

### 3.

## **PEDAGOGÍA Y EDUCACIÓN PRENATAL: UN MODO DE ACOGER EN LA ALTERIDAD ÉTICA**

**Carmen Carballo Basadre<sup>8</sup>**

Asociación Nacional de Educación Prenatal, ANEP, España

En los tiempos que estamos atravesando como humanidad, que son de profunda crisis personal, familiar, social, entre otras, debidas, sobre todo a una crisis moral, necesitamos con urgencia recuperar una vida sostenida y anclada en una firme base ética, porque solo recuperando los valores éticos olvidados, podremos abrir una ventana a la esperanza de un mundo verdaderamente humano, y encontrar la armonía con todo lo que nos rodea. Por lo tanto, será necesario introducirlos, cultivarlos, y desarrollarlos en la familia y en la escuela y, que se conviertan en el centro de una educación consciente y responsable, que cree vínculos sólidos y estables basados en el amor, el respeto, el diálogo y la comunicación con el otro, que eduque para la paz y la convivencia. ¿Cuándo comenzar a educar en ellos? Desde el inicio de la vida, que se sitúa, no como se piensa, generalmente, una vez que el ser ha nacido, sino antes del nacimiento, es decir, en la etapa prenatal, ese periodo extremadamente delicado y sensible, donde el ser es muy vulnerable, cómo lo demuestran las investigaciones y descubrimientos científicos y psicológicos desde hace ya más de 5 décadas y, es

---

<sup>8</sup> Profesora Hª del Arte y Pedagogía Teatral. Presidenta de ANEP, España. Asociación Nacional de Educación Prenatal, ANEP, España

ORCID: nº 0000 – 0002 – 8210 – 6727

[carmencarballo22@gmail.com](mailto:carmencarballo22@gmail.com) Avda. Costa del Sol, nº 23 – 5º W 18690 Almuñécar, Granada, España

aquí también, donde comenzamos a acoger al otro, respetando su singularidad, desde la responsabilidad que conlleva traer un nuevo ser al mundo. Así pues, acoger al otro, futuro hijo/a, desde el principio de todo y, desde estos presupuestos, que acabamos de decir, va a necesitar de una **preparación de los padres antes de concebir**, física, psíquica y espiritual, dado que solo podemos transmitir lo que nosotros somos y poseemos. A partir de este momento, podríamos decir, que tiene su origen el primer acto educativo y, donde empezamos a tejer el vínculo con el futuro hijo/a, conscientemente, desde el amor y a prepararle las mejores condiciones para su vida. De una **Concepción** presidida por la armonía y el amor en la pareja y, hacia el ser que está por venir, de una manera consciente y en la lucidez, porque la primera célula va a grabar el estado en el que se encuentran los padres, y es aquí donde va a situarse el comienzo de la educación directa de él, ser único y diferente desde el inicio. Y

una **Gestación** en la que la madre se sienta segura, protegida y rodeada de una atmósfera de afecto, cariño, respeto y comprensión, elementos que tendrán que suministrarle el padre, fundamentalmente, y todo su entorno, a fin de que pueda comunicarse con su hijo/a, atender sus necesidades y transmitirle todo su amor, continuando y profundizando así el vínculo, junto con el padre, comenzado en las otras dos etapas, a través de acciones sencillas de su vida cotidiana. Seres acogidos conscientemente con amor, respetados en su identidad, a los que se reconoce el derecho de estar aquí, y a los que sus padres han transmitido naturalmente valores éticos, desde la etapa prenatal, serán seres empáticos, respetuosos y amorosos con los otros, felices, sanos y equilibrados, constructores de una nueva humanidad y una nueva Tierra de Paz y Armonía.

## **Abstract**

In the times we are currently experiencing as humanity – times of profound personal, family and social crisis, amongst others, due above all to a moral crisis – we urgently need to reclaim a way of life that is sustained and anchored in a firm ethical foundation. For it is only by reclaiming these forgotten ethical values that we can

open a window to the hope of a truly humane world and find harmony with everything around us. It will

therefore be necessary to introduce, nurture and develop these values within the family and at school, so that they become the centrepiece of a conscious and responsible education: one that forges solid and stable bonds based on love, respect, dialogue and communication with others, and which educates for peace and harmonious coexistence. When

should we begin to teach these values? From the very beginning of life, which, contrary to popular belief, does not begin once a person is born, but rather before birth—that is, during the prenatal stage— that extremely delicate and sensitive period, when the being is highly vulnerable, as demonstrated by scientific and psychological research and discoveries spanning more than five decades now; and it is here, too, that we begin to welcome the other, respecting their uniqueness, out of the responsibility that comes with bringing a new being into the world.

Thus, welcoming the other – our future child – right from the very beginning, and based on the principles we have just outlined, will **require the parents to prepare** themselves physically, mentally and spiritually before conception, given that we can only pass on what we ourselves are and possess. From this moment, we might say, the first act of education begins, and this is where we start to consciously forge a bond with our future child, out of love, and to prepare the best possible conditions for their life. A

**conception** characterised by harmony and love between the couple, and directed towards the being yet to come, in a conscious and clear-minded manner, because the very first cell will record the state in which the parents find themselves; and it is here that the beginning of the child's direct upbringing takes place – a being who is unique and distinct from the very start.

**And a pregnancy** in which the mother feels safe, protected and surrounded by an atmosphere of affection, tenderness, respect and understanding – elements that must be provided, primarily, by the father and by everyone around her, so that she can communicate with her child, attend to their needs and convey all her love to them, thereby continuing and deepening the bond – together with the father – that

began in the other two stages, through simple actions in her daily life. Children who are consciously welcomed with love, respected in their identity, whose right to be here is recognised, and to whom their parents have naturally instilled ethical values from the prenatal stage onwards, will grow up to be empathetic, respectful and loving towards others; they will be happy, healthy and well-balanced, and will help build a new humanity and a new Earth of Peace and Harmony.

**Palabras clave :** Educación Prenatal, alteridad ética, acoger, convivencia, responsabilidad, preparación padres, concepción, gestación, paz.

**Keywords :** Prenatal education, ethical otherness, welcoming, coexistence, responsibility, parental preparation, conception, pregnancy, peace.

