

Boletín Otoño 2021

Actividades y Difusión AABDA

Ahora puedo pertenecerme a mí
Y, luminoso, expandir la luz interior
En la oscuridad del espacio del tiempo.
El ser natural impele al letargo,
Las honduras del alma han de despertar
Y, velando, llevar los ardores solares
A los gélidos flujos del invierno.

Semana 25. Calendario del alma
Hemisferio Sur



Aprovechemos el otoño
antes de que el invierno nos escombre
entremos a codazos en la franja del sol
y admiremos a los pájaros que emigran

ahora que calienta el corazón
aunque sea de a ratos y de a poco
pensemos y sintamos todavía
con el viejo cariño que nos queda

aprovechemos el otoño
antes de que el futuro se congele
y no haya sitio para la belleza
porque el futuro se nos vuelve escarcha.

Mario Benedetti.



Índice:	
Novedades AABDA.	Pág. 3
<i>El Otoño.</i> Gaby Osman.	Pág. 9
<i>Abrazar otras agriculturas para recuperar comunidad.</i> Eduardo Cerdá.	Pág. 11
<i>El compromiso biodinámico por las variedades de polinización abierta.</i> Alex Edleson.	Pág. 15
<i>Agriculturizar las ciudades.</i> Antonio Lattuca.	Pág. 20
<i>Recetario BD Otoño.</i> Marco Moreno.	Pág. 23
<i>Fitoterapia: Equinácea.</i> Daiana Dederer y Mariana Mampaey.	Pág. 29
<i>Pasta de los frutales biodinámica — Método Pasta Madre.</i> Diego Vergelín.	Pág. 36
<i>En la Pasión...</i> Miguel Demarchi.	Pág. 42
Contactos Regionales	Pág. 45

Novedades de Áreas de la AABDA.

** Desde la edición de este boletín queremos seguir invitando a quienes desean enviar actualizaciones y novedades trimestrales para esta sección. Así como quienes gusten colaborar con artículos para el cuerpo del boletín.*

Área Formación AABDA

Conformación del equipo de Formaciones.

Desde el mes de octubre de 2020 el área de Formaciones de AABDA incorporó dos nuevos colaboradores, Rocío López Fourcade y Ruben Molíns, que junto a Sebastián Iriberry conforman el Área de Formaciones.

El equipo definió las líneas de trabajo para este año, entre las que se destacan el trabajo con las Regionales, la preparación de dos módulos del curso fundamental.

Iniciamos también la recopilación de materiales escritos para la compaginación y diseño de un manual de contenidos para los cursos fundamentales y formaciones regionales, que también será ofrecido al público en general.

Curso Fundamental.

Durante el año 2019, un grupo de alumnos cursaron los dos primeros módulos del Curso Fundamental. El año pasado no fue posible completar la formación de este grupo ya que por la pandemia no pudimos dictar los últimos dos módulos. Este año hemos previsto dictar el módulo 3 en junio y el módulo 4 en noviembre para completar la formación. Hay mucho interés en esta modalidad de cursado, especialmente de personas de otros países.

Cursos regionales y coordinación de Formaciones.

Estamos llevando adelante con los equipos pedagógicos de las Regionales una serie de encuentros mensuales que nos permiten conocer y compartir las realidades, los proyectos y las búsquedas de los equipos de cada región del país.

Algunos equipos tienen mucha experiencia en el dictado de los cursos en forma presencial y han agregado una buena experiencia en la modalidad mixta y virtual que fue la solución

encontrada para atravesar el año anterior ofreciendo una forma para llevar a delante las formaciones.

Tenemos formaciones que ya han comenzado y otros por hacerlo en Patagonia Norte, Córdoba, Mendoza, Litoral y Pampeana y una serie de encuentros y charlas en NOA y Patagonia Sur.

Formadores del futuro.

Luego del Encuentro Latinoamericano en México se formó el Consejo de las Américas, con la inclusión de Estados Unidos. Este grupo propuso trabajar en base a carencias detectadas en distintos países referido al dictado de cursos y su forma de compartir contenidos sobre Agricultura Biodinámica.

Es así como nace el proyecto Formadores para el Futuro, con el objetivo de generar recursos humanos con herramientas metodológicas que permitan desarrollar futuros formadores en biodinámica de los países de la región.

En la actualidad se están completando los contenidos metodológicos y muy pronto comenzará el dictado de clases, virtuales y presenciales, que permitirá a fin de este año contar con un plantel de más de 100 formadores que tendrán la misión de multiplicar la biodinámica en cada rincón de las Américas.

Área Semillas AABDA

Para el proyecto de Constelación, se han sumado al equipo de trabajo 3 nuevos integrantes. En el Área de Diagnóstica y Control de Calidad de Semillas, se sumó a la Ing. Agr. Julieta Ramacciotti, quien empezó a hacer cargo del trabajo en laboratorio; y en el Área de Comunicaciones, se sumaron a Stefy Gonzalez y Matias David, quienes suman su conocimiento de lo virtual para mejorar la experiencia de los usuarios a través de ese interfaz. El equipo del Área de Comunicación quiere recordar a todos los lectores que, siguiendo a Constelación en sus redes sociales, ayuda a difundir sobre el proyecto y la biodinámica. También queremos anunciar la integración de 3 nuevos productores a la Red de Multiplicadores: Proyecto Rizoma (El Bolsón), Grupo de Estudio de Biodinámica (El Bolsón), y Finca La Amistad (Luján, Buenos Aires). Queremos agradecer a la Fundación Futura de Desarrollo, vinculado con la banca ética GLS de Alemania, por ayudar a financiar un tercer año consecutivo al proyecto de Constelación.

Con relación a la incidencia política respecto a semillas, existe en este momento una interesante oportunidad que se ha abierto con la creación del programa Semillar, protagonizado por la Secretaría de Agricultura Familiar, Indígena, y Campesina, con la participación de



otros actores cómo INTA y INASE (Instituto Nacional de Semillas). El hecho de que INASE se suma a la mesa abre una posibilidad de presentar políticas a favor de la semilla agroecológica, donde las leyes actuales, si bien apelan a mantener buena calidad en la semilla comercializada, también asfixian a la biodiversidad. Junto con nuestro aliado, Bioleft, hemos empezado una serie de reuniones con los coordinadores de Semillar para sumar herramientas y políticas favorables.

Comunicaciones especiales:

Chacra Agroecológica “Tierra Linda”

El Hoyo – Comarca Andina – Patagonia Argentina

Semillas de Otoño 2021

En el marco de los acontecimientos actuales del Covid-19 a nivel mundial y de los incendios en nuestra Región Cordillerana recientes, de origen dudoso, donde se quemaron miles de hectáreas de bosques nativos y donde familias enteras perdieron sus casas, sus herramientas, sus talleres y/o negocios, nos encontramos en la difícil y oportuna situación para ofrecer las semillas que producimos y resguardamos en

nuestra chacra Tierra Linda. Trabajo que realizamos en conjunto con el Grupo de Semillas Libres de El Bolsón; lo que significa dedicación, tiempo y esfuerzo, respeto y cuidado de la Naturaleza, mantenimiento de la fertilidad de los suelos y el trabajo en pos de la salud social; esto a partir de prácticas biodinámicas y de la iniciativa de Agricultura Asociativa (CSA – La Comunidad que Sostiene la Agricultura).

Ante la situación que atravesamos y ante la oportunidad de sanear y cultivar las tierras que han sido arrasadas por el fuego, esta temporada también pensamos en ofrecer a la Sociedad nuestras semillas proponiendo que se puedan hacer compras/donaciones para ayudar a las familias que perdieron todo, que puedan cultivar sus propios alimentos en los suelos incendiados y donde pueda existir la posibilidad de comenzar proyectos de Huertas Comunitarias.

Esta cosecha ofrecemos distintas especies y variedades como:

Rabanito “Rojo Gigante”, Kale “Ruso Risado”, Zanahoria “Dragon Rojo”, Acelga “Penca Ancha”, Espinaca “Gigante de Invierno”, Remolacha “Cilíndrica”, Mostaza “De hoja”, Rúcula, Chirivía, Habas, Arvejas, Caléndula “Mix de colores”, y ya pensando en la primavera también



ofreceremos Maíz (Variedad criolla de la zona) “Amarillo” y “Colorado”, Zucchini, Zapallo “Criollo”. Aprovechamos para comunicar que también ofrecemos semillas y plantines de plantas medicinales, como también hierbas y flores secas medicinales y aromáticas, para lo cual les pedimos que se comuniquen si están interesados.

Cada paquete y su contenido de semillas que ofrecemos a \$100, está diseñado y pensado para cultivar una superficie aproximada de 10 metros cuadrados de suelo con cada cultivo; por lo que si uno compra o dona \$1000 puede cultivar o ayudar a cultivar lo que requiere una familia en todo el año, que son 100 m², dependiendo de la calidad del suelo, del riego y de la experiencia de quien cultiva.

Con el fin de cuidar y mantener nuestros bancos de semillas criollas, y hacer fuerza para resistir ante el avance de las grandes corporaciones en la apropiación y patentamiento de variedades y especies, esperamos su acompañamiento, su compra o su Donación para vosotros u otras familias Comarcas.

Desde ya muchas gracias

Grupo de Producción de Semillas de CSA Argentina – Regional Comarca Andina

Contacto:

e-mail: agromies_99@yahoo.com

teléfono : +54-9-3467-445585

Cuenta bancaria (CBU): Banco Francés – 0170282040000032707524 (Favor de enviar comprobante y destino del aporte)



La *'Landbauschule Dottenfelderhof'*, desde el corazón de la granja Dottenfelderhof.

Hace unos seis años escribí un mensaje a la granja biodinámica Dottenfelderhof para preguntar si podía hacer una pasantía en el establo con las vacas. De esta forma me enteré de que existía un curso de un año para profundizar los conocimientos y filosofía de la agricultura biodinámica. Un año después recibí un correo electrónico en el que me ofrecían la posibilidad de hacer el curso, así que gracias al apoyo de mi familia viajé a Bad Vilbel, Alemania, pese a que nada de eso encajaba con mis planes. Nunca pensé que ese curso cambiaría realmente mi vida por completo. Y es que ahora soy quien envía mails a interesados en el curso, como alguna vez lo hicieron conmigo y la que tiene la posibilidad de poder tra-



trabajar en un punto central y estratégico para aprender, fomentar y enseñar agricultura biodinámica, en un lugar repleto de aprendices, estudiantes, maestros, agricultores, científicos, etc. y principalmente de magia: en la Landbauschule Dottenfelderhof e.V. Es que todos los días cuento con la suerte no solo de trabajar en agricultura, sino también de cruzarme e intercambiar unas pocas palabras o interesantes charlas con la señora y el señor Klett o recorrer los árboles y hablar de mejoramiento vegetal con Dieter Bauer, cruzarme mails con Ueli Hurter, tener conversaciones interesantísimas con Martin von Mackensen sobre cómo enseñar, o aprender la química en forma vivencial con Gunter Gebhard.

Para entender un poco más acerca de la *'Landbauschule Dottenfelderhof e.V.'*, en español 'Escuela de Agricultura Dottenfelderhof', asociación civil sin fines de lucro, fue fundada en el año 1972 por el señor Klett en plena construcción de la granja Dottenfelderhof con el motivo de poder dar cursos a aprendices en agricultura biodinámica. En ese tiempo, era todo muy pequeño y el señor Klett junto a su esposa Liselotte hacía la administración los sábados a la tarde luego de haber trabajado toda la semana en la granja. Con el tiempo la Landbauschule fue creciendo y tomando las riendas de más actividades, desafíos y proyectos.

