



Il Calendario dell'Anima

di Rudolf Steiner

Appunti di meditazione

Introduzione al Calendario dell'anima di Rudolf Steiner

Appunti di meditazione seguendo l'edizione curata da Claudio Gregorat¹

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*.²

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.

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

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

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

vissute nelle vastità del cosmo, e acquista la propria coscienza di Io planetario.³

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.

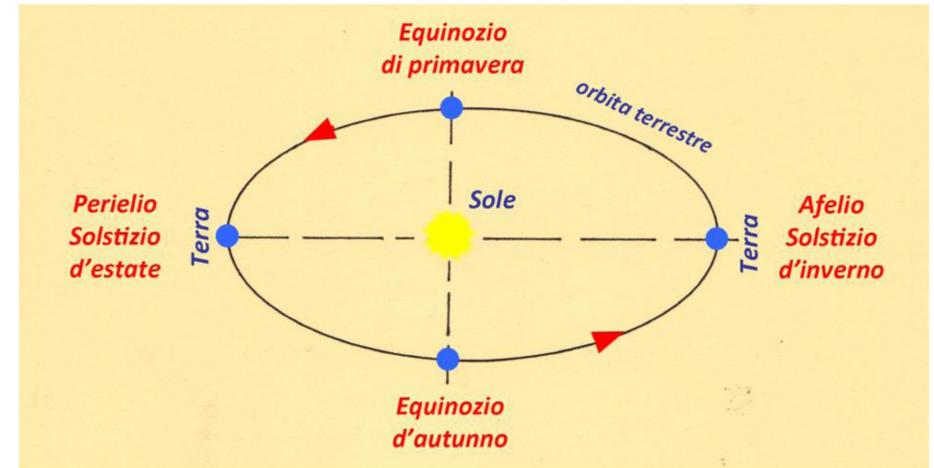
I quattro passaggi chiave del viaggio della Terra intorno al Sole, in concomitanza con le quattro feste cristiane.

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



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 ispirazione.
- 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.

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

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 la 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.

ESPANSIONE	<p>Atmosfera di Pasqua</p> <p>52[^] - PRIMAVERA <i>lo spirito si volge all'essere universale e bellezza sgorga dalle ampiezze dello spazio</i></p> <p>1[^] <i>quando dalle ampiezze dell'universo il sole parla ai sensi dell'uomo</i> <i>i pensieri fluiscono nelle lontananze dello spazio</i></p> <p>2[^] <i>la potenza del pensiero perde il suo proprio essere fuori nell'universo sensibile</i></p>	<p>Atmosfera di San Michele</p> <p>25[^] - AUTUNNO <i>ora posso appartenere a me stesso</i> <i>l'essere della natura volge al sonno</i></p> <p>26[^] <i>...affinchè generino il sentimento di sé per portare me entro me stesso</i></p> <p>27[^] <i>penetrare nelle profondità del mio essere mi ritrovi come dono dell'estate</i></p>	CONCENTRAZIONE
Così una polarità si esprime anche nelle strofe: 38 [^] , 39 [^] , 40 [^] e 11 [^] , 12 [^] e 13 [^]			
CONCENTRAZIONE	<p>Atmosfera di Natale</p> <p>38[^] - INVERNO <i>sento come disincantato il bambino dello Spirito nel grembo dell'anima</i></p> <p>39[^] <i>la forza del pensiero cresce e chiarendosi dona me a me stesso</i></p> <p>40[^] <i>quando sono nelle profondità dello spirito</i></p>	<p>Atmosfera di San Giovanni</p> <p>11 - ESTATE <i>abbandonando alla bellezza del mondo</i> <i>l'io dell'uomo può perdere se stesso e ritrovarsi nell'Io universale.</i></p> <p>12[^] <i>...per il volo nell'universo ad abbandonare me stesso nel calore e nella luce del mondo</i></p> <p>13[^] <i>quando sono nelle altezze dei sensi</i></p>	ESPANSIONE
Stabilita ora questa polarità fondamentale, cerchiamo di scorgere, entro uno stesso polo, la corrente contraria:			
14			

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.

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>

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 dedita 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 dedita 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

PERIODO INVERNALE $\left\{ \begin{array}{l} \text{da inizio dicembre} \\ \text{stare da } \widehat{35} \text{ alla } \widehat{49} \end{array} \right. \left. \begin{array}{l} \\ \text{a metà marzo} \end{array} \right.$

1-7 dicembre

35

- 35° -

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.*

*È familiare portare il proprio piccolo mio
affetto all'evoluzione del mondo,
desiderando unirsi come "collaboratori"
all'opera creativa sempre presente
del mondo spirituale (il Sé universale)*

8-14 dicembre

36

- 36 -

Sacrificio dell'egoità

La Parola universale
anelando a manifestarsi
parla misteriosamente nelle profondità del mio essere:
"colma le mete del tuo lavoro
con la mia luce spirituale quella della Parola Universale
per sacrificare te attraverso Me."

Sacrificarsi per l'evoluzione del mondo

Penso a tutte le persone che offrono la loro vita
per ideali sociali, per passione civile, per costru-
ire un mondo migliore. (Avvento 2013)

Queste parole di Steiner sono un invito ad
ASCOLTARE la PAROLA dello spirito che vuole
e desidera manifestarsi al cuore dell'uomo.
Ma perché questo avvenga, occorre che il
mio animo le faccia spazio. Occorre silenzio,
occorre che mi disponga ad accoglierle.

Quando si vive l'esperienza del sacrificarsi

per amore, lo spirito del Cristo è presente
e sostiene...

Penso a tutte le persone che vivono il sacrifi-
carsi per gli altri esseri umani attrave-
verso il loro lavoro, a tutti i soldati
caduti nelle guerre, alle persone illumina-
te che offrono le proprie capacità e
doti per l'evoluzione delle società civili,
nell'epoca in cui vivono. (Avvento 2014)

Nell'intimo del mio essere posso sentire
questa "PAROLA Universale", questa
PRESENZA.

Dopo il dono estivo dell'incontro con
l'Essere Universale, io porto in me
una LUCE che mi illumina, mi
accompagna nelle tenebre, da
significato a tutto il mio essere,
sostiene il mio lavoro e sacrificio
(avvento 2017)

Poter dare un significato ai propri
SACRIFICI. Viverli non solo per la
propria evoluzione personale ma
anche per collaborare all'evoluzione
del mondo. Per l'Italia, per l'Europa,
per il mondo.

Ognuno può pensare a persone precise
che conosce e ai sacrifici che compiono
nella loro situazione concreta di vita.

Io penso a ciascuna delle mie figlie
e ad altre persone della mia vita.

(AVVENTO 2018)

15-21 dicembre

37

- 37° -

in Capricorno

Solstizio d'inverno.
Luce del cuore

A portare la luce dello spirito
nella notte dell'inverno cosmico,
anela beato l'impulso del mio cuore,
affinché germi d'anima, rilucendo,
mettano radici nelle profondità dell'universo
e la parola di Dio nell'oscurità dei sensi
compenetri trasfigurando tutto l'essere.

Il mio cuore desidera, portare
La LUCE dello spirito nella notte
dell'inverno, dice Steiner.

Luce nelle Tenebre è l'annuncio delle
nascite di Gesù nelle tenebre dell'uma-
nità sempre più lontana dalla cosa
pietosa del mondo spirituale. La
nascita avviene d'inverno, nel
periodo in cui la natura è spoglia, nuda,
apparentemente morta. (Avvento 2013)

Queste immagini di Steiner "La luce dello spirito
nella notte dell'inverno" sono per me molto evocative.
Mi fanno pensare alle tinte di Rembrandt:
quel quadro stupendo in cui una fioca
luce al centro illumina le due figure e
il bimbo, circondati e come avvolti
dal buio della stanza. C'è un'atmosfera
di raccoglimento e di calma, molto parti-
colare in quel messaggio di Rembrandt.

Con questa FIDUCIA, con questo spirito
vorrei accogliere il SOLSTIZIO d'inverno
che sta per venire. È come sapere che c'è
una LUCE preziosa dentro di noi che illu-
mina le tenebre, le incertezze, le fatiche.
Così come nelle nature ci sono i germi
della nuova vita che nascerà in primavera,
Sono pieno di gratitudine. (Avvento 2016)

Cercare la LUCE nelle tenebre, è simbolico,
è una metafora dell'offerta/proposta
del Cristo a OGNI uomo.
Far vivere la "scintilla divina" che è posta

nel profondo dell'anima di ogni uomo, Steiner e gli antichi maestri dell'ebraismo chemidico ne parlano e ce lo insegnano in termini spirituali.

[Steiner in INIZIAZIONE, H. Buter in IL CAMMINO DELL'UOMO, Potok in DANNY L'ELETO]

So è una scintilla, l'immagine che evoca è di una luce piccola circondata dal buio. Una scintilla di l'enero umano può far crescere.

Mi sembra di aver vissuto l'esperienza della **Luce circondata dal buio** fin dall'infanzia; alla scuola steineriana nelle reate di

Natale, il manto blu che avvolge le tenute rosa di Maria. Era il mio manto quell'anno - l'ultimo! - in cui mi hanno fatto fare Maria.

Quell'atmosfera sacra di luce circondata dal buio si è impregnata profondamente dentro di me.

È anche a casa nostra da bambini, il modo in cui i nostri genitori ci facevano vivere le notte

di Natale era una straordinaria esperienza di LUCE circondata dall'oscurità. Quando entravamo in sala con la musica di Schubert, lo stanza era illuminata solo dalle unapice LUCE delle candeline dell'albero di Natale che i genitori avevano preparato per noi. La luce delle candele si rifletteva sui fili d'argento e sulle gallerie luccicanti che addobbavano l'albero. Quelle atmosfera è rimasta per sempre nel mio cuore. Era una straordinaria metafore. È stato uno dei più grandi "doni" dei nostri genitori, durante la nostra infanzia.

Le Tema dello **LUCE** è ricorrente in altre
STANZE del periodo invernale:

"COLTA la mèta del tuo lavoro
con la mia LUCE"

36

"Dedito alla rivelazione dello
spirito, acquisto la LUCE
dell'Essere universale"

39

"La rivelazione dei sensi
deve accogliere la LUCE del pensare"

45

"La sicurezza del pensare universale
nella LUCE che da alette cosmiche
vuol fluire con potenza nell'anima"

48

22-28 dicembre

38

Io sento come disincantato
il figlio dello spirito nel grembo dell'anima;
la sacra Parola universale ha generato
nella chiarezza del cuore
il frutto celeste della speranza
che giubilando cresce nelle lontananze cosmiche
dal fondamento divino del mio essere.

Speranza e fiducia sono
strettamente connesse.

Cosa può essere (per me) SPERANZA
in questo periodo?
per le persone del mio destino...

per il momento storico dell'Italia,
dell'Europa, del mondo...

la speranza si fonda sulla FIDUCIA

una fiducia profondissima

"nell'ambito sempre presente del mondo
spirituale"

29-dic. 4 gennaio

39

Dedito alla rivelazione dello Spirito
acquisto la luce dell'Essere Universale.
La forza del pensare cresce:
chiarificandosi dona me a me stesso,
e destandosi, scioglie in me
il sentimento del sé
dalla potenza del pensatore.

La forza del PENSARE può crescere,
perché illuminata dalla LUCE
dell'Essere Universale.

Di seguito le parole di commento di GREGORATI

Lo Spirito si è rivelato illuminando l'anima: la sua luce è ora anche luce dell'anima stessa. Come prima conseguenza di questo, essa sente crescere la forza del pensare; si chiarisce sempre più e può conferire una maggiore conoscenza di se stesso: «dona me a me stesso». Tale maggiore coscienza di sé che si sta risvegliando, fa sorgere e libera il «sentimento del sé» dalla propria potenza di pensatore. Questo significa che, nel cuore dell'inverno, attraverso il sacrificio dell'egoità, è stato concesso un potenziamento dell'autocoscienza, che si manifesta ora quale potenza di pensiero.