## **1.- Introducción**

Quiero comenzar este artículo dando las gracias a REDIPE y, a su director Julio César Arboleda, por la magnífica oportunidad que nos brindan al publicar este artículo y, a través de él, poder compartir con todas las personas que vayan a leerlo, unos conocimientos que consideramos desde ANEP, España, la Asociación Nacional de Educación Prenatal, importantes y valiosos sobre el acto de educar y que pueden representar una alternativa innovadora.

Nuestra intención al ofrecérselos es, siempre, la de abrir un espacio a la reflexión, al estudio y a la investigación, y /o a la experimentación, si aún tienen la posibilidad de ser padres y madres.

En los tiempos que estamos atravesando como humanidad, que son de profunda crisis personal, familiar, social, educativa, entre otras... debidas, en gran parte, a una crisis moral, necesitamos con urgencia recuperar una vida sostenida y anclada en una firme base ética, porque ¿será recuperando los valores éticos olvidados que podremos abrir una ventana a la esperanza de un mundo verdaderamente humano, y encontrar la armonía con todo lo que nos rodea? Por lo tanto, ¿tendremos que introducirlos, cultivarlos, y desarrollarlos en la familia

y en la escuela, ¿qué se conviertan en el centro de una educación consciente y responsable que cree vínculos sólidos y estables basados en el amor, el respeto, el diálogo y la comunicación con el otro, que eduquen para la paz y la convivencia?

Por consiguiente, ¿cuándo comenzar a educar en ellos?... lo antes posible, desde el inicio de la vida, que se sitúa, no como se piensa, generalmente, una vez que el ser ha nacido, sino antes del nacimiento, es decir, en la etapa prenatal, ese periodo extremadamente delicado y sensible, donde el ser es muy vulnerable, cómo lo demuestran las investigaciones y descubrimientos científicos y psicológicos desde hace ya más de cinco décadas y, en el que se sientan las bases de lo que será nuestra futura salud, física y psíquica, nuestras capacidades intelectuales, así como nuestra forma de comportarnos y de relacionarnos posteriormente. Podemos decir, a la vista de lo que la ciencia nos revela, que después del nacimiento llegamos un poco tarde, porque el ser ya ha comenzado a inscribir en sus células todo lo vivido y experimentado durante esta etapa, y viene ya con un bagaje que forma parte del inicio de su biografía, tanto en sentido positivo como negativo.

Teniendo en cuenta esto que acabamos de decir, es aquí, en realidad, donde empezamos a acoger al otro, conscientemente, respetando su singularidad, y desde la responsabilidad y el compromiso que conlleva traer un nuevo ser al mundo. Quizás, una de las experiencias más intensas y emocionantes en la vida de una pareja. *Vivir la vida desde una perspectiva anclada en la conciencia implica reconocer la importancia y la naturaleza casi sagrada de cada uno de sus aspectos*, nos dice el Dr. Chopra, D. (2006), pág. 170.

## **2.- Etapas de la Educación Prenatal**

Se desarrollará a lo largo de tres etapas, sustentada una sobre la otra. Así pues, acoger al otro, futuro hijo/a desde el principio de todo y, desde estos presupuestos, que acabamos de decir, va a necesitar de una:

**1.2.- Preparación de los padres antes de concebir**, primera etapa de la educación prenatal, física, psíquica y espiritual, dado que solo podemos transmitir a los demás lo que somos y poseemos, y que, normalmente, es el resultado de lo que hemos desarrollado y conquistado en nuestro interior, a través de un trabajo constante y paciente sobre nosotros mismos, a fin de poder manifestarnos en la vida de una

manera positiva, sana, constructiva y útil para nosotros y para los otros, Es, a partir de este momento, en el que podríamos decir que tiene su origen el primer acto educativo y, donde empezamos a tejer el vínculo con el futuro hijo/a, conscientemente, desde el amor y a prepararle las mejores condiciones para su vida. Por eso es conveniente que los futuros padres comiencen a cuidar su salud física, mental, y emocional antes de concebir, lo cual implica, no solo cuidar y preparar su organismo desde un punto de vista meramente físico, sino también, desarrollar los valores éticos imprescindibles que después transmitirán naturalmente a sus hijos y que serán los que les servirán de guía y sostén a lo largo de su vida. Los futuros padres se convertirán así, desde este periodo de preparación, en modelos y ejemplos de vida para ellos, si queremos que la educación sea efectiva y funcione.

Platón aconsejaba en la antigua Grecia a los futuros padres que *cultivasen las virtudes éticas, para que sus almas floreciesen y su perfume colmase al hijo que nacería así bello de cuerpo y espíritu*. Angelis, N. (1994) pág. 27.

Y el doctor Chopra, D. (2006), en su libro, *Un comienzo mágico para una vida fascinante*, nos cuenta que, *en ciertas tribus africanas, se tiene la creencia de que el nacimiento espiritual de un niño ocurre cuando la futura madre lo sueña por primera vez. Entonces, se retira a un sitio silencioso a fin de poder escuchar la canción especial del bebé. Cuando la oye, regresa a su casa y se la enseña al padre. Mientras hacen el amor, entonan la canción a manera de invitación para que esa alma entre a formar parte de sus vidas. Posteriormente, durante el embarazo, canta esa canción periódicamente y la enseña a las parteras en preparación para el nacimiento. Ellas la entonan mientras la mujer está de parto y reciben con sus notas al bebé recién nacido. El bebé aprende su canción, que le acompañará durante todas las etapas de su vida, recurriendo a ella para celebrar los momentos de gloria y consolarse en los momentos de desolación. Pág. 31.*

Esta maravillosa historia nos muestra como el vínculo con el ser y la manera de acogerlo, por parte de los padres, inicia ya en el periodo previo a la concepción de una manera consciente, profunda, amorosa y respetuosa. Aquí sentamos las bases de su futura educación, y ellas serán las que marcarán una gran parte del ritmo que

le acompañará a lo largo de su vida, el cual podrá servirle de orientación y ayuda en los momentos difíciles, pero, así mismo, para disfrutar en los momentos de logros y felicidad, y para reafirmarle que lo merece y que es digno de ellos.

