dividida sobre esta cuestión, así que sacamos un objeto de nuestro bolsillo, como un manojito de llaves, y pedimos a los estudiantes que observen con atención mientras extendemos el brazo y dejamos caer las llaves al suelo. Pídeles que describan lo que han visto, y dirán que han visto

caer las llaves al suelo. Pregunte si las llaves están sujetas a la gravedad y contestarán que sí, están sujetas a la gravedad. Pregunte hacia dónde caen las llaves, y dirán hacia el centro de la tierra. Pídale de nuevo que observen lo que han visto, diciéndoles que se concentren solo en las llaves e ignoren todo lo demás. Lo más probable es digan que han visto caer las llaves al suelo, así que les pedimos que observen con mucha atención una vez más, ignorando todo, excepto las llaves. Captan el mensaje de que les falta algo, y después de algunas repeticiones se dan cuenta de que han visto caer las llaves al suelo y volver a elevarse.

Esta es la respuesta completa, y dibujamos en la pizarra un punto que representa el centro de la tierra hacia el que caen las llaves y un círculo periférico que representa hacia dónde se elevan las llaves. Si hemos presentado recientemente a los estudiantes la correspondencia entre los gestos de color y tono, puede dar lugar a un sentimiento lleno de asombro de: “Ay, Dios mío involucramos a esos principios de nuevo!”

Pregunte de nuevo si las llaves están sujetas a la gravedad y solo a la gravedad. Después de levantar y soltar las llaves un par de veces, alguien se dará cuenta (esperemos) que las llaves no están sujetas únicamente a la gravedad, sino también a otra fuerza que podríamos llamar levedad, porque también se elevan en sentido contrario a la gravedad. Preguntamos qué agente produce el efecto de “levedad” sobre las llaves, y nos dicen que nosotros, o que nuestro cuerpo levanta las llaves en sentido contrario a la gravedad. ¿Implica esto, preguntamos, que nuestra organización corporal incluye algo en sí que tiene levedad? Miren mi brazo, si lo dejo caer, está sujeto a la gravedad, pero luego vuelvo a levantarlo. Pueden ver mi brazo, y ya saben que está sujeto a la gravedad porque es físico, pero ¿pueden ver qué hace que mi brazo se levante? ¿Qué significa esto? Los estudiantes más brillantes normalmente caen en la cuenta, y dicen que significa que nuestro cuerpo material está impregnado de un principio (invisible) de levedad. Volviendo a nuestra pregunta inicial: “¿Es la levedad positiva real?”, podemos atrevernos a decir que es algo muy real iya que es una fuerza con el poder de contrarrestar la fuerza de la gravedad!

Resuma la discusión creando una imagen del ser humano viviendo en la tierra, en equilibrio entre las dos fuerzas que lo arrastran hacia el suelo y lo elevan hacia la periferia, a los cielos. Señale cómo podemos observar a los niños pequeños, por ejemplo de primer y segundo grado, y ver con qué ligereza mueven sus cuerpos, y luego observar a alguien de treinta años y lo equilibrados que están, y luego a alguien de edad avanzada y ver cómo sus cuerpos están entregados a la gravedad.

No he desarrollado más este tema, pero proporciona un giro inesperado a las lecciones de euritmia, especialmente para aquellos de pensamiento más despierto. También aporta un verdadero sentido de asombro cuando se dan cuenta de cómo el simple acto de levantar un brazo contiene incalculables misterios.

El Zodíaco en Duodécimo Grado

El duodécimo grado es el momento de presentar los gestos del Zodíaco a los estudiantes puesto que constituye la cima de toda su educación. Aquellos que han recibido toda su educación en un colegio Waldorf descubren que trabajar con el Zodíaco arroja luz sobre muchas cosas que han experimentado en los anteriores grados, especialmente en euritmia. No tengo palabras para expresar la profunda seriedad con la que muchos estudiantes abordan este tema. El Zodíaco les hace ver de forma concreta el hecho de que son seres espirituales, y que sus profesores siempre se han dirigido a ellos partiendo de esta base. Los estudiantes se dan cuenta de que lo que están aprendiendo aquí es una experiencia única y les brinda una oportunidad única.

Hay muchas formas de abordar el Zodíaco, y no pretendo que la mía sea mejor que las otras. Tampoco pretendo aportar nada esencialmente nuevo. No obstante, he guiado a varias clases a través del proceso y sé que cada paso que damos en los aspectos espirituales del Zodíaco debe relacionarse con la experiencia cotidiana. Tenemos que retar a nuestros estudiantes para que no crean lo que estamos diciendo sino que pongan a prueba y observen por sí mismos la veracidad de lo que ofrecemos.

Algunas consideraciones

Dado que la enseñanza del Zodíaco es un proceso que nos va a ocupar durante gran parte del año de un modo u otro, es necesario comenzar de inmediato en el otoño. Sin embargo, debemos tener en cuenta que nuestro tiempo de enseñanza se limita a un período que abarca desde septiembre hasta aproximadamente Semana Santa. A partir de entonces, los estudiantes se preocupan de los preparativos de la graduación.

Presentar el Zodíaco es predominantemente una actividad del espíritu; por lo tanto, planifique para incluirlo en la primera parte de la lección. Dado que con frecuencia exige que los estudiantes se pongan de pie manteniendo un gesto, y/o escuchen mientras describimos algún aspecto de los signos, planifique la segunda parte de la lección para que sea más vigorosa.

Otra consideración es evitar caer en la trampa de sermonear con nuestra (indudable) sabiduría, mientras los estudiantes están cada vez más cansados — por lo tanto, enseñe de manera eficiente. Enseñe con pinceladas claras y firmes, y a continuación pase al movimiento para que puedan hacer y absorber lo que acabamos de presentar. Es muy importante en eutritmia no avanzar demasiado antes de conectar lo que acabamos de exponer con el verdadero gesto. Tampoco es necesario exponer todo lo que sabemos sobre un signo en una lección. Debemos controlar el ritmo y poder detectar cuando hemos hecho suficiente.

Lo que se expone a continuación se ofrece en etapas con sugerencias sobre qué opción seguir. Por regla general, lo máximo que se puede dedicar al Zodíaco es media lección. A menudo, el período es mucho más breve; en gran medida depende del estado de ánimo de los estudiantes, si se muestran o no receptivos, si sentimos que ese día en particular podemos profundizar con ellos, o simplemente revisar y pasar a otra cosa. No debemos tener miedo de detenernos en medio de lo que tenemos planeado si sentimos que ya han tenido suficiente. De hecho, es preferible detenerse cuando no han tenido suficiente. Esto crea en su interior una expectación e impaciencia por oír lo que viene a continuación —una situación privilegiada para un profesor— ¡Siempre y cuando tengamos lo que buscan!

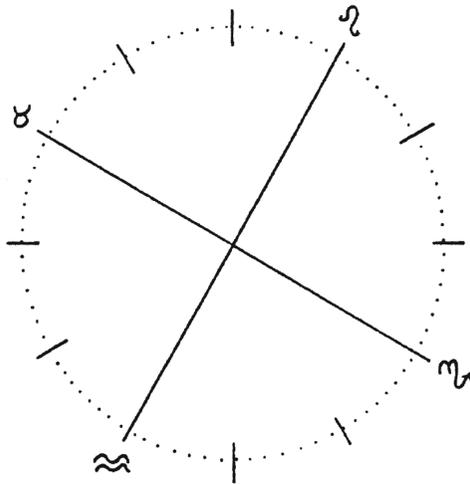
Los cuatro arquetipos

Después del ejercicio de apertura, describa el fenómeno del Zodíaco en un círculo alrededor de la tierra. Ese esbozo será un repaso para los estudiantes, puesto que ya habrán estudiado astronomía, y por lo tanto no necesitamos extendernos demasiado. Podemos ofrecer

la imagen de las estrellas y los planetas fijos como un violín con su arco, el Zodíaco aporta la forma y los planetas el movimiento, y de estos dos elementos surge la música. Los estudiantes deberían ya haber estudiado los gestos planetarios en undécimo grado, lo que nos ayuda a describir con claridad la diferencia entre los planetas y el Zodíaco.

A modo de introducción podemos hablar de los pueblos antiguos, que no solo miraban hacia el cielo y lo dividían intelectualmente en doce partes, sino que contemplaban las diferentes imágenes que surgían en su conciencia mientras observaban las diferentes partes del Zodíaco. Los nombres y las imágenes se encuentran todavía en uso hoy en día, pero hemos perdido la visión directa del Zodíaco. Pero la eurytmia tiene algo que puede proporcionar una visión renovada y una experiencia directa del Zodíaco.

Podemos entonces hablar de los cuatro signos que forman una gran cruz en el Zodíaco. Se encuentran enfrente y en ángulo recto entre sí, Leo y Acuario, Escorpio y Tauro. Dibuje la siguiente cruz en la pizarra.



Describa cómo estos cuatro signos, desde un punto de vista, son la esencia de todo el Zodíaco, una esencia que no es más que una imagen del ser humano. Señale que tres de ellos son signos animales: el león para Leo, un toro para Tauro y un escorpión para Escorpio (que era, y

en el idioma alemán sigue siendo, conocido como un águila). El cuarto signo, Acuario, está representado por un ser humano, una persona que lleva un recipiente de agua, el Portador de Agua. Incluso hoy en día estos cuatro signos tienen su propia denominación colectiva en alemán moderno, “Die Viergetier”.

También podemos presentar la idea de que la conciencia de la naturaleza especial de estos cuatro signos viene de muy lejos en la cultura europea. Podemos mostrarles imágenes de vidrieras de colores o manuscritos ilustrados que tengan representaciones artísticas de estos cuatro signos, con frecuencia relacionados con los cuatro evangelios. Podemos encontrar un bello ejemplo en el Libro de Kells, una biblia ilustrada de Irlanda.

Al llegar a este punto ya hemos hablado durante un rato, y es hora de movernos. Introduzco esta siguiente fase admitiendo que los gestos que voy a presentar no son siempre fáciles de entender, y yo mismo tengo tantas preguntas al respecto como cuando los aprendí. Les digo que intentaré proporcionarles los motivos para adentrarse en una relación significativa con los gestos, pero también que en muchos sentidos no pueden expresarse con palabras. Sobre todo deben experimentar los gestos; entonces todo empezará a cobrar sentido.

Leo se representa con un león que, como toda la familia de los gatos, vive en el ritmo. El modo de moverse y respirar del león, de hecho incluso su forma y modo de ser, transmiten una elasticidad rítmica. De alguna manera podemos percibir que el león es una imagen física de maestría interior, de valor, de vivir en la relación dinámica entre el corazón y el pulmón.¹⁸

El león también tiene algo parecido al sol que, sobre todo en su semblante, irradia hacia el exterior. Podemos dejar que este resplandor similar al sol fluya de nuestro corazón hacia el exterior. Si seguimos lo que acabamos de crear en nuestro interior, dejando que los brazos sigan estas líneas de fuerza, elevándolos y extendiéndolos, e incluso permitiendo que esta sensación irradie de las manos y los dedos, llegamos al gesto de Leo. Cuando nos colocamos en el gesto de Leo, la

propia imagen es en cierto modo tan leonina que no requiere mayores explicaciones.

Después de practicar para crear la imagen, el gesto interior de Leo, y siguiendo estas líneas de fuerza hacia el propio gesto, pasamos a los signos que se encuentran a ambos lados: Tauro y Escorpio. Si bien es fácil llegar al gesto de Leo, digo a los estudiantes que estos dos siguientes signos presentan aparentes contradicciones que simplemente tendremos que aceptar hasta que hayamos hablado del Zodíaco desde otros puntos de vista. ¡E incluso entonces puede que sigan perplejos!

