

## Rytmy a zrcadlení v biografii

### Gudrun Burkhard

Když člověk pozoruje moře, vidí, jak pomalu přichází vlna, stále více narůstá, zvětšuje se, až se nakonec roztříští. Nastane velké víření a poté se voda odplaví. Podobně se to má s naším životem. I zde jsou fáze, ve kterých se vývoj stále více stupňuje, prožíváme vrcholy a zlomy a poté opět delší vývojové fáze. V následující kapitole bychom se chtěli věnovat různým fázím a rytmům v biografii. Využijeme přitom předchozích kapitol a sestavíme z důležitých vývojových stádií jistý přehled. Obzvláště slavnostně slavíme své 10., 20., 30., 50. narozeniny. Mnoho párů slaví po 25 letech stříbrnou svatbu, po 50 letech zlatou. To jsou časové úseky, které nás navenek obzvláště ovlivňují. Máme jistou představu o kulatých číslech, možná pocit, že se nyní zakulatila i jistá životní období.

Tři velké životní fáze, jak jsme je popsali ve všeobecném přehledu - fázi tělesného, duševního a duchovního vývoje - můžeme dále rozdělit do třech menších období, a tak dostaneme rytmus sedmi let. Prostřednictvím tohoto rytmu se pravidelně ocitáme před velkými změnami, které v biografii někdy vedou ke krizi. Můžeme říci, že v životě dospějeme každých sedm let na vyšší stupeň - nebo jak se lidově říká: každých sedm let vyměníme svou kůži. To znamená, že se naše nitro už tak nehodí k našemu zevnějšku, a ten musí být do jisté míry odložen nebo přeměněn.

Sedmiletý rytmus má svůj původ v kosmických zákonech. Stejně jako rytmus týdne (sedmidenní rytmus) má svou vlastní dynamiku. Každý z nás ví, že neděle je jiná než pondělí; začátek týdne má jiný charakter než jeho konec. V některých jazycích jsou dny přiřazeny různým planetám: saturday Saturnu, Sonntag Slunci, Montag Měsíci, ve francouzštině pak najdeme příbuznost mezi mardi a Marsem, mercredi a Merkurem, jeudi a Jupiterem, vendredi a Venuší. Tyto planetární síly ovlivňují lidský život. Působí obzvláště na konkrétní sedmiletí. Utvářejí a obnovují síly v člověku během noci, když se duševně-duchovní složka člověka do jisté míry odpoutává od složky fyzicko-biologické, aby pronikla do vyšších sfér – podobný proces se odehrává také mezi smrtí a novým zrozením. Jako duchovní bytosti prodlíváme v různých „božských prostorech“, abychom v souladu se svým osudem načerpali zvláštní síly.

Od zplazení až po sedmý rok života jsme vystaveni především silám Měsíce., které podstatně určují naši podobu a konstituci. Od 7. do 14. roku, ve školním věku, působí síly Merkuru, které mají ozdravný a harmonizující účinek. Od puberty začínají působit síly Venuše, které intenzivně ovlivňují erotickou oblast a představy a ideály třetího sedmiletí. Od 21 do 42. roku se ocitáme pod vlivem sluneční sféry, která se velmi intenzivně podílí na našem duševním vývoji. V této sféře se nachází duchovní zárodek člověka (duchovní individualita nebo, jak ji označuje Goethe, věčná entelechie) po většinu času posmrtného života. Proto zaujímá i v lidské biografii největší časový úsek. Z této sféry bere individualita sílu k tomu, aby minulé události (do 21. roku života) zpracovala a nově zformovala. Od této doby máme možnost mířit vstříc budoucnosti stále svobodněji a stále lépe uskutečňovat své životní cíle. Mezi 42 a 49 lety podléháme silněji vlivu Marsu, který nám dává sílu realizovat své životní cíle. Od 49. do 56. roku se uplatňují především síly Jupitera; ty nám umožňují stále moudřejší utváření našeho života. Od 56 do 63 let působí nakonec síly Saturna, díky kterým jsme schopni ohlédnout se za svým životem, a zaujmout tak postoj charakterizovaný otázkou: uskutečnili jsme své cíle, svůj leitmotiv?

