INFANCIA Y CUARENTENA: Propuestas y consejos

Por Cristina Guijarro y Kevin Rodenas - Proyecto De Rumbo al Cambio

Actualmente, estamos ante una situación anormal, el COVID 19 se expande por el mundo y va llegando a la puerta de la mayoría de los países. Todo nuestras emociones se mueven y nos sentimos estresados, aturdidos, impotentes o con una gran incertidumbre de lo que va a pasar.
Los niños y niñas no están ajenos a lo que sucede a nivel social, es por eso que hemos escrito algunos consejos que os pueden servir de ayuda.

¿Cómo podemos actuar?

- ### Crea un entorno de seguridad

La seguridad es fundamental para que los niños puedan sentirse tranquilos y puedan seguir desarrollándose sanamente. Nuestra casa es un lugar seguro donde no tengo que estar alerta, no tengo que preocuparme y puedo estar tranquilo y cobijado. Permitamos que los niños puedan sentir y vivenciar el hogar de esta manera. ¡Hagamos que sea así!
Los niños manifiestan con sus preguntas sus inquietudes, por eso es bueno no anticiparnos con información que ellos todavía no han pedido. Para ello, es necesario que estemos atentos a sus preguntas para responder a lo que realmente necesitan, y no darles ni más ni menos información. Una **escucha activa** y amorosa les ayudará a sentirse abrazados y escuchados. Lo más importante es que sepan que mamá y papá van a estar siempre para protegerlos pase lo que pase.

- ### Información y noticias

Los niños aunque sean pequeños, perciben muy bien qué sentimos y qué pensamos, por eso debemos evitar que estén en medio de conversaciones donde esté presente la preocupación o la incertidumbre de los adultos. Tampoco debemos exponerlos a las noticias donde se ve cómo suben las cifras de infectados, abuelos intubados y un sinfín de imágenes que generan miedo e incomprensión en el alma de los niños. Los adultos tenemos que “traducir” lo que está sucediendo al lenguaje de los niños, una hermosa manera es a través de cuentos e imágenes.

Al final les compartimos varios cuentos creados por maestras hace pocos días y también otros cuentos sugeridos para este momento.

● Planifica un ritmo diario

Los niños necesitan saber lo que va a ocurrir, esto les genera seguridad y tranquilidad. Es importante establecer un rutina diaria donde haya momentos de concentración (como puede ser hacer una tarea hogareña o escolar) y momentos de expansión (como por ejemplo, jugar libremente por casa o por el jardín). Con estos dos momentos, ofrecemos un ritmo saludable entre el estar adentro y el estar a fuera, entre el inspirar y el expirar, entre actividad y descanso.
Te proponemos que hagas, en un papel y con colores, un horario para que los niños sepan lo que va a ir sucediendo a lo largo del día. Los niños pueden colaborar en la elaboración de ese horario pintando o escribiendo las tareas. ¡Que sea bello!

● Hacer tareas con sentido:

Hacer actividades con sentido, nos ayuda a recordar que aunque no podamos cambiar situaciones que acontecen, siempre podemos hacer algo ante las adversidades, un gran aprendizaje para la vida.
Los niños necesitan **sentirse útiles** y las tareas hogareñas son ideales para ello. Quedarnos en casa, no es sinónimo de “no hacer nada”. Hay muchas tareas que los niños/as pueden hacer, solo hay que confiar en ellos y enseñarles a hacerlas mediante el ejemplo (¡y **mucha paciencia**!). Hay que tener en cuenta, que lo que necesitan los niños es tiempo para aprenderlas y justamente, un regalo que nos trae esta situación, es **tiempo**. Algo importante es prepararlo todo bien antes de empezar y guardarlo todo en su lugar al finalizar la tarea, de esta manera se van incorporando hábitos saludables en el hogar.

Posibles tareas:

- Ordenar el cuarto
- Hacerse la cama
- Ayudar a cocinar (pelar, cortar, mezclar, amasar)
- Poner y levantar la mesa
- Lavar platos, secarlos y ordenarlos
- Limpiar la casa, barrer, limpiar vidrios...
- Regar las plantas y dar de comer a los animales.
- Ayudar a reparar los juguetes rotos y separar los que ya no usamos para regalarlos

- **Actividad física:**

Aunque el movimiento se vea reducido por el hecho de tener que estar en casa, es importante que haya momentos de actividad donde los niños puedan sentirse libres en el movimiento. ¡Llegó el momento de ser creativos! Nuestra casa se puede convertir en un circuito con obstáculos, túneles, desafíos de equilibrio, etc.. algunos materiales que nos pueden ayudar son: telas, sábanas, sogas, saquitos, cajas de cartón, piedritas, almohadones…y si inventamos una historia adaptada a los desafíos de cada circuito tendrá mucho más sentido y será más divertido para ellos. También es importante dejar momentos para el juego libre, donde los niños pueden recrear lo que vivencian, imitan lo que ven y cultivan la fantasía y la imaginación.

- **Ayudemos al medio ambiente:**

Algo muy positivo de quedarnos en casa, es que están bajando los índices de contaminación medio ambiental y ríos y lagos están poblándose de flora y fauna de nuevo. Es un buen momento para tomar consciencia de ello y cambiar nuestros hábitos para con la madre tierra. Empecemos reduciendo nuestro impacto ambiental minimizando el uso de bolsas o envoltorios de plástico, utilizando bolsas de tela o cajas de cartón. Hay un movimiento llamado *“basura cero”,* te invitamos a que investigues por internet y veas todos los hábitos que podemos cambiar para reducir el plástico. Una propuesta muy fácil de incorporar en tus hábitos es hacer “ecoladrillos”, quedarán sorprendidos de la cantidad de plástico que podemos introducir en una botella. ¡Busca por internet todo lo que se puede hacer con ellos!

