

# Introduzione al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner

Appunti di meditazione seguendo l'edizione curata da Claudio Gregorat<sup>1</sup>

[www.maria-angela-padoa-schioppa.it](http://www.maria-angela-padoa-schioppa.it)

## **Presentazione**

Il Calendario è composto da 52 mantra o "stanze" - come le 52 settimane dell'anno. Esso presenta *due processi*: uno *esterno*, visibile, che segue il ciclo delle stagioni e i processi della natura, l'altro *spirituale* che riguarda l'anima umana.

Ne risulta una duplice presentazione del corso dell'anno:

1) una *esteriore* che riguarda l'itinerario della Terra intorno al Sole, i due equinozi e i due solstizi, i due grandi movimenti del respiro della terra e tutti i processi della natura nelle diverse stagioni.

2) l'altra *interiore* che riguarda l'anima umana e il suo percorso spirituale nel rapporto dialettico con l'Essere universale. Riguarda il significato delle principali feste cristiane e ciò che l'anima può sperimentare nelle forze del pensiero, del sentimento e della volontà.

## **Il processo esterno nella natura e il respiro della terra.**

Per poter meglio accostare il Calendario occorre conoscere i pensieri portanti di Steiner riguardo alla Terra, intesa come un *organismo vivente che respira*.<sup>2</sup>

Quando si parla di Terra - dice Steiner - s'intende un organismo vivente che *respira* - durante il ciclo annuale - con due soli grandi movimenti: di *inspirazione* - in autunno e inverno - e di *espirazione* in primavera e estate.

Che cosa inspira o espira la Terra?

*forze eteriche* che danno vita ai processi del mondo vegetale e animale e *pensieri universali* che fluiscono dal Cosmo.

Nella fase di *inspirazione* la Terra accoglie dentro di sé le forze eteriche che operano nella natura e le trattiene fino al momento culmine del Solstizio d'inverno. In questa fase la natura esterna vive un graduale processo di spoliatura, sfioritura, appassimento e morte del mondo vegetale.

Nella fase di *espirazione* le forze eteriche della terra cominciano gradualmente a uscire, a espandersi e riversarsi nella natura esterna fino alle altezze del cosmo, nel momento culmine del Solstizio d'estate.

Se si considera la Terra come un essere vivente, costituito da una realtà fisica e un'essenza spirituale, si può cominciare a comprendere che le sue due realtà - quella fisica e quella spirituale - vivono due esperienze che sono fra loro polari. Al risveglio della natura esterna corrisponde un assopirsi dell'anima della Terra, e viceversa allo sfiorire e addormentarsi della natura, nei mesi invernali, corrisponde uno stato di veglia spirituale per l'anima della Terra.

Come l'uomo alterna la coscienza diurna di veglia alla coscienza notturna di sonno - nelle 24 ore - così anche l'anima della Terra - nel ciclo dei 12 mesi che costituiscono un anno - alterna lo stato di veglia nelle stagioni di autunno/inverno, allo stato di sonno nelle stagioni di primavera/estate, in modo polare appunto a quello che avviene nella natura esterna.

---

<sup>1</sup> Claudio Gregorat: "Commento al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner" - Edizioni Arcobaleno

<sup>2</sup> R. Steiner "Il corso dell'anno come respiro della Terra" Editrice Antroposofica op. 223 - prima conferenza.

E come durante la veglia la coscienza dell'uomo è piena dei suoi pensieri, tramite i quali egli si sperimenta come un Io, allo stesso modo anche la Terra nel movimento di ispirazione in autunno/inverno si colma dei grandi pensieri universali che fluiscono dal cosmo e veglia, per così dire, sulle proprie esperienze estive vissute nelle vastità del cosmo, e acquista la propria coscienza di Io planetario.<sup>3</sup>

Così si esprime Steiner:

Dorme l'anima della terra nell'afa dell'estate  
chiaro s'irradia il riflesso del sole nello spazio esterno.

Veglia l'anima della terra nel gelo dell'inverno  
splende spiritualmente il vero sole nell'essere profondo.

Il lieto giorno estivo è sonno per la terra  
la sacra notte invernale è, per la terra, giorno.

### ***Il processo interiore spirituale che avviene nell'anima umana***

Nel periodo di espirazione, in primavera/estate, l'anima umana vive un'esperienza di progressiva ottusità sognante e la coscienza si attenua. Viceversa nella stagione autunnale/invernale, l'interiorità umana può vivere un progressivo risveglio, nel pensiero e nella volontà.

