

La vita dopo la morte: il viaggio oltre la soglia (primavera 2003 e 2011)

Introduzione

Rudolf Steiner ha offerto all'uomo della nostra epoca molte conoscenze e spunti di pensiero sul tema del viaggio oltre la soglia della morte.

Quando la morte ci tocca da vicino, quando muore una persona cui siamo stati particolarmente legati possono nascere in noi molte domande.

- Cosa avviene all'essere umano alle soglie della morte?
- Cosa vive l'uomo nel mondo spirituale? (nell'ipotesi che una parte di lui continui a vivere anche dopo la sua morte fisica)
- In che modo la propria vita terrena influenza la "qualità" dell'esperienza che si vive nel mondo spirituale?

La mia ricerca è nata proprio per cercare di fare un po' di luce su questi interrogativi. Man mano che procedeva – attraverso la lettura e lo studio di molte conferenze di Steiner – mi sono resa conto che lavorare su questo tema era per me anche un modo reale per essere spiritualmente vicino alle persone care che avevano da poco varcato la soglia.

Attraverso questa ricerca mi si è aperta una prospettiva del tutto nuova nel pensare la vita dopo la morte e il suo profondo collegamento con la vita terrena appena vissuta, e nel conoscere quali impulsi positivi, quali ispirazioni e aiuti si possono reciprocamente scambiare fra chi vive ancora sulla terra e chi ha varcato la soglia della morte.

Proverò perciò a scrivere la traccia del mio lavoro di ricerca, così come si è costruito via via.

Premessa

Come premessa vorrei dire che durante tutta la mia ricerca si è reso man mano evidente un fatto essenziale: *le tappe dell'itinerario* del viaggio oltre la morte sono uguali per tutti, ma *la qualità dell'esperienza* è diversa per ciascuno e dipende dalle caratteristiche individuali dell'esistenza terrena precedente. Solo così, del resto, questa esperienza resta strettamente connessa con la libertà della persona.

Le tappe del viaggio e il corrispondente distacco dalle varie parti costitutive dell'uomo (corpo fisico, corpo eterico, corpo astrale), dopo la morte.

Dopo la morte l'uomo abbandona una dopo l'altra le varie parti costitutive del suo essere incarnato: prima si separa dal suo corpo fisico, poi dall'eterico poi dall'astrale. Questo

avviene nelle prime tappe del suo viaggio, fino a compiere poi il resto del viaggio soltanto con l'Io, unito all'essenza dell'eterico e dell'astrale, già "elaborati".

La prima tappa: il grande quadro mnemonico.

Al momento della morte l'uomo deposita il suo corpo fisico (il cadavere) ed entra nella prima tappa del suo viaggio ultraterreno, chiamata il *Grande quadro mnemonico*. Essa dura pochi giorni. Durante questa tappa il corpo eterico è ancora molto vicino al suo corpo fisico e per questo sarebbe meglio lasciar trascorrere qualche giorno prima della sepoltura. L'uomo si trova di fronte a tutta la propria vita passata: la "vede" come in una sorta di dipinto e la contempla oggettivamente, senza provare direttamente alcun sentimento relativo ai fatti che vede.

Osserva la sua vita sotto il profilo dell'Io, vede tutto ciò a cui il suo Io ha partecipato. Vede sempre il suo Io al centro di ogni vicenda vissuta. E da questa visione – dice Steiner – scaturisce quell'energia interiore e quella forza di cui si ha bisogno, in tutto il tempo tra la morte e una nuova nascita, per riuscire a mantenere ben saldo il pensiero del proprio Io, per *mantenersi ben stretti al proprio Io*.¹ Per questo il momento del quadro mnemonico è straordinariamente importante.

Poi il quadro svanisce ed è il momento in cui si abbandona il proprio corpo eterico che si disperde nell'etere universale. Del corpo eterico rimane però una *essenza* (un estratto, chiamato *corpo causante*) che ci accompagnerà in tutte le successive vite terrene. "Alla fine di ogni incarnazione una nuova pagina si aggiunge al libro della nostra vita e ne aumenta il contenuto".²

La seconda tappa: il Kamaloca.

Nella seconda tappa il corpo astrale e l'Io vivono il periodo del cosiddetto Kamaloca (*kama* significa desiderio, brama, *loca*, significa luogo, stato).