V sedmiletém cyklu lidského života můžeme objevit i vnitřní dynamiku. Nejprve prožíváme jakousi dobu rozběhu, která trvá asi dva roky, poté se začnou uplatňovat zákonitosti charakteristické pro dané sedmiletí. Za další tři roky se ocitáme uprostřed sedmiletí a ve středobodu jeho zákonů. V posledních dvou letech do jisté míry zpracováváme to, co jsme prožili, a připravujeme se na další fázi, jejíž světlo k nám již proniká z budoucnosti. Minulost, přítomnost a budoucnost si neustále podávají ruku.

Jednotlivé roky sedmiletí můžeme nahlížet také z hlediska účinku planet. Procházíme různými sférami vlivu planet, a to v tomto pořadí: Měsíc, Merkur, Venuše, Slunce, Mars, Jupiter a Saturn. Sluneční rok vnáší do sedmiletí vždy nový prvek. Beredene Jocelyn přiřazuje léta po 63. roku Uránu, Neptunu a Plutu. I síly těchto planet mají na člověka vliv, ovšem volnější a menší. Co představuje u oněch třech velkých životních fází, když je pozorujeme v jejich rozčlenění na tři období, jednotlivé mezníky? Je to zahájení školní docházky v sedmi letech, puberta ve 14 letech a dospělost ve 21 letech. Naše fyzické tělo je pozemského původu. V něm jsou obsaženy všechny naše dědičné dispozice a jeho zrání se odvíjí ve třech velkých etapách. V prvním sedmiletí dozrává náš centrální nervový systém (mozek a mícha) a naše smysly, v druhém sedmiletí dospívá naše dýchací a oběhová soustava a ve třetím sedmiletí dokončují svůj vývoj končetiny (růst a sílení kostí, svalů a šlach), systém látkové výměny (všechny žlázy zažívacích orgánů nyní dosahují plné činnosti) a naše pohlavní orgány. V předchozí kapitole jsme se tím již podrobně zabývali. Pokud tu mluvíme o procesu dospívání, znamená to, že jednotlivé orgány dosáhnou stádia, kdy jsou plně vyvinuty; a od tohoto okamžiku jsou užívány jako nástroj duchovně - duševního rozvoje. Když jsou orgány vyztřelé, může duše „hrát“ na svůj tělesný nástroj a rozvíjet se jako myslící, cítící a chtějící existence.

Individualita je duchovního původu a od narození proniká stále hlouběji do těla. V této souvislosti můžeme mluvit o třech menších zrozeních Já. Okamžik, kdy je uprostřed prvního sedmiletí zcela vybudován nervový a smyslový systém a dítě poprvé nazve sebe samo „Já“, můžeme označit jako „procitnutí vědomí Já“. Dítě poprvé pocítí, že Já a svět nejsou jedním. Poté prochází dítě obdobím vzdoru, ve kterém se silněji prosazuje. V druhém sedmiletí, kolem devátého a desátého roku, se díky dozrávání rytmického systému (srdce a plíce) stále více probouzejí pocity; Je to fáze, ve které se děti stávají uzavřenější a trochu zasněné, ale i agresivní vůči rodičům a učitelům. To můžeme nazvat jako „pocítění Já“. Uprostřed třetího sedmiletí, asi v 18,5 roce, vniká Já hluboko do systému látkové výměny a končetin a mladý člověk prožívá svou vlastní činnost ve světě. Teprve počínaje touto fází stojí opravdu nohama na zemi. Často si v tomto období uvědomí své vlastní vlohy k určitému povolání. Tento proces bychom mohli nazvat jako „procitnutí Já v sociálním bytí světa. Úkolem vychovatele je, aby mladému člověku v prvních třech sedmiletích pomohl získat opravdu pevnou půdu pod nohama a naučit ho pečovat o tělesnost - „mens sana in corpore sano“. Podaří-li se toto vychovateli, pak můžeme o mladistvém říci: „Dobře se inkarnoval“ nebo „je dobře zakotven ve svém těle.“ Teprve od 21. roku života je zcela v něm. Každá jednotlivá část těla je mu nyní k dispozici. Já se pak již tak intenzivně nezabývá výstavbou těla a osvobozuje se - mladý člověk se stává dospělým.