È singolare e certamente significativo, che la prima esperienza che si può fare, dopo l'interiore illuminazione spirituale, sia un'ulteriore chiarificazione nei confronti di se stessi per mezzo della potenza del pensare. L'essere del sé si rafforza proprio grazie al pensare, in modo che, quale ulteriore passo, si possa colmare la parvenza conferita dalle innumerevoli percezioni del mondo, per la grazia illuminante ricevuta dalla Parola universale.

5-11 Gennaio [40]

*Ed io sono nelle profondità dello Spirito.
La vuota illusione delle particolarità,
nei fondamenti dell'anima,
da mondi d'amore del cuore, si colma
con la potenza di fuoco della parola universale.*

"La chiarezza e potenza del proprio essere
come pensatore, dà le possibilità di sentire
e sperimentare se stesso nei recessi più profondi
dello Spirito." Gregorin

12-18 gennaio

[41]

*La potenza creatrice dell'anima
anela dalle profondità dell'anima
ad infiammare nella vita umana
le forze degli dèi per un retto agire
e plasmare se stessa
nell'amore e nell'opera umana.*

Il "Bambino dello Spirito" che è
nato nel solstizio invernale nelle

festa del Natale, nel grembo dell'anima,
risveglia dentro di noi la FORZA
CREATRICE "divina" e ci spinge ad
AGIRE con AMORE.

È questo il momento dell'anno nel
quale l'anima dispietra al massimo
la sua forte creatrice, verso l'esterno
per operare con amore.

Ci si aspetterebbe questo dispietamento
di forze nella stagione estiva, quando
si è a contatto con la piena luce
e il calore solare.

Invece proprio d'inverno, per bruciare
il sonno della natura e il freddo
stagionale, dentro l'anima umana
poniamo sulle fiamme FORZA nell'AGIRE
e CALORE UMANO.

19-25 gennaio 42

In questa oscurità invernale
la manifestazione della propria forza
è il più potente impulso dell'anima;
dirigerla nelle tenebre
e presagendo presentire
la manifestazione dei sensi
attraverso le forze del cuore.

26 gennaio 1 febbraio 43

Nelle profondità invernali
si riscalda il vero essere dello Spirito;
dà all'apparenza cosmica potenza d'essere
attraverso le forze del cuore;
Il fuoco dell'anima nell'interiorità dell'uomo
si rinforza nonostante il freddo cosmico.

Ci può essere una ^{grande} polarità fra il freddo esteriore
dell'universo e il calore delle forze
del cuore nell'interiorità dell'uomo

In una situazione di essenzialità, di
concentrazione, di freddo esteriore, di affa-
rente morte della natura, di sofferenza, i propri
sensi spirituali si possono affinare, diventare
più sensibili, lo spirito può ^{diventare} più cosciente
dentro di sé.

Gregorat: LE SACRIFICIO di SÉ' (36^a settimana)
la LUCE del CUORE (37^a ")
il frutto della SPERANZA (38^a ")
la forza del PENSARE (39^a)
l'amore del CUORE (40^a)
la RETTA AZIONE con amore (41^a)
le FORZE del CUORE (42^a)

Sono qualità dell'anima che si
possono sviluppare adeguatamente solo nel
profondo inverno quando lo spirito umano
è permanentemente cosciente di sé e deve contro
blancire il suono della natura con una
forte volontà, riscaldata dalle forze del
cuore >> (punto alle stanze 43)

2-8 febbraio [44]

*Afferrando nuovi stimoli dei sensi
la chiarezza dell'anima,
memore dell'avvenuta nascita dello Spirito,
colma il rigoglioso sconvolgente divenire del mondo
con la volontà creatrice del mio pensare.*

Ricordando la nascita spirituale e l'illuminazione che ne è derivata, l'anima procede ora nella chiarezza interiore dei suoi impulsi. Tale chiarezza stimola la sua forza creatrice che si rispecchia nel pensare, il quale deve fortemente consolidarsi e rafforzarsi, prima di concedersi all'universo e divenire pensare cosmico, e mette ordine nei fenomeni sconvolgenti che la nuova vita della veniente primavera dovrà provocare. Il pensare in chiarezza, dovrà vedere e sperimentare la resurrezione degli elementi ed esseri della natura. Già l'etere chimico si appresta ad uscire dall'interno della terra, provocando con ciò il risveglio vegetale, stimolando la vita a livello di superficie.

Si avvicina l'equinozio di primavera che è uno dei due cardini sui quali ruota la vita della terra fra concentrazione terrestre ed espansione cosmica di tutti gli esseri che vivono in essa. Tutto questo deve venire considerato e visto nella piena chiarezza del pensare.

(Gregorat)

9-15 febbraio [45]

*Si consolida la potenza del pensiero
in accordo con la nascita dello Spirito;
essa illumina a piena chiarezza
gli oscuri stimoli dei sensi.
Quando la pienezza dell'anima
vuol unirsi al divenire universale,
la rivelazione dei sensi
deve accogliere la luce del pensare.*

*Accogliere in sé la luce
del PENSARE*

*Consolidare la potenza
del pensiero*

16-22 febbraio

[46]

*Il mondo minaccia di stordire
la forza innata dell'anima.*

*Ora sorgi tu, ricordo illuminante,
dalle profondità dello spirito*

*e rafforzami il vedere sereno e obiettivo non "stordito"
che può mantenere se stesso
solo con le forze della volontà.*

*La potenza risvegliante della
natura che si affresta a rinascere
comincia a farsi sentire e può
STORDIRE l'anima.*

*Occorre rinforzare il RICORDO di
quello che si è vissuto nel periodo
invernale: la nascita e la luce
del Bambino dello spirito.*

*È occorre con la VOLONTÀ imparare a
vedere la realtà in modo obiettivo
e non "stordito".*

*Occorre ancora rafforzare con forze di
PENSARE entro l'anima.*

Ora si possono richiamare fortemente nell'anima due forze: quella del *ricordare* e quella del *volere*. Esse sono necessarie se non si vuole essere coinvolti oltre misura e storditi dalla potenza risvegliante che la natura comincia a vivere. Solo il ricordo di quanto finora vissuto nello Spirito, il ricordo della nascita ed illuminazione spirituale, può dare la forza di consolidare la vista.

Qui si inserisce un momento difficile - una svolta - che può venir superato affidandosi all'esperienza passata al culmine del solstizio. Dopo di essa, ci si dovrà affidare sempre più (nel *Calendario* viene indicato per almeno tre settimane) al pensare che si vuole sviluppare con forza entro l'anima, prima di lasciare che si unisca al Pensare universale.

La propria vita può venire minacciata dalla potenza sconvolgente dei fenomeni della natura. Questi possono veramente stordire l'anima, anche perché in essi si cela la presenza dell'Essere arimanico, che vorrebbe proprio addormentare lo Spirito con la forza caotizzante delle apparenze sensorie. Gli eteri, e gli esseri elementari che ne sono la vita, finora in stato di relativo riposo nella stagione invernale, con l'avvicinarsi dell'equinozio di primavera, cominciano a muoversi, sollecitati sempre più dalla forza della luce e del calore del sole, compenetrandosi e coinvolgendo gli esseri attivi in loro: ne risulta una vita sconvolgente e caotica. In questo caos è consentito all'Essere arimanico di agire per i suoi scopi, coinvolgendo anche il proprio essere.

Le entità elementari riprendono la loro attività entro la superficie della terra ed iniziano ad uscire da essa per il volo cosmico ristoratore, incontro al sole.

(Gregorak)

23 febbraio marzo

[47]

Gioia del divenire vuol sorgere dal grembo universale
rianimando la parvenza dei sensi.
Essa trovi la forza del mio pensare
armata dalle forze divine
che con vigore mi vivono nell'interiorità.

La GIOIA del divenire è la Brama
depli esseri elementari che - dopo
il periodo invernale passato nel grembo
della terra in riposo, ora possono finalmente
uscire, risvegliarsi e lanciarsi anche in
modo caotico verso la luce e il calore esterni,
e svolgere il lavoro per la crescita delle
piante e il rifiorire della natura.

L'anima umana sente questa GIOIA, ma
occorre che tenga ben desto in sé il
PENSARE, sostenuto dalle forze divine
che vivono nella sua interiorità,
e si vigorite nel periodo invernale.

2-8 marzo

[48]

La sicurezza del pensare universale -
nella luce che da altezze cosmiche
vuol fluire con potenza nell'anima -
appaia, sciogliendo enigmi dell'anima,
raccogliendo la potenza dei suoi raggi,
risvegliando amore nei cuori umani.

Cosa intende Steiner per "pensare
universale?"

Lo interpreto come la sappea dello
Spirito universale, dello Spirito del
Cristo, la presenza illuminante del
divino, "Dio" - come lo chiama Etty
Hillesum.

Per me è "il Signore" a cui mi rivolgo
ogni giorno:

"Vieni Signore nel mio cuore,
aiutami a vivere col tuo amore"

9-15 marzo

49

*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.*

Questa è l'ultima STANZA del periodo invernale, ormai molto vicino alle nascenti Primavere. Comincia il grande movimento di ESPIRAZIONE della Terra.

L'anima umana, che ha potuto rialzarsi nel periodo invernale nel PENSIERO, nelle VOLONTÀ, e nelle FORZE del CUORE, si appresta a vivere la nuova fase del suo percorso, con speranza e con fiducia.

Vorrei aggiungere altri pensieri che ho annotato nei miei quaderni sul CORSO dell'ANNO riguardo ai temi e agli annunci di queste "stanze" del Calendario invernale. Steiner parla dello SPIRITO UNIVERSALE che con la sua LUCE vuole fecondare l'anima umana, vuole infonderle FIDUCIA e SPERANZA, vuole dare impulso alle FORZE del CUORE, e rinforzare la potenza del PENSIERO.

Penso che tutti i "mantra" del Calendario siano un dono misterioso che in un primo periodo possiamo ACCOGLIERE con gratitudine e con fiducia come un reale nutrimento dell'anima e solo molto lentamente e gradualmente potremo comprendere più profondamente.

Dalla I conf. di Steiner delle TRILOGIA dell'eterico femminile.

"Lo spirituale da noi riceviamo conoscitivamente faccstando le offerte conoscitive

dello sc. dello spirito e accoglierlo
nel cuore e nel pensiero) dà vita
a ciò che di spirituale vive nelle
nostre anime» (II. 33)

e ancora:

«Noi veniamo tuttora fecondati dallo
Spirito Universale, lo accogliamo
dentro l'anima per poter sviluppare
il nostro PENSARE, SENTIRE, e VOLERE»

Naturalmente per me è un mistero
questo contatto, questo dono dello Spirito
universale, questa fecondazione che
riceviamo. Mi sono però sempre di
nuovo disposti ad accogliere il DONO,
come col gesto delle A in eretta una
terapeutica. Apriamo, senza di merca-
niglia, al MISTERO, per accoglierlo.
Il desiderio di ricevere FORZA è
sempre spandissimo. E grande è
la gratitudine.

Concludo con un annuncio di
Steiner, stupendo, tratto dalle sue
conferenze sulle 13 notti sante.

«Contemplando l'origine divina del
proprio essere, prima dell'influenza lucif-
ferica, l'essere umano può dire a se stesso:

Qualunque cosa possa succederti o
possa tormentarti, qualunque cosa
possa trascinarvi via dalla luce dello
Spirito, ricordati che un tempo in te
ci fu la tua origine divina, ed essa
è ancora presente dentro di te, anche
se nascosta profondamente nelle
tue anime.

