

## CONTENIDOS DETALLADOS

<b>1. EL MAPA DE LA VIDA</b> .....	<b>1</b>
<b>I. UN ASUNTO QUE CONCIERNE A TODOS</b> .....	<b>2</b>
Lo que el mundo está diciendo.....	3
El alcance del tema.....	4
Estudio de la vida, aspectos de cuerpo, alma y espíritu.....	5
Punto culminante a los veintisiete años y su trasfondo.....	14
<b>II. LOS AÑOS DE METAMORFOSIS</b> .....	<b>17</b>
Enigmas del cielo la tierra y el hombre.....	17
Revisión.....	17
La influencia del pasado y el futuro en la experiencia del tiempo.....	19
El segundo periodo de la vida como ilustración.....	20
Punto de inflexión — planta y hombre.....	21
Algunas polaridades: descenso y ascenso.....	22
Transformación.....	23
<b>III. MADUREZ: EL PUENTE A LOS TREINTA Y CINCO AÑOS</b> .....	<b>26</b>
Breve repaso.....	26
Por qué es importante el Mapa de la Vida.....	26
Sobre el proceso de maduración.....	27
Las puertas abiertas.....	27
De Rudolf Steiner sobre el tema:	
El punto de inflexión a los treinta y cinco años.....	28
<b>2. MADURACION DE LAS FUERZAS DEL ALMA</b> .....	<b>35</b>
<b>I. LA GÉNESIS DEL JUICIO</b> .....	<b>36</b>
La relación cabeza corazón.....	36
En el mundo.....	37
Entre estudiantes de Antroposofía.....	38
<b>II. EL CAMINO DEL PENSAMIENTO: DEL PREJUICIO AL RECONOCIMIENTO</b> .....	<b>41</b>
Tres caminos de maduración del alma.....	41
Nacimiento y renacimiento.....	41
Creciendo desde el prejuicio.....	42
La fábula del extranjero.....	43
Acercándose a casa.....	43

Reflejado en imágenes.....	44.
Esa virtud llamada tolerancia.....	45
Receptividad y percepción.....	46
Conciencia de la meta.....	47
Aceptación total.....	48
De Rudolf Steiner sobre el tema: el nuevo lenguaje.....	49
<b>III. IDEALISMO, LLAMAS DE JUVENTUD Y FUEGOS DE MADUREZ.....</b>	<b>51</b>
Idealismo en el pasado y hoy.....	51
El asombroso idealismo de la juventud.....	52
¿Qué le ocurre a todo esto?.....	53
El joven y el viejo.....	54
Transformación de Ideas en Ideales.....	56
De Rudolf Steiner sobre el tema; Idealismo innato e Idealismo renacido.....	58
<b>3. EL EQUILIBRIO DE LAS POLARIDADES EN LA VIDA HUMANA.....</b>	<b>61</b>
Polaridades: textura de la existencia.....	62
Un plan original de los Dioses —su modificación.....	62
Cuando Lucifer y Ahriman aparecen en el ciclo de la vida humana.....	64
Cómo el hombre se ve a sí mismo: la decepción Luciférica y Ahrimánica.....	66
Un campo de batalla es el hombre.....	68
El hombre: el que equilibra los opuestos.....	72
Peligros en el camino.....	77
El hombre del alma consciente.....	80
<b>4. LA VIDA DEL COSMOS EN LAS EDADES DEL HOMBRE.....</b>	<b>83</b>
<b>I. LOS CAPITULOS DE NUESTRO LIBRO LA VIDA.....</b>	<b>84</b>
El misterio de los periodos de la vida.....	84
El Cuadro de la Memoria.....	84
Esos capítulos de nuestra vida.....	85
Los periodos de la vida como órganos de percepción espiritual.....	87
Las esferas planetarias sobre nosotros.....	88
Siguiendo la vida del hombre en las esferas.....	89
Cómo actúan las esferas en las fases de la vida del hombre sobre la tierra.....	90
<b>II: JERARQUÍAS Y DESTINO HUMANO.....</b>	<b>94</b>
Recapitulación.....	94
Redescubrir a las Jerarquías.....	94

