

Biographie

Infirmière formée aux soins anthroposophiques et « élève » en biographie, l'idée m'est venue de relier les deux en une série d'articles pour *Panser la vie* : « Les soins externes au cours de la vie ».

J'ai donc demandé à Emmanuelle Capt, psychologue d'orientation anthroposophique et coresponsable d'une formation à l'accompagnement biographique, de participer à ce projet. Elle a gentiment accepté de se lancer dans l'aventure et de commencer la rédaction.

Ce premier article est une présentation générale de la biographie. Il donne les clefs pour la compréhension des articles suivants. Chacun d'entre eux sera consacré à un septénaire et illustré par les soins externes correspondants.

Nous remercions chaleureusement Emmanuelle Capt.

Françoise Vervaeet-Borie
Infirmière dans le Puy-de-Dôme

Introduction

Dans le cadre de cet article, il m'est donné de poser les bases de la conception anthroposophique de la biographie en me basant sur la nature humaine telle qu'elle a été développée par Rudolf Steiner et que vous retrouverez succinctement décrite dans le tableau ci-contre. Je ferai aussi référence à la notion de réincarnation.

S l'anthroposophie, en tant que science de l'esprit, éclaire l'ordre inhérent à ce chemin initiatique qu'est la vie humaine à notre époque, la biographie, quant à elle, nous permet de nous situer clairement sur ce chemin de vie.

La biographie

Qu'est-ce que la biographie ? Ce mot se compose de deux racines grecques : *bio*¹, vie

et *graphein*, écrire. C'est l'écriture de la vie humaine dans le temps et des rythmes inhérents à l'évolution de l'être humain, rythmes liés à son lien vivant avec l'ensemble du cosmos.

Le développement de la vie en cycles de croissance est connu depuis Hippocrate², père de la médecine. 400 ans avant Jésus-Christ, il avait observé dans la vie humaine la présence d'heptomades³, cycles de sept ans. Rudolf Steiner a enrichi cette conception et l'a proposée à notre conscience moderne pour nous éveiller à notre constitution sensible et suprasensible.

La biographie nous parle du développement de l'être humain tant sur le plan physique que sur les plans psychique et spirituel dans le cours de son évolution sur Terre. Car, comme le dit si bien Saint-Exupéry, « L'être humain est long à naître⁴. »

« La vie ne peut être comprise qu'en regardant en arrière, mais doit être vécue vers l'avant. »

Septénaire ou cycle de sept ans

Le septénaire constitue un rythme de base dans notre vie. C'est un cycle psychocorporel, car il est relié d'une part au corps par le rythme annuel de l'anniversaire de notre naissance (durée d'une année) et d'autre part, à l'âme par le nombre 7, unité que l'on retrouve dans les 7 planètes, les 7 jours de la semaine, les 7 notes de la gamme et les 7 couleurs de l'arc-en-ciel.

Dans la science moderne, on a prouvé que des changements biologiques significatifs se produisent aussi approximativement tous les sept ans ; par exemple, dans les septénaires liés au corps : perte des dents de

De la naissance à 7 ans	Corps	Naissance du corps physique	Lune
De 7 à 14 ans		Naissance du corps de vie	Mercur
De 14 à 21 ans		Naissance du corps de sensibilité	Vénus
De 21 à 28 ans	Âme	Naissance de l'âme de sensibilité	Soleil
De 28 à 35 ans		Naissance de l'âme d'entendement	Soleil
De 35 à 42 ans		Naissance de l'âme de conscience	Soleil
De 42 à 49 ans	Esprit	Naissance du moi spirituel	Mars
De 49 à 56 ans		Naissance de l'esprit de vie	Jupiter
De 56 à 63 ans		Naissance de l'homme-esprit	Saturne

Tableau 1 : Naissances successives des éléments constitutifs au cours de la biographie

Ce développement s'effectue en cycles de sept ans. Chacun de ces septénaires porte une signification qui le distingue des autres. La biographie nous permet de revisiter chacun de ces cycles de manière objective, sans nous appesantir, mais en en comprenant la trame, le sens, le but. Car comme l'écrit Søren Kierkegaard⁵,

lait, apparition des cycles menstruels, mue de la voix, etc. Chaque septénaire se développe de façon organique dans le suivant. Dans chaque septénaire, un thème majeur est développé en termes d'apprentissage humain. Le corps, l'âme et l'esprit s'unissent pour le développer. Un même thème, par exemple la liberté, l'amour ou la solitude,

¹ Bio signifie non seulement le fait de vivre, mais la manière de vivre, les moyens de vivre, les ressources.