Si tienes jardín, ¡llegó el momento de **hacer una huerta**!. Los niños disfrutan viendo a los adultos trabajando la tierra y ellos rápidamente quieren colaborar. Si los niños son menores de 6 años, su participación es intermitente, si son mayores, ya pueden hacer tareas que impliquen más responsabilidad. ¡Anímate a cultivar tus alimentos!
En internet hay muchos tutoriales, te dejamos este link: La Huertina De Toni

Si no tienes jardín, no te preocupes, hoy en día hay muchas formas de hacer una una **huerta urbana**. Si te organizas bien podrás disfrutar de tus alimentos orgánicos com si estuvieras en el campo.
Acá te dejamos con un tutorial: Cómo hacer un huerto urbano en casa

- **Llegó la hora de hacer *lo que siempre dejamos para otro día*:**

Así de simple, ahora tienes tiempo, ¡aprovechalo! reordena la casa, haz el cambio que siempre quisiste en la cocina, en el comedor, en tu habitación.
¡Aprende algo nuevo! siempre quisiste aprender a tocar un instrumento, aprender a tejer, a pintar, leer esos libros que siempre quedan en la mesita de luz.
¡Ahora es el momento! regálate tiempo a ti y a tu familia.

- **El arte ayuda a expresar lo que no podemos verbalizar.**

Hay muchas vivencias, sentimientos y pensamientos que los niños no pueden expresar verbalmente, expresarlos a través del arte permite que podamos distanciarnos y "sacarlos a fuera" para poder digerirlos.

- **Dibujo libre:**

Cuando los niños dibujan en una hoja en blanco, llevan sus vivencias al papel. Los dibujos de los niños son cartas que se hacen a ellos mismos, y a través de ellos, nos cuentan sus historias. No es necesario preguntarle al niño qué es lo que dibujó, pero si ellos te cuentan, escúchalos con atención y cobija sus relatos, es sanador que el niño exprese sus sentimientos, a veces un abrazo y un simple "aquí estás seguro" es mucho mejor que una charla teórica para intentar darle un respuesta. Si observamos que dibuja siempre lo mismo y parece ser que no puede salir de esa imagen, podemos ayudar a encontrar posibles desenlaces para "llegar a un final feliz" o ayudar a superar esa situación que por sí mismo no puede.

- **Pintar:**

En pedagogía waldorf pintamos con las acuarelas diluidas con un poquito de agua y utilizamos la técnica "húmedo sobre húmedo", de esta manera el niño puede vivenciar plenamente el color, con todo su brillo, potencia y sutileza al mezclarse con otro color. Si no tienes acuarelas, no te preocupes, pinta con otros materiales. No es necesario dar indicaciones para que pinten algo concreto, pero si no saben que pintar, puedes contar un "mini-cuento" como este para inspirar a los niños:

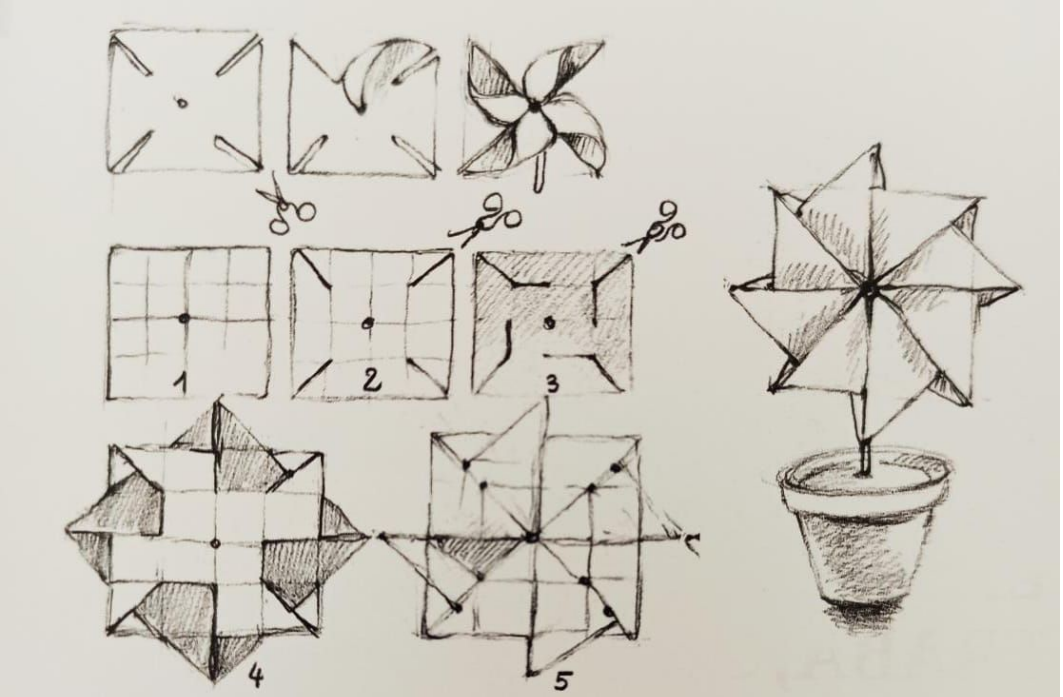
Un rojo brillante y un amarillo radiante eran amigos.
- Quisiera irradiar tan lejos como tú - dijo el rojo.
- Yo quisiera brillar con tanta fuerza como tú - dijo el amarillo.
Entonces, el amarillo le regaló al rojo algo de su esplendor y el rojo al amarillo algo de su brillo.