Desde el “centro” de nuestro sistema rítmico podemos movernos en solo dos direcciones, ascendente hacia la cabeza o descendente hacia el sistema digestivo. Si nos movemos hacia abajo, llegamos a Tauro, una parte de nosotros mismos que podríamos describir como perteneciente al toro o la vaca. Si nos dedicamos a observar, y vivir, al ganado pastando en un prado, podemos ver cómo toda su forma está dedicada a la actividad de la digestión. Mastican, y mastican, y mastican, e incluso cuando se tumban, siguen rumiando. Si hacemos un ruido y hacemos que dejen de rumiar, su mirada parece decir: “¿Quién osa interrumpir mi digestión?”

Esta es una de las primeras aparentes contradicciones. Cabría esperar que Steiner hubiese dado a Tauro un gesto relacionado con la región digestiva. Pero no, todo lo contrario. Nos cubrimos la laringe con la mano izquierda y sujetamos la cabeza con el brazo derecho. Evidentemente, si solo prestamos atención al aspecto digestivo de nuestro ser, no vamos a llegar muy lejos en la comprensión de este gesto. Sin embargo, si nos cubrimos la laringe y sujetamos la cabeza atentamente, podemos observar que nuestra voluntad se activa en silencio en las regiones inferiores. No es tanto el aspecto digestivo al que debemos prestar atención, sino a la voluntad conectada con el sistema metabólico y las extremidades. Así como en el gesto de Leo vivimos en los sentimientos, en Tauro vivimos en la voluntad, aunque una voluntad que no se manifiesta exteriormente en cuanto al gesto.

En algún momento debemos también abordar la relación entre el sistema metabólico y las extremidades. Si afirmamos tajantemente que nuestras extremidades son meras extensiones de nuestro sistema digestivo, los estudiantes probablemente nos mirarán con recelo y nos cuestionarán al respecto, lo cual nos brinda la oportunidad que estamos buscando.

Las extremidades son ejecutoras. Su esencia radica en el movimiento, en la voluntad. Las piernas están ligadas a la tierra y llevan el cuerpo de un lugar a otro. Están limitadas por su forma y función a una actividad puramente de hacer/voluntad. Pero gracias al sacrificio de las piernas, los brazos tienen una mayor libertad en su actividad. Los brazos, y especialmente las manos, agarran la materia y la transforman. Moldean el entorno exterior de mil maneras diferentes convirtiéndolo en algo adecuado para el ser humano — ya sea ropa, alimento o cobijo. Del mismo modo, nuestra digestión toma la materia, y mediante diversos movimientos y procesos, transforma el mundo exterior en algo adecuado para el ser humano. La actividad esencial es la misma, pero una se exterioriza y la otra se interioriza. Las extremidades son la actividad digestiva exteriorizada; la digestión es la actividad de las extremidades interiorizada.

Si nos movemos hacia arriba del corazón a la cabeza, nos encontramos bajo el signo de Escorpio, el águila. Nuestra cabeza y nuestro pensamiento están “arriba”. “Miran hacia abajo”, por así decirlo, y observan objetivamente los tejemanejes del mundo. Del mismo modo, el águila se eleva en el aire y con ojos penetrantes observa la tierra desde lo alto. Nuestra cabeza, precisamente por su forma estática, es todavía más capaz de elevarse a la altura del pensamiento. En cierto sentido, lo que nuestro pensamiento puede hacer espiritualmente, el águila hace externamente. Podría decirse que el águila es una imagen exterior de la naturaleza de nuestra cabeza.

En el gesto de Escorpio nos encontramos con una segunda contradicción, complementaria al gesto de Tauro. En lugar de un gesto indicando la cabeza, el gesto de Escorpio permanece en las regiones

inferiores. La mano derecha se mantiene a nuestro lado, y la mano izquierda se desvía, oblicua a la vertical. Al igual que con Tauro, el gesto se extiende en la dirección opuesta a su lugar en el cuerpo. Pero una vez más, al profundizar en el gesto, podemos experimentar cómo nuestro pensamiento despierta sutilmente.

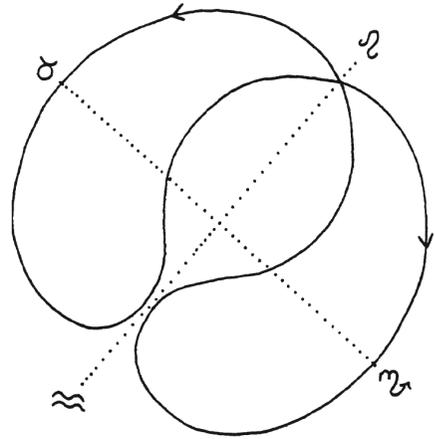
La pregunta que surge ahora es: ¿Dónde está el Portador de Agua? Si hemos cubierto la cabeza, el pecho y el sistema metabólico y de las extremidades ¿dónde se encuentra Acuario? Si los estudiantes no nos plantean esta pregunta, entonces pregúnteles a ellos. Siempre que tengamos una pregunta de este tipo, que si se reflexiona puede dar mucho fruto en la vida interior, intente dejarla para el final de la lección. Antes de plantear la pregunta, diga a los estudiantes que no quiere una respuesta rápida, sino que lo consulten con la almohada para ver qué respuestas surgen. En la siguiente lección la pregunta puede dar lugar a bellas conversaciones, con toda la clase escuchando lo que sus compañeros han descubierto.

El Portador de Agua está en todas partes y en ninguna. Acuario es la forma humana como unidad y no existe en ningún sitio determinado. La imagen que presento es que estos tres aspectos “animales” de nosotros mismos nunca encontrarían por sí mismos un terreno común armonioso. Individualmente tendrían dificultades y, artísticamente hablando, desgarrarían al ser humano en tres direcciones. Pero esto no ocurre debido a un cuarto elemento invisible que impregna y ennoblece al Águila, el León y el Toro. Es el Aguador. La figura humana que representa a este signo lleva agua en un recipiente, porque el agua es mediadora, permite que las cosas se fundan, se disuelvan y fluyan juntas. En sí misma no tiene ninguna característica individualizada, ya que el agua se caracteriza por estar abierta a todas las demás características. Este altruismo indica aspectos más elevados, tanto del signo como del ser humano. Acuario es portador de nuestro arquetipo humano, una parte invisible de nosotros que garantiza nuestra humanidad. También es el único gesto del Zodíaco que se mueve. La constante actividad de armonización entre lo que existe en nosotros como naturaleza de

águila, león y toro solo puede indicarse a través de un gesto que exprese un equilibrio dinámico.

Hay muchas formas de desarrollar estos cuatro signos en ejercicios más reducidos o más amplios. Simplemente hacer que los estudiantes se muevan en un círculo, transformándose de signo en signo conforme pasan por las cuatro posiciones del Zodíaco, puede ser satisfactorio. Asegúrese de que se desplazan en el sentido de las agujas del reloj, ya que esta es la dirección en la que se moverán más adelante cuando pasen por el Zodíaco de Aries a Piscis.

Como ejercicio preparatorio para la siguiente visión del Zodíaco, podemos incorporar el *Ocho Armonioso* y dejar que los estudiantes pasen por los cuatro signos en un orden distinto.



Los dos caminos del alma

Habiendo establecido una imagen del ser humano integrado, triple, podemos arrojar una luz diferente sobre el Zodíaco siguiendo los dos procesos del alma que parten del sentimiento en dirección al pensamiento o la voluntad. Esto también nos permite introducir los otros signos de una manera que los estudiantes pueden captar de una forma concreta. Personalmente, he descubierto que esta visión del Zodíaco realmente conecta a los estudiantes con su vida afectiva.

Comenzando de nuevo en Leo, resumimos cómo este signo constituye una especie de centro. Desde este centro del corazón, que podemos caracterizar como “entusiasmo radiante”, podemos movernos en solo dos direcciones: hacia el elemento de voluntad en Tauro o el elemento de pensamiento en Escorpio. Señalamos que todo lo que cautiva plenamente al ser humano tiene sus raíces en el entusiasmo, en

sentirse inspirado o enardecido. Dé ejemplos concretos. Normalmente he tenido hijos de padres fundadores de Waldorf en mis clases, y digo: “Por ejemplo, un grupo de padres se une, y por entusiasmo y amor por sus hijos, deciden fundar un colegio Waldorf”. Esto provoca lamentos de angustia, pero ellos comprenden lo que quiero decir. Por supuesto, puede utilizar cualquier ejemplo, pero cuanto más cercano mejor, ya que esto les animará a observar su propio entorno desde una nueva perspectiva.

De este entusiasmo inicial, la dirección que tome un grupo o un individuo —hacia Tauro o hacia Escorpio— dependerá del temperamento del individuo o del grupo, o de la propia tarea. Puede incluso surgir un conflicto dentro del grupo sobre qué camino seguir.

Si tomamos el camino hacia Escorpio, pasaremos de nuestro entusiasmo inicial a un estado de ánimo sobrio. Damos un paso hacia dentro y sentimos la necesidad de controlar y atenuar nuestros sentimientos. No queremos sentirnos abrumados por nuestro entusiasmo inicial y partir de algo que no está anclado en la realidad. Esta sobriedad es realmente una especie de digestión, de retraerse hacia dentro y considerar la situación. A partir de esta línea de caracterización llegamos al gesto de Virgo. Puede ser útil conectar a Virgo con los órganos digestivos, o hablar de la calidad protectora, envolvente, retrayente de las consonantes “B” y “P” de Virgo.

Tras recuperar el sosiego, tomamos el siguiente paso y empezamos a juzgar, sopesar. Contrapesamos la izquierda y derecha de una situación y las colocamos ante nosotros. Es importante evaluar qué es posible y qué imposible. Es inútil haber tenido entusiasmo y después recuperar el sosiego sin haber actuado. Debemos sopesar las cosas, lo cual constituye la esencia de Libra, la balanza.

Solo después de sopesar la situación llegamos verdaderamente al pensamiento propiamente dicho, al entendimiento. Solo entonces podremos realmente confirmar: “Sí, podemos fundar un colegio Waldorf. En nuestra opinión existen las condiciones necesarias”. Ahora hemos llegado a Escorpio.

El otro camino que podemos tomar es hacia la voluntad, hacia Tauro. A partir de nuestro ardiente entusiasmo, en lugar de sosegarlos experimentamos un impulso directo hacia la acción — Cáncer. Por supuesto, un impulso puede tener dos caras; puede ser desconsiderado e imprudente, o puede ser una iniciativa que fluye de la inspiración divina, un punto que podemos retomar cuando presentemos el sonido “F” en relación con Cáncer.

Pero en sentido estricto un impulso no puede por sí solo dar lugar a un acto verdadero, plenamente consciente. Antes de poder realizar un acto, debemos tener la capacidad de llevar a cabo nuestra iniciativa — Géminis. Puede que esta capacidad ya exista y solo necesite activarse, o puede ser algo que primero debemos desarrollar. Sin desarrollar el apoyo, la comprensión y el deseo de la comunidad de padres en su conjunto, sin desarrollar los recursos financieros, no será posible fundar un colegio Waldorf.

Hay ciertos individuos que poseen el atributo de la “capacidad”. Por lo general son gente de acción: los guerreros y generales son buenos ejemplos, y podemos presentar imágenes o fotografías de samuráis u otros personajes que a menudo son retratados con la postura característica de Géminis.

Indique a los estudiantes cómo Libra y Géminis se complementan entre sí perfectamente. Cómo Libra une izquierda y derecha en un gesto de reflexión, mientras Géminis une izquierda y derecha a fin de realizar actos.

De este modo, comenzando con entusiasmo, partiendo del puro sentimiento al impulso y del impulso a la capacidad, podemos verdaderamente llevar a cabo la acción, el acto. La voluntad está ahora exteriorizada en una acción concreta, algo que se realiza en el mundo — Tauro.