Los principales objetivos de la Escuela de Agricultura Dottenfelderhof como asociación civil sin fines de lucro hoy en día son: el fomento de los cursos en agricultura biodinámica y la cooperación con distintas universidades, la investigación y mejoramiento vegetal biodinámico, el desarrollo de proyectos relacionados a la protección ambiental y de los animales principalmente. Todas estas actividades pueden llevarse a cabo porque la Escuela de Agricultura trabaja en conjunto con la parte netamente agrícola de la granja, la Sociedad Comanditaria Dottenfelderhof.

Respecto a las capacitaciones en agricultura biodinámica la Escuela de Agricultura ofrece los siguientes cursos: el curso introductorio de enero en agricultura biodinámica, el curso de profundización de febrero en agricultura biodinámica, y el curso de especialización en agricultura biodinámica, el *Jahreskurs (curso anual)*, el cual incluye el contenido de los otros dos.

Desde mi punto de vista, este último es el *highlight* de la escuela.

El *Jahreskurs* está destinado a personas jóvenes dedicadas a la agricultura o personas que hayan terminado sus estudios en horti, fruti, viticultura, ganadería, o agricultura en general para ambos grupos que posean más de 4 años de experiencia práctica. Este curso ofrece la oportunidad de aprender, vivenciar y reflexionar acerca de la agricultura biodinámica en el contexto real de una granja biodinámica con todas sus oportunidades y desafíos. Se pueden observar y aprender de los ciclos que ocurren en la naturaleza y los aspectos sociales que ocurren en la granja.

Un día típico en este curso comienza temprano en la mañana con observación en el campo, especialmente del suelo en alguna de las parcelas donde se ha sembrado, labrado el suelo, cosechado, etc. Luego se desayuna y se asiste a clases donde se estudian distintos aspectos de la antroposofía y biodinámica como también conocimientos técnicos relacionado a la agricultura en todas sus dimensiones. El arte es una parte esencial del aprendizaje, por eso también hay clases de dibujo, modelado de arcilla, tallado, eurytmia, etc. Por las tardes también hay clases o se puede participar en alguna de las actividades que suceden a campo en la granja como por ejemplo en el establo de vacas o gallinas, en la quesería y panadería, en horti y fruticultura. Además del cursado los estudiantes participan en varias excursiones en distintas partes de Alemania, en Suiza u otros, en las cuales se estudian geología, formación de suelos agrícolas, silvicultura biodinámica, etc. y se visitan distinta granjas biodinámicas. Durante el cursado se desarrolla un proyecto final cuyo tema varía de acuerdo al interés del estudiante, que el día final del curso es presentado frente a toda la granja, profesores, familiares y amigos.

Desde mi punto de vista, es un curso, que vale la pena realizar sobre todo como experiencia de vida, ya que otorga la oportunidad de empaparse en la agricultura biodinámica y antroposofía al tener un año completo destinado solamente para estudiar y aprender las mismas, algo muy difícil de realizar en la vida cotidiana. Ex alumnos del curso anual de Latinoamérica son Maria Clara Göbel, Gabriela Volkmann, Sebastian Calquín, Luciano Arangoitia, Livia Bischoff, Pedro Paço, Agustín Pierobón, Rodrigo Jaskulski, Lurdes Piña y Juan Martín Richter.

A continuación, les dejo más información y no dejen de preguntar ante cualquier inquietud:
Comienzo del cursado: Septiembre

Idioma de cursado: alemán (como mínimo es necesario tener B1 o B2 de conocimiento)

Costos: 8400 euros en total e incluye comida, alojamiento y derecho de cursado (en mi caso, me postulé para una beca y trabajé durante y luego del cursado en la granja para poder costearme estos gastos.



Correo electrónico: lbs@dottenfelderhof.de
Web: <https://www.dottenfelderhof.de/landbauschule/jahreskurs/>

Rocío Ayelén Lanthier

El Otoño

una propuesta imaginativa

*“Por un camino de oro van los mirlos... ¿Adónde?
Por un camino de oro van las rosas... ¿Adónde?
Por un camino de oro voy...
¿Adónde, otoño?”*

Juan Ramón Jiménez

En la palabra otoño resuena tres veces la “o”: ‘¿oro oculto, en el ocaso?’... ¿Qué abraza, acoge, guarda esa “o”?

Si estamos atentos a la luz del sol, en su metamorfosis a lo largo del año, podremos percibir que hay dos momentos donde pareciera detenerse tanto la luz, como también la naturaleza: en un momento del verano y del invierno. El otoño nos revela una transición constante, cuando aun es verano ya algunas hojas comienzan a caer, el arco solar se acerca a la tierra y percibimos cómo la luz se hace cada vez más dorada; se apacigua, nos toca el corazón en forma más suave, mansa, envolvente, cálida, que en otros momentos del año. Las fuerzas en la planta se trasladan a la semilla, hacia su futuro.

¿Por qué se tiñen las hojas de colores? ¿Qué colores son de los que se viste el otoño? ¿Podríamos imaginarnos un otoño con azules, celestes, turquesas? ¿Cómo sería si intentáramos imaginarnos que vivimos nuestro primer otoño? ¡Cuánto asombro y regocijo! ¿No es cierto?!

En nuestro entorno la alquimia de sustancias se hace visible, la disminución de luz y temperaturas más frescas provocan un cambio en el vestido que portan los árboles, encendiéndose un mundo de colores que nos conmueve. La producción de los tres pigmentos más importantes, la clorofila, la carotenoides y la antocianina cambian en su producción, en este tiempo, siendo la disminución de la luz, su principal factor. ¿Qué pasa después? Para conservar los recursos, el árbol comienza a cerrar el sistema venoso, que por lo general proporciona agua y nutrientes a cada hoja. Como resultado, la clorofila comienza a descomponerse y el pigmento verde se desvanece, apareciendo entonces los colores que se encontraban ocultos, los amarillos y naranjas, producto de la carotenoides, y el rojo, de la antocianina.

La luz solar que se ofrece incondicionalmente el año entero es la manifestación exterior del amor divino, que una y otra vez permite que la creación se manifieste. Cuando permitimos que la luz exterior que el verano nos ofrendó vuelva a surgir en nuestro interior, encontramos el camino hacia la fuerza de la vida eterna, dentro nuestro, irradiando luego en nuestro alrededor como fuerza de vida y del amor. El otoño nos invita a estar receptivos para nuevos pensamientos e inspiraciones, buscando lo esencial dentro nuestro, siendo la naturaleza misma quien nos puede acompañar y enriquecer en nuestro trabajo interior.

...

Gabriela Osman

*Propuestas meditativas
por Anna Cecilia Gruenn.*

*Imaginar el proceso de metamorfosis desde la flor hacia la semilla, con una planta que conozco bien; intentar crear la representación en detalle, acompañada por la vivencia que despierta en mí.

Esta propuesta despierta en el alma el ánimo del estar maduro para los procesos del otoño. Nos permite reconocer que el ser de la planta no muere, sino que se transforma pasando a otro estadio. Nos puede ofrecer estabilidad y fortalecernos para elaborar profundos cambios en nuestras vidas.

* Imaginar los colores del atardecer; desde el amarillo hasta el rojo, con todos los colores intermedios. Poder acompañar con la vivencia que despierta el cambio de cada matiz de color.

En esta transición de colores podemos tener la vivencia de un proceso de maduración y de algo que llega a su completitud. Nos sentimos activados desde el ámbito de la voluntad, tanto exterior como también en el interior. Desde el amarillo hacia el rojo pasamos de una vivencia de expansión hacia una fuerte concentración, de vivificación y de tornarse esencial.



Abrazar otras agriculturas para recuperar comunidad.

Hacia el 2050, en dirección agroecológica.

Es un honor y una enorme alegría para mí, reencontrarme en este diálogo con la gente querida de AABDA que hace una apuesta valiente para recuperar la espiritualidad y una relación sagrada, de profundo respeto, con la naturaleza y logra transmitirla a través de



la agricultura.

Este boletín de otoño nos retrotrae hasta el otoño pasado cuando se declaró una pandemia que quiso encerrar durante un año a toda la humanidad. Fue cuando la agricultura cobró una nueva visibilidad como actividad esencial y se incrementó la demanda internacional y local para obtener alimentos saludables y transformar los modos de producción agrícola, Miles de personas inquietas, movimientos, asambleas y organizaciones sociales, nodos de consumidores, grupos políticos se preguntaron - en muchos casos, por primera vez- de dónde provienen sus alimentos, quienes los producen y de qué manera. La agricultura biodinámica, la permacultura, la agricultura orgánica y regenerativa, la agroecología son prácticas que en-

tusiasman y permiten dar respuesta a una profunda crisis climática. No alcanza con dejar de contaminar. Debemos entender que es tiempo de regenerar el suelo, recuperar armonías, paisajes (internos y externos), frenar impactos e iniciar una profunda transformación que permita recuperar nuestras comunidades, las relaciones, el valor de lo colectivo y una visión holística (donde el todo es más que las sumas de las partes, la comunidad es más que la suma de sus individuos) y entender que el paradigma que estamos comenzando a transitar no es de acumulación de sustancias sino de circuitos de andar liviano, de energías o fuerzas, entramándonos en una gran red.

En esta situación inédita, en agosto pasado, por primera vez en América Latina, un país decidió crear una Dirección Nacional de Agroecología, en la órbita de la Secretaría de Alimentos que forma parte del Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca de Argentina . Pero ¿en qué consiste este concepto? ¿De qué trata la agroecología?

La agroecología fusiona dos disciplinas científicas, la agronomía y la ecología, y es considerada tanto una ciencia como una práctica que resulta compatible con la realización del derecho a una alimentación adecuada y de calidad. Se la entiende también como un paradigma superador en términos productivos socio-ambientales, filosóficos y espirituales, un concepto holístico capaz de brindar soluciones cuando falla el sistema y el modelo de agricultura química-transgénica actual, reconociendo que éstas

surgen de un grave desentendimiento con los entornos ecológicos en los cuales se desarrolla. En cambio, la agroecología propone un conjunto de técnicas que permiten mejorar los sistemas agrícolas mediante la imitación la observación de las relaciones, las sinergias de los procesos naturales, busca comprender a la naturaleza y trabajar con ella para cohabitar, somos parte de ella. Cada vez es menos aceptable como sociedad que se destinen 2.800 millones de dólares anuales a la compra de agroquímicos, por citar apenas el aspecto económico, si existen otras agriculturas que impulsan el desarrollo local, reducen las importaciones, disminuyen el uso de energía y de la logística que representa el 33% del costo de los alimentos que explica la necesidad de los mercados de cercanía. En los '90 se usaban 73 millones de litros de agroquímicos por año y ahora estamos en 500 millones, y la producción no se multiplicó en proporción. Entonces ¿cuándo vamos a parar? ¿en 700 millones? ¿en mil millones?. Son sustancias dolarizadas de la industria química a las que se nombra como “remedios” para las plantas (fitosanitarios). Siempre se enfoca en la enfermedad, en cómo diagnosticarla y cómo curarla. Pero no se hace hincapié en la salud. ¿Cómo hacemos para estar bien?” No se entiende que un suelo enfermo genera una planta enferma y un animal enfermo. Y esos son nuestros alimentos que generan un ser humano enfermo o débil, al que le faltan los elementos para estar bien. La fertilidad de los suelos es una de las claves para una agricultura menos dependiente y se relaciona con la salud de los cultivos, la salud humana y la ambiental. Es este concepto que surgió en la pandemia, de **una sola salud**, y se convirtió en consigna, en una demanda social. Es importante comprender que la diversidad que se genera arriba en los cultivos, será coincidente con la del

suelo. Si los suelos son diversos, los alimentos son diversos y se refuerza nuestro sistema inmunológico.