Il corpo astrale, sede delle brame che sulla Terra si possono soddisfare attraverso il corpo fisico, vive nel Kamaloca un'esperienza di forte purificazione: essendogli venuto a mancare lo strumento fisico con cui soddisfarle. L'esperienza del distacco dalle brame è più o meno forte a seconda di quanto spazio nella propria vita terrena avevano i desideri legati ai sensi.

Nel Kamaloca, inoltre, si rivivono a ritroso, dalla fine della vita fino alla nascita, tutte le gioie e i dolori che abbiamo procurato agli altri, ma al contrario, come se fossero rivolti a noi stessi. È un modo molto forte per prenderne coscienza. La qualità dei sentimenti

¹ Steiner: La morte:l'altro volto della vita. Traduzione di Stella Padoa Schwarz.

² Steiner: La saggezza dei Rosacroce III conf.pag.33.

rivissuti, come rivolti a noi stessi, è del tutto individuale e dipende dal tipo di rapporti interpersonali intessuti durante la vita terrena.

Alla fine di questa tappa, che dura circa un terzo della nostra vita terrena, la parte del corpo astrale *già elaborata* si unisce all'Io e all'eterico ed entra nel mondo del Devachan. Mentre la parte non ancora elaborata dell'astrale viene depositata come cadavere astrale.³

Cosa si intende per parte *già elaborata*?

Se il corpo astrale, sede delle brame e delle passioni, viene illuminato – dice Steiner – dal lavoro dell'Io che pian piano diventa signore dei desideri e delle brame, allora il corpo astrale si trasforma in *sé spirituale*.⁴

L'Io ha un lavoro da compiere sulle varie parti costitutive dell'uomo. Questo lavoro lentamente le trasforma da parti *non libere*, cioè soggette a brame che non sono in grado di essere governate, a *libere*, cioè soggette a brame che l'Io è in grado di governare. La parte del corpo astrale che è "creatura dell'Io", in quanto nata dal lavoro dell'Io, è quella che Steiner chiama *elaborata*. È quella che, alla fine del Kamaloca, non viene depositata ma rimane unita all'Io nel resto del viaggio. "Di di vita in vita questa elaborazione dell'astrale continuerà sempre finché giungerà per ogni uomo il momento in cui l'intero corpo astrale sarà divenuto una creatura del suo Io".⁵

La terza tappa: il mondo del Devachan.

Terminato il periodo del Kamaloca l'Io entra nello stato del Devachan.

Tanti sono i nomi che Steiner usa per descrivere il Devachan: un mondo di suoni e di colori, la regione della pienezza sonora, il grande mare cosmico dell'astrale, il regno della luce, l'armonia e la musica delle sfere e così via. "Durante la notte l'anima nuota e vive nel fluttuante suono come nell'elemento del quale essa è propriamente intessuta, che è la sua *vera patria*".⁶

Come è costituito il Devachan.

Esso è vario e complesso come il nostro mondo fisico, nel quale distinguiamo parti solide, i continenti con attorno la massa acquee, poi l'aria e i gas più leggeri dell'atmosfera ecc. Per analogia si può descrivere il Devachan suddividendolo in quattro regioni: la prima contiene la sostanza spirituale di ciò che sulla Terra è fisico, la seconda contiene la sostanza spirituale di ciò che sulla Terra è fluido come il sangue, la terza contiene la

³ Steiner: La saggezza dei Rosacroce III conf.

⁴ Steiner: Teosofia pag. 40

⁵ Steiner: Vangelo di Giovanni II conf. pag. 28-29.

⁶ Steiner: L'essenza della Musica I conf.

sostanza spirituale delle passioni e sentimenti dell'animo, la quarta contiene l'archetipo di tutte le opere creative realizzate sulla Terra.⁷

Quali esperienze vive l'Io nel Devachan.

Tutto quanto l'uomo ha sperimentato e pensato sulla Terra, i suoi sentimenti e le passioni, nel Devachan gli vengono incontro nelle figure delle cose a lui circostanti. Per prima cosa l'Io vede il suo corpo fisico nel suo archetipo, come un oggetto *esterno a sé* (mentre sulla Terra l'uomo *identifica* il suo Io con il proprio corpo).