Dynamika systémů orgánů se velkou měrou zrcadlí v duševní oblasti. V prvním sedmiletí žijeme zcela v zjetí pozorování světa, všechny vlivy přicházejí zvnějšku. V druhém sedmiletí cítíme dynamiku svého srdečního a plicního systému. Je to neustálé nadechování a vydechování, smršťování a rozpínání. Probíhá čilá výměna

směřovaná zevnitř ven a zvenčí dovnitř. Ve třetím sedmiletí se přenáší dynamika naší vůle zevnitř ven. Působíme z našeho nitra směrem ven a stáváme se spoluvůrci svého okolí. Tato dynamika se opakuje ve středních fázích života. V podstatě se skládá z přijímání, zpracování, výměny, z předávání dál a přeměny.

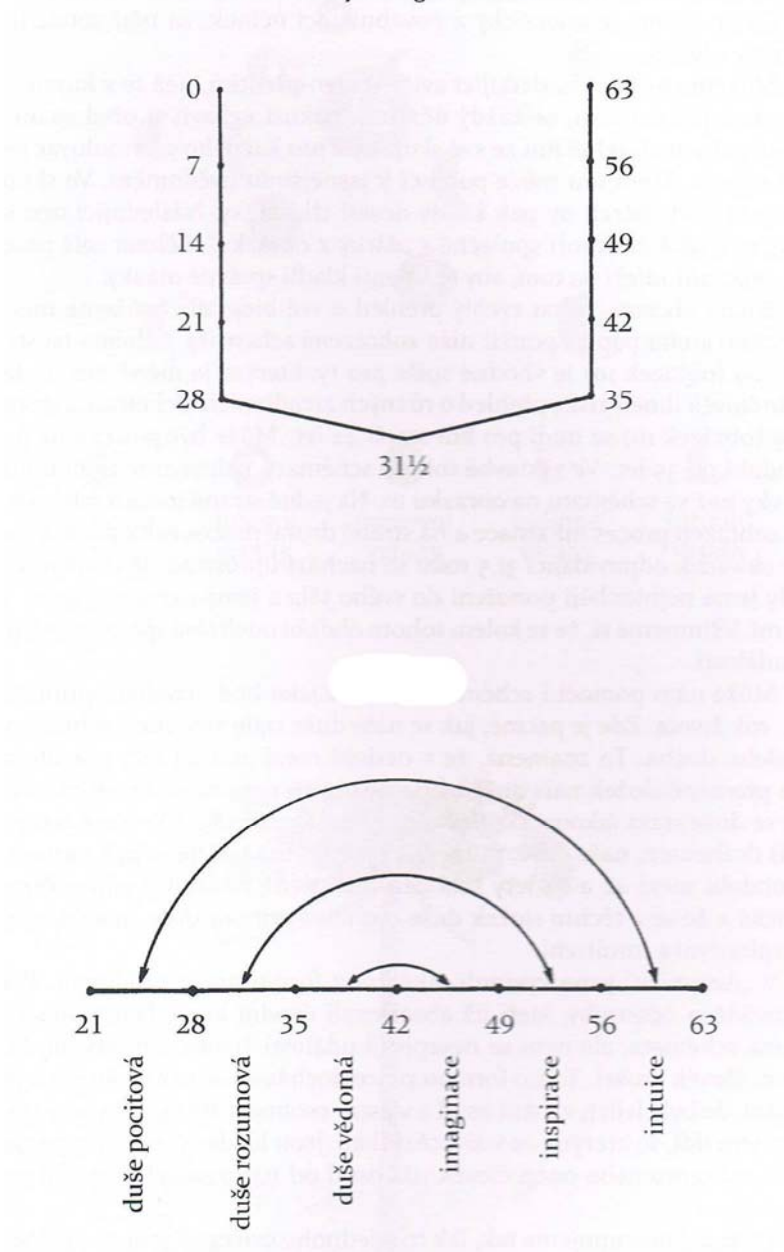
Přeskočme v našem pozorování nejprve střední fázi života a věnujme se rytmům a zrcadlení ve třech sedmiletích duchovního vývoje, v období mezi 42 a 63 lety, neboť tím se budeme zajímat zároveň i o zrcadlení k prvním třem sedmiletím. Člověk se nyní nachází ve fázi, ve které dochází k postupnému oddělování individuality od fyzického těla. Tento vývoj můžeme nazvat exkarnačním procesem.

