

# Cómo enseño antroposofía

*Arve Mathisen*

Traducción del inglés: Anne Wolf

(2015) <http://www.waldorf-resources.org/de/artikel/anzeige/archive/2015/02/13/article/how-i-teach-anthroposophy/>

---

**Es posible enseñar antroposofía? Y qué es de hecho la antroposofía? Una especie de fe? Una ciencia? O más bien un estilo de vida? Arve Mathisen ha impartido cursos de antroposofía para profesores en formación durante muchos años y aquí concede al lector la posibilidad de echar una ojeada a sus clases.**

La pedagogía Waldorf tiene su origen en la antroposofía de Rudolf Steiner. Los conceptos y el pensamiento de la antroposofía ocupan una posición central en las ideas de Steiner sobre los niños, el colegio y la educación, desde sus primeros trabajos en 1906 hasta sus últimas conferencias sobre la pedagogía Waldorf en 1924. La pedagogía Waldorf nació, y fue presentada a través, de los mismos conceptos antroposóficos que Steiner también usaba en casi la totalidad de sus innumerables conferencias. Yo llevo muchos años enseñando pedagogía Waldorf y antroposofía, primero en seminarios para padres en el Colegio Steiner de Baerum (Noruega), luego en el Colegio Universitario de Eurytmia en Noruega, y actualmente en el Colegio Universitario Rudolf Steiner para futuros maestros de escuela y preescolar.

"Se puede enseñar la antroposofía?", uno podría preguntarse. Y, sinceramente, muchas veces he pensado que realmente no es posible. Porque qué es la antroposofía? Será el contenido de los libros y conferencias de Steiner? O más bien una creencia, una visión del mundo, una especie de ciencia? Puede ser un camino hacia el conocimiento, un método para entender el ser humano y el mundo? O será algo totalmente distinto? Teniendo en cuenta que parece casi imposible definir conceptos como conocimiento y aprendizaje, no voy a intentar expresar una definición concisa de la antroposofía. Pero a pesar de estas dificultades, para un estudiante de la pedagogía Waldorf es necesario tanto acercarse a un entendimiento de la antroposofía como desarrollar sus propias opiniones y actitudes en cuanto a la antroposofía. Si usted es un profesor que recién ha finalizado sus estudios y ahora quisiera desarrollar su práctica pedagógica, me parece que le sería útil saber más sobre las ideas que crearon, y siguen creando, el fundamento de la pedagogía Waldorf. La palabra clave es conocimiento. Es a través del conocimiento que uno comprende más profundamente, afila su pensamiento crítico y cambia su práctica pedagógica. La antroposofía puede llegar a ser una fuente de inspiración para trabajar con niños y

adolescentes. En las siguientes líneas voy a presentar pensamientos y contenidos que informan las clases de antroposofía del Colegio Universitario Rudolf Steiner. Lo que no voy a hacer es presentar una programación fija que se pueda repetir infinitamente. Cada año se enfoca de manera diferente, y asimismo el contenido específico también puede variar. Este texto combina material didáctico que he usado con diferentes grupos de estudiantes.

