Appunti di ricerca sul tema della biografia umana

(maggio 2004)

Quest'anno con Andrea e Dianella abbiamo affrontato il tema della nostra biografia, alla luce delle offerte conoscitive steineriane.
Perché questo tema? Un motivo è certamente l'interesse di fondo verso una comprensione sempre più approfondita del proprio percorso di vita. Altri spunti più concreti ci sono arrivati dalla sintesi di un corso frequentato da Dianella a Santa Certa l'estate scorsa sul tema: "Venere nella biografia personale", e dalle "lezioni sulla biografia" (tenute da Francesca Ghelfi durante un corso settimanale di Arte della parola, frequentato da Andrea e Dianella).

Il nostro intento comune è stato in un primo tempo di cominciare a familiarizzare con queste offerte conoscitive sulla biografia umana per poi provare a intraprendere un "lavoro" personale di "lettura" della propria vita, alla luce di questi spunti conoscitivi.
È stato interessante vedere la differenza di *metodo* proposta da ciascuno di noi e ancora prima la differenza di *approccio*. Tendenzialmente Andrea e Dianella sono sembrati più restii a ricollegarsi col proprio passato e con i propri ricordi, in modo sistematico, mentre Maria Angela sembrava viverlo con più naturalezza.

Per il lavoro di ricerca personale sulla propria biografia ognuno ha proposto un suo *metodo* e abbiamo deciso che ognuno avrebbe seguito il suo.
Andrea: partire da alcuni ricordi, anche slegati fra loro, e solo in un secondo momento cercare dei fili conduttori di tutto il percorso.
Dianella: suddividere la propria vita in grandi periodi e provare a caratterizzarne le caratteristiche essenziali.
M.A.: provare a fissare alcune tappe/eventi fondamentali, seguendo la cronologia dall'infanzia in poi, e da lì partire per un lavoro di lettura del proprio percorso.

Ci sono state delle serate dedicate all'approfondimento conoscitivo e altre in cui uno o più di noi hanno offerto agli altri l'inizio del loro lavoro di ricerca personale. E questi sono sempre momenti di profonda comunicazione e comunione reciproca.

Gli appunti che seguono non sono il racconto dei nostri interventi personali, ma sono solo la traccia del mio studio per poter offrire alcuni *spunti conoscitivi di base*, per la nostra ricerca.
Si presentano in forma volutamente schematica e non intendono assolutamente sostituire una lettura personale dei testi. Alcune conoscenze di base dell'antroposofia (come per esempio la triplice natura dell'uomo suddivisa in corpo, anima e spirito) richiederebbero da sole un approfondimento e una trattazione autonoma.

Scrivo di seguito la **bibliografia** su cui ho lavorato:

- *Rudolf Steiner*: Teosofia, Antropologia, Educazione del bambino e preparazione degli educatori, La saggezza dei Rosacroce, Il vangelo di Giovanni, tutti editi da Editrice antroposofica Milano.
- *Robert Gorter*: Seminario sulla biografia (settembre 1996), quaderno edito dall'Associazione amici della scuola steineriana di via Clericetti
- *Michaela Glocker*: Le doti e gli impedimenti dei bambini, Edizioni Arcobaleno
- *Norbert Glass*: La terza età, Edizione Natura e Cultura
- *Pietro Archiati*: Le chiavi della vita (convegno del maggio 2001), Edizione Il Ternario (vedi grafici allegati in fondo al testo)

Approfondimenti conoscitivi per lavorare sulla BIOGRAFIA

Indice

1. Le parti costitutive dell'essere umano.
2. La "nascita" delle quattro parti costitutive.
3. Rapporto delle parti costitutive dell'essere umano con le parti del mondo sovrasensibile.
4. La suddivisione dei primi 9 settenni in 3 triadi di 3 settenni l'una.
5. Caratteristiche principali dei primi 3 settenni.
6. Dopo il 63-esimo anno.
7. La biografia dalla fanciullezza alla vecchiaia in relazione alle tre attività animiche dell'uomo: pensare, sentire, volere. Il *volere senziente* della fanciullezza si tramuta in *pensare senziente* nella vecchiaia.