² Il est né vers 460 av. J.-C. dans l'île de Cos et mort vers 370 av. J.-C. à Larissa.

³ Hepta signifie sept en grec ; Hippocrate faisait déjà référence à dix cycles de sept ans.

⁴ Saint-Exupéry, Citadelle.

⁵ Søren Kierkegaard, selon l'état-civil Søren Aabye Kierkegaard né le 5 mai 1813 et mort le 11 novembre 1855 à Copenhague, est un écrivain, théologien protestant et philosophe danois, dont l'œuvre est considérée comme une première forme de l'existentialisme.

traverse toute la vie, mais un adolescent, un adulte ou une personne âgée, colorent ce thème d'une manière différente en fonction de leur étape biographique et du degré de maturité atteint. Par exemple, pour l'adolescent, la liberté consiste à faire ce dont il a envie, quand il en a envie, comme il en a envie. Pour la personne mature, cette même liberté consiste à faire ce qu'elle doit accomplir avec amour.

De plus, à chaque septénaire, de la naissance à 63 ans, naît un nouvel élément constitutif de l'être humain que l'homme s'approprie à des degrés différents. Rudolf Steiner décrit ces 9 éléments constitutifs de la nature humaine dans son livre *Théosophie*. (Voir tableau 1.)

Périodes de 21 ans

Nous pouvons aussi percevoir par ce tableau que ces 9 septénaires peuvent être regroupés en 3 périodes de 21 ans. Effectivement, nous prenons approximativement 21 ans pour nous approprier notre corps physique, puis 21 ans pour que le Je élabore par métamorphose nos facultés de l'âme, et enfin 21 ans pour préparer les corps de l'esprit en gestation à notre époque.

Septénaires et influences planétaires

« La vie de l'homme est une fenêtre sur le cosmos¹... »

La biographie c'est aussi l'écriture de la vie en lien avec l'écriture des étoiles.

L'homme reçoit en effet graduellement de septénaire en septénaire l'influence des

7 planètes de notre système solaire. Il recevra donc de septénaire en septénaire successivement l'influence de la Lune, de Mercure, de Vénus, du Soleil pendant 3 septénaires, et enfin de Jupiter, de Mars et de Saturne.

Le tisserand

L'être humain, depuis sa naissance, déroule le fil de sa vie et écrit son histoire de vie, sa biographie. Il déroule ce fil dans le cours du temps et tisse graduellement la force de son corps, la fibre de son âme et la noblesse de son esprit.

Il déroule ce fil, tisse et crée des motifs uniques qui prennent forme dans ce tissage. Les rencontres humaines et les événements, ainsi que la manière de les vivre, ajoutent dans la fine complexité de ce tissu du relief,

des nuances de couleur et d'obscurité.

Dans ce verset patriarcal, inscrit au-dessus de la porte d'une maison à Ulm, dans le Bade-Wurtemberg, une belle image, complétant la précédente, est donnée

« Une frêle main de femme a filé le fil
Pour tisser ton vêtement ici-bas.
Des mains de Dieu s'écoule le fil de vie,
Jamais tu ne sauras quand il s'achèvera.
Ainsi tisses-en tant qu'il est encore temps,
Avec force et constance un éternel vêtement² »

