

**RUDOLF STEINER**

**CALENDARIO DELL'ANIMA  
ANTROPOSOFICO**

Edizione italiana stampata  
a solo scopo di studio

Questo lavoro è riservato a singole persone o  
gruppi di studio che vogliono avere un  
approccio iniziale al Calendario dell'anima col

**Confronto dei commenti**  
attualmente esistenti

Questo librettino si affianca al lavoro  
“ALLA NOLLI MANIERA” – 35

## Commenti presenti

Commento al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner <b>Maestro Claudio Gregorat</b>	1
<b>Quaderni del Gruppo di UR</b>	2
Sguardo sul "Calendario dell'anima" di <b>Manfred Krüger</b> a cura della Casa di Salute Raphael	3
Traduzione italiana del testo inglese commentato da <b>Eleanor C. Merry</b> (da un dattiloscritto)	4
Traduzione e commento a cura dell'Arca della Vita, coordinamento di <b>Enzo Nastati</b>	5
Rielaborazione e commento a cura di <b>Mario Iannarelli</b>	9

Commento al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner  
**Maestro Claudio Gregorat**

1 – 5 dicembre

- 35<sup>a</sup> -

Sentimento del sé

*Posso riconoscere l'essere  
in modo che si ritrovi  
nell'impulso dell'anima a creare?  
Io sento che mi è concesso il potere  
di inserire il mio sé con modestia  
quale arto nel Sé Universale.*

Guardando il mondo, dalla posizione di collaborazione raggiunta, si può riconoscere la propria essenza più profonda negli impulsi dell'anima che si manifestano creativamente? Ecco la domanda che ora si può formulare.

Se questo può avvenire, si deve anche sapere che è possibile, al proprio sé – divenuto così potente da essere un collaboratore dell'Essere Universale – di inserirsi nel Sé Universale, ma soltanto con estrema umiltà, e come, appunto, una piccolissima, modesta parte di esso.

È anche necessario sapersi riconoscere nelle opere creative che si possono compiere: e riconoscersi non quali enti isolati come finora, ma quale parte del tutto cosmico entro il quale ora si opera e si crea. Lo si potrà fare giustamente solo se si valuta realisticamente la propria posizione, importante sì, ma di piccolissima rilevanza entro l'insieme universale.

Sarà necessario anche stare attenti al senso di superbia che potrebbe sorgere una volta riconosciuta l'importanza universale del proprio essere e creare.

Nel vuoto creato nell'anima, si riversa il calore dell'estate e colma il proprio essere di anima e di spirito. La situazione nella quale ci si trova, sospesi nelle altezze illuminate del mondo, spinge a lasciarsi andare e perdersi nella luce. Al contempo, si deve anche fare grande attenzione alla seduzione che viene dalla luce stessa. Ci si può perdere sì, non in essa, ma nell'Essere Universale che ci accoglie: non nell'Essere luciferico che ci vorrebbe con sé.

Il *sentire* – intimamente saggio e preveggenza – stimola, in realtà, a perdere il proprio sé particolare per ritrovarlo entro l'Essere Universale. E questo particolare monito e invito risuona continuamente come una nota di luce che percorre tutto il *Calendario*.

## Quaderni del Gruppo di UR<sup>1</sup>

Atmosfera di S.Michele: 29 Settembre - 5 Ottobre

Posso riconoscere l'Essere,  
sì ch'esso si ritrovi  
nell'Impulso dell'Anima a Creare?  
Io sento che il Potere m'è largito  
d'immergere il mio Sé modestamente,  
quale Membro d'un tutto, nel Sé Universale.

Alla domanda che, nei primi tre versetti, R. Steiner sembra rivolgere al discepolo, M. Scaligero rispose<sup>2</sup>, proponendo la seguente meditazione: “La Luce, come ‘Luce del mondo’, opera

---

<sup>1</sup> [it.scribd.com/document/139047547/14-R-Steiner-Calendario-Animico](https://it.scribd.com/document/139047547/14-R-Steiner-Calendario-Animico)

<sup>2</sup> Massimo Scaligero, “La Soglia della Luce” in *Tecniche della Concentrazione Interiore*, Roma, 1980.

sconosciuta nell'anima. Dall'anima fluisce ininterrottamente nel mondo, accendendosi nel momento predialettico della percezione e del pensiero”.

Sul Sé quale “Membro di un tutto”, è stato detto ampiamente in “Appunti sul Logos”<sup>3</sup>.