1.Costituzione dell'essere umano

La suddivisione delle varie parti costitutive
Corpo fisico
Corpo eterico
Corpo astrale – anima senziente
Io – anima razionale – anima cosciente
Sé spirituale (corpo astrale trasformato dall'Io)
Spirito vitale (corpo eterico trasformato dall'Io)
Uomo spirito (corpo fisico trasformato dall'Io)

Corpo fisico	È la parte che l'uomo ha in comune con il regno minerale
Corpo eterico	È la parte che l'uomo ha in comune con il regno vegetale e animale. È il formatore, l'architetto del corpo fisico, il suo abitatore. È l'autore di tutti i processi vitali dell'uomo (respirazione, crescita, secrezione, digestione, riproduzione ecc.). È quell'insieme di forze che rendono vivo il corpo fisico. È una forza vitale che non si vede con i sensi fisici.
Corpo astrale *o* *Anima senziente*	È la parte che l'uomo ha in comune con il regno animale. È la sede delle *sensazioni* che si vivono entrando in contatto con il mondo attraverso i sensi fisici. È la sede della vita di sentimento: gioie, dolori, brame, passioni.
Io *o* *Anima razionale e anima cosciente*	È la parte che è propria solo dell'uomo. Grazie all'Io l'uomo ha coscienza di sé. Nessuno può dire "Io" se non ciascuno solo per sé stesso. È la parte più recondita, più completamente diversa e unica di ogni individuo. Attraverso il "lavoro" dell'Io l'uomo può sviluppare il suo spirito. Compito dell'Io è quello di trasformare le altre parti costitutive, attraverso un lento e graduale processo evolutivo.

Anima senziente	È l'insieme delle sensazioni provenienti dalle percezioni dei sensi esterni e dai propri impulsi e sentimenti interni (gioia dolore ecc;).
Anima razionale	E'il pensiero che l'uomo fa riguardo alle sensazioni dell'anima senziente. Un pensiero che trascende l'esperienza immediata.
Anima cosciente	È quella parte di verità spirituale e di bene morale che l'uomo raggiunge via via nel suo cammino evolutivo. È ciò che di eterno risplende nella sua anima.

2. La nascita delle quattro parti costitutive in relazione ai primi tre settenni. Nascita delle tre attività animiche: pensare, sentire, volere

Alle quattro parti costitutive dell'essere umano corrispondono altrettante "nascite" nei primi tre settenni della vita terrena. Ciascuna parte è presente fin da subito nell'essere che si incarna, ma rimane come "protetta" da un involucro che poi si stacca al momento della "nascita" effettiva.

L'involucro *fisico* (che è l'utero materno) si stacca dal corpo fisico al momento della nascita con il taglio del cordone ombelicale. L'involucro *eterico* e l'involucro *astrale* (invisibili agli

occhi) si staccano dal corpo eterico e dal corpo astrale rispettivamente all'inizio della seconda dentizione e all'inizio della pubertà.

Schematicamente si può parlare di quattro *fasi* di sviluppo dell'essere umano e delle sue facoltà animiche.
I fase: la nascita del *corpo fisico*
II fase: la nascita del *corpo eterico* (che avviene fra i 6 e gli 8 anni con la seconda dentizione). È il momento in cui si rendono indipendenti le forze eteriche vitali che fino a allora avevano operato nel bambino per la formazione dei suoi organi fisici. Queste forze eteriche appaiono in forma di *attività di pensiero*. È il momento dell'inizio dell'età scolare.
III fase: la nascita del *corpo astrale* (che avviene fra i 12 e i 16 anni con la pubertà). È il momento in cui si rendono indipendenti le forze del *sentimento* che prima erano molto legate al resto dell'organismo.
IV fase: il periodo in cui si completa la formazione dell'*Io* (verso i 20, 21 anni). È il momento in cui si liberano le *forze di volontà*, che si emancipano attraverso la attività creativa del pensiero autonomo.

