

## Rytmy života po sedmiletích.

Miluše Kubíčková

*„Vývoj lidských sil po sedmiletích patří k nejdůležitějším otázkám, ve kterých by se měl každý aspoň trochu vyznat.“ Frank Peschel*

*Člověk se na rozdíl od zvířete, které se po narození rychle pro život připraví, musí mnohému naučit. S vlastním vývojem není vlastně nikdy hotov, i ve stáří má ještě co dohánět. Sled lidského života není přímočarý. Skutečnost, že probíhá ve fázích vyzorovali v návaznosti na staré tradice teprve vývojoví psychologové. Fáze života chápali jako milníky nebo ideální rozestupy, přes něž probíhá individuální vývoj.*

*Z pohledu antroposofie Rudolfa Steinera je člověk duchovní bytostí, která si nese do pozemského života mnoho darů ze svého předchozího pobývání v duchovním světě. Podle zákonů duchovního původu probíhá rozvoj lidských sil v sedmiletích. Navazuje na průběh života individuality mezi smrtí a novým zrozením. Každých sedm let se vyměňují všechny látky fyzického organismu a člověk je vždy pod vlivem jedné planety. Střed života je ovlivněn Sluncem, doba mezi 21. a 42. rokem je sluneční epochou. Je také dobou přípravy na možnost vyrovnání všeho, co člověku přinesl život v minulosti, včetně pudových vznětů spojených se silnou pocitovostí.*

*Duchovní individualita si postupně buduje svoje tělesné a duševní schrány, aby se mohla jako intarnovaná bytost se Zemí plně spojit. Děje se to od sedmiletí k sedmiletí. Každých sedm let nabízí vždy jiné možnosti, probíhají v něm odlišně děje v důsledku vždy dalšího vyššího článku jeho předpokládané devítičlenné bytosti. Nejzřetelnější jsou*

*rozdíly prvních tří sedmiletí Další sedmiletí nebývají již tak výrazná, jsou často překryta významnými událostmi v životě konkrétního člověka*

### Sedmiletí:

První: *Dotváří se stavba fyzického těla, do něhož se hluboce zapisují zážitky tohoto období. Defekty se objevují mnohem později. Až do výměny zubů, kdy je dítě spojené s životními silami matky se skrytě připravuje jeho první duchovní článek, tzv. éterné, oživující tělo. Je proto třeba dbát na kvalitu životních sil okolí dítěte, aby se jeho růst dařil.*

Druhé: *Až do puberty se spolu s dotvářením éterného těla od šesti let vývoj urychluje, připravuje se další článek, tělo astrální. V této době dítě potřebuje žít v krásném světě, aby se připravilo na snadnější zvládnání krize po 14 roce. Problémy puberty by se měly řešit již před tímto náročným obdobím, radí waldorfský pedagog Tomáš Zuzák. Harmonicky vyvinutá pocitovost pomáhá mladému člověku překonat krizi přechodu a je-li v nebezpečí je veden vlastním instinktem. Významnou úlohu hraje také jeho osud.*

Třetí: *Po 14 letech jsou už položeny základy citového života, aby se mohlo uplatnit astrální tělo; probouzí se sexualita a potřeba samostatnosti. Steiner zde doporučuje vést mladého člověka k zájmu o vnější svět, aby se nekoncentroval jen na vlastní problémy. Jeho okolní svět by měl být takový, aby si ho mohl vážit a stát se opravdu dospělým.*

Čtvrté: *Po 21. roce se stále více uplatňují duchovní vlivy, projevuje se lidské já. a také vlivy karmické, byť ještě nezřetelně.: „Nemusíme se litovat za to, jaké jsme měli dětství.... Můžeme za to v tom smyslu, že*

*jsme to vlastně chtěli. ..Mladý člověk žije v první fázi dospělosti mezi 21 až 28 rokem pod ochranou andělské bytosti, ta jej vede přes jeho pocity do situací, které jsou pro jeho vývoj nejvhodnější,“ soudí pedagog Tomáš Zuzák. Rozhoduje pocitová zralost, kdy se já projevuje prostřednictvím duše pocitové. Pokud já nedokáže ovládnout pocity vycházející z tělesných pudů, andělská bytost se vzdálí. Člověku může hrozit, že se uzavře a bude žít s šedivou duší plnou problémů.*