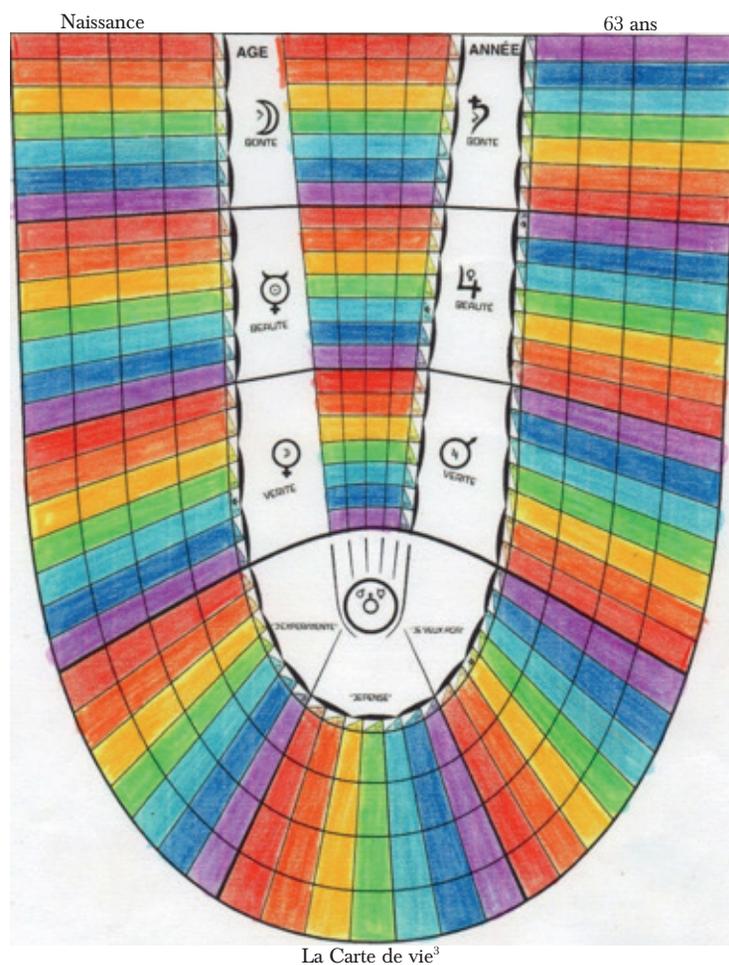
Ainsi, l'être humain, patient tisserand, crée son éternel vêtement pendant son séjour sur Terre et perçoit après la mort, dans le monde spirituel, les nouveaux motifs à ajouter sur ce vêtement d'éternité.

L'auteur

Quittons cette image du tisserand et du fil de la vie pour prendre celle où l'être humain, en tant qu'auteur, prend sa plume et écrit son histoire au fil des jours. Cet auteur a la particularité d'être à la fois l'écrivain et l'acteur principal de son récit.

Qui est cet auteur ? C'est l'individualité⁴, cette composante de l'être humain aussi appelée Je spirituel ou Je supérieur, faisant référence au noyau éternel de l'être humain.

Si le Je spirituel est l'auteur de notre biographie, posons-nous maintenant cette question : Qui en est l'acteur ? Nous pouvons répondre : la personnalité ou le Je inférieur. La personnalité représente le caractère éphémère de l'être humain en lien avec cette incarnation terrestre. Elle est constituée de ce que nous nous approprions,



1 La vie humaine, Georges et Gisela O'Neil citant Rudolf Steiner. Les trois Arches, 1995, réédité aux éditions Triskel.

2 Ce verset patriarcal fut découvert et traduit par Danuta Pérennès en 1996 et placé dans mon introduction au livre La vie humaine de Georges et Gisela O'Neill dont j'ai achevé la traduction en 1996.

3 La vie humaine, Georges et Gisela O'Neil.

4 Jung y fait aussi référence en parlant du processus spirituel d'individuation.

de la naissance à 28 ans, pendant les quatre premiers septénaires : le corps physique, le tempérament, le caractère ou type planétaire (lunaire, mercuriel...) et enfin l'aspect du signe du zodiaque relié au moment de notre naissance (Bélier, Taureau...). Quant à l'individualité, sa naissance en tant que régulateur et harmonisateur du corps physique, du corps vital et

du corps psychique a lieu autour de 21 ans.

Cet auteur, le Je supérieur, comme un romancier qui écrit plusieurs livres, incarne son héros ou son héroïne dans divers personnages et le place dans de multiples situations au cours de ses incarnations successives.