Possiamo dire che:
l'uomo deve il suo PENSARE alla "nascita" delle forze eteriche
l'uomo deve il suo SENTIRE alla "nascita" delle forze astrali
l'uomo deve il suo VOLERE alla "nascita" dell'Io

Finché l'eterico e l'astrale sono protetti dall'involucro, non si può agire direttamente sulla formazione dei loro caratteri costitutivi. Lo si può fare solo indirettamente offrendo all'essere umano, che sta crescendo, il giusto "nutrimento". Per esempio l'eterico, che è portatore della facoltà della memoria e del pensiero, finché è protetto dall'involucro deve potersi sviluppare soltanto "naturalmente" per imitazione, sentendo parlare e recitare l'adulto, senza venire costretto da uno studio razionale o dalla lettura di testi scritti. Così come avviene anche per l'apprendimento naturale delle lingue.

La natura dell'uomo e il compito dell'Io
L'uomo vive tre forme di conoscenza, di contatto con il mondo:
- tramite i sensi ha le *percezioni*
- tramite le impressioni (positive e negative) che le percezioni suscitano in lui, ha le *sensazioni*
- tramite il lavoro del pensiero, elabora delle *cognizioni* sulla natura intrinseca delle cose.

A questo triplice modo di congiungersi con la realtà corrispondono tre aspetti della natura dell'uomo:

– il *corpo* che percepisce le cose tramite i sensi
– l'*anima* che vive le sensazioni dentro di sé, le gioie i dolori ecc;
– lo *spirito* che indaga la vera essenza delle cose.

Se si vuole provare a descrivere in forma di immagine il rapporto dell'Io con le tre parti della natura umana si può dire che l'Io vive nel corpo e nell'anima come in un involucro e, a sua volta, l'Io è involucro per lo spirito che vive in lui.

Il "lavoro" che l'Io compie sulle varie parti costitutive del proprio essere umano incarnato, è il senso stesso delle numerose vite terrene di ogni singolo uomo.
In altre parole l'uomo si incarna più volte nei secoli, per poter compiere un lavoro di *trasformazione di sé stesso*.

- Nella nostra attuale epoca l'uomo ha la possibilità di lavorare alla *trasformazione* del proprio *corpo astrale*, acquistando gradualmente un dominio interiore sulle proprie brame e passioni che nel remotissimo passato erano completamente allo stato brado. Steiner chiama *Sé spirituale* la parte di corpo astrale trasformata dall'Io.
- Il lavoro per *trasformare* il *corpo eterico* invece riguarda ciò che ha a che fare con il temperamento, con le facoltà intellettuali, con le proprie caratteristiche peculiari. È un lavoro che fa progressi molto lentamente ed è importantissimo per il cammino interiore dell'individuo. Steiner chiama *Spirito vitale* la parte di corpo eterico trasformata dall'Io.
- Il lavoro più difficile, e ancora molto lontano per l'uomo attuale, è quello di *trasformare* il *corpo fisico.* Questo lavoro comincia modificando il processo di respirazione che a sua volta modifica la costituzione del sangue. Steiner chiama *Uomo spirito* la parte del corpo fisico trasformata dall'Io.

3. In che rapporto sono le quattro parti costitutive dell'uomo con le "parti" del mondo sovrasensibile

Le parti costitutive dell'essere umano sono collegate con il mondo spirituale anzi hanno la loro origine nei mondi spirituali. Quali sono questi mondi spirituali? Sono:
– Il mondo astrale o immaginativo
– Il mondo dell'armonia delle sfere o ispirativo o Devachan inferiore
– Il mondo della vera intuizione o Devachan superiore

E, contrariamente a come si potrebbe pensare, le 4 parti costitutive dell'uomo hanno la loro origine spirituale – che Steiner chiama "coscienza" – nei mondi più "lontani" dalla loro caratteristica predominante. Così:
– Il corpo fisico ha la sua coscienza nel Devachan superiore
– Il corpo eterico ha la sua coscienza nel Devachan inferiore
– Il corpo astrale ha la sua coscienza nel mondo astrale

– L'Io ha la sua coscienza nel mondo fisico

4. La suddivisione dei primi 9 settenni in 3 triadi di 3 settenni l'una

Il quadro schematico disegnato da Dianella è un ottimo schema visivo delle principali caratteristiche delle varie triadi.