Tato schema to znázorňuje stoupající křivkou.



Exkarnační proces neprobíhá tak jako proces inkarnace od hlavy k nohám, ale v opačném směru, od nohou k hlavě. Mezi 42 a 49 rokem se uvolňují síly ze systému látkové výměny a končetin. Co přitom pozorujeme? Svaly ochabují, ženám na konci této fáze mizí menstruace. V takto změněném těle může dojít samo od sebe k bujení, probíhá-li tento proces sám od sebe velmi rychle nebo pokud v mládí proběhla špatná inkarnace ve spodní části těla. Uvolňování sil z těchto orgánů umožňuje na druhou stranu rozvoj nové kreativity. V této fázi se na organické úrovni odráží období mezi 14 a 21 lety. Od 49 do 56 roku se uvolňují síly rytmického systému, síly srdce a plic. V tomto období musíme nalézt nový, pomalejší životní rytmus, který bude odpovídat odbourávání našeho fyzického těla. Vracejí se astmatické krize z dětství nebo vypukne srdeční onemocnění. Nyní se zrcadlí období mezi 7 a 14 lety. Jaké nové síly na duchovně-duševní úrovni nám přináší uvolňování těchto sil? Může být vyvinut nový organ pro vnímání morálky, etiky. Stáváme se vnímavými vůči potřebám lidstva. Pokud se nám podaří rozvíjet svou duši v tomto smyslu, má to blahodárný a ozdravující účinek na naše srdce a oběhovou soustavu. To samozřejmě neznamená, že člověk není schopen tyto síly rozvíjet i dříve v předchozích letech. Ale viděno psychologicky je na to člověk vyzrálý teprve nyní. Od 56. do 63 roku se uvolňují síly z nervového a smyslového systému. Jak již bylo zmíněno, schopnost vnímání není již

## Duševní a fyziologické zrcadlení



U našich smyslových orgánů tak veliká. Tato životní fáze odráží fázi prvního sedmiletí, ve kterém se tyto orgány vyvíjely. Když je v prvním sedmiletí spotřebováno příliš vitality pro vědomí, například když začne předčasně učební proces hrozí nyní - pokud jsme se tomu nesnažili předejít již dříve - nebezpečí předčasné sklerózy. Jaký nový smyslový orgán může teď naše duše získat? Nyní jsme schopni vnímat své Já stále silněji jako duchovní realitu, prožívat jako zrcadlo duchovního rozměru kosmu. V této fázi dochází k intenzivnímu vnitřnímu rozjímání.

Pokud v období prvních tří sedmiletí neproběhne vlivem inkarnačních sil harmonický vývoj orgánů - příčinami mohou být dědičnost, výchova, osud -, budou mít nyní exkarnační síly problém plně se uvolnit. Vypadá to přibližně tak, jako bychom chtěli překonat ostnatý drát a zůstali viset za oblečení na nějakém ostnu. Aby se tyto síly mohly harmonicky uvolnit je často nutná pomoc lékaře. Někdy je dokonce potřeba zasáhnout ošetřením pomocí léku.

Prožitky prvního sedmiletí , svět je dobrý, druhého sedmiletí svět je krásný" a třetího: „svět je pravdivý" se nyní mohou vrátit jako intenzivní prožitky pravdy, krásy a dobra.

