

Instituto para Formación
en Medicina y Terapias Antroposóficas

Formación Mayo 2006

La biografía humana

Elaborado por:
Dra. Cristina Conde

21 de mayo de 2006

Índice

1. Introducción.....	3
2. El ritmo septenial.....	8
3. Descripción básica de los Septenios	9
3.1 Los tres primeros Septenios del desarrollo corporal	9
3.1.1 Primer Septenio (0-7 años).....	9
3.1.2 Segundo Septenio (7-14 años).....	12
3.1.3 Tercer Septenio (14-21 años)	15
3.2 Los tres segundos Septenios: el desarrollo anímico	18
3.2.1 Cuarto Septenio (21-28 años).....	18
3.2.2 Quinto Septenio (28-35 años).....	20
3.2.3 Sexto Septenio (35-42 años).....	22
3.3 Los tres últimos Septenios: el desarrollo espiritual	24
3.3.1 Séptimo Septenio (42-49 años)	24
3.3.2 Octavo Septenio (49-56 años)	25
3.3.3 Noveno Septenio (56-63 años).....	26
4. Transformación del cuerpo físico en hombre espíritu	27
5. Aspectos masculinos – femeninos (Ánima y Ánimus)	28
6. Bibliografía.....	32

1. Introducción

La biografía humana no es un suceder que simplemente transcurre, es una figura temporal, un organismo articulado en el tiempo que persigue una evolución. El propio hombre la inscribe en el Universo a lo largo de su vida.

Vida tiene también la planta y el animal, pero en estos casos la vida no es escrita por la planta o el animal individualmente, la vida de la planta está totalmente determinada por el Cosmos, y a partir de la luz solar por un proceso de asimilación, la forma vegetal se condensa a través del aire.

El animal se emancipa hasta cierto grado del mundo exterior, interiorizando la vida del Cosmos en su organismo cerrado en si mismo, posee así un alma con la que puede sentir y actuar a través de su cuerpo, además de experimentar la conciencia en su interior. Sin embargo el animal individual está siempre ligado a su raza, manifestándose como uno de sus miembros, y sus emociones anímicas no provienen de una central en su interior, sino que emanan del alma-grupo de su raza que forma su vida anímica, impulsando y dirigiendo irresistiblemente su existencia.

Solamente en el ser humano es posible reconocer un punto central anímico, en donde es posible la vida individual, en donde progresivamente crece la Autoconciencia del Yo a su alrededor.

Así el animal está determinado por el Yo Grupal de su raza, pero cada ser humano va al encuentro de Su propio Yo, que es la luz divina del alma. Así de forma individual a través del Yo, es como el espíritu vive en el alma del hombre.

Solamente un ser constituido de cuerpo, alma y espíritu es capaz de modelar, con su Yo el curso de la vida en el cuerpo terrestre, inscribiendo su biografía en el Universo.

Es importante comprender el concepto evolución y el caminar evolutivo a lo largo de los tiempos, para comprender también la época que nos ha tocado vivir estando inmersos y enmarcados en ella.

Si miramos atrás en otras épocas de la Historia, por ejemplo:

- Época Egipcia: 2.850 A.C. – 400 A.C. (201/2 siglos)
- Época Greco-Romana: 700 A.C. – 500 D.C. (12 siglos)
- Medieval: de los siglos 5 al 15 (10 siglos)
- Medievo a la actualidad (5 siglos)

Se ve como hay una relación de aceleración progresiva para las distintas épocas culturales.

Efectivamente las épocas más remotas transcurrían en un ritmo mucho más lento, vivían durante milenios en civilizaciones y culturas estables y eran tiempos muy diferentes en las formas y en las posibilidades para el ser humano individual que vivía inmerso en su civilización que constituía una parte importantísima de su destino. Las tradiciones, costumbres sociales y creencias religiosas enmarcaban realmente la vida del ciudadano medio sin apenas posibilidad de un destino individual.

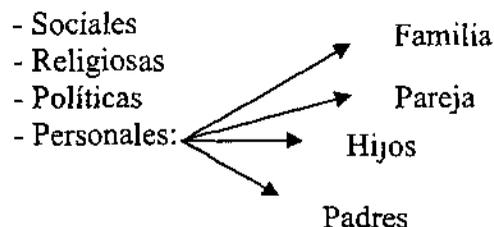
Con el comienzo de la era moderna (S. XV) y el advenimiento del pensamiento científico comienza una época evolutiva sensiblemente más rápida para la humanidad, así los descubrimientos científicos y la desaparición de las fronteras entre los pueblos, van haciendo posible el despertar progresivo de la conciencia de los pueblos que así comienza a desarrollar, primero como pueblo, como conciencia colectiva, la posibilidad de una confrontación o crítica sobre los procesos humanos, y así surgen básicamente en Europa las primeras revoluciones sociales como signo inequívoco de dicha confrontación.

Así tenemos:

- Revolución Francesa Finales siglo VIII
- Revolución Rusa Siglos XVIII – XIX – XX
- Movimientos Feministas XVIII – XIX
- Replanteamiento de estructuras religiosas y Guerras de Religión
- Marx. 1818 – 1883

Podemos observar así cómo la conciencia humana que antes era cósmica y universal se concentra y ahora se hace más humana pero egocéntrica.

Y si en los dos últimos siglos (XVIII y XIX) se produce una rápida evolución en los procesos sociales, en el siglo XX se llega también al ámbito de la conciencia individual.. y lo que no era posible hace tres generaciones se hace posible en la época actual en la que el ser humano se confronta con las más variadas cuestiones:



Hoy todo se ha cuestionado, se ha levantado y está en crisis y ya no nos sirven los parámetros del pasado. Todo está en cambio, en movimiento, en evolución y no sólo en el ámbito personal y social sino también entre los países, naciones e incluso entre los continentes de nuestra tierra.

Es como si todo se hubiera gastado, llevado a un límite y no nos sirven ya las recetas del pasado y vamos eliminando esas formas pasadas, pero caemos en un vacío en donde nos es preciso crear, inventar formas nuevas de evolución.

Esta evolución de los procesos sufre una marcada aceleración en el último tercio del siglo XX, y las cosas evolucionan tan rápidamente que el alma humana ya no tiene asideros y vive literalmente en un vacío de referencias:

- ni tradiciones
- ni costumbres religiosas
- ni consejos de nuestros mayores

Y no tiene nada en que apoyarse, experimentando un gran vacío, una gran soledad y la gran responsabilidad de cómo podrá ir conduciendo su existencia.

Es un hecho trágico de nuestra época atormentada por tantos problemas de toda índole que el individuo se siente agobiado, abatido y en numerosas ocasiones se sumerge deliberadamente en una vida mediocre, aceptando las múltiples evasiones y comodidades físicas que el progreso técnico le procura, quiere huir de la responsabilidad, olvidar a toda costa...y así se sumerge:

- En el frenesí del trabajo
- En la agitación diaria
- En las múltiples evasiones y abandonos:

{
Comer
Drogas
Beber
"El tener"

Todo hoy día lleva al hombre hacia fuera, en donde se le promete todo lo que necesita.. pero el alma no es de origen terrenal y siente un gran vacío, y en ese vacío vuelven las preguntas fundamentales desde la conciencia del yo:

¿Quién soy yo?
¿A dónde me dirijo?

Este largo paréntesis es preciso para comprender que somos individuos de nuestra época y como tales debemos entendernos, porque no entenderíamos nada de nuestras vidas sin darnos cuenta de que es profundamente distinta de la de antaño, y que las actitudes de la humanidad moderna están dictadas por el despertar de la conciencia del yo, en la búsqueda de la individualidad.

¿Cómo entonces plantear este conocimiento?

¡Oh hombre concóctete a ti mismo!...rezaban los oráculos de los templos mistericos de la antigüedad, pero hoy día se ha perdido el contacto con los mundos espirituales ¿Qué puede entonces guiarnos?

Es necesario mirarnos hacia adentro para tratar de conocernos verdaderamente

- {
- Qué es lo que late en nuestro corazón
 - Qué es lo que nuestro ser profundo quiere llegar a ser
 - Cómo encontrar nuestro verdadero sitio

Porque hacia afuera solamente nos perdemos..y debe ser en ese respirar entre (adentro y afuera) entre (el mundo y nosotros) como iremos entendiendo y vislumbrando cómo conducir nuestro destino.

El trabajo con la propia biografía parte y se nutre con los conocimientos de la Antroposofía de Rudolf Steiner. Los doctores Bernard Lievegoed, Rudolf Treichler y Kar Konig (entre otros) desarrollaron ampliamente este trabajo y crearon las bases para una psicología médica y psiquiatría antroposófica.

El conocimiento del hombre creado cósmicamente implica toda la amplitud del cosmos que nos envuelve y nos fundamenta y, por esa razón, la etapa formativa de un biógrafo es muy amplia, abarcando:

- el trabajo con los ritmos septenales y sus procesos a lo largo de la vida
- lo masculino y femenino en la biografía
- las fuerzas planetarias en la biografía
- el zodiaco y la biografía
- lucifer y Arhimán en la biografía
- el camino de desarrollo del biógrafo (Las corrientes de los antiguos Misterios)
- la vida después de la muerte y el karma (Esferas planetarias)

Hoy afrontaremos en su descripción el trabajo con los ritmos septenales

Para este Autoconocimiento necesitamos tener una imagen del Hombre y es preciso que en ella puedan entrar todos sus elementos constitutivos.