### **La antroposofía y la educación sexual**

Cada vez que enseño antroposofía, pregunto a los estudiantes qué quisieran aprender y cuáles son sus expectativas. Por supuesto que recibo respuestas muy variadas, pero hay dos temas que se nombran casi siempre. Los estudiantes quieren aprender sobre la antroposofía de una manera que se relacione con el trabajo pedagógico con niños y adolescentes, y quieren entender mejor la antroposofía como tal. Buscan explicaciones claras e inequívocas. Algunos también llegan a expresar su escepticismo hacia las ideas de la antroposofía. Muchos, de entrada, no quieren aceptar la idea de la reincarnación y se sienten incómodos con conceptos como los de los cuerpos etéreos o astrales. Por esa razón hace tiempo que preparo mis clases combinando el diálogo sobre preguntas que puedan tener los estudiantes, con la presentación meticulosa de algunos conceptos fundamentales de la pedagogía Waldorf y de la antroposofía. Enseñar antroposofía a veces me recuerda la educación sexual en los primeros años de la educación secundaria. Hay ciertos conocimientos que sí se pueden transmitir, pero la clase sólo adquiere su valor si todos los participantes se sienten libres de tomar sus propias decisiones y desarrollar sus propias actitudes. No hay ninguna norma en cuanto a lo que la antroposofía puede ser para cada individuo, tan poco como la puede haber en cuanto a una sexualidad "normal". Una de mis preocupaciones principales a la hora de enseñar antroposofía suele ser la siguiente: cómo puedo contribuir a crear un ambiente abierto y curioso hacia lo que la antroposofía puede tener de interesante y hasta valioso, fomentando al mismo tiempo una actitud de pensamiento crítico? No es tan fácil como suena. Porque tan pronto como empiezo a utilizar conceptos antroposóficos, como el del cuerpo etéreo, y trato de presentar sus perspectivas teóricas y prácticas, una especie de acuerdo tácito sobre la existencia del cuerpo etéreo se hace presente en el aula. Según las ideas del pensador francés Michel Foucault, es evidente que algo tan simple como una conversación y reflexión acerca de un concepto al mismo tiempo ejerce su influencia sobre aquéllos que participan en dichas actividades. Yo suelo hablar de eso con mis estudiantes, y les pido que tengan cuidado. A lo que yo quiero contribuir es a que la antroposofía se pueda entender, pero no es mi objetivo difundir lo que podría llamarse "realismo antroposófico conceptual". Con esto quiero decir que a veces suponemos automáticamente que las cosas que Steiner describe en sus conferencias deben parecerse a algo en la vida de los estudiantes. Pero a las ideas hay que tratarlas como ideas. Cada individuo tiene que decidir cómo esas ideas se relacionan con su propia manera de pensar, su experiencia y su práctica de vida. Yo me propongo trabajar las ideas y los conceptos básicos de Steiner con los estudiantes de una manera que puedan entender, sin que cada uno acepte ciegamente la totalidad o partes del mundo del pensamiento de Steiner. Desde mi punto de vista, una manera de enseñar deliberadamente crítica puede adentrarse profundamente en las descripciones que la antroposofía ofrece del ser humano y del cosmos.

## Ideas básicas?

Qué queremos decir cuando hablamos de ideas básicas de la antroposofía? La obra de Steiner abarca innumerables temas del mundo del arte, de la religión y de la ciencia. Un catálogo de palabras clave publicado en 1998 consiguió llenar más de 2500 páginas.<sup>i</sup> Quién será capaz de digerir todo esto? Quién tendrá el valor de presentar partes de tan impresionante cantidad de material? Afortunadamente, Steiner vinculó la mayoría de sus conferencias a un número limitado de conceptos especialmente importantes. Podemos decir que Steiner expresó gran parte de su antroposofía desde dos perspectivas. Una de ellas es pensar – sentir – querer. Steiner utiliza esa tríada cuando presenta temas como el cuerpo humano no sólo como una entidad física, sino también como un fenómeno psicológico y espiritual. Cuando se fundó el primer Colegio Waldorf en 1919, sólo eran esos tres – pensar, sentir, querer – el punto de arranque para lo que Steiner presentó como los aspectos centrales, tanto pedagógicos como humanos, de la pedagogía Waldorf.<sup>ii</sup> El otro complejo importante de conceptos en la obra de Steiner se basa en una división en cuatro grupos de los fenómenos del mundo, mejor conocido como los así llamados reinos de la naturaleza y de los cuatro elementos. Steiner desarrolló un concepto de estructura cuádruple para los minerales, las plantas, los animales y los seres humanos. Todos ellos tienen un *cuerpo físico*; se les puede observar y, por ende, considerar fenómenos materialmente perceptibles. Las plantas, los animales y los seres humanos tienen una vida propia que Steiner caracteriza como su *cuerpo etéreo*. Los animales y los seres humanos además hacen uso de sus sentidos y de su capacidad de moverse de una manera consciente y, muchas veces, inteligente. Se comunican con su entorno. Según Steiner, las capacidades de la consciencia, como el sentir, moverse, estar despierto y comunicarse, son cualidades del *cuerpo astral*. Por encima de ello, el ser humano posee la capacidad de reflexionar, incluso sobre sí mismo, y la de ejercer disciplina sobre sí mismo. Steiner adjudica esas cualidades al así llamado *Yo*. Esos cuatro – el cuerpo físico, etéreo y astral, más el Yo – son conceptos antroposóficos que muchas veces aparecen en lo que Steiner describe. En la pedagogía Waldorf son conceptos clave.

## Diálogo de ideas

Así que existe un sistema triple y otro cuádruple de conceptos básicos de la antroposofía, y ellos son, a mi modo de ver, muy útiles a la hora de enseñar antroposofía. A los estudiantes se les da la oportunidad de adquirir conocimientos que son esenciales para entender la pedagogía Waldorf, y al mismo tiempo, establecen un primer contacto con conceptos que luego encontrarán de nuevo en otros aspectos de la obra de Steiner. Es como aprender un idioma.