De nuevo, ofrezca ejemplos concretos a los estudiantes. No tenga miedo de ser prosaico, sobre todo cómicamente prosaico. Por ejemplo, podemos contar la siguiente historia a nuestros estudiantes: Está sentado solo en un aula, muerto de aburrimiento. Su amigo entra y

le dice: “Vamos a la tienda”. Usted se anima inmediatamente. Esto es Leo en acción. Pero entonces recuerda que está castigado durante la hora del almuerzo por pegar chicle en el cabello de Jennifer. Esto hace que se pare a pensar, ha entrado en Virgo. Pero realmente quiere ir con su amigo, así que empieza a sopesar las posibilidades de que le pillen. Sabe que la mayoría de los profesores están en una reunión intentando decidir qué hacer sobre la escapada de Linda y Scott en el viaje de acampada, pero la Sra. Bundy está de guardia, y aunque es miope, siempre pasa el rato al lado de la entrada principal. Aquí está sopesando, Libra en acción. Finalmente, discurre lo siguiente: “Si me pongo el impermeable y el sombrero de Jennifer, la Sra. Bundy no me reconocerá”. No es una gran idea teniendo en cuenta su relación ya tensa con Jennifer, pero aun así, ella tiene un abrigo largo y un sombrero de ala flexible. “Me arriesgaré. Iré a la tienda”, le dice a su amigo. Aquí llegamos a Escorpio.

Con este ejemplo podemos seguir la trayectoria de nuestro héroe. Tras haber tomado la decisión: “Me arriesgaré”, recobra su entusiasmo inicial (Leo), y salta de su pupitre y corre hacia el guardarropa. Ahora está en Cáncer, el impulso a la acción. En el guardarropa busca las cosas de Jennifer, pero no las encuentra. Alguien le dice que Jennifer ha ido a la peluquería. Esto amenaza su capacidad de actuar; tendrá que desarrollar otro plan. Ahora está bajo el signo de Géminis. Rápidamente agarra la chaqueta de cuero, bufanda y el casco de moto de Lawrence. Yendo hacia la entrada principal, envía a alguien para que charle sobre cualquier cosa con la Sra. Bundy, y avanzando con paso seguro se marcha — Tauro.

Por tonta que pueda parecer esta historia, recuerde que se refiere al propio entorno concreto de los estudiantes. Saben quiénes son todos los personajes, y si parecen (o no) creíbles. Es decir, a Jennifer no la pillarían ni muerta en una peluquería, y además ¡acaba de afeitarse la cabeza! Este tipo de relato espontáneo conectará con sus estudiantes y reforzará la idea de que el Zodíaco no solo se encuentra en el cielo, sino también en la tierra en la vida cotidiana. Rételos a poner a prueba

lo que presentamos, a observarse a sí mismos y a su entorno en detalle. No obstante, esto no significa que debamos adoptar una postura parcial y atada a lo terrenal. Sea superconsciente de la regla de las polaridades; en el caso del Zodíaco, presente sus aspectos terrenales de una forma celestial y sus aspectos divinos de una forma terrenal.

Habiendo establecido los dos caminos hacia los polos opuestos, Escorpio y Tauro, ahora podemos pasar a describir su convergencia en Acuario.

Desde el entendimiento logrado en Escorpio, pasamos a la siguiente fase, donde el pensamiento se convierte en determinación, se convierte en ideal. La flecha del centauro apunta hacia el cielo. Aquí el poderoso impulso del gesto de Sagitario dice más que las palabras pueden expresar. Sagitario es la imagen de la resolución, de formar un ideal con un fuerte elemento de voluntad. Está presente siempre que queremos aportar algo al mundo, pero que todavía se encuentra en el futuro. Puede ser tan noble como el más sincero deseo de terminar con el racismo, o tan prosaico como una resolución de Año Nuevo de dejar de fumar.

Habiendo proyectado nuestro ideal en Sagitario, nuestra determinación, y los pensamientos que conlleva, chocan con la realidad del mundo. En Capricornio, lo que proyectamos a la vida se enfrenta a lo que constituye la situación real. En lenguaje coloquial, Capricornio es donde aprendemos de la escuela de la vida. La poderosa postura de Capricornio delata este atributo. Del mismo modo la rodilla, que constituye el lugar de encuentro de fuerzas opuestas, es una imagen perfecta de este signo.

Nuestra determinación, después de haber sido moldeada por las fuerzas de la realidad en Capricornio, a continuación pasa a la armonía con el mundo, al dominio de Acuario. La llegada a Acuario es en cierto modo un alivio; después de las tensiones dinámicas inherentes en Capricornio, experimentamos un estado de ánimo similar a la octava musical.

Viniendo del otro lado, una vez que hemos llegado a Tauro comenzamos un proceso de separación. El acto, tras ser realizado, ahora pertenece a la realidad exterior, y de pronto nos encontramos fuera de nuestro acto: Aries — Reacción al acto, “evento” o “acontecimiento”.¹⁹ Este momento se ha captado y representado artísticamente con frecuencia. Pertenece a los grandes momentos de la historia en los que la acción ya se ha convertido en un evento fuera de sí mismo. Desde la reacción de los científicos que desarrollaron la bomba atómica cuando se hizo explotar con éxito, a nuestra reacción cuando hacemos algo con resultados inesperados, todo ello pertenece a Aries. Es un despertar a la conciencia que puede observarse en todos los aspectos de la vida. El gesto de Aries también puede observarse en estos momentos, incluso al levantar la mano hasta la barbilla. Encontramos con frecuencia este gesto en el escenario cuando los actores reaccionan a los actos cruciales de la obra.

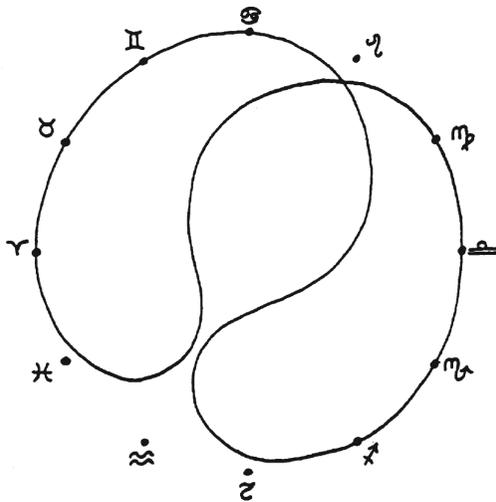
Cuando pasamos a Piscis, estamos aún más lejos del acto que hemos realizado. En esta etapa nuestro acto adquiere vida propia, y sus efectos pueden repercutir sobre nosotros de forma dolorosa y profunda. Nuestro acto se entrelaza en el tejido de la vida, e incluso en el destino del mundo. A menudo el individuo que realizó un acto queda totalmente asombrado con las consecuencias radicales de su actuación, buenas o malas. Piscis es el ámbito donde se produce la separación de lo personal y lo suprapersonal. En Piscis el acto se convierte en destino, y su gesto expresa esta separación de una manera profundamente artística. Una parte de nosotros desaparece y muere, se convierte en cenizas. La otra, alzándose por encima de lo puramente terrenal, intenta alcanzar reinos superiores.

Nuestros actos siguen afectando al mundo, y finalmente nuestro yo personal se libera de sus efectos. El tiempo pasa, y hasta los grandes acontecimientos de nuestra vida toman un cariz que parece pertenecer a otro tiempo y lugar. Si no fuera así, nunca tendríamos una resolución del destino. Estaríamos condenados a vivir por siempre las consecuencias de todo lo que hicimos. El proceso de separación de

Piscis solo se completa cuando realmente nos hemos reconciliado con nuestros actos, a menudo al borde de la muerte, y nos adentramos en la armonía y el sentido de la resolución que aporta Acuario.

En un ejercicio simple, podemos dar visibilidad a los dos caminos del alma haciendo que doce estudiantes se coloquen en las posiciones del Zodíaco, mirando hacia dentro. Leo ilumina su gesto, y luego uno a uno seguimos el camino desde Escorpio, observando con atención cómo estos gestos siguen una lógica interna que no puede expresarse con palabras. Por simple que parezca, es una gran satisfacción ver cómo se desarrolla este proceso. Del mismo modo, seguimos los pasos a Acuario desde Tauro.

Después de esto, podemos hacer que los pares complementarios animen sus gestos a la vez; Virgo y Cáncer, Libra y Géminis, etc. A veces no se oye ni el vuelo de una mosca cuando hacemos este ejercicio, porque es algo realmente mágico. Cada par tiene cualidades opuestas y sin embargo, son como anillo al dedo. Indique a los estudiantes —si aún no lo han señalado ellos mismos— cómo el camino de la voluntad asume una cualidad de pensamiento después de Tauro, mientras el camino del pensamiento está teñido de voluntad después de Escorpio.



Si ya hemos hecho con los estudiantes el ejercicio del *Ocho Armonioso* con los cuatro arquetipos, habremos sentado las bases para repetir el ejercicio con los doce signos. Lo bueno de este ejercicio es que nos permite pasar de forma natural por los dos caminos del alma alternativamente.

Una advertencia: si hace este ejercicio con los estudiantes, vaya despacio. Los estudiantes tendrán dificultades para controlar las secuencias y recordar los gestos. Si tiene suficientes niños, puede tomar el paso preliminar de hacer que doce estudiantes se coloquen en un gran círculo haciendo los gestos del Zodíaco, mientras los demás estudiantes hacen el movimiento del *Ocho Armonioso* en el interior. Hacerlo así les permite aprender las transiciones de signo a signo.

Una variación de este método es que doce personas hagan el movimiento, pero en lugar de un movimiento fluido, hagan una breve pausa después de cada signo. Esto dará tiempo a los estudiantes para observar su siguiente gesto de la persona a la que siguen. Acelere gradualmente a lo largo de unas semanas, hasta que todo se mueva sin problemas.

De Aries a Piscis

Presentar los cuatro signos arquetípicos y los dos caminos del alma es bastante sencillo. La siguiente perspectiva no siempre se logra con facilidad de una manera concreta, pero afortunadamente podemos encontrar un buen número de reflexiones de este camino arquetípico. Cuando un signo parece un tanto oscuro desde un punto de vista, desde otro punto resulta evidente. Trabajar con el Zodíaco “entrando” por Aries y “saliendo” por Piscis es un tema tan grande como para dedicarle un libro entero. Lo descrito a continuación es por tanto solo un breve esbozo, e invito al lector a encontrar sus propias imágenes para presentar a los estudiantes.

Por dónde empezamos es cuestión de elección personal, pero un buen punto de partida es la relación de los signos con el cuerpo.

Comenzando por Aries, nos movemos de la cabeza hacia abajo a través del cuerpo hacia Piscis en los pies. Es un camino de encarnación que los estudiantes están completando. El niño crece hacia abajo desde la cabeza, que, proporcionalmente hablando, se hace más pequeña a medida que el niño “crece”. A medida que avanzamos de signo a signo, podemos experimentar fácilmente el gesto en relación con las respectivas partes del cuerpo. También podemos complementar lo que ya hemos presentado al avanzar por los dos caminos del alma, como el hecho de que el corazón es el centro de la vida afectiva, la constante actividad de equilibrio de las caderas, cómo los pies nos llevan a nuestro destino, etc.

Podemos entonces presentar fructíferamente las consonantes pertenecientes a los signos, mostrando su fuerte relación con las distintas partes del cuerpo: la consonante “H” está conectada con los hombros y la fuerza innata de la “capacidad”; “G” y “K” están firmemente arraigadas en los brazos. Del mismo modo, la relación de las cualidades de los sonidos con los dos caminos del alma; cómo la “F”, en su sentido más elevado, está relacionada con el “impulso a la acción” por ser el sonido en el que la sabiduría divina se infunde en nosotros; cómo la “G” solo puede surgir a través de un impulso imbuido de voluntad (o determinación) que surge de nuestro interior; o la relación de la “N” con la separación de nuestro propio yo terrenal de las consecuencias de nuestros actos cuando cruzamos el umbral de la muerte.