Sguardo sul “Calendario dell'anima”

di **Manfred Krüger**

a cura della Casa di Salute Raphael

Posso io riconoscere l'essere sì che esso si ritrovi nell'impulso creatore dell'anima?

Sento che mi è dato il potere di immergere modestamente il mio sé quale parte di un tutto nel Sé Universale.

Io sento come il mondo si formi di nuovo nella mia anima. Ciò che in lui è invecchiato, io lo sento vivificato di nuovo nell'intimo. Con questo l'Essere, che non si identifica con me stesso, l'Essere del mondo si ritrova in me, nell'impulso dell'anima ad agire”, io lo devo riconoscere. Solamente quando io riconosco così, che il mondo non diventa solo immaginazione ma formazione che mi circonda, il suo Essere si ritrova nell'impulso dell'anima ad agire.

Il riconoscere è più di una sensazione e più di un quadro nell'anima. Si completa dal pensare sopra il sentire nella decisione: fino al fatto. Altrimenti non si unifica, si divide. La divisione è sempre una tappa che precede l'effettivo conoscere.

Io mi sono sempre rivolto al mondo con considerazione, ora posso, rinforzato nel sé, immedesimarmi formandolo. Questo viverlo non avviene né facilmente né rapidamente mi vedo contento come membra del mondo intero. Ma non mi posso sentire nell'Essere Universale senza perdermi.

---

<sup>3</sup> Sia nel saggio di Introd. alla Magia, sia nel “Quaderno” ad esso dedicato.

Traduzione italiana del testo inglese commentato  
da **Eleanor C. Merry** (da un dattiloscritto)

Potrò io conoscere l'Essere in modo che esso si ritrovi nell'impulso dell'anima a creare? Io sento che mi è concesso questo potere: immergere il mio sé dentro l'Io del mondo e vivere, umilmente, come parte di un tutto.

L'Io dell'uomo risvegliato a nuovo e nutrito da forze celesti, se vuole trovarsi sempre vivo nelle proprie creazioni, deve cercare l'essenza di tutto l'Essere. Come abbiamo visto nella 33a meditazione, non è possibile la separazione.

Così viene all'uomo la capacità e la forza di riconoscersi come membro dell'organismo e dell'Io cosmico del mondo. Egli ha le proprie radici nelle sfere celesti e può fiorire attraverso la creatività della sua anima sulla terra.

Traduzione e commento a cura dell'Arca della Vita,  
coordinamento di **Enzo Nastati**<sup>4</sup>

35 I     1-7 dicembre

I di Avvento

Posso io riconoscere l'Essere  
Così che si ritrovi  
Nell'impulso creativo dell'anima?  
Io sento che mi è conferita la forza spirituale  
Di inserire modestamente  
Il mio Sé come parte nel Sé dei mondi.

Versetto complementare: 18 4-10 agosto

*Anticipo di San Lorenzo*

Versetto polare: 9

2-8 giugno

La prima parte (i primi tre versi) rappresenta l'unione del pensare-discernimento (*riconoscere*) con il volere (*impulso creativo*).

*Posso io riconoscere l'Essere*, significa la possibilità di riconoscere o meno l'Io Superiore (o Sé Spirituale) che potrà nascere in noi a Natale. Il nostro Io (inferiore) saprà riconoscerlo?

*Nell'impulso* (volontà) *creativo dell'anima*, Egli (l'Io Superiore) si congiunge con la nostra volontà che vuole percorrere le esperienze legate all'Avvento.

Ciò corrisponde al pensare e volere uniti: questo è il frutto dell'azione di Michele. Ciò sorge grazie ad un nuovo sentire, il sentire (*si ritrova*) che ci farà percorrere animicamente la strada della morte e resurrezione iniziatica.

Siamo alla prima settimana dell'Avvento, che corrisponde alla formazione dell'antico Saturno e del corpo fisico non

---

<sup>4</sup> [arcadellavita.forumattivo.it/t1187-calendario-dell-anima-di-rudolf-steiner-commentato-da-enzo-nastati-e-collaboratori-pdf](http://arcadellavita.forumattivo.it/t1187-calendario-dell-anima-di-rudolf-steiner-commentato-da-enzo-nastati-e-collaboratori-pdf)

materiale dell'uomo. Questa formazione è avvenuta grazie alla volontà sacrificale di vita dei Troni, e l'uomo ha come ricordo di quella fase la testa ed il sistema neuro-sensoriale. Troviamo di nuovo l'unione di pensiero/discernimento (nell'uomo) con la volontà di vita (dei Troni).

