

A BIOGRAFIA HUMANA

SUAS CRISES E SUAS CHANCES DE DESENVOLVIMENTO

Todos nós em algum momento de nossa vida, já tivemos a sensação de um mal-estar indefinido; não estamos doentes nem são e chegamos a nos perguntar: O que está acontecendo comigo? Será que estou com alguma doença?" Vamos ao médico, mas este realmente não acha nada. Temos a impressão de que este "mal-estar" oculta um sentimento que às vezes está mais e outras vezes menos presente; ou que o trabalho não está rendendo tanto quanto antigamente; que o entendimento com a mulher ou marido não se dá mais espontaneamente; parece que o "amor" acabou - não temos mais paciência com os filhos nem com os companheiros de trabalho. Enfim, sentimos que algo em nossa vida deveria mudar, mas não sabemos bem como, nem por onde começar. Estamos em "crise". E qual é a natureza desta crise?

Esta crise tem uma natureza que podemos denominá-la de biográfica. A vida vinha seguindo um rumo determinado, amadurecíamos com as vivências, vencíamos obstáculos, púnhamos de lado outros - enfim, durante anos e anos tínhamos aquela sensação de bem-estar, de que tudo ia bem. Porém, sem o percebermos, fomos nos tornando mais maduros e, ao mesmo tempo em que isso acontecia, nossas forças biológicas, que a partir dos 35 anos começam a diminuir, não aguentavam mais a nossa solicitação e, de repente, não conseguimos mais manter o equilíbrio adequado entre regeneração e desgaste, e isto nos levou a esta "crise".

O que descrevemos ocorre por volta dos 40 anos e ocorre em todos nós. Mas há outras crises, nas mais diversas idades. Também há aquelas crises ou situações que se repetem muitas vezes na vida de certas pessoas, que fazem com que elas, por exemplo, se sintam como "ovelhas negras" ou que usem frequentemente a expressão "sempre acontece comigo". Há, portanto, crises e situações que só ocorrem comigo, bem individuais, e outras que não são tão individuais e que ocorrem em todo ser humano. Se então tentarmos descobrir o que por um lado é crise e o que, por outro lado, é chance de desenvolvimento, começamos a perceber o que faz parte do nosso destino muito individual e o que é comum a todo ser humano da civilização atual.

Esther Harding, aluna de Jung, compara nossa vida com as quatro estações do ano: a primavera do nascimento até a maioridade, o verão a maturidade, o outono a fase entre os 40 e 60 anos e o inverno, a velhice. Assim como o lavrador tem de saber qual é a época apropriada para semear, colher, etc., o ser humano, para colher os frutos de sua vida, também poderá conhecer "as suas estações". Poderá então arar a terra na época adequada; só que conhecer a própria terra e ará-la é um trabalho bem mais difícil que o do camponês.

Na antiga China dizia-se que uma pessoa leva 20 anos para aprender, 20 anos para lutar e 20 anos para se tornar sábia. Até hoje, na China, as pessoas idosas são tratadas com honra e admiração. Hoje poderíamos expressar isto da seguinte forma: levamos 20 anos para "crescer", 20 anos para "amadurecer psicologicamente" e 20 anos para "amadurecer espiritualmente".

O que seria esse amadurecimento?

A partir dos 35 anos, nossas funções biológicas começam a diminuir. Quando um animal chega a este ponto, perde seu valor ou capacidade de trabalho. Mas e o ser humano? É justamente quando as forças biológicas diminuem que ele tem a possibilidade de se tornar sábio, de amadurecer espiritualmente o que não acontece com um animal. A nossa civilização parece ignorar isso. Hoje em dia, por exemplo, só se procuram candidatos a emprego com menos de 40 anos; a geriatria, através dos hormônios, procura manter o ser humano biologicamente jovem, e há pouco investimento no amadurecimento espiritual. Cabe, portanto conhecer as chances que cada idade oferece para melhor usá-las na sociedade e na vida pessoal.

Se olharmos para épocas anteriores, veremos que as diferentes idades eram relacionadas às sete esferas planetárias: Lua, Mercúrio, Vênus, Sol, Marte, Júpiter e Saturno. Essas forças planetárias se refletiam nos diversos setênios, e o ser humano aproveitava as forças lunares, mercuriais, venusianas etc. (até Ptolomeu ainda se refere a essa relação). Também era óbvio que a vida do ser humano vinha do mundo espiritual, ligava-se à terra e voltava para o cosmo espiritual. O amadurecimento espiritual significava a volta gradativa às alturas cósmicas, espirituais, tal qual uma pessoa que vai escalando uma montanha, e que tem diante de si um panorama que vai aumentando e que faz com que ela se preocupe cada vez menos com os detalhes da paisagem. A cada degrau, nossas qualidades anímicas (psíquicas) não só tem capacidade de se abrirem e desenvolverem, mas também de serem aplicadas na sociedade, na família e no trabalho.

Através da Ciência Espiritual de Rudolf Steiner, temos novamente a possibilidade de compreensão dessas relações e do que ocorre nos diversos setênios, bem como da interligação do físico (biológico), anímico (psíquico) e espiritual em cada ser humano.

O 1º SETÊNIO - 0 a 7 ANOS

A ESTRUTURAÇÃO DO CORPO FÍSICO, BASE CORPÓREA DE NOSSA SAÚDE

Quando a criança nasce, o primeiro grito é a primeira manifestação "audível" para dizer: "estou aqui". Quanto preparo, quanto carinho, quanto calor e amor foram necessários para chegar até este momento. No ventre materno, onde a criança germinava tal qual semente abrigada pela escuridão da terra, o seu "estou aqui" era sentido pelo movimento na barriga ou pelo som do batimento cardíaco. Muitas mães sabem precisar exatamente o momento da concepção: "Tenho certeza de que estou grávida". Por que? Alguém, a individualidade do ser em formação já está presente, como que pairando sobre as águas do líquido amniótico, modelando seu corpo dentro do útero materno. Muitas vezes a mãe até sonha com o nome da criança - quem o conta a ela? É a própria individualidade da criança. Porém, não é só a individualidade, mas são todas as hierarquias celestes que participam da formação de um novo ser humano, repetindo o ato da criação do homem dos primórdios da humanidade.