- Cuerpo físico
- Cuerpo etérico
- Cuerpo astral
- Yo

Como hemos dicho antes, sólo en el ser humano es posible reconocer la vida individual y crecimiento autoconsciente. ¿Cómo aprendemos esta esencia?. La articulación temporal biográfica se realiza, como en toda parte donde algo crece, a través de diversos ritmos. El más importante de la vida humana es el ritmo septenial (aunque no se trata de un ritmo rígido sino de números medios), que aparece como fundamental en diversas esferas, así:

- 7 días a la semana
- 7 colores del arco Iris
- 7 planetas
- 7 notas en la escala musical
- 7 escalas de los elementos

Siendo así que desempeña y articula diferentes ritmos biológicos, y de esta forma en el contexto de la semana cada día está subordinado a uno de los 7 planetas, que a su vez están relacionados con el alma, y también el número 7 propicia una serie de ritmos biológicos. Por otro lado el ritmo del año y sus 12 meses (se relaciona con el zodiaco estelar) va moldeando el cuerpo físico, cuyo aniversario de nacimiento retorna cada año, y así el ritmo septenario de la vida del alma se va uniendo al ritmo anual zodiacal del cuerpo físico, ligando recíprocamente la esencia y la manifestación del hombre en el mundo.

El ser del hombre no se hace pues presente de una vez, sino manifestándose gradualmente a través del elemento temporal a medida que se va confrontando con el mundo de los fenómenos y este ritmo septenial que articula la evolución humana en el transcurso de la vida lleva a nuevas posibilidades haciendo surgir algo nuevo de lo viejo, no se trata pues de un ritmo de repetición sino de una recreación con posibilidades de intensificación en donde el ser gradualmente se va perfeccionando evolutivamente en el mundo de los fenómenos.

Sin duda se pueden observar los periodos de la vida desde puntos de vista biológicos pero la ciencia espiritual añade a estos fenómenos el devenir científico-espiritual designando por nacimiento aquello que se realiza cada 7 años manifestándose un nuevo ser que no puede ser explicado a partir de lo antiguo. Para la forma de observación científico-espiritual, el niño no es sólo un producto de sus padres, no viene sólo del vientre de la madre, él desciende de un mundo espiritual en el que permaneció antes del nacimiento como ser individual, incorporándose como fruto corpóreo terrestre en el vientre materno.

En estos ritmos septeniales van actuando los elementos constitutivos del Hombre y el Cuerpo Físico y el Cuerpo Etérico van creando sustancia material en forma humana siempre bajo la influencia de los miembros superiores del hombre, el Cuerpo Astral y el Yo. Así cada nacimiento en la vida humana es concreto y al mismo tiempo esencial porque en cada uno de ellos se encarna un nuevo miembro de la entidad humana; y así como ya durante la existencia embrionaria, el Yo participa en la configuración del Cuerpo Físico en crecimiento también en los siguientes nacimientos en la aparición de un nuevo fruto el Yo esta siempre presente.

Ese nuestro Yo imperecedero y eterno es realmente el artífice (a través del C. Astral) del proceso evolutivo del ser a través de los distintos nacimientos (o diferentes miembros del Ser Humano). Y a través de las crisis del desarrollo de la individualidad.

¿Cómo aprendemos esta esencia del yo?

Un primer acercamiento a esa esencia puede rebelarnos a través de la poesía para la cual voy a leeros algunos ejemplos:

“No, no hay cárcel para el hombre
No podrán atarme, no,
este mundo de cadenas
me es pequeño y exterior
¿Quién encierra una sonrisa?
¿Quién amuralla una voz?
Libre soy, siénteme libre
Sólo por amor”

(Miguel Hernández)

““Estoy viviendo,
mi sangre está quemando belleza.
Viviendo,
mi doble sangre está
evaporando amor
Estoy viviendo
mi sangre está fundiendo conciencia””

““¿Qué me importa el Sol seco?
Yo hago la fuente azul
en mis entrañas.
Nieve sin luz ¿y qué?
Yo hago en mi corazón la fragua grana
¿Qué me importa amor humo?
Yo hago la eternidad de amor en mi alma””

(Juan Ramón Jiménez)

¿Qué tipo de cualidad-sensibilidad encontramos en estos escritos?.. podemos percibir sustancia espiritual que nada tiene que ver con la materia física, se trata de una creación del Yo superior del hombre en la elevación – sublimación de su alma.

2. El ritmo septenial

El ritmo septenial de la vida humana, los grados evolutivos de la vida anímica.

En el trabajo biográfico básico se desarrollan 2 aspectos:

1. La meta básica es el Autoconocimiento
2. El segundo aspecto es la Metodología (en la que siempre se trata de un conocimiento concreto) y en el caso más sencillo tendremos que conocer los gestos arquetípicos de cada septenio y de nuestras vivencias personales concretas en cada uno de ellos, entenderemos así las leyes del desarrollo anímico-espiritual y cómo actuaron en nuestra propia dinámica comprendiendo el hilo conductor de nuestra trayectoria vital.

- Así como el hombre está formado de:

{
Cuerpo
Alma
Espíritu

Conoceremos septenios de evolución predominante

{
Corpórea
Anímica
Espiritual

- Aproximadamente cada 7 años hay un nacimiento de algo nuevo no explicable por lo anterior, “algo surge de lo viejo”... y progresivamente el SER se va encarnando en continuo desenvolvimiento.

Intentaremos comprender la dinámica



Se trata pues de una tarea Consciente de observación objetiva de nuestros condicionamientos básicos (a nivel causa → efecto) pudiendo así equilibrar, corregir y dirigir en el tiempo nuestra futura evolución.

3. Descripción básica de los septenios

3.1 Los tres primeros Septenios del desarrollo corporal

3.1.1 Primer Septenio (0-7 Años)

“El mundo es bueno”

Desarrollo Cuerpo
Físico

-Nacimiento:

Dos corrientes se unen:

La biología, lo heredado como
sustancialidad genética de los padres

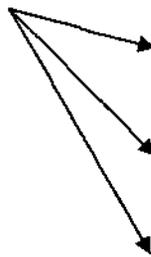
El Yo espiritual del niño que se encarna.

El desarrollo se hace a partir de la cabeza (S.N y órganos de los sentidos), en donde en ese momento vive principalmente el alma del niño. El bebe está abierto como una A y todo él es órgano de percepción de lo que viene de afuera y le penetra por las ventanas de los sentidos, las fuerzas penetran de fuera >>> adentro y el niño va despertando para su cuerpo y para el mundo. Así a través de los sentidos y las estructuras nerviosas se va penetrando e imprimiendo todo el ser del niño hasta los órganos.

Las dolencias infantiles son un trabajo sobre el material heredado y gracias a ellas el Yo va acoplado el cuerpo físico a las necesidades ambientales.

El hogar (nido) la urdimbre afectiva es básica para la confianza y el niño es como una esfera reflectante, esencialmente abierto y confiado, por lo que si encuentra bondad poseerá una gran seguridad.

Tres grandes logros conquista el Ser Humano en los 3 primeros años de la vida específicos del hombre ("imagen de Dios"):

- 
- Superando la Gravedad de la Tierra llegará a erguirse en la Vertical (conquista del espacio físico)
 - Conquista del espacio anímico a través de la comunicación social con el lenguaje.
 - Primeras Asociaciones, comienzo memoria y primeras representaciones (conquista del espacio virtual)

Primer Septenio

1º SEPTENIO

(Formación cuerpo físico)

Planeta dominante = LUNA

El niño vive en la cabeza

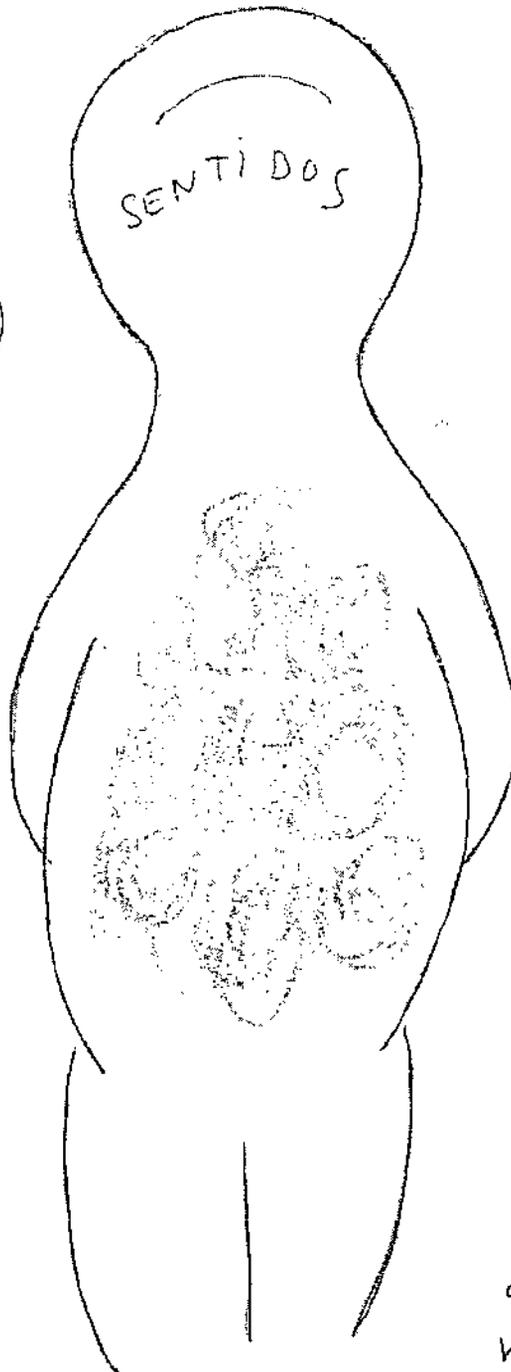


FORMACIÓN

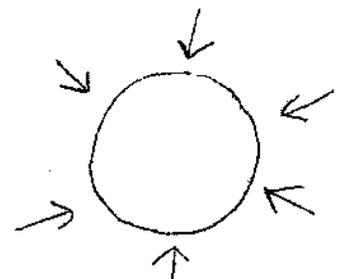
GESTO (Apertura total)

A

SENTIDOS



el yo y el cuerpo ASTRAL actúan desde afuera



Esfera reflejante universal

LOGROS

- ANDAR
- HABLAR
- PENSAR

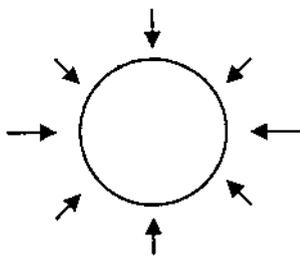
todos los elementos constitutivos actúan en la formación de la corporalidad física; A través de lo que afluye del exterior el cuerpo etérico va remodelando los órganos y estructuras físicas.

