

Rudolf Steiner og overgangsalderen

Bevidst og Kærlig Overgang

Filosoffen og mystikeren Rudolf Steiner udtænkte en teori om menneskelig udvikling baseret på syvårs faser, som forbindes til astrologien. Faser som vi alle skal mestre, som vi udvikler os gennem livet. Hver fase har sine udfordringer og gaver.

Rudolf Steiner har bl.a. udtænkt pædagogiske anvisninger, som bygger på disse faser og følges i Steiner vuggestuer, børnehaver, skoler og Steiner HF. Det er helt grundlæggende i pædagogikken at betragte barnet/mennesket alt efter, hvor det er i sin syvårsfase.

Grunden til jeg har det med her på Bevidst og Kærlig Overgang er, at det giver meget godt mening i forhold til at forstå det skift, der er i vores spirituelle opvågning i årene op mod, gennem og efter overgangsalderen.

I forhold til hvad du har hørt mig fortælle tidligere i dette modul, så giver Steiners filosofi nogle andre ord på, hvad du kommer fra, hvad du skal møde, og hvad du skal igennem og stå i som menneske i de forskellige perioder af dit liv. Også dine kommende syvårsfaser.

Du får også en kort oversigt over de syvårsperioder, der ligger *før* din nuværende alder. Selvom denne oversigt giver et spændende indblik i den spirituelle opvågning, så vid at oversigten er meget forkortet i forhold til alt det, som Steiner har sagt om disse faser af vores liv.

Rudolf Steiners filosofi er ikke den nemmeste at forstå. Derfor har jeg til denne tekst brugt info fra to engelske Rudolf Steiner-sider til at skrive teksten her.

Håber du også synes, det er interessant, hvordan Steiner beskriver sjælens vækkelse fra syvårsperiode til syvårsperiode. Og hvor tydeligt det er, at overgangsalderen virkelig *ér* en STOR overgang/opvågning/genfødsel.

Hver syvårsperiode er forbundet med en planet, så derfor har jeg skrevet korte stikord, der beskriver det som både planeten og fasen repræsenterer.

Lad os starte!!

God fornøjelse!

Grethe

© Grethe Lous - Bevidst og Kærlig Overgang

0-7 år:

Fra enhed med moderen til voksende autonomi. De første år kan barnet ikke skelne mellem sig selv og moderen. Der er en energetisk navlestreng, som testes for til sidst af knække, når barnet skal starte i skole. Steiner mente faktisk at barnet havde bedst af at blive passet hjemme indtil skolestart. I dag ser vores hverdag anderledes ud, og denne energetiske navlestreng strækkes tidligere, fordi de fleste børn passes ude allerede som helt små.

Sjælen inkarnerer mere og mere, og det er derfor barnet bliver stærkere og kan kravle og gå og løbe. Den styrke gør også, at barnet kan mærke sig selv bedre. I løbet af denne tid arbejder de psykiske kræfter for at omdanne barnets krop fra en, der blev arvet fra forældrene til en, der repræsenterer barnets egen fulde personlighed.

Denne livsfase er forbundet med Månen, der symboliserer følelser, behov, sensitivitet, lyst, omsorg, opvækst, moderen, næring.

7 - 14 år:

På dette tidspunkt tager barnets fantasi fat, og barnet begynder at føle livet mere. Der sker store energiskift, hvor bl.a. børnesygdomme gør, at barnet "kæmper" for at inkarnere mere, og kroppen (immunforsvaret) gøres klart til, at livskraften kan yderligere manifestes (dette er også noget anderledes i dag, da mange ikke har børnesygdommene mere).

"Kampen" mod sygdomme, gør at barnet hormonelt forberedes på teenageårene. Barnet er landet mere i kroppen, og mod slutningen af denne periode, åbnes der for at blive et seksuelt væsen.

Denne livsfase er forbundet med Merkur, der står for kommunikation, tale, lytte, indlæring, det mentale, viden, logik, objektivitet, overblik.

14 - 21 år:

Steiner beskrev, at vores følelser findes i et bestemt aspekt af vores ånd, som han kaldte astrallegemet. Det æteriske legeme er ren livsenergi med sin egen intelligens. Den er nødvendig for, at den fysiske krop kan fungere og være sund.

Astrallegemet er et andet lag af energiområdet, der omfatter det menneskelige energifelt. Det astrale aspekt af energifeltet indeholder de følelser, som i denne periode blusser op som en vild hest og kræver opmærksomhed og udnyttelse.

I denne periode forsøger vi at stå overfor og tage de første skridt mod at integrere de stærke følelsesmæssige og instinktive energier, som ligger i den menneskelige sjæl.