Até os três primeiros anos de vida, através do aprender a andar, erguendo-se, superando a gravidade da terra, conquistando o espaço, a criança se torna "a imagem de Deus"; um ser humano; através do falar, tem a possibilidade de dar nomes a todos os seres, de se comunicar com seus semelhantes, de criar, portanto a base de comunicação, ou seja, do ser social que é o homem e, através do pensar, das

primeiras associações de idéias, do desenvolvimento gradativo da memória, ela conquista o infinito. Sim, pois com nosso pensar podemos ir ao passado, ao futuro, a países longínquos, às alturas cósmicas e profundezas terrestres.

Estes três passos de desenvolvimento do ser humano são a base de todo desenvolvimento posterior. E todas as forças anímicas (psíquicas) e espirituais (ou da consciência), estão totalmente mergulhadas nessa tarefa orgânica. Somente quando esta está parcialmente cumprida, aparece o primeiro momento de consciência em que a criança se percebe como individualidade própria, usando a palavra "eu". Joãozinho falade si, não mais "Joãozinho quer", mas sim "eu quero". "Eu" e o mundo antes desse acontecimento eram uma coisa só. Agora, sou "eu", e o mundo está fora de mim. Para a maioria das pessoas, é a partir deste momento que vêm as primeiras lembranças da infância. Esse momento pode ser denominado de "consciência do Eu".

O acordar da criança em seu corpo se dá através dos órgãos dos sentidos, especialmente o tato, quando, por exemplo, ao mamar, ela sente o calor do seio materno. Quando mama, a criança é toda um órgão de percepção; o prazer da amamentação é sentido até a pontinha dos pés. Somente aos poucos, os outros órgãos dos sentidos se abrem para o mundo: o enxergar e reconhecer a mãe, o escutar os passos dela, etc., são percepções sensoriais que vão despertando a criança para o mundo e, ao mesmo tempo, para seu corpo, pois essas impressões entram profundamente em seu organismo, contribuindo para a plasmação de todos os seus órgãos. Daí é fácil compreender quão importante é o cultivo adequado das impressões sensoriais que surgem nesta fase. As cores (se harmônicas ou chocantes), os sons das vozes familiares ou os ruídos que vem de um rádio ou televisão ou enceradeira; os brinquedos que deveriam proporcionar diferentes sensações de tato (lã, madeira, bonecas de pano, areia, água) e não ser monótonos como os de plástico. Estes são apenas alguns exemplos importantes. Essas "impressões" serão a base para a futura ligação com a terra, os reinos da natureza, o ambiente. Em suma, determinarão se a criança irá se sentir bem ou não na Terra.

Quem observar uma criança no aprendizado do andar, verá quanto esforço, quanta persistência, quanta experimentação contínua é necessária para se conseguir esta faculdade. A criança está em constante movimento, em ação, experimentando os elementos que a rodeiam. Nessa fase ela aprende por imitação. Amãe que lava roupa, que amassa o pão ou mexe um bolo será imitada - igualmente no andar, no falar, no correr. A recriminação de atitudes erradas nessa fase de nada adianta, os pais servirão de exemplo a ser imitado. Portanto, isto implica na auto-educação dos próprios pais.

Animicamente, nesta fase a criança está totalmente aberta, admira tudo que a rodeia, é confiante. Essa confiança básica precisa ser cuidada para não romper. Do alto da escada a criança se joga nos braços do pai entrega-se totalmente. O que acontecerá se os braços não estiverem lá? E se a mãe diz "vamos ao circo" e em vez disso a criança acaba sentada na cadeira do dentista? Para um bom desenvolvimento nessa fase, a criança necessita de calma e tempo, pois ainda está modelando seus órgãos, necessitando para isso enorme quantidade de forças plasmadoras, vitais do organismo. Alimentação e sono em rítmicos adequados são uma necessidade nesta época. Uma super sollicitação de impressões visuais, de alfabetização ou aprendizado intelectual, desviará as forças formativas vitais do seu trabalho nos órgãos para áreas da consciência, causando em épocas futuras, especialmente na velhice, a fragilidade desses órgãos e predisposição de doenças escleróticas precoces. Igualmente a alimentação inadequada, como apenas o aleitamento com leite artificial,

poderá trazer predisposição de mal-estares hepáticos mais tarde. Isto apenas para citar alguns exemplos para elucidar que o primeiro setênio é a base da nossa saúde corporal. Assim também desavenças, brigas dos pais, vão refletir na saúde física, deixando marcas a nível orgânico. Todo aprendizado nessa fase é a nível orgânico.

Quais seriam as crises dessa época?

Como tudo nessa fase se passa a nível orgânico, as crises também transcorrem nesse nível; são globais, atingem o organismo todo e se manifestam através das doenças infantis. Essas moléstias representam uma chance para o organismo no seguinte sentido: a individualidade da criança remodela o seu corpo herdado. Este corpo herdado (através dos genes) é preparado no ventre materno e contém tudo aquilo que é herdado dos ancestrais. Igualmente as proteínas são estruturadas pela mãe durante a fase embrionária. Agora, nessa fase, do primeiro setênio, a proteína própria, individual, tem que ser estruturada, o próprio corpo deve ser adequado a essa individualidade. Como é que isto poderia acontecer sem que a proteína original seja eliminada? Através das moléstias infantis, como por exemplo, o sarampo; a febre acelera a exsudação profunda da pele, dos brônquios, a eliminação urinária, etc. Uma boa parte das proteínas herdadas são mobilizadas, eliminadas, e a criança como que renasce com um corpo novo, uma proteína mais adequada à sua própria individualidade. Portanto, nessa fase, a criança forma seu "instrumento" para melhor poder tocá-lo durante o resto de sua vida. À medida que não consegue passar por este processo, o "instrumento" vai se tornando cada vez mais desafinado, mais inadequado, menos moldável, até o ponto de provocar novas doenças em fases posteriores, quando então geralmente já não são mais tão "naturais" quanto às moléstias infantis.

A CHEGADA DOS 7 ANOS

Quando o corpo está estrutura do e especialmente o cérebro bem formado, também os dentes de leite herdados são eliminados. Inicia-se a segunda dentição. É nessa época que a criança passa para o segundo setênio, apta para ir á escola, a aplicar grande parte das forças, que até então plasmaram seu organismo, no aprendizado, na memória.

Aos sete anos, a criança passa para uma nova fase. Ela sai do ambiente doméstico, familiar, e vai para a escola. Para algumas, isto significa uma pequena crise e medo; para outras, um sentimento de auto-afirmação, orgulho, libertação. O primeiro caso é facilmente superado pela habilidade de um bom professor.