La agroecología se presenta como una invitación a reconstruir esa información vedada, de quién, cómo, para qué y para quién se producen alimentos, con qué sabores, con qué nutrientes, y permite sentar a gente muy diferente en la misma mesa. Es un camino que lleva a fortalecer la comunidad en base a nuevos acuerdos en torno al sistema agroalimentario. La agroecología se nutre y reconoce los saberes locales de la agricultura campesina, chacarera y de pueblos originarios desde un paradigma sistémico y holístico. En su práctica, fusiona el conocimiento científico, la tecnología agropecuaria y la fuerza de los movimientos sociales ávidos de una profunda transformación en la relación entre la



naturaleza y la producción. La agroecología es abrazada por las y los productores porque

promueve modelos productivos adaptados a cada región y localidad. Su flexibilidad permite que se la aplique a diferentes escalas, actores y a todos los rubros productivos. Estimula las economías locales, la repoblación de los espacios rurales, permite abordar el conflicto social por la aplicación de agroquímicos porque permite producir en los periurbanos y a la vez cuidar el bolsillo de quien produce, genera mejores alimentos de alto valor nutricional y dignifica el trabajo rural, que se convierte en una tarea más valorada por la comunidad. Por último, la agroecología genera tranquilidad financiera; al no ser intensiva en capital ni insumos, no requiere el uso de créditos del sistema financiero que comprometen la economía del campo.

Cuando aún no existían políticas de fomento ni promoción desde el Estado, en Argentina, uno de cada 50 establecimientos ya producían alimentos de base agroecológica de acuerdo a las cifras preliminares brindadas por el Censo Nacional Agropecuario de 2018. Hoy existen alrededor de 5 mil unidades productivas que eligieron una práctica sostenible por su cuenta, sin estructura gubernamental, subsidios o apoyos institucionales. Por eso, desde la Dirección nacional de Agroecología, nuestra intención es visibilizar, fomentar y consolidar esa red vital que ya existe y multiplicarla para que se fortalezca una política pública a largo plazo, que trascienda una gestión. Es necesario, en un contexto de mucha incertidumbre, planificar con una mirada de mediano y largo plazo, nuestro objetivo es fomentar las experiencias ya existentes, apoyar a generar nuevos mercados, aumentar y diversificar la producción agroecológica, aportar valor agregado e incorporar a los consumidores a este circuito virtuoso donde todos ganan y nadie pierde

Este camino implica avanzar hacia un nuevo paradigma y no puede construirse de manera aislada o desde una Dirección Nacional, únicamente. La política, en su sentido más noble, nos lleva al diálogo con personas y grupos que atraviesan experiencias sustancialmente diferentes y conciben la realidad desde otras perspectivas pero con quienes habitamos un mismo territorio. De allí que esta manera de entender la agroecología no implica tanto un cambio de técnicas sino un profundo cambio societal, donde el campo, la salud, la vida sean preservados.

Por eso, desde la Dirección nacional de Agroecología nuestro propósito es iniciar un Plan Participativo de Agroecología y de Reducción del uso de Agroquímicos, Es muy importante construir territorialidad y el trabajo en redes a través de las múltiples y diversas maneras de asociarse que tienen las personas. Desde la FAO, los distintos ministerios (Desarrollo, Ambiente, Salud, Agricultura, De las Mujeres, Géneros y Diversidad), entidades como el INTA, los grupos que pertenecen a Cambio Rural, las provincias y municipios, las mesas del asociativismo del INAES, pero también las organizaciones sociales, los grupos que pertenecen a la Red de Municipios y Comunidades que fomentan la Agroecología (RENAMA), Aabda) personas sueltas y todas las que se acercan a la agroecología a la que se percibe como un horizonte palpable hacia la soberanía alimentaria, con alimentos sanos, frescos ,donde podemos reconocer su origen e incluso su productor y su terruño, respetando la diversidad de las regiones y de las respuestas que cada comunidad logre establecer.

En este calendario biodinámico de 2021, se nos invitó a pensar en el 2050. Es el tamaño del desafío que permiten afrontar nuestras agriculturas, la biodinámica, la agroforestal,

la permacultura, la regenerativa, la agroecológica entre las múltiples propuestas, desde dónde crear un sistema mundo capaz de alimentar todas las vidas.

Eduardo Cerdá

Agroecología

Tengamos en cuenta aspectos del nuevo paradigma:

- ✓ Tratar de hacer circular los bienes y no acumular.
- ✓ Cohabitar, somos parte de la naturaleza
- ✓ Entender las relaciones (economía circular), la empatía, la solidaridad, la construcción en conjunto, cooperación
- ✓ El todo (comunidad) es mas que la suma de los individuos.

Imagen 1: La agroecología implica abandonar viejas estructuras de competencia y acumulación.

Imagen 2: La agroecología no debe medirse únicamente con la vara de los rindes, sino mirar integralmente todas las dimensiones.



* Última exposición de Eduardo Cerdá en el Encuentro de Agroecología 2021 organizado por el Municipio de Tandil, donde por primera vez confluyeron el Estado Nacional (Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca), el Provincial (Provincia de Buenos Aires) y el municipio (Tandil) para fomentar la agroecología

* <https://youtu.be/dDKidsyFV6s?t=4197>: La experiencia de Zavalla, un municipio de Santa Fe, adherido a la RENAMA

EL COMPROMISO BIODINÁMICO POR LAS VARIEDADES DE POLINIZACIÓN ABIERTA

Gracias a Rocío Lanthier por sus aportes al texto

El año pasado parecía ser el año en que se llamaba a una discusión interna muy importante para el movimiento biodinámico en torno al tema *Semillas*, pero quedó demorada por las limitaciones de la cuarentena impuesta a nivel mundial. Hace ya mucho tiempo que se acordó en la agricultura biodinámica, que la base de trabajo respecto a la semilla debería ser las variedades de polinización abierta – en jerga técnica “variedades OP” – las cuales engloban tanto las variedades nativas como a las criollas. En términos generales podemos definir las variedades OP como poblaciones de plantas de una especie o de un cultivo, relativamente uniformes, y que son reproducibles de generación en generación conservando más o menos las características de sus padres. En efecto, son las que ha habido en la agricultura desde el tiempo de nuestros ancestros, y por su leve heterogeneidad, es que estas variedades van cambiando a lo largo de los años para dar origen a nuevas variedades, de acuerdo al lugar y a la cultura en que se encuentran. Sin embargo, en los últimos tiempos se han levantado algunas voces discordes, que reclaman que esta visión es limitada y que las variedades OP deberían “actualizarse” a través de la incorporación del desarrollo de *semillas híbridas biodinámicas*. Debido a esta situación es que surgió un debate que giraba en torno a la pregunta: ¿se podrían permitir variedades híbridas biodinámicas? Naturalmente, lo que precede a esta pregunta es, si

es una paradoja en sí un *híbrido biodinámico*, y luego cuáles serían las consecuencias para el movimiento biodinámico.

En enero de 2020, la Sección de Agricultura del Goetheanum puso en circulación un boletín, informando que se convocaba a referentes del tema *Semillas* para aportar ideas sobre el asunto en cuestión. El foro estaba planificado para marzo del mismo año, pero debido a la cuarentena, no fue posible realizarlo. No obstante, la discusión avanzó por otros canales todavía buscando



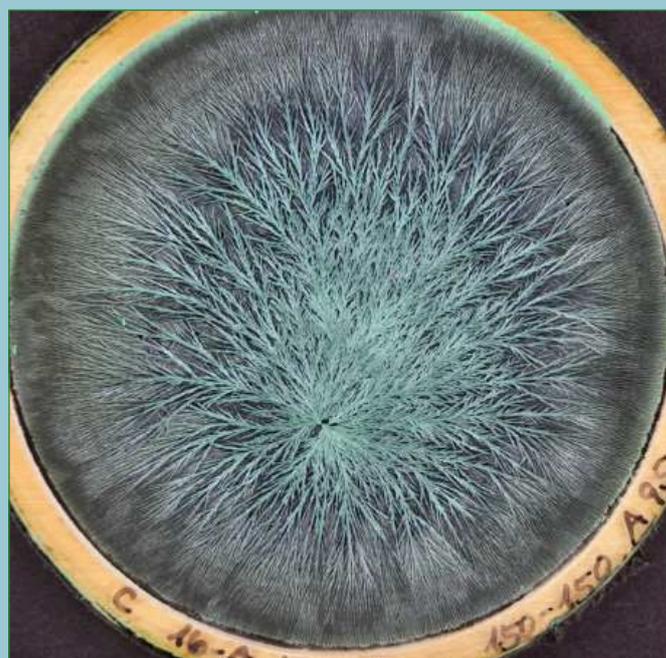
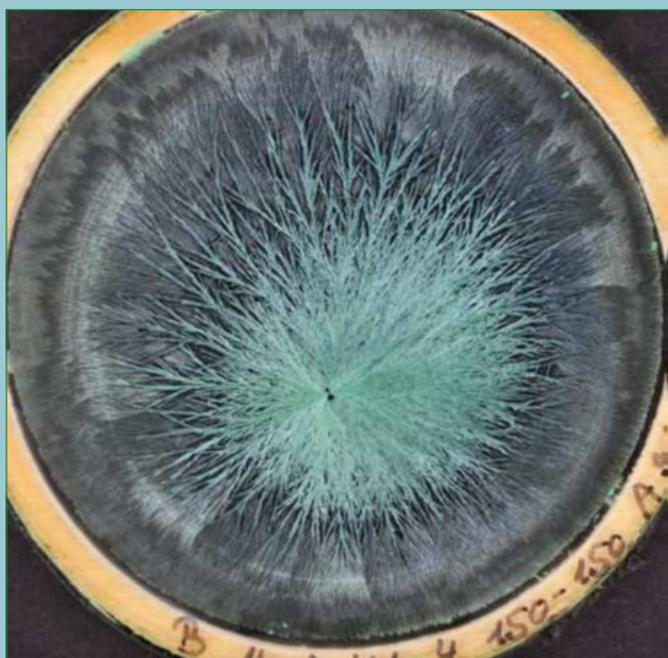
su propio rumbo. La semilla es un recurso primordial en cualquier sistema agrícola, y más aún para la biodinámica, por eso no podemos desmesurar la importancia de lo que está en juego cuando se habla de la semilla. Por ejemplo, otra pregunta que se trajo a colación es ¿hasta qué punto nos aferramos a los ideales sin dejar de lado lo económico?

Las variedades híbridas tradicionales son el resultado de condiciones esforzadas de autopolinización, sustituyendo el proceso natural de polinización cruzada entre plantas. Esta autopolinización se repite durante

varias generaciones y resultan en líneas de plantas debilitadas y genéticamente empobrecidas (conocido como depresión endogámica). Posteriormente, dos líneas madres llevadas de esta forma se cruzan y se produce el híbrido (o también el híbrido F1), donde se produce el fenómeno del llamado *efecto heterosis* dando como resultado plantas fuertes, de mayor rendimiento y una llamativa uniformidad. Sin embargo, si procedemos a cosechar semillas de esta planta híbrida, vamos a encontrar en la próxima generación (o el F2), que se han perdido estas características, y que contrariamente, saldrá una población muy heterogénea con características de ambas líneas madres. En realidad, en la naturaleza, la hibridación existe en algún grado, sobre todo en las especies de polinización cruzada (alógamas); estas son especies que necesitan o “desean” el polen de plantas ajenas de su misma especie. De todas formas, en las variedades híbridas producidas por el ser humano, se llevan las plantas artificialmente a ese punto de depresión genética para garantizar el efecto de cruzamiento. Esta forma de hibridación es “la clásica”, aunque hoy existen varios otros métodos más artificiales todavía, en los que

están involucrados otros procesos muy cuestionables que están permitidos en la agricultura orgánica, pero no en la biodinámica. Se tratan de los híbridos logrados en condiciones de laboratorio con fusión de células como los híbridos CMS (las siglas en inglés por androesterilidad citoplasmática), donde las anteras de las flores de las plantas resultantes son estériles. No hablaremos de estos híbridos más nuevos artificiales, porque van mucho más allá del marco de esta discusión (¡además de ser muy lejos de algo biodinámico!).