- **Otras actividades artísticas y manuales:**

Hay muchas posibilidades. Ten presente que el arte es sanador y posibilitar un espacio para actividades artísticas es regalarle un momento sagrado. Hay muchas actividades para hacer, en estos días estaremos compartiendo a través de nuestro facebook "De Rumbo al Cambio" algunas actividades.

Puedes usar **arcilla**, **cera de abeja para modelar**, **masa** (se puede hacer una masa casera y fácil, aquí va un tutorial: como hacer masa para jugar en casa)

En internet y libros también encontrarás muchas manualidades para hacer como la que hay a continuación, propuesta de la revista campanada de ING Edicions:



Molinillo de viento

¡Deja al viento jugar en tu jardín o en tu balcón!
4 aspas: Mira los tres dibujos de arriba. 8 aspas: 1. Haz un pliegue de papel cuatro veces. Después coge dos nuevos pliegues y dibuja las líneas de las dobleces. 2. Corta el primer pliegue. 3 Corta el segundo pliegue (mira el dibujo). 4. Pega ambos papeles. 5 Dobla los ocho extremos el uno con el otro hasta el centro y entonces cóselos cuidadosamente con hilo.

- **Cuentos.**

Los cuentos son una gran herramienta que nos permite, a través de imágenes, contar situaciones que estamos viviendo. Es el lenguaje de los niños y con ellos les proporcionamos un gran alimento para el alma. Les compartimos algunos cuentos:

1. El pequeño gnomo que tuvo que quedarse en casa (Por Susan Perrow)

<Esta historia fue escrita para su uso con niños pequeños (edades sugeridas de 3 a 5 años) a quienes se les exige que se queden en casa durante la actual pandemia de C-19, o que hayan modificado su libertad severamente (por ejemplo, tal vez puedan asistir a la escuela pero no puedan asistir a asambleas especiales, festivales, fiestas o eventos). La canción al final se ha dejado abierta para que los maestros y los padres creen más versos con ideas de los niños. La historia se puede cambiar / editar para adaptarse a diferentes situaciones, p. Ej. el árbol madre podría ser el árbol padre o la abuela o el árbol del abuelo, o es posible que desee omitir la parte sobre "escuela de gnomos". El personaje principal también podría cambiarse (por ejemplo, en lugar de usar un gnomo, la historia podría ser sobre un ratón atrapado en su pequeña casa o un pájaro que debe quedarse y descansar en el nido).>

El pequeño gnomo estaba confundido. ¿Por qué tuvo que quedarse en casa?

¡No todos saben cuánto a los pequeños gnomos les encanta deambular!

No podía ir a la escuela de gnomos, no podía jugar con sus amigos en el bosque y sus amigos no podían visitarlo.

El pequeño gnomo estaba atrapado en su casa de raíz de árbol.

Al menos podía mirar por la ventana a través de las rocas y las raíces de los árboles. Le sorprendió que hubiera tanto que ver. Pasaban pequeñas hormigas, escarabajos de colores brillantes subían y bajaban por las hojas caídas y conejos de orejas caídas entraban y salían de sus madrigueras.

Pero incluso con todas estas cosas para mirar, el pequeño gnomo se estaba impacientando. ¿Por qué tenía que quedarse en casa? No tenía sentido para él por qué no podía deambular.

Entonces Madre Árbol le susurró:
"Las cosas no son como solían ser, pero confía en mí, pronto serás libre, confía en mí, confía en mí".

El pequeño gnomo sabía en su corazón que siempre podía confiar en Madre Árbol.

¡Madre Árbol llevaba la sabiduría de todo el bosque!

Madre Árbol lo sabía todo sobre todo. Los pájaros y el viento eran sus amigos y mensajeros. La visitaban todos los días compartiendo las noticias del gran mundo.
El pequeño gnomo podía oír cuando pasaban los pájaros. Podía oírlos cantando en lo alto de las ramas de Madre Árbol.
El pequeño gnomo podía ver cuando el viento estaba de visita. Podía ver las ramas balanceándose de un lado a otro. ¡A veces tenía que cerrar su ventana para evitar las hojas y el polvo que levantaba este ocupado amigo!

Todos los días, Madre Árbol continuó susurrándole:
"Las cosas no son como solían ser, pero confía en mí, pronto serás libre, confía en mí, confía en mí".

Así que el pequeño gnomo tuvo que confiar, y el pequeño gnomo tuvo que esperar. Pronto supo que volvería a ser libre para deja su hogar entre las rocas y las raíces de los árboles. Pronto supo que sería libre de vagar una vez de nuevo en el hermoso bosque.

Y mientras esperaba, se sorprendió de cuántas cosas podría encontrar en su acogedora casa de raíz de árbol.

Pequeño gnomo puedes bailar,
Pequeño gnomo puedes cantar,
Pequeño gnomo puedes pintar y dibujar,
Y hacer saltos mortales por el suelo.
Pequeño gnomo puedes bailar,
Pequeño gnomo puedes cantar,
Pequeño gnomo puedes limpiar y cocinar,
Y acurrucarte con un libro ilustrado.
Pequeño gnomo puedes bailar,
Pequeño gnomo puedes cantar,
Pequeño gnomo puedes…….
Y……
Pequeño gnomo puedes bailar,
Pequeño gnomo puedes cantar,
Pequeño gnomo puedes…….y…….

Nota: He elegido escribir esta historia con una estructura de 'reflejo': la historia simplemente refleja la situación y se expande con imágenes que ayudan a compartir un mensaje que es demasiado fuerte para expresarlo directamente con niños pequeños.