Comment, en tant qu'auteurs, allons-nous choisir d'écrire la trame de ce grand

drame¹ ? Choisir est un bien grand mot, car la liberté ne s'acquiert que lentement au cours de notre développement. Et nous pourrions même dire que pendant les 21 premières années et même pendant toute notre vie, nous sommes soumis à de nombreuses contraintes. Nous refusons souvent de considérer que nous pourrions en être les auteurs puisque ces contraintes proviennent souvent de notre entourage.

Dans cette optique de déresponsabilisation, nos parents sont parfois blâmés pour les carences éducatives ou les excès que nous avons vécus dans l'environnement familial. À ce sujet, Rudolf Steiner écrit une chose étonnante : « *C'est de l'égoïsme d'adulte de considérer que nos parents nous devaient quelque chose.* » En partant de cette hypothèse que nous aurions choisi nos parents, nous devenons responsables de notre destin et surtout responsables de nous libérer de ce qui nous apparaît contraignant. Il est intéressant de réfléchir au mot *responsable* dans la langue

anglaise puisque si l'on décompose le mot en deux parties, on a *response-able*, c'est-à-dire « capable de répondre ». Bien loin de sous-entendre de la culpabilité, ce mot constitue plutôt un indicateur de capacité. Être responsable signifie être capable de répondre de notre destin et libre d'adopter l'attitude et les comportements les plus appropriés

lien avec l'être spirituel qui lui est dévolu, son ange gardien. Ces choix s'effectueraient entre la mort et la nouvelle naissance. Il est clair que ces conceptions s'inscrivent sur l'arrière-plan de la loi du karma et de la réincarnation. Ces conceptions nous n'avons pas à les croire : il s'agit de chercher à les comprendre en observant leur action sur notre

âme.

En fait, d'après Rudolf Steiner, l'être humain choisit son peuple, sa langue, sa généalogie, ses parents, sa fratrie, son sexe féminin ou masculin en fonction des expériences qu'il recherche pour accéder, dans la suite des réincarnations, à toujours plus d'humanité.

L'acteur ou le spectateur

<i>Septénaires</i>	<i>Naissances successives des éléments constitutifs de la nature humaine</i>	<i>Personnalité et Individualité</i>
<i>Naissance à 7 ans</i>	<i>Naissance et construction du corps physique</i>	<i>Type de morphologie</i>
<i>7 à 14 ans</i>	<i>Naissance et appropriation du corps de vie</i>	<i>Tempérament</i>
<i>14 à 21 ans</i>	<i>Naissance et appropriation du corps de sensibilité</i>	<i>Caractère</i>
<i>Autour de 21 ans</i>	<i>Naissance du Je, Individualité</i>	<i>Intentions – choix</i>
<i>21 à 28 ans</i>	<i>Naissance et appropriation de l'âme de sensibilité</i>	<i>Signe du zodiaque</i>

face à la partie des conditions que nous ne pouvons pas changer. Cela signifie aussi être responsable d'actualiser notre potentiel en prenant certains risques inhérents au changement. Cette prise de responsabilité s'exprime dans le langage courant par l'utilisation du pronom Je lorsque je parle de moi. Cependant, lorsque j'utilise le pronom « on » pour me désigner moi-même, cela affaiblit vraiment ma volonté. En prendre simplement conscience et modifier cette habitude est déjà un acte puissant du Je.

Quels genres allons-nous emprunter pour que l'acteur se révèle dans les multiples facettes de son être ? Le récit, l'épopée, la comédie, la tragédie ? La vie de chacun d'entre nous est un mélange de genres : poésie et prose, joie pure et désespoir profond. Ce qui nous rend vraiment humains, c'est la diversité et la complémentarité des styles pour arriver à libérer la pierre précieuse de sa gangue. Et si nous présupposons que chacun est l'auteur, c'est que, en tant que tel, il a voulu choisir les conditions de sa vie sur Terre en fonction d'une vision plus globale qu'il aurait eue avant de naître, en fonction d'un projet qu'il avait lui-même décidé en

Shakespeare écrit « *Life is but a theater* ». En partant de cette métaphore que la vie est un théâtre, en serons-nous les spectateurs ou les acteurs ? Il y a tout d'abord une différence majeure entre vivre sa vie en la regardant se dérouler du dernier rang ou des premières loges ou bien choisir de monter sur les planches, d'être vu et de vivre intensément, intérieurement et publiquement nos valeurs, notre vérité, notre être profond.