Páté: *Po 28 roce nastává citové zklidnění, fáze duše pocitové přešla do fáze duše rozumové, chápající. Je to životní období, kdy dosavadní citové jiskření umlká, rozvíjí se myšlení a člověk si začíná klást praktické otázky spojené s výkonovou fází života. Hrozí nebezpečí určitého egoismu v prosazení vlastních zájmů, což se projeví neblaze v další fázi.*

Šesté: *Člověk se po 35. roce přiblížil polovině svého života, kdy se už hlásí síly odumírání a kladou se hlubší otázky. Je důležité, aby člověk po překonání období duše pocitové a po ní duše rozumové zde dospěl k duši vědomé. Jen tak může jeho já plně převzít vládu nad složkou astrální, éternou a fyzickou. Je to příležitost, kdy se může objevit nová kvalita, nejen pocity nebo rozum, ale vědomí a možnost uvědomění si sebe sama a svého vztahu ke světu. Jinak může hrozit krize vědomí, ztráta jistot, zdravotní problémy, rozvrat v rodině a manželství, neúspěch v práci, konflikty a jiné nepříznivé úkazy.*

*Řecké slovo krisis znamená rozhodnou dobu, změnu, obrat. Krize je proto vždy něčím pozitivním, otevírá možnost volby a svobodného rozhodování. „ Chybí-li krize ve smyslu příležitosti ke svobodnému rozhodnutí, chybí základní atribut lidství“ upozorňuje Zuzák.*

Sedmé: *Od 42 let člověk začíná pozorovat úbytek fyzických a duševních*

*sil. Může však již plně uplatnit svoje duchovní články. Dochází k tříbení myšlenek, vynořuje se otázka, co je v životě důležité, podstatné, pravé a pravdivé. Je to spojeno s pochybováním a vnitřním bojem. Po 42. roce se již mohou vyvinout vyšší duchovní články já : přeměnou astrálního těla duchovní já- manas, přeměnou éterného těla životní duch- budhi a přeměnou fyzického těla duchovní člověk - atman.*

*Není náhodou, že staří Číňané zde mluvili o věku moudrosti*

Osmé: *Od 49. do 56. roku bývá život dosti dramatický v dobrém i v nedobrém smyslu. Pokud člověk během posledního sedmiletí začal dbát o svůj duchovní růst a dospěl k rozvážnosti, pak navzdory úbytku tělesných sil neustrne a začne se více zajímat o druhé, zejména o mladé lidi. V tomto věku se může zrodit skutečná vůdčí osobnost.*

*Jestliže však je člověk v tomto věku příliš připoután ke svému tělu a ducha zanedbává, dostavuje se krize. Duše upadá do strachu z nemocí, stárnutí a smrti. Každý má možnost zvolit jednu nebo druhou cestu.*

*Doba od 49 do 56 let bývá chápána jako analogie puberty. Je spojena s nástupem nových sil, tento věk s jejich úbytkem.*

Deváté: *Od 56. až do 63. roku má stárnoucí člověk ještě možnost začít něco nového. Podle Lievegoeda je to poslední šance sil. Byť již probleskuje myšlenka na konec, je ještě možný vývoj a růst. To však záleží na konkrétní individualitě: „ V tomto věku buď s tělem do záhuby, nebo s duchem ke kreativě. Jsou příklady věčně mladých dětských duší ve starém těle. Je jich málo, ale stojí za to,“ říká Zuzák.*

*Podle některých antroposofických autorů stupňovitý vývoj v sedmiletích po 63 roce končí. Nicméně člověk se může duševně a duchovně vyvíjet dál, děje se to podle individuálních možností konkrétní bytosti.*

Desáté: *Období od 70 do 77 let odpovídá průměrné délce života člověka. Po této fázi se následující průběh života již výrazně individualizuje a sedmiletí pak nejsou tak významná. Nadále se nabízejí nové příležitosti, avšak jen z milosti Boží*

### Měsíční uzly

*Významným obdobím v lidském životě jsou tzv. měsíční uzly. Ty odpovídají bodu, v němž dráhu Slunce protíná dráha Měsíce odkloněná o pět stupňů. Slunce se pohybuje přes znamení zvěřetníku jeden rok, podobně také Měsíc. Na obloze jsou na pozadí pevných hvězd zvěrokruhu dvě dráhy. V okamžiku zrození člověka se tedy měsíční uzel nachází na zodiaku. Slunce a Měsíc se dotýkají sféry Země. Kosmický rytmus se proto odráží v osudu lidské bytosti. Každý jejich návrat na místo narození znamená pro člověka něco jako nový porod a může se projevit v podobě krize.*