Se riconoscerai questa superiore
FORZA delle tue anime, potrai
avere FIDUCIA che la conquista delle
altezze rientri nelle tue possibilità»

Questo ANNUNCIO mi dice:

potrai continuare fino alla fine delle
tua vita terrena a tenere viva dentro di te
la scintilla della FIDUCIA

Fiducia che ogni evento della vita
mi porta incontro ha un profondo significato
tutto da scoprire.

Fiducia nell'evento sempre presente del mondo
spirituale, del mio Angelo a cui mi rivolgo sempre.

Fiducia che ogni pensiero, parola o gesto
di comunione con le persone della mia vita
ha un grande valore.

Fiducia ^{che} anche nel passaggio della soglia,
nel momento della morte, quando
sarà il momento, non sarò "sola".

Periodo PRIMAVERILE da metà marzo
 stanze dalla 50 alla 10 a metà giugno

16-22 marzo 50 EQUINOZIO PRIMAVERA

*La gioia del divenire universale
 manifestandosi con potenza
 e liberando le forze del suo essere
 parla all'io dell'uomo:
 portando in te la mia vita
 dal suo magico incanto
 raggiunge la mia vera meta.*

Primavera
 2020

Questa è la settimana in cui avviene il
 passaggio dell' Equinozio di primavera.
 Le nature già da alcune settimane
 mostrano i segni della rinascita del mondo
 vegetale: il miracolo commovente delle
 foglioline verde chiarissimo, delle gemme,
 dei vistosi fiori rosa di alcuni alberi
 che precedono la nascita delle foglie.
 È il "divenire" del mondo delle nature

nel quale si manifesta l'Essere universale.

Questa prorompente gioia del divenire universale fa sì che all'Go dell'uomo e sembra dirgli:

"Io raggiungerò la mia meta vera solo se faccio fluire in te la mia vita."

Gregorat

Quando essa diventerà in te, conoscenza, saggezza, forte attività di pensiero, e di amore, allora l'Go Essere universale sarà realizzato"

Primavera
2019

Prepo per saper accogliere questo dono del mondo spirituale. Per saper trasformare questa "scintilla divina" in saggezza, fiducia, costanza, generosità.

la natura sta sbocciando, rende visibile la sua rinascita a cui stiamo lavorando continuamente tutti gli esseri elementari.

23-29 marzo

51

*Nell'interiorità dell'essere umano
si riversa la ricchezza dei sensi,
Lo spirito dell'universo si ritrova
nell'immagine riflessa dell'occhio umano
che da lui deve ricreare a nuovo la propria forza.*

Il nostro occhio contempla le meraviglie della natura rifiorite e il nostro animo se ne nutre. Le accoglie con gratitudine e commozione, come un segno visibile dello Spirito dell'universo.

Anche il nostro spirito, il nostro animo analano a rifiorire, a ricrearsi di giorno in giorno con l'aiuto dello Spirito.

A ricreare ogni giorno la propria forza
(marzo 2014)

"Gli occhi sono lo specchio dell'anima" ma gli occhi sono anche lo specchio dell'Essere universale.

(marzo 2017)

30 marzo - 5 aprile

52

Quando dalle profondità dell'anima
lo Spirito si volge all'Essere Universale
e bellezza sgorga dalle ampiezze dello spazio,
allora, dalle lontananze celesti
la forza della vita si riversa nei corpi umani
ed unisce, agendo potentemente,
l'Essere dello spirito con l'Essere dell'uomo.

Primavera
2014

"Quando l'uomo vive un sentimento
di gratitudine, di stupore e meraviglia
di fronte al mistero della rinascita
del mondo vegetale che avviene ogni
anno in primavera, allora dalla
sua anima può nascere un dialogo,
uno scambio profondo col mistero
dello Spirito Universale. Allora anche
l'essere umano può accogliere nel
suo cuore il dono della **FORZA della
VITA** che gli giunge dalle lontananze celesti"

Primavera
2018

le parole di questo "ANNUNCIO" suscitano
gratitudine. Allevano il cuore!

Come in sintonia con la A la breccia
si aprono ad accogliere qualcosa di speciale
che arriva dal mondo spirituale.
Dalle profondità dell'anima mi posso
rivolvere verso l'Essere Universale che si
esprime con tanta bellezza in questa stagione
in cui tutto il mondo delle nature rinasce.
E posso accogliere la FORZA VITALE che
si riversa con forte dentro di me.

Primavera
2019

Anche Tiziano Terzani racconta che
quando contemplava la grandezza infinita
della natura - di fronte alle catene dell'Himalaya,
sentiva che lo Spirito Universale
e il sé spirituale dentro di lui, erano
uniti.

Primavera
2020

È stupendo questo reciproco monumento
che si intuisce dalle parole di Steiner:
l'anima umana che si apre all'Essere
Universale e la rinascita natura, come
dono dell'Essere universale, che si manifesta

all'anima umana con le sue infinite forme di bellezza. Un mutuo, fiducioso scambio. A cui si appiunge un DONO di FORZA VITALE, che l'Etere Spirituale invia all'uomo, potentemente.

Quest'anno nella emergenza mondiale che stiamo vivendo, il mondo ha immenso bisogno di questa forza vitale.

E ognuno ne può vedere già molti segni anche solo nella piccola parte del mondo che conosce e si vive.

Primavera
2017

7-13 aprile



Quando dalle ampiezze universali
il sole parla al senso dell'uomo
e la gioia, dalle profondità dell'anima
si unisce alla luce nel guardare,
allora, dall'involucro dell'egoità

Yensole si traggono pensieri nelle lontananze spaziali
che ottusamente uniscono
l'essenza dell'uomo all'essere dello spirito.

Continua gradualmente - per tutte le terre,
per il mondo vegetale, per gli eteri elementari
il MOVIMENTO di ESPANSIONE verso le
ampiezze cosmiche, iniziato da poche settimane
all'inizio della Primavera.

Anche l'anima dell'uomo partecipa a
questo movimento e sente la GIOIA della
Luce e della rinascita, intorno a sé.

* I pensieri tenuti entro il proprio sé nel
periodo autunnale-invernale, ora si
aprono all'esterno, all'Etere Spirituale
universale. Ne feriscono in saldezza,

diventano più ottusi

Primavera
2018

La ^{52^a} settimana e la ^{1^a} settimana
(^{le} successive) sono strettamente legate
perché parlano dell'UNIONE fra
l'Etere Universale e l'Essere dell'uomo.
Con la differenza che nella ^{52^a}
la FORZA VITALE scende dall'Etere
universale all'anima umana,
mentre nella ^{1^a} settimana dalle
epistole umane si innalzano
pensieri verso le ampere dello spazio
e stabiliscono una unione dell'anima
umana con lo Spirito.

Primavera
2020

C'è un mutuo scambio fra i doni
che la natura ^(all'uomo e al mondo) offre
attraverso la rinascita primaverile,
e la gioia e la meraviglia che
l'anima umana può provare nell'oscu-
rità.
E c'è un fornibile misterioso incontro

fra i pensieri pieni di gratitudine che
partono dall'anima umana e
la misteriosa presenza dell'Etere
dello Spirito, a cui ^{i pensieri} si rivolgono,
anche se ottusamente.

14-20 aprile

^{12^a}

Nell'esteriorità dell'universo sensibile
la potenza del pensiero perde il suo proprio essere.
I mondi spirituali ritrovano
il germoglio umano
che ha in essi il suo germe
ma deve trovare in se stesso
il suo frutto dell'anima.

Primavera
2018

Si intensifica il grande movimento di
ESPANSIONE sia nella natura rifiorente,
favorito dal lavoro degli eteri e degli
energi elementari che si muovono verso
il Sole e il Cosmo, sia nell'anima
umana che a sua volta è attirata
verso le altezze cosmiche.
"Questo viaggio cosmico dell'anima - dice
Gregorat - si può leggerlo come un

ritorno a casa, un riprendere contatto
con il proprio originario fondamento
divino.

Ma in questo processo, il pensiero umano
perde consistenza e chiarezza, e diventa
sovrano.

Primavera
2020 Quando al colmo dell'estate
l'anima riceverà dall' Etere Universale
il perme divino, avrà poi il compito di
farlo crescere e fruttificare dentro di sé
fino alla nascita del Bambino dello
Spirito, al colmo dell' Inverno

21-27 aprile 3^a

*Il sé in crescita dell'uomo
dimentico di se stesso
e memore del suo stato originario
parla all'universo:
«in te, liberandomi
dalle catene della mia egoità
fondo il mio vero essere.*

Primavera
2017 Essere consapevoli del mistero in cui si
è avvolti, sentirsi parte di questo immenso
mistero. Fondersi col principio divino
originario dell' Etere Universale.

Montale lo esprime così:

"Tu mi hai detto, primo,
che il piccolo fermento del mio cuore
non era che un momento del tuo,
che mi era in fondo la tua legge rischiara
esser vasto e diverso
e insieme fisso
e sovrarmi così d'oggi l'ordure
come tu fai, che sbatti sulle sponde
tra sugheri, alghe, asterie

Le inutili macerie del tuo abisso
 da "Antico sono ubriacato ..."
 in OSSIDI SEPTIA

Primavera
2018

Prepo così: in Te, Signore, Dio,
 Essere Universale, Cristo, si fonda
 l'origine divina del mio essere.

In questa fase dell'anno io posso
 vivere un momento di espansione
 per incontrare il mio GERME spirituale
 nelle alture cosmiche. E posso sentirmi
 partecipe del movimento di crescita
 di tutta la natura ^{che avviene con} l'aiuto
 degli esseri elementari.

Ma l'incontro può avvenire solo se
 non rimango chiuso nella mia
 EGOITÀ. Solo se mi apro al mistero
 se mi dispongo ad "accogliere".

Solo se quotidianamente mi apro
 all'altro, alle persone del mio destino
 a quello che sta succedendo nel

Primavera
2020

mondo, almeno come presa di coscienza,
 partecipazione col pensiero e col cuore,
 come forte speranza.

Primavera
2019

Da un lato è fondamentale, per l'essere
 umano, la conquista dell'Io autonomo,
 individuale, nel suo cammino evolutivo.
 E il Cristo è venuto nel mondo per dare
 forza a questo ^{di individuazione} processo dell'essere umano.

Dall'altro, l'essere umano può
 principio di uno del suo essere e può
 collegarsi consciamente con l'Essere
 Universale, solo se è in grado di
 uscire dallo stretto cerchio della sua
 EGOITÀ, dallo stretto ambito del suo
 Io personale, da un episodio anolubante
 per aprirsi al mistero e al rapporto col
 mondo spirituale.

Può "lavorare" per attenuare il proprio ego
 e avvicinarsi al proprio Sé spirituale.

Questa ricerca mi ricorda il percorso
 spirituale di Tiziano Terzani.

28 aprile - 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 vuole donare al pensare in chiarezza
calore
e unire fortemente
l'uomo e il mondo.*

Primavera
2017

L'essere umano partecipa col sentimento al movimento di ESPANSIONE di tutta la natura verso il cosmo, nel risveglio primaverile e fino al colmo dell'estate.

Primavera
2018

Questo è il periodo dell'anno in cui è questo che l'anima vive al massimo il movimento di espirazione verso il cosmo, verso il Sole, verso l'Essere Universale per ritrovare il sé spirituale cosmico. Partecipando al movimento di tutta la natura, degli esseri elementari e degli eteri.

Come ogni anno io sento molta gratitudine e gioia nell'onorare il rifiorire delle piante. Ho sentito anche difficoltà a reggere la luce e il calore forte di queste due stagioni primaverile/estate.