– Nella prima triade (da 0 a 21 anni) avviene gradualmente lo "sviluppo corporeo" della persona umana, nelle sue parti costitutive.
– Nella seconda triade (da 21 a 42 anni) si sviluppa più coscientemente la "parte animica", nelle sue tre facoltà del pensare, sentire e volere. Attraverso una graduale crescita dell'anima senziente, dell'anima razionale e dell'anima cosciente.
– Nella terza triade (da 42 a 63 anni) *può* avvenire lo sviluppo più cosciente della "parte spirituale", non più per un processo naturale, ma soltanto per libera iniziativa individuale.
– Dopo i 63 anni continua lo sviluppo dell'elemento spirituale nell'uomo, per cui a fronte di un graduale diminuire dell'energia fisica e del deperimento delle forze vitali, si può sperimentare un aumentare delle forze spirituali e di coscienza.

5. Caratteristiche principali dei primi tre settenni

Primo settennio (infanzia)

Lo sviluppo fisico è centrato sulla maturazione del *sistema neurosensoriale*.
Per il lattante il senso del tatto (quindi il sentirsi accarezzato e curato con amore) è un veicolo fondamentale per il suo sviluppo. Anche l'udito è importante: il tono di voce delle persone intorno a lui.
Il bambino piccolo è completamente dipendente dall'ambiente che lo circonda, in particolare dalla mamma. L'atmosfera e l'ambiente intorno a lui influiscono sulla sua costituziopne fisica, sulla formazione dei suoi organi.
Il bambino assorbe le armonie e disarmonie che lo circondano, le percepisce con speciali "antenne".
Tende molto all'imitazione. È molto ricettivo. Non discorsi morali né insegnamenti razionali agiscono su di lui, perché il suo corpo eterico – sede dello svilupparsi delle forze di pensiero e della memoria – è ancora protetto dal suo involucro e perciò non si può agire direttamente su di esso.
Il bambino piccolo si abbandona con fiducia assoluta nelle mani di chi lo accudisce. Porta con sé dal mondo spirituale questa fiducia. Se poi tale fiducia non viene corrisposta questo avrà un influsso negativo per il suo futuro.
Nei primi 3 anni acquisisce tre facoltà fondamentali: stare in piedi, camminare, parlare.

Le conseguenze di ciò che avviene nel primo settennio si manifesteranno nel nono settennio a livello di possibili malattie o fragilità fisiche.

Secondo settennio (fanciullezza e preadolescenza)
Le forze eteriche si liberano dal loro involucro e cominciano a dare vita all'attività del pensiero e della memoria.
A livello fisico si completa lo sviluppo degli organi connessi con il *sistema ritmico* (cuore, respirazione, circolazione).
Avviene il cambio dai denti da latte e cominciano a crescere i denti permanenti.

È l'età della scuola. Prendono molta importanza la figura del maestro e quelle dei compagni. A livello animico si sperimentano più coscientemente forti correnti di simpatia e antipatia.

Fondamentale per una buona crescita sarebbe poter fare l'esperienza di un'*autorità da venerare* (la figura del maestro) cui il bambino possa dare il massimo credito.
Il bambino è molto sensibile alle qualità morali delle persone che lo circondano.
La figura dell'adulto che si occupa di lui non dovrebbe essere né dittatoriale, perché lo bloccherebbe, né inconsistente, ma dovrebbe permettere al bambino una naturale alternanza ritmica di inspirazione ed espirazione.
A questa età il bambino porta con sé un forte senso religioso che può venire nutrito oppure spento, dalle persone che lo educano.
Venerazione e *rispetto* sono le forze reali mediante le quali il corpo eterico cresce nel modo migliore. Dove manca la venerazione, deperiscono le forze vitali dell'eterico;

Due elementi fondamentali dovrebbe contenere l'insegnamento della scuola: 1) accostare il bello, 2) sentire che c'è qualcos'altro oltre il mondo fisico, così come lo si percepisce con i sensi. ("l'essenziale è invisibile agli occhi" dice Saint Exupery). Non discorsi astratti influiscono sul fanciullo ma vive *immagini*.