Experiencia positiva

"El mundo es BUENO"

A través de la imitación, se aprenden así estas cualidades específicamente humanas, que después seguiremos buscando, y desarrollando el resto de la vida (andar-hablar-pensar). El despertar del Yo se produce entre los 2 años y 3 años (“ Anunciación”) desde ahí el despertar de los primeros recuerdos.

En ese septenio el niño vive en un mundo imaginativo, de ahí la importancia de los cuentos de hadas y el sentido moral en esta edad, para lograr vivir: **el mundo es bueno.**



Como una esfera reflejante universal (espejo)

Acogiendo y asimilando todo lo que viene de afuera podemos entender y representar al niño en este primer septenio

3.1.2 Segundo Septenio (7-14 años)

Desarrollo Cuerpo
Etérico.

“El mundo es bello “

- Así como el primer septenio era de abertura y entrega total hacia el ambiente, viene ahora una fase de mayor interiorización anímica un intercambio con el ambiente social, es como un gran respirar.

Contracción

Expansión.

Interiorización
Inspiración

Exteriorización
Espiración

Por esto esta la fase del ritmo. Los niños viven y necesitan el ritmo (C. Etérico a través del ritmo).

- El niño escolar necesita un hilo de ligazón (un adulto) entre él y el mundo, estos hilos unen el mundo interno y externo (maestros, padres, autoridad) y estas personas a las que el niño ama y admira se convierten en autoridad que el niño acepta de forma natural, se convierten en el elemento básico “mágico”. De la educación en esta época cuya actitud básica es la veneración, la devoción.

- Se desarrolla el Sentir, la fantasía creadora y necesitan la belleza: El arte, por lo que toda la educación ahora debería ser a través del arte.

-Este septenio es el de la interrelación de las personas y crea la base anímica y social para la vida.

- Desde el punto de vista físico, los órganos se han terminado de formar y las fuerzas etéricas se utilizan ahora sobre todo para el crecimiento, la vitalidad y el ritmo, y con el cambio de dientes las fuerzas del niño podrán ahora ser aprovechadas para el aprendizaje y quedan libres para la memoria y pensamiento imaginativo en primer lugar (cuentos, leyendas, fábulas, enseñanzas plástica...etc) ya que el pensamiento lógico surge más tarde (sobre los 10-12 años) y solamente entonces deber ser cultivado.

-El sentido religioso es también muy importante en esa época y por eso el arte y la religión deberían permear toda la enseñanza de esta fase, aunque no de forma confesional o sectaria, sino más bien una actitud religiosa hacia los 3 reinos de la naturaleza.

La enseñanza artística —————> Abre los ojos del niño hacia el mundo
—————> Que puede sentir “el mundo es bello” con toda la fuerza de su Corazón.

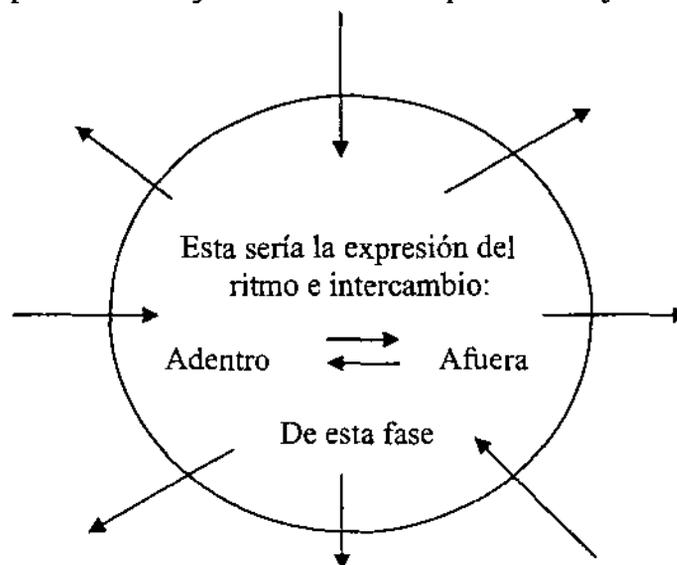
- Las costumbres, las normas, los papeles establecidos (hombre/mujer), frases como (“eres un burro”...”no sirve para estudiar”), calan muy profundamente si fueron persistentes y vana a influir en la vida posterior.

- Una excesiva autoridad —————> puede condicionar introversión.

- Una excesiva libertad con poca autoridad —————> Demasiada extraversión (persona hacia fuera no puede inspirar el hogar)

- Sobre el 9º año , surge una nueva conciencia del Yo, el niño se aísla, se siente solo e incomprendido y necesita bastante cariño para lograr la relación social.

- En este septenio se hace también muy evidente el temperamento, que debe ser muy tenido en cuenta pues están mejor los mismos temperamentos juntos y el niño necesita sociabilidad.



Segundo Septenio

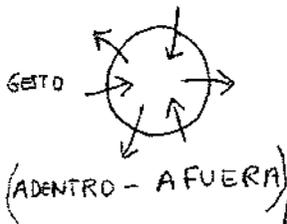
2º SEPTENIO

El cuerpo etérico se libera de los orfanos encerrándose ahora en procesos rítmicos
el niño vive en el RITMO — Físico (corazón-pulsión)
— Anímico (adentro-afuera)

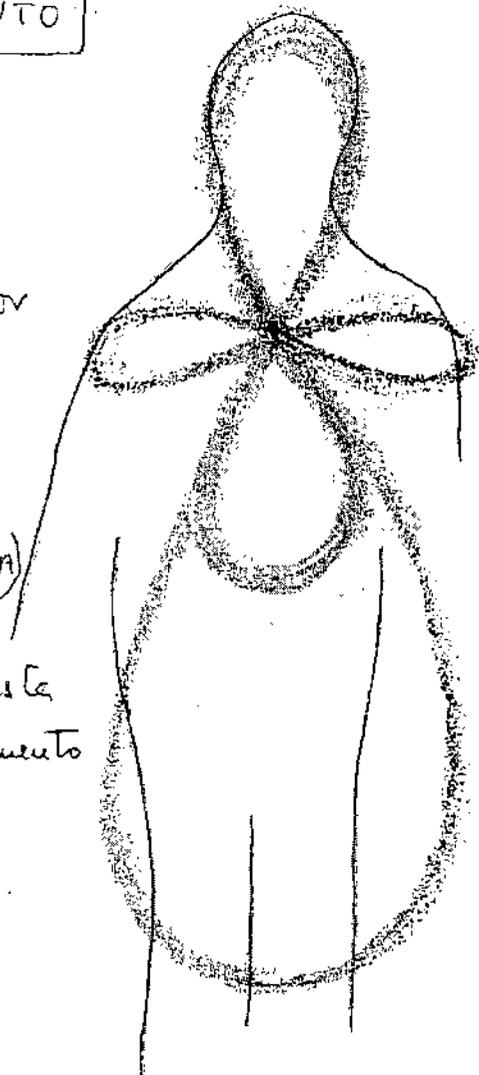
CRECIMIENTO

E

Comienza mundo interior



Se manifiesta el temperamento



El yo y el cuerpo ASTRAL viven en el SIST. RÍTMICO

Planeta Dominante

MERCURIO



viven en el SENTIR, base anímica y social para la vida.

Las fuerzas del c. etérico liberado quedan ahora libres para el pensar.

Experiencia positiva
"El MUNDO ES BELLO"

3.1.3 Tercer Septenio (14-21 años)

“El mundo es verdadero”
(Desarrollo del Cuerpo Astral)

Con la llegada de la pubertad los grandes y profundos cambios corporales y la llegada de la madurez sexual acompañan un intenso cambio anímico con el nacimiento del Cuerpo Astral. Todo ello se exterioriza en una sensación de desajuste y desorden típico de esta época, en la que ha de alcanzarse la madurez terrestre.

Supone el paso de un umbral importante para aposentarse en la Tierra (Descenso del Paraíso), por lo que muchos rehúsan inconscientemente esa responsabilidad y se dan en esta época muchas formas de huida.

- el número de suicidios entre los 12 y 14 años es muy alto
- otros jóvenes huyen hacia las drogas
- otros no quieren alimentarse (niñas: anorexia nerviosa)

Los jóvenes, que han internalizado el mundo de los padres, viven ahora la confrontación con agresividad y rechazo, expresan ahora que son diferentes.

Con la pubertad hay un vislumbre de la imagen ideal del Ser Humano que es sentido en su forma más pura, el joven necesita abrirse al mundo y cambiarlo, y se vuelve muy crítico y a veces terrible y cruel pues necesitan intensamente la verdad.

Viven intensamente en un mundo de sensaciones, surgen deseos, posiciones, instintos.. y el joven se haya ante una gran tensión y vive una gran polaridad:

Por un lado vive la imagen ideal y una gran necesidad de la Verdad



Por otro, con la madurez sexual experimenta una llamada a los Instintos

Y a ellos mismos les chocan sus cambios y reacciones que no logran dominar experimentando una gran soledad.

Los padres y profesores dejan de representar un papel importante y este papel lo toman ahora los amigos, pandillas etc.

“El mundo es verdadero” sería lo que necesitan vivir en este septenio, y por eso son tan sensibles a la falta de verdad profunda que buscan en las vidas de las personas (padres, profesores etc).

Si no encuentran imágenes ideales las sustituyen por ídolos:

- deportistas
- artistas
- coches
- famosos

Por eso es buena en esta fase la lectura de biografías de personas que rindieron frutos humanos positivos para la evolución del mundo. Los peligros pueden venir por su apertura al mundo que son susceptibles de ser manipulados (entre 14 y 18 años) por las sectas. También en su confrontación con el adulto si no encuentran los límites oportunos pueden llegar a cometer excesos hasta encontrar esos límites.