La industria semillera aprovecha este efecto del heterosis para, por un lado, sacar provecho de este fenómeno natural, pero, por otro lado, genera una dependencia donde el productor está obligado a comprar semillas, porque esconde del conocimiento público las líneas madres. Las primeras semillas híbridas se lanzaron hace unos 100 años con el maíz, durante los años 1920s, cuando paralelamente el mundo llegó al mayor grado de agrobiodiversidad. Desde entonces, según la FAO, se perdieron alrededor de 75% de especies y variedades en existencia. No es casual la relación entre la pérdida de diversidad y el avance de los híbridos, generando una situación cada vez más precaria



* Imagen de la izquierda: maíz híbrido; Imagen derecha: maíz biodinámico

de menos diversidad. Alrededor de 60% de alimentos se producen mundialmente con tal sólo tres cultivos: trigo, maíz, y arroz. Más tarde, a partir de los 90, la introducción de transgénicos, y ahora desde la década pasada, la edición de genes, sólo contribuyen a agravar la situación de la soberanía alimentaria global. Los responsables argumentan a favor de la seguridad alimentaria, pero ¿cuán segura es una dependencia de muchos agricultores con relación a unas pocas empresas semilleras? *La seguridad alimentaria* es a veces un concepto que fricciona con *la soberanía alimentaria*.

Para lograr más claridad en el lector se debe subrayar la diferencia entre *el empleo* de las semillas híbridas para un cultivo y *el desarrollo* de semillas híbridas para el desarrollo de nuevas variedades a través de los métodos de mejoramiento y selección nombrados arriba. Hoy, por ejemplo, en la agricultura orgánica, es costumbre emplear las semillas híbridas e incluso existe un mercado mundial de semillas híbridas producidas en sistemas orgánicos. La reglamentación de la certificación biodinámica hoy sólo prohíbe el uso de semillas híbridas para las siembras de forrajes para los animales (excluyendo maíz). En la horticultura, por ejemplo, no está prohibido la siembra, aunque se recomienda fuertemente primero que sean semillas de fuentes biodinámicas, y que también sean de polinización abierta. La discusión actual no está dirigida hacia un cambio de esta normativa, sino hacia la creación misma de variedades híbridas en los contextos biodinámicos. La experiencia propia del autor es que en la gran mayoría de granjas biodinámicas de producción hortícola en Alemania, por ejemplo, emplean semillas híbridas y en proporción más que las semillas de polinización abierta. Es justamente por esta razón que se ha planteado este dilema para dilucidar si existe la necesidad de desarrollar *variedades híbridas biodinámicas*. El argumento que hacen los que están a favor de ellas es que, existe en la realidad

una gran exigencia para que el rendimiento y la uniformidad de los cultivos sean altos, para obtener altos réditos económicos, entonces no quedan muchas opciones que recurrir mayoritariamente a las semillas híbridas. Insisten los que argumentan esta posición, que es una realidad que no se puede negar, y el reconocimiento debería ser en-



contrado desde la biodinámica con la creación de variedades híbridas. Desde el punto de vista del autor, este argumento corre peligrosamente en una dirección “eurocéntrica”, por lo que hay que ser precavido en querer aplicar este argumento para todo el mundo. Los criterios del consumidor en Alemania son mucho más puntillosos que otras partes del mundo respecto a la uniformidad y tamaño de la verdura. En Argentina, donde los consumidores de hortalizas agroecológicas y biodinámicas aceptan más heterogeneidad en la expresión de esa verdura, exige menos presión sobre los factores de producción para aumentar rendimiento y uniformidad. Además, aunque no se basa

aquí en estadísticas, hay un uso menos intensivo con los pequeños productores agroecológicos de híbridos, pero probablemente proporcionalmente lo hay con los productores orgánicos más grandes. Una solución para pensar podría ser que en lugar de aceptar la realidad económica que empuja a los productores hacia el empleo de híbridos, debemos trabajar para transformar el sistema de producción mismo. Un cambio en el sistema productivo implica la participación de los consumidores, y en este caso, es evidente cómo los criterios de uniformidad condicionan el rendimiento de la producción de un cultivo determinado. Más adelante en el texto se argumenta por qué se piensa que esta presión sobre el rendimiento también tiene sus costos.

Ahora bien, de seguro podemos nombrar variadas razones a favor de los híbridos por el efecto heterosis, como mayor rendimiento y uniformidad. Pero este hecho es también cuestionable. Nos preguntamos ¿cuánto dinero se han destinado las empresas para el desarrollo de híbridos a lo largo de las décadas? El monto dedicado al mejoramiento de las variedades OP hoy es una pequeñísima fracción en relación con el trabajo de desarrollo de los híbridos. ¿Qué pasaría si ese mismo esfuerzo dedicado a los híbridos se hubiera puesto en la selección de variedades OP? La experiencia concreta de Kultursaat, la Asociación de Mejoradores Biodinámicos con base en Alemania, ha demostrado que la selección clásica de variedades ha dado el resultado que en algunos casos los cultivos llegan cerca, o incluso superan, el rendimiento de los híbridos.

Ya hemos hablado de la crítica más citada por todo el movimiento agroecológico, sobre los híbridos, y es que genera cada vez más dependencia de parte de los agricultores en un mercado de semillas cada vez más consolidado, a costo de la biodiversidad y la soberanía alimentaria. ¿Pero si el efecto híbrido

clásico sucede en la naturaleza en algún grado naturalmente (los híbridos sintéticos aparte), no sería este debate entonces simplemente una cuestión de un uso ético de este tipo de híbrido?

Es aquí donde la biodinámica ofrece más argumentos aún que demuestran una calidad inferior intrínseca en los híbridos, y amplía la discusión más allá de un uso meramente ético. Desde la biodinámica, las variedades de polinización abierta vienen de un “pool de genes”, un potencial que permite la sensibilidad y efectividad de los preparados y otros tratamientos biodinámicos, además de que sus productos son cualitativamente superiores en un sentido nutricional. Cuando tomamos la nutrición del ser humano en su sentido más amplio, desde la nutrición antropológica, comprendemos la necesidad de un alimento que nutre al ser humano en evolución. Un alimento nutritivo proviene de un producto de una planta, por ejemplo, plenamente viva y sensibilizada para poder plasmar en la tierra los impulsos desde la mayor lejanía cósmica. Imaginémonos un río libre, cuyo curso se determina con lo que se encuentra en cada piedra y curva de montaña, y que, a su vez, se autovitaliza en la dinámica del movimiento, en los saltos de las cascadas. Ahora imaginemos que se le construya una represa. Cuando se le abre la canilla de esta represa, sale el agua con la fuerza de un cohete en una dirección unilateral. Son dos aguas cualitativamente muy distintas, la primera, vitalizada y sensible, y la segunda que sale de la canilla, fuerte pero insensible. Estas son las diferencias cualitativas interiores de una planta de polinización abierta, en el caso primero, y de los híbridos en el segundo.

Este ejercicio de imaginación reproduce con estas imágenes del río y de la represa las mismas fuerzas vitales que se mueven en los cultivos de variedades OP y los híbridos. Las investigaciones realizadas desde la biodinámica

mica con los métodos sensibles de análisis confirman estas caracterizaciones. La investigadora Gabriela Merghardt, quien brinda el trabajo de laboratorio para los agricultores-mejoradores de la Asociación Kultursaat, ha demostrado la clara diferencia a través de las cristalizaciones sensibles con cloruro de cobre. Otros investigadores biodinámicos como Ursula Balzer-Graf e Ingo Hagel también demostraron la inferior calidad de los híbridos, donde los métodos sensibles de análisis demuestran “formas inmaduras, de rápido envejecimiento, esclerótico y atípico” a diferencia de las formas más armónicas de las variedades OP (informe *Forschungsring*).

Por todos estos motivos, tanto la cuestión ética y esencial de la naturaleza de los híbridos, es importante que la biodinámica se mantenga bien plantada en sostener la coherencia, solidez de principios, y calidad de productos a través del fomento y concientización sobre el uso de variedades de polinización abierta. Las exigencias económicas no deberían ser la única razón suficiente para comprometer nuestros principios. Es necesario contextualizar el reclamo de quienes proponen semillas híbridas biodinámicas, y

ver que refleja poco la realidad del resto del mundo, especialmente del nuestro en Argentina. De hecho, tememos que un cambio a favor de los híbridos pueda teñir la buena imagen de Demeter y la biodinámica en nuestros países latinoamericanos. Deberíamos buscar un camino que fortalece y concientiza a toda la cadena productiva orgánica y biodinámica, incluyendo a los consumidores, del valor de las variedades OP. Una opción es de eliminar el uso de híbridos por completo de la reglamentación. En un mundo tan cambiante, tanto en lo social como en lo climático, la variabilidad y sensibilidad son características deseada para un futuro sustentable y paz duradera.

Alex Edleson,

Coordinador Área de Semillas AABDA y Constelación Semillería.



Agri-culturarizar las ciudades — Parques Huerta.

“Justamente en el caso de la agricultura se evidencia la necesidad de cobrar fuerzas del espíritu, que hoy día son totalmente desconocidas, y que no solo tiene el sentido de mejorar en cierta forma la agricultura, sino de permitir la vida del ser humano sobre la tierra también en sentido físico, pues el ser humano tiene que vivir de lo que la tierra sustenta”

Rudolf Steiner



“Varios mundos coexisten en un mismo tiempo y espacio; y mientras uno de ellos se degenera y degrada vertiginosamente hacia el fin, otros subalternos, silenciosamente fraccionados y pequeños, pero no por ello débiles, se despliegan y evolucionan hacia una nueva cultura del vivir digno.”

Mónica Oliva

“Justamente en el campo de las consecuencias prácticas de la realización, hallé que la ciencia es extraordinariamente tonta. En definitiva, lo que ha tornar inteligente a esta ciencia es precisamente la “simpleza” del hombre de campo.”

Rudolf Steiner

“El cultivo de alimentos debería ser considerado como un componente importante de la futura vida urbana “

Herbert Girardet

Los Parques Huerta son nuevos espacios innovadores que tienen la particularidad de ofrecer áreas cultivables para la agricultura ecológica dentro de las ciudades. En los mismos se combina lo productivo, lo social, lo educativo, lo cultural y lo ecológico.

Nacieron en la ciudad de Rosario después de una crisis socio económica muy profunda, y mediante un dialogo con el entorno, ante la necesidad de encontrar suelo disponible para iniciar un proceso de producción de alimentos sanos y en esa búsqueda surgieron tierras mar-

ginales degradadas con importantes limitaciones (suelos bajos con sales o sin el horizonte superior, o con restos de construcción, o de basura)

Pero todo suelo se puede mejorar mediante el trabajo del ser humano en conjunto con las fuerzas de la tierra y del cosmos, y realmente en relativamente poco tiempo se logro transformar estas tierras estériles y crear suelo fértil.

Las tierras donde están ubicados los Parques Huertas son espacios no construibles, no aptos para viviendas, (como son los costados de las autopistas, los costados de las vías y los costados de arroyos) por que en nuestra ciudad hay déficit de tierra para viviendas, y las viviendas son una prioridad.

Pero estas tierras que antes estaban ociosas, que quedaban riesgo o que eran basurales y/o se utilizaban como escondite por ladrones, hoy están metamorfoseadas, son paisajes donde emerge la biodiversidad, son pequeñas islas aptas para la vida, y en los cuales además también florecen los seres humanos.

Estos lugares que en general están en los márgenes de la ciudad y donde viven la población más vulnerada cerca de asentamientos informales (villas miserias), han sido puesto en valor ,y hoy están integrados a la trama urbana e incorporados a la ciudad donde ofrecen además de alimentos de alta calidad servicios paisajísticos, culturales, sociales y ambientales.