Le conseguenze di ciò che avviene nel secondo settennio si manifestano nell'ottavo (fra i 49 e i 56 anni).

Terzo settennio (adolescenza e giovinezza)
A livello fisico si completa lo sviluppo degli organi sessuali e delle membra, gli arti si allungano. Si sviluppano il *sistema del ricambio e metabolico*.

Si sviluppano principalmente i processi animici del corpo astrale.
Solo dopo la nascita del corpo astrale l'adolescente può misurarsi con concetti astratti, e non più solo con una conoscenza per immagini. L'adolescente può iniziare a formarsi un

suo giudizio. Ha molto bisogno di accostare materie scientifiche (l'algebra, le scienze naturali, la matematica) in cui il vero e il falso siano sperimentabili.

L'adolescente comincia sentire che bene e male non sono solo fuori di sé ma anche dentro di sé. È attirato da due estremi: dai grandi ideali, ma anche dai lati oscuri della realtà e di sé stesso. Si potrebbe dire che sperimenta la "cacciata dal paradiso". È il periodo in cui si sveglia alla sessualità, lascia di colpo la fanciullezza.

Le conseguenze di ciò che avviene nel terzo settennio si manifestano nel settimo (fra i 42 e i 49 anni).

6. Dopo il 63° anno

Il periodo che segue al 63° anno è come una nuova fase della vita dell'uomo. Nuova perché non si è più sotto la diretta influenza del sistema solare e dei pianeti. È un'età che può portare notevoli slanci di una nuova libertà, una sorta di nuova giovinezza dell'anima.
Si possono sviluppare tre caratteristiche spirituali, che sono in stretta correlazione con le esperienze dello stesso genere vissute nell'inganzia.

- La capacità di provare meraviglia
- La capacità di pregare
- La possibilità di benedire e perdonare

Un lavoro importante che si può intaprendere a partire da questa età è cercare di comprendere lo svolgimento della propria vita, gli eventi anche dolorosi e difficili vissuti nelle varie fasi, con un atteggiamento obiettivo, disposto a coglierne il significato profondo. Fino a raggiungere una vera *riconciliazione* con tutti i fatti della propria esistenza, soprattutto con gli eventi e le persone che ci hanno creato più difficoltà. Prendere coscienza del proprio destino e del suo svolgimento, capirne l'intrinseca "saggezza". Perché saggezza? Perché ci si può accorgere che spesso proprio dalle vicende più impegnative sono potute nascere occasioni evolutive fondamentali per noi. Si può arrivare a fare la pace con gli ostacoli maggiori incontrati nella propria vita, perché si riesce a coglierne l'aspetto fecondo.

Verso il 63° anno può sopraggiungere una crisi. È possibile che si manifestino malattie latenti da tempo. Può essere un momento cruciale di svolta o verso un periodo di forte evoluzione spirituale – *a dispetto dell'invecchiamento fisico* – oppure di deperimento crescente fino alla morte.

Si può accedere a una vera libertà interiore e allora si sperimenta che l'autonomia dello spirito *si può elevare* al di sopra delle infermità del corpo.