Y no son los únicos ejemplos de la importancia concedida a la etapa prenatal, en diversas civilizaciones, pueblos y culturas, desde la antigüedad. Tenemos numerosas referencias históricas que hace alusión a su conocimiento y práctica, a lo largo y ancho del mundo, registradas en diferentes épocas y periodos. Por eso, aunque parezca algo nuevo, realmente, no lo es, lo cual abre un tema interesante de reflexión, al hecho de, ¿por qué, reaparece ahora de nuevo en el mundo? ¿Quizás, estamos necesitando volver a reconectar con nuestra auténtica esencia humana, rescatar el sentido sagrado de la vida, reconectar con los poderes profundos que la crean, para encontrar el equilibrio entre intelecto y corazón, alma y espíritu, y llegar a construir una sociedad de paz y armonía?

¿Cómo preparar el organismo físico antes de concebir? Pues, cuidando nuestra alimentación, que sea sana y equilibrada, con productos naturales y frescos, adaptada a las posibilidades de cada pareja y situación, sin embargo, una alimentación sana no se reduce solo a los alimentos que ingerimos, también es importante el estado en el que comemos. Comer en silencio y en calma, centrados en lo que hacemos, nos ayuda a hacer una buena digestión y es muy beneficioso para la salud, evitar comer enfadados, agitados, y antes de comenzar, podemos agradecer a la madre tierra por los alimentos que nos ofrece con tanta generosidad. Realizar ejercicio físico regularmente al aire libre, en contacto con la naturaleza, para obtener una buena oxigenación, recargarnos, liberar tensiones, y tener una buena forma física en general, pero también, con el fin de reconectar con la madre naturaleza, y desarrollar una actitud de respeto y amor hacia ella, tan importantes en los tiempos que vivimos, para el bien de las futuras generaciones. Y eliminando todo tipo de sustancias tóxicas: alcohol, tabaco, y cualquier otro tipo de drogas duras o blandas. Todos sabemos los efectos negativos que ejercen sobre la salud, y no solo física, en los seres y, especialmente, en los jóvenes, futuros padres y madres. Y evitar el estrés, porque mina nuestro organismo, lo agota, y enferma.

¿Cómo preparar nuestro mental y emocional? Ponerlos a punto nos va a llevar necesariamente a hacer una revisión de nuestro mundo interior, con el objetivo de ver donde pueden estar los posibles, bloqueos, traumas y heridas, e intentar resolverlos antes de concebir, como nos dice el psiquiatra T. Verny, (1988) así evitaremos legárselos a nuestros futuros hijos, pág.27. El origen de ellos, pueden haberse gestado en la etapa prenatal, otros los hemos heredado de nuestros padres, y otros pueden venir incluso de nuestros ancestros.

Verlos, reconocerlos y aceptarlos es un primer paso para liberarlos, y esto en ocasiones va a necesitar honestidad y audacia de nuestra parte. Las situaciones que nos producen malestar, generalmente, pierden su poder cuando las sacamos a la luz y las hacemos conscientes. En el plano emocional pueden manifestarse como, rabia, ira, celos, envidia, tristeza, rencor, odio... y en el mental bajo forma de creencias o ideas erróneas o negativas sobre nosotros mismos y sobre los demás. El biólogo celular, Lipton, B. (2007) dice que *los padres son los ingenieros genéticos de sus hijos, y que no son nuestros genes quienes controlan nuestra biología, sino nuestras creencias*, pág.194.

¿Qué podemos hacer para deshacernos de estos elementos negativos, qué métodos podemos practicar? Pues podemos utilizar, y poner en funcionamiento, herramientas muy sencillas que están a nuestro alcance y al alcance de cualquier persona, como: el perdón. Perdonarnos a nosotros mismos y a los demás. El perdón es muy poderoso, él rompe casi instantáneamente las cadenas que aprisionan nuestro corazón, liberando la carga y el malestar de nuestro interior y aportándonos paz y serenidad.

Otro método es poner en práctica pensamientos y sentimientos positivos. Todos sabemos, y es fácil de constatar, que nos sentimos mejor cuando estamos en estados mentales o emocionales positivos, que cuando nos encontramos en estados negativos, pero, además, hoy la ciencia nos está demostrando que los pensamientos y los sentimientos positivos, ejercen influencia sobre los genes, pudiendo activar nuestro ADN latente, que está entre un 90% o 95% y ayudarnos, con ello, a incrementar y desarrollar nuestro potencial. Lipton, B. (2007) cuenta que *los pensamientos positivos y negativos no solo tienen consecuencias en nuestra*



*salud sino también en todos y cada uno de los aspectos de nuestra vida. Los pensamientos positivos son un imperativo biológico para una vida feliz y saludable. Pág.194. Y Murakami, K. (2007) dice que según su experiencia las personas que tienen éxito y producen los resultados que desean tienen una cosa en común, una visión positiva de la vida. Pág. 109.*

Por consiguiente, practicar pensamientos y sentimientos positivos es un magnífico ejercicio para mejorar y mantener una buena salud en todos los planos y para expresar todo nuestro potencial, con lo cual será ya un beneficio para los futuros padres en el presente y para sus futuros hijos/as. Desarrollar cualidades como la, empatía, la compasión, la comprensión, la bondad, la honestidad son muy recomendables para las personas que quieran ser padres y madres. Otros métodos interesantes a practicar son: dar desinteresadamente, sin esperar nada a cambio, algo que les será muy útil en el futuro con sus hijos, y si son profesores con los alumnos. Dar por el placer de dar: lo mejor de nosotros mismos, una sonrisa, una palabra o una mirada amable y compasiva, decir a los demás lo valiosos que son...

Aprender a agradecer, la práctica de la gratitud es muy poderosa, agradecer por todo lo que tenemos en lugar de enfocarnos en lo que nos falta. Dar las gracias por todo lo que llega a nuestra vida, porque todo son ocasiones para aprender, crecer y evolucionar, si aprendemos las lecciones escondidas detrás de cada suceso, afortunado o aparentemente desafortunado de ella. Agradecer ha estado siempre presente en muchas enseñanzas espirituales a lo largo de la historia, en diferentes culturas de todo el mundo, y hoy en día la ciencia nos demuestra, lo que ya estas culturas sabían, el enorme poder que tiene esta sencilla práctica, en nuestra vida cotidiana, para mejorar nuestra salud física, y psíquica, siendo Robert Emmons, uno de los investigadores principales.