Primavera
2019

È il periodo dell'anno in cui l'anima si unisce al mondo esterno e ai suoi processi, col sentimento, col calore del cuore, col pensiero illuminato dalla luce.

L'anima vive un progressivo aprirsi al cosmo, al Sole, alla luce, nel suo cammino verso l'Essere spirituale cosmico, che la feconderà, al culmine del Solstizio estivo, con il dono del GERME spirituale.

5-11 maggio



Nella luce che dalle profondità dello spirito feconda, tessendo nello spazio, si manifesta il creare degli dèi: in essa l'essere dell'anima appare ampliato ad essere cosmico e risorto dalla potenza interiore dell'angusta interiorità.

La LUCE nasce dalle profondità dello Spirito - ci annuncia questo mondo di Steiner. Per fecondare lo spazio con la sua forza, vita, energia. In questo si manifesta l'operare del DIVINO.

La LUCE esercita una forza potente sull'anima, coinvolge l'anima con il suo carattere espansivo e dilatante. La permea, tessendo nello spazio, e la rende simile a sé stessa. ^(luce) Dilata l'anima. L'essenza dell'anima, in questa fase dell'anno, vive nelle vastità

della luce e può sperimentare una RINASCITA, dalla limitatezza del proprio sé ordinario, entro il quale era stata chiusa nella stagione invernale ^(all'aprirsi) al SÉ UNIVERSALE.

Nelle "stauze" delle settimane invernali Steiner parla della LUCE come un dono che dall'alto viene a illuminare il buio dell'inverno e l'anima, raccolta nella sua interiorità, lo fa crescere e lo custodisce come un dono prezioso. LUCE nelle TENEBRE LUCE nell'interiorità dell'anima

Nelle "stauze" di primavera/estate invece la LUCE è il tessuto entro il quale la natura cresce e si espande con la collaborazione degli esseri elementari. La LUCE è forte, vita, energia, invade tutti gli spazi esterni e contapica anche l'anima dell'uomo che si apre gradualmente all'Essere Universale e si espande verso le altezze del Cosmo.

Anche nel MISTICISMO ebraico la luce è annunciata come una EMANAZIONE divina.

Ci sono moltissime LUCI nei testi dei mistici ebraici. Potok ne parla nel suo "IL LIBRO delle LUCI"

12-18 maggio  16^{ag}

Il mio sé è risorto dalla singolarità
e si trova come manifestazione del mondo
nelle forze del tempo e dello spazio;
il mondo mi mostra ovunque -
- quale archetipo divino -
la verità della mia propria immagine.

Primavera
2018

C'è una misteriosa corrispondenza
fra l'essere umano e il mondo esterno
della natura, e il cosmo.

"Dio creò l'uomo a sua immagine
e somiglianza" dice la Bibbia nella
Genesi.

Spesso ho l'impressione di trovarmi
davanti a realtà straordinarie,
sia nella natura, sia osservando
come è costituito l'essere umano.
Allora mi sento un aquilone di

sabbia in una immensa distesa, o una
goccia in un oceano. Questo suscita
in me mistero, gratitudine ma
anche sgomento, venerazione.

Primavera
2020

Montale lo esprime così:

"TU MI HAI DETTO, PRIMO
CHE IL PICCOLO FERMENTO DEL MIO CUORE
NON ERA CHE UN MOMENTO DEL TUO ..."

la Fialina lo esprime così:

"Spunta qua e là tra i sassi della strada
qualche ciuffetto d'erba e qualche stelo
si brilla su una goccia di rugiada
e quella goccia si riflette in cielo

Se guardi bene le piccole cose
tra le grandi le meraviglie"

Lina Schwarz

da "Fucina e poi basta"

66 TIZIANO TERZANI lo esprime così :

"L'altra grande esperienza del mio stare lassù era la natura. Capivo perché certi popoli non abbiano avuto bisogno di scritture sacre, di messaggi portati da qualcuno venuto da un qualche aldilà. Quello davanti ai loro occhi, aperto a tutti, era il Libro sacro da leggere. Tutti i messaggi erano lì. C'è qualcosa di intimamente sacro nella natura in cui l'uomo non ha ancora messo le mani per sfruttarla e piegarla ai suoi fini.".....Lo stesso vento che carezzava me, piegava i fili d'erba ai miei piedi, spingeva le nuvole nel cielo, e la vita che sentivo tutt'attorno nelle piante, nei fiori, negli animali, era la stessa che scorreva nelle mie vene.

La natura aiuta a espandere la coscienza e la mia sembrava improvvisamente capace di percepire la totalità.

.....Ero solo, ma dovunque posassi lo sguardo c'erano decine, centinaia, infinite altre esistenze. Dovunque c'era vita, in varie forme, in vari stadi: vita in continua creazione.

"I colori, le forme, le venature delle foglie sembravano non avere fine così come la varietà dei fili d'erba e dei fiori, a volte minuscoli. Il piccolo e il grande. Un arbusto e l'intera catena dell'Himalaya erano espressioni della stessa bellezza, parte dello stesso inesauribile spettacolo"

"Una mattina, su quel crinale mi ha colpito un maggiolino. Mi sentivo quel maggiolino. L'ho seguito, camminava avanti e indietro e poi è arrivato in cima al filo dell'erba e ha aperto le sue piccole ali vellutate, trasparenti, ed è schizzato via verso l'infinito. Ed ecco, lì davvero, Folco, credimi, ho sentito che la mia vita era parte di questo.

E poi fai un piccolo salto e senti che tu sei il vento, che tu sei il maggiolino. Che questo corpo insomma..... e con questo modo di sentire vivi, vivi bene, ti prepari. Non mi interessava più questo cancro. Allora, schiacciato da una cosa, mi restava tutto quello che c'era intorno, questi alberi da secoli sotto le intemperie, e io seduto ai loro piedi. Era come se la loro linfa, il mio sangue, il mio respiro, fossero tutti la stessa cosa e io fossi parte di quella....

.....Sono arrivato al di là della materialità. Ho potuto sentire un senso più grande, che era legato al tutto, e che è la mia grande consolazione di ora.20

"....Chi regge tutto? Chi tiene assieme tutto? Basta che cambi di qualche grado la temperatura e si sciolgono i ghiacciai e finisce tutto. Ma per ora tutto tiene. Chi fa cantare gli uccellini? C'è questo essere cosmico e se per un attimo hai la folgorazione di appartenergli, dopo non hai più bisogno di altro. È da lì che cominciamo."

da "Il libro del giorno di gioia"

da "La fine è il mio inizio"

19-25 maggio



Il mio sé minaccia di sfuggirmi
potentemente attratto dalla luce cosmica.
Ora entra tu, mio presentire, INTUIZIONE *
fortemente nei tuoi diritti, ?
supplisci in me la potenza del pensare
che vuol perdere se stessa si svaia
nella parvenza dei sensi.
illusione

Primavera
2017

*L'intuizione - il quinto presapio - prende il suo posto dietro di me per supplire all'affievolirsi del pensare
Io non sento spontaneamente questa attrazione verso la luce cosmica, non sento il pericolo luciferico verso il fascino dell'estate.

Sono grata dei lunghi crepuscoli in cui c'è quella dolce luce - non più abbagliante e eccitante come nelle ore più calde - fino a tardi la sera. Ma un pieno giorno sento il contrario del fascino, sento il bisogno di difendermi dalla luce troppo forte, dal sole, dal grande caldo.
Cerco rifugio, trovo rifugio nei

giorzi di nuvole. sento il bisogno di proteggermi.

Quello però di cui parlo Skinner in questa "stanza" è l'incontro del mio sé con l'Essere Universale cosmico, con il germe divino originario che "riposa nelle più alte regioni dello spirito". Verso le quali tutta la natura e gli esseri viventi sono diretti, nel grande movimento di ESPANSIONE che accomuna tutti, in questa parte dell'anno.

Perché è questa l'epoca dell'anno (ritorno al solstizio d'estate) in cui può avvenire, sempre di nuovo, anno dopo anno finché si è sulla terra, appunto l'INCONTRO fra il proprio sé individuale e il Sé universale. E da questo incontro nasce in noi il germe del bambino dello spirito, inizia una gestazione interiore che troverà compimento al colmo dell'inverno.

Primavera
2020

Quest'anno riporto le parole di commento di GREGORAT a questa "stanza":

Qui si può avere una risposta alla domanda dubbiosa. Ora veramente si può sentire la minaccia luciferica che la luce cosmica esercita sul sé, attratto da essa con grande potenza. E per questa e nelle due settimane successive tale attrazione agirà sull'anima. La prima cosa di cui ci si può rendere conto è la perdita della facoltà di avere chiari pensieri. Lo stordimento - ma anche la bellezza del sogno a cui si va incontro - minaccia di rendere ottusa l'anima: di renderla un arto della natura e dissolverla nella beatitudine della luce cosmica. Questo si può sperimentare quale «essere naturale». Questo possono sperimentare i corpi fisico ed eterico.

È possibile uscire dal dubbio e dallo stordimento in due modi:

a) - sviluppare il sentimento che presto si potrà cogliere la forza del germe divino originario - o del proprio Io reale - che riposa nelle più alte regioni dello spirito, verso le quali si è diretti. In questo sta il presagire al quale ci si può rivolgere ed ancorare per non perdersi e, prima di tutto, perdere la forza del pensare. Questa occorre sommamente nella veniente stagione estiva - la più difficile e pericolosa delle stagioni in senso spirituale - per la doppia minaccia a cui si è esposti. Il presagire la vicina unione al sé reale, anche se inconscia, deve sostituire la chiara facoltà pensante: un fiducioso abbandono dunque.

b) - operare nel senso esposto all'inizio, creando, sull'onda della corrente opposta, la controcorrente di un'attiva vita interiore dell'Io e del corpo astrale, i quali non seguono il dissolversi in luce della forza vitale della natura, ma l'interiorizzarsi dello spirito.

Pur nel dissolversi dell'essere eterico (e il pensare è facoltà eterica) si può, per sola forza interiore, creare il senso della pienezza, chiarezza e consapevolezza del proprio sé. È necessario spostare di piano l'attività pensante rendendola alla sua vera matrice che è astrale, riconquistando così la saldezza interiore e vivendo, con l'altra parte di se stesso, il senso prorompente della vita naturale ed il dissolversi delle forze e degli esseri nel volo cosmico. È possibile ora anche cogliere il senso di questo volo che guida alla patria originaria, onde avere un breve contatto, quasi un alito, del sé reale che riposa nello Spirito.

Claudio Gregorat

Primavera
2020

^{il matra}
Provo a tradurre con le mie parole:

Le mio se' minaccia di sfuggirmi
per di è atterrito dalla luce cosmica.
Allora desidero che
il presapio dell' ^{estivo} ucontio, col e 'Emas'
Univisionale, prenda fortemente il suo
posto dentro di me, oia forte
in: me, e nona suffire
all'affievolirsi delle potenze del
pensare, che rischia di svanire
nell'illusione dei sensi.

26 maggio 1 giugno



Cresce la potenza dei sensi
in unione col creare degli dèi;
essa mi comprime la forza del pensare
ad ottusità di sogno.
Quando l'essere divino
vuole unirsi alla mia anima,
il pensare umano deve
modestamente ridursi a esistenza di sogno.

Primavera
2020
a voi

Spero le intuizioni, le ispirazioni
che ci aiutano a vivere, arrivano
all'indietro i colori, una musica,
il suono dei versi di una poesia amata,
oppure mentre camminiamo e in-
oniamo gli alberi, ^{uomini dal vento} o ascoltiamo
i canti degli uccelli che in primavera
sono particolarmente vivaci.

Con il divino si unisce alla mia
anima e io lo accolgo con ^{gratitudine}
e con ^{senza} fiducia anche se il pensiero in
questa stagione è più sognante che desto.