El joven necesita ser tratado como un adulto por los adultos y en este diálogo a medida que conquistan responsabilidades pueden ir viviendo libertades, por eso hay que contar con ellos y con su participación. "Cuanta más libertad interior damos al otro, menos libertad externa va a necesitar buscarse"

A los dieciocho años y medio se vive el primer nodo lunar → La misma constelación estelar del nacimiento (cada dieciocho años, siete meses y nueve días) → El cielo se abre un poco más y podemos decidir con claridad que hacemos en la tierra

En este momento los jóvenes pueden perfilar algo más su futuro.

R. Steiner "solamente con diecinueve años comenzamos a tener pensamientos propios". Anteriormente a esa edad necesita la oposición y confrontación como forma de Autoconocimiento.

Los veintiún años constituyen realmente la llegada de una luz, el cuerpo astral puede ya liberarse y la vida podrá dirigirse poco a poco a través del Yo.

Primer Septenio → Segundo Septenio → Tercer Septenio
Imitación Autoridad Libertad

Hemos llegado aquí también a la completa formación de la corporación física.

Gesto interior → Apertura hacia el mundo

Libertades → Responsabilidades
En equilibrio

"Alma sensible"

Tu corazón y el mío,
son dos prados en flor,
que une el arco iris.

Mi corazón y el tuyo,
son dos niños dormidos,
que une la vía láctea.

Tu corazón y el mío,
son dos rosas que une,
el mirar complacido de lo eterno.

(Juan Ramón Jiménez)

Tercer septenio

3^{er} SEPTENIO

NACIMIENTO del C. ASTRAL

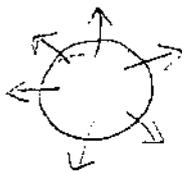
PLANETA dominante = VENUS

Tras la formación orgánica sexual

el C. ASTRAL se libera — Pensar cada vez
+ propio
Nueva vida
del ALMA.

REPRODUCCION

Gesto
INTERIOR



(Apertura
hacia el
Mundo.)

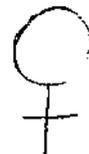
18 1/2 años
(4^{er} nodo lunar)

Búsqueda de la
Libertad

Experiencia positiva

↓
"El mundo es verdadero"

I
Esfuerzo



YO - ASTRAL
vive en el metabolismo
(Sist. Uro-genital)

Paso de un umbral
↓
Desembarco del paraíso
↓
para encontrar la
madurez terrestre.

Vivencia de Polaridad
Necesidad intensa de la verdad ↔ llamada a los
instintos

3.2 Los tres segundos Septenios: el desarrollo anímico

3.2.1 Cuarto Septenio (21-28 años)

“Yo experimento”
(cualidad del Alma Sensible)

Alrededor de los veintiún años el joven llega a su personalidad autónoma. Hasta ahora el mundo actuó sobre él de una forma pedagógica: casa paterna, escuela, aprendizaje profesional. Ahora comienza la autoeducación libre, confrontándose con el mundo. Afrontar decisiones propias y asumir responsabilidades por primera vez es la característica de esta primera edad adulta. Son capacidades exclusivas del yo humano que nace alrededor de los veintiún años.

Ahora termina el desarrollo orgánico (base del Yo) que entonces se libera, y en esta figura humana formada con su actividad abarcante el “yo” se encuentra así mismo. Ya para algunos psicólogos es evidente la existencia de un contenido nuclear que se mantiene constante a lo largo de la vida de cada ser humano; para Jung este núcleo abarcaría además del “yo” consciente, el ámbito del inconsciente del alma donde vive también un contenido impersonal abarcante de los arquetipos e imágenes primordiales del Hombre y del mundo (ampliándose así el concepto del “Yo”).

Para Steiner el “yo” es también el centro del alma:

- Y por un lado actúa a través de la vida subconsciente hasta adentrarse en el cuerpo.
- Y por otro se abre a la luz del conocimiento y del espíritu. No es solamente un miembro del Ser Humano, sino también un miembro del mundo.

Este nacimiento del “yo” es previamente preparado con el impulso del primero nodo lunar a los dieciocho años, pero sólo ahora a los veintiuno despierta el SOL para el alma que será cada vez más libre para el reconocimiento del espíritu, pues el desenvolvimiento anímico y espiritual se fundamenta en determinadas precondiciones del cuerpo físico, que ahora con los veintiún años está debidamente preparado. La lucha de polaridades con el caos anímico de la pubertad produce sus frutos y ahora el alma sensible puede realizarse, cuando deseo y juicio se unen en la percepción.

El alma sensible produce a través del “yo” recuerdos, que son el telón de fondo de todo vivenciar y actuar; por eso la dirección del cuerpo de sensaciones es de dentro a fuera (muy diferente del animal que en su mirar pasivo abre enteramente su cuerpo de sensaciones a lo que le afluye desde afuera), bien distinto del alma sensible que envía su mirar activo desde el interior al exterior y se liga directamente con el mundo a través de sentimientos y sensaciones.. “ahora puede ocurrir que el sentimiento se torna destino”; y aunque por otro lado las respuestas del “yo” tienen un carácter definitivo e inmediato es preciso decir que la sensación permanece como elemento dominante del septenio 21-28. El “yo” del alma de sensación está en el timón del barco pero no tiene todavía la suficiente fuerza para llevarlo firmemente en sus manos, la luz del “yo” está entregada a las ondas del alma y el “yo” se entrega a la periferia de la vida anímica donde encuentra el mundo vivenciándolo desde adentro.

La pregunta vital del alma sensible que se vuelve la cuestión fatal del septenio 21-28 es:
¿Cómo yo vivencio el mundo y con ello a mí mismo?.

El órgano físico de la unión con el mundo es el corazón, que vive entre donación y autoafirmación. En su polaridad característica de sístole-diástole.

Donación (diástole): los otros entran al propio centro.

Afirmación (sístole): sale de su centro a la periferia, a los otros.

El encuentro con el otro sexo ya no es solamente deseo, sino que se vislumbra su esencia (de Eros nace el amor, del yo hacia el tú).

Es una época de viajes, cambios de trabajo, aspiraciones comunes, búsqueda del grupo de referencia. "El tiempo de la juventud sirve para alcanzar un espacio de libertad que el hombre adulto puede aprovechar con su vida".

“Alma racional”

“Hombre solo”

¡Alegre y milagroso vencimiento
que das la libertad!
me fui cantando al campo verde,
estaba el cielo blando, saltaba el agua
y jugador el viento.

Niño puro otra vez, el pensamiento
se me iba en lo más íntimo ocultando,
del ignorado corazón, y andando andando,
se me abría el sentimiento.....

¡Con qué encanto seguí las mariposas,
cómo cogí la malva del vallado,
y paré el agua con mi mano abierta!

Perdido en la alborada de las cosas del universo fui,
Resucitado del corazón de la varona muerta.

(Juan Ramón Jiménez)
32-33 a

3.2.2 Quinto Septenio (28-35 años)

“Yo pienso”

(Cualidad de Alma Racional)

-Al final de los años 20, cambia de nuevo el panorama anímico, la violencia de los deseos e impulsos comienza a amainar y la persona por un lado se vuelve hacia adentro, hacia sí misma actuando de una forma más pausada y activa, elabora más pensamientos sobre las vivencias y situaciones y moviliza las sensaciones dentro de sí dejando madurar los sentimientos.

-Hay una necesidad de centrarse en el mundo, de organizarse como persona adulta, pues se percibe la madurez, el propio peso específico y una sensación de seguridad.

-Hasta ahora se ha vivido “de las rentas” y ahora nos toca demostrar y demostrarnos lo que valemos por nosotros mismos. Por eso se habla al comienzo de este septenio de la “crisis de los talentos”, pues ya no basta con lo que nos venía dado, ahora hay que crear de adentro a fuera;

Dice R. Steiner que un genio es: 10% inspiración y 90% transpiración

-Es el verdadero enfrentamiento de la persona con el mundo social, la juventud se ha terminado y comienza la seriedad de la vida. Algunas personas cambian de trabajo y hacen aquí su opción profesional: las relaciones interpersonales se modifican interna y externamente, dándose a esta edad la mayor parte de las separaciones de pareja; también se ve en las comunidades que muchas personas dejan de interesarse por la vida comunitaria.

-Lo que se vive interiormente es la pregunta: El mundo está organizado ¿cómo me organizo “yo” en este mundo? En esta época se da la mayor rentabilidad en el trabajo. Planeamos y ejecutamos, estamos física y psíquicamente en equilibrio; el bien estar nos apoya. Desarrollamos una mayor seriedad y responsabilidad y se asumen trabajos difíciles pues se necesita ganar consideración de los otros y autoestima.

-El “yo” se suelta de su acentuada tendencia hacia el mundo de la época anterior
→ y se entra en una fase más calmada y equilibrada:

- Y a veces se va al mundo en actitud organizativa racional.
- Y otras se recoge en sí mismo elaborando el mundo en su ser íntimo.

-Nos vamos acercando al centro de la biografía y las características de la individualidad deben surgir cada vez más independizándose de los otros; los hombres se ocupan con la carrera, promoción, prestigio (clubs, sociedades, etc...) y la mujer, si está casada, se centra más en la casa y en los hijos. El desafío para el desarrollo es ahora la actitud positiva hacia el otro, tolerancia y refrenarse de su opinión (la opinión del otro también puede ser cierta).

Escuchar, oír (no solo hablar), y crear un espacio para el diálogo.

-La coraza de las normas aprendidas en el 2º septenio deber ser revaluadas.