De plus, en tant qu'acteur, il y a un écart énorme entre la manière de vivre en comédien figé dans le carcan de la convention et être capable d'improviser dans la vivance de la présence, toujours à réinventer.

Enfin, il y a aussi une différence majeure quant au type de rapport que nous entretenons avec sa vie : entre « être en vie », ou faire de la figuration en étant bien souvent « à côté de ses pompes » et s'engager activement envers son destin en participant non seulement au jeu théâtral, mais aussi à l'écriture du scénario, tout en composant avec les limitations impondérables liées à ce que nous sommes et à ce qui vient vers nous.

¹ Drame vient du grec drama et signifie étymologiquement « action ». Ce mot est ici utilisé dans le sens d'origine et désigne toute pièce de théâtre.

Oserons-nous prendre le risque de vivre de manière authentique, forts de notre vulnérabilité ?

Être humain

L'équivalent anglais de ces termes est *human being*. La forme progressive caractéristique de cette langue exprime la réalité de la nature de l'être humain, car comme l'écrit Érasme¹, « *on ne naît pas humain, on le devient* », si nous le choisissons, comme le souligne Rudolf Steiner.

Être humain signifie être en devenir et ne jamais cesser de devenir qui nous sommes en réalité dans ce potentiel d'humanité qui est le nôtre.

Quant au terme *devenir*, il signifie à la fois se transformer et « *venir de* ». Selon mon point de vue, devenir induit *se souvenir de...* *venir* du monde spirituel dont nous sommes issus et dont nous faisons intrinsèquement partie, tant pendant notre vie sur Terre, qu'après ou avant celle-ci. Est-ce dans la même optique que Theillard de Chardin² écrit : « *Nous ne sommes pas des êtres humains vivant une expérience spirituelle, mais des êtres spirituels vivant une expérience humaine.* » ?

Considérer que l'homme est un être spirituel vivant une expérience humaine renverse la conception matérialiste prévalant de nos jours sur la nature de l'être humain, perçu comme descendant du singe ou en voie de devenir un androïde.

Nous pouvons ajouter que cet être spirituel, revêtu de ce corps physique, doté d'une âme et animé d'un esprit, est un *citoyen du cosmos*. Il en est issu, il en fait partie et y retourne après sa mort physique, car le Je spirituel ne meurt pas, il est éternel. Cette étincelle divine perdure au-delà du temps et de l'espace et évolue au cours de nos incarnations.

Le pèlerin

L'être humain est, comme le nomme si justement Christian Bobin, *un homme qui marche*. Les patients que j'accompagne, je leur donne le nom de « pèlerins », car ils ont

le courage d'avancer patiemment sur leur chemin de vie, osant l'avenir.

« *Hâte-toi lentement,
Marche vers toi-même.* »

Effectivement, nous sommes tous en chemin, à des rythmes différents. Nous sommes une communauté de marcheurs. Sachons cependant reconnaître et apprécier le chemin parcouru et faire halte pour jouir du panorama et profiter d'un repos bien mérité.

Passé et futur : l'influence des deux courants

« *Chaque moment de notre vie est un instant de liberté.* » R. Steiner

Que signifie pour l'être humain une telle affirmation ? Cela explique que l'être humain est *en partie* déterminé par le courant du passé et peut se sentir limité dans ce seul courant. Il reçoit en même temps, à chaque instant, la possibilité de s'unir au courant du futur et de s'autodéterminer. Il peut à chaque instant renverser le poids de l'hérédité individuelle et transgénérationnelle (physique et spirituelle) pour poser des actes libres, vivre des sentiments et choisir des pensées qui le libèrent de ses chaînes. Dans la conscience des deux courants, un être humain a constamment la possibilité d'exercer sa liberté.

Parfois, il nous arrive d'être tirés vers le futur ou de nous élaner trop rapidement vers lui ; nous nous blessons alors, ou nous heurtons notre entourage. À d'autres moments, nous nous cantonnons peureusement dans le confort du passé et nous nous sclérosions. Saurons-nous, au présent, trouver le rythme juste pour avancer librement avec confiance dans la vie, dans la conscience du Je, à la confluence de ces deux courants dans l'instant présent ?