O 2º SETÊNIO - 7 a 14 ANOS

BASE PARA O AMADURECIMENTO PSICOLÓGICO DO INDIVÍDUO

A maturidade escolar a nível físico significa que uma parte das forças que elaboravam os órgãos ao nível da cabeça se emanciparam desse trabalho orgânico, estando livres agora para serem usadas para uma faculdade anímica, a memória e o pensar imaginativo.

Três pequenas fases se sucedem; dos 7 aos 9, dos 9 aos 12 e dos 12 aos 14 anos. Na primeira fase, predomina a formação mais intensiva da cabeça. Especialmente o rosto vai adquirindo sua expressão mais individual. Dos 9 aos 12, poderemos verificar especialmente o crescimento do tórax, bem como o desenvolvimento dos órgãos nele contidos, coração e pulmão.

Nessa época, passageiramente, a relação pulso/respiração atinge o equilíbrio do adulto de 4:1.

Entre o 9: e o 10: ano temos um novo momento de "vivência do eu", em que este se torna mais presente ao nível do sentimento. Nesta época, a criança se sente só, incompreendida, é crítica e necessita de bastante carinho para conseguir relacionar-se socialmente. Geralmente também é a fase do primeiro "amor", quase sempre platônico, passando despercebido pelo outro. Na época dos 12 aos 14 anos, a pré-puberdade, dá-se a grande fase de alongamento dos membros, de crescimento longitudinal.

Não vamos entrar nos detalhes do que ocorre em cada uma dessas três sub-fases. Queremos caracterizar o segundo setênio de maneira mais geral. Em relação ao primeiro setênio, sente-se agora uma interiorização, não há mais aquela entrega e abertura total para com o ambiente, mas uma vida interior mais intensa, e há então troca com o ambiente, especialmente a nível social; é como um grande respirar: interiorização e exteriorização. A criança não respira só o ar, mas todo o mundo ao seu redor. A criança pequena vive o mundo, enquanto que a em idade escolar, precisa de um adulto que seja o elo de ligação entre ela e o mundo. Este elo deve ser uma pessoa que a criança ame profundamente; geralmente o professor ou a professora que passa a ser a "autoridade" amada pela criança. A autoridade amada é o elemento mágico da educação, dessa época. O que aquele professor diz e transmite é o verdadeiro. Se nos lembrarmos de nossa infância, veremos que guardamos apenas os ensinamentos transmitidos pelos professores que amávamos. A atitude básica cultivada nesse setênio é a devoção e a veneração.

Ao nível do pensar, agora a criança tem aptidão para o cultivo da memória; o seu pensar tem caráter mais imaginativo, e ainda não intelectual, lógico; daí o interesse por contos de fadas, lendas, fábulas, histórias da Bíblia, que alimentam a alma da criança. Nas escolas Waldorf esses elementos são usados como material de ensino, pois transmitem as grandes verdades do mundo e da alma em forma de imagens. Somente na época da pré-puberdade é que surge cada vez mais o pensamento lógico a ser então cultivado. Também aqui a fantasia criativa se desenvolve. Uma criança nessa idade permanece por horas em cima de uma árvore ou no sótão, onde constrói "castelos no ar", onde ora é o grande herói, ora o escravo, ora a princesa ou a gata borralheira. Essa fantasia criativa será a base do entusiasmo e da criatividade entre 28 e 35 anos.

A parte rítmica, base do sentimento, é cultivada através de todo um ensino rítmico (maiores detalhes vide literatura especializada), e especialmente através de arte e religião. Arte e religião deveriam permear todo o ensino; não uma religião sectária, que logicamente também nesta fase tem o seu lugar, mas uma atitude "religiosa" perante os três reinos da natureza, o reino mineral as plantas e os animais. Através de um ensino artístico, a criança abre os olhos para o mundo; "o mundo que é belo" precisa ser sentido com toda a força do coração. O repetir constante e rítmico vai permitir um aprendizado que se incorpora não só a nível intelectual, mas em todo o corpo, permitindo o desenvolvimento de uma volição sadia.

Nesta época, também o temperamento da criança se torna bem visível e característico e deve ser levado em consideração, tanto na escola como no lar (vide bibliografia).

Nesta fase também se fundamentam os costumes e hábitos, como por exemplo, os hábitos alimentares, higiênicos ou o de rezar. Se adquiridos nesta fase, muitos desses hábitos irão manter-se por muitos e muitos anos. Igualmente o comportamento dos pais poderá determinar como mais tarde o adulto interagirá no seu casamento ou como irá

liderar um grupo. Nesta época uma couraça de normas nos pode ser inculcada com tal intensidade, que impedirá que desenvolvamos a vida dos sentimentos mais tarde, tais como: menino não chora ou não brinca com bonecas; menina não trepa em árvores, etc. e outras frases que ouvimos constantemente: "Você tem duas mãos esquerdas" ou "Você é a ovelha negra da família" ou então um professor que diz: "Não adianta, você não aprende mesmo". Estas coisas, numa fase posterior especialmente entre os 28 e 35 anos, vão dificultar o desenvolvimento sadio de nossa vida anímica (psíquica).

A intelectualização precoce - que impossibilita o desenvolvimento da fantasia criativa -, a falta de desenvolvimento do sentimento e da atitude de veneração e devoção perante as pessoas e o mundo, e a falta de repetição rítmica constante, do treino, do exercício de persistência, poderão ser os empecilhos para o desenvolvimento de um pensar, sentir e agir sadios em fases posteriores.

O 3 SETÊNIO - 14 a 21 ANOS

A PUBERDADE - O AMADURECIMENTO SOCIAL DO INDIVÍDUO

As modificações corpóreas são intensas e profundas nessa época, especialmente devido ao crescimento dos membros e à maturação sexual, que são acompanhadas pelo desenvolvimento anímico, dando muitas vezes aquele aspecto desengonçado, desajeitado, que se observa nesta época. Rudolf Steiner denomina esta fase de "fase de maturação terrestre", não simplesmente de maturação sexual, pois esta parte é apenas um lado da puberdade. A puberdade representa um limiar; até então, o ser humano era muito mais cósmico e espontaneamente ligado à natureza. Agora ele se liga profundamente a terra e a gravidade da terra começa a tomar conta do seu corpo; ele se torna um "cidadão terreno", capaz de atuar na sociedade, na Terra, e de viver o seu destino. Muitos jovens recuam inconscientemente diante dessa responsabilidade. O número de suicídios entre 12 e 14 anos é muito grande. Outros fogem para as drogas, querendo voltar para aquela situação paradisíaca em que "eu e o mundo" somos um só. Outros ainda tentam não se alimentar, especialmente meninas, para manter a forma de criança. Além dessas, muitas outras formas de fuga se manifestam.