Lo que se aprecia en la pareja es el aspecto complementario y se puede vivir de una forma muy positiva pero el peligro puede ser que se diferencien tanto los roles que los intereses lleguen a ser muy diferentes y las parejas no se encuentren; para el hombre la tarea principal será la de integrar afecto y sentimiento en su alma, ya que fueron sofocados en su infancia; para la mujer su tarea principal será desarrollar junto a sus cualidades femeninas el raciocinio lógico para la comprensión del hombre, y desarrollar la fuerza del pensamiento

-La situación anímica como vemos es tan diferente de la anterior que se puede hablar de un nuevo miembro anímico que Steiner denominó “alma racional o de sentimiento” pues la afectividad colabora con el pensar y a la inversa.

El intelecto necesita del calor del afecto para conseguir la ligazón con la vida y lograr la verdad objetiva; esta no es todavía captada en su realidad espiritual pero la verdad se vuelve la verdadera educadora del alma racional, trayendo la luz al pensar del adulto.

-Para no caer en el egoísmo propio de esta época, hemos de desarrollar las Fuerzas Crísticas (33 a. de la vida de Cristo y punto crucial de las biografías) pues la nueva fuerza que Cristo incorporó a la humanidad aparece justamente en esta fase de egoísmo y desarrolla la tolerancia, la comprensión y el amor en cada “yo” humano; ya que no es preciso seguir leyes sino que cada “yo” desarrolla su propia moralidad. Cada persona se juzga a sí misma, irguiéndose cada vez más hacia el mundo espiritual (Cristo hace por primera vez las curas a plena luz del día) expresándose así el momento en que todas estas cosas se hagan generales, conocidas y abiertas a todas las personas. En estos años (33) suelen ocurrir encuentros y hechos importantes en nuestra biografía.



“Alma Consciente”

¡Inteligencia, dame
el nombre exacto de las cosas;

Qué mi palabra sea,
la cosa misma,
creada por mi alma nuevamente.

Qué por mí vayan todos
Los que no las conocen, a las cosas,
que por mí vayan todos
Los que ya las olvidan, a las cosas,
que por mí vayan todos
los mismos que las aman, a las cosas.

¡Inteligencia, dame
el nombre exacto, y tuyo,
y suyo, y mío, de las cosas;

J.R. Jiménez
(36-37 a)

3.2.3 Sexto Septenio (35-42 años)

“Lo haré”

(cualidad del Alma Consciente)

Nos hallamos más o menos en la mitad de la vida. El “yo” se confronta con la envoltura física y las fuerzas de desgaste se comienzan a sentir; la regeneración se dificulta liberándose el alma de consciencia, que nos lleva a una búsqueda intensa del propio querer.

No nos basta con los logros alcanzados y en este punto medio de la vida donde por primera vez vemos el horizonte futuro y el encuentro con la propia muerte, nos surgen preguntas así:

¿Qué valor tiene mi vida hasta ahora?

¿Cuántos años me restan de vida?

¿Merecerá la pena continuar así?

Y en el alma surge la necesidad de buscar la verdadera esencia de mundo y de mí mismo; pasamos por una crisis de autenticidad; no nos importan ya los papeles ni lo que los demás piensen y surge un nuevo cuestionamiento vital:

¿Cuál puede ser mi tarea en este mundo?

Se puede encontrar ahora el camino para una nueva ligazón espiritual con el mundo, y trascendiendo de nosotros mismos, es posible encontrar algo más elevado que nos una con nuestra propia tarea, algo de nuestro “yo” superior a través del cual lo nuevo espiritual quiere tomarse realidad en nuestra vida individual.

Hay pues una nueva búsqueda de la verdad (como el adolescente) pero ahora de una forma interiorizada y personal.

Nos encontramos con nuestros propios límites y potenciales y la aceptación de ambos en nosotros permite también la aceptación del otro con sus potenciales y límites. Es preciso desmitificar nuestros sueños y “quebrar nuestras propias imágenes sobre nosotros mismos”.

El reto ahora es:

- 1.- La aceptación del comienzo del declive fisiológico
- 2.- Aceptarnos con nuestros límites
- 3.- Buscar imaginativamente soluciones a nuestra tarea existencial
- 4.- A nivel de pareja se ha vivido ya: la relación física, la rutina, los roles y la complementariedad, y ahora se siente ya más la necesidad de buscar lo esencial en el otro y el reto es darse espacio mutuo para las necesidades humanas.

Sobre los treinta y siete y medio aproximadamente se vive el Segundo Nodo Lunar (relación con la búsqueda de nuestra propia esencia y con el septenio 14-21).

En este momento se puede desarrollar el amor espiritual que trasciende cualquier egoísmo.

Los peligros son ahora que lo vivido hasta entonces sólo produzca desolación y vacío y se busquen los cambios de una manera exterior y superficial (cambio de pareja, alcohol, trabajar mucho más-se siente la amenaza de los jóvenes-, intento de mantener a toda costa la belleza física..). Todo esto puede llegar a conducir a pequeños déspotas de gran exigencia consigo mismo y con los demás.

Características del alma consciente

En esta época se busca la esencia propia de las cosas, y situaciones. Esta capacidad de reconocer la esencia es el fruto de un nuevo pensar con otra cualidad, pues se pasa del pensar reflexivo del alma racional al pensar prospectivo que desde dentro de la esencia de un objeto lo recrea nuevamente. En este conocimiento el "yo" superior irradiando hacia el alma consciente, se une más profundamente con el "yo" interior y le permite reconocer la esencia de un objeto. Con este pensar prospectivo creador, el hombre se une con la sabiduría creativa del universo.

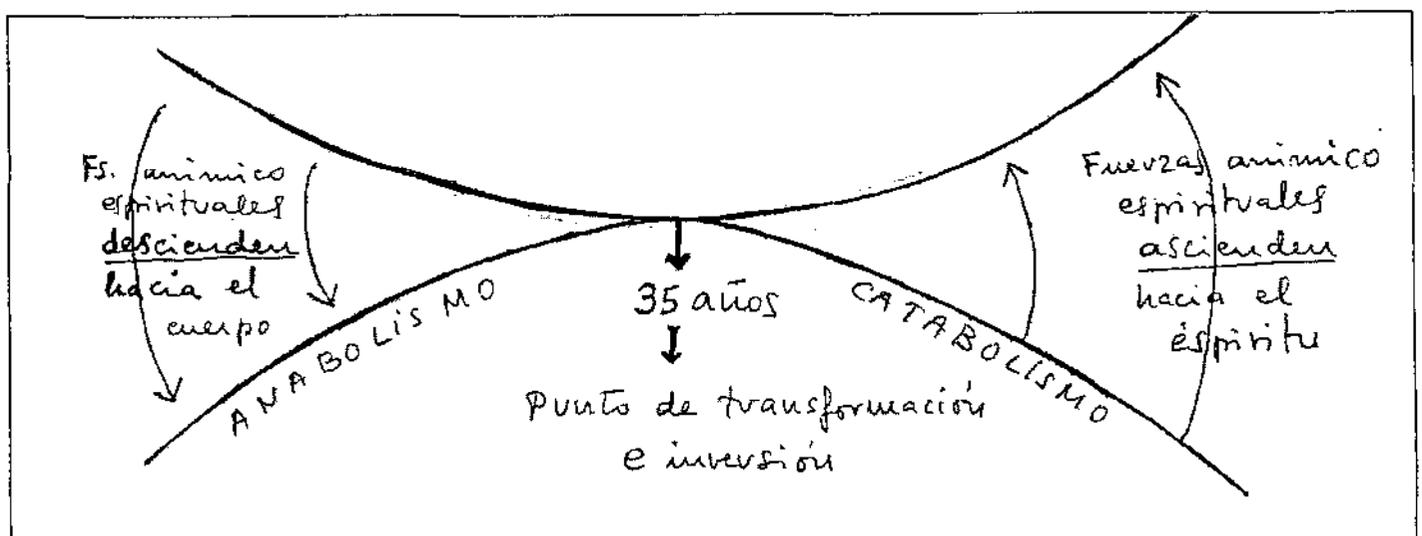
Podemos resumir así:

- En el Alma Sensible, era el sentir dirigido al mundo el que estaba en el primer plano (predominio simpatías-antipatías).
- En el Alma Racional, predominaba el pensar, que trataba de independizarse del sentimiento a la búsqueda de un juicio objetivo.
- En el Alma consciente, el querer (la voluntad), hasta entonces unida al pensar y sentir, se vuelve independiente y con el pensar prospectivo comienza a servir a la realización de metas reconocidas espiritualmente.

R.Steiner designó la devoción como la educadora del alma consciente, porque en ella vemos inmediatamente la relación con el amor de corazón, y es el corazón donde se realiza el encuentro del "yo" superior con el "yo" inferior que caracteriza al alma de consciencia, y del cual puede surgir el verdadero conocimiento.

"Sólo se conoce lo que se ama... y sólo se puede amar aquello que se conoce".

Curva de Anabolismo-Catabolismo



3.3 Los tres últimos Septenios: el desarrollo espiritual

3.3.1 Séptimo Septenio (42-49 años)

“Lo hago”
(Germen del desarrollo del “yo” espiritual)

En realidad distinguimos tres fases en la vida:

- a) 0-21 años – Desarrollo cuerpo físico
- b) 21-42 años – Desarrollo anímico
- c) 42 en adelante – Desarrollo espiritual

Nos encontramos con el declive físico pero también con la posibilidad del desarrollo espiritual; son etapas menos precisas, pues ahora se trata de la libertad (el “yo” de cada individuo).

También se dice: “la vida comienza a los cuarenta”; y los chinos: “edad de sabiduría”. Es una verdadera crisis existencial, segunda juventud y segundo nacimiento (comparable con el septenio 14-21).

Se produce una expansión con intensa actividad externa para realizar nuestra misión consciente. Las cualidades psíquicas han de transformarse en fuerzas y realidades espirituales.

Al principio son años turbulentos: túnel, pozo, no hay suelo (vacío); psíquicamente hay desorientación y espiritualmente lucha contra el vacío.