Le due forze per percorrere l'Avvento sono il discernimento e l'umiltà (primi e secondi tre versi). Il discernimento è una delle facoltà caratterizzanti l'Io Superiore.

In questo versetto il cammino è spirituale, nel suo completamento (il 18) è nell'anima ed esso corrisponde al periodo di San Lorenzo, l'inizio della preparazione (dell'Avvento) a San Michele (che avverrà nove settimane dopo).

Ricordiamo inoltre che con il versetto 35 siamo nella fase "Mercurio" del percorso di ispirazione dell'Anima. Mercurio è la sfera spirituale dalla quale agiscono le grandi Guide dell'umanità e le forze terapeutiche. Nel piano fisico, quindi in relazione alla corporeità, le forze di Saturno (prima settimana di Avvento) "dialogano" con quelle di Mercurio nel calore che permette la vita.

La seconda parte del versetto, il sentire (*Io sento*), non si risolve in una domanda finale; l'umiltà (*modestamente*) è la via sicura, è il riconoscere dove siamo ora, nel presente, nel centro, nel cuore-sentire. Importante è riconoscere chi siamo, non importa chi eravamo, ora siamo qui. Grazie allo sviluppo di questa virtù potrà nascere anche il Cristo in noi (*il Sé dei mondi*).

Il nostro Sé, l'Io Superiore, prende coscienza di essere una parte dell'Io Universale.

Ci immergeremo così con *modestia* e con umiltà nel mondo dello Spirito attraverso il percorso dell'Avvento e poi delle Tredici Notti Sante.



Nella prima metà del versetto si *riconosce* l'Essere negli impulsi morali (creativi, attivi); vale a dire che l'Io Superiore, che abbiamo conosciuto nei versetti 27-30 e che si è risvegliato tramite la comprensione e la trasformazione della vita e del *karma* nei versetti 31-34, ora si ri-conosce, si ritrova disceso fin negli impulsi morali dell'anima, nei quali si è immerso trasformandoli con la sua presenza attiva grazie al percorso compiuto a partire da S. Michele. Questa azione di trasformazione, di metamorfosi terapeutica delle forze interiori dell'anima umana, colloca il versetto nella sfera di Mercurio.

Dato che ci troviamo nella prima settimana di Avvento, cioè all'inizio della vera e propria manifestazione dell'Io Superiore, questo processo è ancora un presentimento, una domanda che troverà la sua risposta a Natale. La domanda serve anche a rappresentare uno stimolo per l'Io inferiore a riconoscere l'Io Superiore. L'Io inferiore comincia qui ad alzare lo sguardo al suo Essere spirituale, si pone in ascolto dello Spirito, comincia a sillabare la scrittura occulta che in seguito imparerà a leggere: questa è la Prova del Fuoco, legata appunto a questa prima settimana di Avvento.

Questa coscienza della presenza, nell'Io e nell'anima, delle forze spirituali che in essi si sono destate ed impresse, porta con sé, nella seconda metà del versetto, il sentimento della possibilità di riunione con il mondo spirituale. Questa possibilità può essere vittima della tentazione luciferica della potenza, che viene superata rivolgendosi ai mondi superiori con *modestia*. Siamo di fronte alla tentazione luciferico/arimnico/asurica del "trasformare le pietre in pane", cioè l'usare secondo la nostra volontà le forze dello Spirito, che diviene così, appunto, potenza. La nostra anima deve invece accogliere la forza di Mariam e vincere così la tentazione della potenza (luciferica). Questa tentazione è legata al corpo fisico, ed infatti tutto questo versetto risuona con l'antico Saturno, in cui, come detto, fu formato il

nostro corpo fisico non materiale. Superando la tentazione con la modestia possiamo conformarci alla volontà dello Spirito ed alla Sua giustizia (intesa come legge del Cosmo), ed immergerci quindi nel *Sé dei mondi*, riunirci all'Entità del Cristo che potrà così, realizzate queste condizioni, autogenerarsi in noi all'Epifania.

Il versetto complementare, il 18, contiene il germe di questo processo. In esso infatti l'anima sente la chiamata, il presagio di doversi plasmare per essere degna di ospitare l'Io Superiore, per poter cioè essere veicolo degli eventi spirituali del versetto 35.