Juntamente com essa descida para a Terra e para dentro de si, vem também uma sensação de grande isolamento, de incompreensão, e a síntese com o mundo tem de ser reconquistada de dentro para fora. Com a puberdade, há um vislumbre da imagem ideal do ser humano. Cada um traz dentro de si essa imagem arquetípica ideal do ser humano; e é na época da puberdade que ela é sentida de maneira mais pura, tornando-se a partir daí a força propulsora do desenvolvimento. O jovem se encontra numa tensão enorme. De um lado ele tem dentro de si essa imagem ideal, do outro lado, através da maturação sexual, há uma solicitação dos seus instintos. É essa tensão que o torna tão difícil. O jovem procura este ideal em si, mas também dentro dos outros. Daí a atitude crítica em relação a todos; o jovem se revolta, tornando-se um revolucionário, ou então se apóia em grupos anulando sua personalidade. Não encontrando um ideal ou um ídolo digno de ser seguido, idolatra qualquer ídolo que encontre ao seu redor, tais como artistas de televisão ou ases esportivos que podem tomar uma dimensão exagerada. A leitura de biografias famosas pode contribuir para que um ídolo seja encontrado.

Nessa fase, onde agora o pensar lógico deverá ser desenvolvido, especialmente através da ciência, vale a frase: "O mundo é verdadeiro". Só consegue transmitir a

verdade do mundo ao jovem aquele que é autêntico e verdadeiro e que acredita no que está ensinando. Nessa época não são mais os pais nem os professores, mas os amigos e especialmente amigos mais velhos (que naturalmente também podem ser encontrados entre os professores) que desempenham um papel importante. É nessa fase que se dá a formação ideológica do jovem. Com os amigos mais velhos o jovem tem o apoio e compreensão que o fazem sair do isolamento.

Também aqui três fases podem ser observadas: de 14 a 16, de 16 a 18 e de 18 a 21 anos. A primeira fase é mais voltada para os fenômenos e mudanças corporais, onde a "organização do pensamento", o interesse pela ciência e pela técnica ajuda a própria organização. Na fase dos 16 aos 18, muitos jovens passam por um período de religiosidade intensa, alguns até querendo tornar-se padres, freiras ou celibatários. Nessa fase nascem muitas poesias e dramas. A fase dos 18 aos 21 anos já é mais voltada para a profissão, portanto, para o encontro do jovem com a sociedade. Uma grande válvula de escape e companheiros de solidão são os diários que surgem nessa fase.

A personalidade que se forma tem cada vez mais consciência de si mesma e se questiona: "Quem sou eu?" "Que aptidões e talentos trago que poderão ser desenvolvidos?". Muitos jovens necessitam de tempo e de várias experiências para encontrar resposta a estas perguntas. Para outros a resposta se torna clara por voltados dezoito anos e meio, quando o "eu" se interioriza ainda mais, atingindo agora a esfera da ação, época da "realização do eu".

Como se pode manter a ligação entre pais e filhos nessa idade? Também agora o pai ou a mãe podem se tornar o amigo, a amiga. Argumentos autoritários só despertam rebeldia. O diálogo de igual para igual torna-se necessário, mas como não há ainda a maturidade total dos 21 anos, a "liberdade" que os jovens exigem nessa fase deve entrar gradativamente e ser balanceada pela "responsabilidade".

A DIFERENCIAÇÃO SEXUAL

A partir da pré-puberdade, a diferenciação sexual torna-se cada vez mais visível. A mulher amadurece mais rapidamente que o homem; a forma do seu corpo denota também as qualidades da alma feminina: mais redonda, mais cósmica, mais espiritual, menos profundamente ligada à terra. (A tonalidade de voz é mais alta, ossos mais leves, hemoglobina do sangue em porcentagem menor, útero e órgãos de reprodução retraídos para dentro do corpo.)

O homem tem seu corpo mais anguloso, ossos pesados, mais terrestre, cérebro mais pesado, hemoglobina em porcentagem mais elevada (portanto quantidade de ferro maior), pensamento mais racional, voltado para a luta, defesa, para a ação. Órgãos sexuais mais baixos e expostos. Os órgãos sexuais têm os elementos masculino e feminino ao mesmo tempo, uma parte se desenvolve, outra regride, dando a diferenciação sexual. Também a nível anímico, tanto o homem como a mulher tem dentro de si a parte feminina da alma (que Jung denomina de "anima") e a parte masculina ("animus"). De acordo com a intensidade do animus, o homem ou a mulher podem ser mais ou menos masculinos. Se predominar a anima, o homem ou a mulher podem ser mais ou menos femininos.

Na fase dos 14 aos 21 anos começa a busca da complementação da alma cada Adão busca sua Eva, cada Eva o seu Adão - primeiro em nível de complementação e, à medida que há o amadurecimento psicológico no decorrer dos três setênios seguintes (21 a 42), haverá a integração dessas partes dentro de cada um.

Poderíamos dizer que durante a vida passamos por três fases do amor. A primeira é mais sexual. Na puberdade mais voltada para o próprio sexo para depois despertar para o sexo oposto. A segunda fase seria do amor "erótico" ao nível do afeto. É uma busca que se passa mais ao nível anímico. A terceira fase, finalmente, é a do amor verdadeiro - de amar a individualidade do outro como ela é e não como eu gostaria que fosse. Amadurecer nesse sentido seria ajudar o desenvolvimento da individualidade do outro. Colocado assim, parece meio esquemático. Naturalmente, muito depende do indivíduo, podendo os três elementos aparecer concomitantemente.

Entre os 14 e 21 anos estas três etapas do amor se esboçam pela primeira vez: sexual, erótico-afetivo (companheirismo) e amor verdadeiro (espiritual), destituído de egoísmo. Reencontramos essas três fases cada uma predominante nas fases seguintes, respectivamente dos 21 aos 28, dos 28 aos 35 e dos 35 aos 42 anos.

AOS 21 ANOS - UMA CRISE DE IDENTIDADE

Com o fim do terceiro setênio, atingimos a maturidade ou maioridade.