El hombre sí tiene pérdida en la posición (trabajo), siente a los jóvenes como una amenaza y puede reaccionar manteniendo la expansión: coche, amante, imagen, alcohol. No ha desarrollado el ánima y la busca fuera.

Si la mujer se preocupa por la pérdida de su belleza física y de los hijos (y no ha desarrollado el Animus) puede convertirse en histérica, realizarse operaciones estéticas, crear hijos infantiles (o nietos).

Ambas situaciones son intentos de seguirse agarrando a lo físico para rellenar un vacío que ahora sólo es posible utilizando las fuerzas espirituales, y si estas no se llegan a atisbar se entra en un declive físico imparable y conciencia de la propia muerte.

Así pues, en este momento se perfilan tres posibilidades:

- 1.- Seguir manteniendo la juventud agarrándose a lo físico-material.
- 2.- Identificarse con la pérdida de vitalidad y hacerse viejos en sentido negativo.
- 3.- Identificarnos con nuestro “yo” profundo diferenciándonos del cuerpo (yo no soy mi cuerpo, él es mi instrumento)

Estamos ahora en un verdadero cruce de caminos y la elección ha de ser para el resto de la vida.

El "yo" puede ahora realizarse en el mundo con independencia de la vida anímica. En el otoño se cosechan los frutos: y surge ahora la pregunta: ¿qué puedo yo dar al mundo? ¿se ha cumplido el leit motiv de la vida?

Aún podría cumplirse o hundirse definitivamente en el subconsciente. Llegamos a la cima de la montaña y surge un gran deseo de cambio, cosas nuevas, Creatividad.

Si todas estas nuevas fuerzas se orientan creativamente, espiritualmente, el gran reto son nuevas metas sociales: culturales, artísticas y religiosas.

El saber y la experiencia, la madurez de la vida pueden ser ahora frutos que les sirven a los demás. Y si se desarrolla el altruismo se adquiere una conciencia de responsabilidad con las nuevas generaciones. Y los hombres maduros van cediendo su sitio a los jóvenes, al tiempo que les donan su sabiduría existencial, y las mujeres dejan de preocuparse por la belleza física ofreciendo su belleza de experiencia y sabiduría.

En la pareja, sino se va logrando la transformación y nueva creatividad puede haber gran desencuentro entre hombre y mujer, y surgen entonces los dobles como unas sombra entre los dos; y también ocurre con los hijos y compañeros de trabajo "cuando tu trabajas el propio doble, transformas el doble del otro". Es una Ley Social.

En esta fase de la vida, más que nunca: "la suerte nace de dentro".

3.3.2 Octavo Septenio (49-56 años)

"Predominio de la fase de Alma Inspirativa o fase moral"
(Germen del Espíritu de vida)

Esta fase de 49-56 es relativamente armónica, de interiorización de la anterior, se desprenden las fuerzas del organismo rítmico y ahora es muy importante encontrar el propio ritmo (el adecuado con las fuerzas biológicas en descenso (peligros de infarto, asma, cáncer)).

Es la fase de desenvolvimiento espiritual, de sabiduría. Alma inspirativa: "Escuchar las preguntas del mundo". Ahora no importa tanto lo que yo quiero realizar (como en la fase expansiva), sino lo que otros demandan de mí. Me cuestiono: ¿tendrán valor para el mundo, para la humanidad, lo que estoy haciendo...?.

Es la fase de padre o madre más universales, y no sólo de los propios hijos, la fase de la ética o sentido moral; algunos cambian de trabajo, pues sienten que quieren hacer algo para el mundo. Se ve también en los grandes estadísticas. Mi vida se convierte en mi filosofía, me vuelvo objetivo, distanciado y brota en mí una nueva religiosidad.

La creatividad se puede ampliar en el trabajo y me puedo convertir en el jefe bondadoso o en un padre verdadero o en el líder incontestable de muchos hijos que pueden llegar a mí.

La mujer tiene que realizar en su matrimonio una transformación interior ya que la pérdida de sus fuerzas biológicas de regeneración va a menudo acompañada de una

depresión. El hombre tiene que acompañarla con comprensión para que no se conserven los ideales juveniles provocando dificultades.

La transformación de estas fuerzas vitales en espirituales dará nuevos impulsos creativos y una sabia configuración de la vida.

Para el hombre (más adelante) la andropausia tiene un carácter más psíquico, no significa la pérdida de potencia (que es muy variable de unos hombres a otros), es como una lucha contra uno mismo y contra todo; es una tormenta en un vaso de agua, y generalmente de más corta duración que la crisis de la mujer.

Peligros de esta fase:

- Conservación de hábitos y costumbres antes justificados.
- Intento de conservar las fuerzas juveniles (perversión de la segunda primavera)
- O bien, en el hombre la lucha contra el vacío puede llenarse con más trabajo.
- Desencuentro con la pareja si no se han desarrollado Animus y Anima.

A partir de los cincuenta las diferencias sexuales se van apagando, hombre y mujer se ayudan mutuamente a superar las fases de menopausia y andropausia y si la pareja encuentra nuevos valores espirituales, puede darse una profundización de la relación.

El conocimiento de la individualidad del otro para amarle nace a los treinta años y madura a los cincuenta. Se creó una fidelidad capaz de traspasar la muerte. Se deja de pedir para dar.

3.3.3 Noveno Septenio (56-63 años)

“Fase del alma intuitiva o fase mística”

(Germen del Hombre Espíritu)

Esta fase que precede a la jubilación es una fase bastante mística, muy a menudo con problemas de salud y de difícil aceptación psíquica. Es la época presenil. Las hojas de otoño ya cayeron y comienza el invierno. Es la fase en la que revaluamos nuestros valores, miramos hacia atrás, cómo fue nuestra vida, lo que se alcanzó y lo que no se pudo alcanzar. ¿Qué llevaremos de todo eso más allá de la muerte?...¿cuánto tiempo perdí?...¿cuánto me queda?...En este momento crucial es posible caer en el abandono y la desesperanza, pero también es posible la decisión de “erguirse” y podemos tener el encuentro de la realidad espiritual verdadera, de ahí la denominación de “fase mística”. La persona puede convertirse en un verdadero “gurú”. No es por casualidad que no sólo papas, pero también dirigentes de países o directores de orquesta, que aún con edades avanzadas aprovechan el nuevo órgano perceptivo que sólo la fase de la sabiduría permite desarrollar.

Nuevamente nos encontramos aislados, dentro de nosotros mismos y miramos críticamente a nuestro alrededor o, por el contrario, emanamos la verdadera luz que ahora fue interiorizada. Es la fase de la abnegación (si durante el primer septenio pudimos desarrollar la confianza básica). Pero también puede ocurrir que nos hallamos vuelto personas amargadas y llenas de rencores.

El reto está en mantener nuestros sentidos alertas y nuestro pensar activo y vivo.

Estamos bajo la influencia de Saturno ¿qué ha de morir? ¿qué ha de renacer?. Esta fase se relaciona con el primer septenio. Nuestra vivencia de la bondad y la confianza en esos años son la base para reevaluar nuestros valores y ser capaces de llegar al altruismo.

Vemos pues, que la profundización interior, la sabia madurez y el sentido de la justicia pueden determinar esos años. Los abuelos representan para los más pequeños a menudo una gran felicidad, pues perciben esa luz interior, esa sabiduría llena de amor.

En las relaciones el silencio a menudo basta para entenderse, los años pasados juntos han limado asperezas y permanece la aceptación, la tolerancia y una armonía compartida. En el caso que esta aproximación no se haya dado, quedan rencores, la amargura y el desasosiego.

Los tres últimos septenios hasta los sesenta y tres años, y en adelante, corresponden al desarrollo espiritual; se reconocen con menos precisión que las etapas del desarrollo físico y anímico., pues el desarrollo espiritual del hombre es cosa del “yo” de cada individuo y se manifiesta aquí la libertad en nuestra vida, y por tanto, las posibilidades evolutivas son muy variadas.

Estos septenios son como un germen del desarrollo futuro de nuestro ser espiritual

4. Transformación del cuerpo físico en hombre espíritu

- De 56 a 63...y más:

Las funciones físicas decrecen (cierre de los sentidos)

Aislamiento progresivo del mundo

Se puede emanar abnegación y bondad

- De 1 a 7 años:

Las funciones físicas crecen (despertar de los sentidos)

Apertura progresiva al mundo

Necesidad de la bondad del mundo

¡Es muy tarde!

¡Ah! Nunca es tarde en demasía mientras el exhausto corazón no deje de latir. Catón aprendió el griego a los ochenta años; Sófocles escribió su inmortal Edipo, y Simónides arrebató el premio de poesía a sus colegas, cuando ambos contaban con más de ocho decenios; Chaucer a los sesenta escribió los “Cuentos de Canterbury”, y Goethe en Weimar, trabajando hasta el fin, concluyó “Fausto” cumplidos ya los ochenta años.

Excepciones son éstas en verdad, pero demuestran hasta donde la corriente del Golfo de nuestra juventud puede entrar en las regiones árticas de nuestra vida.

Porque la vejez no es menos ocasión que la juventud, aunque con otra apariencia.

... Y al paso que la luz del crepúsculo se extingue, se colma el cielo de estrellas que invisibles son de día”

(Long fellow)

5. Aspectos masculinos – femeninos (Ánima y Ánimus)

Ánima

Es la fuerza femenina dentro del hombre que le aporta cualidades anímicas y de pensamiento.

- 1) Le da el calor del sentimiento, la capacidad de amar y exteriorizar sus sentimientos, también las cosas que le desagradan. Le permite así una relación más personal con sus más íntimos (mujer e hijos). Es la fuerza que le permite al hombre la búsqueda espiritual.
- 2) Aporta también el elemento de la creatividad en todos los sentidos: pensamiento, arte, equilibrio, etc.

El ser integral del hombre significa desarrollar también el ánima.