Uno de los mayores problemas para cualquiera que se proponga entenderla es que la antroposofía ha existido en una especie de vacío en cuanto a comunicación e intercambio de conocimientos se refiere. Steiner estaba decidido a recalcar todo aquello que era único en su proyecto antroposófico, y mantuvo una distancia muy marcada hacia muchos, o más bien casi todos, de sus contemporáneos. Por ejemplo, la pedagogía Waldorf tiene mucho en común con otras tendencias de aquellos tiempos de reformar la pedagogía y, sin embargo, Steiner casi nunca habló de semejanzas o conexiones en ese sentido. Al contrario: sus comentarios acerca de los experimentos con pedagogía reformada de su día fueron muy

críticos. Yo pienso que para entender la antroposofía hoy en día, hay que pasar por un cierto proceso de restauración. No sólo se trata de construir puentes. Quizá sea más apropiada la imagen de "abrir cauces". Cada vez que profundizo en conceptos de filosofía, pedagogía, sociología, psicología o teoría de la ciencia, me encuentro con temas que se relacionan y "conversan" con la antroposofía. De la misma manera que es difícil conocer el propio país antes de haber estado lejos de él, pienso que es muy complicado entender la antroposofía sin compararla con otros conceptos. Por esa razón siempre he intentado relacionar el estudio de los conceptos fundamentales de Steiner con el trabajo de otros pensadores que se dedicaban a temas similares.

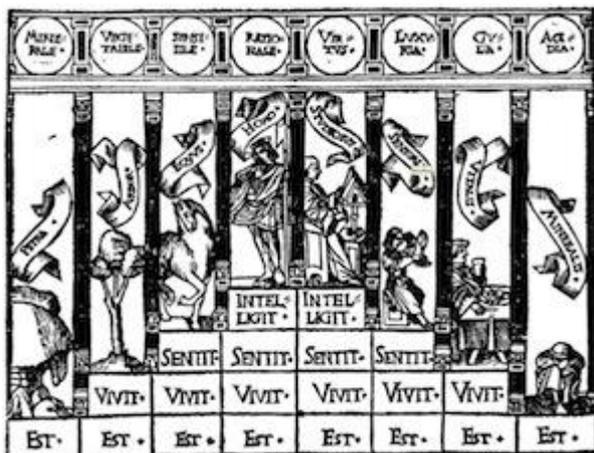
Desde luego, la idea de entender la pedagogía como algo que se basa en el pensar, el sentir y el querer no fue un invento de Steiner. Podemos encontrar la semilla de tal idea pedagógica en la obra de Platón. Comenius, a quien podemos considerar como el "padre" de la pedagogía moderna, señala que el aprendizaje debe tener lugar en estas tres áreas. El famoso pionero suizo de la pedagogía, Johann Heinrich Pestalozzi, basaba su práctica pedagógica en el compromiso equilibrado de "cabeza", "corazón" y "mano". John Dewey, quien todavía llega a despertar interés, también reflexionó sobre lo mismo, y hoy en día hay innumerables teorías pedagógicas que ponen el énfasis en el aprendizaje emocional y diferentes formas de aprender a través del hacer, además de la enseñanza cognitiva e intelectual.<sup>iii</sup> Desde un punto de vista pedagógico, entendemos intuitivamente y consideramos evidente que el aprendizaje intelectual está conectado con los sentimientos, y que tiene lugar cuando los alumnos pueden tener experiencias concretas. Una teoría pedagógica basada en este triple concepto invita a los niños y adolescentes a aprender y desarrollarse de una manera integral. Pensar, sentir y querer son, desde luego, actividades. Los verbos "pensar", "sentir" y "actuar" se refieren a lo que los niños y adolescentes suelen hacer en la guardería y en el colegio. Cuando analizamos estas actividades desde una perspectiva educativa y del desarrollo, se desencadena una reflexión pedagógica Waldorf. En las guarderías y los colegios Waldorf, el pensar y el formar conceptos se basan en la experiencia emocional, la cual a su vez se basa en el aprendizaje a través de la acción. La integración del pensamiento, las emociones y la voluntad permite que los niños establezcan su identidad y ética en relación al aprendizaje. A los alumnos se les da la oportunidad de estar presentes a nivel emocional y activamente preparados para sus propios pensamientos. Teniendo en cuenta el vertiente pedagógico intuitivo de las ideas del pensar, sentir y querer y cómo otros pedagogos han trabajado con estas ideas, puede salir a la luz el carácter distintivo de la antroposofía, tanto como su "normalidad". En muchos sentidos, es fascinante cómo esa tríada de conceptos en la pedagogía Waldorf resulta popular y comprensible. Por un lado, ese aspecto de la antroposofía parece una manera muy normal de contemplar la educación. Por otro, algunas de las reflexiones de Steiner sobre el pensar, sentir y querer a la mayoría de nosotros nos pueden llevar hacia terrenos totalmente desconocidos. Aquellos que han leído – o han intentado leer – *El estudio del hombre*, saben de qué estoy hablando. Después de un estudio comparativo de las ideas de pensar, sentir y querer, se pueden introducir aspectos muy concretos de este libro como temas de reflexión y conversación. En el artículo *Aspectos pedagógicos de la lentitud. Aspectos aristotélicos y platónicos dentro de Conocimiento del Hombre*<sup>iv</sup> he hecho un análisis comparativo de algunas de las descripciones de Steiner sobre el pensar, sentir y querer. He invitado a los estudiantes a leer este artículo, además de pasajes tomados de textos originales de Steiner. A veces, los