Em torno do 21º ano de vida, para muitos jovens ocorrem crises violentas relativas à própria identidade. Muitos jovens têm de se libertar da imagem forte do pai, para conseguirem ser eles mesmos. O mesmo se dá com a filha quanto à influência da mãe. Verdadeiros dramas acontecem em relação a isso. Muitos jovens só conseguem esta libertação da casa paterna ou materna, saindo de casa, mudando de lugar ou "quebrando" estas imagens com violência. São comuns os sonhos de morte dos pais. Só após terem encontrado a sua identidade, têm a possibilidade de voltar para casa como adultos e iniciar uma nova forma de relacionamento. Muito depende dos pais, se estes agora conseguem enxergar o adulto na criança e ter uma relação de igual para igual, base para um bom relacionamento.

O 4º SETÊNIO - 21 a 28 ANOS A FASE DA ALMA EMOTIVA OU SENSITIVA

Começa agora a fase dos 21 aos 42 anos, a grande fase do amadurecimento psicológico e anímico do ser humano. É a fase de luta, segundo a colocação dos chineses, ou a fase expansiva. O que significa esta luta? É a conquista de uma posição na vida, o encontro do local de trabalho adequado a descoberta do(a) parceiro(a) e a formação de uma família. É também o trabalho interno sobre tudo aquilo que recebemos mais ou menos passivamente nas fases anteriores. É como se recebêssemos uma mochila para carregar nas costas, que foi preenchida nos anos anteriores. Dentro dela estão presentes bons e não tão bons. Agora então começamos a andar, vida afora, usando os presentes da mochila, selecionando os, jogando fora alguns, lapidando outros. Agora o grande mestre dessa fase vai ser a vida, através da qual vamos amadurecendo psicologicamente. A pergunta básica desta fase: "Qual minha vivência deste mundo?".

A fase dos 21 aos 28 anos é denominada de "emotiva" porque nossa vida anímica nessa época é cheia de altos e baixos; existe uma grande labilidade emocional,

ora se está no céu, quando se recebe um elogio de um chefe ou da esposa ou esposo, ora "na fossa", se algo desagradou.

A maioria das pessoas inicia a sua carreira nessa fase. Também de certa forma, a mãe de família "inicia uma carreira". Existe aí uma grande criatividade; muitos experimentam e mudam seu local de trabalho e até mesmo a profissão, até encontrarem o local adequado. A insegurança interna, por falta de experiência, é compensada por seguranças externas: por exemplo, status, automóvel, telefones na mesa, um bom salário, aparências.

É a época em que ainda temos o direito de gozar de todas as regalias da civilização moderna: viagens, experiências as mais variadas, e assim como muitas vezes há trocas de empregos freqüentes nesta fase, há necessidade de troca de parceira ou parceiro, até que através dos outros gradativamente encontramos a nós mesmos, e estamos maduros para a escolha da parceira ou parceiro verdadeiro, capaz de trilhar conosco a vida. É uma fase paralela à de 0 a 7 anos, de experimentação, mas agora a nível de vida, a nível anímico (e não corporal como de 0 a 7 anos). Estamos "abertos" novamente e lá fora, na periferia do nosso ser, as nossas capacidades ainda são ilimitadas, tudo é possível. É uma fase de grande criatividade, de grande satisfação de viver e de testar tudo o que foi aprendido especialmente na fase anterior.

O desafio para o desenvolvimento nessa fase é desenvolver o equilíbrio entre os altos e baixos, adquirir uma gradativa segurança interna, principalmente graças à avaliação sistemática do nosso trabalho, independente do meio. Sermos abertos e não preconceituosos. Desenvolvermos empatia perante os fenômenos; exercícios de percepção de uma maneira goetheanística podem ajudar a chegar a esta empatia.

Ao nível do relacionamento, cada qual tem que desenvolver o seu estilo de vida, adaptação mútua, respeito e amor à individualidade do outro, não querer moldá-lo à sua própria maneira. Isto exige uma constante adaptação e trabalho em si mesmo.

O perigo dessa fase é de se adaptar demais, tornando-se uma "vaca de presépio", ou tomar atitudes apreensivas, críticas constantes. O perigo principal é perder-se totalmente no externo, nos prazeres da civilização, ou iludir-se com uma experimentação mais acentuada, como a droga. Uma interiorização necessária na fase seguinte será extremamente dificultada por esse processo.

A CRISE DOS TALENTOS DOS 28 ANOS

Cada ser humano traz aptidões ou "talentos", sentindo intensamente dentro de si a necessidade de colocá-los no mundo. Um dos impulsos de desenvolvimento que trazemos em nós é colocar os talentos trazidos à disposição dos outros seres humanos. Mas viver e colocá-los à disposição dos outros representa apenas colocar algo que nos foi dado no passado à disposição dos outros; não representa, ainda, desenvolvimento para o futuro, mas apenas "viver do passado". Em torno dos 28 anos, este viver do passado, por assim dizer, chega a um fim, e agora as aptidões têm que ser reconquistadas e trabalhadas. Um gênio é 90% transpiração e 10% inspiração - disse Einstein; isto vale especialmente dos 28 anos em diante; até lá somos transportados pelas asas da "genialidade" que depois dessa fase para muitos murcha ou atrofia totalmente. A dificuldade agora é que temos que trabalhar de dentro para fora, com dificuldade e constante esforço; para muitos, esta idade é vivenciada como

crise, que muitas vezes até se manifesta como doença física ou psíquica; para outros o desenvolvimento psíquico pára nesta idade.

O 5º SETÊNIO – 28 a 35 ANOS

A FASE DA ALMA RACIONAL E AFETIVA

A pergunta básica nesta fase é: qual a ordem do mundo e como organizar a si mesmo? A experiência é interiorizada, aos poucos vou sentindo o que é aplicável do aprendido, ou o que não é; como o ambiente me responde ou me aceita, ou se reage contra mim e minhas atitudes. A experiência interna vai crescendo, elaboramos esquemas de trabalho, de organização e até de vida. Planejamos e executamos. Desenvolvemos maior responsabilidade e seriedade no cumprimento do dever. Começamos a liderar cada vez melhor.

Nesta fase, existe a maior rentabilidade no trabalho. Trabalhamos muitas horas sem cansar, rendemos o máximo. Estamos psiquicamente e fisicamente no equilíbrio de nossas forças. a bem-estar nos apóia.