No he puesto ninguna línea de tiempo porque eso sería irresponsable ya que nadie lo sabe en esta etapa. El objetivo de la historia es fomentar la aceptación de la situación actual de "distanciamiento social" y ayudar a motivar que los niños encuentren y disfruten actividades que pueden hacer dentro del hogar.

Para cualquier persona nueva en "medicina de historias", las historias pueden ayudar a navegar las emociones que vienen con diferentes tipos de pérdida y situaciones desafiantes. Al permitir en lugar de resistir la verdad, y al vestirlo con la tela de la imaginación, las historias pueden ayudar al proceso de tejer la verdad en la vida cotidiana, especialmente con los jóvenes niños.

Esta historia se incluirá en la sección "pérdida de salud y bienestar" en mi próximo libro, titulada "Historias para Iluminar la noche: una colección de dolor y pérdida para niños, familias y comunidades '(se publicará tarde 2020 por Hawthorn Press, Reino Unido) - el libro tendrá más de 80 historias en diferentes secciones ... historias para la pérdida de un ser querido, pérdida de lugar, pérdida de conexión familiar, pérdida de una mascota, pérdida de salud y bienestar, pérdida de confianza y dolor y pérdida ambiental.

---

2. Las lágrimas de la Tierra.

(Escrito por María Pía Videla. Maestra del Jardín del Monte, de la Comunidad Educativa del Monte)

La Tierra canta La Tierra sueña En un arrullo Con las estrella s. Los niños rondan Surcan el Cielo Dorados soles Nacen y mecen amaneciendo

Los animales escucharon que la madre Tierra estaba enferma y llorando. - “Son Tan tristes estas lágrimas “silbaron las serpientes - “¿Qué haremos?” aullaron los zorros - “Tan tristes son estas lágrimas y así nos vamos poniendo nosotros” trinaron los pájaros. - “¿Qué debemos hacer?” Relincharon los caballos

Entonces todos se apuraron por encontrar alguien que los ayude Los zorros, cuises y corzuelas salieron corriendo… Las serpientes reptaron. Los pájaros volaron. Los peces atravesaron la corriente de los ríos. Los caballos tronaron.

Se detuvieron juntos a la par, en un arroyo. El agua cantarina bajaba tranquila del cerro. Pero ante la presencia de una familia de seres humanos, se escondieron enseguida - “¿Quiénes son? Tengo miedo.” Aulló la zorra colorada. - “No temas. Son niños. Ellos nos escuchan. Llevan la luz de la esperanza en sus corazones. Esperemos aquí”. Relinchó suavemente un caballo blanco.

Era un cálido día. Tres hermanos jugaban. Hacían torres con piedras en la orilla. Empujaban pequeños troncobarcos hacia la cascada.

Bailaban en ronda mientras le cantaban a la lluvia. Su frescura los había bañado en el amanecer.

Poco después las nubes se abrieron. Entre sus ventanitas se asomaron algunos rayos del sol. Entonces un maravilloso arco iris surcó el cielo. Reflejos de colores pintaban sus rostros. La mamá y el papá también danzaron al son. Cuánta alegría los abrigaba.
Sin saber cómo ni por qué, el aire comenzó a ponerse espeso. Aunque no era de noche, de repente el paisaje se oscureció. Todo quedó oculto. Temerosos, los pájaros se alejaron volando. Los cuises se metieron dentro del hueco del anciano algarrobo cercano. Una zorra corrió con a sus crías a la madriguera. Las libélulas desaparecieron. Las vaquitas de San Antonio se acurrucaron debajo de un cuarzo. En medio de toda esa gran conmoción, los niños tomaron de las manos a sus padres y a tientas volvieron a su casa. Estaban un poco asustados. Caminaban con cuidado porque apenas podían ver donde pisaban. Por suerte sus guías conocían muy bien el camino. No había que tener miedo. Pronto llegarían a su hogar. Por fin vislumbraron la luz del farolito de la abuela que tejía meciéndose en su silla. Habían llegado. Estaban protegidos.

Afuera, sonaban relámpagos y truenos. Se escuchaban crujir las ramas de los árboles. Las sierras no se veían. Una copiosa lluvia caía a raudales. Adentro, el silencio los abrazó. No se habían mojado ni un pelo. Se sacudieron el polvo, se lavaron las manos y se sentaron alrededor de la mesa. La nona había hecho guiso. Agradecieron en coro y empezaron a comer... - “¿Por qué llueve tanto papi?” Preguntó el más pequeño. El hermano mayor se apresuró a contestar: - “Son las lágrimas de la Tierra” - “Llora mucho. ¿Qué le duele?” preguntó el mediano. - “Necesita que la cuidemos.” Respondió al fin el papá. - “¿Cómo podemos curarla?” preguntó otra vez el menor. Su voz resonó en la oscuridad pues justo en ese momento las luces se apagaron. La tormenta era muy fuerte. La mamá encendió una vela y dijo: - “Queridos hijos es hora de ir a dormir. Mañana será un nuevo día” Estaban tan cansados que se entregaron al sueño de inmediato.

El agua no cesó de caer durante la noche y continuó a la siguiente jornada. El aire estaba tan espeso que tuvieron que permanecer a dentro de la casa.

Solo el papá se ausentó por un rato en busca de comida y les trajo noticias del pueblo.