2-8 giugno



Dimenticando il mio volere particolare
il calore cosmico annunziando l'estate,
mi ricolma l'essere dello spirito e dell'anima;
di perdersi nella luce
mi impone la visione spirituale,
ed un presagio mi annuncia con forza:
perditi per ritrovarti.

Primavera
2018

PERDERSI per RITROVARSI
in che senso?

Mi sembra che per me perdersi nella
luce, possa significare
affidarsi al mistero, alle fonte
divine del mio essere, al Cristo.

Abbandonarsi con fiducia, anche
grazie alla cosa percolata
rappresentata attraverso gli annunci
spirituali di Steiner, che lavorano
dentro di me e che accolgo con
infinita gratitudine.
Come in eventuale terapeutico

quando si fa la grande A, ci si
dispone ad accogliere dall'Essere
Universale la luce, il dono, il mistero.

Primavera
2019

Riporto le parole di commento di Gregoriet:

Ormai è persa la propria precisa ma limitata particolarità! la forza del
sole viene incontro nella luce e nel calore. In questo preciso momento -
soprattutto il calore che compenetra l'universo per ogni dove - riempie di
sé tutto l'essere animico-spirituale, qui nelle altezze cosmiche. Come d'al-
tra parte, inonda e riscalda la terra e la natura. Vicino al colmo del solsti-
zio - massima lontananza del Sole dalla Terra, ma anche sua massima
potenza - si deve perdere il sé abituale se ci si vuole unire all'Essere divino
che si era già annunciato.

La visione spirituale di tutto questo dice, sollecita e comanda di abbandonarsi alla luce con fiducia. Con fiducia, altrimenti le potenze seduttrici che operano in essa, potrebbero tentare l'anima la quale rimane senza punto di riferimento e di appoggio.

Questi possono venire solo dall'interiorità, dal sentimento, il quale parla, sollecita, consiglia, suggerisce nel suo presentire veggente e cosciente: «Se vuoi qui trovare te stesso, devi perderti fiducioso nel calore cosmico. Dietro il calore, dietro la luce vi sono le azioni delle potenze universali. Affidati a loro, così che le altre potenze, quelle seduttrici, non abbiano presa sul tuo essere».

Così ci si affida, in abbandono remissivo, alle potenze della luce spirituale, mentre al contempo, le altre potenze luciferiche della luce, percepibili fisicamente, tentano la loro opera di dissolvimento, di smarrimento, per non consentire di ritrovarsi nell'Essere universale.

Non si può qui non ricordare le parole del Vangelo: «Chi avrà trovato la sua vita, la perderà; e chi avrà perduto la sua vita per causa mia, la troverà».

9-15 giugno

10^a

L'essere splendente del sole
si solleva ad altezze estive;
esso porta con sé nelle sue ampiezze spaziali
il mio sentire umano.

Presago si agita nell'interiorità
un sentimento, annunciandomi ottusamente:
«un giorno riconoscerai:
ora ti ha percepito un essere divino.»

Primavera
2018

L'Essere Universale che attira
l'anima umana fino alle sue
altezze, e che ha già parlato
supponendo di PERDERSI per RITROVARSI
ora dice ancora:

"Un giorno, quando i tuoi sensi
spirituali saranno aperti, potrai
sapere e riconoscere e sperimentare
che Io, Essere Universale, ti ho
sentito e percepito". (Gregorat)

Questo mantra mi fa pensare a Tertulliano
quando ha vissuto il periodo di
eremitaggio e meditazione

a Bisuan, nell'Himalaya, vicino al
vecchio eremita indiano, Vivek.

Il vecchio si metteva in contatto con l'Essere
divino universale, meditando di notte
di fronte alla luce di una candela.

Mi piace molto pensare che l'uomo in
tutte le epoche e in tutto il pianeta
a oriente e a occidente ha dedicato del tempo
a una ricerca spirituale, arrivando
alle stesse mete, alle stesse intuizioni.

Primavera
2020

Le parole di questi mantra estivi, mi
dicono qualcosa di cui io non ho
ancora assolutamente coscienza.

Potono solo augurarsi con fiducia
per provare ad avvicinarsi al mistero
che contengono. L'annuncio è: che
in questo periodo dell'anno - intorno
al Solstizio d'estate - il mio
"sentire" viene sollevato verso le
altezze cosmiche per incontrare
l'Essere universale e lasciarsi
da lui fecondare.

Maria Lupele P.S.

PERIODO ESTIVO
stanze dalla 11 alla 23 ^{da} metà giugno ^a metà settembre

16-23 giugno 11 SOLSTIZIO ESTATE

In quest'ora solare, sta a te riconoscere
il saggio annuncio:
abbandonato alla bellezza del mondo
e vivendo sentire in te:
l'io dell'uomo può perdersi
e ritrovarsi nell'io universale.

estate 2016

André in questo mantra, come nella
9ª settimana, Steiner offre l'annuncio
del PERdersi - cioè donare il proprio
io inferiore - per RITROVARSI nell'io
superiore, presso l'Emere Universale.

estate 2018

In queste settimane intorno al
Solstizio d'Estate può accadere
qualcosa di molto importante
che dà senso a tutto il resto dell'anno

17sett 2020

Se si riesce ad abbandonarsi con fiducia perdendo sé stessi nell'Uno universale si può accogliere in sé un germe spirituale, nell'incontro con l'Enere universale.

È l'inizio di una gestazione interiore che nel colmo dell'inverno si manifesterà in tutta la sua completezza come una illuminazione nell'anima. Sarà la nascita del Bambino dello Spirito - così si esprime Gregorat.

Tra tutto questo può realizzarsi in misure più o meno forte, solo se disponiamo il nostro animo ad accogliere il DONO, i vuoti momenti di silenzio e di attesa, solo se gradualmente familiarizziamo con questo annuncio che stiamo offrendo e desideriamo sintonizzarci col mistero di questo incontro con l'Enere universale

ESTATE
2020

Perdersi per ritrovarsi.

Il Vangelo dice la stessa cosa: "Chi perde la propria vita per me e per il mondo, la ritroverà centuplicata"
OPPURE: "Se il seme non muore, non porterà frutto"

Abbandonarsi con fiducia per accogliere dentro di sé un germe spirituale dall'Enere Universale.

Questo annuncio mi fa pensare a l'animio fiducioso con cui si può affrontare anche il passaggio della soglia: perdersi - rispetto alle vite terrene affere finite - per ritrovarsi - nel mondo oltre la soglia della morte.

24-29 giugno

12^a

*La bellezza splendente dei mondi
mi costringe a liberare, dalle profondità dell'anima,
le forze divine della mia propria vita
per il volo cosmico;
ad abbandonare me stesso
ricercandomi fiducioso
nella luce e nel calore del mondo.*

Estate 2016

Il Volo cosmico che ogni anno -
nel colmo dell'estate - la mia anima
è invitata a intraprendere...
un "perdersi" con la fiducia
di "ritrovarsi" nel mondo
spirituale.

Quasi un presagio del volo cosmico
più lungo che la mia anima
compierà al varco oltre le
soglie della morte per iniziare
il viaggio ultraterreno

4

Estate 2018

Penso alle lettere D in eutimia
terapeutica, che esprime le parole:
"LUCE e CALORE scendono su di me"
e penso
alle lettere A (la grande A) in
eutimia Terapeutica, che esprime
il messaggio:
"mi apro con fiducia per ricevere
dal cosmo il calore e i doni cosmici,
li accollo con gratitudine e con
venerazione

Estate 2019

Perdersi per trovarsi nell' "Io universale"
(la 1^a settimana)
Abbandonare me stesso per cercarmi
fiducioso nella LUCE e nel CALORE
del mondo (la 12^a settimana, questa)

Da un lato: un lavoro di RINUNCIA
dai desideri più personali che
stanno nel profondo della propria
anima. Con la FIDUCIA che

5

sia quello che avviene, sia quello che NON avviene, ha sempre un senso, da scoprire...

dall'altro: sentirsi uniti e partecipare di quello che sta avvenendo nella Terra e nel cosmo in questo periodo dell'anno. Il volo cosmico iniziato dagli ETERI della LUCE e del CALORE che illuminano, sostengono, accompagnano schiere di Esseri elementari, nel loro lavoro.

Estate 2020 Per capire il valore della LUCE e del CALORE mi aiuta pensare al loro contrario, alle loro polarità:

Luce ————— Tenebra buio
oscurità, mancanza
di chiarezza

CALORE ————— freddo glaciale
solitudine

6

30 giugno - 6 luglio

13^a

Ed io sono nelle altezze dei sensi:
così fiammeggia nelle profondità della mia anima
dai mondi di fuoco dello spirito
la parola di verità degli dèi:
cerca presagendo nelle profondità dello Spirito
di trovarti affine ad Esso.

Estate 2019 Ingiurare a distinguere fra le tentazioni degli spiriti luciferici della bellezza fasciosa dell'estate e lo Spirito dell'Essere Universale, quello nel quale si può "RITROVARSI" quando si è in grado di "PERDERSI"

Estate 2020 Cercare di essere in consonanza con lo Spirito divino, e non lasciarsi ammaliare dagli spiriti della bellezza luciferici.

Cercare di "trovarsi affini allo Spirito"

7

In quali sue caratteristiche?

Penso all'esperienza del SACRIFICIO e del DONO di sé, che sono stati gli impulsi essenziali che hanno animato gli Esseri Spirituali delle Gerarchie (Troni, Cherubini) all'inizio dell'evoluzione del mondo, come Steiner ci dice.⁽¹⁾

L'esperienza del sacrificio come dono di sé. Sacrificare è nostro essere, offrire il meglio che abbiamo, per il mondo, per l'"altro".

con tutte le accezioni possibili:

un medico verso i suoi pazienti

un infermiere verso i malati

un analista verso i suoi pazienti

un maestro per i suoi allievi

un attore per gli spettatori

un musicista per musica "

(1) Steiner "Evoluzione secondo verità"
I^a e II^a conferenza

uno scrittore per rapproppere l'anima dei lettori

un artista per rappresentare qualcosa dei misteri della vita umana

una mamma per accompagnare la crescita e la formazione dei figli

e infiniti altri esempi.....

7-13 luglio

14^a

Abbandonato alla rivelazione dei sensi
ho perduto l'impulso del mio proprio essere,
il sogno del pensiero sembrava
stordendomi, rapirmi il sé,
ma già si avvicina a me, risvegliatore,
il pensare universale nella parvenza dei sensi.

Estati 2016
2018-2020

² A questo punto l'essere particolare
non ha più alcuna consistenza,
poiché il pensare disciolto nella
luce l'ha come attratto, stordito,
non essendo ancora in grado di
resistere alle forze della luce
universale e di mantenersi saldo,
quando l'anima vola a quelle
altezze.

Ho dal sogno, dalla dissolvenza
della coscienza di sé, dovuta
alla luce, alla bellezza, all'altex
za, ecco da da fuori, dall'altra

10

parte, proprio dalle manifestazioni sensi=
bili, ci viene incontro il **Pensare Univer=
sale** nel quale ci si è immersi abbandol
nati con fiducia. la sua forza è ris=
vegliatrice di una diversa coscienza,
ampliata rispetto a quella limitata
del sé terreno particolare. (questo è
il commento di Gregoriat).

14-20 luglio

15^a

Io sento come incantato
il tessere dello Spirito nella parvenza del mondo:
esso ha avvolto il mio essere particolare
nell'ottusità dei sensi
per donarmi la forza
che il mio sé nei suoi limiti
è impotente a dare a se stesso.