Le forze per portare a termine questo processo sono entrate nell'anima con la Pentecoste, dopo la quale essa sente di doversi affidare alle forze cosmiche ricevute per poter, in seguito, risvegliare la sua vera essenza spirituale. Questo primo seme dell'Avvento si ritrova nel versetto polare al 35, ossia il 9. Qui il movimento dell'anima è un accogliere dall'esterno, non un plasmare e trasformare interiore: siamo infatti nel pieno dei misteri dello Spazio.

Possiamo notare, riferendoci al processo generale di respirazione dell'anima dell'uomo nel corso dell'anno, che il versetto 35 è inserito nel processo di iniziazione dei misteri del Tempo; il 18 si colloca nella Purificazione (sempre nel Tempo), ed il 9 nell'iniziazione dei misteri dello Spazio. Possiamo vedere quindi, secondo il processo di semina/maturazione/fruttificazione individuato nel rapporto tra i versetti 9/18/35, come l'iniziazione nello Spazio corrisponda qui al germe di un cammino che, attraverso una purificazione, porta all'iniziazione nel Tempo. Ciò che riusciamo a compiere dentro è figlio ed assieme germe di ciò che operiamo fuori: questa riunione delle due principali vie iniziatiche è uno degli aspetti centrali dell'azione dal piano eterico del Cristo.

Questo versetto può essere sintetizzato nell'espressione: “**Il mio corpo fisico è figlio e germe** (come corpo fisico trasformato in Uomo Spirito) **del Cosmo**”.

Rielaborazione e commento a cura di **Mario Iannarelli**<sup>5</sup>

35<sup>a</sup> settimana – dal 1° al 7 dicembre.

«Posso riconoscere l'essere,  
in modo che si ritrovi  
nell'impulso dell'anima a creare?  
Io sento che mi è concesso il potere  
d'inserire il mio sé, con modestia,  
quale arto nel Sé Universale».

Ci sono volute 17 settimane affinché il lungo, faticoso, segreto, ma anche meraviglioso lavoro di plasmazione dell'anima a veste dello Spirito giungesse a conclusione, grazie a quel DONO ricevuto dalla Parola Universale (13<sup>a</sup> settimana). Ora, all'uomo è concesso il potere di agire creativamente, ripieno di sacra modestia, nel Sé Universale. È il traguardo dell'Uomo Spirito (non dell'Atma), cioè della maturata piena coscienza di essere uno Spirito incarnato, dovuta al completamento del lavoro sull'anima, relativamente alle 20 settimane intercorse tra la 15<sup>a</sup> e questa 35<sup>a</sup>. In termini di tempi cosmici, secondo il già presentato ritmo di 308,5 anni per settimana, il periodo che va dal 2.907 a.C., al 747 a.C. è quello dello sviluppo dell'anima senziente, che corrisponde alle sette settimane del terzo gruppo (che vanno dalla 15<sup>a</sup> alla 21<sup>a</sup>), in cui la centrale delle sette è appunto la 18<sup>a</sup>, nella quale meditammo

---

<sup>5</sup> apparso nel 2020 sul suo FB

[www.facebook.com/groups/1941354992747928/permalink/2622650621285025/](https://www.facebook.com/groups/1941354992747928/permalink/2622650621285025/) e poi sui numeri del [L'Archetipo dall'aprile 2021](#)