O homem nessa fase se ocupa com carreira, promoção, prestígio, não só na própria organização, mas na sociedade (clubes, sociedades filantrópicas, etc.). A mulher, quando casada, está mais envolvida com a organização do lar, tarefas dos filhos, etc., e conquista a posição social ao lado do homem. Cada um vai se integrando mais em si mesmo, e se não há um bom diálogo e o desenvolvimento de um companheirismo, o perigo da dissociação de interesses nesta fase é muito grande. Ao nível de relacionamento poderemos desenvolver um verdadeiro companheirismo

A desafio para o desenvolvimento nesta fase é a atitude positiva em relação ao outro, tolerância, refreamento de sua opinião: a opinião do outro também pode ser certa. Escutar, ouvir, não só falar, mas criar o espaço para diálogos. A couraça das normas, colocada no segundo setênio, tem que ser reavaliada. Quais as normas que me servem? Quais as que me impedem de atuar como ser humano livre?

Para o homem, a tarefa principal será de integrar afeto e sentimento na sua alma, pois estes foram muitas vezes totalmente abafados na infância: "Menino não chora". Para a mulher a tarefa principal é de desenvolver, ao lado de sua índole e afeto que o ser mãe e mulher já proporcionam, também a parte racional, raciocínio lógico, para a devida compreensão do homem. Desenvolver a força do pensar.

O perigo nesta fase é de que a vida se torne uma rotina (tudo está organizado até o fim da vida!), o perigo de se impor demais ("só eu tenho razão"), portanto de se tornar impositor, orgulhoso e criticar todos os outros. Para o homem há o perigo de se tornar um estranho para a família; para a mulher de se envolver demais com a casa e com os filhos. Só o diálogo sobre as várias tarefas e um companheirismo verdadeiro ajudam a integração familiar.

O 6º SETÊNIO - 35 a 42 ANOS

A FASE DA ALMA DA CONSCIÊNCIA

Estamos mais ou menos no meio da vida e as forças de desgaste, de envelhecimento do nosso organismo começam a se fazer sentir. Não somos mais transportados pelas asas da vitalidade e o nosso trabalho já começa a não render mais tanto. Entramos na fase dos 35 anos aos 42 anos, da alma da consciência. A questão para essa fase é: "como é o mundo realmente e como encontrarei minha própria realidade?". À medida que o desgaste físico vai-se manifestando muitas vezes totalmente no inconsciente apenas (algumas vezes sonhos de morte ligados a isto), eu chego até o cerne de minha alma, à "consciência plena", um novo órgão perceptivo da essência das coisas e de mim mesmo. Questões tais como, "quais são meus princípios de vida?", "quais são meus limites, me aceito com esses limites?", começam a aparecer. A autocrítica, o trabalho da aceitação de si mesmo, expressa a maturidade psíquica que nessa fase deveria ocorrer.

A aceitação de mim mesmo é a base para a aceitação do outro; se não aceito a mim mesmo, como posso aceitar o outro, com seus valores e defeitos? É um período semelhante ao da puberdade, e estando eu dentro de mim, sinto-me isolado e tenho a tendência de olhar criticamente para fora. Pode ocorrer a sensação de um vazio ou de um isolamento: "minha mulher não me entende", "meu marido não gosta mais de mim". Mas são vazios necessários, para que algo totalmente novo possa nascer e levar o desenvolvimento para frente nas fases seguintes da vida. Dessa consciência plena nasce a liberdade interior. A alma da consciência permite enxergar a essência - portanto, a essência do outro -, o que pode levar a um amor verdadeiro (espiritual). Em torno dos 37 anos muita gente se questiona sobre sua vocação, "será que estou na profissão certa?". Assim também muitas mulheres tendo abandonado a profissão pelos filhos, agora sentem uma necessidade cada vez maior de retomá-la.

O desafio nessa fase, para o desenvolvimento, é aceitar o desgaste físico maior, encontrar o ritmo adequado ao seu organismo físico; treinar a contenção e desenvolver o amor e aceitação do próprio destino e assim aceitar e ajudar a desenvolver o destino dos outros. No caso do trabalho, seria o desenvolvimento dos subalternos. No relacionamento mútuo, desenvolver o verdadeiro amor espiritual que transcende qualquer egoísmo. Desenvolvê-la a tal ponto que ambas as individualidades tem lugar para se desenvolver.

O perigo nessa fase é de cair na rotina, cada vez mais. A rotina provoca a sensação de vazio e daí esta rotina tem de ser quebrada por troca de parceiro, álcool, etc.; o outro perigo é o de se sentir ameaçado pelos jovens e querer competir com eles. E, em vez de se respeitar os limites físicos, trabalha-se mais ainda, em fins de semana, férias, etc., o que em poucos anos fatalmente levará a uma "estafa". Ainda um outro perigo é o de se tornar um déspota; Napoleão, aos 35 anos colocou a coroa sobre sua própria cabeça!

A CRISE EXISTENCIAL DOS 42 ANOS

Os 42 anos são sentidos como verdadeira crise existencial. A crise de autenticidade iniciada na fase anterior atinge seu auge. Os 42 anos inauguram os três

setênios seguintes, os anos que os chineses chamavam de sábios. Mas como conseguir esta sabedoria? Eis a grande questão.

A partir desse momento não somos mais transportados pelas asas de nossa vitalidade. Temos que acender a nossa própria luz, ninguém mais a acenderá por nós, e a auto-educação passa a ser a condição primária para o desenvolvimento das fases posteriores. Para muitos o desenvolvimento pára nesse ponto, e o seu desenvolvimento anímico acompanha a curva biológica com franco declínio. Para outros, no entanto, começa o verdadeiro desenvolvimento espiritual. A barreira a ser vencida é grande, e a tentação de começar tudo de novo, em nível de trabalho ou em nível de casamento (encontrar nova mulher ou novo marido) é grande. Muitos expressam e sentem esse elemento na profundidade de suas almas. "Sinto que não é um fim, mas o começo de algo novo". E como um renascer, ocorrendo muitas vezes uma total inversão de valores.