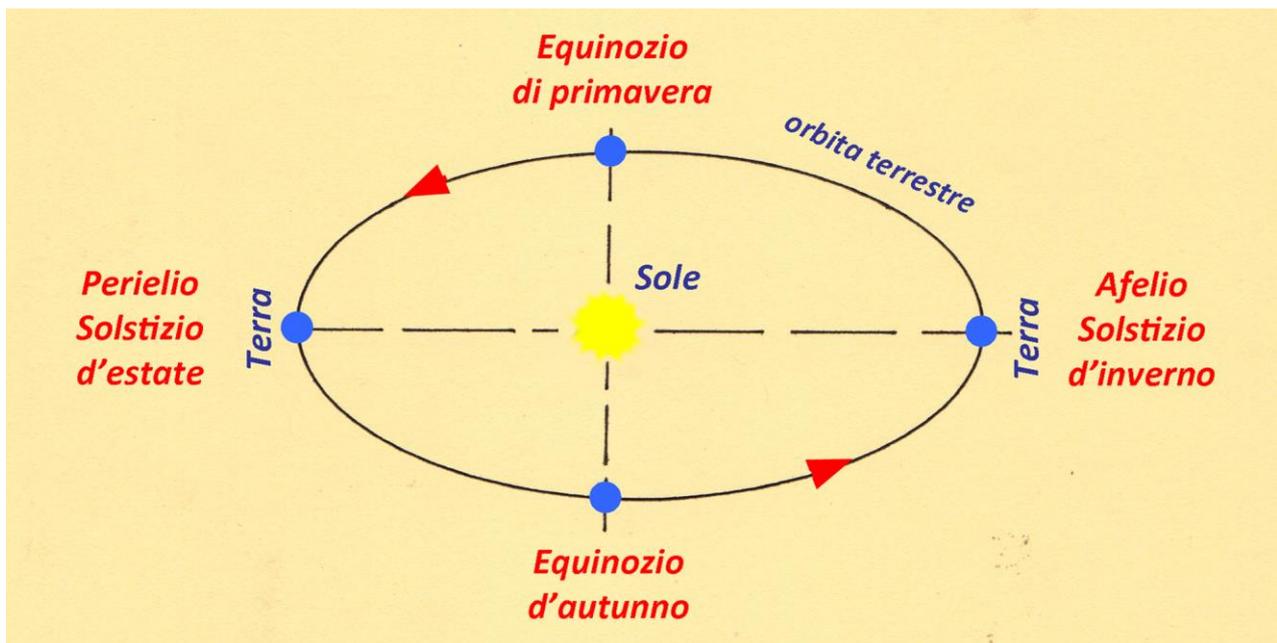
### ***I quattro passaggi chiave del viaggio della Terra intorno al Sole, in concomitanza con le quattro feste cristiane.***

Equinozio d'Autunno - 21 settembre - Festa dell'Arcangelo Michele

Solstizio d'Inverno - 21 dicembre - Natale

Equinozio di Primavera - 21 marzo - Pasqua

Solstizio d'Estate - 21 giugno - Festa di san Giovanni



<sup>3</sup> Prokofieff: " Il corso dell'anno come via di iniziazione all'esperienza del Cristo eterico" Edizioni arcobaleno

## **Le caratteristiche delle 52 "stanze"**

1) Le 52 stanze o mantra del Calendario, si riferiscono sempre alle tre attività dell'anima: pensare, sentire, volere.

2) Si riferiscono sia all'anima individuale sia all'Essere universale e al rapporto dialettico fra loro.

3) Alludono a due movimenti dell'anima, popolari fra loro: l'abbandonarsi con fiducia all'Essere universale, nel periodo della espirazione della Terra, e il rientrare in sé stessi per risvegliare la propria vita interiore, nel periodo della inspirazione.

4) Alludono all'esperienza interiore del *perdersi* e del *ritrovarsi*, dell'abbandonarsi fiducioso al Cosmo e del risvegliare in sé la luce interiore e la volontà, dell'accogliere nell'anima il Germe dell'Essere universale - al colmo dell'estate - e del farlo crescere in sé fino a portarlo a compimento con la nascita del Bambino dello Spirito - nel colmo dell'inverno.

5) Alludono all'esperienza del ricercare continuamente un equilibrio fra "fuori" e "dentro", fra materia e spirito, fra morte, nascita e rinascita, fra ottundimento dell'anima e risveglio spirituale, fra il richiamo caratteristico dei sensi fisici e lo sviluppo dei sensi spirituali.

Approfondendo la meditazione del Calendario si comincia a intuire il duplice processo che esso offre all'anima umana: *donarsi al mondo e vivere in profondità in sé stessi*.