Desde un punto de vista cósmico-espiritual, podríamos luego girar al poema de Steiner “Los doce estados de ánimo”, donde cada uno de los siete planetas recita una línea característica a medida que avanza a través de los doce signos. La fuerza, poder y majestad de este poema son impresionantes. En este poema Rudolf Steiner describe de forma artística el camino cósmico-cualitativo que nos lleva de Aries a Piscis. Como solo un iniciado podría hacer, capta la esencia de todos los signos y planetas. Este poema presenta tal riqueza que merece toda una vida de trabajo meditativo, pero incluso al humilde nivel en

que la mayoría de nosotros aborda este tipo de cosas, permite obtener maravillosos conocimientos sobre el Zodíaco y los planetas.

No es tarea fácil abordar el poema entero eurítmicamente; se necesitan las condiciones perfectas y la bendición de los dioses para llevarlo a cabo con éxito. No obstante, esto no significa que no podamos ofrecer importantes aspectos del poema a los estudiantes. Una forma de hacerlo es seguir la línea del sol de signo a signo. Las palabras son tan bellas, tan ciertas, que se graban en nuestro ser. Si seguimos esta ruta, también podemos aprovechar la oportunidad de vestirnos con imaginación en los respectivos colores de los signos del Zodíaco.

Tras haber creado un marco, podemos ver cómo este proceso fundamental de Aries a Piscis puede seguirse a través de las cualidades de las estaciones: Aries es el signo de nacimiento de la primavera; Tauro llega en la parte del año en que, después de los primeros pasos tentativos de la primavera, la naturaleza surge con gran ímpetu; Leo aparece después del solsticio, y sin embargo, es la parte más calurosa del año; Virgo presagia el otoño con sus noches más frescas y su delicado sentido de retraerse hacia dentro; Escorpio corresponde a la muerte de la naturaleza en la noche del invierno.

Así mismo, podemos indicar a los estudiantes los varios estados de ánimo del día y la noche. Quizás lo más importante a recordar es caracterizar cómo experimentamos estas cosas. Decir simplemente que Cáncer es mediodía y Capricornio medianoche no es suficiente. Debemos buscar en nuestro entorno cotidiano las cualidades esenciales del Zodíaco y presentarlas en forma de imagen.

El paso del sol a través del Zodíaco es un arquetipo que se refleja en todos los procesos que tienen lugar en el tiempo. Mediante el estudio de varios ejemplos de la vida, los estudiantes ven que lo más destacado no es un período de tiempo matemáticamente divisible, sino una serie de cualidades que guardan una relación interna entre sí. La experiencia de estas cualidades es fundamentalmente una experiencia musical en la que se produce una percepción simultánea de muchos tonos. Por ejemplo, puede que tengamos treinta y cinco años (Libra);

acabamos de empezar un nuevo negocio (Aries); es pleno verano (Cáncer); y estamos en trámites de divorcio (Piscis).

Es evidente que no se trata de un enfoque tradicional de la astrología. La euritmia nos permite experimentar las cualidades del Zodíaco de una manera única. Y luego nos encontramos en la calle un día, y nos damos cuenta: “Ah, la luz ahora está en Libra. Ese deportivo tiene mucho de Escorpio incorporado en su diseño. Una madre y su bebé están sentados bajo las ramas de ese árbol, envueltos en Aries”. De esta manera, las experiencias de la vida, tanto para el estudiante como el profesor, se enriquecen a través del estudio eurítmico del Zodíaco.

Las Varas

Las varas se utilizan de una forma u otra desde el primer grado hasta duodécimo grado y constituyen una parte esencial de la enseñanza de la euritmia para niños. El trabajo con varas ayuda a los niños a descubrir su cuerpo de una manera saludable, mejorando su postura, coordinación, percepción espacial y destreza.

Tal vez la única advertencia es que, aun siendo beneficioso, en exceso puede ser perjudicial para los niños. Esto es especialmente cierto en el caso de los ejercicios de siete o doce elementos, que tienen un efecto excesivamente intenso en los niños si se realizan con demasiada frecuencia o demasiado pronto. En mi opinión, el trabajo de varas propiamente dicho solo comienza en cuarto grado; antes, las varas solo se utilizan para ejercicios simples, como rodarlas por los brazos, ejercicios de dedos, saltar por encima de las varas, etc. Tras el cambio de los nueve años a los estudiantes les encanta el reto de encontrarse a sí mismos en el espacio, y prosperan con los ejercicios de varas si estos se introducen correctamente. Más tarde, durante la pubertad, el trabajo de varas ayuda a los estudiantes a mantener la verticalidad y el control. En los últimos años de secundaria los estudiantes aprecian cómo trabajar con las varas les ayuda a recuperar su energía y equilibrio.

Relajante ejercicio de varas séptuple

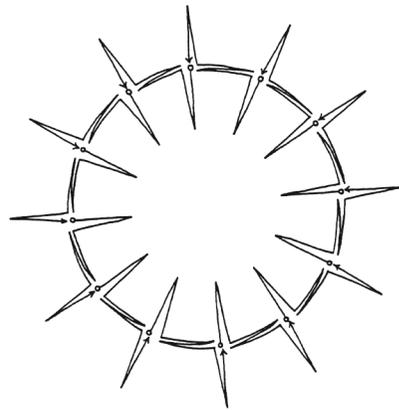
Este sencillo ejercicio tiene un efecto muy relajante en las clases. Sospecho que es debido a la calidad de balanceo de la forma, combinada con la suave colocación séptuple de los estudiantes en el espacio. Cuando se hace por individuos y parejas, la dinámica entre los dos grupos es muy bella.

Se puede hacer el movimiento acompañado de un tambor, o con música de tres por cuatro. (El minueto en sol mayor de Jeremiah Clarke es perfecto para este ejercicio).

1) De pie en un círculo enseñe el séptuple con tres pasos para cada dirección de la forma indicada anteriormente (empezando con el pie derecho). Permanecemos quietos, con los pies juntos (para la cuenta hasta tres) al final, cuando volvemos a subir la vara al pecho desde la posición de abajo. A continuación se repite el ejercicio. Asegúrese de que los estudiantes dan pasos rítmicamente regulares.

2) Añada la música. Cuando se logre este paso, divídalos en dos grupos. El segundo grupo empieza dos compases por detrás del primer grupo.

3) El siguiente paso es un reto para el sentido de la percepción espacial de los estudiantes. Hacemos el primer ejercicio séptuple como se ha descrito anteriormente, pero todo el mundo gira 90 grados a la derecha cuando la vara se lleva de nuevo a la posición de “descanso” en el pecho. La segunda vez, la forma se mantiene sin cambios,



pero la vara se mueve ahora de acuerdo con nuestra nueva orientación a la forma. Por tanto, la vara se mueve primero a la izquierda, luego a la derecha, abajo, arriba, abajo, derecha, izquierda, y de nuevo al pecho.

A continuación todo el mundo vuelve a girar 90 grados. Ahora el ejercicio comienza arriba, luego abajo, izquierda, derecha, izquierda, abajo, arriba, y de nuevo al pecho mientras se gira otros 90 grados. El ejercicio comienza ahora a la derecha, luego a la izquierda, arriba, abajo, arriba, izquierda, derecha y de nuevo al pecho, mientras se gira otros 90 grados para volver a la posición inicial.

Observe que la primera y cuarta posición comienzan con el pie derecho, mientras que la segunda y tercera comienzan con el pie izquierdo.

Esta versión del ejercicio también puede dividirse en dos grupos.

Ejercicio de varas séptuple para marcha

Encontrar música para el ejercicio de varas séptuple es extremadamente fácil ya que muchas piezas musicales se dividen en ocho medidas, la octava actúa como pausa entre las series de siete. La marcha del Rey William, una pieza fácil de adquirir, tiene un ritmo maravillosamente ligero, pero es lo suficientemente fuerte como para acercar a los niños a sus cuerpos.

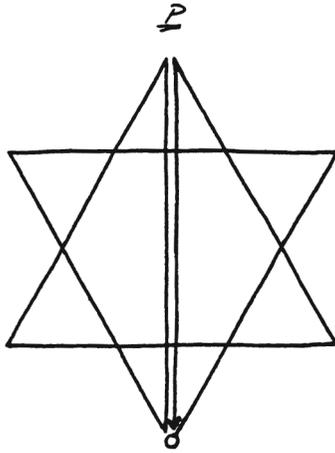
Para empezar, el ejercicio de varas puede hacerse de pie mientras se toca la música. Si utilizamos la marcha del Rey William, haga el ejercicio dos veces moviéndose al ritmo, dos veces moviéndose a paso ligero, una vez más al ritmo.

El ejercicio séptuple puede hacerse dando pasos alrededor del círculo, comenzando con la pierna derecha, dando siete pasos, y juntando los pies juntos al llegar al octavo. Una variación es avanzar hasta contar hasta ocho, tras lo cual los niños hacen el ejercicio dando pasos hacia atrás.

Una variación para los niños mayores es caminar al ritmo de la melodía, mientras siguen haciendo el movimiento de varas séptuple al ritmo. Esto no es tan fácil como parece — pero es divertido si a los niños les gustan los desafíos.

Ejercicio de doce elementos y hexagrama

La forma básica de este ejercicio puede ser bastante difícil para los niños de cuarto grado. Pero no deje que esto le desanime, porque a ellos les gusta el desafío de hacer los pasos del hexagrama en combinación con el ejercicio de varas de doce elementos. La forma no presenta gran dificultad para los estudiantes de los últimos grados de primaria y secundaria, pero disfrutan de su oscilación rítmica.



Primera versión

Los pasos se hacen a ritmo de tambor o música de tres por cuatro. De pie en un círculo, empezando por el hexagrama situado en frente, y avanzando hacia la derecha (empezando con el pie derecho), se dan tres pasos por cada lado del triángulo, tres pasos para la transición por el centro hacia la parte superior del hexagrama, luego se juntan los pies en la barra de compás para poder iniciar los pasos con el pie izquierdo cuando comiencen el triángulo que ahora está detrás. Después de hacer el movimiento del segundo triángulo y la transición hasta la posición inicial, se juntan los pies de nuevo en la barra de compás, listos para comenzar la forma de nuevo.

Para cuarto y quinto grado, hasta que los niños conocen bien la forma, es preferible que trabajen en dos grupos para hacer el movimiento del hexagrama por turnos. Esto permite que los niños vean dónde empezaron y adónde deben regresar.

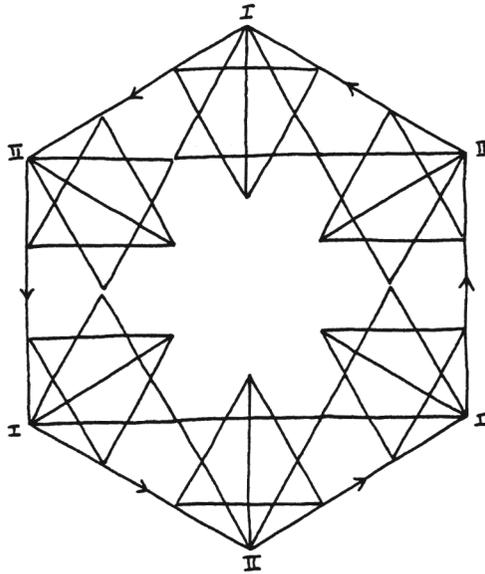
Segunda versión

Después de que la clase entera (sin dividirla en dos grupos) ha hecho el movimiento del hexagrama, los niños dan doce o veinticuatro pasos alrededor del círculo y luego repiten el hexagrama. Aunque esta versión es simple, la utilizo a menudo porque la alternancia entre

concentrarse en el movimiento del hexagrama y simplemente caminar alrededor del círculo tiene una agradable calidad de respiración.