Nyní se vrátíme zpět ke třem středním sedmiletím, k období duševního vývoje. Teď se Já stává svobodným a může začít proměňovat to, čemu se mu dostalo a co se naučilo v prvních 21 letech. Já se do jisté míry znovu chápe prvních tří sedmiletí a proměňuje je. 21. rok života se proto v biografii stává dalším bodem zrcadlení. Naše emocionální impulsy, které začínají ve 14 letech, jsou nyní kroceny, napravovány a ovládány. Fáze duše pocitové, tedy období mezi 21 a 28 lety, je silně určována obdobím předcházejícím. Většinou mladý člověk začne již v 16 či 18 s přípravou na své povolání, kterou dokončuje v 24 až 26 letech, poté vstupuje do pracovního života. Mezi 28 a 35 lety se nacházíme jaksí uprostřed života. Ve středu této fáze, když nám je přesně 31,5 roku, se v inkarnačním procesu ocitáme nejhluběji ve svém těle. Poté nastává pomalé odpoutávání. Páté sedmiletí je také dobou, kdy jsme velmi egoističtí. A myšlení a pocity - Rudolf Steiner tuto fázi nazývá obdobím duše rozumové - musí být integrovány v celek. Zažíváme podobnou dynamiku jako v druhém sedmiletí. Co nás z norem a návyků z druhého sedmiletí svazuje a je nám na obtíž, toho se musíme definitivně zbavit, abychom se mohli rozvíjet ve stále větší svobodě svého Já. Musíme se také učit své návyky měnit.

Ve střední fázi života většinou budujeme manželský vztah. Mezi 21 a 28 lety hledáme často partnera, který nás z určitého hlediska doplňuje. Obě polovičky se rozplynou, a tak doplní jedna druhou. Na to máme v tomto období právo. Po 28. roce však musí partneri již každý jako individuum stále více směřovat k celistvosti a učit se (vycházejíce z této celistvosti) navzájem se respektovat a milovat. Tak se může vztah, který je na počátku možná plný očekávání a požadavků, proměnit v jistou volnou oddanost druhému a pomalu se vyvinout v opravdové přátelství.

Mezi 35 a 42 lety - ve fázi duše vědomé - již směřujeme vstříc období, ve kterém osvobozující se síly těla umožňují dosáhnout vyššího vědomí. Tento úplný rozvoj je možný jen tehdy, pokud jsme si v prvním sedmiletí vybudovali zdravou tělesnou schránku.

Kdo zná legendu o Parsifalovi, může se zaměřit na biografie jednotlivých postav a bude překvapen, že znovuobjeví své vlastní duševní procesy ve formě obrazů. Parsifal od jistého okamžiku znovu potkává tytéž lidi, musí si mnohým projít v jiné formě znovu, musí napravit mnohé z minulosti. I nám se tak děje ve fázi mezi 21 a 42 lety, dokud konečně plně nedospějeme. Na své cestě životem však určitě nebudeme muset být konfrontováni se stále se opakujícími událostmi, ale se situacemi, které se nám jeví ve změněné formě nebo se odehrávají v zcela jiné rovině, v rovině duševní. Další zrcadlení v biografii se odehrává kolem 42. roku.

Když se ve své biografii pokoušíme nalézt zrcadlení, ocitneme se snadno v nebezpečí, že budeme chtít předpovídat i zrcadlení nová. To je nebezpečné proto, že život spočívá v neustálém proměňování a je určován procesy změn. A tak jisté prvky přicházejí a odcházejí ve zcela jiné formě.

Kromě zrcadlení a sedmiletého cyklu hrají v biografii podstatnou roli ještě jiné rytmy. Důležitý rytmus, na který jsme již několikrát upozornili, je takzvaný rytmus měsíčního uzlu. Opakuje se každých 18 let a sedm měsíců. Kříží se tu dráha Slunce a Měsíce a tento bod projde během 18 let a sedmi měsíců celým zvěrokruhem. Přesně po této době se bod křížení drah dostává do téhož postavení, které zaujímal při narození člověka.