Estate
2018

Proprio ora, in questo culmine
dell'Estate ci si può abbandonare
completamente allo Spirito universale.
E si può cogliere il proprio sé spirituale

11

strettamente legato al sé universale.
Questo è il momento delle nascite
del Germe spirituale dentro di noi.
Questo è il dono dell'estate.

Estate
2019

"Le azioni più profonde dello spirito
su di sé, avvengono spesso in uno
stato di incoscienza e di ottusità."
(dice Gregoriat)

Estate
2020

Lo Spirito universale avvolge il
mio essere individuale (come in
eccezione nel gesto della B)
e può trasmettermi quella
FORZA, che è mio sé, nei suoi
limiti, non è in grado di dare
a me stesso.

21-27 luglio



*Di racchiudere nell'intimo il dono dello spirito
mi impone severamente il mio presagire,
affinché i doni divini maturando
fruttifichino nelle profondità dell'anima
recando frutti al sé.*

Estate 2018

Il dono dello Spirito - del Germe spirituale
che proviene dall'Io sono universale,
è ciò che l'anima riceve e può
accogliere in queste settimane nel colmo
dell'estate.

Accogliere il mistero di questo "DONO" e
custodirlo nell'animo per farlo
crescere e fruttificare

Estate
2019

Custodire il germe ricevuto, come
si custodisce una cosa preziosa. Ma
anche "nutrirlo" per farlo crescere e
maturare con che possa dare i suoi
frutti.

Quali frutti? Nuovi impulsi, nuova

Linfa vitale, nuove intuizioni nel proprio percorso di vita quotidiano.

28 luglio - 3 agosto



Parla la Parola Universale
che io, attraverso la porta dei sensi,
ho potuto portare nei fondamenti dell'anima:
colma le profondità del tuo spirito
con le mie ampiezze cosmiche
per trovare un giorno Me in te.

Estate 2016

Dice Gregorat: "Sull'onda della via del
ricentro alla terra, si può volere parlare
la Parola universale che si è potuta
incontrare e dalla quale si è stati
accolti, e che è possibile far discendere
verso i fondamenti delle proprie anima.
Per custodire il DONO ricevuto nel
colmo dell'estate"

Estate
2018

Accogliere lo Spirito nel proprio cuore.
Terzani lo cercava di notte quando
meditava davanti a una candela
accesa

14

Per me è un mettere il proprio cuore
"in ascolto". Vivere momenti di CALMA
interiore che illuminano poi tutti i
momenti delle giornate.

Estate
2019

lascia il tuo cuore aperto ad accogliere
il DONO dell'estate - anche se è per me
cosa di ancora molto "lontano".
Accogliere il GERME ricevuto nell'incontro
con l'Essere universale, Disporre il mio
animo a questo mistero.

Estate
2020

Vorrei rivedere le sequenze degli
ANNUNCI di queste ultime settimane,
dal solstizio d'estate in poi, per cercare
di comprendere un po' meglio il "percorso"
offerto da Steiner.

12^a settimana (24-29 giugno)

per compiere
il VOLO COSMICO

"abbandonare me stesso
ricercandomi fiducioso
nella luce e nel calore del mondo."

Perdersi per ritrovarsi. Nel senso di offrire

15

Le proprie attenzioni del cuore, il tempo,
le proprie disponibilità. Apparentemente
è una rinuncia alle libertà, in realtà
è una grande occasione di crescita. Trovare
le misure è una ricerca del tutto individuale.

13^a settimana (30 giugno 6 luglio)

È la Parole di verità
degli dei:

"Cerca, presagendo nella
profondità dello Spirito,
di trovarli AFFINE ad esso"

Il pericolo è di lasciarsi catturare dagli
Spiriti luciferici della bellezza del mondo
che minacciano di distogliere dal
cammino spirituale nella direzione giusta.

14^a settimana (7-13 luglio)

Si sta avvicinando
il Pensare universale

"Il sogno del pensiero
stordendomi (nella luce estiva)
sembrava rapirmi il (mio)
sé. Ma già si avvicina
l'esplicatore il Pensare uni-
versale"

È quel pensare, quello spirito universale
a cui ci si era abbandonati con fiducia
nel "volo cosmico".

15^a settimana (14-20 luglio)

Il TESSERE "Ha avvolto - nell'ottusità
dello Spirito dei sensi - il mio essere
particolare per DONARMI la
FORZA che il mio sé è incapace di
dare a sé stesso"

Questo è il dono dell'estate del Spirito
Universale offre ogni anno all'uomo che
si mette sulla strada dell'abbandonarsi
fiducioso a Lui. Il dono di una FORZA
che l'uomo non può darsi da sé stesso.

Questo mi fa pensare a una preghiera di Steiner:

"O Spirito di Dio riempimi
riempimi nella mia anima
alla mia anima DONA FORZA potente
forte potente anche al mio CUORE
al mio cuore che ti cerca"

16^a settimana (24-27 luglio)

Come porsi
di fronte al DONO

"occorre racchiuderlo
nell'intimità, affinché
maturando fruttifichi
nella profondità dell'anima"

Racchiudere il dono nell'intimità della propria
anima perché dia frutto pian piano.
Anche il seme delle piante all'inizio è
racchiuso nelle profondità della Terra per
sibuffarsi, crescere e dare i suoi frutti.
Anche la vita umana inizia con il seme
racchiuso nell'intimità del corpo materiale
per sibuffarsi fino al momento della nascita.

Ogni esperienza particolarmente preziosa
deve essere in qualche modo "racchiusa"
concentrata, per poter continuare a offrire
i suoi doni.

"Racchiusa" nel senso di meditata,
scritta, ripensata, approfondita,
celebrata interiormente.

18

4-10 agosto

18^a

Posso dilatare l'anima
affinché si congiunga
alla Parola germinale dell'universo (che ho) ricevuta?
Presagisco di dover trovare la forza
di plasmare degnamente la mia anima
perché si formi a veste dello Spirito.

ESTATE
2016

Continua il sentimento di voler custodire
il DONO divino. Il GERME spirituale
ricevuto nel colmo dell'ESTATE dall'Emere
Universale che ha parlato. Occorrerà
trovare la forza di ampliare e modi-
ficare la propria anima così da renderla
accogliente, in grado di accogliere
veramente la PAROLA dello Spirito.

Steiner parla di questo DONO dell'ESTATE:
l'anima umana può incontrare la
Parola dello Spirito durante il volo
cosmico che compie nel colmo dell'ESTATE.
Nel periodo in cui tutti gli emeri elemen-
tari vivono il momento di espansione
insieme allo spirito della Terra -

19

verso le altezze cosmiche.

Entra così nell'anima umana il Germe spirituale dell'Io sono, dell'Essere universale, che viene conservato nel profondo per potersi sviluppare (come l'embrione) fino alla nascita del "bimbo dello Spirito" al colmo dell'inverno, a Natale.

Questo DONO avviene senza che l'essere umano ne abbia coscienza.

Contemplo questi misteri. Questo è il primo anno che li ho un po' avvicinati attraverso le parole del Calendario dell'anima di Steiner.

Fino ad ora avevo avvicinato i misteri dell'Autunno e le feste di Michele, e dell'inverno con le feste del Natale. È tutto quello che è connesso con il grande movimento di ISPIRAZIONE della Terra, nelle due stagioni di autunno e inverno,

Estate
2018

Essere degni di accogliere il dono del Germe spirituale offerto dall'Essere universale.

Tenso all'atteggiamento interiore con cui faccio la grande A in esortativa: predisparmi ad accogliere un dono.

Estate
2019

Preparare il proprio cuore ad accogliere la Parola, il germe spirituale. L'ascolto, il desiderio di sapere accogliere è un primo passo...

Estate
2020

Prepararsi ad accogliere qualcosa di molto prezioso, ma anche misterioso. Mi fa pensare all'esperienza della maternità, quando si è coinvolti in un mistero che si sente infinitamente più grande di noi.

11-17 agosto

19^e

Di avvolgere col ricordo
misteriosamente, quanto ho ricevuto a nuovo,
sia l'ulteriore senso del mio anelare:
esso deve risvegliare, rinforzandosi,
le mie proprie forze nell'intimo
e divenendo, dare me a me stesso.

Estate 2016 L'atteggiamento d'anima di queste
ultime quattro settimane estive
rimane il medesimo: cercare di
custodire in sé il dono ricevuto.
Se quest'animo custodito e ben
curato esso risveglierà le FORZE
dell'anima che consentiranno
di RITROVARSI e di "dare me a
me stesso" con la maggior forza
possibile (Gregorin)

Estate 2018 Tutti gli annunci di queste
settimane estive parlano del
DONO che l'anima riceve
dall'incontro misterioso con

l'Essere universale: un GERME, una
SCINTILLA da custodire nel proprio
cuore per permetterle di crescere
al meglio, gradualmente fino alla
nascita del Bambino dello Spirito
nel cuore dell'inverno.

Per me accogliere il DONO, quest'anno,
corrisponde all'esperienza di
accorpermi e dare grande valore ai
tanti "segni" che incontro in questo
periodo estivo, ogni giorno osservando
le persone, o leggendo con studio
le stupende esperienze di Mario Lodi,
o le ricerche creative di Balducci,
o contemplando i paesaggi che
vediamo qui in montagna nelle
nostre gite. Con infinita
gratitudine.

**Estate
2019**

Il DONO ricevuto risveglierà -
dice Steiner - le forze dell'anima

e permetterà di "ritrovarsi" e di "centrarsi".

Andi' io lo desidero moltissimo in questo periodo. Quest' estate in cui ho nel cuore la sofferenza di persone care e vivo un certo senso di angoscia, di destabilizzazione o insicurezza.

Ritrovare quella FIDUCIA di fondo che in certi momenti sento più lontana....

Penso a quella pagina di Lalla Romano in cui racconta come lei ha ritrovato quella FIDUCIA, quando viveva accanto a suo marito che stava morendo.

RITROVARE FIDUCIA ... un Fondamento...

Come lo esprimono le persone che incontro nella mia ricerca:

Steiner "dare me a me stesso"

Lalla Romano "scendi in te stesso"

Rinaldo Kifflele "Angelo che sull'ultima mia veglia...
... fa che io ritrovi le virtú del canto..."

Montale "Ma nulla so riempire:
tu sciogli ancora i groppi interni
col tuo canto"

Montale "Come quella chiostra di rupi...
... tali i nostri animi arsi...
... si perdono nel sereno di una
certezza: la LUCE"

... ritrovare dentro di sé la scintilla,
la fiducia nel mistero, un fondamento,
una forza, un canto....

18-24 agosto

20^a

Così sento ora il mio essere
che, lontano dall'esistenza cosmica,
in sé estinguerebbe se stesso
ed edificando solo sul proprio fondamento
dovrebbe uccidere sé in se stesso. ..

Estate
2019

Sento l'aiuto dello Spirito Universale
senza l'aiuto e la presenza dello
Spirito dentro di sé, ma è possibile
ritrovare quella FIDUCIA e quel
FONDATEMENTO.

Adesso che l'anima si sta allontana-
reando dalle altre cosmoiche, sta
a noi cominciare a sviluppare il
DONO ricevuto. Altrimenti - senza
l'unione con l'Essere universale -
"si muore". Questa unione è
necessaria per l'anima. Deve occorre
tutta l'iniziativa personale per
rendere reale questa unione.

26

Estate
2020

Se il mio essere si sviluppa fondando
si solo su sé stesso, sulle proprie
forze, lontano dal nutrimento che
riceve dalle Parole dello Spirito,
dell'Io sono universale, non potrebbe
vivere a lungo, piano piano si
estinguerebbe e morirebbe.

Prendere coscienza che l'unione di
sé stessi con l'Essere cosmico è
fondamentale.

Questo mi sembra il senso dell'ANNUN-
CIO di questa settimana.