l'impegno di plasmare la nostra anima a veste dello Spirito. Proseguendo con lo stesso calcolo, nell'attuale 35<sup>a</sup> settimana si può già sperimentare quel che sarà possibile, a tutta l'umanità normalmente progrediente, alla fine dell'attuale periodo di sviluppo e maturazione dell'anima cosciente, che va dal 1.413 d.C., al 3.573 d.C. Ciò avverrà in particolare nell'ultima frazione di 308,5 anni, ovvero dal 3.265 al 3.753, cui questo mantram della 35<sup>a</sup> settimana si collega idealmente. Esaminiamo subito un altro elemento più che saliente: con questa settimana si è iniziato il ciclo (lunare) di 28 giorni che, con le quattro settimane d'Avvento, ci porterà al solstizio d'inverno del 21 dicembre, e qui ci sarebbe da scrivere un libro... Cosa accade, di così universalmente importante, in quel solstizio, che precede (di 3 giorni!) la nascita della LUCE divina sulla Terra? Accade che da quel giorno il Sole inizia a risalire sull'orizzonte durante il suo arco diurno, dopo che per sei mesi era continuamente disceso – sino a incontrare e superare in discesa, nell'equinozio d'autunno, l'arco notturno tracciato dalla Luna – per poi raggiungere il punto più basso nel giorno più buio dell'anno. Ma, appunto da quel giorno, il Sole reinizia la sua ascesa, che dopo l'equinozio di primavera, culminerà nel periodo estivo di San Giovanni (le cui parole evangeliche ora ci si fanno più comprensibili: «Bisogna che io (uomo ancora lunare) diminuisca, affinché Lui, il Cristo/uomo Sole, cresca»<sup>6</sup>. Ecco che, nei miti veri, nel solstizio d'inverno si è sempre celebrata la festa della Luce, perché finiva l'apparente morte della sua fonte celeste, e il Sole iniziava una nuova vita/ascesa (festa del Sol Invictus). In altre parole, in quel momento il Sole inizia un nuovo ciclo che, con i tempi necessari, lo porterà a superare l'arco celeste della Luna. La scrittura stellare non è solo simbolica, ma corrisponde a realtà superiori, che però devono diventare patrimonio di tutti al più presto. Per corroborare tutto ciò, visto che questa 35<sup>a</sup> settimana chiude il ciclo di 7 iniziato con la 29<sup>a</sup>, è istruttivo rileggerne

---

<sup>6</sup> Gv 3,30

qualche verso: «Accendere con vigore a sé stesso / la LUCE del pensare nell'interiorità /...è ora per me eredità dell'estate / calma dell'autunno e SPERANZA dell'inverno». Sì, la LUCE del mondo si riaccenderà, questa è la SPERANZA dell'inverno, del suo solstizio, in cui si realizzerà per tutta l'umanità, ancora una volta, la vittoria della LUCE sulle tenebre. «LUCE che illumina le nostre menti / LUCE che riscalda i nostri cuori» ogni volta che, nell'Essere dell'anno, si rinnova la nascita della LUCE del mondo. Nella notte di Natale inizieranno le Tredici Notti Sante, perché, ancora una volta, nascerà il Figlio della Speranza, quell'Essere Nathanico che, dopo 5 Sacrifici per il Cristo e l'umanità, è il più perfetto portatore del Sé superiore umano, dell'Essere di volontà sacrificale. Come sempre, se ne dovrà riparlare. Come corollario a quanto già indicato come oggetti di meditazione, ricordo che l'attuale 35<sup>a</sup> settimana, quale ultima del settetto 29-35, si pone come ottava superiore della 28<sup>a</sup> quale ultima del settetto 22-28. La rilettura dei suoi versi potrà far sentire quale filo melodico celeste si dipana in questi ritmi armonici: «Io posso, nella mia interiorità vivificata a nuovo / sentire le ampiezze del mio proprio essere / e pieno di forza prodigare raggi di pensiero / dalla potenza SOLARE dell'anima / che risolvono gli enigmi della vita / esaudendo molti desideri / ai quali la SPERANZA già tarpava le ali.»

Ma, tra 4 settimane, la SPERANZA, allora pienamente realizzata, non potrà più esserci tolta. Il Sole/Cristo è invitto!

Settimana complementare (53<sup>a</sup> -35<sup>a</sup> = 18<sup>a</sup>) – dal 4 al 10 agosto.

«Posso dilatare l'anima,  
affinché si congiunga  
alla Parola germinale universale ricevuta (Dono)?  
Presagisco di dover trovare la forza  
di plasmare degnamente la mia anima,  
perché si formi a veste dello Spirito».

Nella 15<sup>a</sup> settimana, si riconobbe che «il tessere dello Spirito...» ci donò la FORZA, che il nostro sé era impotente a dare a sé stesso. Nella 16<sup>a</sup> dovemmo «racchiudere nell'interiorità» (nelle profondità dell'anima) quel DONO, quella FORZA. Nella 17<sup>a</sup> la “Parola Universale” ci ispirò il compito di «colmare il nostro Spirito con le Sue ampiezze cosmiche». Ora, e questo fu il compito meditativo di quella centrale 18<sup>a</sup> settimana, il nostro Spirito si rivolse alla Parola Universale, e Le chiese con modestia, ma con fiduciosa preghiera: «Oh Parola creante ogni germe, posso espandere la mia anima (nelle Tue ampiezze), affinché entri in COMUNIONE spirituale con Te?». Il nostro Io, che rivolse tale preghiera meditante alla Parola Universale, era consapevole di non poter attuare tale compito, senza prima aver trovato in sé quella FORZA. Solo con quella FORZA, che viene direttamente dal cielo, «Non dalla carne, non da padre e madre, non da volontà d'uomo»<sup>7</sup>, si può “plasmare”, forgiare l'anima, affinché assuma sempre più la figura celeste del nostro Spirito originario: fratello del Cristo e figlio dello stesso Padre, generato, non creato, nella Sua stessa sostanza. Ecco! Nell'estate, con il Sole potenziato dalla Costellazione del Leone, la nostra anima poté ricevere il massimo della forza di Luce e Calore, e questo avvenne dal Sole, dal Cuore macrocosmico, come premessa di una SPERANZA di LUCE e CALORE, che troverà la sua realizzazione, nel giusto tempo dell'Essere dell'anno, nel cuore microcosmico umano.