Tenían que quedarse guardados hasta que todo pasara. Ser pacientes y esperar. - “El que espera no desespera”. Repetía la abuela sin cesar. “Porque la paciencia es una gran virtud que se aprende desde que somos chiquititos”.
Esa tarde volvieron a reanudar el diálogo sobre las lágrimas de la Tierra. - ¿Qué podemos hacer para ayudarla?” se preguntaban los niños. La nona les contó que ella una vez había escuchado la voz del árbol de la vida, respirando en el bosque serrano. Él le había dicho: - “¡Planta! ¡Planta!” - “¿Qué debemos plantar?”

preguntaron los tres hermanos al unísono. ” Planta las semillas de la canción y la danza. Planta música y todos los colores. Planta las semillas del respeto mutuo y las del acuerdo silencioso. Planta alegría y compasión”, les susurró ella.

Juntos rieron, pintaron y escucharon los cuentos de su abuela. Al tercer día se comenzó a abrir la oscuridad. Las plantas y los animales se hicieron visibles. Poco tiempo después pudieron salir afuera. En la colina más cercana se encontraron con otras familias.

Algo maravilloso había sucedido en la creación. Los seres humanos tenían sonrisas límpidas y ojos que brillaban como estrellas. Los niños llevaban en sus manos cuencos con brotes de árboles que habían sembrado en sus casas en los días de noche sin fin.

¿Quién les había comunicado a todos a la vez el secreto del árbol de la vida? ¿Habrían sido los animales que ocultos aguardaban silenciosos o los mismos árboles’? ¿Acaso habían sido los abuelos o serían los propios niños que podían escucharlos a todos también? Un verdadero misterio.

Envueltos en el calor de aquel encuentro volvieron a darse las manos. Se las tomaron con cariño. Juntos giraron en ronda, mecidos en el arrullo de la música de todos los seres que habitan las sierras. El milagro del trabajo compartido volvía a ser posible.

3. El pescador y su mujer

(Cuentro tradicional de narración oral escrito por los Hermanos Grimm)

Había una vez un pescador que vivía con su mujer en una choza, a la orilla del mar. El pescador iba todos los días a echar su anzuelo, y le echaba y le echaba sin cesar.
Estaba un día sentado junto a su caña en la ribera, con la vista dirigida hacia su límpida agua, cuando de repente vio hundirse el anzuelo y bajar hasta lo más profundo y al sacarle tenía en la punta un barbo muy grande, el cual le dijo: -Te suplico que no me quites la vida; no soy un barbo verdadero, soy un príncipe encantado; ¿de qué te serviría matarme si no puedo serte de mucho regalo? Échame al agua y déjame nadar.
-Ciertamente, le dijo el pescador, no tenías necesidad de hablar tanto, pues no haré tampoco otra cosa que dejar nadar a sus anchas a un barbo que sabe hablar.
Le echó al agua y el barbo se sumergió en el fondo, dejando tras sí una larga huella de sangre.

El pescador se fue a la choza con su mujer: -Marido mío, le dijo, ¿no has cogido hoy nada?
-No, contestó el marido; he cogido un barbo que me ha dicho ser un príncipe encantado y le he dejado nadar lo mismo que antes.
-¿No le has pedido nada para ti? -replicó la mujer.
-No, repuso el marido; ¿y qué había de pedirle?
-¡Ah! -respondió la mujer; es tan triste, es tan triste vivir siempre en una choza tan sucia e infecta como esta; hubieras debido pedirle una casa pequeñita para nosotros; vuelve y llama al barbo, dile que quisiéramos tener una casa pequeñita, pues nos la dará de seguro.
-¡Ah! -dijo el marido, ¿y por qué he de volver?
-¿No le has cogido, continuó la mujer, y dejado nadar como antes? Pues lo harás; ve corriendo.

El marido no hacía mucho caso; sin embargo, fue a la orilla del mar, y cuando llegó allí, la vio toda amarilla y toda verde, se acercó al agua y dijo:

Tararira ondino, tararira ondino,
hermoso pescado, pequeño vecino,
mi pobre Isabel grita y se enfurece,
es preciso darla lo que se merece.

El barbo avanzó hacia él y le dijo: -¿Qué quieres?
-¡Ah! -repuso el hombre, hace poco que te he cogido; mi mujer sostiene que hubiera debido pedirte algo. No está contenta con vivir en una choza de juncos, quisiera mejor una casa de madera.
-Puedes volver, le dijo el barbo, pues ya la tiene.
Volvió el marido y su mujer no estaba ya en la choza, pero en su lugar había una casa pequeña, y su mujer estaba a la puerta sentada en un banco. Le cogió de la mano y le dijo:
-Entra y mira: esto es mucho mejor.
Entraron los dos y hallaron dentro de la casa una bonita sala y una alcoba donde estaba su lecho, un comedor y una cocina con su espetera de cobre y estaño muy reluciente, y todos los demás utensilios completos. Detrás había un patio pequeño con gallinas y patos, y un canastillo con legumbres y frutas. -¿Ves, le dijo la mujer, qué bonito es esto?
-Sí, la dijo el marido; si vivimos siempre aquí, seremos muy felices.
-Veremos lo que nos conviene, replicó la mujer.
Después comieron y se acostaron.
Continuaron así durante ocho o quince días, pero al fin dijo la mujer: -¡Escucha, marido mío: esta casa es demasiado estrecha, y el patio y el huerto son tan pequeños!... El barbo hubiera debido en realidad darnos una casa mucho más

grande. Yo quisiera vivir en un palacio de piedra; ve a buscar al barbo; es preciso que nos dé un palacio.
-¡Ah!, mujer, replicó el marido, esta casa es en realidad muy buena; ¿de qué nos serviría vivir en un palacio?
-Ve, dijo la mujer, el barbo puede muy bien hacerlo.
-No, mujer, replicó el marido, el barbo acaba de darnos esta casa, no quiero volver, temería importunarle.
-Ve, insistió la mujer, puede hacerlo y lo hará con mucho gusto; ve, te digo.
El marido sentía en el alma dar este paso, y no tenía mucha prisa, pues se decía:
-No me parece bien, -pero obedeció sin embargo.
Cuando llegó cerca del mar, el agua tenía un color de violeta y azul oscuro, pareciendo próxima a hincharse; no estaba verde y amarilla como la vez primera; sin embargo, reinaba la más completa calma. El pescador se acercó y dijo:

Tararira ondino, tararira ondino,
hermoso pescado, pequeño vecino,
mi pobre Isabel grita y se enfurece,
es preciso darla lo que se merece.