Murakami, K. (2007) bioquímico, aconseja, *“ten buenas intenciones. Vive con un sentimiento de gratitud, piensa siempre en positivo. No importa cuán mala parezca una situación, es importante verla bajo una luz positiva, nunca negativa”*. Pág. 198. La práctica de la meditación, que cada vez se extiende más, como método para encontrar el equilibrio, la armonía, y la paz interior, en este mundo tan acelerado y

estresante, en tantas ocasiones, que nos lleva fuera de nuestro centro y nos desconecta de nosotros mismos y de los demás, así como de la naturaleza. El Mindfulness, surgido de ella. La oración, las técnicas de respiración consciente, de relajación, la visualización creativa, etc. son otras actividades interesantes y benéficas que dan muy buenos resultados.

Esta preparación antes de concebir, podemos decir que es un acto de respeto hacia nosotros mismos y hacia el nuevo ser y, al mismo tiempo, va creando un terreno fértil para acogerlo. Es un periodo extraordinario que dará a la pareja la oportunidad de vivir una experiencia única y transformadora de una gran riqueza, que les reportará grandes beneficios personalmente, así como a su relación y en el futuro a su hijo/a, y a toda la sociedad.

Sobre la importancia de la preparación de los padres antes de concebir la encontramos en civilizaciones milenarias como en India, Tíbet, Grecia, América Central y del Sur..., en donde se nos muestra como utilizaban distintas prácticas para estar en buena salud física, psíquica y espiritual antes de la concepción.

El segundo momento en el que acogemos al ser desde la etapa prenatal es en

## **2.2.- La Concepción**

Momento de encuentro mágico, maravilloso e íntimo, en el que óvulo y espermatozoide, hombre y mujer se fusionan para embarcarse en la travesía de la creación de vida y recibir al ser que vendrá a sus vidas. A partir de la fusión, e incluso antes, se van a poner en marcha toda una serie de mecanismos complejos y delicados en el organismo de la mujer, que la naturaleza ha diseñado con una precisión asombrosa, para que ese incipiente germen de vida, pueda iniciar su viaje hacia el útero e implantarse. Todos estos mecanismos nos hablan de espíritu cooperativo, de planificación, de perfección y de belleza, a fin de acoger amorosamente al nuevo ser que está en camino. Voy a poner dos ejemplos sobre ellos, para que podamos ver esto que acabo de decir, y que son el resultado de los descubrimientos debidos al avance de la ciencia y de la técnica, pero hay muchos más que, precisamente, nos revelan el plan tan perfecto y minucioso que interviene en la creación de un ser humano.

El primero hace referencia al encuentro del óvulo y del espermatozoide. Contrariamente a lo que hasta hace poco se creía, no es el espermatozoide que llega primero el que penetra sin más el óvulo, es el óvulo que, cómo si sintiera cuál es el candidato adecuado, se abre ante él y lo deja entrar. Por lo tanto, aquí diríamos que hay ya un encuentro inicial presidido por la receptividad, un acto de acoger, y donde podríamos decir, incluso, cómo el amor está presente desde el punto de vista biológico. Y el segundo, nos expone Chopra. D (2006) que desde la trompa de Falopio el óvulo recién fertilizado comienza a dividirse varias veces, en el camino, hasta que llega al útero. Cuando llega se ha convertido ya en una colección de 400 células y toma el nombre de blastocisto, pero, lo interesante es que, al mismo tiempo que se produce esta multiplicación, el revestimiento interno del útero se prepara para la implantación. El ovario produce unas hormonas encargadas de estimular las glándulas y los vasos sanguíneos del útero para que este se torne blando y carnoso. Cuando llega el blastocisto, sus capas externas se acomodan dentro del suave revestimiento interno del útero. No podemos más que maravillarnos ante la inteligencia que permite que un ser humano complejo se desarrolle a partir de un cúmulo de células aparentemente idénticas. Pág. 32.

¡Esto nos muestra con qué sabiduría y amor la naturaleza lo ha previsto todo para que la vida pueda abrirse paso y acoger amorosamente al nuevo ser en lo que será su primera casa!

Por consiguiente, ¿cómo puede la pareja acompañar estos procesos biológicos, sincronizarse con ellos?, ¿cuál tendría que ser el estado ideal en el que se encuentren en el momento de la concepción? Parece lo más recomendable que sea un acto presidido por la armonía, un acto de amor consciente, en donde el deseo del hijo/a está presente, y realizado en un estado de lucidez.

Sabemos por la biología que estamos habitados por billones de células inteligentes que tienen la capacidad de grabar información y al multiplicarse de transmitírselas a las otras, por lo tanto, si la concepción ha sido un acto de amor consciente, realizado en la armonía y la lucidez, ¿qué grabará esta primera pequeña célula que dará origen al nuevo ser...? Pues, seguramente, amor y armonía y, al multiplicarse

lo llevará a las otras. Aquí empieza, pues, la educación directa del nuevo ser y lo hace desde la base ética más sólida que podamos ofrecerle, el amor.

Podríamos decir, así mismo, que es el primer abrazo con el que lo acogemos, y una muestra de respeto y reconocimiento en su calidad de ser único y diferente.

La Dr, Natalia López Moratalla, nos dice que un embrión desde el momento de la concepción, no es una célula del cuerpo de la madre, las células del embrión y las de la madre son diferentes en su genética y en su inmunología. Y el bioquímico Murakami, K. (2007) expone que, *aunque los genes tienen principios operativos en común, las infinitas combinaciones posibles entre ellos, garantizan que nunca habrá dos entidades idénticas. “Existes porque casualmente fuiste elegido entre 70 billones de posibilidades: “Así de especial eres tú”*. Pág. 21. No caben, pues, a la vista de lo que nos expone, las comparaciones entre unos y otros. Todos somos únicos y diferentes, en función de esos 70 billones de posibilidades. Creo que esto es importante saberlo y tenerlo en cuenta, en tanto que educadores: padres, futuros padres y profesores.

