

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” – 4

Commenti presenti

Commento al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner Maestro Claudio Gregorat	1
Quaderni del Gruppo di UR	3
Sguardo sul "Calendario dell'anima" di Manfred Krüger a cura della Casa di Salute Raphael	4
Traduzione italiana del testo inglese commentato da Eleanor C. Merry (da un dattiloscritto)	5
Traduzione e commento a cura dell'Arca della Vita, coordinamento di Enzo Nastati	6
Rielaborazione e commento a cura di Mario Iannarelli	8

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

28 aprile – 4 maggio - 4^a - Sentimento di sé - Pensare

*Io sento l'essenza del mio proprio essere
così parla il sentimento
che nel mondo illuminato dal sole
si unisce ai flutti della luce.
Essa vuole donare al pensare in chiarezza
calore
e unire fortemente
l'uomo e il mondo.*

In tutto questo processo, il sentimento non può mancare di far sentire la sua voce dicendo: «ora sento, percepisco l'essenza più profonda del mio proprio essere, in quanto riposa nuovamente nel grembo dell'universo che lo ha generato». Ora può unirsi alle onde della luce che sempre più potentemente illumina il mondo e vuole dare calore al pensare che finora ha agito in chiarezza. Per mezzo di questa chiarezza del pensare, ora anche piena di calore, è possibile una più forte unione dell'uomo col mondo esterno: unione che comincia a verificarsi per raggiungere il massimo al colmo del volo cosmico verso il sole, in giugno.

Si deve ora tener presente che vi è stata una resurrezione del mondo fisico-eterico, un risveglio della natura, ed anche, proprio in quanto uomo terrestre-naturale, una ritrovata unione con esso dopo l'isolamento invernale. La posizione della Terra rispetto al Sole, l'aumentare delle forze eteriche della luce e del calore – che hanno carattere fortemente centrifugo – contribuiscono molto all'attuarsi di questa unione. Essa deve assolutamente avvenire se l'uomo deve continuare a vivere sulla terra: non lo potrebbe, se

continuasse nell'isolamento invernale. In questo stato la terra aveva aspirato tutti gli elementi della sua spiritualità. Ora è necessario il movimento opposto di aspirazione, un cedere e concedersi al *tutto*, al *cosmo*, al *sole*, alla *luce*, al *calore*, per ritrovare il Sé Spirituale cosmico, dal quale si è stati separati nella stagione fredda. E questo è avvenuto anche per il prevalere degli eteri chimico e vitale, dalla forza buia e contraente e dalla lontananza del sole e quindi delle forze della luce e del calore.

17 ottobre – 2 novembre - 30^a -

Pensare-Autocoscienza-Sentire

È l'avvio verso un risveglio, una resurrezione dello spirito nel proprio sé dopo l'abbandono all'Essere universale. L'estate della natura diverrà, nella veniente oscurità invernale, estate interiore dell'anima. Il sentire si metamorfoserà lentamente nella sempre maggiore sicurezza dell'autocoscienza. Mentre, nella luce interiore dell'estate dell'anima, iniziano a maturare i germi del pensare.

Quaderni del Gruppo di UR¹

28 aprile – 4 maggio

Io sento l'Essenza dell'Esser mio:
così mi parla il Senso,
che nel Mondo dal sole illuminato
ai Fiotti della Luce si congiunge;
essa vuole al Pensiero
oltre alla Chiarezza donar Calore
e Uomo e Mondo
in Unità avvincer strettamente.

Il mio essere non è da me soltanto “pensato” o “voluto”, ma è anche “sentito” a livello sia grossolano sia sottile, cioè direttamente avvertito, senza mediazione del pensiero o della volontà. Questa reiterata sensazione diretta è l'aspetto relativamente stabile e perciò essenziale, non accidentale del mio essere. Ma la facoltà del “sentire” avverte direttamente anche il mondo “esterno”, facendosi incontro agli stimoli sensoriali, cercandoli spontaneamente, quasi amandoli perfino quando non sono piacevoli.

È questa “percezione amorosa”, questa “calda attenzione”, di cui la luce solare è simbolo, che unisce spirito e natura.

Dal punto di vista operativo, questi versetti di Steiner sono mirabilmente commentati da Leo in “Atteggiamenti” (I vol. di Introd. alla M.): “Un'altra attitudine immaginativa è quella che si può chiamare il “senso del fuoco” o senso del calore. Essa consiste nell'avere l'immagine del godimento benefico del calore, sentendosi penetrati e vivificati da esso – come di vita feconda in noi e fuori di noi – presente e perenne come la luce solare. Sentire in noi questo calore come cosa nostra, come se il sole fosse in noi, radiante. Questa immagine si porterà

¹ it.scribd.com/document/139047547/14-R-Steiner-Calendario-Animico

spontaneamente nel “cuore” essa troverà direttamente la via ai centri sottili del cuore, poiché non è possibile sentirla intensamente e pur mantenerla nel cervello. Questo centro-calore che si desta in noi dovrà essere sempre presente nella nostra esperienza interiore, come emozione attiva contrapposta alle emozioni riflesse e passive provocate da cause esteriori. Non è possibile un risveglio gelido, e puramente cerebrale. Tutte le regole e gli indirizzi di educazione iniziatica non daranno frutti senza questo senso del fuoco risvegliato nel cuore. È per questo che gli uomini nel passato hanno tentata la via della devozione – ma questa era troppo spesso inquinata da pregiudizi e da emozioni passive e non poteva dare la conoscenza. Scendendo nel cuore gli uomini perdevano il senso dell’io per disperdersi nel sensitivo-sentimentale”.