-¿Qué quiere tu mujer? -dijo el barbo.
-¡Ah! -contestó el marido medio turbado, quiere habitar un palacio grande de piedra.
-Vete, replicó el barbo, la encontrarás a la puerta.
Marchó el marido, creyendo volver a su morada; pero cuando se acercaba a ella, vio en su lugar un gran palacio de piedra. Su mujer, que se hallaba en lo alto de las gradas, iba a entrar dentro; le cogió de la mano y le dijo: -Entra conmigo. -La siguió. Tenía el palacio un inmenso vestíbulo, cuyas paredes eran de mármol; numerosos criados abrían las puertas con grande estrépito delante de sí; las paredes resplandecían con los dorados y estaban cubiertas de hermosas colgaduras; las sillas y las mesas de las habitaciones eran de oro; veíanse suspendidas de los techos millares de arañas de cristal, y había alfombras en
todas las salas y piezas; las mesas estaban cargadas de los vinos y manjares más exquisitos, hasta el punto que parecía iban a romperse bajo su peso. Detrás del palacio había un patio muy grande, con establos para las vacas y caballerizas para los caballos y magníficos coches; había además un grande y hermoso jardín, adornado de las flores más hermosas y de árboles frutales, y por último, un parque de lo menos una legua de largo, donde se veían ciervos, gamos, liebres y todo cuanto se pudiera apetecer.
-¿No es muy hermoso todo esto? -dijo la mujer.
-¡Oh!, ¡sí! -repuso el marido; quedémonos aquí y viviremos muy contentos.
-Ya reflexionaremos, dijo la mujer, durmamos primero; y nuestras gentes se acostaron.

A la mañana siguiente despertó la mujer siendo ya muy de día y vio desde su cama la hermosa campiña que se ofrecía a su vista; el marido se estiró al despertarse; dióle ella con el codo y le dijo:
-Marido mío, levántate y mira por la ventana; ¿ves?, ¿no podíamos llegar a ser reyes de todo este país? Corre a buscar al barbo y seremos reyes.
-¡Ah!, mujer, repuso el marido, y por qué hemos de ser reyes, yo no tengo ganas de serlo.
-Pues si tú no quieres ser rey, replicó la mujer, yo quiero ser reina. Ve a buscar al barbo, yo quiero ser reina.
-¡Ah!, mujer, insistió el marido; ¿para qué quieres ser reina? Yo no quiero decirle eso.
-¿Y por qué no? -dijo la mujer; ve al instante; es preciso que yo sea reina.
El marido fue, pero estaba muy apesadumbrado de que su mujer quisiese ser reina. No me parece bien, no me parece bien en realidad, pensaba para sí. No quiero ir; y fue sin embargo.
Cuando se acercó al mar, estaba de un color gris, el agua subía a borbotones desde el fondo a la superficie y tenía un olor fétido; se adelantó y dijo:

Tararira ondino, tararira ondino,
hermoso pescado, pequeño vecino,
mi pobre Isabel grita y se enfurece;
es preciso darla lo que se merece.

-¿Y qué quiere tu mujer? -dijo el barbo.
-¡Ah! -contestó el marido; quiere ser reina.
-Vuelve, que ya lo es, replicó el barbo.
Partió el marido, y cuando se acercaba al palacio, vio que se había hecho mucho mayor y tenía una torre muy alta decorada con magníficos adornos. A la puerta había guardias de centinela y una multitud de soldados con trompetas y timbales. Cuando entró en el edificio vio por todas partes mármol del más puro, enriquecido con oro, tapices de terciopelo y grandes cofres de oro macizo. Le abrieron las puertas de la sala: toda la corte se hallaba reunida y su mujer estaba sentada en un elevado trono de oro y de diamantes; llevaba en la cabeza una gran corona de oro, tenía en la mano un cetro de oro puro enriquecido de piedras preciosas, y a su lado estaban colocadas en una doble fila seis jóvenes, cuyas estaturas eran tales, que cada una la llevaba la cabeza a la otra. Se adelantó y dijo:
-¡Ah, mujer!, ¿ya eres reina?
-Sí, le contestó, ya soy reina.
Se colocó delante de ella y la miró, y en cuanto la hubo contemplado por un instante, dijo:
-¡Ah, mujer!, ¡qué bueno es que seas reina! Ahora no tendrás ya nada que desear.

-De ningún modo, marido mío, le contestó muy agitada; hace mucho tiempo que soy reina, quiero ser mucho más. Ve a buscar al barbo y dile que ya soy reina, pero que necesito ser emperatriz.
-¡Ah, mujer! -replicó el marido, yo sé que no puede hacerte emperatriz y no me atrevo a decirle eso.
-¡Yo soy reina, dijo la mujer, y tú eres mi marido! Ve, si ha podido hacernos reyes, también podrá hacernos emperadores. Ve, te digo.
Tuvo que marchar; pero al alejarse se hallaba turbado y se decía a sí mismo: No me parece bien. ¿Emperador? Es pedir demasiado y el barbo se cansará.
Pensando esto vio que el agua estaba negra y hervía a borbotones, la espuma subía a la superficie y el viento la levantaba soplando con violencia, se estremeció, pero se acercó y dijo:

Tararira ondino, tararira ondino,
hermoso pescado, pequeño vecino,
mi pobre Isabel grita y se enfurece,
es preciso darla lo que se merece.