Vi er meget lidt forberedte på en sådan konfrontation, hvorfor denne periode virker så forvirrende og fyldt med fejl i dømmekraft og adfærd. Derfor kan unge mennesker i denne alder finde på at gøre nogle rigtig dumme ting.

Denne livsfase er forbundet med Venus, der repræsenterer ærlighed, omsorg, værdier, udstråling, nærvær, glæde, sanselighed, kvindelighed, livsglæde, fornøjelser, harmoni, partnerskab, seksualitet.

21 – 28 år:

Det unge menneske leger voksen, hvilket manifesteres som ansvarlighed. Vi bliver tvunget til at se livet i et bredere perspektiv. Kroppen er fysisk stærk.

I begyndelsen og midten af 20'erne får vi en form for kontrol over vores følelser og begynder at integrere vores rationelle evner, hvilket giver os større kontrol over vores handlinger.

I løbet af disse år er de fleste sunde, fulde af energi og livslyst. I mellemtiden er vores fysiske kræfter opsplittet. Det er almindeligt for unge at føle en vis uovervindelighed og endda arrogance. Mennesker i denne alder er ofte besat af vild entusiasme, uafhængighed og hensynsløshed. De tager risici, spiller hårdt, og begår ofte fejl.

Fra midten af 20'erne banes vejen for en voksende modenhed, der langsomt tager fat, når vi kommer ind i de senere 20'ere og begynder at se på den nærliggende milepæl på 30 år. Når vi nærmer os 30, begynder vi at føle behovet for at blive en mere ansvarlig voksen.

Faktisk falder begivenhederne sammen med disse følelser og behov. Folk gifter sig og får børn i løbet af denne tid. Unge mænd er nødt til at vokse op, få stabile job tidligt i livet, og sørge for deres koner og børn. For mange vil de vilde år være forbi. Ansvarlet begynder at binde os fast.

I stedet får vi fornemmelse for og oplever de første tegn på vores talenter og særlige evner. Vi vågner op til et kald, som vi føler os særligt tiltrukket af. Vi lander i livet og begynder at blive mere praktiske.

Vi lærer også at tænke på andre mennesker end os selv. Vi bliver "udstrakt" for at se livet bredere og mere uselvisk.

Steiner sagde, at det mytologiske dyr Centaur - halv mand/halv hest - karakteriserer denne periode. Vi er stadig drevet af vores dyreimpulser, men vi lærer at tage hånd om den del af os, fordi de højere evner (højere bevidsthed) bliver mere tilgængelige for os.

Denne syvårsfase er forbundet med Solen, der symboliserer selvet, egoet, skaberkraft, vilje, personlighed, autoritet, selvværd, individualitet, udstråling, gennemslagskraft, autoritet, faderen.

28 - 35 år:

Ved en alder af 35 har skelettet nået sin optimale knoglemasse og densitet. Kroppen vil begynde sin tilbagegang fra de 35 år.

På dette tidspunkt er den fysiske krop blevet modnet til det punkt, at den har givet os så stærkt fundament som muligt. Vi kan forbedre vores sundhed og endda nyde større fysisk vitalitet efter denne periode. Hvis vi altså opfører os på en måde, der understøtter den fysiske krop.

Efter at have etableret vores fysiske fundament, begynder vi at have fokus på vores ambitioner. De talenter, der måske er begyndt at annoncere sig i slutningen af 20'erne, vil for mange mennesker springe frem i løbet af denne periode. Vi slår ind på en karrierevej, der gør det muligt for os at udnytte vores evner til vores egen fordel.

Samtidig er der ofte en enorm appetit på at lære og forbedre vores færdigheder. Denne periode udfordrer os til at kanalisere vores færdigheder til et bestemt livsområde. Livet kalder på, at vi for at specialisere os og udvikle ekspertise. I specialiseringen og individualiteten får vi magt.

Mange mennesker konkurrerer med andre i denne periode. Vores ambitioner og ønsker om at komme videre kan skygge for vores vision og tvinge os til at se mennesker og situationer i forenkede kontraster af ven eller fjende - altså meget sort eller hvidt. Vi bliver udfordret til at se dybere ind i menneskers og livets kompleksitet.

Som metafor sagde Steiner, at denne periode bedst kan karakteriseres som en rytter, der ridder på en hest. Vi har nu kommandoen over vores fysiske kræfter og instinkter og kan bruge dem til vores personlige vision og ønsker.

Denne syvårsfase er også forbundet med Solen, der symboliserer selvet, egoet, skaberkraft, vilje, personlighed, autoritet, selvværd, individualitet, udstråling, gennemslagskraft, autoriteter, faderen.

35 - 42 år:

Vi har en enorm appetit på at lære nyt og erhverve os færdigheder. Omkring 40 år indfinder der sig ofte en livskrise, der får os til at spekulere mere over livet.