Tutti i sentimenti buoni e cattivi vissuti sulla Terra sono attorno al suo Io e ne formano gli organi animici che saranno gli "architetti" per la progettazione della sua futura incarnazione.⁸

Alcune caratteristiche fondamentali del Devachan.

- Anche nel mondo spirituale gli uomini vivono una *vita di relazione* che è *in continuità* con i legami vissuti sulla Terra. Addirittura certi legami proseguono in modo molto più forte che quando erano vissuti durante la vita terrena. I nessi karmici perciò *non* si sciolgono dopo la morte!
- I rapporti di amicizia e i legami di affinità animica vissuti sulla terra *continuano* nel Devachan e in qualche modo preparano la successiva incarnazione, sviluppano relazioni sociali per la prossima vita.⁹
- Il Devachan è più o meno ricco a seconda delle *qualità* dei rapporti interpersonali vissuti dagli uomini sulla terra. *L'intima comprensione* fra le persone è un contributo alla costruzione di un Devachan articolato e ricco!¹⁰
- La vita nel Devachan può essere sentita come molto beatificante: la liberazione dal corpo fisico e dagli altri involucri, di per sé sola può dare un senso di libera espansione in tante direzioni, come non abbiamo mai potuto sperimentare qui sulla Terra.¹¹
- Le quattro parti del Devachan sono continuamente influenzate dai pensieri e dai sentimenti degli uomini sulla terra. Ogni pensiero o sentimento ha il suo effetto sul piano astrale e quindi concorre a costruire il Devachan che a sua volta influisce sull'evoluzione, ostacolandola o favorendola. Il materialista -dice Steiner - pensa di far

⁷ Steiner: La saggezza dei Rosacroce III conf. pag.35-37.

⁸ Steiner: La saggezza dei Rosacroce IV conf. pag. 41 e seguenti.

⁹ Steiner: La saggezza dei Rosacroce V conf. pag. 48 e seguenti.

¹⁰ Steiner: La saggezza dei Rosacroce V conf. pag. 48 e seguenti.

¹¹ Steiner: La saggezza dei Rosacroce V conf. pag. 49.

male a qualcuno tirandogli un sasso, ma crede di non nuocere lanciando pensieri negativi a una persona. Chi però conosce il mondo spirituale sa che possono venir suscitati effetti molto più forti da un pensiero negativo che non dal lancio di un sasso. E al contrario, un pensiero amorevole rivolto a una persona la può raggiungere nel suo corpo eterico e astrale ed è per lei un reale aiuto.¹²

➤ Il Devachan – dice Steiner – è la vera sede del mondo dei *suoni* e dei *colori*, di cui la pittura e la musica sulla Terra sono un riflesso.

In particolare la *musica* è quella realtà che più di ogni altra permette all'uomo incarnato di prefigurarsi e sperimentare in qualche modo già sulla Terra le meraviglie del mondo devachanico.

Quando l'uomo vive nell'elemento musicale, egli vive in un'immagine della sua patria spirituale. L'uomo stesso nella sua più profonda essenza è simile a un *suono spirituale*. Perciò la musica agisce così profondamente anche nell'anima più semplice. Quando l'uomo ascolta musica egli sente benessere perché i suoni si accordano con quello che egli ha sperimentato nel mondo della sua patria spirituale.

Il musicista trasforma in suono fisico il ritmo, le armonie e le melodie che di notte si imprimono nel suo corpo astrale.¹³

L'ultima tappa del viaggio ultraterreno: la preparazione a una nuova incarnazione.

"Quando l'uomo ha trasformato tutte le azioni svolte nella sua ultima vita, in *forze spirituali*, quando ha vissuto tutte le sue esperienze nel mondo esteriorizzato del Devachan, quando queste hanno agito su di lui, allora egli è pronto a discendere per una nuova nascita, allora la Terra lo attira di nuovo".¹⁴

Nella "discesa" l'Io incontra per prima la regione astrale che gli permette di formarsi un nuovo corpo astrale. Esso avrà le caratteristiche esattamente conseguenti al grado di evoluzione raggiunto nella vita precedente. La formazione del corpo eterico e del corpo fisico invece dipendono anche da altri Esseri spirituali: gli spiriti dei popoli, e non sempre l'Io trova un corpo eterico perfettamente adatto a sé, in armonia col proprio corpo astrale.¹⁵

Una nota personale

Lavorando su questi temi, per prepararmi a parlarne, ho pensato ancora una volta che la risonanza di fronte a queste offerte conoscitive è assolutamente individuale e diversa per ognuno e dipende dal momento e dalla storia individuale di ciascuno e perciò richiede di

¹² Steiner: La saggezza dei Rosacroce VI conf. pag.58-59

¹³ Steiner: L'essenza della Musica I conf.