Los siete Parques Huertas rosarinos son parte de una política pública de la Municipalidad de Rosario, ocupan una superficie de treinta y siete hectáreas. Los mismos están divididos en parcelas, que se ofrecen gratuitamente a familias y organizaciones de la zona , para que las cultiven aplicando técnicas ecológicas .

Los parques huertas están dotados de la infraestructura básica para poder producir, riego, juego de herramientas, vivero, cerco perimetral, sanitarios, horno urbano y un espacio para la realización de talleres de intercambio y capacitación. Las verduras, frutas y plantas aromáticas producidas son comercializadas por l#s huerter#s en los mismos espacios o en la red de Ferias verdes de la ciudad.

Todos los Parques huertas son distintos, no hay dos iguales, cada parque huerta es una individualidad, posee una personalidad propia que lo identifica, que es un reflejo del entorno, del barrio donde están instalados y de l#s huerter#s que cultivan en el mismo.

...

Algunos logros:

- ▶ Protección de áreas no urbanizables de ocupaciones indebidas y ahorro de fondos públicos destina-



dos al mantenimiento de terrenos ociosos.

- ▶ Transformación de espacios degradados en ámbitos productivos y estéticamente agradables.
- ▶ Habilitación de nuevas áreas verdes urbanas y sostenimiento de los servicios ecológicos brindados por las mismas a la población urbana.
- ▶ Integración de distintos sectores excluidos del sistema formal.
- ▶ Fortalecimiento de redes a través del trabajo en común.

Los Parques Huertas hoy son semillas que vienen del futuro, gérmenes de una nueva cultura; en los mismos se puede vivencia, todo lo que aporta la verdadera agricultura, la agricultura ecológica biodinámica, al desarrollo del ser humano y al mismo tiempo al mejoramiento de nuestras ciudades.

La crisis nos da una gran oportunidad . Hoy más que nunca, la tierra nos está llamando para que la cultivemos, para que abramos nuevos surcos, para que la sembremos.

Tenemos un gran desafío, cultivar toda la tierra ociosa que tenemos dentro y alrededor de nuestras ciudades y pueblos. Instalando Parques Huertas nuevos.

Las ciudades nos están pidiendo a gritos que la agri-culturicemos.

Antonio Lattuca

Ing Agronomo Msc - Socio fundador de AABDA, integrante de la primera Comisión Directiva.



RECETAS DE ESTACIÓN EN LA COCINA BD:

OTOÑO, un atardecer del Verano.

Marco Moreno

Tenemos en Argentina la suerte de poder contar con una geografía donde las 4 estaciones están diferenciadas climáticamente.

El vibrar del sol, lentamente se va apagando y deja sus huellas en sus productos alimentarios.

Frutas secas, frutas disecadas, los ultimas frutas frescas, conservas, cereales y legumbres (concentraciones de sol, sales, azucares y leños para el fuego)... nos acompañan durante esta transición a una respiración cada vez mas profunda hacia nuestro interior y el de la Tierra.

La preservación de estas fuerzas para el futuro dependen de manera directa al *Saber* del cocinero..

Dejo aquí algunas de las experiencias y vivencias de mi trabajo en la naturaleza,

Gracias y buen apetito.

[Www.cocinabiodinamica.com](http://www.cocinabiodinamica.com)

[@mmproductosagroecologicos](https://www.instagram.com/mmproductosagroecologicos)



SOPA TURCA DE LENTEJAS

**Receta regateada a una buena amiga de Turquía.*

- Colocar en una cacerola sobre un chorrito de agua y aceite 1 zanahoria y 1 cebolla picada.
- Cocinarlas a punto y agregar 1 tomate picado y sal a gusto.
- Agregar 250grs de lentejas ya remojadas, agregar el agua caliente y cocinar durante 30m aprox. con un ramito de hierbabuena.
- Finalizar la cocción, retirar el ramito y agregar el pimentón, canela, comino y jugo de medio limón.



SOPA BASKA DE AJOS

**Receta Baska de mi Amona (Abuela) Mikaela Tolosa Zumalakarregi.*

- Colocar en una ollita el aceite de oliva con 1 d. de Ajo, antes de que se dore agregar los 250grs de trozos de pan seco y si son las cortezas mejor!!(existe un pan en Euskadi especial para esta Sopa).
- Revolver hasta que el pan absorba el aceite y verter agua o caldo hasta cubrir.
- Cocinar 5 min y agregar la sal y el pimentón dulce, si querés batirlo o agregarle un huevo.

Súper económica, súper rápida y más que rica. Para tomar en cualquier momento. Sopa de guerra en unas épocas, y de juergas mañaneras en otras.



CROQUETAS DE ACELGA A LA PLANCHA

- Hervir al vapor 1atado de acelga sin penca. Retirarlas, escurrirlas y reservar el agua de estas.
- Picarlas finitas y agregarlas al sartén donde estuvieron cocinándose la cebollitas y un diente de ajo con agua y aceite de oliva. Condimentar con nuez moscada y otras hierbas.
- Cuando este templado mezclar con huevo (opción harina integral)

¡cocinar a la plancha!

ZAPALLITO RELLENO CON MIJO (PASAS DE UVA Y MENTA)

- Cocinar al vapor los zapallitos, el mijo durante 20min, el interior de los zapallitos cocinarlos picaditos en sartén con oliva, cebolla y ajo.
- Mezclar con menta, perejil y pasas de uva, salpimentar.
- Rellenarlos y gratinarlos (opción tibio o caliente)





ESCABECHE DE PEJERREY EN VINAGRE

- Colocar en una cacerola 2 T. de Vinagre, 2 zanahorias y 2 cebollitas cortadas bien finas, laurel y pimienta en grano.
- Cocinar hasta que la zanahoria este tierna.
- Retirar y colocar los 500grs de pejerrey en trozos, tapar el recipiente y cocinar 2 min más.
- Dejar enfriar y cuando armes el plato condimentar a gusto y cubrirlo de aceite de oliva.

REPOLLO COLORADO AGRIDULCE (Rotkohl)

**Receta Centroeuropea de mi OMI (Austria)*

- Pasar el repollo colorado mediano y 1 manzana verde por la mandolina (opción cortar fino), luego una cebollita en pluma y un diente de ajo.
- Colocar todo en la cacerola con un chorrito de aceite y agua.
- Luego el vinagre de alcohol, azúcar, sal y si te gusta y tenés, 1 cuchara de mermelada,. (opción semillas de Kümmel).
- Cocinar lentamente e ir revolviendo, probar el punto del agridulce agregando vinagre y azúcar.
- Excelente guarnición caliente para salchichas de todo tipo, kassler, etc o frio!





BUDIN DE ZANAHORIAS Y CLIVIAS

**Receta y confección de mi hija Magui*

- 1) En un perol mezclar 2 huevos con 170 gramos de azúcar mascabo (opción común) con 1/4 de taza de aceite, vainilla, canela y nueces molidas.
- 2) Agregar 200grs de la harina de trigo integral (opción 0000), 2 c de polvo de hornear.
- 3) Incorporar 1 zanahoria rallada y ligar todo con un poco de leche.
- 4) Horno 180 grados hasta el punto palito seco.

LAS GALLETAS DE AVENA DE LA TARDE

**Receta y confección de Margarita!*

- 1) En un bowl colocar 50grs de manteca derretida y mezclar con 100grs de avena arrollada.
- 2) En otro bowl mezclar 1 huevo con 50grs de azúcar, pizca de sal y canela. Agregar 50grs de harina y 1/2 c de polvo de hornear.
- 3) Incorporar 1 en 2 y unir!
- 4) Dejar reposar en heladera 15min, luego darle formar y hornear temperatura media hasta dorarlas.





MEMBRILLOS AL VAPOR DE VINO TINTO

- Pelar los membrillos y cocinarlos al vapor, con base líquida de vino tinto, cascarita de limón, azúcar y especias (canela, clavo de olor, cardamomo, etc.).
- Cuando estén tiernos retirarlos y el líquido que queda reducirlo a un almíbar.
- Servirlos templados y cubrirlos con almíbar!
- Si querés hacer jalea guarda las cascaras y corazones.

¡BUEN APETITO!

La Equinácea —*Echinacea purpurea* (L.) Moensch, familia de las asteráceas.

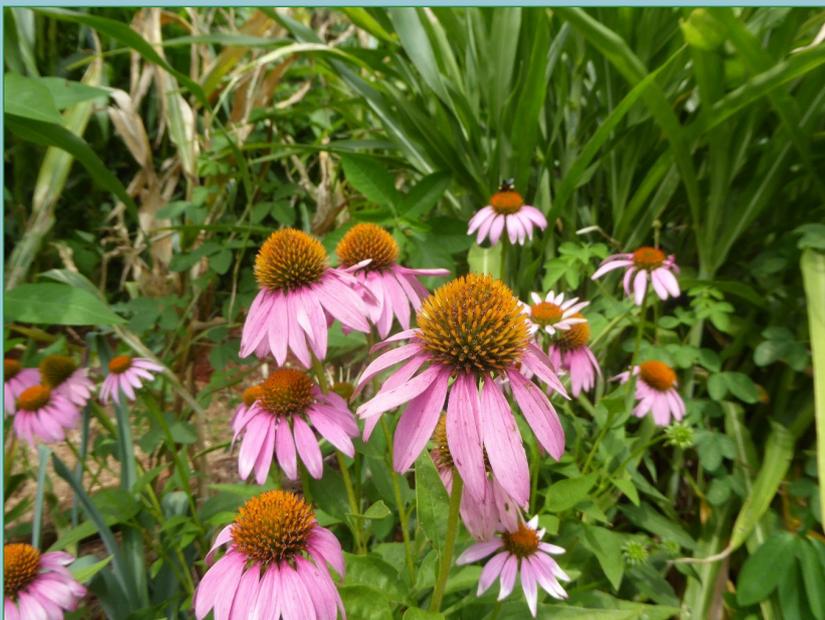
Todas las especies de equinácea son nativas de América del norte y fueron usadas como remedios herbales por las comunidades indígenas de las grandes praderas centrales. Más tarde los inmigrantes siguieron los ejemplos de los indígenas y también empezaron a usar la equinácea con propósitos medicinales.

El nombre equinácea deriva del griego *echinos* (erizo) y hace referencia a la base espinosa y dura de la cabeza de la flor y *purpurea* en latín significa rojo púrpura.



Descripción botánica

La equinácea es una planta perenne con raíces lignificadas, relativamente finas y ramificadas, de las cuales crece un tallo robusto, duro, ramificado de 60 a 150 cm de alto con pelos escasos y ásperos. Las hojas basales de color verde oscuro, peciolado son de forma ovada a ovado-lanceoladas, puntiagudas y dentadas gruesas. Las hojas del tallo, algo más pequeñas, están dentadas toscamente o enteras, rugosas en ambos lados y se asientan cerca del tallo.



Las cabezas de las flores, de tallos largos y bóvedas cónicas, miden entre 1,5 y 2,5 cm de altura y un diámetro de aprox. 4 cm. Las tubifloras de color naranja a rojo oscuro, tienen aprox. 5 mm de largo. Los pétalos, colgantes de rojo púrpura y con forma de lengua miden de 4 a 6 cm.

En nuestras latitudes florece en febrero y marzo, en el hemisferio norte de julio a septiembre.

El gesto de la maduración de la flor muestra, en la etapa de pimpollo, una orientación de los pétalos hacia arriba que luego bajan dejando la cabeza claramente

sobresaliente, como expresión de la individualidad.