Lado negativo del ánima

- El hombre no puede respetar a la mujer que lleva en sí y tampoco a la mujer de fuera.
- Es herido en sus sentimientos pero no es capaz de expresarlos, los recoge hacia dentro y eso va minando su propia creatividad, su ánima se hace como piedra.
- Distorsiona la verdad y hay unilateralidad muy grande en el pensar.
- La falta de creatividad tiene el peligro de caer en el lado animal. Todo materialismo es así la falta de desarrollo espiritual como el machismo (la mujer es un objeto y objeto negociado).

¿Cómo se puede cultivar el ánima?

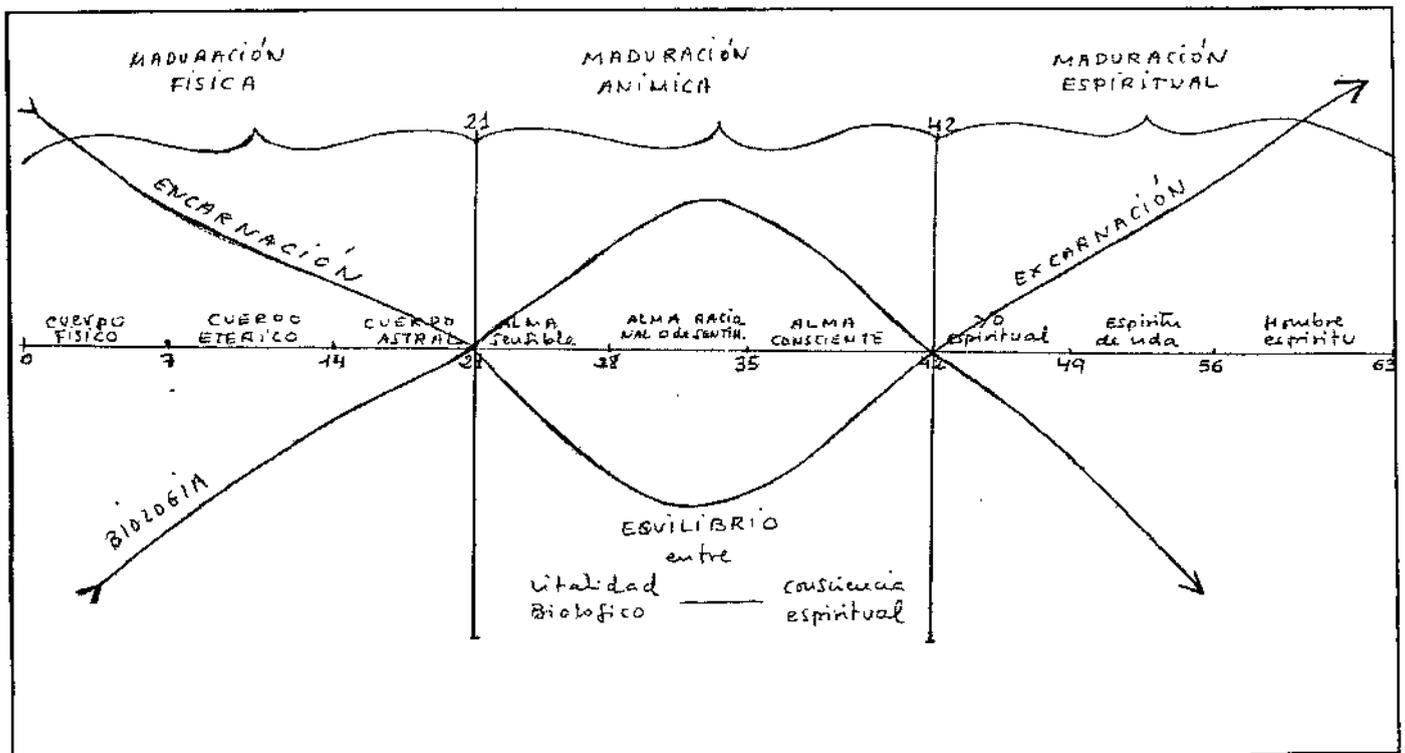
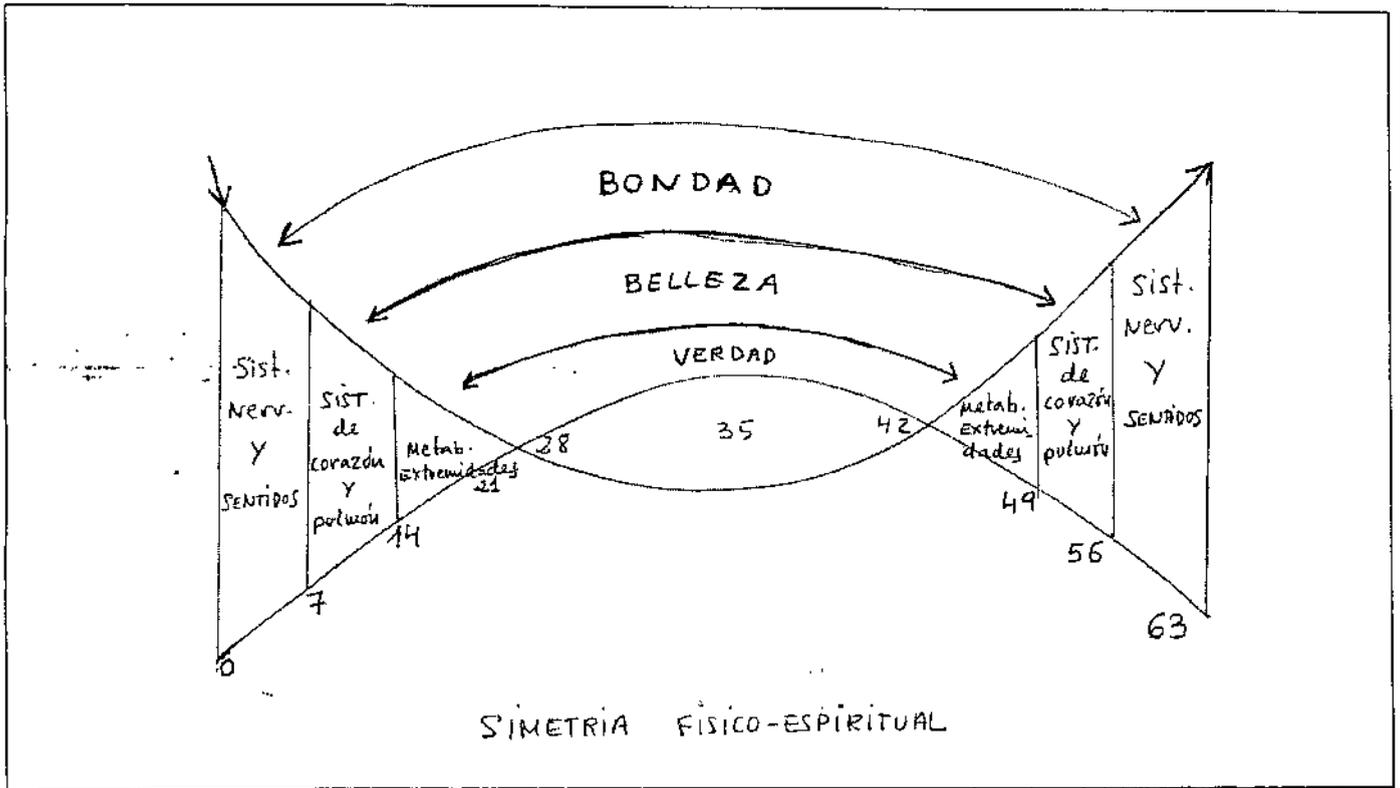
- Hay que cultivar la relación y comunicación (hablar-escuchar) de adulto-adulto
- A través de la actividad artística. Estar atento a la voz interna.

Ánimus

El ánimus es la fuerza masculina dentro de la mujer que le aporta cualidades anímicas y de pensamiento.

El ser integral de una mujer significa desarrollar también el ánimus, ello supone un esfuerzo del alma, en cierto sentido en contra de la naturaleza.

- 1) Capacidad organizativa
- 2) Desarrollar el raciocinio, con una capacidad de pensamiento claro. Capacidad de objetivar sus sentimientos.



- 3) Capacidad de entender el psiquismo del hombre y abrir puentes hacia él.
- 4) Discernir lo que es fantasía.

El ánimus ilumina la luz interior de la mujer.