Tercera versión

Esta es una variación formal de la segunda versión (a partir de sexto grado 6), con seis niños trabajando en dos grupos. El primer grupo hace el movimiento del hexagrama mientras el segundo grupo permanece de pie. A continuación el primer grupo avanza dos lados por el perímetro del gran hexágono. A partir de aquí el patrón se repite. El segundo grupo tiene el mismo patrón y empieza a moverse cuando el primer grupo ha completado el primer hexagrama.



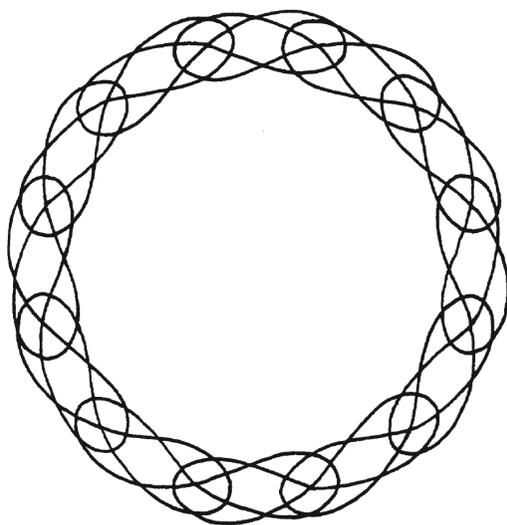
Cuarta versión

También para grados superiores. Dos grupos se colocan en parejas uno detrás del otro, mirando hacia el centro, una persona en la parte superior del hexagrama, y la otra en la parte inferior. Ambos hacen el hexagrama al mismo tiempo, la persona de la parte inferior hace el movimiento del hexagrama como de costumbre, la persona de la parte superior empieza por el triángulo que tiene detrás. Esta versión

requiere una trayectoria de transición en curva, lo que significa dar más de tres pasos en la transición y por tanto salirse del ritmo; por tanto, trate la transición como un “*schwung*” o “respiración” en el movimiento.

Giro de varas y lemniscata

La forma básica de este ejercicio es muy fácil de enseñar y a los niños a partir de sexto grado les gusta. Hacer el movimiento de la lemniscata tiene un efecto armonizador en los estudiantes, y el final, al exigir una mayor destreza con las varas, aporta un toque especial a la receta. La música es Leopold van der Pals, *Musik zur Eurythmie*, Op. 36 (No. 7).



Primera versión

La lemniscata empieza hacia dentro y hacia la derecha. El primer y segundo grupo hacen por turnos el movimiento de la lemniscata (seis compases por cada figura de ocho), hasta los últimos tres compases, momento en el que todo el mundo se para.

Se hace girar la vara en la mano derecha al hacer la mitad derecha de la lemniscata y en la mano izquierda al hacer la mitad izquierda.

Al final, cuando todo el mundo se para, se mueve la vara hacia abajo en el primer tiempo, (“abajo” significa la misma posición que “abajo” en el ejercicio de varas séptuple), y en el segundo y tercer tiempo se hace girar 360 grados dos veces con la mano derecha. Se vuelve a bajar la vara en el nuevo primer tiempo, y se repite el movimiento con la mano izquierda. Una vez más se vuelve a bajar la vara y se mantiene en esa posición en el primer tiempo del último compás. Este rapidísimo movimiento exige gran destreza de los estudiantes. No pueden girar la vara normalmente, ya que esto resulta demasiado lento. Debe “lanzarse” a su movimiento de rotación, y la mano simplemente evita que salga volando (a veces lo hace). Cuando se ha rotado dos veces, se para con la base de la mano y se coloca “abajo”, lista para repetir el movimiento con la otra mano.

Uno de mis estudiantes de undécimo grado descubrió un final que requiere una destreza aún mayor. En lugar del movimiento normal de girar la vara, volvemos a “lanzar” la vara hacia afuera, pero dejamos que la vara gire por encima de la mano en posición horizontal. Aparte de la habilidad de dejar que la vara gire libremente sobre la mano, se requiere una sincronización perfecta para volver a tomar la vara y repetir el movimiento con la mano izquierda.

Segunda versión

En esta versión el primer grupo se mueve como antes, empezando su lemniscata hacia dentro y hacia la derecha. Pero el segundo grupo empieza su lemniscata hacia fuera y hacia la izquierda. El primer y segundo grupos se turnan para hacer el movimiento de sus formas un par de veces, y luego, en el tramo final de la música, ambos grupos se mueven juntos. Ejecutar juntos el movimiento de forma correcta requiere más habilidad de lo que parece, ya que ahora los estudiantes no se mueven en torno a una persona, y debido al movimiento del grupo en su conjunto. Se necesita una considerable presencia de ánimo (y espacio) para mantener una forma exacta, ya que de pronto nos sentimos perdidos, sin puntos de referencia fijos para orientarnos.

Lanzamiento de varas y ritmos con varas

A partir de séptimo grado, los ejercicios rítmicos de lanzamiento de varas proporcionan el reto necesario, la precisión y el “peligro” que a los estudiantes les gusta, especialmente a los chicos. En undécimo y duodécimo grado, los estudiantes están menos interesados en el elemento de destreza que en el aspecto social del trabajo en grupo. Cuando estos ejercicios se muestran en la asamblea del colegio, todo el mundo observa con el alma en vilo.

Tenga en cuenta que introducir los ejercicios de lanzamiento de varas demasiado pronto puede provocar problemas, como hacer que los niños teman y desconfíen de sus compañeros, así como la posibilidad de lesiones. Aunque hayan practicado el lanzamiento de varas con el profesor durante años, es totalmente distinto hacer que los niños se las lancen entre sí de un lado para otro rítmicamente. Los más pequeños a menudo carecen de la habilidad, o el deseo, de lanzar y atrapar las varas que otros les lanzan repetidamente, especialmente las chicas. Por estas razones solo introduzco el lanzamiento de varas brevemente y en pequeños grupos muy controlados en sexto grado. De esta manera nadie se desanima. De hecho, esperan su turno con avidez, que es precisamente lo que queremos incorporar en una lección.

Soy consciente de que lo que he dicho anteriormente puede ser polémico, ya que los euritmistas y profesores suelen hacer estos ejercicios en los primeros grados. Sin embargo, he observado los efectos de hacer este tipo de ejercicio demasiado pronto y, por lo menos hasta la fecha, no he visto a ningún profesor utilizar la técnica correcta de sujeción y lanzamiento, por no hablar de las otras áreas de destreza necesarias para hacerlo correctamente.

No existe eso que llaman lanzamiento de varas en silencio, simplemente no existe. Son ejercicios estimulantes, y los niños pueden estar muy habladores. Naturalmente, mientras tiene lugar el ejercicio nuestro objetivo es un silencio disciplinado, pero tan pronto como ha terminado se desata el jolgorio. Si se produce el silencio durante todo el período de trabajo en un ejercicio, la pregunta que debemos hacernos es

qué les ocurre a los niños. Si una clase está de mal humor, melancólica y rara, al final de la lección pídeles que hagan uno de estos ejercicios, y el noventa y cinco por ciento de las veces saldrán de la lección llenos de alegría. Y no sólo eso, a menudo recibimos elogios por dar una gran clase, ¡aunque ellos han hecho todo el trabajo!

Sujetar y lanzar la vara

Lanzar la vara correctamente debe convertirse en una cuestión de hábito desde el principio. Inicialmente, en los primeros grados, nos vuelven a lanzar las varas cuando las recogemos al final de la sesión de varas. Más adelante, cuando son mayores, distribuimos las varas lanzándoselas a los estudiantes.

Deben tenerse en cuenta los siguientes puntos:

- Los estudiantes se mantienen erguidos con los pies juntos. Esto es importante porque posteriormente, al pasar de una posición a otra en un forma, necesitan juntar los pies para mejorar la precisión (y estética). Esta postura también impide que los niños impulsen la varilla con demasiada fuerza hacia otro niño, lo que puede ocurrir cuando se coloca un pie delante. Otro punto es que lanzar la varilla desde la posición de pies juntos exige utilizar en mayor medida el espacio trasero para proyectar la vara hacia delante.

- Para conseguir que los niños sujeten la vara correctamente, deben sostenerla en posición horizontal con una mano por delante, manteniendo todos los dedos en la vara. A continuación, giramos la vara noventa grados y cerramos la mano en un apretado puño. Esto significa que no sostenemos la vara con las yemas de los dedos, los dedos índices no apuntan hacia arriba, etc. Aunque a algunos esta empuñadura les resulta incómoda al principio, cuando empiezan a hacer ritmos y a lanzar la vara de una mano a otra no tienen tiempo para hacer ajustes adicionales. Tienen que aprender a lanzar la vara como la han atrapado.

- La vara se lleva hasta el hombro, lista para lanzar. Esta posición se cultiva por varias razones. En primer lugar, los estudiantes deben aprender a lanzar desde el espacio trasero. En segundo lugar, la vara debe volar verticalmente en el aire, lo que es mucho más difícil de lograr si se lanza desde la cadera. En tercer lugar, es más probable que la vara se tuerza a la posición horizontal si la lanzamos desde la cadera, y por lo tanto no solo es más difícil de atrapar, sino que puede golpear a alguien en el ojo con la punta. En cuarto lugar, realizamos un “corto” por encima de los hombros en un breve arco de lanzamiento; cuando atrapamos la vara, está automáticamente en su posición del hombro para el lanzamiento “largo”. Se requiere un movimiento extra para llevarla hasta las caderas, lo que no deseamos en primer lugar.

- Para los grados superiores, podemos hablar directamente del espacio trasero del que procede el movimiento de lanzamiento; para los niños más pequeños ofrezca la imagen de un arco iris. En ambos casos, la imagen que cultivamos en los estudiantes es que solo hacemos una parte del movimiento, que la primera mitad de todo el movimiento en realidad se produce de forma invisible detrás de nosotros. Esto puede demostrarse colocándonos unos dos metros detrás de un estudiante que sostiene una vara, y luego, con un movimiento fluido, avanzar hacia él, tomar la vara de sus manos y llevarla en un arco por el aire.

- Haga hincapié en que los estudiantes deben tener contacto visual con la persona a la que están lanzando la vara. Es responsabilidad del que lanza saber si la otra persona está lista para atraparla.

- Acostumbre a los niños a apuntar siempre a un punto justo a la izquierda o derecha del hombro de su compañero, y nunca jamás lanzar la vara a la cara de la gente. En caso de que su compañero no viera la vara o no pudiera atraparla por cualquier motivo, simplemente pasará de largo o rebotará en su hombro.

- Para un “corto”, la vara se lanza suavemente en un arco, manteniéndose vertical en el aire. Debe volar en el aire y no pasarse directamente de una mano a otra.

- La vara debe lanzarse desde su centro, de lo contrario se torcerá en el aire. Muchos niños lo hacen automáticamente, pero no todos. Al lanzar los ritmos de vara, con frecuencia atrapan la vara ya descentrada; diga a los estudiantes que hagan la corrección necesaria al lanzarla por encima de los hombros para el “corto”.

- Al hacer ritmos más complejos, las varas a veces chocan en el aire; para evitar lesiones, diga a los estudiantes que se den rápidamente la vuelta y se agachen cuando esto sucede. Incluso puede practicar este movimiento con ellos para que se convierta en reflejo.