estudiantes mismos han resumido e introducido estos textos como base para un debate en clase; otras veces lo he hecho yo.

### Complejo y cuádruple

Los estudiantes pueden tener una experiencia casi intuitiva de las ideas del pensar, sentir y querer. Sin embargo, acercarse a la descripción que Steiner nos dio de la estructura cuádruple de la naturaleza y del ser humano les es mucho más difícil. Tan sólo las palabras "etéreo" y "astral" llevan a muchos a menear la cabeza. Del mismo modo, la vieja idea de la estructura jerárquica de la naturaleza – con los minerales en la base y el ser humano en la cumbre – les parece inaceptable. Los estudiantes suelen recordarme que los animales comunican y tienen su propia manera de pensar.

Durante las clases, nos tomamos el tiempo necesario para estudiar y reflexionar la idea de la estructura cuádruple del ser humano y del mundo. Se trata de una idea muy antigua: le podemos seguir el curso desde las Upanishads de la India, pasando por Aristóteles y Platón en Grecia, y hasta nuestros tiempos. La idea floreció en la Edad Media y el Renacimiento y algunos pensadores la mantienen viva hasta hoy, no sólo dentro de la antroposofía. He reunido un compendio documentando las muchas expresiones históricas de la misma idea a través de breves pasajes de textos originales.<sup>v</sup>



Una imagen del *Liber de Intellectu* (Paris, 1510) de Charles de Bouvelles (1471-1553), autor, filósofo y teólogo francés. La imagen muestra la división de los reinos de la naturaleza en cuatro niveles: est (ser/estar, existir), vivit (vivir), sentit (sentir) e intelligit (entender). A la izquierda de la imagen se ve el ascenso de los niveles desde lo mineral hasta el ser humano; la derecha muestra cómo el ser humano se debasa literalmente si no se eleva sobre los pecados mortales como la lujuria (luxuria), la gula o la pereza (acedia).

Dos pensadores muy interesantes de nuestros tiempos, Michael Polanyi<sup>vi</sup> y Norbert Wiley<sup>vii</sup>, también han explorado la idea de dividir el mundo en diferentes niveles. Según Polanyi, existe una tensión creativa entre varios niveles, tanto en la constitución humana como la del mundo, del mismo modo como, por ejemplo, entre la biología y la mente. En vez de alegrar que todo se puede entender como un mecanismo del mundo material, o que todo es

biología, o básicamente psicología, o tal vez lenguaje etc., estos dos autores hacen hincapié en que una visión del ser humano como un ser compuesto tiene muchas ventajas. Tal como Steiner, ellos perciben un valor en acercarse al ser humano como un ser complejo en cuanto a su materia, su biología, su mente, y sus características de lenguaje, reflexión y vida social. Hay muchos argumentos en contra de esta estructura cuádruple. Si bien a pensadores que en cierta manera comparten las ideas de Steiner se les da espacio, también hay que presentar opiniones opuestas o alternativas.