První uzel *bývá spojen s osmnáctým rokem a probíhá většinou klidně. Mladému člověku se otevírají nové horizonty, zejména když odchází z domova a staví se na vlastní nohy.*

Druhý uzel *nastává kolem čtyřiceti let, tj. v šestém sedmiletí mezi 35 a 42 rokem a je mnohem dramatičtější. Dosavadní jistoty padají, je třeba změnit směr života.*

Třetí uzel *se hlásí před padesátým šestým rokem pocitem, že člověk už není užitečný. Ozve se otázka, co dále.. „ Je to doba drcení a přestavby, poslední šance sil začat ještě něco nového, “ říká Zuzák.*

Čtvrtý uzel *je dobou kolem sedmdesáti čtyř. Ta bývá spojena s vážnou nemocí, ozývá se volání z druhého břehu. Stále je však zde možnost nového rozmachu kreativity.*

Literatura:

Bernard Lievegoed, „Phases. The Spiritual Rhythms in Adult Life, Sophia Books, London, 1997

Bernard Lievegoed, „Vývojové fáze dítěte“, Baltazar, Praha, 1992

Frank Peschel, „Rytmy života“ v „Cesty života, co s osudem?“

Okruh a střed , 2003/3

Tomáš Zuzák, „ Osud člověka a individualita“, Fabula, 2009.

## Sedmiletí v mém životě

*První: 0 - 7 let, 1924 - 31 ( návštěvy u laskavé tety)*

*Druhé: 7 - 14 let, 1931 - 38 ( škola, doma nejsem šťastná,  
důsledkem plicní slabost, krizi puberty těžce prožívám)*

*Třetí: 14 - 21 let, 1938 - 45 (odcházím z domova, začátek  
celoživotního bezdomoví, válka, smrt otce, křest)*

*Čtvrté: 21 - 28 let, 1945 - 52 ( nové rozlety, studium,  
životní láska, vdavky, odchod z Brna)*

*Páté: 28 - 35 let, 1952 – 59 ( nástup do práce, děti,  
starosti a nové problémy, nemoc )*

*Šesté: 35 - 42 let, 1959 - 66 (velká životní změna, opět é  
studium, problémy v rodině)*

*Sedmé: 42 - 49 let, 1966 - 73 ( Pražské jaro, umírá  
Evžen, normalizace a životní obrat)*

*Osmé: 49 - 56 let, 1973 – 80 (nové zaměstnání ,  
jóga, práce pro lidi, dcery dospívají a vdávají se)*

*Deváté: 56 - 63 let, 1980 – 87 (opět nemoc, zakoupení  
chalupy a nové síly)*

*Desáté: 63 - 70 let, (návrat na univerzitu ,antroposofie)*

*Jedenácté: 70 - 77 let, 1994- 2001 (nadměrná aktivita  
až na pokraj vyhoření)*

*Dvanácté: 77 - 84 let, 2001- 2008 (celková stabilizace)*

*Třinácté: 84 - ( nové příležitosti, literární činnost, radost z pravoučat , spokojenost)*

*Střed mého života od 21. do 42. let se jako sluneční období projevilo neutuchající potřebou hlubšího poznání a vědomým spojením s životním posláním učitelky. Také pro mě to bylo přípravné období na budoucí vyrovnání se vším, co přinesla minulost, včetně pudových vznětů a nadměrné pocitovosti*

#### Měsíční uzly v mém životě

*1. uzel kolem 18 let první láska; bolestná ztráta otce; vnitřní přerod, křest*

*2. uzel kolem 40 let dopravní nehoda, po druhé na světě ; všestranná životní změna - přestěhování do Čech, aspirantura a dojíždění.*

*3. uzel před 56. rokem, zřejmě souvisel se smrtí Evžena, s nuceným odchodem z univerzity, s obtížným vdovstvím a s potřebou zcela přeorientovat vlastní vůli ke zvládnutí životních problémů.*

*4. uzel kolem 74 let: vyčerpání a únava, k překonání krize pomáhá síla antroposofie, obřady posvěcení člověka a eurytmie. Touha předávat nové poznatky ještě trvá; záblesk prožitku neopětované lásky; boj s únavou pokračuje.*