Sono questi i due poli entro i quali si muove l'esperienza dell'anima.

Come spiega Gregorat nelle sue pagine introduttive al Calendario, noi esseri umani ci veniamo a trovare in una situazione singolare. Con il corpo fisico e eterico seguiamo il movimento esterno del trascorrere delle stagioni: il fiorire e rinascere, in primavera/estate e l'appassire e morire in autunno/inverno.

Ma parallelamente, con la nostra parte spirituale, possiamo compiere e sperimentare l'itinerario inverso: un addormentarsi o anche solo una coscienza sognante e attenuata in primavera/estate, e un risveglio, una rinascita spirituale dell'autocoscienza, in autunno/inverno.

Noi esseri umani *possiamo vivere entrambi i movimenti*: il risorgere della natura e l'attenuarsi dell'autocoscienza da un lato. E il morire della natura e il risveglio spirituale, dall'altro.

Il Calendario annuncia questo *duplice movimento* e aiuta a contemplare e a vivere dentro di sé questi misteri.

### **Polarità di esperienze animiche nelle diverse stagioni dell'anno.**

Claudio Gregorat nel suo studio del Calendario mette in evidenza le polarità delle esperienze animiche che è possibile vivere nelle diverse epoche dell'anno. (v. figura seguente)

Polarità fra l'atmosfera di Pasqua e l'atmosfera di Michele - da un lato - e fra il Natale e la festa di San Giovanni - dall'altro.

Mette a confronto alcuni versetti delle "stanze" di primavera con le stanze di autunno e alcuni versetti delle stanze dell'inverno con stanze dell'estate.

Penso che solo gradualmente, familiarizzandosi a lungo con queste 52 stanze, sia possibile coglierne tanti aspetti e tutta la ricchezza. E sia possibile sentire che i messaggi del Calendario illuminano e accompagnano il proprio percorso interiore nel corso dell'anno.

### **Atmosfera di Pasqua**

52<sup>^</sup> - PRIMAVERA  
*lo spirito si volge all'essere universale  
e bellezza sgorga dalle ampiezze dello spazio*

1<sup>^</sup>  
*quando dalle ampiezze dell'universo il sole parla ai sensi dell'uomo*  
.....  
*i pensieri fluiscono nelle lontananze dello spazio*

2<sup>^</sup>  
*la potenza del pensiero perde il suo proprio essere  
fuori nell'universo sensibile*

Così una polarità si esprime anche nelle strofe: 38<sup>^</sup>, 39<sup>^</sup>, 40<sup>^</sup> e 11<sup>^</sup>, 12<sup>^</sup> e 13<sup>^</sup>

### **Atmosfera di Natale**

38<sup>^</sup> - INVERNO  
*sento come disincantato  
il bambino dello Spirito nel grembo dell'anima*

39<sup>^</sup>  
*la forza del pensiero cresce  
e chiarendosi dona me a me stesso*

40<sup>^</sup>  
*quando sono nelle profondità dello spirito*

### **Atmosfera di San Michele**

25<sup>^</sup> - AUTUNNO  
*ora posso appartenere a me stesso*  
.....  
*l'essere della natura volge al sonno*

26<sup>^</sup>  
*...affinchè generino il sentimento di sé per portare me entro me stesso*

27<sup>^</sup>  
*penetrare nelle profondità del mio essere  
mi ritrovi come dono dell'estate*

### **Atmosfera di San Giovanni**

11 - ESTATE  
*abbandonando alla bellezza del mondo*  
.....  
*l'io dell'uomo può perdere se stesso e ritrovarsi nell'Io universale.*

12<sup>^</sup>  
*...per il volo nell'universo ad abbandonare me stesso nel calore e nella luce del mondo*

13<sup>^</sup>  
*quando sono nelle altezze dei sensi*

Stabilita ora questa polarità fondamentale, cerchiamo di scorgere, entro uno stesso polo, la corrente contraria:

## **La duplice corrente - nello scambio fra anima individuale e Essere universale - può venire espressa in una stessa "stanza".**

Anche dentro una stessa "stanza" può essere presente una corrente duplice, una polarità nel rapporto fra anima individuale e Essere universale. Uno scambio di due movimenti: dalle altezze del Cosmo all'interiorità umana, e viceversa.

Cercare questa duplice corrente è un modo per entrare più profondamente nei messaggi che Steiner offre con il suo Calendario.

Di seguito riporto gli esempi che Gregorat ha trovato in alcune stanze.