O 7º SETÊNIO - 42 a 49 ANOS **A FASE SOCIAL OU DA ALMA IMAGINATIVA**

As forças de desgaste cada vez mais intensas fazem-se sentir. Isto é um processo natural, que deve ser encarado como tal; como exemplos temos que a vista não se acomoda mais tão rapidamente; perde-se o fôlego ao subir uma montanha; as pernas tornam-se mais finas, etc. Esse desgaste continua aparecendo no inconsciente, nos sonhos; por exemplo, muitas vezes nos dando a impressão de que vamos morrer logo. Mesmo as pessoas mais preparadas, como psiquiatras, médicos, psicólogos, começam a ter medo da morte. Mas como nos podemos preparar para a morte e enfrentá-la, sem conhecê-la? É como um alerta para estruturar o futuro de uma maneira mais consciente pois o que realmente levamos conosco para além da morte? "A vida começa aos quarenta", é uma expressão comum; O que seria este começar aos 40? Esta fase também pode ser comparada ao outono. Em países com estações do ano bem acentuadas, ele é de rara beleza. Maravilhosas cores cobrem todas as árvores e é a época da colheita dos frutos. Mas para quem são os frutos? Será que seremos nós mesmos ou os outros que saborearão os frutos? Entramos na fase da doação, social, altruísta. Os nossos conhecimentos, vivências, experiências, enfim os frutos da nossa vida, vão agora servir aos outros. Quem consegue transmitir isto aos seus jovens colegas de trabalho, ou subalternos, ou aos seus filhos, sentirá dentro de si as possibilidades que oferecem as fases da vida seguintes.

Com a crise existencial chegou-se a um vazio, a um "zero". Pensa-se muitas vezes em começar algo novo, de fazer novos investimentos comerciais. Mas, tendo consciência dos fenômenos acima, de repente surge a pergunta: "Ao invés de agora começar a fazer tudo de novo, ou de arranjar uma mulher ou um marido novo não seria necessário conseguir fazer as mesmas coisas de maneira diferente?"

A sensação que temos nessa época é a de estarmos como que subindo uma montanha. Na caminhada nada enxergamos, porque estamos no meio da floresta e só vemos as árvores a nossa frente. Agora, repentinamente, chegou-se ao cume e avistamos todo um panorama. As correlações dos componentes da "paisagem" se nos tornam visíveis e compreensíveis. Precisamos então saber orientar-nos nessa nova paisagem, enxergar as coisas a partir de um novo ângulo; desenvolver a nossa consciência em grandes imagens. Nesta fase, ocorre uma tensão semelhante à da puberdade: de um

lado os órgãos sexuais, dos quais as forças da vitalidade se retiram gradativamente, às vezes "cobram" necessidades maiores; e de outro lado, são essas as forças agora liberadas que podem ser usadas para uma nova criatividade. Surge aqui um novo "nascimento" de uma criatividade, que se pode iniciar e chegar a desabrochar nas fases seguintes.

O grande desafio é a realização de novas metas de vida não mais materiais, mas talvez mais de ordem espiritual. Se consigo estar em harmonia com as leis espirituais do cosmo, estarei em harmonia comigo mesmo. Um senso de responsabilidade pelos da nova geração vai crescendo, e podemos tentar promove-los e gradativamente passar nossas tarefas cada vez mais para suas mãos.

As crises nessa época ocorrem:

- **a nível físico:** quando queremos tentar manter o ritmo de vida igual ao dos anos anteriores, e, com o trabalhamos mais lentamente, temos de compensar isto com mais horas de trabalho, e isto nosso organismo não aguenta por muito tempo. Se não conseguirmos adaptar o trabalho ao ritmo, agora ao próprio ritmo do organismo, um enfarte, uma hipertensão ou um câncer não demorará a aparecer.

- **a nível anímico:** o homem preocupa-se mais com a perda de sua posição no trabalho ou na sociedade, sente a ameaça dos mais jovens, e tenta compensar isto por certas atitudes que mais corresponderiam a um jovem de 20 anos, tais como adquirir o último carro esporte, vaidade excessiva, ou mesmo a troca da mulher por uma amante bem mais jovem. Quer manter a fase expansiva a todo custo, fundando novas empresas, etc.

A mulher nessa época é muito mais preocupada com a perda da beleza física: procura fazer operações plásticas, tintura de cabelos, etc. Mas muitas vezes ela tenta manter os filhos infantis, apesar de já terem idade adulta, ou então pajeia demais os netos. Algumas mulheres nessa época também querem manter a "fase expansiva" e às vezes até pensam em desfazer uma ligadura nas trompas para ter mais um filho. O vazio sentido exige compensações. A criatividade poderia ocorrer não ao nível biológico, mas ao nível espiritual, já que agora os filhos estão crescidos e já se atingiu uma reserva material e finalmente existe tempo disponível. Essas atividades poderiam manifestar-se ao nível social, cultural, artístico, religioso, para citar só algumas possibilidades.

O relacionamento corre muitos riscos, se aqui não forem encontrados novos valores.

A CRISE DOS 49 ANOS – A MENOPAUSA

Com a perda da menstruação e a perda da possibilidade de reprodução, muitas mulheres sentem-se então realmente "velhas". Mas em realidade esta crise é como outra qualquer e pode ser facilmente superada. Infelizmente só se dá valor aos fenômenos biológicos, e então toda indústria farmacêutica se empenha para vender medicamentos para "prevenir a menopausa" e a "osteoporose", entre eles, os hormônios. Mas o que acontece em realidade? Só lentamente, no decorrer dos anos, é que os ovários deixam de secretar os hormônios, o que ocorre naturalmente. São raros os casos em que esta queda de hormônios é brusca e provoca verdadeiros sintomas desagradáveis tornando necessária uma medicação. Se a menstruação for mantida artificialmente através de hormônios, então realmente não podemos aproveitar essas forças liberadas dos órgãos para a nova criatividade espiritual. Para quem se ocupa no trabalho com a menopausa, não seria igualmente importante focar

este lado da ampliação da consciência espiritual? Assim os sintomas passageiros como labilidade emocional, fogachos, insegurança passageira, não seriam muito mais facilmente superados?

O 8º SETÊNIO - 49 a 56 ANOS

A FASE DA ALMA INSPIRATIVA OU FASE MORAL

É uma fase relativamente harmônica, de interiorização da fase anterior, com certos paralelismos com a fase dos 7 aos 14 anos e dos 28 aos 35 anos.

Na fase anterior aprendemos a enxergar as correlações dos fatos numa certa visão. Agora aprendemos a escutar as perguntas que nos são colocadas. Não importa o que "eu quero realizar" (como na época da fase expansiva), mas o que os outros demandam de mim. Já me torno mais sereno, questiono-me: "Será que o que estou fazendo tem um valor para o mundo, para a humanidade? "Minha vida torna-se minha filosofia. Torno-me objetivo, distanciado, e uma nova religiosidade brota em mim." A criatividade pode-se ampliar no trabalho, posso me tornar o chefe bondoso, ou um "pai verdadeiro", o "líder incontestável". Não só meus filhos de sangue, mas muitos filhos podem chegar-se a mim.