Indenfor havearbejde hedder det "beskæring". En plante bliver skåret ned og trimmet for at blive stærkere og stærkere år for år. Så den holder længere, bærer smukke blomster og skønne frugter igen og igen.

I løbet af denne periode rammer krisen. Normalt sker krisen, når vi er i vores tidlige 40'ere. Mange kvinder oplever at blive "trimmet og nedskåret" af begivenheder, omstændigheder, udfordringer, der virker uden for vores kontrol. Og i den proces oplever vi naturligt skuffelse og en følelse af fiasko. De mest almindelige af disse "fiaskoer" er skilsmisse, firing eller sammenbrud af din virksomhed. Det kan også være sammenbrud i din økonomi eller familieforhold. Eller en sundhedskrise af den ene eller anden art.

Uanset hvad der opstår, oplever mange af os livsændrende tilbageslag, og vi kan miste tilliden til os selv og livet. På dette tidspunkt kan vi enten vælge at leve i vores begrænsninger (offerrollen) og give ansvaret for vores udfordringer til andre. Eller vi kan omfavne dem og bruge dem som katapult til at begynde på ny. Vi bliver i det hele taget udfordret til at starte på ny, at forfine og genoverveje vores måde at være i livet på i disse år.

Vi bliver også kaldt på til at udvide vores vision om livet og til at omfavne en mere åndelig tilgang til vores måde at leve på. Vi kom ikke ind i dette liv for at blive fuldstændig opslugt af materialistiske mål og ambitioner. Vi bliver mindet om, at vi kom her for at lære og dyrke vores sjæle. Sjælen ryster livets "bur" i disse år og vækker os op til dens tilstedeværelse og dens behov.

Livskraften opfordrer os til at stille spørgsmål som: Hvad er den sande kilde til min lykke? Hvad har jeg egentlig brug for i mit liv? Giver jeg mig selv det, som jeg har brug for? Giver jeg mig selv det, som jeg drømmer om? Og i processen skal vi begynde at danne et nyt forhold til vores indre kilde af livskraft.

Steiner sagde, at denne periode bedst kunne beskrives ved metaforen for en kvinde, der gående fører hendes hest ved tøjlerne. Vores menneskehed, vores rationelle og åndelige kvaliteter, går nu foran vores instinkter og fører vejen. Ånden kommer frem og tager mere ansvar for vores liv. Det er en overgangstid. Vi levede engang udelukkende fra vores egen vilje og magt. Nu vender vi mere og mere til Gud (det guddommelige, Universet, kilden etc.) for alt, hvad vi har brug for.

Denne syvårsfase er også forbundet med Solen, der symboliserer selvet, egoet, skaberkraft, vilje, personlighed, autoritet, selvværd, individualitet, udstråling, gennemslagskraft, autoriteter, faderen.

42 - 49 år:

40'erne er en tid med hårdt arbejde. Det arbejde, vi gør her, vil lægge et stærkt fundament for resten af vores liv. Vi udvikler vores egen værdi og arbejder hårdt for at skabe kompetencer og ekspertise inden for de områder, vi interesserer os for.

Imens vi nærmer os en alder af 49, bliver vi mere og mere opmærksomme på en kommende stor overgang i livet. Børn flytter væk fra hjemmet. Vi er befriet fra gamle ansvarsområder for familie og børneopdragelse. Vi går lige så stille og roligt i en overgang i livet.

Vi er mere *groundet* og faldet til i livet, og i det hele taget mere øvet i at leve livet. Men vi kan også mærke store forandringer ligger lige fremme.

Vi bevæger os mod en dyb balance mellem styring af tidligere færdigheder og nye spirituelle kræfter, som kan hjælpe dig med at udnytte disse færdigheder fuldt ud. I den sidste del af denne periode vil din kreativitet og fantasi blomstre.

Vores vision om livet udvides, og vi sætter af i nye retninger. Vi er mere fast etableret i vores professionelle liv. Vi har sat dybe rødder i vores liv. Vi føler os stærkere på flere punkter.

Mange bliver i denne periode involveret i deres samfund eller gør en slags velgørende arbejde. Vi udvikler en bredere humanitær vision om livet. Vi søger at være til tjeneste i vores samfund, land eller vores verden.

Steiner sagde, at ånden i denne syvårsperiode stiller større krav til os om at inkarnere vores åndelige værdier og idealer ind i vores dagligdag. Han kaldte denne periode for fremkomsten af "åndskvinden".

Det er en tid, hvor sjælen har fået øget kontrol over vores liv og pålægger sine værdier. Vi begynder at fornemme intuitivt, at der skal opnås en større balance mellem vores jordiske behov og vores bekymringer for menneskeheden.

Når vi bevæger os nærmere de 49 år, begynder vi at se de dele af vores liv, som har defineret os. Og vi kommer til at se de dele, som vi ikke værdsatte tilstrækkeligt. Det er et tidspunkt for dyb selvrefleksion.