Distribución geográfica original

La familia *Echinacea* es originaria de las regiones central y sureste de los Estados Unidos. Algunas especies como la *E. angustifolia*, *E. purpurea* y *E. pallida*, están muy extendidas y son las más usadas en fitoterapia, mientras que otras especies, como *E. laevigata*, *E. tennesseensis* y *E. paradoxa*, se encuentran en áreas muy restringidas. La *E. tennesseensis* incluso está en la lista de especies de plantas en peligro de extinción. Actualmente se cultivan en todos los continentes, tanto con propósitos medicinales como también decorativos.

Agroecología del cultivo

La equinácea prefiere sitios relativamente húmedos en semi-sombra como los bordes de bosques y terraplenes, desde tierras bajas hasta elevaciones de 1500 metros. Soporta sequías por su raíz profunda. Se reproduce fácilmente en forma asexual, separando los plantines radiculares pero de vez en cuando conviene hacer la reproducción sexual a partir de las semillas para permitir una renovación genética entre las plantas y mejorar su adaptación al lugar. Al sembrar es aconsejable humidificar las semillas y dejarlas unos días en la heladera, para que tengan un golpe de frío antes de entrar en contacto con la tierra. Según el clima tardan varias semanas en germinar.



Historia de la planta y su conocimiento medicinal

La equinácea es una de las plantas curativas más importantes de los nativos americanos que usan el jugo o una papilla hecha con la hierba machacada o directamente mastican trozos de raíz. Las decocciones se utilizan con menos frecuencia. El uso tradicional es para numerosas enfermedades que incluyen heridas crónicas, quemaduras, inflamaciones de las encías, dolor de muelas y de garganta, resfriados, tos, paperas, sarampión y enfermedades venéreas (actualmente es mejor usar antibióticos). Se puede suponer que los nativos americanos no distinguen entre las especies individuales de equinácea, sino que usan la variedad de crecimiento espontáneo en la región donde viven.

Los colonos blancos de América del Norte adoptaron el uso de la equinácea de los nativos americanos. Ya en 1737, John Clayton describió la planta y su uso medicinal en su “Catálogo de plantas, frutas y árboles nativos de Virginia”. En 1852, la *E. purpurea* fue incluida en el Dispensario Ecléctico de los Estados Unidos por primera vez y se afirmó su uso exitoso

contra la sífilis, esto antes de la era antibiótica en la medicina.

Posteriormente Stauffer y Madaus prepararon el camino para introducir el uso de *Echinacea* en Europa. Desde entonces, la investigación morfológica, farmacológica y clínica de las diversas especies de *Echinacea* ha sido intensiva. La especie más investigada es la *E. purpurea*.

Alfred Vogel en la década de 1950, conoció esta planta a través de un chaman de Dakota, quien lo había introducido en las artes curativas de su comunidad y le regaló algunas semillas. A partir de estas, la planta se hizo muy popular en Europa llegando a ser una de las



plantas fitoterapéuticas actuales más importantes.

La historia de la equinácea es un claro ejemplo de como la fitoterapia de uso ancestral por las culturas nativas es incorporada en la medicina académica.

Principios activos e indicaciones

La equinácea contiene numerosos polisacáridos de alto y medio peso molecular como glicoproteínas, taninos, flavonoides y vitamina c. La raíz es especialmente rica en ácido caféico, quercetin, alquiamidas y ácido clorogénico

Los fitoquímicos de la equinácea estimulan la fagocitosis, movilidad y activación de los leucocitos, aumentan la producción de linfocitos T, estimulan la defensa celular y la formación de interleucinas, poseen una actividad antiviral y previenen la resistencia viral además de mejorar la cicatrización de heridas e inhibir la hialuronidasa.

Su uso está autorizado para procesos infecciosos agudos y sépticos sistémicos como para sobreinfecciones en procesos alérgicos. En oftalmología y otorrinolaringología para las diátesis linfáticas y sobreinfecciones en conjuntivitis alérgicas.

La equinácea está indicada en faringitis, laringitis, bronquitis, profilaxis para las infecciones recidivantes con estreptococos, anginas, conjuntivitis, forunculosis, anexitis, parametritis, endometritis, linfadenitis e infecciones gripales y en tratamiento coadyuvante en infecciones bacterianas graves en todas las edades, incluido los lactantes. Es efectiva en el tratamiento de heridas crónicas como gel de uso externo en úlceras crurales, dermatitis senil, trastornos de la cicatrización y formación de queloides. Su uso está indicado además en las infecciones de las vías urinarias y como *off label use* en pacientes con Covid-19 que presentan una evolución tórpida como también por su capacidad inmunomoduladora, antiinflamatoria y

antiinfecciosa.

La actividad inmunoestimulante ya se conocía antes de 1831 y se recomendaba su uso para el tratamiento de tejidos epiteliales dañados, en uso veterinario.

Propiedades antivirales

Estudios detallados indican que se requiere del contacto directo entre la equinácea y el virus al momento de la infección, para obtener la máxima inhibición de la replicación viral y



dificultando su penetración en la célula. Los ensayos de hemaglutinación mostraron que el extracto de equinácea interfiere con la entrada del virus en las células. En estudios de pases secuenciales bajo tratamiento en cultivo celular de H5NI virus no surgieron variantes resistentes a la equinácea, en contraste con Tamiflu (Oseltamivir), que produjo virus resistentes en los pases. Además, el virus resistente a Tamiflu era tan susceptible a la tintura de equinácea como el virus de tipo salvaje. Una preparación estandarizada de equinácea tiene el potencial de afectar la propagación del virus de la influenza, incluidas las cepas estacionales y las cepas de virus de la influenza aviar altamente patógenos, así como la cepa pandémica de origen porcino en las concentraciones recomendadas para su uso oral y por debajo. Además, la preparación no induce la aparición de variantes de virus resistentes y sigue siendo activa frente a cepas que se han vuelto resistentes al tratamiento con inhibidores de neuraminidasa. Este potencial, la disponibilidad y la falta de toxicidad hacen de este preparado una opción interesante en el control y tratamiento de las infecciones por virus influenza. La equinácea es una buena opción al tratamiento de enfermedades infecciosas con cepas resistentes a antibióticos y muestra una efectividad similar a antivirales como por ejemplo, el oseltamivir con menos efectos indeseables.

TOXICOLOGIA: Efectos adversos

La equinácea es una planta relativamente segura. Hasta el momento los estudios de toxicidad aguda o crónica no han revelado efectos adversos severos, pero si puede producir un aumento de la salivación, molestias gastrointestinales leves y un incremento en la micción. Esta contraindicada en pacientes con patologías autoinmunes, así como en personas con enfermedades progresivas como tuberculosis, esclerosis múltiple, sida o diabetes ya que no se descarta que la equinácea puede empeorar estas patologías. El

consumo durante el embarazo y la lactancia debe ser evaluado individualmente, aunque no se ha establecido ninguna relación entre la equinácea y defectos fetales. En personas con alergias a las asteráceas puede desarrollarse una alergia a la equinácea y en estos casos evitar su uso. En el uso de tintura hidroalcohólica con alto contenido de alcohol evaluar su uso en niños y en pacientes alcohólicos en tratamiento.

Status legal en los distintos países

Actualmente su uso está autorizado en la unión europea por la European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOP), Agencia Europea de Medicamentos (EMA), la comisión E de la comunidad europea y por el “Committee on Herbal Medicinal Products” (HMPC). La organización mundial de la salud (WHO) avaló su uso interno y externo en el año 1999, basada en las investigaciones de la comisión E. Su uso está indicado para el tratamiento de infecciones de las vías aéreas superiores, infecciones de las vías urinarias y heridas ulceradas crónicas.

Preparación artesanal de tintura de equinácea al 20%

Hay varias formas de presentación y preparación de la equinácea: tintura, fermentados, té, jugos, diluciones homeopáticas, comprimidos, spray, cremas, ungüentos, geles, glóbulos, etc. En este aporte queremos presentar la elaboración de una tintura hidroalcohólica de bajo contenido de alcohol.

Para prepararnos necesitamos un envase de vidrio, loza, acero inoxidable o de plástico apto para alimentos, que pueda contener los litros que nos proponemos a hacer, una balanza, una jarra medidora de litro, una trituradora o cuchillos filosos y una tabla y en este último caso un mortero, un colador grueso y un colador con filtro de papel (por ejemplo de café), botellas verdes o marrones para guardar el producto final.

En este ejemplo usamos equinácea fresca (de preferencia de más de tres años de edad) cosechada en día de flor (del calendario biodinámico), de mañana, al florecer o justo antes de florecer y de cultivo biodinámico.

Utilizar 1 parte (6 kilos en este ejemplo) de la planta fresca entera, bien lavada a la que se le sacan las partes secas o en mal estado. Triturarlas idealmente en un mortero o con una trituradora mecánica y colocarlas inmediatamente en 4 partes (24 litros) de la solución hidroalcohólica (40% de alcohol - aprox.10 l - y 60% de agua destilada o agua filtrada -aprox. 14 l-). Cuidar de que la



mezcla de alcohol y agua se haga *antes* de que la solución entre en contacto con la planta, para que el alcohol no la desnaturalice.

Dejar macerar como mínimo 14 días (puede quedar más tiempo) en un lugar fresco y oscuro revolviendo diariamente toda la maceración por al menos 3 minutos. A continuación colar con un colador fino y después filtrar con papel de filtro (sirven los filtros de café). Medir la concentración alcohólica final del filtrado con un alcoholímetro que debe quedar entre 25° y 30°. El remanente del filtrado es una decantación espesa que se utiliza, húmeda o secada, para elaborar las cremas para heridas crónicas, mezclándolo con crema base evanescente en una proporción del 10 al 20% de equinácea.

Etiquetado

Como en todas las tinturas artesanales, el etiquetado final debe contener los datos exactos del contenido, para que las personas que la usan sepan las dosis que quieren usar según la enfermedad, la edad y el peso de la persona.

En el etiquetado debe ir:

En este ejemplo

Nombre de la planta y tipo de preparación

Tintura de *Echinacea purpurea* 20%

Fecha de elaboración,

F. elab.: 08.02.21

Concentración de alcohol

Alcohol 30%

Proporción planta/solución

planta/solución = 1:4

Número de Lote para control

Número de lote 1

Persona responsable y su teléfono,

Resp.: D. Dederer Tel: 3743 514754

Dosis de referencia

El uso de la tintura de equinácea debe ser evaluado junto a su médico y las preparaciones combinadas y potenciadas, requieren de indicación médica.

En infecciones gripales estacionales y resfríos comunes, en adultos y jóvenes mayores de 12 años: 3 veces por día 20 gotas, niños mayores de 4 años: 3 veces por día 10 gotas con agua y antes de las comidas. En niños menores de 4 años consultar con su médico.

En spray para la garganta, en caso de faringitis, varias aplicaciones por día, en profilaxis 3 veces por día.

En heridas crónicas hacer curaciones cubiertas, una a dos veces por día, con gel o crema con equinacea.

Daiana Dederer (en marco de su trabajo final) y Mariana Mampaey.

Bibliografía.