La Dra. Imbert, C, (2008) cuenta que *se graban en el embrión los pensamientos, las emociones y los comportamientos que tuvieron lugar en el momento que fue concebido y en los instantes que le preceden inmediatamente, así como durante toda su vida desde el instante mismo de su concepción. En sus primeras células, los padres también les transfieren su historia que ya contiene la de las generaciones anteriores*, pág. 272.

Por eso, es tan conveniente en el periodo de preparación de los padres ser conscientes de esto, a fin de poder o intentar sanar y resolver aquellos conflictos o huellas emocionales y mentales que supongan un problema en nuestra vida, antes de concebir.

Casla,

J. (2018) profesor y terapeuta, dice en su libro, la Memoria Emocional de la Vida Uterina, que el embrión desde el momento de la concepción capta toda la carga emocional de los padres, pág. 62. Y la bióloga, M. Jesús Blázquez, exponía en las I Jornadas Internacionales de Pedagogía y Educación Prenatal de la UAM, REDIPE, y ANEP, (2021) que los sentimientos de los padres y lo que hablan entre ellos en el

momento de concebir, son importantes condiciones de programación del código genético.

Pero, cómo, a la vista de lo que nos dice la ciencia, se graban en el embrión no solo las emociones sino también los pensamientos, podemos tener presente en el momento de la concepción la idea, el pensamiento, de que nuestro hijo/a venga adornado, por ejemplo, con un alto ideal de bondad, amor y paz, y que pueda expresarlos en su vida, para su propio bien y para el de los demás.

Y lo que la ciencia está descubriendo ahora sobre la importancia de la etapa prenatal, gracias a su avance y al de la técnica, es algo que estaba ya presente en muchas culturas de la antigüedad, como dijimos al principio del artículo. Por eso el médico otorrinolaringólogo, Tomatis, A. (1980) *narra que “a fuerza de reflexión y de intuición, los antiguos propusieron hipótesis que hoy en día la ciencia, con su arsenal tecnológico no hace más que verificar”*. Pág. 191. Como ejemplo sirva lo que la medicina tradicional china y Platón decían sobre el momento de la concepción, ambos coincidían, a pesar de la diferencia de siglos que los separan, que la armonía, la lucidez y la tranquilidad del alma eran condiciones necesarias para la creación de un ser sano y que no sería conveniente realizarla en estado de embriaguez. Y en la tradición judía para que la concepción tuviera lugar, los padres, y especialmente el padre debían visualizar al niño descendiendo sobre el lecho nupcial, nos cuenta la Dra. Nanu, I. (2018) pág. 103. pero también tenemos referencias de ella en Egipto, Tíbet, en la India y en algunas tribus de África, como la que contamos en la etapa de preparación de los padres, que continua en la concepción, la de acoger al hijo antes de concebir, con una canción, que la madre escuchaba, retirada en soledad, y que después enseñaba al padre, para que en el momento de hacer el amor, la entonaran a manera de invitación para que esa alma entrara a formar parte de sus vidas. En

todas ellas, la presencia, el respeto, el cuidado del otro, futuro hijo/a, estaban allí desde el inicio para recibirlo.

El tercer momento de acoger al ser desde la etapa prenatal es:

### 3.3.- La Gestación

Periodo en el que prosigue el camino iniciado por la pareja desde el tiempo de la preparación y, en el que seguiremos educando al futuro ser y, desarrollando con él, una conciencia relacional sana y armoniosa tan necesaria para su futuro. Los futuros padres deben saber que la gestación es un periodo excepcional de la vida, en el que todas las fuerzas de la naturaleza cooperan para ayudar a llevar a buen término la formación de un nuevo ser humano, su hijo/a.

Durante esta etapa el papel más directo lo llevará a cabo la madre, pero no por ello el papel del padre será menos relevante o importante. La madre va a tener el enorme privilegio de poder colaborar conscientemente con la naturaleza, y así acoger amorosamente al ser que lleva en su seno, para que en el futuro pueda ser un ser equilibrado, sano y feliz, nos dice el médico neonatólogo y profesor, Relier.

Es muy recomendable, y diría necesario también, que se le ofrezca a la madre la posibilidad de poder vivir este periodo de nueve meses en un estado de tranquilidad y armonía, con el objetivo de que tenga la disponibilidad suficiente para poder relacionarse y comunicarse con el bebé prenatal y para estar, así mismo, a la escucha de sus necesidades, que son básicamente: amor, ternura, seguridad y protección, y, además, como dice la doctora Imbert, C. (2008) *“que le sea reconocido el derecho de crecer y de ser el mismo, reforzado por los mensajes de sus capacidades de éxito, de ser feliz y de tener buena salud, incluso si sus ancestros no la tuvieron”*. Pág. 95.

*La calma, la confianza y la alegría que la madre experimenta durante la primera semana que sigue a la implantación en el útero del óvulo fecundado, es una manera de dar al niño la bienvenida a su casa.* Nanu, L. (2018) pág. 113.

No obstante, si el bebé prenatal va a necesitar estos elementos, que acabamos de exponer, para desarrollarse en las mejores condiciones, la madre también va a necesitar sentirse segura, protegida, rodeada de un clima de cariño, afecto y comprensión para poder, a su vez, dárselos a su hijo/a, y tendrán que venir, en primer lugar y fundamentalmente del padre, pero, así mismo, de todo su entorno: familia más cercana, amigos, compañeros de trabajo..., porque “todo lo que la madre vive el bebé prenatal lo vive”. Así pues, es muy importante durante este

periodo cuidar la salud, no solo física, de la madre, sino también la mental y emocional para el bien de ambos.

*“Los nueve meses de gestación constituyen los fundamentos de la personalidad futura y para evitar las huellas prenatales que puedan afectar a nuestra futura salud física y psíquica, la principal ayuda es ayudar al niño a vivir su vida intrauterina en la máxima armonía”.* Imbert, C. (2008) pág. 33,6.

*Durante el embarazo madre e hijo viven en plena conexión, conforman una sociedad simbiótica y van superando etapas en paralelo. Los imprevistos o anomalías que se puedan presentar les harán vulnerables en un momento de sus vidas sumamente delicado y con claras repercusiones físicas y emocionales posteriores,* nos dice Casla, J. (2018) pág.107.