La mayoría de estos puntos pueden practicarse cuando recogemos las barras al final de los ejercicios de varas. Sin ser pedante, no acepte nunca una vara lanzada de forma incorrecta. Simplemente láncela de nuevo al estudiante para que vuelva a intentarlo. Se convierte en un juego cuando no decimos nada pero seguimos devolviendo la vara si algo no está del todo bien. La clase entera entonces intenta descubrir qué es lo que no ha cumplido con las normas.

Ejercicios introductorios

Los siguientes ejercicios están interrelacionados, y trabajar con uno ayudará a hacer los otros. Para empezar con el lanzamiento de varas, pida a los estudiantes de uno en uno que lancen las varas al ritmo que usted les marca durante unas cuantas lecciones. Aunque es útil comenzar con los estudiantes más dotados para que den un buen ejemplo, debemos prestar atención e intentar desarrollar la confianza de los que puedan tener dificultades. Al trabajar con los niños individualmente la clase aprende de las correcciones que hacemos, lo que les permitirá hacer lanzamientos más hábiles y bellos. El siguiente paso es permitir que dos niños se lancen la vara mutuamente;

permanecemos atentos para hacer correcciones a fin de inculcar buenos hábitos. Naturalmente, los niños que están sentados esperan ansiosos su turno, y creen que la clase entera debería colocarse en una fila y lanzar a sus compañeros. Por supuesto este es el siguiente paso, pero aprovechamos su entusiasmo para inculcar buenos hábitos.

Cuando la clase esté lista, haga que los niños se colocan en dos filas, en parejas, frente a frente. Doce estudiantes en seis parejas es probablemente el máximo número que podemos controlar con eficacia, pero es mejor empezar con cuatro parejas y aumentar el número a medida que los estudiantes se acostumbran a trabajar codo con codo.

Comenzando con el ritmo anapesto (UU-), haga que los estudiantes se lancen las varas durante un rato; a continuación pase al ritmo opuesto, el dáctilo (-UU), y luego al más difícil anfíbraco (U-U). Más adelante, acostumbre a los niños a lanzar al ritmo contando hasta cuatro. Enseguida comprenden que un largo equivale a contar hasta dos, y un corto hasta uno. Si dibujamos este principio en la pizarra, queda doblemente claro. Luego, cuando añadimos la música de cuatro por cuatro al ejercicio, no existe confusión entre los niños sobre qué deben hacer.

El siguiente paso es hacer que los estudiantes lancen a ritmo de anapesto a sus compañeros, y luego hacer los pasos de anapesto hacia la siguiente posición (quienes se encuentran al final de cada fila pasan al principio de la fila opuesta, girando al hacerlo). El patrón se repite hasta que termina la música. Una vez que han logrado hacerlo con el anapesto, pasamos a lanzar y hacer el movimiento del dáctilo, y luego el anfíbraco. A los estudiantes les encanta que la música se acelere poco a poco hasta alcanzar sus límites.

Cuando dominen los ritmos individuales, haga que los estudiantes lancen secuencias de ritmos. Una secuencia original es: U- / UU- / U-U. Cuando lo hayan conseguido, diga a los estudiantes que hagan la secuencia a la inversa o al revés (U- / UU- / U-U // U-U / -UU / -U). Tardan un rato en resolverlo por sí mismos, pero disfrutan haciéndolo.

Si quiere hacer que los estudiantes trabajen en el ejercicio del hexagrama descrito a continuación (y así será, porque a los estudiantes les encanta), utilice una secuencia con repetición de anapesto/anfibraco/dáctilo. Establezca esta secuencia mientras están de pie, y luego haga que los estudiantes hagan los pasos de un dáctilo de un lugar a otro entre los diversos ritmos, como en la versión más sencilla mencionada anteriormente. (Lanzar UU-, paso -UU, lanzar U-U, paso -UU, lanzar -UU, etc.). Este ejercicio no resulta fácil para muchos estudiantes; por tanto, dedique tiempo a trabajar en ello.

Otra fase es introducir contrarritmos al pasarse la vara mientras se mueven de un lugar a otro en el ejercicio. Debemos enseñar los contrarritmos como un ejercicio aparte y luego integrarlos en los ejercicios de lanzamiento de varas donde corresponda.

Contrarritmos

Enseñe los contrarritmos formando un círculo y acostumbrando a los estudiantes a seguir ritmos sencillos en los que pasan la vara en el “largo” a la persona que tienen a uno u otro lado. Esto requiere paciencia por parte del profesor, ya que un simple error significa volver a empezar desde el principio. A continuación marcamos el ritmo con los pies; luego incluimos pasar la vara con las manos, mientras seguimos marcando el ritmo con los pies.

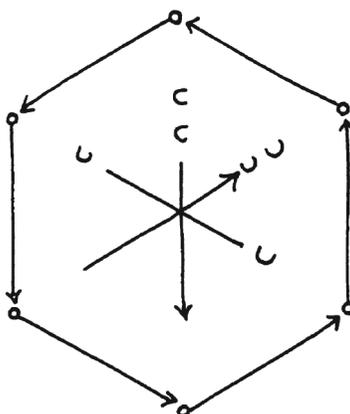
Cuando se hayan acostumbrado, pasamos al contrarritmo del dáctilo con los pies, y el anapesto con la vara. Los estudiantes tardan tres o cuatro lecciones en empezar a captarlo, y tal vez más tiempo para conseguir hacerlo juntos como clase, pero dado que la parte más frustrante para los estudiantes se encuentra al principio, siga intentándolo.

Hedescubierto que la forma más rápida de enseñar los contrarritmos es dividirlos en dos partes. Primero se practica el paso “largo” de abajo con los dos “cortos” de arriba. Simplemente practique dando un paso “largo” hacia un lado, y lance la vara suavemente de una mano a otra. Luego practique la otra mitad dando dos pasos, y pasando la vara a la

persona que está a su lado en el círculo. A continuación, combine los dos elementos, empezando muy lentamente. Inevitablemente, alguien todavía se equivoca, y es muy divertido empezar terriblemente lento, como una película a cámara lenta, y luego ir aumentando la velocidad.

El hexágono de ritmos múltiples

Seis estudiantes se colocan en un hexágono. Una pareja hace anapesto, otra hace dáctilo y la otra anfibraco. Inicialmente, marcamos el ritmo de cuatro por cuatro con un tambor y más adelante añadimos música de acompañamiento.



Cuando los estudiantes lanzan a sus respectivos ritmos hacia el otro lado del hexágono, las varas crean un espectáculo maravilloso al centellear una tras otra en el aire en rápida secuencia. Naturalmente, cualquier error tiende a hacer que las varas choquen en el aire, lo cual forma parte de la diversión (y “peligro”), y debemos advertir a los estudiantes que para protegerse den rápidamente la vuelta y se agachen. Si hemos conseguido establecer buenos hábitos y habilidades en los niños, no existe ningún elemento de excesivo riesgo.

El siguiente paso es que cada pareja mantenga su ritmo de lanzamiento, pero caminar al ritmo dáctilo hacia la siguiente posición en el hexagrama entre lanzamientos. Esto se consigue fácilmente, pero los estudiantes tendrán que evitar que el hexágono se tuerza de su eje.

Para ayudarlos, coloque una vara en el suelo entre la pareja paralela al eje principal del aula para que sirva de punto de referencia.

En la siguiente fase cada diagonal del hexágono mantiene un ritmo fijo; por tanto, a medida que los estudiantes se mueven de un lugar a otro, deben cambiar su ritmo de lanzamiento. Si han practicado los ritmos secuenciados como se describió anteriormente, a los estudiantes no les resultará demasiado difícil, aunque pueda parecerlo.

El siguiente paso es añadir contrarritmos al pasarse las varas mientras se mueven de un lugar a otro. Esto es muy difícil de mantener ya que todo se detiene si cometen un solo error, pero cuando los estudiantes consiguen hacerlo sienten tal satisfacción que el esfuerzo merece la pena. Si interpretamos esta versión en una velada de eurytmia para padres y estudiantes, será recibida con un gran aplauso.

La Troupe Escénica de Euritmia²⁰

Este capítulo es muy personal ya que el grupo de euritmia que fundé era el primero en su género en Canadá, y no teníamos a ningún otro cerca para actuar como modelo. Ofrecimos numerosas actuaciones en toda la región del Noroeste del Pacífico y el Interior de la Columbia Británica. Este grupo particular de estudiantes tenía un gran talento, y existía claramente una profunda conexión kármica entre todos nosotros. Esto permitía una gran variedad de posibilidades para trabajar juntos que no he vuelto a encontrar. Por tanto, las indicaciones y consejos que presento a continuación, aunque derivadas de la experiencia de cuatro años, no son sino mi opinión personal. Estoy convencido de que hay tantas formas de trabajar en este campo como euritmistas. Mi esperanza es animar a los euritmistas a crear para sí mismos y sus estudiantes una forma viva adecuada a su propia situación.

Troupe escénica de secundaria

Toda escuela secundaria tiene grupos de intereses específicos y la euritmia no es distinta en este sentido. En una troupe de euritmia escénica encontramos estudiantes que están realmente interesados y motivados por la euritmia. El efecto que un grupo de interpretación así puede tener en todo el colegio es asombroso. Crea una situación en la que la euritmia comienza a existir de tal manera que es casi imposible de otro modo. Para los más pequeños es un ideal lejano de belleza. Los niños de séptimo y octavo grado esperan con anhelo el momento en que tengan la edad suficiente para unirse. El programa de euritmia de secundaria se considera una actividad de buena fe que conecta con el mundo. Tanto los jóvenes como los mayores consideran las actuaciones de estos estudiantes en los festivales como un regalo.

Es fácil crear una troupe. Simplemente anuncie su formación a principios de curso, las condiciones para unirse, y especifique una fecha y hora para una reunión inicial. Es probable que solo consiga un número reducido de estudiantes, eso es bueno. Es más fácil trabajar con un número reducido mientras adquirimos experiencia, el vestuario es menos costoso, hay menos que coser, no se interrumpen clases enteras cuando la troupe va a algún sitio a actuar, etc. Al principio, podría considerar una troupe que solo actúe en los festivales y eventos de la escuela. Entonces pueden concentrar sus energías en dos o tres elementos a la vez. Esto es mucho menos exigente que un programa completo y le permite ver si desea seguir desarrollando la gama de actividades.

Una troupe en toda regla es harina de otro costal. Los grupos escénicos conllevan ciertas realidades que, como todas estas cosas, son inevitables. En general, debemos comprender que una troupe escénica es una troupe escénica, independientemente de si sus integrantes son adolescentes o adultos. Aunque puede ser emocionante, también requiere mucho tiempo y energía. En realidad una troupe de secundaria es aún más complicada, ya que las capacidades de los estudiantes son limitadas en áreas como coser y conducir vehículos alquilados, por citar solo un par de ejemplos. El colegio debe reconocer la troupe como elemento de buena fe en su trabajo, y debe acreditarle cierto número de lecciones por sus esfuerzos. Sin embargo, esté preparado para dedicar un año a establecer la validez de esta afirmación.

Otra consideración es la financiación necesaria para crear el vestuario. Esto probablemente requiera recaudar fondos de alguna forma, además de un presupuesto del colegio. Si es posible, solicite ayuda con la costura, de lo contrario se convierte en una verdadera carga. Si tiene previsto visitar otros colegios necesitará más dinero y, por tanto, tendrá que recaudar fondos adicionales. Simplemente organizar un viaje constituye un verdadero trabajo. También puede tener problemas si la troupe crece demasiado con respecto al tamaño de la escuela, ya que las clases pueden verse seriamente afectadas

cuando la troupe está de viaje. En este caso, es preferible organizar el calendario del año antes de que comience el colegio. En general, lo más aconsejable es solicitar tanta ayuda como sea posible en todos los frentes. No hay motivo para que los padres no participen en las actividades de sus hijos, y pueden ser un recurso maravilloso.