Motifs biographiques

Comment l'être humain se saisit-il de la vie dès sa conception ? Comment arrive-t-il

sur Terre ? Quel sceau son individualité imprime-t-elle au moment de sa naissance ? Comment est-il reçu ou non par ses parents, par sa fratrie, par son milieu ? Comment prend-on soin de lui ? Avec quel degré d'attention ou de négligence ? Avec quelle tendresse ou quelle dureté ? Avec quelle bienveillance ou quelle indifférence est-il éduqué ? Pouvons-nous prendre le risque de supposer, ne serait-ce que quelques instants, que toutes ces caractéristiques, nous les avons choisies pour notre plus grand bien et celui de notre entourage, indépendamment du fait que cette arrivée sur Terre ait été facile ou difficile ? Autant de motifs à comprendre pour saisir le sens de notre incarnation terrestre, le sens des thèmes que nous avons à explorer, à inventer ou maîtriser.

Dans un tissage, les motifs se répètent de façon rythmique. Il en est de même dans notre vie à moins que ces motifs ne soient l'objet d'observation de notre conscience et que nous choisissons de les modifier en vue d'insérer plus de liberté dans la trame de notre vécu quotidien.

La nature humaine

Qui est l'être humain à la lumière de cette conception ?

Il est citoyen des deux mondes. Il appartient à la Terre grâce à son corps physique, fait de matière visible.

Il appartient aussi au cosmos dans son ensemble grâce à son esprit invisible qui l'unit au monde spirituel.

Quant à l'âme, elle constitue le lien entre ces deux mondes. Elle en est la médiatrice, la passerelle qui unit une rive à l'autre.

En considérant l'être humain dans sa double origine, nous lui permettons d'être à nouveau entier, de se sentir indivisible, d'être une individualité spirituelle unie à une personnalité terrestre.

« *L'être humain est un être vivant dans la vie comme dans la mort.* » Effectivement, ne pourrions-nous pas considérer la mort au monde terrestre comme la naissance au monde de l'esprit ? Et la naissance sur Terre comme la mort au monde de l'esprit ? Il suffit de rencontrer le regard d'un nouveau-né aux toutes premières secondes de sa vie pour

¹ Érasme (1466-1536), prêtre catholique, philosophe et humaniste. Sa devise « *Nulli concedo* » (*je ne fais de concessions à personne*).

² Theillard de Chardin (1881-1955), jésuite, théologien, philosophe, paléontologue, etc.

percevoir qu'il est déjà porteur de sa propre histoire ; il viendra la raconter pendant sa vie tout en ayant la possibilité de la faire évoluer en tant qu'étudiant inscrit de façon permanente à l'école de la vie. Quant aux autres, on peut imaginer qu'ils soient les personnages de ce conte que nous mettons en scène dès notre arrivée sur Terre. Nous sommes ainsi des conteurs, des raconteurs de notre histoire de vie. En anglais, le mot *history*, histoire, signifie littéralement *his story*, son histoire ! Il inscrira son histoire dans une famille, un environnement socioculturel, une société, un peuple, une langue, une époque...

Considérer la mort comme une naissance et la naissance, comme une mort, nous ouvre des horizons infinis.

La place de l'être humain

L'être humain, en tant qu'être médian, se situe entre les règnes terrestres dits inférieurs (minéral, végétal, animal) et les règnes supérieurs, appelés hiérarchies spirituelles (anges, archanges, archaï...). Il est porteur du règne minéral dans son corps physique, porteur du règne végétal dans son corps de vie, porteur du règne animal dans son corps psychique et du règne humain grâce à son Je. Il est relié à la Terre, aux éléments et aux éthers, aux planètes et aux constellations, à l'étoile d'où il vient et à l'ensemble du cosmos.

L'enfant des hommes et l'enfant des dieux

Quelle est la durée de la grossesse d'un embryon dans l'utérus de la maman jusqu'au moment de la naissance ?

La durée de gestation d'un enfant est en moyenne de neuf (9) mois solaires ou dix mois lunaires jusqu'à la naissance de *l'enfant des hommes*.