*El amor materno es tan vital para el niño como los alimentos o el oxígeno para las células, si se le priva de este amor, sufre hasta el punto de manifestarlo y lo somatiza, a veces, mucho tiempo después de su nacimiento.* Nos expone el Dr. Moisan, Y. (1994), pág. 75.

Y si el papel del padre ha sido importante en las otras etapas anteriores, de igual manera seguirá siéndolo durante la gestación. Su presencia es un factor importante en este periodo como principal pilar de apoyo y sostén para la madre y su hijo/a en formación. La gestación le va a ofrecer la oportunidad de poder acogerlo amorosamente y de poder establecer una relación afectiva consciente, profunda y directa con él, a lo largo de los nueve meses de su formación, crecimiento y desarrollo, sabiendo que es lo mejor que puede hacer para la madre y el bebé. Hay un proverbio chino que dice: *“si bien es la madre la que lleva al hijo, le corresponde al padre llevar a la madre y al hijo”.*

Y al igual que el papel del padre, también será importante el del entorno, el de todas las personas que estén en contacto con la madre en gestación, porque entre todos podemos ayudarla y, así, contribuir a que pueda vivir esta etapa en la mayor armonía posible. Por consiguiente, para lograrlo, es necesario que estos conocimientos se difundan que lleguen a todas las capas de la sociedad. Traer un nuevo ser al mundo, no concierne solo a las mujeres, concierne también a los

hombres y a la sociedad en general. Es urgente que esta nueva conciencia se abra paso y se extienda para el futuro de las nuevas generaciones.

Hoy ya sabemos, gracias a los descubrimientos científicos y psicológicos, que el bebé prenatal es un ser sensible, comunicativo, que tiene memoria, recuerda, graba y aprende con suma facilidad, como nos dicen el psicólogo y el psiquiatra respectivamente David Chamberlain y Thomas Verny. Ellos se refieren, cuando hablan del útero, como nuestra primera casa y escuela. Podríamos decir que es el primer pupitre en el que nos sentamos y desde el que comenzamos a aprender.

El bebé prenatal se va a ir educando a través de lo que los padres y, sobre todo la madre, viven y experimentan en el cotidiano, por eso hablamos siempre de educación prenatal natural, al bebé no hay que enseñarle nada por medios artificiales externos. Teniendo en cuenta esto, es recomendable que la madre esté atenta a sus pensamientos y sentimientos, dado que el bebé prenatal se va a ir impregnando de lo que ella piensa, siente, y hace. Por lo tanto, es conveniente que procure mantener pensamientos y sentimientos positivos, pues será a través de ellos que el bebé prenatal se va a ir formando y educando. Ya hemos hablado en el apartado de preparación de los padres, de las bondades y beneficios de los pensamientos y sentimientos positivos, desde los descubrimientos científicos, entonces, imaginemos el efecto extraordinario que pueden tener en este periodo de formación del ser. No obstante, mantener un buen estado de pensamientos y sentimientos, día tras día, durante nueve meses, no siempre va a ser posible, ni tarea fácil, pero si la madre tiene estos conocimientos, cuando le aparezcan estados negativos podrá cambiarlos o transformarlos, sabiendo que es un beneficio para ambos. El conocimiento, como suele decirse, no ocupa lugar, y a través de él, la madre puede vivir este periodo con más seguridad en ella misma y en su capacidad de poder gestionar su estado de una manera positiva y creativa. Al bebé prenatal los pensamientos y sentimientos de la madre le llegan mediante varias vías: sangre y líquidos, hormonal, neuronal y sensorial.



En el siglo XVI Leonardo da Vinci escribía en sus cuadernos: *“una misma alma gobierna dos cuerpos... todo querer, deseo supremo, temor o dolor del espíritu de la madre alcanza poderosamente al hijo”*. Bertin, M. A. (2005) pág.20.

Otra herramienta interesante que la madre puede utilizar durante este periodo es la Imaginación. En las mujeres, en general, está muy desarrollada. Puede imaginar que su hijo/a es un ser: sano, bello, inteligente, compasivo, pacífico, amoroso, alegre, comprensivo, bondadoso... y las fuerzas del subconsciente que están formando al bebé se encargarán de grabarlo en sus células. Un buen momento para ello es en el momento de ir a dormir, antes de entrar en el sueño y, abandonarse a él con estas bellas imágenes.

Hablarle, cantarle, acariciarle a través de la pared abdominal, son otras formas de manifestarle nuestro amor y reconocimiento, acciones que el padre también puede realizar y a través de ellas, seguir creando una relación y un vínculo afectivo con su hijo/a en formación. Cómo el bebé prenatal oye en el seno materno, algo que ya dijo el Dr. Alfred Tomatis, en los años 50 del siglo pasado, y que sería demostrado posteriormente, con el avance de la técnica y la llegada de los ecógrafos y los aparatos de ultrasonidos, con la voz podemos transmitirle nuestro amor. Hablarle de su capacidad de amar, de ser comprensivo, compasivo y tolerante, de su coraje para afrontar las situaciones diversas de la vida... de todas las buenas cualidades que manifestará después del nacimiento. A él le gusta mucho oír la voz de la madre y también la del padre, ambas las reconocerá cuando nazca. Y siempre, y en todo momento, hablarle con dulzura con ternura, esto es algo muy beneficioso para el bebé. A través de la voz, el canto y las caricias se va a sentir amado, seguro, protegido y aceptado. Si pasamos por una situación difícil, o hemos tenido un estallido de cólera o ha habido gritos..., en estos casos, es importante y muy conveniente también, hablarle y explicarle que no tiene nada que ver con él, a fin de tranquilizarle, porque el bebé prenatal y su madre, al formar parte de un mismo universo, tiende a tomar y a hacer como propio lo que sucede en todo momento y a su alrededor, grabándolo en sus células. Y es con todo ello que sigue escribiendo su biografía, en lo que podemos llamar, “su primer cuaderno escolar”

El conocimiento es poder, y si los futuros padres y la madre, especialmente, durante la gestación tienen estas informaciones, puede ayudarles a vivir esta etapa de una manera más positiva, más serena, más segura y feliz, porque sabrán cómo actuar ante las situaciones que se les presenten, y cómo disfrutar de este momento único y maravilloso. Si los futuros padres tienen una actitud consciente durante este tiempo, si lo consideran como un momento de gracia en su vida, crean un vínculo de amor con el hijo/a que está en camino, en una espera gozosa, hasta encontrarse con él, cara a cara, en el momento del nacimiento.