---

<sup>7</sup> Gv 1,13

dal	settimana	al
<b>Indiano</b>		<b>a. C.</b>
<b>7.227,000</b>	1°	6.918,429
6.918,429	2°	6.609,857
6.609,857	3°	6.301,286
6.301,286	4°	5.992,714
5.992,714	5°	5.684,143
5.684,143	6°	5.375,571
5.375,571	7°	<b>5.067,000</b>

<b>Persiano</b>		
<b>5.067,000</b>	8°	4.758,429
4.758,429	9°	4.449,857
4.449,857	10°	4.141,286
4.141,286	11°	3.832,714
3.832,714	12°	3.524,143
3.524,143	13°	3.215,571
3.215,571	14°	<b>2.907,000</b>

<b>Egizio-Caldaico</b>		
<b>2.907,000</b>	15°	2.598,429
2.598,429	16°	2.289,857
2.289,857	17°	1.981,286
1.981,286	18°	1.672,714
1.672,714	19°	1.364,143
1.364,143	20°	1.055,571
1.055,571	21°	<b>747,000</b>

<b>Greco-Romano</b>		
<b>747,000</b>	22°	438,429
438,429	23°	129,857
129,857	24°	178,714

dal	settimana	al
<b>Greco-Romano</b>		<b>d. C.</b>
129,857	24°	178,714
178,714	25°	487,286
487,286	26°	795,857
795,857	27°	1.104,429
1.104,429	28°	<b>1.413,000</b>

<b>Anglo-Germanico</b>		
<b>1.413,000</b>	29°	1.721,571
1.721,571	30°	2.030,143
2.030,143	31°	2.338,714
2.338,714	32°	2.647,286
2.647,286	33°	2.955,857
2.955,857	34°	3.264,429
3.264,429	35°	<b>3.573,000</b>

<b>Germanico-Slavo</b>		
<b>3.573,000</b>	36°	3.881,571
3.881,571	37°	4.190,143
4.190,143	38°	4.498,714
4.498,714	39°	4.807,286
4.807,286	40°	5.115,857
5.115,857	41°	5.424,429
5.424,429	42°	<b>5.733,000</b>

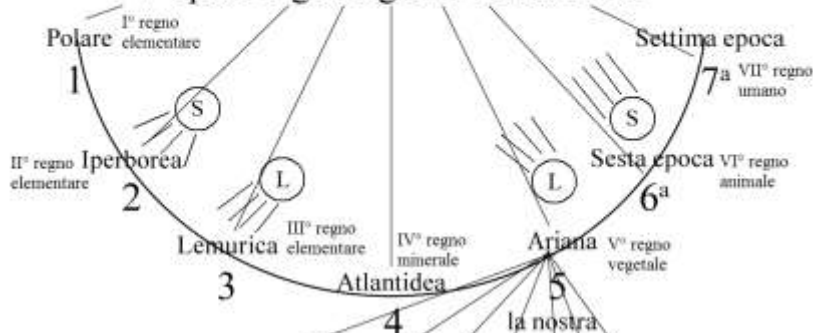
<b>Americano</b>		
<b>5.733,000</b>	43°	6.041,571
6.041,571	44°	6.350,143
6.350,143	45°	6.658,714
6.658,714	46°	6.967,286
6.967,286	47°	7.275,857
7.275,857	48°	7.584,429
7.584,429	49°	<b>7.893,000</b>

# Evoluzione dell'Uomo e della Terra

## 7 incarnazioni planetarie della Terra



## 7 epoche geologiche della Terra



## 7 periodi culturali dell'epoca "postatlantidea"