À notre époque, quel est la durée de gestation d'un être humain jusqu'à ce qu'il accède à la maturité de sa triple nature, jusqu'à ce qu'il acquière la maturité de son corps physique, de son corps psychique et de ses corps spirituels ?

L'être humain prendra 63 ans pour naître à lui-même, pour révéler sa propre

nature. Il prendra neuf septénaires, c'est-à-dire neuf fois sept ans, pour amener à maturité cet *enfant des dieux*.

Incroyable mystère des nombres, neuf (9) mois pour la gestation de l'embryon, neuf (9) septénaires pour la gestation de l'enfant des dieux, pour que l'être humain atteigne sa pleine maturité s'il a librement choisi de prendre sa vie en main et d'évoluer. Nous avons le privilège de la liberté, de choisir ou non de porter les fruits de la maturité, car le développement psychospirituel est optionnel à partir de l'âge de 28 ans à notre époque.

Cela me rappelle à quel point à 27 ans, impatiente de devenir mature, je me trouvais terriblement lente. J'étais à l'époque, célibataire sans enfant, formée à une profession que je n'avais pas encore exercée. Et l'on m'avait répondu, à juste titre : « *Tu es bien trop jeune pour être déjà accomplie !* »

Combien ce travail de métamorphose, de ce « meurs et deviens » est long et incessant... jusqu'à ce que nous devenions matures. Et puis ce n'est pas parce que nous avons atteint l'âge de 63 ans que l'évolution s'arrête... Au contraire, elle continue et souvent s'accroît. La vieillesse est l'amplification de ce que nous sommes, de nos qualités autant que de nos défauts !

... « *Vingt fois sur le métier remettez votre ouvrage !* »

Connaissance de la biographie et accompagnement biographique

La connaissance de la biographie permet de saisir l'archétype de la vie humaine et de mieux nous orienter au cours des étapes que nous traversons. Il est ainsi plus facile de reconnaître notre chemin de vie et de donner un sens à notre existence.

Cette connaissance nous permet aussi d'objectiver les étapes de maturation de l'être humain et les crises nécessaires pour dépasser le seuil des limites de la personnalité. Elle nous offre aussi la possibilité de relativiser les crises en les replaçant dans la globalité de la vie humaine pour saisir comment elles constituent ou non un tremplin pour notre évolution.

L'avantage de ce travail biographique c'est qu'il intensifie la connaissance de soi et dynamise notre sens social par un intérêt accru pour l'être de l'autre et son histoire. Il élargit le champ de la liberté dans notre vie intérieure et dans la trame de nos relations humaines.

La biographie se révèle un outil concret pour la relation d'aide, quel que soit le domaine dans lequel on œuvre. Elle nous invite à ajouter toujours plus de clarté à certains de nos motifs afin de guider avec plus de transparence ceux que nous accompagnons. Grâce à cette écoute du cœur guidée par cette connaissance de l'esprit, le pèlerin trouvera en l'autre l'accueil nécessaire pour retrouver par lui-même son propre chemin de vie.

La biographie nous ouvre la perspective de devenir co-créateur avec les dieux par la métamorphose de notre vie, par notre engagement dans la société et la culture d'un lien vivant avec l'ensemble du cosmos.

La biographie se révèle être une école de gratitude envers tous ceux qui nous accompagnent et envers tout ce qui nous est offert dans le flux et reflux de la vie humaine. Cela est très précieux, car « *La reconnaissance enfante l'amour* »² et l'amour est le seul bagage que nous emportons avec nous après notre mort.

Emmanuelle Capt, Psychologue d'orientation anthroposophique

Emmanuelle Capt, née au Québec en 1953. Maîtrise en psychologie. Mère de deux filles et grand-mère de trois petites-filles.

Cet article et les suivants constituent la base d'une publication intitulée *La biographie : connaissance de l'être humain et de ses étapes de développement*.

Prélude d'un livre en gestation : *La vie humaine, un chemin d'initiation au quotidien*.

Pour communications : emmanuelle-capt@hotmail.com

1 Boileau, L'art poétique.

2 Rudolf Steiner, Karma V (Éditions Anthroposophiques Romandes).