27

25-31 agosto

21^a

Io sento una potenza estranea
rafforzandosi donare me a me stesso.
Io sento maturare il germe
ed un presagio tessere luminoso
nell'intimo alla potenza dell'interiorità.

Estate 2018

Si può imparare a sentire interiormente il dono estivo della mesata spirituale annuale. Il dono del Germe ricevuto nell'incanto cosmico estivo con l'Essere univ = versale.

A Tutta prima questo dono lo si sente come qualcosa di estraneo, "lontano", entro la propria anima. Però ora è soltanto un seme. Un germe. Per ora è un motivo per rinforzare se stessi, perché sapendo la sua presenza si può presagire la futura mesata nel cuore dell'iberno, del Baubino dello Spirito.

28

1-7 settembre

22^a

La luce dalle lontanze cosmiche
continua a vivere vigorosamente nell'intimo:
diventa luce dell'anima
e risplende nelle profondità dello spirito
per liberare frutti
che nel corso del tempo fanno maturare
il sé dell'uomo dal Sé Universale.

Estate 2016

lasciar maturare il Germe dello Spirito ricevuto nell'estate, e accolto con un senso di mistero ma con fiducia. Così che attraverso il lavoro dell'Io sul mio corpo astrale, il germe dello Spirito possa cominciare a sfilare il Sé spirituale dentro la mia anima.

29

8-14 settembre

23^a

*Si ottunde autunnalmente
l'anelare incantato dei sensi;
nella manifestazione della luce si mischiano
cupi veli di nebbia.*

*Io stesso vedo nelle ampiezze spaziali
il sonno invernale dell'autunno.
L'estate mi ha donato se stessa.*

Estate 2016

Comincia a prepararsi il movimento di INSPIRAZIONE della Terra che accoglie nel suo grembo i semi, le foglie per il sonno invernale.

Il dono dell'estate mi permette di contemplare questo movimento con maggiore cosa per volta

Estate 2020 Riporto il commento di Gregorati a questa 23^a stanza.

Incontro all'autunno che si approssima, la spinta stimolatrice della vita, propria dell'estate, lentamente si modera, si mitiga. Ora la luce non fluisce libera e splendente, perché si mescola alle nebbie autunnali. L'etere chimico si ritira sempre più entro la terra; la superficie terrestre è ora maggiormente impegnata nella caduta dei semi, delle foglie; nella migrazione di certi animali e nella loro preparazione al sonno invernale. Il suo potere contraente, inizia a condensare il vapore acqueo contenuto nell'aria, addensandolo soprattutto verso le ore del mattino e della sera. La Terra inizia la sua ispirazione: inizia a raccogliersi in se stessa ed a ritirare entro il suo grembo tutti gli esseri dei quali è madre, per rinchiuderli nel suo meraviglioso e magico scrigno.

Ed ora, ancora librati nelle altezze spaziali, nelle ampiezze cosmiche, si può contemplare il veniente sonno autunnale della terra. Questo atto di consapevolezza dice essere un frutto dell'estate: questa ha avuto il potere di conferire la sua particolare forza, acquistata entro la luce ed il calore cosmici, del tutto coinvolti ed inebriati dall'azione degli spiriti entro gli eteri della luce e del calore.

Là, dove si annunzia l'autunno e l'inverno con nebbie, sonno e raccoglimento, come contrapposto si può sperimentare la forza dell'Essere Universale. Particolare interessante da osservare: questa strofa è l'unica che indirizza lo sguardo alla Terra e alle sue manifestazioni atmosferiche stagionali. Un piccolissimo cenno al sonno della natura, lo troviamo ancora una volta nella 25^a strofa. Questi sono i soli cenni alla Terra in tutto il *Calendario*. Questa constatazione rafforza ancor più, se vogliamo, il carattere conoscitivo straordinariamente intimo di tutto il poema; dove l'anima sperimenta soltanto se stessa e l'unione con l'Essere Universale nelle varie fasi, secondo le stagioni.

15-21 settembre

24^a

Creando continuamente se stesso
l'essere dell'anima si avvede di sé:
lo Spirito dell'universo procede oltre
vivificato a nuovo nella conoscenza di sé
e dalla tenebra dell'anima crea
il frutto di volontà del sentimento del sé.

Estate
2020

Questa è l'ultima "Tante"
del periodo estivo.

L'immagine del "creare continuamente
se stesso", sento che corrisponde a
quell'impulso - a volte più sponta-
neo, altre volte più voluto - con cui
ricomincia la giornata ogni mattina.
Con l'ausilio al vivere al meglio
possibile ogni esperienza della giornata,
con lucidità, questa verso se stessi.

Ripeto il commento di Gregorat a questa
24^aesima "Tante".

Quanto acquistato dall'estate, dà la possibilità di una maggiore autoco-
scienza in vista dell'autunno che sta per iniziare. Ma questo può avvenire
solo se l'essere dell'anima cerca di ricrearsi sempre a nuovo nella cono-
scenza di sé. Questo atteggiamento è di grande importanza non solo per
l'uomo, ma anche per lo Spirito universale. Esso può procedere, avanzare
nella sua evoluzione, grazie anche allo spirito dell'uomo: grazie alla sua
autoconoscenza.

Angelo Silesio^(*) dice a questo proposito: «Tanto importa a Dio di me,
quanto a me di Lui. Io lo aiuto a custodire il Suo essere, come Egli mi aiuta
a custodire il mio».

Ora lo Spirito universale agisce, a sua volta, ancora sull'uomo: illumina
il buio nel quale la sua anima vive di solito, e crea un forte senso di egoità,
un rafforzamento del sé in vista dell'inverno, del buio esteriore, nel quale
si deve lentamente calare, quale frutto della propria volontà.

Il richiamo alla volontà nel periodo dell'autunno e dell'inverno, nel
tempo stagionale dedicato a Michael e alla sua guida, nell'immagine del-
l'Arcangelo con spada e bilancia, è la connotazione necessaria per poter
affrontare il rientro alla terra.

Durante tutta l'estate, mentre l'anima era dilatata nelle vastità cosmi-
che, la Terra era rimasta sola, privata d'anima e di spirito, poiché questi
elementi appartenenti a tutti gli esseri d'anima e di spirito viventi in essa
l'avevano abbandonata per il volo cosmico. Rimasta sola è presto divenuta
preda dello Spirito illegittimo che l'abita - lo Spirito arimanicq - che l'ha
poi interamente pervasa delle sue forze di morte.

→ ||| Occorre tutta la forza di volontà possibile per poter operare la «resur-
rezione del mio spirito» sulla terra: spirito nato a nuovo nelle vastità uni-
versali del mondo.

Quel germe ora deve sorgere vigoroso - una nascita co-
smica prima, ed ora una resurrezione spirituale - per potersi immettere vi-
goroso, entro l'ambito della terra.

PERIODO AUTUNNALE

da metà settembre a metà dicembre

staure dalla 25^a alla 35^a

22-28 settembre



Equinozio di AUTUNNO

Ora posso appartenere a me stesso e luminoso spandere luce interiore nell'oscurità dello spazio e del tempo. L'essere naturale è spinto al sonno: le profondità dell'anima devono vegliare e vegliando portare ardori solari nei freddi flutti invernali.

Autunno 2016

La natura si prepara al sonno invernale (animali, in letargo - semi, nelle terra). Ma l'uomo, aiutato dallo spirito di Michele arcangelo deve VEGLIARE e non lasciarsi trascurare dal sonno della natura. La luce e il calore con cui si è stati in contatto nei mesi estivi, si possono portare nei freddi giorni invernali.

la coscienza deve rimanere
ben sveglia e far maturare
quel germe ricevuto dallo Spirito
universale al Solstizio d'estate,
perché nel cuore dell'inverno
possa nascere pienamente.

Autunno
2019

"Vegliare": Le profondità
dell'anima devono vegliare....

Trovo che questa fase dell'anno
si presta molto e favorisce
una maggiore concentrazione
e attenzione dell'anima.
Il mio Angelo mi aiuterà,
ogni giorno, a vivere con l'atten-
zione del cuore. A "vegliare".

È possibile vivere l'autunno
con animo attento e vigile.
Penso ad alcune frasi di

Steiner, stepende:
da: "La destino dell'uomo" 11^a conferenza

"Nell'imbrunire delle foglie, nell'affas-
sire delle piante, nel seccarsi dei semi,
occorre che l'uomo senta che nel
morire della natura, germoglia lo spirito.

L'uomo potrà salutare l'avvicinarsi
dell'autunno tanto festosamente
come a Pasqua saluta la primavera.

Come a Pasqua sente la deposizione,
la morte e la resurrezione del Cristo,
in autunno potrà sentire la
resurrezione dell'anima nel morire
della natura, per poi affrontare
giustamente la morte terrena."

Imparare a sentire e a vivere inte-
riormente un **CONTROMOVIMENTO**.

Come si fa in equilibrio con la
breccia, nel jano tripartito, si
immagina e si sente il contro mo-
vimento delle breccia in basso

fino al centro della Terra,
quando le breccie si muovono
in alto. Si sente la SFERA
in cui ci si muove, la si
immagina e essa VIVE in noi.

La stessa esperienza animica si
può cercare di viverla in questo
periodo dell'anno (autunno-inverno)

Nello sfiorire e affassire della
vegetazione si può vivere un movi-
mento interiore di risveglio e
crescita interiore.

Far crescere quel Germe spirituale
ricevuto in estate, VIGILANDO,
nei mesi autunnali, fino a
portarlo alla nascita del Bambino
dello Spirito, nel colmo dell'inverno

Questi sono gli annunci del Calendario
dell'anima che Steiner offre
ogni anno all'inizio del grande
movimento di INSPIRAZIONE della Terra.

29 settembre - 5 ottobre


 26^a

Natura, il tuo essere materno
io lo porto nel mio essere di volontà
e la potenza di fuoco della mia volontà
tempra gli impulsi del mio spirito
affinché generino il sentimento di sé
per portare me in me stesso.

ATMOSFERA
di
MICHELE

Autunno
2016

L'Equinozio di autunno in cui
si celebra la Festa di MICHELE.

Steiner:

Lavorare con la propria coscienza e con
il proprio anelito per far crescere in
sé l'iniziativa interiore, la forza
e il coraggio, vincendo la paura.
È la festa della forte VOLONTÀ
dell'iniziativa, della forza interiore

6-12 ottobre 27^a

Penetrare nelle profondità del mio essere
risveglia un anelito pieno di presagio
che io, contemplando me stesso,
mi ritrovi come dono solare dell'estate
che vive con calore quale germe nel sentimento dell'autunno
come impulso di forza della mia anima.

Autunno
2016

Con l'inizio dell'Autunno, la
natura sta vivendo il suo graduale
movimento di INSPIRAZIONE.

Anche la mia anima, dopo i mesi
estivi e il "dono" dell'estate, ricentra
in sé stessa.

Che io possa contemplare questo
processo di concentrazione, possa
sentire che il GERME ricevuto
viene avvolto e protetto dentro
la mia anima, e le dona la
FORZA necessaria per affrontare
i mesi autunnali e invernali.

Autunno
2019 Il dono solare, il germe ricevuto
nel colmo dell'estate, e custodito con
cura nelle successive settimane,
può sciogliersi gradualmente,
come impulso di forza e di calore
dell'anima, nel crescente avanzare
dell'autunno e dell'inverno.

13-19 ottobre 28^a

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 risolvano gli enigmi della vita
esaudendo molti desideri
ai quali ^{sola} la speranza già tarpava le ali.