¹⁴ Steiner La saggezza dei Rosacroce III conf. pag. 44-45.

¹⁵ Steiner La saggezza dei Rosacroce III conf. pag. 44-45-46.

essere considerata con grandissimo rispetto, da parte di chi annuncia, in modo che le persone che ascoltano si sentano di interagire con queste offerte, del tutto liberamente. La mia personale reazione di fronte a questi annunci di Steiner è stata una gioia e una commozione che è difficile esprimere. Perché riguardano due realtà che nella mia vita sono state fin dall'infanzia particolarmente importanti: i rapporti umani, l'esperienza dell'intima comprensione fra persone da un lato, e l'esperienza della musica dall'altro.

Parallelo fra sonno e morte.

Nel descrivere l'esperienza del viaggio ultraterreno, Steiner fa continui paralleli fra il sonno e la morte e chiama la morte "sorella" del sonno.

Come l'uomo dopo la morte nel suo lungo viaggio raggiunge ad un certo momento il mondo spirituale del Devachan e lì si ricrea e può vivere un senso di profonda beatitudine, così ogni notte, l'uomo lascia nel suo letto una parte di sé (il corpo fisico e l'eterico) e con l'altra parte (l'astrale e l'Io) raggiunge il mondo spirituale per riarmonizzarsi dopo le fatiche della vita diurna, e ritornare al mattino con forze rinnovate. Ogni notte, dice Steiner, l'uomo si sottrae all'influenza del mondo fisico che ne distrugge l'armonia, bersagliandolo con troppi stimoli e sollecitazioni. Ogni notte il nostro corpo astrale rinnova la propria armonia abbeverandosi all'armonia del *grande mare astrale cosmico* e al mattino ne porta con sé i frutti sulla Terra.

Parallelo fra sonno e morte in relazione all'incontro e alla collaborazione di ogni uomo con le Gerarchie spirituali.

In molte conferenze Steiner parla dell'incontro che ogni uomo vive con gli Esseri spirituali delle Gerarchie, sia durante il sonno notturno, finché è incarnato, sia nel periodo fra la sua morte e una nuova nascita, quando è escarnato.

I Doni che le Gerarchie spirituali offrono all'uomo – in termini di *forze spirituali* e di *aiuto per progettare la successiva incarnazione* – non sono un dato di necessità che avviene comunque in modo uguale per tutti, ma sono solo una *potenzialità di collaborazione* offerta a tutti.

Attualizzare tali doni invece, cioè renderli realtà effettiva, dipende dal livello evolutivo di ciascuno, dalla libertà dell'uomo.

Se l'uomo nella vita terrena, ci dice Steiner, è rimasto per così dire "ottuso" o ha avuto scarso interesse per il mondo che lo circonda, entrerà nel mondo spirituale svantaggiato riguardo alla sua possibilità di collaborare con gli Esseri spirituali. "Non potrà avvicinarsi ad alcuni Esseri spirituali, questi gli rimarranno estranei perché a lui stesso mancherà la capacità di avvicinarli".¹⁶

¹⁶ Steiner: Nessi Karmici I volume V conferenza

Nella conferenza "*La formazione del destino nel sonno e nella veglia*",¹⁷ Steiner dice che ogni notte, durante il sonno, l'uomo entra in contatto con le Gerarchie spirituali e vive con esse un rapporto più o meno intensamente fecondo a seconda di alcune specifiche caratteristiche del suo modo di vivere diurno. In particolare due caratteristiche:

- l'uso di un *linguaggio* intriso di idealismo;
- rendere le *azioni compiute dalle nostre membra* intrise di amore e non di dovere.

Di notte il *corpo astrale* porta con sé, fuori dal corpo fisico ed eterico, l'animico spirituale che c'è nelle parole; cioè la sfumatura di sentimento, la forza di persuasione che l'uomo ha messo nelle parole, nel linguaggio che ha usato di giorno.