La idea de una división jerárquica de la naturaleza, desde la falta de perfección de los minerales, pasando por plantas y animales, hasta llegar al ser humano como cúspide de la creación, se ha entendido como una manera de ordenar el mundo según el valor de cada grupo y, por ende, como base para ideologías discriminatorias. Bastantes autores se han dedicado a esta problemática, y sobre todo en los últimos años ha surgido un gran interés por las características de los animales<sup>viii</sup>. Steiner muchas veces se expresa siguiendo las mismas ideas clásicas de orden y jerarquía cuando se refiere a la relación entre animales y la humanidad, pero también se encuentran excepciones importantes en su obra. Yo, para mis clases, he tomado la decisión de hacer hincapié en algunas de estas excepciones. La imagen del siglo XVI muestra al ser humano en posesión de las cuatro cualidades, o niveles, mientras los animales y las plantas tienen menos. En diferentes pasajes Steiner reacciona a tales descripciones deficientes de los minerales, plantas y animales. Mantiene que todo lo que existe en la tierra tiene las cuatro cualidades, pero todo está compuesto de diferente manera: "Esa estructura cuádruple existe en todos los seres de la tierra."<sup>ix</sup> De esta manera, recalca la igualdad de los diferentes "ciudadanos" del planeta Tierra.

La obra de Michel Foucault es otro ejemplo de una manera de pensar que representa tanto una contradicción como un avance interesante referente a Steiner. Mientras que Steiner solía referirse al "yo" como expresión de la capacidad para hablar, pensar y actuar libremente, Foucault exploró los mecanismos y las estructuras del poder que ejercen su influencia sobre el ser humano, a veces de una forma tan sutil que la persona cree estar actuando según su propia voluntad y libertad. Por ejemplo, Foucault investigó cómo el conocimiento y el idioma pueden disciplinar y estructurar a las personas. Lo interesante es que mucho de lo que Steiner dice sobre el "yo" no contradice el análisis de Foucault en absoluto. El concepto de Steiner del "yo" incluye las cualidades de dar y recibir, la capacidad de influir en, y recibir la influencia de, nuestro entorno. Al final de su vida, cuando Foucault trabajaba sobre la preocupación del ser consigo mismo a través de ejercicios de auto-desarrollo, su pensamiento coincidía en muchos aspectos con el pensamiento de Steiner sobre cuestiones de ética y de desarrollo humano.

### **El cuerpo etéreo – visible e invisible**

Se podría pensar que enseñar antroposofía es, sobre todo, un asunto filosófico que no se enfoca tanto hacia la pedagogía ni tiene implicaciones prácticas para la carrera de uno. Sin embargo, hay que tratar de mantener un equilibrio. Para ofrecer un ejemplo de cómo la reflexión pedagógica y las conversaciones concretas sobre la enseñanza de los niños también tienen su espacio, quisiera mencionar algunos aspectos de cómo nos hemos acercado al concepto de Steiner del cuerpo etéreo. Después de mirar algunos de los textos originales de

Steiner de cerca, está claro que lo que él entiende por lo viviente (lo etéreo) tiene que ver con procesos dentro del tiempo que se expresan de manera rítmica. Según Steiner, el cuerpo etéreo lleva "las costumbres, el carácter, la consciencia y la memoria"<sup>x</sup>. Estas palabras clave de por sí desatan una cascada de temas de gran relevancia pedagógica. Por ejemplo: Cómo puede una escuela contribuir a fomentar las buenas costumbres? Cómo se pueden dar clases de manera rítmica, y promoviendo el vitalismo? La relación cercana entre la actividad etérea y la artística se vuelve evidente. Y también el pensamiento de Steiner sobre los siete procesos de la vida se presta como punto de arranque para hablar de cómo una educación variada y "nutritiva" que promueva el vitalismo se puede crear e implementar. Además, trabajamos de forma comparativa. Resulta que las costumbres han sido uno de los temas pedagógicos más discutidos a través de los tiempos. Por un lado, tenemos a Platón, San Agustín, Lutero y Bourdieu, para nombrar unos pocos, quienes consideraban las costumbres un obstáculo que infringía la libertad humana y daba lugar al pecado original, según Lutero. Por otra parte, pensadores relevantes para la pedagogía, como Aristóteles, Dewey y Deleuze, han demostrado que las costumbres son un aspecto clave del desarrollo humano. Muchos pensadores relacionan el fomento de costumbres buenas con ideales pedagógicos sobre el desarrollo de individuos con valores morales y capacidad de auto-determinación<sup>xi</sup>. En este contexto, a los estudiantes les invito a leer pasajes de un artículo que escribí, donde exploro la importancia de las costumbres para la práctica pedagógica con relación a la enseñanza del arte y de los conceptos artísticos. Las ideas de Steiner coinciden con el pensamiento de Dewey y Bourdieu.