Destino en ciernes.....	97
El guion de la vida — cómo se prepara.....	100
Hombre y Cosmos: entrelazados en el destino.....	102
<b>III. DEL PENSAMIENTO A LA VOLUNTAD.....</b>	<b>106</b>
Pensamiento y voluntad: una paradoja aparente.....	106
El desarrollo orgánico del hombre:	
el modelo de las fuerzas que se derraman en el.....	107
Exigencias del destino: su realización en el curso de la vida.....	109
La mitad de la vida, reto y peligros.....	111
La vida del antropósofo: del pensamiento a la voluntad.....	113
<b>5. NUESTROS COMPAÑEROS KÁRMICOS.....</b>	<b>118</b>
La res de afinidades.....	119
Ser contemporáneo.....	119
Sobre lo que debemos a otros.....	120
Vínculos de juventud y de madurez.....	121
Rupturas y despedidas.....	123
Nuestros profesores y nosotros.....	124
Padres e hijos.....	125
Lazos humanos en la muerte y más allá.....	128
Encuentro y reunión con los que amamos después de la muerte.....	129
<b>6. ENCUENTROS HUMANOS A LA LUZ DE LA LUNA Y DEL SOL.....</b>	<b>132</b>
El juego del destino.....	133
De búsquedas y primeros encuentros.....	134
La puerta de la Luna.....	135
La puerta del Sol.....	136
Las fuerzas espirituales de la Luna y del Sol.....	137
El sueño y el despertar.....	138
Dos tipos de encuentros: voluntad e intelecto.....	139
Observación y práctica.....	141
Encuentros en el Umbral.....	142

<b>7. LOS AÑOS CRUCIALES EN LA VIDA HUMANA</b>	
—RITMOS DEL SOL, LA LUNA Y LAS ESTRELLAS.....	144
El ciclo del Sol: la duración de nuestra vida.....	145
La Luna, ventanas hacia otro mundo.....	147
<b>8. METAMORFOSIS DE LAS FUERZAS CREATIVAS</b>	
—LO DADO Y LO LOGRADO.....	150
Sobre madurez: individuo y humanidad.....	150
Misterios de la infancia y espíritu creativo.....	154
<b>9. NESTRAS FUENTES DE RENOVACIÓN ESPIRITUAL:</b>	
<b>POR LA NOCHE, EN EL PROFUNDO INVIERNO, Y EN LA MITAD DE LA</b>	
<b>VIDA.....</b>	<b>159</b>
De noche — Nuestro encuentro con el Espíritu.....	160
En lo profundo del invierno -"El Mundo del Hijo".....	163
En la mitad de la vida: el Dios Creador.....	165
<b>10. EL MAPA BIOGRÁFICO.....</b>	<b>170</b>
<b>I. BIOGRAFÍA EN FORMA DE IMÁGENES</b>	
El Mapa biográfico —de día.....	171
El Cuadro de Vida —de noche.....	174
<b>II. TRAZANDO EL CURSO DE LA VIDA.....</b>	<b>177</b>
Aspectos y factores.....	178
Un organismo temporal.....	181
—Polaridad.....	182
—Intensificación.....	182
—Metamorfosis.....	184
Ritmos y patrones.....	185
—Polaridad.....	188
—Reflejando.....	189
—Intensificación.....	191
—Metamorfosis.....	195
Objetivos — Resultados.....	199

III. AUTOCONOCIMIENTO Y BIOGRAFÍA.....	202
Continuidad de conciencia.....	202
Continuidad de propósito.....	202
Libertad y Amor.....	203
Sobre creatividad.....	208
APÉNDICES.....	210
Palabras para el caminante.....	211
Lucifer y Ahriman en América.....	212
Algunas dinámicas y formas nuevas.....	215