Como mulher posso tornar-me "mãe universal". Ela saberá abençoar, se aprendeu a rezar e venerar entre os 7 e os 14 anos!

A crise para o homem pode significar um vazio maior ainda, a luta contra este vazio é compensada por mais trabalho ou pela "segunda juventude", que só pode levar a fracassos, aumentando a sensação de vazio, e ainda mais a enfartes, cânceres ou depressões.

Na mulher, passada a menopausa, as forças vitais retomam, e muitas vezes há um sentimento de libertação. Algumas mulheres, porém, tem a sensação de que agora é tarde, "nunca tive tempo para nada", agora acabou, e com isso tornam-se tiranas dos outros e de suas tarefas. Algo parecido se passa com o homem que pressente seu fim quando se aposenta.

A CRISE DOS 56 ANOS – A ANDROPAUSA

Para o homem, este aspecto é de caráter mais psíquico não significa perda de potência (que para alguns ocorre mais cedo, para outros só muito mais tarde). É como um lutar contra si mesmo e contra tudo; é uma tormenta num copo de água e geralmente de' mais curta duração que a crise da mulher.

Após os 50 anos as diferenças sexuais vão se apagando, homem e mulher ajudam-se mutuamente a superar essas fases de menopausa e andropausa. E se o casal encontra novos valores espirituais, pode ocorrer um aprofundamento no relacionamento. O conhecimento da individualidade do outro (para amá-la) nasce aos 30 anos e amadurece aos 50. Criou-se uma fidelidade capaz de transpor a morte. Não se pede mais, se dá.

O 9º SETÊNIO - 56 a 63 ANOS

A FASE DA ALMA INTUITIVA OU FASE MÍSTICA

Esta fase que precede a aposentadoria, ou na qual ela se inicia, é uma fase bastante mística, muitas vezes com problemas de saúde e de difícil aceitação psíquica. É a pré-senilidade, as folhas do outono caíram, começa o "inverno". É a fase onde reavaliamos nossos valores, olhamos para trás, como foi nossa vida, o que alcançamos e o que deixamos de alcançar. "O que vamos levar de tudo isso para além da morte?" "Quanto tempo perdi!" "Não há mais tempo..." são expressões comuns ou então "só espero me aposentar para...".

Nessa época podemos ter o encontro da realidade espiritual verdadeira, daí a denominação de "fase mística". A pessoa pode se tornar um verdadeiro "guru". Não é à toa que os papas, mas também dirigentes de países ou regentes de orquestra tem idades avançadas, aproveitando o novo "órgão perceptivo" que só a fase da "sabedoria" se permite desenvolver.

Novamente encontramos-nos isolados, dentro de nós mesmos, e olhamos criticamente ao nosso redor, ou de nós emana a verdadeira luz que agora foi interiorizada. É a fase da abnegação (se no primeiro setênio conseguimos desenvolver a confiança básica). Porém, podemos ter nos tornado pessoas amarguradas e cheias de rancores.

Questões como estas se levantam: "Será que vamos morrer sadios, ou ainda teremos que aprender a conviver com a doença? "

A percepção externa diminui, mas a vida interna pode aumentar incrivelmente - daí a possibilidade de desenvolvimento artístico. O artista não se aposenta! Podemos escrever nossa biografia, avaliar perdas e ganhos e descobrir o que falta ser desenvolvido. "Qualquer momento da vida é tempo de começar algo" e de trabalharmos sobre algo que a vida nos deu oportunidade para desenvolver anteriormente.

No relacionamento, muitas vezes palavras não são mais necessárias; mas sentar-se juntos em silêncio para ver o pôr-do-sol expressa a harmonia em que os dois se encontram. Se esta harmonia não foi encontrada, o casal se irrita constantemente com os costumes do outro (por exemplo, a maneira de assoar o nariz, de roncar, de comer) e a vida dos dois pode se tornar um inferno.

AS FASES FINAIS

Depois de ter completado os ciclos planetários, pode-se dizer que a entidade humana se liberta dessas influências, elas passam a não influenciar mais, nem de forma positiva, nem de forma negativa. Para muitos, isto significa a morte em torno dos 63 anos; para outros começa uma fase bastante produtiva.

Seria a fase da senilidade. Muitos que talvez na fase anterior, entre 56 e 63 anos, já estavam doentios ou mesmo doentes, agora podem se tornar sãos novamente. Naturalmente isso depende de como foi a infância, pois esta fase está intimamente ligada à infância, e muitos idosos não vivem o presente ou o ontem, mas épocas bem anteriores, da infância e da juventude. Uma certa morosidade de pensamento e ações é natural, a inflexibilidade para com mudanças e costumes, a importância das refeições regulares e o prazer com as mesmas, são aspectos que devem ser considerados. Igualmente importante é uma garantia de sobrevivência

financeira (para se poder ter a devida serenidade). Muitos velhos cultivam flores e o seu jardim passa a ser novamente importante; ou então confeccionam brinquedos para netos e netas. Ser avo ou avó pode ser um aspecto importante para a velhice. E quais são os netos que não gostam de escutar contos de fada, que vovô ou vovó sabem contar tão bem?

Pouco a pouco as portas para o mundo, os órgãos dos sentidos, vão se fechando, e a vida interior dos velhos é a parte mais importante. Quanto mais rica for, melhor eles se sentirão. Se ficarem voltados apenas para o materialismo, a mesquinhez em relação às suas posses pode se tornar excessiva. Gradativamente, à medida que as forças físicas vão diminuindo, a luz interna pode crescer - a luz externa da criança se interiorizou totalmente no decorrer da vida e o velho começa a luzir de dentro, cumprindo a sua evolução de ser humano na nossa terra, e levando esta luz metamorfoseada para além morte, de volta ao cosmos. O medo da morte, que em muitos já existe desde a juventude, pode ser superado em grande parte pela consciência dos acontecimentos que ocorrem com a alma e o espírito após a morte. Na literatura antroposófica de Rudolf Steiner podem ser encontradas referências a inúmeros desses aspectos.

Extraído do caderno “Higiene Social – A Biografia Humana”, da Dra. Gudrun Burkhard