No sé cuántas clases dedicamos al tema de lo viviente (lo etéreo) en la enseñanza de la antroposofía. Enfocando la vida con relación a la experiencia y el pensamiento pedagógico en general, además de presentar el pensamiento de Steiner, esas clases invitan a cada uno de los estudiantes a desarrollar su propia manera de entender y evaluar un concepto como el cuerpo etéreo. Mientras que el cuerpo etéreo, a parte de ser invisible, no goza del reconocimiento público en general, las costumbres, el carácter, la memoria, el arte y el ritmo sí están claramente conectados tanto a la vida escolar diaria completamente visible como al pensamiento pedagógico más allá de la educación Waldorf. Además, un concepto como el del cuerpo etéreo puede llevar a emociones y reflexiones que tienen que ver con los grandes misterios de la vida. Abre un camino para maravillarse ante el mundo entero, para concebir pensamientos nuevos sobre la propia vida, y para desarrollar nuevas perspectivas y posibilidades a la hora de trabajar con niños y adolescentes.

Para mí, la antroposofía es como un jardín, un "jardín secreto" donde no importa tanto qué crece allí, sino donde el valor reside en todo lo que puede suceder con toda la gente que trabaja y vive allí. Este jardín es un lugar de encuentro donde la diversidad y las diferencias no sólo se toleran sino que forman la base de la vida. Cada año aparecen plantas nuevas y, tal vez, hasta entonces desconocidas; y tanto las flores como la maleza tienen su lugar. El jardín me parece una metáfora que encaja muy bien con las reflexiones anteriores. El jardín simboliza un mundo viviente, un microcosmos parcialmente visible y parcialmente invisible. En la literatura medieval, la imagen del jardín se usaba frecuentemente para indicar un "lugar" de iniciación – y al mismo tiempo, el jardín forma parte de la naturaleza, un lugar donde los dientes de león amarillos florecen y sonríen.

Arve Mathisen es profesor asociado y director del programa de Máster en el Colegio Universitario Rudolf Steiner de Oslo, Noruega.

i Steiner, Rudolf, Mötteli, Emil (1998). *Register zu Rudolf Steiners Gesamtausgabe*. Dornach: Rudolf Steiner Verlag. No disponible en español (N.d.T.)

ii Esto se expresa especialmente en las conferencias publicadas bajo el título *El estudio del hombre*. Es un clásico en el mundo pedagógico Waldorf. Al mismo tiempo, el libro, por ser tan complejo y enigmático, también roza el límite de lo que se puede comprender.

iii Un libro reciente que se refiere a la conexión entre pensar, sentir y querer es: Ellis, Ralph D., Newton, Natika (2010): *How the mind uses the brain: To move the body and image the universe*. Chicago: Open Court. Los dos autores son filósofos, y el libro recalca una especie de investigación básica que coincide de muchas maneras con las ideas de Steiner sobre el ser humano y la pedagogía.

iv El artículo se puede descargar en: [www.arvema.com/tekster/Slowness\\_LivingEducation3\\_2007.pdf](http://www.arvema.com/tekster/Slowness_LivingEducation3_2007.pdf)

v Si le interesa puede bajar el compendio aquí:  
[http://dl.dropbox.com/u/383934/Kompendium\\_de\\_fire\\_2010.pdf](http://dl.dropbox.com/u/383934/Kompendium_de_fire_2010.pdf)

vi Polanyi, Michael (2009). *The tacit dimension*. Chicago: The University of Chicago Press. No disponible en español.

vii Wiley, Norbert(1994). *The semiotic self*. Chicago: The University of Chicago Press. Véanse los capítulos 6, 7 y 8. No disponible en español.

viii Calarco, Matthew (2008). *Zoographies: the question of the animal from Heidegger to Derrida*. New York: Columbia University Press. No disponible en español.

ix Steiner, Rudolf (2001). *Bewusstsein – Leben – Form* (GA 89). Dornach: Rudolf Steiner Verlag, p. 293.

x Steiner, Rudolf (1983): *Die Erkenntnis des Übersinnlichen in unserer Zeit und deren Bedeutung für das heutige Leben* (GA 55). Dornach: Rudolf Steiner Verlag, p. 123

xi Para una introducción muy esclarecedora a la historia del concepto de la costumbre, véase: Carlisle, Clare (2006). "Creatures of habit: The problem and practice of liberation". *Continental Philosophy Review* 38, 19-39.