-¿Y qué quiere? -dijo el barbo.
-¡Ah, barbo! -le contestó; mi mujer quiere llegar a ser emperatriz.
-Vuelve, dijo el barbo; lo es desde este instante.
Volvió el marido, y cuando estuvo de regreso, todo el palacio era de mármol pulimentado, enriquecido con estatuas de alabastro y adornado con oro. Delante de la puerta había muchas legiones de soldados, que tocaban trompetas, timbales y tambores; en el interior del palacio los barones y los condes y los duques iban y venían en calidad de simples criados, y le abrían las puertas, que eran de oro macizo. En cuanto entró, vio a su mujer sentada en un trono de oro de una sola pieza y de más de mil pies de alto, llevaba una enorme corona de oro de cinco codos, guarnecida de brillantes y carbunclos; en una mano tenía el cetro y en la otra el globo imperial; a un lado estaban sus guardias en dos filas, más pequeños unos que otros; además había gigantes enormes de cien pies de altos y pequeños enanos que no eran mayores que el dedo pulgar.
Delante de ella había de pie una multitud de príncipes y de duques: el marido avanzó por en medio de ellos, y la dijo:
-Mujer, ya eres emperatriz.
-Sí, le contestó, ya soy emperatriz.
Entonces se puso delante de ella y comenzó a mirarla y le parecía que veía al sol. En cuanto la hubo contemplado así un momento:
-¡Ah, mujer, la dijo, qué buena cosa es ser emperatriz!
Pero permanecía tiesa, muy tiesa y no decía palabra.
Al fin exclamó el marido: -¡Mujer, ya estarás contenta, ya eres emperatriz! ¿Qué más puedes desear?

-Veamos, contestó la mujer.
Fueron enseguida a acostarse, pero ella no estaba contenta; la ambición la impedía dormir y pensaba siempre en ser todavía más.
El marido durmió profundamente; había andado todo el día, pero la mujer no pudo descansar un momento; se volvía de un lado a otro durante toda la noche, pensando siempre en ser todavía más; y no encontrando nada por qué decidirse. Sin embargo, comenzó a amanecer, y cuando percibió la aurora, se incorporó un poco y miró hacia la luz, y al ver entrar por su ventana los rayos del sol...
-¡Ah! -pensó; ¿por qué no he de poder mandar salir al Sol y a la Luna? Marido mío, dijo empujándole con el codo, ¡despiértate, ve a buscar al barbo; quiero ser semejante a Dios! El marido estaba dormido todavía, pero se asustó de tal manera, que se cayó de la cama.
Creyendo que había oído mal, se frotó los ojos y preguntó:
-¡Ah, mujer! ¿Qué dices?
-Marido mío, si no puedo mandar salir al Sol y a la Luna, y si es preciso que los vea salir sin orden mía, no podré descansar y no tendré una hora de tranquilidad, pues estaré siempre pensando en que no los puedo mandar salir.
Y al decir esto le miró con un ceño tan horrible, que sintió bañarse todo su cuerpo de un sudor frío.
-Ve al instante, quiero ser semejante a Dios.
-¡Ah, mujer! -dijo el marido arrojándose a sus pies; el barbo no puede hacer eso; ha podido muy bien hacerte reina y emperatriz, pero, te lo suplico, conténtate con ser emperatriz.
Entonces echó a llorar; sus cabellos volaron en desorden alrededor de su cabeza, despedazó su cinturón y dio a su marido un puntapié gritando:
-No puedo, no quiero contentarme con esto; marcha al instante.
El marido se vistió rápidamente y echó a correr, como un insensato.
Pero la tempestad se había desencadenado y rugía furiosa; las casas y los árboles se movían; pedazos de roca rodaban por el mar, y el cielo estaba negro como la pez; tronaba, relampagueaba y el mar levantaba olas negras tan altas como campanarios y montañas, y todas llevaban en su cima una corona blanca de espuma. Púsose a gritar, pues apenas podía oírse él mismo sus propias palabras:

Tararira ondino, tararira ondino,
hermoso pescado, pequeño vecino,
mi pobre Isabel grita y se enfurece,
es preciso darla lo que se merece.

-¿Qué quieres tú, amigo? -dijo el barbo.
-¡Ah, contestó, quiere ser semejante a Dios!
-Vuelve y la encontrarás en la choza.
Y a estas horas viven allí todavía.

4. El agua de la vida

(Cuentro tradicional de narración oral escrito por los hermanos Grimm)

Hubo una vez un rey que enfermó gravemente. No había nada que le aliviara ni calmara su dolor. Después de mucho deliberar, los sabios decidieron que sólo podría curarle el agua de la vida, tan difícil de encontrar que no se conocía a nadie que lo hubiera logrado. Este rey tenía tres hijos, el mayor de los cuales decidió partir en busca de la exótica medicina. - Sin duda, si logro que mejore, mi padre me premiará generosamente. - Pensaba, pues le importaba más el oro que la salud de su padre.