El contacto regularmente con la naturaleza, es también necesario, de una parte, por razones de salud, dado que la madre, desde un punto de vista físico, debe estar en forma, por consiguiente, el ejercicio físico es muy recomendable, siempre y cuando se haga con moderación. Las investigaciones prueban que el ejercicio físico regular practicado por la futura madre durante el embarazo estimula el desarrollo del cerebro del bebé prenatal. El filósofo Patón, aconsejaba, en la antigua Grecia, a las mujeres caminar mucho, porque el movimiento, decía, calma el alma y la protege de todo miedo y ansiedad. Las culturas del pasado, sabían ya lo que hoy la ciencia está revelando. Por

otra parte, va a permitir a los padres y en concreto a la futura madre, disfrutar de una fuente de salud y bienestar, importante y aconsejable, que les dará la oportunidad de establecer una relación armoniosa con ella. ¡Qué la amen, la respeten, la disfruten, y así irán impregnando a su hijo/a de amor hacia ella y de sentido del respeto! Parques, jardines, campo, playa, montaña, son lugares magníficos para estar en contacto con la naturaleza.

Nutrirle de belleza, el bebé prenatal no solo se nutre de alimentos físicos, también se nutre en otros planos que son más sutiles. Es recomendable que la madre procure que lo que vea, lea o escuche, sea noble, elevado, positivo, bello, porque la contemplación de la belleza en todas sus formas, eleva la conciencia, produce estados de bienestar, de dilatación de felicidad, que su hijo/a recibirán, en función de esa relación simbiótica que mantienen durante los nueve meses, produciéndole los mismos estados, las mismas sensaciones y, a través de ellos, continuará su educación. Qué intente evitar las conversaciones, espectáculos, lecturas, obras de

arte, etc. que transmitan un mensaje negativo o deprimente, las películas o escenas de violencia, porque todo lo que impacte o impresione a la madre de manera desagradable, impacta doblemente al bebé prenatal. Con esto no queremos decir, como bien cuenta el Dr. Chopra, que haya que mantener a la madre en una burbuja, no se trata de eso, sino de que la posibilidad de acceder a estos conocimientos puedan ayudarla y serles de utilidad para decidir, qué hacer en estos casos, y cómo proteger y cuidar a su hijo/a de la mejor manera posible, teniendo en cuenta que nueve meses son para toda la vida.

La música es otra herramienta interesante, al bebé prenatal le gusta, pero no toda. Las más recomendables son las de relajación, clásica, alegres, con contenido positivo. Fundamentalmente aquellas músicas que preserven su tranquilidad, y siempre que no pasen de 110 decibelios, porque como nos dice el Dr. Tomatis, pueden ser perjudiciales y peligrosas, y recomienda también evitar la música rock, heavy metal y la de discoteca, son altamente peligrosas para el bebé prenatal. Le agitan y reacciona dando fuertes patadas. Se ha descubierto que, dado que son músicas que utilizan mucho los bajos, éstos golpean en la pelvis de la madre, convirtiéndola en una caja de resonancia, así que nos podemos imaginar el sufrimiento del bebé expuesto a ellas.

El bebé prenatal ya dijimos que se comunica y él hace saber a la madre cuáles son sus necesidades, por lo tanto, es importante estar a su escucha durante este periodo, y así poder establecer un diálogo y una comunicación amorosa con él. Mediante todos estos métodos sencillos que hemos ido dando a lo largo de este artículo, los futuros padres van sembrando las semillas de las cualidades y valores éticos en su hijo/a en formación, que serán tan importantes para su futuro, a fin de que, como dice el Dr. y profesor Relier, pueda ser un ser sano, equilibrado y feliz. Habría mucho más que decir, pero desbordaría el objetivo de este artículo, que es dar unas pinceladas generales sobre el tema, y como decíamos al principio, dejar abierto el espacio a la reflexión, al estudio e investigación, y a la experimentación, si aún tienen la posibilidad de ser padres, en cuyo caso les animo, encarecidamente, a que se atrevan y animen a intentar poner estos conocimientos en práctica y sacar, después, sus propias conclusiones.

Por último, un factor importante a evitar durante la gestación es el estrés. Hay que decir que un estrés pasajero no afecta al bebé prenatal, el problema se presenta cuando es crónico. Ya hay numerosos estudios científicos que demuestran los efectos dañinos del estrés crónico sobre la madre y sobre el bebé. Centrándonos en el bebé, los estudios revelan que, *si durante la gestación la madre está deprimida, con ansiedad o estrés, el niño corre el riesgo de sufrir problemas emocionales, síndrome de déficit de atención con hiperactividad y su desarrollo cognitivo puede verse afectado. El estrés de la madre se traduce por un aumento de la secreción de cortisol (hormona del estrés) y un descenso de la capacidad de la placenta para desactivar esta hormona para que no alcance al bebé.* Dra. Nanu, L. (2018) pág.161. lo que también sostienen otros investigadores y estudiosos del tema como: Odent, Chopra, Relier, Lipton... pero también afecta al coeficiente de inteligencia, al crecimiento fetal, y los estudios más recientes lo asocian con problemas de obesidad.

Por todo ello, el Dr. Michel Odent, recomienda que el mejor medio para contrarrestar las dañinas hormonas del estrés es la alegría, es conveniente, pues, hacer sentir a la madre la vida como algo agradable y, eso es algo a lo que pueden contribuir todas las personas que la rodeen, de ahí la necesidad y la utilidad de que estos conocimientos se difundan a toda la sociedad. De esta manera, entre todos, acogemos a ese nuevo ser y lo ayudamos a crecer, formarse, desarrollarse y educarse, en las mejores condiciones ya, desde el útero materno.