Lidský život a příroda jsou silně ovlivňovány Měsícem. Ten vnáší síly z minulosti do nynějšího života. Tak působí především v prvním sedmiletí, ale i nadále téměř až

do doby, kdy dochází k úplnému zformování těla v 19 letech. Jak se měsíční uzel projeví v duševní oblasti? Mohli bychom říci, že při každém měsíčním uzlu člověk odkládá svou minulost, aby prožil znovuzrození prostřednictvím sluneční síly svého Já. Okamžik přechodu měsíčního uzlu v biografii samozřejmě nelze stanovit přesně na den - může být ostatně astrologicky přesně vypočten -, ale platí pro přibližné časové období. V tomto období jako bychom silněji cítili svou duchovní individualitu, která je slunečního charakteru, v jejích pozemských úkolech. To se projevuje prostřednictvím snů nebo také vnitřními či vnějšími změnami. Je to také období, kdy si lidé vytyčují zcela nové cíle.

V 18,5 letech, v období prvního měsíčního uzlu, se silněji projeví naše osobnost. Začínáme samostatně myslet a často již víme, jakou bychom si chtěli zvolit profesi, k čemu se cítíme povoláni. Je to přechod z adolescence do dospělosti. Někteří mladí lidé dnes nechtějí dospět. Chtějí zůstat závislí a nechtějí převzít zodpovědnost za svůj život. V takovémto případě často přichází „rána osudu“ zvnějšku - autonehoda, ztráta bližního a podobně - a člověk je donucen tento krok vykonat prostřednictvím krize.

Druhý měsíční uzel, který přichází kolem 37. roku, přináší nové vypořádávání se s naší profesí. V tomto okamžiku stojíme před otázkou:

Co chceme pro svou budoucnost? I zde odkládáme část své minulosti. O měsíčních uzlech bychom také mohli říci, že otevírají nebeskou bránu a umožňují nám ještě jednou vycítit naše úmysly z období před narozením. Pokud bylo doposud v našem životě vše do jisté míry přípravou, pociťujeme nyní své vlastní poslání silněji a také lidsky dozráváme k tomu, abychom je ve světě zrealizovali. Proto se v této době nezřídka stává, že někdo změní svou profesní činnost nebo že se teprve teď dostává ke svému úkolu zde na zemi. Ke krizím zde dochází tehdy, pokud člověk nenalezl svůj životní úkol, což je dnes stále častější případ. Je to otázka smyslu života.

Třetí měsíční uzel, kterým procházíme, když je nám přibližně 55,5 let, nás staví před otázku: Jak se vidíme jako člověk, jako osobní Já realizované ve světě? Jakých nových úkolů lidstva se chceme zhostit? Co je v našich možnostech, i když naše fyzické síly nejsou možná již tak odolné? Jedná se tu o přechod z aktivní, navenek orientované fáze do fáze více rozjímavé. Mnoho lidí nechce akceptovat, že se po 60. roce musí učit jinak se zaměstnat, a krize třetího měsíčního uzlu se pak často projeví nemocí.

Z většiny biografii vyplývá, že mají lidé problém vzpomenout si na období, kdy jim bylo 18,5. V tomto roce se často odehrávají vnější změny: počátek studia, cestování atd. Mají na biografii podstatný vliv. 37. rok života, období druhého měsíčního uzlu, se u všech lidí zřetelně projevuje a je prožíván jako markantní změna, především také vzhledem k vnitřním hodnotám. 56. rok, tedy období třetího měsíčního uzlu, se skoro překrývá s přechodem do dalšího sedmiletí. Zde vyvstává otázka: co jsme uskutečnili a co je naším novým úkolem či možností?

Můžeme také pozorovat, že v některých biografiích tvoří jistý rytmus období odpovídající polovině měsíčního rytmu, tedy zhruba časový interval dlouhý devět let.

Čtvrtý měsíční uzel, v 74 letech, souvisí s přechodem k „senilitě“ v dobrém slova smyslu (senior, senát - moudrost). Člověk se nyní musí učit zacházet se svými tělesnými, duševními a duchovními hranicemi a vytyčovat si cíle, které mají více co do činění s následujícím životem. Také je však třeba završit a doplnit tento život. Člověk všude vidí záležitosti a věci, které ještě musí být vyřízeny. Může je s klidem přenechat i ostatním?