En su camino encontró a un pequeño hombrecillo que le preguntó su destino. - ¿Qué ha de importarte eso a ti?, ¡Enano! Déjame seguir mi camino. El duende, ofendido por el maleducado príncipe, utilizó sus poderes para desviarle hacia una garganta en las montañas que cada vez se estrechaba más, hasta que ni el caballo pudo dar la vuelta, y allí quedó atrapado. Viendo que su hermano no volvía, el mediano decidió ir en busca de la medicina para su padre: "Toda la recompensa será para mí."- pensaba ambiciosamente.

No llevaba mucho recorrido, cuando el duende se le apareció preguntando a dónde iba: - ¡Qué te importará a ti! Aparta de mi camino, ¡Enano! El duende se hizo a un lado, no sin antes maldecirle para que acabara en la misma trampa que el mayor, atrapado en un paso de las montañas que cada vez se hizo más estrecho, hasta que caballo y jinete quedaron inmovilizados. Al pasar los días y no tener noticias, el menor de los hijos del rey decidió ir en busca de sus hermanos y el agua milagrosa para sanar a su padre.

Cabalgando, encontró al hombrecillo que también a él le preguntó su destino: - Mi padre está muy enfermo, busco el agua de la vida, que es la única cura para él. - ¿Sabes ya a dónde debes dirigirte para encontrarla? – Volvió a preguntar el enano. - Aún no, ¿me podrías ayudar, duendecillo? - Has resultado ser amable y humilde, y mereces mi favor. Toma esta varilla y estos dos panes y dirígete hacia el castillo encantado. Toca la cancela tres veces con la vara, y arroja un pan a cada una de las dos bestias que intentarán comerte.

- Busca entonces la fuente del agua de la vida tan rápido como puedas, pues si dan las doce, y sigues en el interior del castillo, ya nunca más podrás salir. – Añadió el enanito. A lomos de su caballo, pasados varios días, llegó el príncipe al castillo encantado. Tocó tres veces la cancela con la vara mágica, amansó a las bestias con los panes y llegó a una estancia donde había una preciosa muchacha: - ¡Por fin se ha roto el hechizo! En agradecimiento, me casaré contigo si vuelves dentro de un año.

Contento por el ofrecimiento, el muchacho buscó rápidamente la fuente de la que manaba el agua de la vida. Llenó un frasco con ella y salió del castillo antes de las doce. De vuelta a palacio, se encontró de nuevo con el duende, a quien relató su experiencia y pidió: - Mis hermanos partieron hace tiempo, y no les he vuelto a ver. ¿No sabrías dónde puedo encontrarles? - Están atrapados por la avaricia y el egoísmo, pero tu bondad les hará libres. Vuelve a casa y por el camino los encontrarás. Pero ¡cuídate de ellos!

Tal como había anunciado el duende, el menor encontró a sus dos hermanos antes de llegar al castillo del rey. Los tres fueron a ver a su padre, quien después de tomar el agua de la vida se recuperó por completo. Incluso pareció rejuvenecer. El menor de los hermanos le relató entonces su compromiso con la princesa, y su padre, orgulloso, le dio su más sincera bendición para la boda. Así pues, cerca de la fecha pactada, el menor de los príncipes se dispuso a partir en busca de su amada.

Ésta, esperando ansiosa en el castillo, ordenó extender una carretera de oro, desde su palacio hasta el camino, para dar la bienvenida a su futuro esposo: - Dejad pasar a aquel que venga por el centro de la carretera,- dijo a los guardianes – Cualquier otro será un impostor.- Advirtió. Y marchó a hacer los preparativos. Efectivamente, los dos hermanos mayores, envidiosos, tramaron por separado llegar antes que él y presentarse a la princesa como sus libertadores: - Suplantaré a mi hermano y desposaré a la princesa - Pensaba cada uno de ellos.

El primero en llegar fue el hermano mayor, que al ver la carretera de oro pensó que la estropearía si la pisaba, y dando un rodeo, se presentó a los guardas de la puerta, por la derecha, como el rescatador de la princesa. Mas éstos, obedientes le negaron el paso. El hermano mediano llegó después, pero apartó al caballo de la carretera por miedo a estropearla, y tomó el camino de la izquierda hasta los guardias, que tampoco le dejaron entrar.

Por último llegó el hermano menor, que ni siquiera notó cuando el caballo comenzó a caminar por la carretera de oro, pues iba tan absorto en sus pensamientos sobre la princesa que se podría decir que flotaba. Al llegar a la puerta, le abrieron enseguida, y allí estaba la princesa esperándole con los brazos abiertos, llena de alegría y reconociéndole como su salvador. Los esponsales duraron varios días, y trajeron mucha felicidad a la pareja, que invitó también al padre, que nunca volvió a enfermar.

Links de interés:

En nuestra pagina web tenemos mucho material:
https://derumboalcambio.wixsite.com/documental

Educación:
https://anitaisla.home.blog/
http://www.tierraenlasmanos.com/
https://www.demicasaalmundo.com/blog/
https://www.tamarachubarovsky.com/blog/
https://sites.google.com/view/ondinas-viajeras/inicio

Ecología:
https://www.ecologiaverde.com/como-reciclar-plastico-en-casa-1907.html
https://www.ceroresiduo.com/blog/

*En este artículo utilizamos la palabra “niño” como sustantivo que engloba a los niños y a las niñas. En catalán la palabra que utilizamos es “infants” que no tiene género.

Cristina Guijarro Vargas
Cofundadora del proyecto rodante De Rumbo al Cambio
Maestra waldorf primaria
Integrante del equipo de pedagogía de Emergencia Argentina

Kevin Rodenas Giró
Cofundador del proyecto rodante De Rumbo al Cambio
Maestro waldorf jardín de infantes
Integrante del equipo de pedagogía de Emergencia Argentina