Vores intuitive kræfter bliver nu det kompas, som vi leder vores liv efter.

Denne livsfase er forbundet med Mars, der står for handling, kraft, krig, forsvar, temperament, vrede, drive, passion, styrke, gennemslagskraft, viljestyrke.

49 - 56 år:

Gaven fra 50'erne er inspiration, mestring og vækstkraft. Vi har et væld af erfaringer, som har givet os en vis portion visdom. Hvis vi har integreret gaverne og idealerne fra de foregående livsfaser og udviklet vores sjæle, opstår vi naturligvis som vigtige guider og ledere i vores samfund og samfund som helhed. Det er starten på en ny periode med beherskelse og personlig kraft.

Du har lidt under dine fejl og oplevet succes. Livet har blødgjort dig og givet dig perspektiv. Du bliver ikke længere kastet rundt af omskift og af daglige begivenheder. Hvis du har taget hånd om dit helbred og har bevaret din vitalitet, kan du nu begynde at blive den person, du altid har ønsket at være. Du er velsignet med en anden "vind", der kan tage dig resten af vejen i dit liv. Drømmen om at være dit sande selv begynder at tage form. Den er nu inden for din forståelse.

De, der har forsømt deres åndelige liv, føler sig i stigende grad forvirret af aldringsprocessen. De er også bange for deres egen dødelighed. De klamrer sig til en illusion om en evig ungdom, som bliver stadig mere flygtig som årene går forbi.

Denne livsfase er forbundet med Jupiter, der repræsenterer ekspansion, vækst, tro, livsglæde, optimisme, rejser, livssyn, holdninger, etik, filosofi, udvikling, idealer, uddannelse.

56 - 63 år:

Sjælen manifesteres dybere. 56-året er et vigtigt vendepunkt i livet. På dette tidspunkt opstår nye intuitive og åndelige kræfter i bevidstheden, især hvis du har ladet dig guide gennem livet af dit hjerte og sjæl.

Din intuition er nu den vigtigste sans, som leder dig til dine svar og giver dig retning i livet. Den er grundlaget for din følelse af forbindelse med kilden (livskraften). Fordi denne forbindelse vokser, oplever du større afslapning og ro i livet.

Det, du har drømt om, kommer frem i din bevidsthed med større klarhed og kraft. Du kan føle dig kaldet til en mission, og du begynder at bruge alle dine talenter, forståelse og visdom også til sager, der er større end dine egne personlige behov og ambitioner.

For dem, der har forsømt deres åndelige liv, sagde Steiner, at en alder af 56 markerer et vendepunkt, hvor livet tvinger én til revurdering, som ofte ledsages af en form for krise, som gør os selvreflekterende, og at vi herefter vender tilbage til et mere hjerte-centreret og spirituelt baseret liv.

I lyset af denne krise kan vi opleve et tab af retning, en desperat frygt for dødelighed, som netop kan vække behovet for at vende tilbage til et mere åndeligt liv.

Den syvårsfase er forbundet med Saturn, der står for struktur, ansvar, orden, pligter, konsekvenser, krav, målsætning, autoriteter, konservatisme, formaninger, belæring, stædighed, udholdenhed, kamp.

63 – 70 år:

Denne periode er en tid med velsignelse, nåde og muligheder. I de traditionelle samfund vendte man sig til disse ældre, på grund af deres visdom, visioner og intuitive gaver.

Her er vi blevet befriet fra livets kampe. Alligevel kan vi stadig have stor energi og vitalitet. Vi er lærere, rådgivere, guider og inspirationskilder til andre. Dette er den periode, hvor vi ønsker at give tilbage til dem, der kommer efter os, og som stadig er involveret i livets kampe.

Det er en tid med stor kraft og belønning. Vi kan stadig bekymre os om andres kampe, men vi er ikke længere bundet af disse kampe selv. Det der binder os mest til samfundet er vores kærlighed og omsorg og, at vi ved, at andre stadig har brug for vores erfaringer, visdom og vejledning.

70 år og herefter:

I denne periode er du ikke længere bundet af noget ansvar overfor andre. Det er en tid, hvor du reflekterer over fortiden og oplever rigdommen i din nutid. Du står på dørtærsklen til at blive genfødt. Du afventer kaldet.

Der er velsignelser på alle stadier af livet. Alle traditionelle kulturer fastholder, at livet blev forbedret, da vi blev ældre. Det er ikke den besked, som mange af os er givet i vores ungdomsorienterede verden.

Så kære kvinde... her har du sort på hvidt, at de bedste år er foran os... når vi følger hjertets kalden og udvikler vores sjæls fantastiske kræfter... Wihuuuu!!!

Tak for nu!