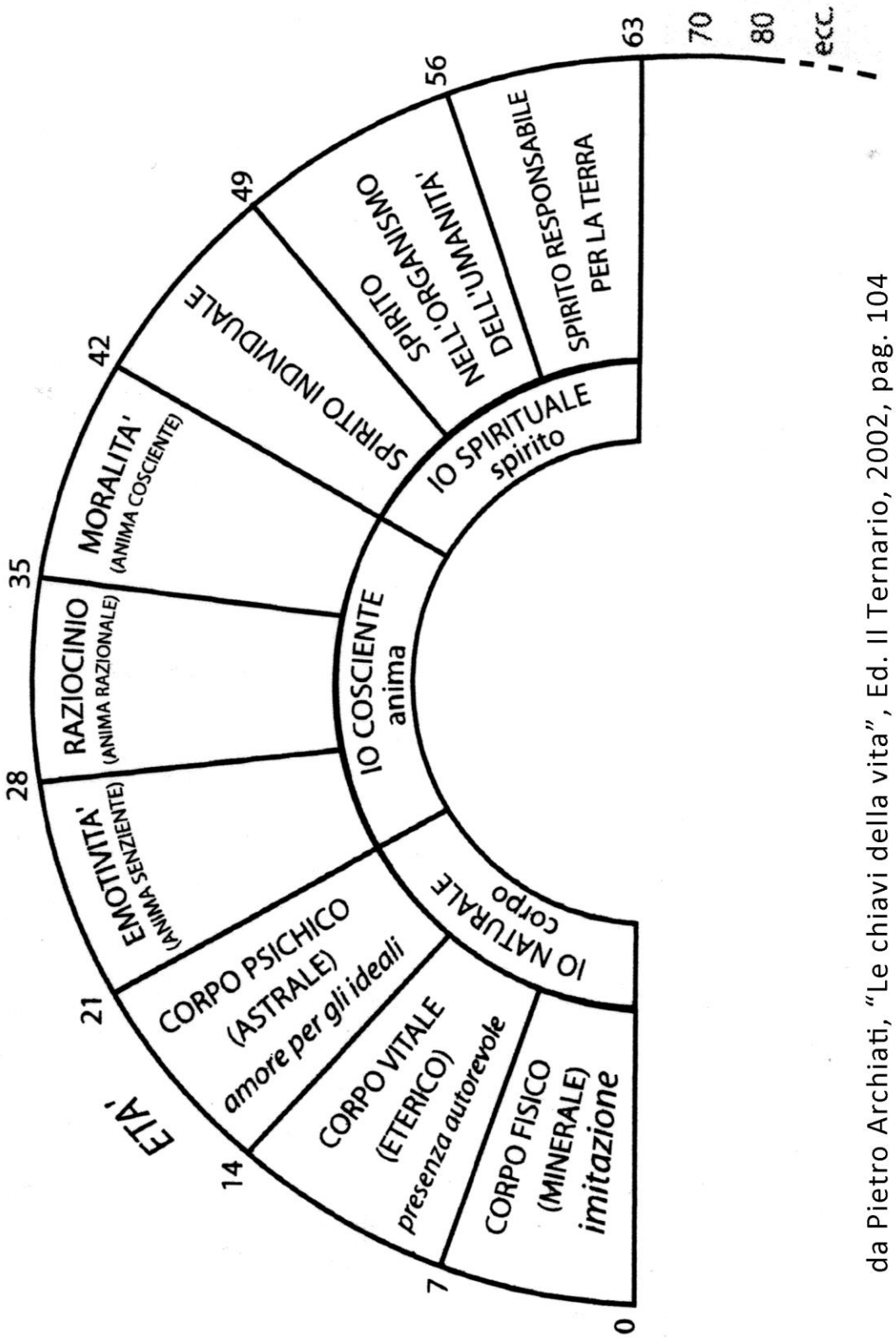
7. La biografia dalla fanciullezza alla vecchiaia in relazione alle tre attività animiche dell'uomo: pensare, sentire, volere. Il *volere senziente* della fanciullezza si tramuta in *pensare senziente* nella vecchiaia.

Nell'infanzia il bambino vive un'unione strettissima fra *sentire* e *volere*. Tutto quello che sente si trasforma immediatamente in movimento fisico o animico: sgambettare, correre, arrampicarsi, piangere, ecc.