- * Susan G. Komen, Equinácea. <<https://ww5.komen.org/ContentSimpleLeft.aspx?id=6142>>
- * A. Vogel; La Echinacea, planta medicinal con múltiples beneficios para la salud; 15 de septiembre de 2017. <<https://www.avogel.es/blog/beneficios-echinacea-para-gripe-resfriados-salud/>>
- * A. Vogel; Enciclopedia de plantas Echinacea purpurea (L.) Moench (Equinácea purpúrea) <<https://www.avogel.es/enciclopedia-de-plantas/echinacea-purpurea.php>>
- * <https://www.avogel.es/enciclopedia-de-plantas/echinacea-purpurea.php>
- * *Pharmacogn Rev. Echinacea purpurea: Pharmacology, phytochemistry and analysis methods.* 2015 Jan-Jun; 9(17): 63–72. doi: [10.4103/0973-7847.156353](https://doi.org/10.4103/0973-7847.156353) PMCID: PMC4441164 PMID: [26009695](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26009695/)
- * Vademecum Anthroposophische Arzneimittel, Merkurstab Journal of Anthroposophic medicine, 2013. www.merkurstab.de
- * Girke, Gloeckler, Soldner: Anthroposophische Medizin, 2020, pag. 711. ISBN 978-3-8047-4021-1
- * Review 2021 Feb;7(2):e05990. doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e05990. Epub 2021 Feb 8. Can *Echinacea* be a potential candidate to target immunity, inflammation and infection - The trinity of coronavirus disease 2019 *M F Nagoor Meeran, Hayate Javed, Charu Sharma, Sameer N Goyal, Sanjay Kumar, Niraj Kumar Jha, Shreesh Ojha* ¹ DOI: [10.1016/j.heliyon.2021.e05990](https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e05990)
- * Revista Electrónica de veterinaria REDVET, vol. VII, N° 11; Efecto de la combinación del extracto homeopático de Echinacea angustifolia dc con acupuntura en puntos de inmunoestimulación inespecífica en cerdos recién nacidos; resultados y discusión, pág. 3-4, noviembre de 2006. <<https://www.redalyc.org/pdf/636/63612653002.pdf>>
- * Stephan Pleschka et al., Anti-viral properties and mode of action of standardized Echinacea purpurea extract against highly pathogenic avian Influenza Virus (H5N1, H7N7) and swine-origin H1N1 (S-OIV), Virol J. 2009. <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19912623/>>
- * Curr Ther Res Clin Exp. 2015 Apr 20;77:66-72. doi: 10.1016/j.curtheres.2015.04.001. eCollection 2015 Dec. Effect of an Echinacea-Based Hot Drink Versus Oseltamivir in Influenza Treatment: A Randomized, Double-Blind, Double-Dummy, Multicenter, Noninferiority Clinical Trial *Karel Rauš* ¹, *Stephan Pleschka* ², *Peter Klein* ³, *Roland Schoop* ⁴, *Peter Fisher* ⁵ Affiliations PMID: [26265958](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26265958/) PMCID: PMC4528044 DOI: [10.1016/j.curtheres.2015.04.001](https://doi.org/10.1016/j.curtheres.2015.04.001)
- * Redacción CuidatePlus, Equinácea ('Echinacea angustifolia'), Efectos adversos, 23 de Agosto de 2001 - 22:00 hs. <<https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2001/08/23/equinacea-echinacea-angustifolia-8830.html>>
- * https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-echinacea-purpurea-l-moench-herb-accens_en.pdf
- . EMA/HMPC/48704/2014 Corr 1 Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC) 24 November 2015
- . ESCOP. 1997. Monographs on the Medicinal Uses of Plant Drugs. Exeter, U.K.: European Scientific Cooperative on Phytotherapy. World Health Organization WHO Monographs on selected medicinal plants, WHO Geneva 1999.
- . Blumenthal M, Busse W, Goldberg A, Gruenwald J, Hall T, Riggins CW, Rister RS (eds.). The Complete German Commission E Monographs: Therapeutic Guide to Herbal Medicines. S. Klein, R.S. Rister (trans.). 1st ed., (Austin, TX: [American Botanical Council](http://www.americanbotanicalcouncil.org/). 1998)
- * <https://www.avogel.es/enciclopedia-de-plantas/echinacea-purpurea.php>
- * https://www.avogel-company.ch/de/produkte/arzneimittel/echinaforce_resistenz-erkaeltung.php

Pasta BD (Biológico-dinámica) para frutales; Método Pasta Madre.

Tratamiento con Pasta biodinámica para frutales, método de la pasta madre y dilución a D1 para aplicación con equipo de pulverización para cubrir al árbol completo.

Este método consiste en preparar una pasta para el tratamiento de los frutales al principio del invierno o al final del otoño, y que la misma al estar dinamizada y tratada con los preparados BD pueda mantenerse viva y activa durante todo el invierno para ir usando para diferentes tratamientos en forma diluida a una

D1 (tomando una parte de la pasta madre y 9 partes del líquido o caldo diluyente).

Receta general Pasta Madre

Se habla aquí de partes para dar las proporciones de los ingredientes la cantidad dependerá de la superficie a tratar de la edad de los árboles y de la cantidad de tratamientos que queremos hacer. La consistencia de la pasta madre podrá ser cremosa espesa, pero lo suficientemente líquida para que nos permita dinamizarla con la misma técnica que se dinamizan los preparados de campo. En caso de que la cantidad sea mayor a 60 litros puede que convenga dinamizar por porciones, por ejemplo, dos porciones de 30 litros para que no sea tan pesada la dinamización. si bien puede hacerse en cualquier horario, todas las horas de la tarde sería más apropiadas para realizar la dinamización por una hora.

- 1 y 1/2 partes (**) de Arcilla seca. (comenzar a hidratar y vitalizar la arcilla 7 semanas antes de elaborar la pasta madre) (*1)
- 1/2 parte (o menos) de tierra de diatomeas de uso agrícola o veterinario.
- 2 y 1/2 partes de estiércol de vaca fresco.



- ½ parte de compost BD maduro y tamizado.

OPCIONALES:

- ¼ parte de dolomita de molienda muy fina.
- ¼ parte de cenizas de hueso tamizadas.
- ¼ parte de basalto micronizado (molienda muy fina).
- 1/8 parte de Azufre micronizado humectable.

Para lograr una consistencia pastosa semilíquida se prepara una mezcla líquida con los siguientes ingredientes:

- Decocción de cola de caballo que haya hervido 1,5 horas a fuego lento (50%)
- Infusión de Ortiga, manzanilla, milenrama, ruda. Macerar 12 horas en agua fría, llevar a 80 *C dejar enfriar y colar (30 %)
- Suero de leche de la elaboración de Queso, o leche cruda descremada (hasta un 10%)
- Orín de vaca (hasta un 5%) Es opcional.
- Jugo de uvas rojas, hasta un 3%, opcional.

Se va mezclando este líquido con la parte sólida hasta tener la consistencia deseada.

Preparados BD y otros, que se incluyen en esta “Pasta madre” para que se convierta en un preparado vivo.

Las cantidades propuestas están calculadas para 150 litros de pasta madre. Por lo tanto, para cantidades diferentes modificar de acuerdo a una proporción directa.

- Prep BD 500 o 500 P.....350 gr (o menos)
- Preparado compuesto de estiércol de vaca (Fladden) 400 gr (o menos)
- Prep BD 507 Valeriana, 5 cc (o menos)
- Prep BD 505 Roble 5 gr. (o menos)
- Prep BD 504 Ortiga 10 gr. (o menos).
- Prep BD de arcilla en el esófago de Hugo Erbe 20 gr. (o menos)
- Prep BD de estómago de vaca de Hugo Erbe 100 ml. (o menos)
- Tintura de Equinacea 60 cc
- Tintura de Propóleos 60cc.
- Preparados homeopáticos a base de incinerados de plagas, que causen daños significativos, o preparados hechos en base a extractos acuosos, en diluciones D1 o D8

Una vez añadidos estos últimos ingredientes (los últimos cinco son opcionales), dinamizaremos por una hora la pasta madre. En el caso de que necesitemos que nos dure más de un mes sería aconsejable colgarle de 5 hilos los 5 preparados sólidos del compost con una piedrita envueltos en un trapito de algodón, de la misma forma como se tratan los purines con los preparados del compost...

Esta pasta dinamizada por una hora, ya estará lista para usarse pura pintada con pinceleta

sobre heridas de poda o para pintar nuestras colmenas (por fuera).

También estaría lista para usarla diluida en 9 partes de un caldo diluyente que explicaré como prepararlo a continuación, como D1 de pasta Biodinámica de los frutales que tiene la ventaja que se puede aplicar con mochila o atomizador luego de haberla filtrado correctamente, de acuerdo al equipo del que dispongamos para la aplicación y por lo tanto será posible cubrir la totalidad del árbol. 150 litros de pasta madre nos rendirían 1500 litros de pasta D1. Y podríamos ir preparando paulatinamente a lo largo de todo el invierno las cantidades necesarias para la aplicación que haremos. Como ejemplo si quiero aplicar 140 litros de pasta D1 en una plantación de frambuesas, usaré 14 litros de mi Pasta madre y 126 litros del caldo diluyente, puedo tener marcado un balde para 14 litros y pongo 9 baldes del caldo di-



luyente y un balde de pasta madre. Se dinamiza por 15 min se filtra y se aplica.

Composición del caldo que se usará como diluyente de la pasta madre.

- Agua soleada por lo menos por un día, salvo que tenga agua de lluvia disponible.
- Caolín disuelto en el líquido al 5% o hasta un 7 % máximo. (*2)
- Decocción de cola de caballo filtrada 2 %
 - Gel de tuna bien filtrado hasta un 5% (se puede reemplazar por silicato de sodio al 1 %) (*3)
- Infusión de ortiga hasta un 5% (*4)
- Agua de cenizas de madera bien filtrada hasta un 5%
- Suero de leche o leche descremada hasta un 2 % o menos. (*5)

Instrucciones

Tomar 1 parte de pasta madre ya filtrada con maya de mosquitero, y medir exacto 9 partes de caldo diluyente, juntar

Agregar Prep. BD 507 Valeriana máximo una gota por litro de pasta D1 a aplicar (o menos)

Una porción de Prep 500P o 500. (máximo 100 gr /ha a tratar)

También ahora se puede volver a agregar la D8 del incinerado de una plaga como la carpocapsa como ejemplo

Dinamizar por 15 minutos y obtenemos una Pasta BD de los frutales D1.

Filtrar con maya fina antes de aplicar de acuerdo al equipo de aplicación.

Son ideales los equipos de aplicación que funcionan con ciclón de aire y Venturi, pero se puede usar bombas a diafragma y bombas centrifugas que no sean sensibles a la corrosión por las arcillas. También es posible usar bombas a pistón, debe evitarse bombas a rodillos que serían dañadas por la arcilla y los minerales de la pasta.

Las mochilas manuales pueden usarse, pero el material produce un desgaste más acelerado de lo normal, se usan retirándoles los filtros internos y agrandando el pico de salida. Las mochilas a motor son ideales ya que funcionan con ciclón de aire y Venturi, usar pico de salida grande. Una motobomba chica arriba de la caja de una camioneta y llevando la pasta D1 en un tambor de 200 litros, puede ser una solución para aplicar a árboles muy



grandes, otra idea que puede dar resultado es una bomba eléctrica de 12 voltios conectada a la batería de la camioneta .

Notas:

- *1. Puede usarse arcillas naturales de canteras, las que usan los alfareros para hacer cerámica, o las que se usan para fabricar ladrillos , también se puede usar bentonita y /o caolín, es bueno tener la arcilla hidratándose en un tacho plástico de calidad alimenticia, por 7 semanas antes de hacer la pasta madre, incluso si hay dudas de que pueda haber contaminación de algún tipo se puede cambiar el agua sobrenadante del acilla

unas cuatro veces y de todas maneras la última agua se retira con cuidado para que no quede excesivamente acuosa la pasta madre.

- *2. Usar caolín para el caldo diluyente es importante porque es una arcilla con muy buen poder de adherencia, que tiene un efecto cicatrizante sobre heridas de poda, y tiene un color blanco que ayuda a que la pasta tome un color más claro lo cual ayuda a que las yemas no se abran antes de tiempo en los veranitos que se producen en invierno. Por otro lado, se hidrata fácilmente y no genera grumos que taparían los picos al aplicar.
- *3. El gel de tuna cumple una función vitalizante de la pasta y también genera una mayor persistencia de la pasta en el árbol tratado ya que la impermeabiliza haciendo que la lluvia no la lave, la forma de preparación del gel es simple, se puede usar un balde de 20 litros y se coloca una tabla de madera en el fondo cortada para que sea del mismo tamaño que el fondo del balde, se colocan varias pencas de tuna adentro del balde y con una pala de punta afilada se pica lo más pequeño posible, se cubre con agua y al día siguiente se filtra y tenemos un gel baboso se obtiene un litro de gel espeso por cada kilo de penca de tuna, es posible también hacerlo con aloe. Filtrar con maya muy fina antes de poner en el caldo diluyente.