Dalším důležitým rytmem v biografii člověka je rytmus Saturnu. Opakuje se každého 29,5 roku. Poté se Saturn opět objevuje na místě, které zaujímal při našem

narození. Saturn se nachází v opozici vůči Měsíci a má co do činění s duchovním charakterem našeho Já. Udává duchovní směr našeho života. Ve své vlastní biografii jsem prožívala mezi 59 a 60 lety větší změnu než v 56 letech. To může být v každé biografii jinak. I v souvislosti s rytmem Saturnu můžeme mluvit o třech velkých fázích. Procházíme přípravnou fází, která trvá až do 30 let, poté nastává fáze realizace našich leitmotivů - od 30 do 60 let-, a od 60 let probíhá jakési ohlídání za uplynulým životem a příprava na budoucnost.

V životopisech mnohých lidí můžeme naleznout ještě jiné rytmy, například rytmus Jupitera. Jupiter se do konstelace našeho narození navrácí každých 12 let. Časový odstup 12, 24, 36 let atd. může být tedy pro mnoho lidí jistým rytmem. Pro někoho je určující i rytmus šesti let, tedy polovina cyklu Jupitera. Jupiter vnáší do našeho života moudrost, harmonii, pořádek. Ježíš ve dvanácti letech vystoupil v Jeruzalémě v chrámu - a od té doby se v něm odehrává velká změna, kterou cítí jeho rodiče. Zviditelňuje se nový prvek Já.

U mnohých dětí se ve 12 letech již ukazují jejich sklony k určitému povolání, některé musí také již s prací začít. Ve 24 letech je pak zpravidla příprava na povolání dokončena a v 36 jsme schopni realizovat svůj osud a plnit své pozemské úkoly. V 60 letech dochází ke splnutí rytmu Saturnu a Jupitera a my cítíme, že věk, ve kterém se nacházíme, je něčím mimořádný.

Zcela nový je také rytmus 33 let. Souvisí se silami umírání a znovuzrození, tedy s příběhem Krista. Podrobněji jsme o tom mluvili již výše. Kristova síla, která od dob mystéria na Golgotě prostupovala Zemi, intenzivně působí na naše Já, které má tentýž duchovní charakter jako Kristova bytost. Třetí, devátý a devatenáctý rok života a poté fáze od 30 do 33 let mají zvláštní vztah k těmto Kristovým silám. A mohli bychom říci, že od 33 let v nás může začít účinkovat síla znovuzrození. To znamená, že jsme poté schopni svou biografii uchopit nově jaksi zevnitř. Na dějinné úrovni nalezneme v událostech často rytmus 33 let. Je určující pro evoluci lidstva. Existuje také rytmus 11let ( $33=3 \times 11$ ), který je rovněž rytmem Slunce. Souvisí se vznikem a zánikem slunečních skvrn a pro některé biografie je též významný.

K tomu ve své biografii opakujeme biografii lidstva jako celku. Srovnáme-li individuální vývoj člověka a vývoj lidstva a pozorujeme-li mezníky ve vývoji lidstva, nalézá se dnes lidstvo jaksi ve fázi mezi 35 a 42 lety, tedy ve fázi, ve které je člověk schopen rozvíjet svou vědomou duši. Abychom tohoto cíle dosáhli, musíme na sobě pracovat. Sami od sebe ve svém vývoji dospějeme jen k duši pocitové, to znamená do svého 28. roku. A můžeme potkat mnoho lidí, kteří ve svém duševním vývoji zůstali ve fázi mezi 21 a 28 lety. Zůstávají v úplné závislosti na okolí a na názorech jiných a jsou emocionálně rozkolísaní. V pozdější fázi života, tedy od 42. roku, jsme nezávislymi lidmi - lidstvo ve svém celkovém vývoji do této fáze ještě nedospělo -, a vlastnosti, které v tomto období můžeme rozvíjet, mnohonásobně předcházejí vývoj lidstva. Proto jsou v této fázi tak časté pocity osamělosti. Je však důležité, aby byly v rámci individuálního vývoje položeny budoucí základy pro celé lidstvo.

Kapitola z knihy od Gudrun Burkhard: Vzít život do vlastních rukou