Una troupe de secundaria puede actuar en cualquier lugar donde actúan los grupos adultos. Nuestra troupe fue recibida con especial interés en colegios Waldorf sin enseñanza secundaria, ya que nuestras actuaciones proporcionaban a sus estudiantes y padres una nueva perspectiva sobre la educación Waldorf y sus posibilidades. Si no tenían un euritmista, nuestra presencia daba un gran impulso a los padres y profesores que comprendían la importancia de la euritmia y que habían estado intentando conseguir que fuera aceptada en el colegio. Otro espacio para actuar (y ganar dinero) era en las ferias anuales de primavera o mayo. En esas ocasiones se llenaban las salas y muchos niños insistían en asistir a las tres actuaciones. Otros espacios son residencias de ancianos, hospitales y festivales infantiles, así como las funciones de la escuela.

Cuando se formó la troupe sabía que actuaríamos principalmente para niños pequeños, y por tanto hice de un cuento de hadas el segmento principal del programa. Al principio percibía cierta resistencia a esta idea, pero cuando los estudiantes se dieron cuenta de la complejidad de la labor, su inquietud se evaporó. La única pregunta tácita que aún se hacían era si funcionaría. Después del gran éxito de la primera actuación, ya no había ninguna duda en cuanto a la validez de esta forma de arte. A partir de entonces, no solo esperaban sino que deseaban interpretar un cuento de hadas.

La producción de un cuento de hadas aporta una serie de beneficios. Pueden participar todos los integrantes de la troupe, y dado que los papeles varían en cuanto a su complejidad, podemos dar crédito a todos los estudiantes. También es posible añadir elementos que involucran a los estudiantes de diferentes formas y acentúan la riqueza de la historia. Por ejemplo, siempre alternábamos el lenguaje

hablado y la eurtmia musical a lo largo del cuento. Así, en Blanca Nieves y Rosa Roja, cuando las dos chicas se despiertan por la mañana, seis estudiantes hacían el movimiento de apertura de *La mañana* de Grieg, mientras el escenario se iluminaba con la luz del día. Nuestro “paisaje” también consistía en estudiantes haciendo eurtmia. Piedras, ríos, bosques, rosales y aves eran representados por personajes. Esto añade un elemento de deleite visual para el público, además de responder a la relación religiosa de los más pequeños con la naturaleza, donde todas las cosas son animadas y tienen Ser.

Los programas completos incluían poesía y música de un contenido más maduro. Las piezas de música clásica y moderna, baladas, humorescas, etc., abordan de forma más directa la etapa de desarrollo de los estudiantes de secundaria. Cada año hacía que los miembros de la troupe de duodécimo grado trabajasen en un poema de El Calendario del Alma con su forma Steiner. Esto brindaba la oportunidad de utilizar los gestos planetarios y zodiacales. Esta fue la única vez que separé un grado del grupo, pero nadie protestó. Cuando los estudiantes de noveno, décimo y undécimo grado pidieron participar, les expliqué que estos poemas presentaban elementos para los que aún no tenían la suficiente madurez. Lo aceptaron, pero se sentía su anhelo por “llegar”.

Nos reuníamos semanalmente durante dos horas por la tarde. La hora inicial de nuestras reuniones durante dos clases de optativas se cambió a las tardes, ya que algunos estudiantes optaron por la troupe simplemente porque no les gustaban las otras opciones para esa sesión. Como consecuencia, no se esforzaban, y tuve que prescindir de ellos. El volumen de trabajo y el nivel de cooperación son muy elevados en una troupe escénica, y es injusto para los otros estudiantes tener que llevar de la mano a alguien que simplemente busca pasar el rato, o la posibilidad de una gira. Al cambiar a las tardes, nos aseguramos de que solo aquellos estudiantes que estaban realmente motivados asistirían.

Armar un programa da mucho trabajo, pero podemos añadir formas de grupos más fáciles que involucran a todos y resultan

espectaculares con los trajes. Entre ellas estaban la Danza de energía y paz, la EVOE, TIAOAIT, Aleluya con forma de corona, etc. Siempre que era posible integraba el material para grupo escénico con mis clases ordinarias de secundaria. Luego solo eran necesarias algunas modificaciones sencillas para que los miembros de la troupe escénica llevaran todo por buen camino.

Troupe escénica de primaria

Después de un paréntesis de dos años, los estudiantes pidieron a mi sucesor, Renate Lundberg, reactivar la troupe escénica. Lo hizo con voluntad, y también extendió el concepto a la escuela primaria. Incluyo una breve sección sobre su trabajo en este ámbito ya que creo que es digno de mención.

La troupe de primaria surgió de las preguntas de los padres en cuanto a la idoneidad de ciertas actividades extraescolares, como el karate y el ballet, para sus hijos. Esto llevó a ofrecer la euritmia como alternativa.

La troupe incluía de cuarto a octavo grado. Se reunían semanalmente después de las clases durante una hora, y había una cuota para sufragar los gastos de vestuario y viajes. Los niños trabajaban exclusivamente en un cuento de hadas a lo largo del año, y actuaban en residencias de ancianos, hospitales infantiles, etc. Se estableció un sistema de trabajo en parejas entre los niños mayores y los pequeños, ya que los más jóvenes necesitaban una mayor repetición para poder recordar los gestos. Había hasta dieciocho estudiantes en el grupo, pero los dos estamos de acuerdo en que, a partir de doce, un solo euritmista comienza a sentirse presionado. Un estudiante de octavo grado leía el cuento, y aunque esto exigía un mayor período de aprendizaje, sentía que merecía la pena. Los estudiantes interpretaban la música usando flautas dulces, flautas, xilófonos, etc., en parte por motivos artísticos, pero también para facilitar el transporte (no siempre se dispone de un piano en condiciones).

Muchas funciones, como el vestuario y organizar los viajes, estaban a cargo de los padres, de lo contrario la carga de trabajo llega a hacerse excesiva. El colegio la acreditó con una lección por esta actividad, aunque hubiera sido más justo concederle dos o tres.

Adenda

Ritmos musicales

Como se indica en la sección sobre “La corteza”, un excelente método de calentamiento para los niños es trabajar con ritmos musicales. A continuación se muestra una lista de opciones a nuestra disposición. Siguen el orden aproximado en el que las presentamos a los niños, pero algunos pasos evidentemente son más adecuados para los grados superiores. Por regla general, comenzamos estos ejercicios a finales de tercer grado o en cuarto grado.

- Aprender a dar palmadas siguiendo la melodía. Si es una pieza larga, cuando los niños hayan escuchado la pieza entera varias veces, la desarrollamos tomando secciones más breves.
- Aprender a dar pasos siguiendo la melodía con precisión, hacia delante y hacia atrás. Ocasionalmente damos palmadas y pasos siguiendo la melodía.
- De vez en cuando haga que un niño dé los pasos individualmente mientras los demás dan palmadas.
- Colocados en un gran círculo, haga que un niño empiece solo, y a intervalos indique a otros que se unan al primero. Esto se convierte en un juego si intenta sorprender a los niños señalando a aquellos que no están prestando atención.
- Si la pieza musical no es demasiado larga, haga que los estudiantes den palmadas por encima de la cabeza mientras dan pasos siguiendo la melodía. Esto tiene el efecto de aligerar los pasos de los niños, especialmente para los chicos que tienen las extremidades demasiado pesadas.

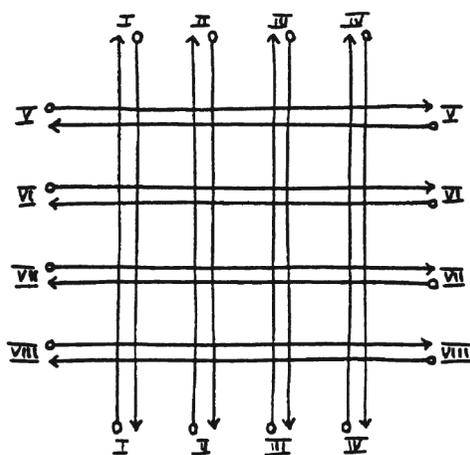
- Nos frotamos la barriga en círculos, y seguimos el ritmo dándonos palmaditas en la cabeza. Cambiamos de mano a mitad del ejercicio.
- Nos frotamos la cabeza en círculos, y seguimos el ritmo dándonos palmaditas en la barriga. (Si piensa que los dos últimos son un poco tontos y estropean su peinado, está en lo cierto).
- Hacemos cualquiera de las dos opciones anteriores mientras caminamos alrededor del círculo.
- Damos saltos al ritmo con una sola pierna. Cambie de pierna a menudo o puede sufrir calambres. El profesor debe asegurarse de entrar en calor antes de hacerlo, ya que es estresante para los cuerpos de mayor edad.
- Pida al pianista que toque la primera mitad de la música una octava (o dos) por debajo de lo normal, y la segunda mitad una octava (o dos) por encima de lo normal. En la primera mitad podemos pisar y patear con fuerza, en la segunda mitad damos pasos ligeros y de puntillas. Esta técnica puede ser utilizada para clases que son demasiado pesadas.
- Invierta el orden del punto anterior. Esta técnica puede ser utilizada para clases que necesitan centrarse.
- Damos pasos al ritmo de la pieza mucho más despacio de lo normal. Luego más rápido, y cada vez más rápido, hasta que los niños (o el pianista) no puedan ir más rápido. (Esto es bueno para una clase que llegue con pocas energías).
- Pida al pianista que comience la pieza muy despacio, acelerando hasta ir muy rápido, y a continuación vaya disminuyendo hasta volver a ir lento.
- Pida al pianista que toque staccato, y a continuación legato. Los estudiantes tienen que cambiar el carácter de sus pasos para adaptarse.
- Pida al pianista que toque conforme al temperamento sanguíneo, melancólico, flemático y colérico.
- Damos palmadas al ritmo del bajo.

- Damos pasos al ritmo del bajo hacia delante y hacia atrás hasta los estudiantes se familiaricen.
- Haga que la mitad de la clase dé palmadas o pasos siguiendo la voz alta, mientras la otra mitad da palmadas o pasos siguiendo la voz más baja.
- Haga que dos niños, uno caminando al ritmo de la melodía y el otro del bajo, se muevan uno al lado del otro en un gran círculo. (Este ejercicio les encanta).
- Haga una forma a dúo basada en los patrones rítmicos. Dos niños hacen los pasos de la forma.
- Enseñe a los niños a caminar al ritmo del bajo y dar palmadas siguiendo la melodía al mismo tiempo. Esto lleva tiempo y esfuerzo y debe llevarse a cabo por secciones.
- Cuando los estudiantes se acostumbran a caminar a ambas voces, pida al pianista que deje huecos en la música mientras los niños siguen dando pasos y palmadas al ritmo. (Por supuesto, es posible hacerlo antes con las voces individuales). Amplíe los huecos hasta que no se oiga nada de música, y todo el ejercicio se haga caminando y dando palmadas “en silencio”. (Diga a los más pequeños que entró un ratón en el aula de euritmia e hizo agujeros en la música, y ahora el pianista solo podrá tocar partes de la música).

Los jinetes voladores

Este ejercicio es un tema favorito, a partir de cuarto grado. Es muy conocido, pero lo incluyo por si acaso. La música es *El jinete salvaje* de Schumann.

Los niños se colocan por parejas, cada una con un número, en este caso del uno al ocho. Cuando oyen su número, la pareja camina de lado hacia el otro lado del cuadrado extendiendo los brazos horizontalmente (como en la nota fa). Los niños pasan *espalda contra espalda*, por dos razones: 1) chocar cara a cara sería más doloroso; 2) los niños mantienen mejor la posición vertical cuando están atentos a su compañero por encima del hombro.