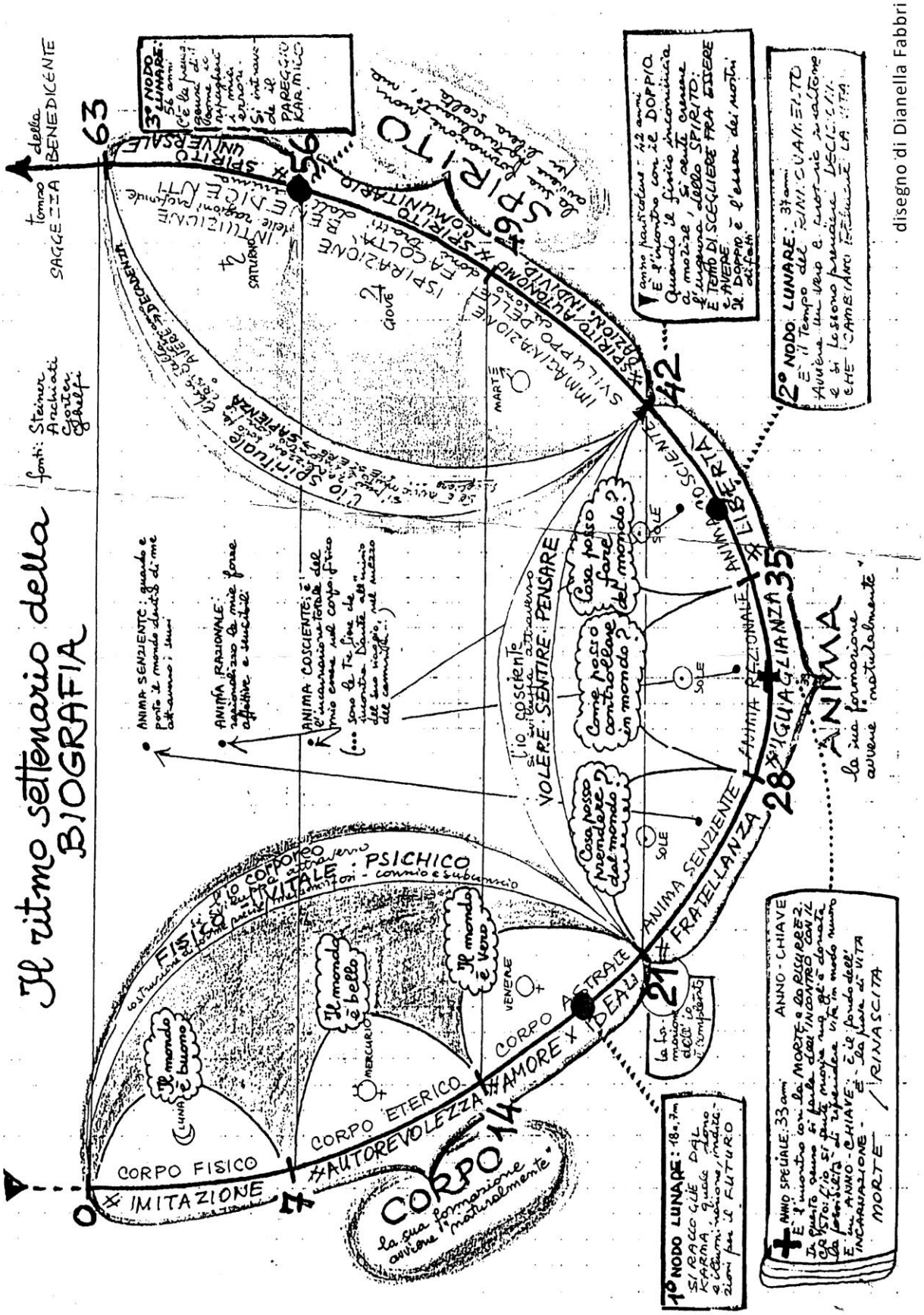
Poi, man mano che la persona avanza negli anni, aumenta in lei la saggezza accumulata nelle esperienze vissute e allora il *sentire* si distacca dal *volere* e si unisce maggiormente al *pensare*.

Persona saggia è colei che ha saputo congiungere sempre meglio le proprie idee con il proprio modo di essere e di vivere. È colei che è in grado di offrire dei pensieri pieni di calore e aderenti alla realtà in modo concreto e personale e non invece teorie astratte e fredde, del tutto slegate dalla vita reale.

Nella vecchiaia ben vissuta, dice Steiner, il *volere senziente* del bambino si tramuta in *pensare senziente*.



da Pietro Archiati, "Le chiavi della vita", Ed. Il Ternario, 2002, pag. 104



disegno di Dianella Fabbri