Gli Arcangeli, che sono i geni e le guide delle varie lingue dei popoli, desiderano che le anime umane, durante il sonno, portino loro incontro l'eco di ciò che di ideale c'è nel loro linguaggio diurno e sentono la necessità – dice Steiner – di potersi "nutrire" di tale contenuto ideale per poter svolgere meglio il proprio compito.

Dalle parole di Steiner mi è sembrato di capire che in certi casi può avvenire uno *scambio reciproco* fra le gerarchie spirituali e l'uomo. In questo caso la "materia di scambio" è il linguaggio diurno dell'uomo intriso di idealismo: gli Arcangeli ne hanno bisogno per realizzare il loro compito e l'uomo solo attraverso di esso può avere accesso a un rapporto proficuo con questi esseri spirituali.

L'*Io* invece, durante il sonno, porta con sé fuori dal corpo fisico ed eterico, l'elemento animico spirituale che c'è nel lavoro delle proprie membra; cioè la contentezza o scontentezza con cui si compie tale lavoro. Questo elemento è il tramite per mettersi in contatto con la gerarchia dei Principati.

La possibilità di contatto con gli Esseri spirituali (in particolare con gli Arcangeli e i Principati) può *fallire* se il *linguaggio* dell'uomo è *privo di idealismo* oppure se le *azioni* compiute sono *prive di amore*.

Il rapporto con gli Esseri spirituali accumulato o mancato ogni notte, influirà fortemente – in termini di *forza spirituale* – sull'esperienza che l'uomo farà nel periodo fra morte e nuova nascita e sul tipo di karma futuro che l'uomo preparerà per la successiva incarnazione, durante quel periodo.

Quindi durante il sonno terreno l'uomo mette le basi per il lavoro spirituale che vivrà nel "sonno prolungato" del post mortem, ma queste basi dipendono a loro volta dalla *qualità* della sua vita diurna.

¹⁷ Steiner: "La formazione del destino nel sonno e nella veglia" da Archivio storico della rivista Antroposofia volume II pag.175 e seguenti.

Rapporto di scambio reciproco fra le Gerarchie spirituali e l'uomo, nel periodo della sua vita terrena e in quello della sua vita ultraterrena.

Il fatto che esista uno *scambio reciproco* fra l'essere umano e gli Esseri spirituali, (come è emerso a più riprese durante questa ricerca) l'ho trovato molto nuovo e inaspettato per me. Normalmente si è portati a pensare che sia soltanto l'uomo ad aver bisogno dell'aiuto degli Esseri spirituali e non viceversa. Si è portati a pensare che gli Esseri che vivono nel mondo spirituale non abbiano interesse, né bisogno di qualcosa che possa giungere a loro dall'uomo incarnato sulla Terra. Invece Steiner accenna a molti campi in cui anche gli Esseri spirituali aspettano qualcosa dall'uomo.

Da quando l'umanità ha perso la antica chiaroveggenza, la presenza degli Esseri spirituali – come entità che esistono ed esercitano un reale influsso, nel bene o nel male, sull'interiorità dell'uomo e sulla sua vita – è diventata una sapienza sempre più debole fino a spegnersi del tutto, per la maggioranza delle persone.

Fa parte del cammino evolutivo dell'uomo della nostra epoca, riprendere coscienza dell'esistenza di tutti gli Esseri spirituali: dagli esseri elementari che vivono nel mondo vegetale, minerale e animale, fino ai più alti Esseri spirituali delle gerarchie. Solo se l'uomo – attraverso la sua ricerca libera e autonoma – approfondirà la loro conoscenza, essi potranno venirgli incontro con il loro reale aiuto. Gli Esseri spirituali – dice Steiner – ci possono aiutare solo se noi siamo in grado di formarci dei pensieri su di loro. Quando studiamo scienza dello spirito noi ci apriamo all'aiuto che viene dal mondo spirituale.¹⁸ E parimenti, al contrario, solo venendo a conoscenza degli Esseri spirituali del male, le cosiddette "forze di contrasto", (Arimane e Lucifero, gli Asura e Sorat), l'uomo può meglio contrastare la loro influenza negativa, mentre se ne ignora l'esistenza e gli intenti, essi hanno molto più potere sulla sua interiorità.¹⁹

L'aiuto degli Esseri spirituali all'uomo.