Autunno
2016

Mi chiedo: la speranza in progetti
irrealistici può togliere le forze che
occorrono per dedicarsi a cose più
necessarie? Non so se è questo il
senso della frase enigmatica di
Steiner "esaudendo molti desideri ai
quali la speranza già tarpava le ali"

Mi chiedo: a che tipo di desideri allude Steiner? Per ora tengo in me questa domanda

Forse il significato delle frasi dei desideri e delle speranze può essere questo: se la speranza di progetti futuri non è accompagnata da una concreta energia, realismo, impegno, allora tarpa le ali, toglie forze.

Archiati mi sembra anni fa, in un suo convegno, aveva parlato dello stesso tema ^{che si rivela} coltivare nell'anima ^{proprietà} ^{che si rivela} ^{volontà} realtari, indebolisce la volontà, anziché rinforzarle.

Ma è anche vero che tutte le cose nuove nella storia e nella vita individuale contengono una parte di utopia, di spregiudicatezza, proprio per il fatto che sono nuove.

Tengo al Manifesto di Ventotene per l'UNIONE EUROPEA, penso al nuovo modo di far scuola di Mario Lodi, penso alle fondazioni delle prime scuole

Steineriana a Milano dopo la guerra, e infiniti altri esempi.

20-26 ottobre 29^a

Accendere con vigore a se stesso
la luce del pensare nell'interiorità,
interpretare il significato dell'esperienza
alla fonte di forza dello Spirito universale,
è ora per me eredità dell'estate
calma dell'autunno e speranza dell'inverno.

Autunno
2016

Gli enigmi e i problemi dell'esistenza si possono risolvere solo per mezzo di un pensare che sia all'altezza del compito. Occorre risvegliare un pensare che possa illuminare quegli enigmi. Questo è possibile attraverso un costante lavoro interiore. Ma è importante sapere con certezza che si può compiere tutto questo perché si è unita una unione con l'Essere universale e si è goduto dei suoi doni, nella magnificenza della LUCE e del CHORE

L'anima allora può vivere una
 attività colma di volontà in questo
 autunno, con una grande calma interiore
 che deriva dalle sue forze, ^{interiori}
 Si guardano i freddi invernali con una
 serena speranza di sperimentare una più
 profonda unione con lo spirito, che illumina
 nella vita e nel lavoro. Una sorta di Pentecoste
 attesa per il periodo del solstizio d'inverno
 quando l'anima verrà illuminata dallo
 Spirito che ha accolto in sé durante l'estate
 (il commento è di Gregoriat)

autunno
 2018

Quando si chiede al Signore di
 essere ILLUMINATI, si desidera
 accendere con vigore la LUCE del
 Pensare dentro la propria interiorità.
 Si desidera che il proprio pensare
 sia illuminato ogni giorno,
 per capire il senso delle cose
 che il destino ci porta incontro,
 soprattutto degli enigmi che
 incontriamo. Alla luce dello Spirito
 e con il suo aiuto.

autunno
 2020

D'estate l'anima ha avuto una
 unione con l'Essere cosmico nelle
 altezze cosmiche, nella luce e nel calore.
 Ora il frutto di questa "unione" di
 questa LUCE, può trasformarsi in luce
 interiore, in un pensare illuminato
 che si mette di fronte agli enigmi
 e ai problemi dell'esistenza con il
 desiderio di comprenderne il senso.
 Ogni essere umano ha i suoi enigmi,
 dei nodi difficili da affrontare,
 ma questo processo, questo accento a
 comprendere il senso per il proprio
 cammino evolutivo, può essere comune
 a ogni persona.
 Lo Spirito universale è una fonte di forza.

27 Ottobre - 2 novembre

30^a

I frutti maturi del pensare
germogliano nella luce solare dell'anima:
nella sicurezza dell'autocoscienza
si trasforma ogni sentire.

Posso sentire colmo di gioia

il risveglio spirituale dell'autunno: ~
l'inverno disterà in me l'estate dell'anima

Autunno
2015

In questo autunno Skiker sembra portare a compimento il processo del cammino interiore dell'anima. Un processo di risveglio, di luce di calore, che è inversamente proporzionale allo spegnersi della natura nei mesi dell'autunno e dell'inverno.

Autunno
2016

Il PENSARE è stato rafforzato, comincia a dare i suoi frutti. Può fiorire solo nella luce che vive nell'anima. In primavera/estate la luce feconda

Lo spazio, ora in autunno feconda l'interiorità.

Il Pensare è luce interiorizzata.

L'inverno sarà un'estate colma di luce interiore per l'anima.

INVERNO Esteriore nella natura

ESTATE interiore dell'anima

Per questo il mantra parla di GIOIA

Gioia per il risveglio spirituale dell'anima (**Gregorat**)

Autunno
2019

Mentre la natura si sta preparando al sonno invernale, nell'anima si può "lavorare" per un risveglio spirituale. Si può continuare a decidere ogni giorno che il proprio PENSARE si illumina e che il proprio SENTIRE si rinforza.

3-9 novembre

31a

La luce dalle profondità dello Spirito
tende solarmente verso l'esterno:
diventa forza di volontà per la vita
e riluce nell'ottusità dei sensi
per liberare forze
che fanno maturare, da impulsi dell'anima,
potenze creatrici entro l'opera umana.

Autunno
2014

Penso che questa scintilla, questa
luce interiore appena nata, abbia
bisogno di cura, di attenzione,
di essere tenuta viva perché possa
espandersi e trasformarsi in
"forze di volontà per la vita".

In queste settimane autunnali
vorrei acciuffare quotidianamente
questa "luce".

Penso a Ety Hillesum.

Penso alla luce straordinaria che
c'era a Sorì - Camogli - San Rocco -
Promontorio di Portofino il
week end scorso. L'ho ricevuta come
un immenso DONO.

Autunno
2015

L'immagine è quella della luce
interiore (quel bambino dello spirito
nato come germe in estate) che si
espande dall'anima verso l'esterno.
Nel risveglio spirituale dell'autunno
questo "germe" si manifesta come
"forze di volontà di vita" e permette
di operare con grande creatività
nel proprio lavoro.

Autunno
2016

La LUCE che si espande, che illumina
tutto lo spazio circostante e crea
calore.

Dei fa pensare al mantra "Io porto
in me la CALMA". Quella "calma"
è appunto come una luce ^{interiore} di cui
prendere coscienza. Un dono che
aspetta di essere riconosciuto
per potersi manifestare con più
forza.

Autunno
2018

Penso all'esercizio della mia

eventuale terapia quando faccio la D

Alla riva la breccia per raccogliere
luce e colore dal cosmo e la faccio
scendere lentamente dentro di
me, fino all'altare della vita.
Le mani aperte, parallele alle
vita, si appoggiano su un
piano "eterico", con la certezza che
esso non viene mai meno.

10-16 novembre  32^a

*Io sento la mia propria forza fruttificare
e consolidandosi donare me al mondo:
sento il mio proprio essere rafforzandosi
volgersi a chiarezza
nel tessere del destino della vita.*

Autunno
2016

Proprio adesso che la natura
esterna sta sfiorendo - le foglie

degli alberi danno un viatico
meraviglioso, coloraudosi di gialli,
rossi, arancioni stupendi, per poi
spegnersi e cadere dolcemente a
terra. La mia interiorità può
sentire crescere una forza che può
rappiungere progressivamente
chiarezza e solidità.

Il SALMO dice: "RESTA SALDO

prendi forza e coraggio
e aspetta il Signore"

Autunno
2019

Il fruttidello Spirito universale
accolto nella propria anima, possono
donare una SALDEZZA interiore e
una capacità di accogliere ogni giorno
quello che il destino ci porta incontro,
con FIDUCIA.

Penso alla mia amica Letizia, che ho
incontrato pochi giorni fa.
Stupendo per la sua saldezza
interiore nonostante le tante sfide
e difficoltà della sua vita.

17-23 novembre

33^a

Così solamente sento il mondo
che senza partecipazione della mia anima
potrebbe trovare in sé solo gelida, fredda vita,
e manifestandosi senza potenza

se non si ricrea ^(ricreandosi) a nuovo nelle anime
potrebbe trovare in sé solo la morte.

Autunno
2014

Le parole di questa "stampa"
accennano all'importanza, al
valore immenso del cammino
di autocoscienza dell'uomo.
Senza una scelta consapevole
dell'uomo, il mondo, il cosmo,
la natura, si esaurirebbero per
l'entropia. Solo l'uomo ha
questa immensa responsabilità.
Prepo perché ognuno partecipi
con la sua vita, con le sue possibilità
con le sue forze, là dove è desti-
no lo ha posto, a questo
processo di rinascita.

Autunno
2018

Questo mantra di Steiner mi fa
pensare alle frasi di Terzani - nel
suo libro "Un altro giro di giostra" - che si
esprime proprio anche su questo tema.
Sentire che si è UNO con tutta
la natura, con tutto l'universo.
Sentire che la vita nelle piante, negli
animali, nel mare, nell'aria... è
la stessa vita che scorre dentro di noi.
Sentire che siamo tutti collegati.
Sentire che ci riguarda.

Autunno
2019

Partecipare con la propria anima,
col proprio pensiero e sentimento
alla vita del mondo, della natura,
dell'universo, è fondamentale
perché queste realtà continuino a
vivere, rinnovandosi sempre.
Altrimenti muoiono. E occorre
scelte concrete: per il clima,
energie rinnovabili, ricostruzione
degli ecosistemi nel mare, salvare

gli animali depredati dall'uomo
 ecc., scelte giuste in agricoltura per
 salvaguardare la biodiversità,
 Ma "partecipare con la propria anima"
 è fondamentale anche per nutrire
 e tenere in vita i RAPPORTI URBANI.
 Altri menti si spengono e finiscono.
 Per me è l'unico ambito che ho
 coltivato in questa incarnazione...
 Gli altri campi non li ho colti-
 vati in prima linea, concretamente.
 Ma mi sono solo avvicinata a
 loro con una lenta, progressiva
 consapevolezza, senza mai
 "lavorarci" direttamente.

24-30 novembre

34^a

*Sentire vivificarsi nell'interiorità
 l'antico (dono) misteriosamente custodito
 con l'essere proprio risorto a nuovo:
 deve riversarsi nell'opera esteriore della mia vita
 risvegliando forze universali
 e divenendo, imprimere me stesso nell'esistenza.*

Autunno
2020

Il dono del gormo divino, accolto
 e custodito in questi mesi, dopo il
 solstizio, è come l'acqua viva
 di cui parla Gesù alle samaritane,
 nel Vangelo di Giovanni. Un'acqua
 che zampilla e disseta per sempre.
 Mi fa pensare anche alla scintilla
 divina di cui parla Potok in Danyl'shevo.
 È solo una scintilla... va alimentata
 e sollevata perché illumini, e
 si riversi nella vita di ogni giorno.

1-7 dicembre 35^a

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.

Autunno 2014 Mi chiedo: cosa intendeva Steiner
per "impulso dell'anima a creare"?

Direi: Ogni esperienza di CREATIVITÀ che
spesso si manifesta in condizioni difficili
durante la vita è un impulso dell'anima
a creare. Per gli esseri umani di tutti i
tempi, di tutti i paesi del mondo,
indipendentemente dalle condizioni
sociali e ambientali in cui vivono,
Penso a quei popoli della giungla
amazonica di cui parla Walter Bonatti
che sanno vivere in condizioni per noi
inimmaginabili. Penso alla nostra
famiglia durante gli anni della guerra,
solo con i tre bambini, miei fratelli.

Penso a molti grandi artisti che
hanno creato le loro opere d'arte in
condizioni di salute molto precarie
(Van Gogh, Schumann, Beethoven,
e tanti altri...)

È importante prendere coscienza che
ogni esperienza creativa di ogni essere
umano si inserisce nella creatività
cosmica complessiva. Collabora, porta
il suo contributo a creare la
realtà complessiva.