Sguardo sul “Calendario dell’anima”
di **Manfred Krüger**
a cura della Casa di Salute Raphael

“Io sento l’entità del mio essere”, Così parla il sentimento che nel mondo illuminato dal sole si unisce ai flutti della luce. Esso vuol donare al pensare, chiarezza e calore, e uomo e mondo in unità fortemente congiungere.

Io non penso ma sento il mio essere nella sensazione dei sensi. Così divento sensuale. Sensualismo è la filosofia della primavera. In autunno ed inverno io ho pensato. Ora il mondo si illumina. I sensi si aprono ai raggi solari.

“Io sento l’essere della mia entità” questo non lo dico io: parla la mia sensazione. La sensazione, con la perdita del pensiero, diventa essenziale. Essa, nella unione con la luce solare, si sente così compenetrata di calore, che vorrebbe cederne: al pensiero che essa percepisce come chiaro, ma freddo.

Nella sensazione uomo e mondo formano una unità. Questo è lo stato d'animo della primavera.

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

Io sento l'essere del mio essere: così parla il mio sentire interiore che si unisce, nel mondo illuminato dal sole, col flusso della luce. Esso vuole donare al pensiero, oltre alla luce, calore; e uomo e mondo unire saldamente in unità.

La chiarezza del Pensiero senza il Sentimento non può "consumare" l'unione tra l'Uomo e il Cosmo.

La Luce senza il calore non può dar frutto. L'uomo è sempre chiamato a compiere un atto libero che parte dal suo proprio essere come primo passo verso la realizzazione della sua origine divina.

Avendolo poi fatto e avendo preso coscienza, per mezzo del potere illuminante della Luce e della Vita, che il suo Essere ha le proprie radici nei Mondi Spirituali, egli comincia a "sentire" la verità.

Proprio il fatto che egli è un Essere "senziente" rende possibile al calore latente del suo "IO", che è fuoco Divino, di venire portato a Vita.

Ora egli può cominciare ad espandersi nel riverbero di questo calore, e sentire la sua affinità con la Natura.

Traduzione e commento a cura dell'Arca della Vita,
coordinamento di **Enzo Nastati**²

4 D 28 aprile-4 maggio

Io sento l'essenza della mia essenza:
Così parla la sensazione,
Che nel mondo rischiarato dal sole
Si unisce ai flutti della luce;
Essa vuole donare calore
Alla chiarezza del pensare
E uomo e mondo
In unità fermamente congiungere.

Versetto complementare: 49 9-15 marzo

Versetto polare: 26 27 ottobre-2 novembre

IV Azione di Michele

L'essenza della mia essenza è il Cristo, che ci ha portato l'Io individuale. Egli è l'Io Sono dell'Io Sono (ricordiamo che Egli dice di Sé: "Io Sono colui che è").

Ora la *sensazione*, che è propria dell'anima senziente, scalda il pensiero per unirlo al mondo in una nuova unità. Ricordiamo che in senso esoterico questo "mondo" è la vita interiore dell'anima. Il calore, che essa porta al pensiero, una volta purificata e trasformata, fa sì che diventiamo partecipi del mondo, della Natura, e non solo suoi freddi spettatori, anche se attenti conoscitori: nasce così in noi l'amore per il mondo, che ci condurrà all'unione tra l'Io Sono ed il mondo stesso.

Tramite ciò si torna all'unità, all'Uno, attraverso la sinergia tra i misteri del Tempo, interiori, ed i misteri dello Spazio, della Luce. Pensare e Sentire si allineano e uniscono nelle forze

² arcadellavita.forumattivo.it/t1187-calendario-dell-anima-di-rudolf-steiner-commentato-da-enzo-nastati-e-collaboratori-pdf

dell'amore. Il calore vivente del sentire sale ora verso il pensare, stabilendo un'unità interiore attraverso la conquista del pensiero vivente che è la base per conseguire l'unità esteriore con il macrocosmo.

Rapportato all'uomo "*l'essenza della mia essenza*" è l'Io superiore che percepiamo nella Luce solare e che ora, con il calore della stella – Sole interiore, possiamo percepire tramite le forze del cuore.