Quale aiuto offrono all'uomo?

Durante la vita terrena molti sono gli impulsi che l'angelo tesse delicatamente nell'animo dell'uomo:

- ❖ impulso a sviluppare una *fraternità* fra persone: non è possibile essere felici finché altri esseri umani sono infelici;
- ❖ impulso a sviluppare una *libertà religiosa* che non si esprime principalmente nella pratica del culto legato alle chiese, ma nel vedere in ogni uomo un elemento divino e nel sentire l'incontro con ogni uomo come un "sacramento";

¹⁸ Steiner: "Come si può superare l'angoscia animica del presente" conferenza del 10 ottobre 1916, edizioni Arcobaleno, pag. 35.

¹⁹ Steiner: La caduta degli spiriti delle tenebre. Gregorat: Il confronto col male. Prokofieff: L'incontro col male. Archiati: Il mistero del male nel nostro tempo.

- ❖ impulso a lavorare a una *ricerca spirituale* condotta in prima persona, a sviluppare un proprio pensiero individuale, ad accostare le offerte conoscitive che la scienza dello spirito offre all'uomo della nostra epoca per nutrire la propria ricerca;²⁰
- ❖ impulso a sviluppare una capacità di *giudizio autonomo* su tutte le realtà della vita, anche quelle in cui non si è competenti in prima persona.²¹

Durante il viaggio oltre la soglia invece le Gerarchie aiutano l'Io a plasmare il proprio futuro essere incarnato, in tutte le sue parti costitutive, e inoltre a progettare il proprio karma futuro.²²

L'aiuto dell'uomo agli Esseri spirituali.

Già precedentemente abbiamo visto che gli Arcangeli, (spiriti dei popoli e delle varie lingue), desiderano potersi nutrire dell'elemento ideale che l'uomo esprime nel suo linguaggio, per poter meglio svolgere il proprio compito verso l'umanità.

Ma *tutti* gli Esseri spirituali si aspettano dei doni dall'uomo, mentre vive il suo cammino terreno. Per essi non è indifferente quello che gli uomini fanno di loro e se gli uomini non ne fanno nulla è come se essi *venissero privati di un nutrimento spirituale*.²³

Nutrimento spirituale: a quale nutrimento si allude?

Per provare a chiarirlo Steiner si esprime in maniera immaginativa, nella conferenza "Come si può superare l'angoscia animica del presente", dicendo che da quando il Cristo ha fatto della Terra la sua dimora, dopo il mistero del Golgota, gli Angeli sono tristi che Egli non faccia più parte del loro mondo e perciò *attendono intensamente di poterlo vedere risplendere* attraverso i pensieri dei singoli uomini incarnati, che in qualche maniera abbiano "incontrato" il Cristo.²⁴

Ma quando si può dire che l'uomo abbia "incontrato" il Cristo?

Quando vive nella propria vita concreta l'esperienza della pasqua cioè del continuo *passaggio* dalla morte alla vita, l'esperienza dell'impotenza e del risollevarsi da essa, e quando in lui si fa pian piano chiarezza che questa è l'esperienza cristica, è il "non Io ma il Cristo in me".

Sintonizzarsi con il mondo spirituale durante il viaggio ultraterreno

Un elemento che influisce fortemente sulla possibilità di sintonizzarsi col mondo spirituale, nella vita post mortem, è la pratica dell'*autoconoscenza*, vissuta durante la vita

²⁰Questi tre punti sono sviluppati nella conferenza di Steiner: "Cosa fa l'angelo nel corpo astrale dell'uomo" iZurigo 5 ottobre 1918.

²¹ Steiner: "Come si può superare l'angoscia animica del presente" pag. 32.

²² Steiner: Nessi karmici I volume II conferenza.

²³ Steiner: "Come si può superare l'angoscia animica del presente" pag. 33.

²⁴ Steiner: "Come si può superare l'angoscia animica del presente" pag; 34,35.

terrena. Steiner ne parla nella conferenza "Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte".²⁵

Per sintonizzarsi col mondo spirituale dopo la morte, occorre – dice Steiner – fare un certo lavoro di "adattamento" fra le forze spirituali di autoconoscenza acquisite nella vita terrena, che sono per così dire una "sostanza spirituale" che l'uomo porta con sé *attraverso* la morte, e la realtà del mondo spirituale nel quale si è immersi.