52^ - PRIMAVERA

*quando dalle profondità dell'anima  
lo spirito si volge all'Essere universale*

qui è chiaramente indicato l'uscire fuori verso le ampiezze spaziali, ma nelle parole che seguono:

*la forza della vita fluisce  
dalle lontananze celesti nei cuori umani*

è altrettanto chiaramente indicato un movimento da fuori verso dentro di un elemento «entro i cuori umani».

E mentre:

*lo Spirito si volge all'Essere universale  
la forza della vita - (quindi da fuori) -  
unisce l'Essere dello Spirito  
con l'esistenza dell'uomo;*

2^ *la potenza del pensiero perde il suo proprio essere  
fuori nell'universo sensibile*

ha come contrapposto

*il germoglio umano  
deve trovare in se stesso  
il frutto dell'anima.*

25^ - AUTUNNO

*l'essere della natura volge al sonno  
nell'oscurità dello spazio e del tempo.*

Questo fenomeno esterno, ha come situazione polare interiore:

*ora posso appartenere a me stesso  
... ..  
le profondità dell'anima devono vegliare  
e deste, portare gli ardori dell'estate  
nei freddi flutti invernali.*

37^ - INVERNO

*...portare la luce dello spirito  
nella notte dell'inverno universale*

.....

ha come situazione polare:

*e la parola di Dio nell'oscurità dei sensi  
..... compenetri tutto l'essere.*

38^ *...il bambino dello Spirito nel grembo dell'anima*

trova il suo contrapposto nelle parole:

*la sacra Parola universale ha generato  
il frutto celeste della speranza  
che cresce giubilando nelle lontananze del mondo*

la polarità sta proprio qui:

*nelle lontananze del mondo  
dal fondamento divino del mio essere*

è il ritrovarsi nello Spirito originario, del Divino fondamento.

39^ *dedito alla rivelazione dello Spirito  
acquisto la luce dell'Essere universale.*

Giunto alle profondità del mondo divino originario, mi posso così conquistare la luce dell'Essere supremo originario. In questa posizione, la forza del mio pensare - che è andata sempre più aumentando dall'autunno in poi - si chiarisce e cresce fino a portarmi ad una superiore autocoscienza, nel risvegliato senso del Sé. Questa strofa è interamente dedicata al risveglio interiore, alla *pentecoste d'inverno*, dopo l'avvenuta nascita spirituale, nel senso di un *risveglio spirituale*. Qui sta il senso del Natale, il quale non deve venire più solennizzato come un *ricordo* della nascita del bambino Gesù, ma come un'autentica e reale *nascita annuale del germe spirituale sorto dal grembo divino e che ora si rende manifesto spiritualmente nell'interiorità.*

10^ - ESTATE

*l'essere splendente del sole*

*porta con sè nelle sue ampiezze spaziali  
il mio sentire umano*

11^ *abbandonato alla bellezza del mondo  
e vivendo sentire te stesso in te.*

Anche qui la polarità è chiara: una parte completamente dedicata al cosmo, persa nella luce e l'altra, il vivere in sè e sentirsi, sperimentarsi quali *se stessi*: dunque una chiara autocoscienza, nel momento in cui tutto intorno si dissolve nella luce e nel calore. È una situazione perfettamente attuabile e chiaramente sperimentabile: mantenere una chiara e salda coscienza di se stessi, mentre intorno a noi l'altra parte, fisico-eterica, quella *naturale* di noi, è tutta dedicata all'*essere splendente del sole* ed *alla bellezza del mondo*.

12^ *la bellezza splendente dei mondi  
mi costringe a liberare dalle profondità dell'anima  
le forze divine della mia propria vita  
per il volo cosmico;  
ed abbandonare me stesso  
ricercandomi, pieno di fiducia,  
solo nella luce e nel calore del mondo.*

Il questa strofa abbiamo l'esatta ed opposta situazione della strofa 39^ tutta dedicata al risveglio interiore. Qui è quasi un inno alla dedizione, al rapimento, all'abbandono fiducioso alla luce ed al calore del mondo.

13^ Questa strofa esprime, in due versi, la dualità della nostra posizione nel pieno dell'estate:

*quando sono nelle altezze dei sensi*

ha, come situazione polare  
*fiammeggia nelle profondità della mia anima*

Negli appunti di Inverno - Primavera - Estate - Autunno ho messo il mio lavoro di pensieri e attualizzazione delle 52 stanze. Per ognuna ho riportato le parole di commento, così come sono nate nei miei Quaderni di meditazione su "Le stagioni dell'anno e tempi liturgici" che ho creato in questi ultimi sette anni.

Vedi: <http://www.maria-angela-padoa-schioppa.it/archivio/calendario/index.htm>