Si stabilisce così un collegamento con il macrocosmo e l'uomo può avvicinarsi con riverenza ai misteri della creazione e dell'evoluzione. Siamo infatti nel periodo dei 40 giorni dopo la Pasqua, periodo nel quale il Risorto insegna ai discepoli la Via per raggiungere in Verità la Vita del Padre macrocosmico. Più precisamente in questo senso, la Verità è rappresentata dal *sentire l'essenza della mia essenza*, cioè le forze di amore Cristico che vivono nel profondo del nostro essere e del cosmo.

Il calore vivente diventa così l'amore del Risorto in noi che si unisce alle vive forze di conoscenza: la chiarezza del pensare che è propria dello Spirito Santo (vedi v. 3). L'unione si completerà con la Pentecoste (v. 8: *cresce la forza spirituale dei sensi in alleanza...*).

Nel nostro percorso microcosmico di unione con l'Essere Universale tramite la facoltà del sentire, ora siamo nella sfera di Giove, della Luce, della saggezza cosmica che scaturisce dal cuore.

Rispetto al versetto complementare, il 49, ora si aggiunge il *calore* del sentire alla *chiarezza* del pensiero.

Nel versetto polare, il 30, troviamo l'agire del calore nella Luce che fa *germinare i frutti maturi del pensare*.

Questo versetto potrebbe sintetizzarsi in: “Nella vita interiore **Io sento nell’amore del Cristo la forza che unisce uomo e mondo**”.

Rielaborazione e commento a cura di **Mario Iannarelli**³

4^a settimana dal 28 aprile al 4 maggio.

«“Io sento l’essenza del mio proprio essere”:
così PARLA il sentimento
che nel mondo illuminato dal Sole
si unisce ai flutti della LUCE.
Essa vuol donare CALORE
al pensare in chiarezza,
e vuole unire con forza l’uomo e il mondo».

In questa 4^a settimana del calendario, continua l’esperienza che l’anima umana (insieme a quella di cui sono forniti molti esseri collegati alla Terra) si sta espandendo, si potrebbe dire sfericamente, negli spazi celesti. Ciò è dovuto alla fortissima azione espansiva del calore cosmico che, insieme alla luce, accresce sempre più i suoi effetti grazie all’etere della luce e a quello del calore. Questa espansione centrifuga dell’anima, come abbiamo visto precedentemente, dovuta alle forze di espansione dell’etere della luce e del calore, produce una “deconcentrazione” della forza del pensare, quale capacità dell’anima. Al suo posto, allora, subentra l’altra forza dell’anima umana, il sentire, e questo inizia a “parlare” (ricordiamo che il Sole ha dietro la costellazione del Toro che, abbiamo visto, è collegata in particolare alla laringe, all’organo umano della

³ apparso nel 2020 sul suo FB

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

parola. Ora, è chiaro che la voce del sentire, del sentimento preponderante nell'anima in questa settimana, non è di natura fisica, ma il nostro soggetto, il nostro Io (con cui iniziano i due mantra, e che si è liberato «dalle catene dell'egoità» nella settimana precedente) può riuscire a percepire interiormente le parole che tale sentimento pronuncia. Le può percepire se osserva con il pensare i fenomeni nella sua anima, dove la LUCE/SAGGEZZA universale sta ridando chiarezza al suo pensare (che senza di essa, a causa del calore espansivo, sta perdendo), ma sta dando anche un impulso capace di far entrare fortemente in "Comunione" l'uomo e il mondo, realizzando sempre più quell'impulso all'unione che si era presentato nelle due ultime righe del mantra di Pasqua, della 1^a settimana.

Settimana complementare ($53^a - 4^a = 49^a$) dal 9 al 15 marzo.

«“IO SENTO LA FORZA dell'ESSERE UNIVERSALE!”.

Così parla la chiarezza del pensiero
memore del crescere del proprio Spirito
nelle OSCURE NOTTI del mondo,
e rivolge al vicino GIORNO COSMICO
i raggi di speranza dell'interiorità».

Un motivo complementariamente opposto si sperimenta nel mantra della 49^a settimana che precede di pochissimi giorni il solstizio del 21 marzo, l'entrata della primavera, in cui la luce e il calore del sole iniziano ad avere la meglio sul freddo e il buio invernali. È un'esperienza dell'anima che, avendo come causa la 4^a settimana dell'anno precedente, si è vissuta da non molto tempo come effetto maturato nella 49^a, e si rivivrà nella prossima primavera come effetto maturato dell'attuale 4^a settimana. Si avvertono chiaramente, nei versi dei due mantra, le polari situazioni interiori causate dalla scrittura celeste

relativa ai movimenti avvenuti, da allora ad ora, soprattutto del Sole e della Luna rispetto allo Zodiaco. Ci si dovrà sforzare di mettere sempre più in relazione questi elementi trinitari, soprattutto a Pasqua: Sole, Luna, Zodiaco (e per chi ne è capace anche gli altri pianeti del nostro cosmo). Ciò, al fine di comprendere le mutazioni che avvengono nella nostra anima descritte nei mantra del Calendario dell'anima, soprattutto in relazione alle tre forze di essa: pensare, sentire, volere.