All'inizio del viaggio si resta come "abbagliati" dal mondo spirituale e non si è ancora in grado di averne una vera coscienza, di "abbracciarlo interamente con lo sguardo".²⁶

Occorre prima *ridurlo*, per così dire, cioè portarlo al livello delle forze spirituali acquisite in vita. È necessario ridurre la coscienza del mondo spirituale *fino al grado in cui* si hanno dentro di sé *forze reali* per "sopportarlo", per sintonizzarsi con esso. Saranno queste *forze reali* che daranno la misura della qualità di contatto col mondo spirituale. Cioè ciascuno si sintonizzerà col mondo spirituale nella misura del "livello di spiritualità" costruito e sperimentato durante la vita sulla Terra.

"Autoconoscenza", "livello di spiritualità" si tratta di dare significato a questi termini. Cosa intende Steiner per *autoconoscenza*, praticata durante la vita terrena? "La scienza dello spirito esiste in fondo per dare all'uomo l'autoconoscenza di cui ha bisogno, è *una introduzione al Sé più vasto dell'uomo*, a quel Sé tramite il quale apparteniamo al mondo intero".²⁷

Penso che si possa chiamare *autoconoscenza* tutto quel lavoro di "ricerca" che l'uomo di tutti i tempi ha sempre svolto, a livelli e in modi diversissimi, riguardo ai temi di fondo del vivere e del morire, del divino, della natura, del cosmo, della costituzione dell'uomo, della storia evolutiva dell'uomo e della sua coscienza e così via. Credo che la scienza dello spirito possa offrire all'uomo di oggi molti spunti preziosi per questa "ricerca".

Ma il fine ultimo di ogni ricerca non dovrebbe essere mai quello puramente conoscitivo, ma sempre quello esistenziale. La scienza dello spirito non vuole offrire all'uomo *verità astratte*, ma solo pensieri che possano suscitare una autentica ricerca e possano *trasformarsi in vita*, in atteggiamenti interiori, in orientamenti concreti. "La scienza dello spirito deve veramente trasformarsi in vita".²⁸

Penso perciò che costruiscano "forza spirituale" e "autoconoscenza" anche una grande molteplicità di altre esperienze umane: dalla pratica di qualunque forma artistica al volontariato, dallo scrivere autobiografico al processo di individuazione conseguente a

²⁵ Steiner: "Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte" conferenza del 17 giugno 1915 Edizioni Arcobaleno.

²⁶ Steiner: "Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte" pag. 18.

²⁷ Steiner: "Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte" pag. 13.

²⁸ Steiner: "Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte" pag. 10.

un'esperienza di analisi, dall'impegno civile e professionale in tanti ambiti – fra cui anche i nuovi campi della vita planetaria (commercio equo, banca etica, ripianamento dei disequilibri atmosferici, idrici e agricoli, ecc.) – all'impegno etico di ogni persona nella propria vita individuale, professionale e di relazione (nelle amicizie, nei rapporti fraterni, nei rapporti sul lavoro, nei rapporti di coppia, nell'esperienza della maternità o paternità) e così molte altre ancora.

L'evento della morte visto dal mondo spirituale

Mentre durante la vita terrena nessun uomo è in grado di ricordare la propria nascita, per la propria morte invece – dice Steiner – avviene esattamente il contrario. Durante il viaggio ultraterreno, l'Io si volge spesso indietro al momento della propria morte perché è un modo molto forte per *percepire il proprio Io, sopravvissuto alla morte fisica*.

L'*autoconoscenza* (sapere di "essere un Io", un Sé) è precisamente quella *forza* che ci permette di risvegliarci veramente al mondo spirituale, nel post mortem. E questo "sentirsi un Sé", questo essere in grado di dirsi: – tu sei un Io – viene molto potenziato dal riuscire a focalizzare il momento della propria morte, perché in quel momento *si evidenzia lo spirito che sopravvive alla materia*. "La morte perciò, vista dalla parte del mondo ultraterreno, rappresenta per l'occhio animico la cosa più bella, viva e luminosa che si possa immaginare".²⁹

C'è un altro scritto in cui Steiner si esprime in modo simile riguardo alla morte. "La morte possiede più di ogni altra realtà *due facce* totalmente diverse. Vista da qui, *vista dal mondo fisico*, la morte ha certamente molti aspetti dolorosi, desolati. Da qui noi vediamo la morte da un lato solo.