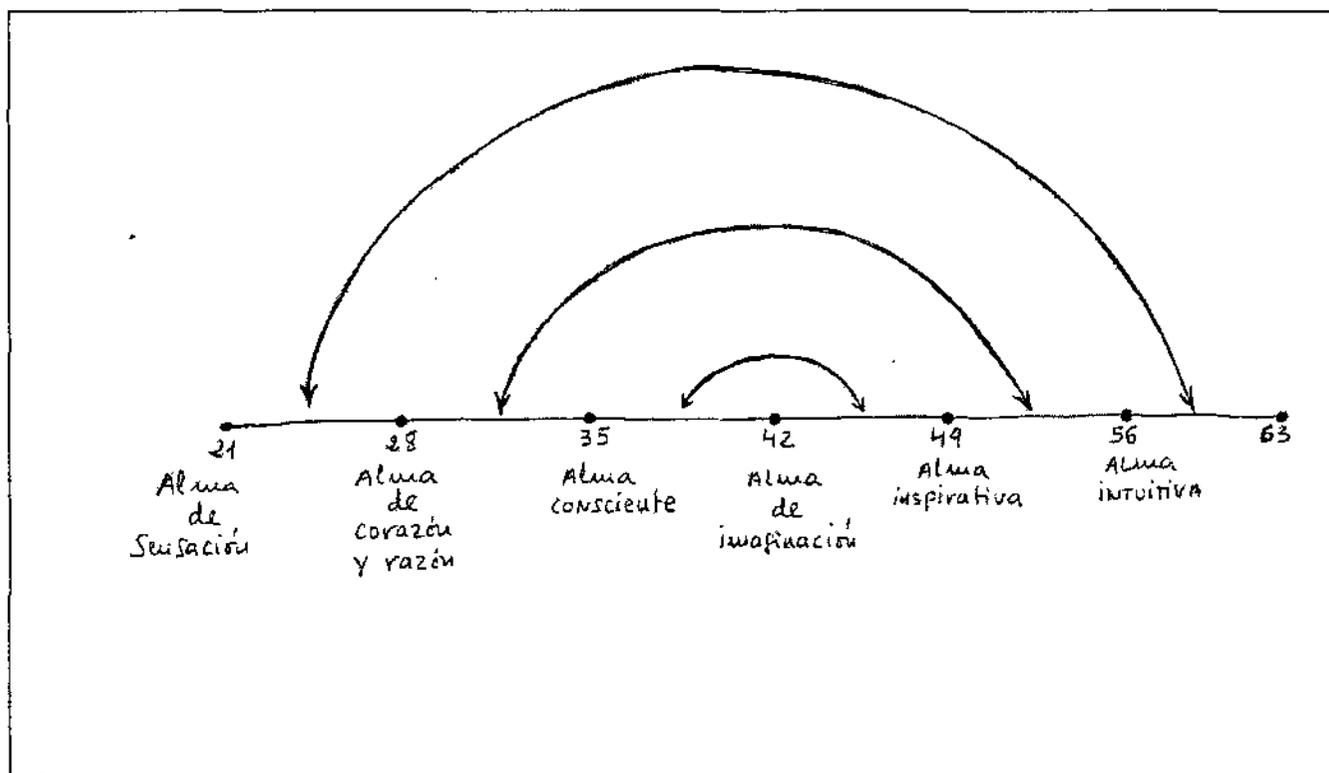
Lado negativo del ánimus

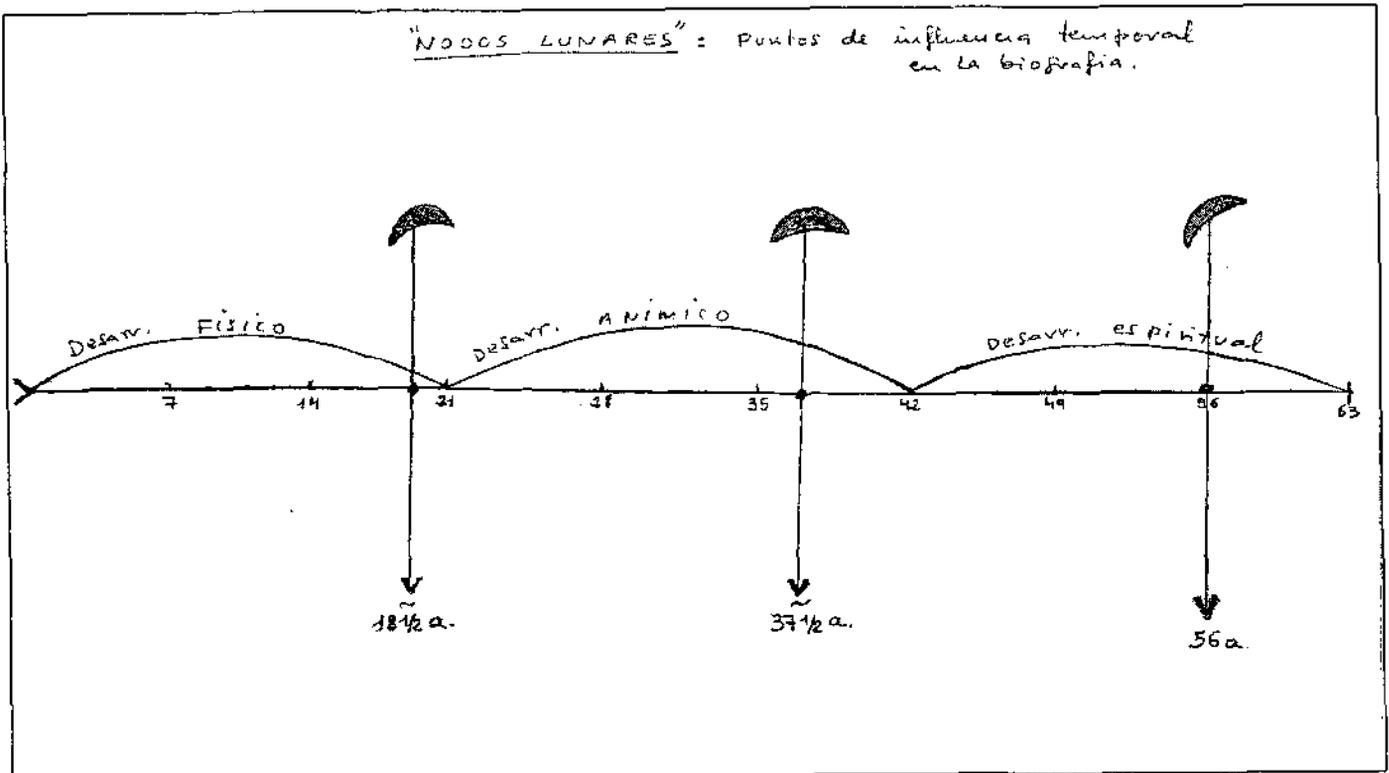
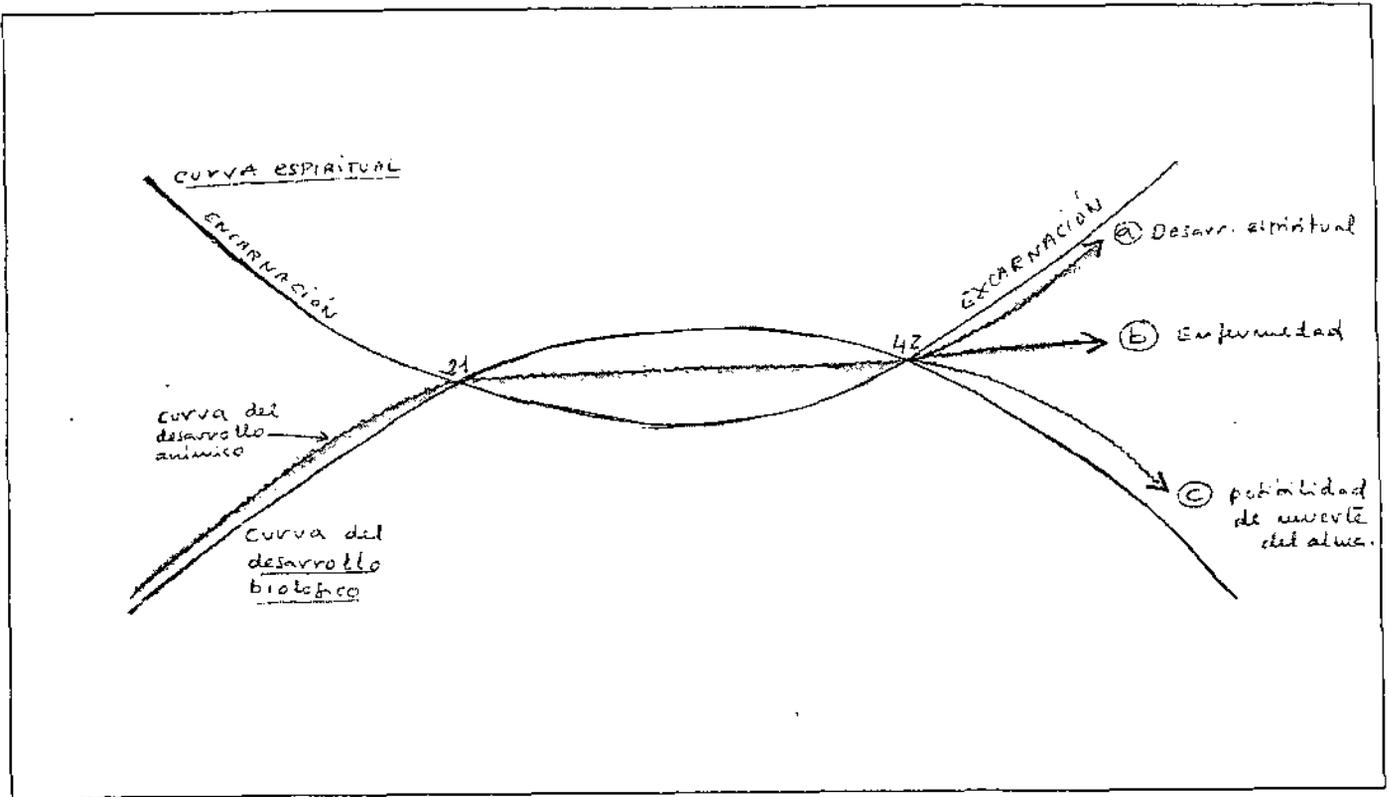
- Opiniones y antipatías prefijadas.
- Los hijos tienen miedo de la madre (recitar los pecados del padre o de los hijos).
- El ánimus pasa a ser un juez inquisidor.
- Miedo a crecer y hacer su propio proceso de desarrollo y se vuelve entonces dependiente del hombre en todos los aspectos y con una gran fragilidad procura protección, pues tiene un miedo terrible a quedar sola y enferma.

¿Cómo la mujer puede desarrollar su ánimus?

Con:

- Autoconocimiento
- Realización profesional
- Encontrar su Leif-motiv de vida
- Cultivar la objetividad
- Escuchar su voz interna





6. Bibliografía

- Cuadernos de Higiene Social
Editorial Rudolf Steiner, S.A.
 - N° 31 "Anorexia y Bulimia"
 - N° 32 "Las constitución masculina y femenina"
 - N° 36 "Los ritmos de la vida"
- "Las crisis de la edad adulta" (Gail Seheehy)
Editorial Grijalbo, S.A.
- "El desarrollo vital del hombre" (Bernard Lievegoed)
Editorial Mensajero
- "Las metamorfosis de la vida anímica" (R. Steiner)
Editorial Antroposófica
- "Biografía e Psique" (Dr. Rudolf Treichler)
Editorial Antroposófica