Al principio decimos los números individualmente, como ejercicio de calentamiento y para asegurarnos de que todos lo hacen correctamente. A continuación decimos números dobles o triples del mismo lado (1 y 2, etc.). Luego decimos números dobles de lados opuestos (3 y 7, etc.). Y así sucesivamente. La regla a recordar es: *Nunca choquen con otra persona.*

Como preludio a este ejercicio (segundo/tercer grado), recorría el aula dando pasos de lado con cada niño mientras sostenía sus manos. Más adelante, pueden ser caballeros montados dando los pasos de lado por sí solos.

“E habilidoso” con música

Este ejercicio es breve pero enérgico. Dé un paso meciéndose hacia delante con la pierna izquierda, y luego un salto con la pierna izquierda; mientras saltamos, golpeamos ligeramente la rodilla con el talón derecho, y cruzamos y tocamos los brazos para hacer la “E”. Luego damos un paso adelante con la pierna derecha, saltamos, y con la pierna izquierda golpeamos ligeramente la rodilla, mientras los brazos hacen la “E”, etc. Con la práctica podemos hacer los movimientos con gran rapidez.

La música es *Cinco variaciones fáciles* de Kabalevsky, Op. 51, no.2. Una vez oímos la música, los pasos resultan obvios. En los compases 9, 12 y 14, de pronto nos detenemos y damos dos fuertes palmadas. El último compás requiere tres rápidas palmadas.

Este paso también puede hacerse a la inversa, pero es más difícil de lograr.

“Qui”

Esta es una versión simple del ejercicio hecho al rimo de la música de “Qui”, en *Music zur Eurythmie* de Leopold van der Pals.

Compases 1, 2, 3 con los trinos altos y bajos, los estudiantes se colocan de pie haciendo el “Qui” con la vara a la altura del pecho con los dedos por debajo de la vara (palmas hacia arriba y los pies en el suelo); y por encima de la vara (palmas hacia abajo, con los brazos estirados por encima de la cabeza, de puntillas).

Compases 4/5, 6/7, 10/11 moviéndose en un pequeño círculo, los estudiantes dan pequeños pasos de puntillas siguiendo la melodía. A mitad de camino alrededor del círculo se detienen por un instante y marcan de puntillas las dos notas en staccato. A continuación completan el círculo. Al final vuelven a marcar de puntillas la nota en staccato.

Compases 14/15 como se indica anteriormente, pero dado que la música es más intensa, los pasos se dan posando todo el pie; en lugar de puntillas, marcan el paso zapateando.

Compases 8/9 entre los círculos, simplemente caminan enérgicamente con paso elástico, sujetando la vara con las manos delante, palmas hacia arriba. En el alto triplete, a mitad del compás 9, saltan en el aire y hacen un movimiento rápido de doble paso con las piernas. La vara se lanza ligeramente hacia arriba y se vuelve a tomar.

Compases 12/13 como 8/9, pero sin saltar en el aire.

Compases 16/17, esta sección empieza dando un paso firme y enérgico, pero al llegar al compás 18/19, los niños hacen el movimiento de un ocho tumbado de lado en la circunferencia, en línea recta, y luego vuelven a entrar en el círculo. A medida que la música se acelera,

JOHN PENGELLY

se mueven cada vez más rápido hasta los compases 20/21, cuando de repente se ralentizan y vuelven a entrar en los círculos finales, caminando con un control absoluto.

Al final, compases 22/23, caminan en el círculo final y un instante antes de la última nota lanzan la vara al aire y aplauden con el último tono. Se necesita práctica para que toda la clase aplauda al unísono. Personalmente, nunca permito que ni siquiera un niño pierda la sincronización, y a los estudiantes realmente les encanta practicar esta parte final hasta dejarla perfecta.

Este ejercicio puede desarrollarse ad infinitum.

Cruce a la derecha/cruce a la izquierda

Sostenga la vara horizontalmente delante de usted: a la altura del pecho, los brazos extendidos, las palmas hacia abajo. Lanzando la vara ligeramente hacia arriba, cruce el brazo derecho sobre el izquierdo y atrape la vara. Repita el movimiento de vuelta a la posición inicial; a continuación, lance de nuevo y cruce el brazo izquierdo sobre el derecho, y vuelva. (Comienzo de la música).

Ahora cruce alternando el brazo derecho e izquierdo sin regresar a la posición inicial. (Final de la música. En el último compás: doble la velocidad de cruce y de regreso a la posición inicial).

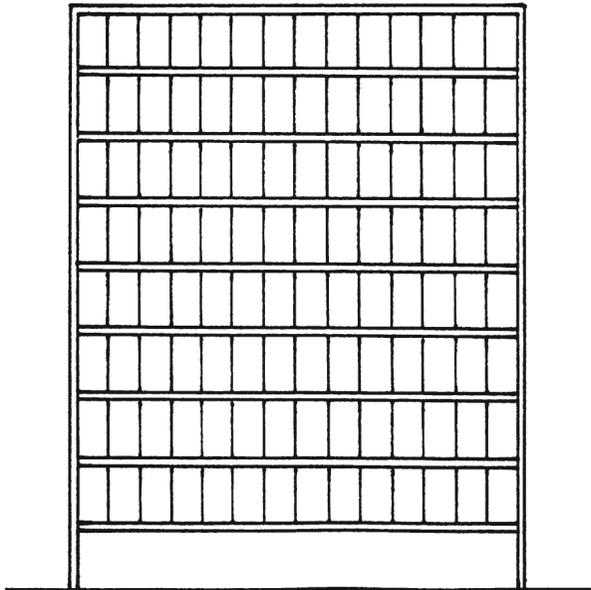
Practique lo mismo con las piernas. A continuación junte las piernas y los brazos.

El armario para los zapatos de euritmia

Cuidar de los zapatos de euritmia es la pesadilla de los profesores de euritmia. Cuando estamos a cargo de cientos de pares de zapatillas que se pierden con facilidad, se dañan o ensucian —por no hablar de distribuirlas y recogerlas en cada lección— cualquier simplificación es una verdadera ventaja.

El armario tiene un diseño de casillero. Debajo de cada casilla se coloca una etiqueta con nombres. Cada niño tiene su propio hueco, posiblemente, pero no preferentemente, compartido con otro niño. Cuando los niños entran en el aula, simplemente sacan los zapatos de su casilla y van a sus pupitres. A la salida los vuelven a colocar en su sitio *con los tacones hacia fuera*.

Los zapatos llevan una etiqueta de hilo de algodón en los talones, de diferente color según el grado. Si se pierde un zapato es fácil encontrarlo entre los de los otros grados o, en el peor de los casos, solo tenemos que buscarlo entre los de un solo grado para encontrarlo.



Aun a riesgo de que me llamen el Ogro de los Zapatos, los zapatos de euritmia solo salen del aula con nuestro consentimiento expreso. Los profesores que piden los zapatos de euritmia para que sus niños los usen en una obra de teatro o un evento similar deben reemplazar de *su* presupuesto todos los zapatos que se pierdan, dañen o ensucien.

Las puertas con cerradura son preferibles por seguridad y estética. Si el armario tiene puertas, sitúe los casilleros unos cuatro centímetros más atrás para que los tacones que sobresalgan ligeramente no dificulten el cierre de las puertas.

Los casilleros inferiores, organizados por números de zapato, se pueden utilizar para almacenar zapatos. De este modo es mucho más fácil encontrar el número correcto cuando a los niños les quedan pequeños.

Notas

1. Un *auftakt* es una palabra alemana imposible de traducir. Se refiere a cualquier coreografía ordenada por una serie de reglas. Por lo general las formas eurítmicas de *auftakt* son geométricas y siguen principios geométricos, aunque no siempre.

2. Cita de un artículo de E. Pfeiffer, *New Directions in Agriculture*. Publicado en *A Man before Others: Rudolf Steiner Remembered*, Rudolf Steiner Press.

3. Todos los gestos tienen experiencias subyacentes de color que generalmente se desarrollan en secuencias de tres. Steiner con frecuencia, aunque no siempre, las llamaba Movimiento, Sentimiento y Carácter.

4. *Twelve Moods* de Rudolf Steiner (Spring Valley, NY: Mercury Press, 1984). Sol, después Venus, “hablando” en Aries.

5. La interconexión entre el signo de Géminis, el “yo”, el cambio de los nueve años y las direcciones del espacio son fundamentales en mi opinión. Géminis tiene la imagen de los Mellizos. En cuanto a nuestro cuerpo físico, indica la capacidad de unir nuestra izquierda y derecha para que puedan surgir los actos; el espacio de la izquierda y el espacio de la derecha. También vemos a los Mellizos a un delicado nivel del alma en la medida en que el alma tiene dos partes —la experiencia de uno mismo (mundo interior) y la experiencia del otro (mundo exterior)— espacio trasero/espacio frontal. A nivel espiritual los Mellizos se relacionan con el yo físico “interior” y el yo espiritual “exterior”, espacio superior/ abajo inferior.

6. *Euritmia como lenguaje visible*

7. Ibíd.

8. Spring Valley, NY: Mercury Press, 1985.

9. Ibíd.

10. Rudolf Steiner: Euritmia como lenguaje visible.

11. Ibíd.

12. Ibíd.

13. Rudolf Steiner.

14. Anónimo.

15. El texto, junto con la música de transición que usamos —mi pianista hizo la melodía más armoniosa— está disponible en *Rhythms, Rhymes, Games and Songs for the Lower School*, selección y arreglos de Christoph Jaffke, Paedagogische Forschungsstelle beim Bund der Freien Waldorfschulen, Stuttgart, 1982.

16. Naturalmente, esta descripción es más adecuada para los últimos grados de primaria y secundaria. Para los más pequeños presentamos los fenómenos a través de los sentimientos, y mostrándolos directamente.

17. Observe que solo me refiero al gesto y no a la luz que acompaña al gesto, pues necesitamos diferenciar estos dos elementos. Por ejemplo, el gesto de los tonos agudos irradia hacia el exterior; sin embargo, la luz que acompaña al tono agudo surge en la periferia y provoca el gesto que irradia desde el centro. Así mismo, los tonos graves, al ser más “centrados”, provocan el gesto desde fuera de la periferia y por tanto son más redondos.

18. Ver *Man as Symphony of the Creative Word in connection with the Eagle, Lion, and Bull*, de Rudolf Steiner.

19. *Rudolf Steiner: Euritmia como lenguaje visible*.

20. Rudolf Steiner advirtió contra la creación de grupos especializados de eurytmia, haciendo hincapié en los aspectos sociales de la eurytmia en la vida escolar, y por tanto la idea misma de una troupe escénica es polémica. Mi opinión al respecto es que él estaba en contra de los grupos elitistas compuestos únicamente de los estudiantes más dotados, un punto de vista con el que estoy totalmente de acuerdo. En el caso del teatro, por ejemplo, mi opinión es que es preferible que todos los estudiantes participen en la obra de teatro. Si el profesor de teatro quiere formar un club de teatro compuesto por estudiantes que desean profundizar en esta forma de arte, esto está bien, siempre que no haya audiciones. Lo mismo cabe decir sobre la eurytmia. En este caso, en la reunión de secundaria que siempre teníamos con los estudiantes al comienzo del año escolar, indicaba de forma expresa que el talento no era necesario para incorporarse a la troupe escénica. Las únicas condiciones que ponía para participar era que los estudiantes asistieran a las sesiones de ensayos, que se esforzaran y que mantuvieran su compromiso durante la existencia de la troupe de ese año escolar. Como consecuencia, había una amplia gama de habilidades y experiencia entre los miembros. Algunos estudiantes nuevos se incorporaban sin tener ninguna experiencia en eurytmia; otros eran individuos muy dotados que sentían verdadero amor por esta forma de arte y aprovechaban toda oportunidad de participar.