Quando però si è morti la si vede *dall'altro lato*. Lì essa è *l'evento più completo, più gratificante che si vive*, perché lì essa è una realtà vivente. Mentre qui la morte è prova di quanto effimera sia la vita fisica dell'uomo, vista

invece dal mondo spirituale è proprio una dimostrazione che lo spirito perennemente vince su quanto spirito non è, che lo spirito è eternamente la vita, la vita perenne che non viene mai meno. Lo spirito è proprio una prova che non esiste morte. In verità, è una dimostrazione che la morte è una maya, un'apparenza.³⁰

Rapporto e scambio fra esseri umani incarnati e esseri umani che vivono oltre la soglia, fra i vivi e morti

Nella conferenza "Lo scambio vivente fra i vivi e i morti"³¹ Steiner dice che nelle epoche passate la connessione fra vivi e morti era molto più viva che attualmente. L'anima del

²⁹ Steiner: " Esperienze dell'uomo dopo il passaggio attraverso la soglia della morte" pag. 11.

³⁰ Steiner: La morte:l'altro volto della vita. Traduzione di Stella Padoa Schwarz.

³¹ Steiner: "Lo scambio vivente tra i vivi e i morti" conferenza del 10 ottobre 1913, dalla rivista Antroposofia N.10-12 anno 1987.

defunto poteva sia ricevere facilmente l'affetto dei suoi cari, sia "seguirne" più da vicino la vita sulla Terra. Poi, negli ultimi secoli, questo legame si è andato affievolendo. Uno dei compiti della ricerca spirituale, nella nostra epoca, è quello di riattivare uno scambio reciproco, creando una sorta di *ponte* fra gli esseri umani incarnati e quelli che stanno vivendo il loro viaggio oltre la soglia.

Una delle conseguenze pratiche, concrete che derivano dal fare ricerca spirituale, durante il proprio cammino terreno, è che i pensieri approfonditi durante la ricerca sono un *reale nutrimento* per le anime dei propri congiunti defunti.

Le anime dei defunti *hanno bisogno* di nutrimento spirituale nel loro viaggio ultraterreno, *ma di un nutrimento che provenga dalla ricerca degli uomini incarnati sulla Terra.*

Quando ci addormentiamo la sera, le idee e i pensieri che hanno attraversato la nostra coscienza diurna, – dice Steiner – cominciano a vivere, diventano "esseri viventi" e le anime dei defunti a noi congiunti se ne possono arricchire e nutrire. I pensieri coltivati nella ricerca sono un *tramite* prezioso perché i morti riescano a mettersi in contatto con noi. Questo annuncio di Steiner è stato per me completamente nuovo! E mi ha molto commosso.

Steiner distingue *fra* il trovarsi nel mondo spirituale e averne una visione diretta – che è la situazione in cui ogni Io umano si trova nel suo viaggio ultraterreno – e il conoscere e comprendere qualcosa di quel mondo in cui si è immersi, che è possibile attraverso il cammino di ricerca spirituale che l'uomo può compiere soltanto mentre è sulla Terra. "Questo è un mistero significativo dei mondi spirituali: si può essere in essi, li si può vedere, ma ciò che è necessario per la conoscenza dei mondi spirituali, questo deve essere acquisito sulla Terra. La Terra non è stata fondata invano nell'esistenza spirituale universale. Le fu data vita affinché potesse crearsi ciò che è possibile solamente sulla Terra. La vera conoscenza del mondo spirituale, quella che va *oltre* l'osservare o il fissare i mondi spirituali, questa è possibile solo sulla Terra. La scienza dello spirito può essere fondata soltanto sulla Terra e deve essere portata da qui nei mondi spirituali."³²

Si potrebbe pensare esattamente il contrario e invece il solo essere nel mondo spirituale non significa, di per sé, poterlo comprendere e conoscere. Questo è affidato ormai, dopo l'incarnazione del Cristo, e proprio grazie al suo aiuto, alla libera iniziativa di ogni singolo Io umano.

³² Steiner: "Lo scambio vivente tra i vivi e i morti" conferenza del 10 ottobre 1913, dalla rivista Antroposofia N.10-12 anno 1987, pag. 192, 193.