No obstante, *“tanto para beneficio del bebé como de la familia y de la mujer embarazada, es crucial que la madre cultive la capacidad de mantener el equilibrio frente a las tensiones inevitables de la vida cotidiana. Aprender a mantenerse centrada en medio de los altibajos le será muy útil durante la gestación y para el resto de su vida”.* Chopra, D. (2006) pág. 97.

¿Cómo puede la madre aprender a hacer frente a estas situaciones de estrés que la vida le planteará? ¿Cómo cultivar el equilibrio que la ayude a contrarrestarlas? Pues, hay diversas técnicas y actividades que puede realizar, por ejemplo: la respiración consciente, ésta será de gran utilidad para calmar y serenar los estados de agitación y distenderse, así como la relajación y el masaje. La visualización

creativa, la meditación para conectar con nuestro centro y obtener paz y serenidad, mejora tanto la salud mental como física, la oración, el yoga, el mindfulness, y a través, como decíamos antes, del contacto con la naturaleza. Ya tenemos mucha información, que pueden encontrar fácilmente, sobre los beneficios de estas prácticas

### **3.- Conclusión**

La vida no comienza en el momento que venimos al mundo al nacer, la vida es un algo continuo que comienza antes de la concepción, con la preparación de los padres. El amor es el sentimiento más importante desde el inicio, él es el que nutre al ser y el que contribuye a su correcto desarrollo físico, psíquico y espiritual. La atención y el cuidado prestados a la educación durante la etapa prenatal, sienta las bases para una convivencia armoniosa, dado que está sustentada en el diálogo, la relación afectiva y la comunicación respetuosa desde las raíces mismas de la vida, factores necesarios e imprescindibles para edificar una cultura y una sociedad de paz. La educación prenatal natural acoge en su seno y se adapta a todos los pueblos, culturas, etnias, razas..., es respetuosa con todos ellos y con sus creencias, porque está sustentada en un principio universal ¡El Amor!

Por lo tanto, seres que han sido acogidos conscientemente desde el inicio de la vida con amor, respetados en su identidad y singularidad, a los que se reconoce el derecho de estar aquí, y a los que sus padres han transmitido naturalmente valores éticos a lo largo de la etapa prenatal, tendrán la posibilidad de ser muy probablemente: seres empáticos, respetuosos, compasivos y comprensivos, seres amorosos consigo mismo y con los otros, felices, sanos, y equilibrados, constructores de una nueva humanidad y una nueva tierra de paz y armonía estables.

Sin embargo, para conseguirlo, es importante que los futuros padres tomen conciencia de su papel fundamental como educadores de sus hijos, y no solo una vez que han nacido, sino desde antes del nacimiento, en la etapa prenatal y, también, como ya hemos dicho, que estos conocimientos se difundan, que lleguen a todas las capas de la sociedad, y sobre todo que los jóvenes y adolescentes puedan recibirlos dado que son los potenciales futuros padres y madres. Por

consiguiente, es necesario y, añadiría, urgente, que puedan entrar en el sistema educativo, y que lo hagan de la mano de una nueva disciplina científica que es la Pedagogía Prenatal.

Esto a la larga reportará enormes beneficios a las personas, a las familias, a la escuela y a la sociedad. El pedagogo Omraam Mikhaël Aïvanhov, decía que: si millares y millares de padres llevaran a cabo los principios de la Educación Prenatal, la humanidad se transformaría en tres o cuatro generaciones.

¡Qué mejor legado podemos ofrecer a las futuras generaciones!

### **Referencias bibliográficas**

Actas II CONGRESO MUNDIAL DE EDUCACION PRENATAL: “La educación prenatal de la Grecia antigua al siglo XXI”. OMAEP, 1994.

Aïvanhov, Omraam Mikaël. (1989). La galvanoplastia espiritual y el futuro de la humanidad. Editorial Prosveta.

Una educación que comienza antes del nacimiento. (2007) Barcelona. Editorial Prosveta.

Bertin, M<sup>a</sup> Andrée. (2006). La educación prenatal natural: una esperanza para el niño, la familia y la sociedad. Madrid: Ediciones Mandala.

Carballo, Carmen y Vizcaíno, Pilar. (2017). Educación Prenatal, Educación para la Paz. Una educación en valores desde el inicio. Florencia: Editorial Stella Matutina.

CARBALLO, Carmen. Educación Prenatal, una esperanza para el futuro. Revista Boletín REDIPE vol. 8 núm. 5 (2019) Pedagogía, Filosofía y Educación Prenatal.

CARBALLO, Carmen. Educación Prenatal, Adolescentes y Sistema Educativo. Una educación en valores desde las raíces. Educación prenatal y Pedagogía prenatal: Nuevas perspectivas para la investigación, la enseñanza y la formación. Colombia-Nueva York: Editorial REDIPE-Capítulo de Estados Unidos (Bowker-Books). 2018

Carballo, Carmen. (2023) Educación Prenatal Natural y Cooperación. Sembrando el Futuro de Esperanza. Stella Mattutina, Edizioni. Florencia.

Casla, Jesús. (2018) La Memoria Emocional de la Vida Uterina. Punto Rojo Libros, S.L.

Deepak Chopra, David Simon, Vicki Abrams. (2006). Un comienzo mágico para una vida fascinante. Ediciones Granica, S.A.

Imbert, Claude. (2004). El futuro se decide antes de nacer. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Lipton, Bruce. (2007). La biología de la creencia. Madrid: Editorial Palmyra.

Murakami, Kazuo. (2007). El código divino de la vida. México: Editorial Alamah

Odent. Michel. (2012). La vida fetal, el Nacimiento y el futuro de la Humanidad. Editorial OB STARE

OMAEP: Organisation Mondiale des Associations pour l'Education Prénatale  
Se préparer à devenir parents. Guide d'Education Prénatale. Synthèse réalisée par:  
Dra, Lavinia Nanu. Editorial L'enfant Arc-en- Ciel. 2018

Relier, J. Pierre. (1993) Ama a tu hijo antes de que nazca. Editorial, Martínez Roca

Tomatis, Alfred. (1990) 9 Meses en el Paraíso. Editorial La Campana.

Verny, Thomas y Kelly, John. (1988). La vida secreta del niño antes de nacer, Barcelona: Editorial Urano.