Para el caso de no contar con este gel, se puede usar silicato sódico, que se compra en droguerías, tener mucho cuidado al manipular ya que en estado concentrado es peligroso porque en contacto con el aire se solidifica como vidrio y queda pegado en superficies duras como las lunetas del tractor y gafas protectoras de los ojos evitar que nos salpique la piel y los ojos. Agregar al final de la preparación del caldo. No usar concentraciones mayores al 1% en la pasta. En caso de que no nos sea posible usar el gel o el silicato de sodio, podemos usar una mayor concentración de decocción de cola de caballo en el caldo diluyente, entre un 5 y un 10 % (en lugar del 2 % que estaba indicado).



- *4. Para lograr diez litros de infusión de ortiga necesito 250 gr. De hojas secas o 1kg de planta fresca, una buena forma de hacerla es dejándola en remojo en agua de lluvia unas 5 horas por lo menos y luego llevarla a 80 °C dejar enfriar un poco y colar dentro del caldo. Si tenemos mucha ortiga, también se puede usar una decocción de rizomas de ortiga, se hierven durante 15 min, tiene propiedades preventivas de las enfermedades criptogámicas (hongos).
- *5. El suero que se obtiene de la elaboración de quesos caseros y la leche cruda de granja contienen toda la vitalidad que entrega la vaca para nutrir a otros seres. Si no podemos conseguir productos lácteos de esta calidad, también se puede usar sangre fresca de bovino, (solo en la preparación del caldo no en la pasta madre).

(**) En el ejemplo de querer preparar 150 litros de pasta Madre pondríamos aproximadamente 37 kilos de Estiércol fresco de vaca y 22 kilos de arcilla seca .

Comentario final.

El caldo diluyente se ha diseñado pensando en que luego el filtrado final de la pasta D1 sea lo menos engorroso posible, es por eso que no se ha añadido elementos que contienen fibras como estiércol de vaca y compost en esta fase. Sin embargo, si nos tomáramos el trabajo de poner pequeñas cantidades de bosta fresca colgando del borde del recipiente dentro de bolsas de plastillera sanas, esto aportaría el jugo de la bosta ya filtrado al caldo. También sería posible usar esa técnica para integrar el estiércol de vaca en la pasta madre, pero si bien nos facilitaría mucho el filtrado posterior, daría mucho trabajo de estrujado manual de bolsitas.

¡Por último, quiero pedir a todos los agricultores prácticos y docentes de agroecología biodinámica, que tomen este pequeño aporte, como un intercambio y como trabajo experimental para ser ensayado y modificado de acuerdo a cada individualidad agrícola, así mismo les agradeceré compartan conmigo y entre ustedes todas las experiencias y modificaciones a esta propuesta, muchas gracias!

Por Diego Vergelín



En la Pasión

“QUE AL BIEN SEA CONDUCTO
LO QUE DE CORAZÓN FUNDAMOS”^(*)

Echando mano a su fina ironía, a la cual no se podía resistir, el querido Jorge Luis Borges decía que “el hombre de hoy siente que vive en una época muy especial y trascendente... tal como le ocurre a todos los hombres en todas las épocas...”. Si me permite, y sin pretender contradecirlo, don Jorge Luis, en esta época sí se conjugan verdaderos acontecimientos espirituales y especiales, cuyas implicancias y consecuencias, tanto la humanidad como la tierra están recibiendo:

- 1 = Los primeros 140 años de la Era de regencia Micaélica,
- 2 = A su vez, es la primera Era Micaélica (regencia del arcángel Micael) habiéndose ya el acontecimiento del Gólgota consumado,
- 3 = Vivimos a poco más de un siglo del inicio de una época de luz (a partir de la finalización del “Kali Yuga”, gran época “oscura” que perduró cinco mil años),
- 4 = Todo ello en el marco del primer tercio de la época del “alma consciente” comenzada en el siglo xv,
- 5 = Con la Antroposofía consagrada en el mismo seno de la humanidad,
- 6 = La ya iniciada –procesual, rítmica, progresiva, delicada- manifestación del **ser de Cristo** en su “reaparición etérica”, hecho que constituye una de las más grandes revelaciones de la Antroposofía.

Esta conjunción tiene una resonancia muy marcada sugiriendo y significando un **gran comienzo de algo**. Con esta impresión, me quedo con la primera parte de la frase del querido Borges, pero sin la ironía: el hombre siente, desorientado, que está atravesado y atravesando—él mismo y con él la cultura que conforma— por algo decisivo para su futuro...

Las consecuencias de estos momentos histórico-espirituales se proyectan con mucha fuerza hacia ese futuro, aunque no nos demos cuenta cabal de ello. Futuro cercano y no tanto. Nos vemos todos, estemos enterados o no de estos acontecimientos, impedidos a tomar decisiones en grandes cuestiones que (mejor que mejor...) nadie nunca antes nos las había mostrado. Decisiones ante nosotros mismos, ante los demás, ante el mundo físico, ante el mundo espiri-



tual. Parecería mucho, mucha exigencia. Pero no se las puede separar. Conforman un verdadero y viviente organismo del cual nuestra alma es el gran catalizador. El **Ser de la Antroposofía** está en el seno mismo de la humanidad, esperando que se lo convoque, para llevarle luz con sus revelaciones.

Lo más grandioso es que nada de esto tendría sentido de no haber ocurrido sobre la tierra el **gran acto del Cristo**. Con todas sus inmensas consecuencias en los reinos de la naturaleza, en el ser humano, y en su relación con los seres divino-espirituales. Acto que marca el verdadero nacer de los nuevos tiempos, en los que la evolución espiritual del hombre comienza a cambiar de dirección y de ritmo.

Para que el inicio de esta conjugación nueva “ser humano / jerarquías espirituales” nos encuentre bien parados, conviene ver lo que nos dice Steiner en su ciclo GA 112 “El evangelio de Juan en relación con los otros evangelios”, en la 3ª conferencia del 6-7-1909:

“La nueva fuerza que creó entonces la posibilidad de que la Tierra se convirtiera en un Sol, pudo también permear al ser humano. Fue el primer impulso en el cuerpo etérico^(**) para que pueda absorber la nueva vitalidad que precisará en un futuro remoto. Visualizando la época del Misterio del Gólgota encontramos que en la Tierra no quedaba nada que pudiera infundir Nueva Vida en los cuerpos etéricos de los seres humanos. Luego encontramos que los cuerpos etéricos de aquellos que encontraron un contacto con el Impulso de Cristo... absorbieron esa nueva fuerza radiante que ha estado en la Tierra desde ese entonces: La Luz de Cristo ha penetrado en esos cuerpos. ¿Y qué es lo que sucede ahora que hay algo en ellos de la luz de Cristo? ¿Qué le sucede tras la muerte? ¿Qué es lo que permea esos

cuerpos etéricos como resultado del impulso de Cristo? Es algo que **no existía previamente** y que abre la posibilidad de que aparezca algo nuevo, que transpira vida y es inmortal, puesto que **NO perece con la muerte**. A pesar de que los seres humanos están equivocados por la imagen ilusoria de la muerte, este nuevo factor será rescatado de ella. Desde el Gólgota existe “algo” en el cuerpo etérico que no está sujeto a la muerte, ni a las fuerzas terrenas de muerte. Y esto que no participa de la muerte y que los seres humanos conseguirán gradualmente por la influencia del impulso de Cristo, resplandece hacia el Cosmos; genera una fuerza que fluye hacia el espacio cósmico. Y esta fuerza creará una esfera circundando a esta Tierra que se está transformando en Sol... una esfera compuesta por los cuerpos etéricos insuflados de vida... Como la luz de Cristo irradia de la Tierra, así hay una suerte de reflejo que circunda la Tierra. (...) Así comenzó, con el suceso del Gólgota, un proceso importantísimo que desde entonces se ha estado desarrollando en el cosmos. Cuando se levantó la Cruz en el Gólgota y la sangre fluyó de las heridas de Jesucristo, se creó un **Nuevo Centro Cósmico**. ¡Estuvimos presentes cuando esto ocurrió, bien en cuerpo físico o fuera de él!”

¡...Steiner nos está revelando nuestra activa participación en **su** propia vida, la de Él, la de Cristo, en su propia manifestación en lo terrenal...!

Las imágenes que se nos ofrecen en estas revelaciones nos pueden encender el alma. Nos pueden resultar excesivamente sobrecogedoras, pero nos acercan sólo mínimamente a la imagen de ese destino difícil de mensurar que tiene la humanidad en su futuro. Futuro que, como vimos, ya comenzó: este es el gesto de las verdaderas “transiciones de los tiempos”.

En su monumental obra, Steiner dedicó varios ciclos de conferencias a esclarecer y develar la nueva alianza (relación) que el hombre deberá voluntaria y conscientemente establecer con los dioses creadores, para que esa metamorfosis de sus propios cuerpos se realicen en la dirección correcta, en los tiempos justos, con la armonía necesaria y requerida.

Miguel Demarchi

() Fragmento de la cuarta parte de “La Piedra Fundamental”, de Rudolf Steiner.*

*(**) El cuerpo “etérico” es el portador de la Vida. El cuerpo formativo, arquitecto de nuestro cuerpo físico. Steiner lo describe en detalle en sus obras “Teosofía” y “Ciencia Oculta”.*

CONTACTOS

Patagonia:

Subregional Patagonia Norte

RIO NEGRO (Alto Valle, Valle Medio, Valle inferior) Y NEUQUÉN

Cecilia Ambort, Cecilia Fernández, Cecilia Speranza | aabda.patagonianorte@gmail.com

Subregional Patagonia Sur

CHUBUT, SANTA CRUZ Y TIERRA DEL FUEGO

Ana Goñi | anamallin@vla.com.ar

Felipe Gomez | agromies_99@yahoo.com

Pampeana:

BUENOS AIRES Y LA PAMPA

Antonio Heinze | reg.pampeana@aabda.com.ar

Mercedes Molina | cursoregionalb-sas@gmail.com

Mendoza:

MENDOZA

Laura Manzano | biofincacosmos@yahoo.com.ar

Marcos Persia | marcospersia@yahoo.com.ar

San Luis:

SAN LUIS

Rocío López Fourcade | rociosollopezfou@gmail.com

Lucas Dakoff | lucashadakoff@gmail.com

Litoral Norte:

NORTE DE SANTA FE, CHACO Y FORMOSA

Remo Venica | ventas@natviva.com | pasan-

tías@natviva.com

Litoral Sur:

ENTRE RÍOS Y SUR DE SANTA FE

Santiago Cerilli | cerilli.santiago@gmail.com

Antonio Lattuca | antoniolattuca@gmail.com

Misiones:

MISIONES

Regina Haller | reginah@prico.com.ar

Pablo Baumgratz | pbaumgratz@yahoo.com.ar

Córdoba:

TRASLASIERRA

César Gramaglia | aguadelaspalmas@gmail.com

Fabián Lorenzo Baumgratz | fabaum1@hotmail.com

PUNILLA

Miguel Demarchi | jardinesdeyaya@gmail.com

CALAMUCHITA

Sebastián Julio Iriberry | sebasiriberri@gmail.com

John Vinks | johnvinks@gmail.com

NOA:

TUCUMÁN, SALTA Y JUJUY

Liberal Hostier | liberalhostier@hotmail.com

Laura K. Machado | laurakmachado@gmail.com

*quienes deseen que su granja figure en esta sección pueden enviar sus datos a aabdaediciones@gmail.com