

Diario delle Notti Sante

*Proposta per un percorso di contemplazione
e annotazioni*

*su ciascuna delle Notti Sante
che portano all'anno 2022,
con riferimenti alle immagini delle stelle
nei cieli della mezzanotte.*



Alan Thewless

Traduzione in italiano e revisione
a cura dello Staff del
Centro Antroposofia di Torino
(dicembre 2021)



Il Centro FONDAZIONE PER L'ANTROPOSOFIA
Via degli Stampatori 18 – 10122 Torino
Tel.: +39 011533938 – Cell.: +39 3343048957
e-mail: info@ilcentroantroposofia.it
Sito internet: <https://ilcentroantroposofia.it/>

Diario delle Notti Sante

*Proposta per un percorso di contemplazione
e annotazioni
su ciascuna delle Notti Sante
che portano all'anno 2022,
con riferimenti alle immagini delle stelle
nei cieli della mezzanotte.*

*Lo duca e io per quel cammino ascoso
intrammo a ritornar nel chiaro mondo;
e senza cura aver d'alcun riposo,*

*salimmo sù, el primo e io secondo,
tanto ch'i' vidi de le cose belle
che porta 'l ciel, per un pertugio tondo.*

E quindi uscimmo a riveder le stelle.

Dante Alighieri - *Inferno* (Canto XXXIV)¹

¹ https://it.wikisource.org/wiki/Divina_Commedia/Inferno/Canto_XXXIV

Introduzione

'A te parlerò, mia anima prigioniera. Ricorda la tua casa.'

(da un inno partico)

Anche quest'anno, mentre ci accingiamo ad intraprendere un nuovo viaggio attraverso le Notti Sante, incominciamo ad avvertire, con l'animo dischiuso nell'attesa, la presenza dei nostri compagni spirituali, che in questo sacro periodo possiamo sentire particolarmente vicini. Accogliendo in noi l'atmosfera della Natività, e ospitando nei nostri cuori una culla per lo Spirito Bambino, riceviamo la grazia di sperimentare le sorgenti profonde di ciò che siamo e di quello che possiamo diventare. L'esperienza del dodecuplice Sole attraverso i giorni e le notti che si susseguono nutre questa culla per lo Spirito Bambino in noi; e pian piano, possiamo immaginare che questa culla diventi un calice, la coppa del Graal, che contiene il Sole cosmico e la vita stessa – la vita spirituale del Sole donata a tutta l'umanità e alla Terra. In questo tempo benedetto incominciamo così a intravedere un barlume della trama onnicompresa dall'Essere dell'Amore, che s'intesse fra il Cielo e la Terra, e fra l'Essere Umano e il Cosmo.

Entrando in queste Notti Sante non possiamo evitare di riflettere sulle eccezionali difficoltà e sfide vissute negli ultimi due anni. Certamente, l'evento principale che ha fatto presa sull'umanità, minacciando di occupare ogni pensiero e conversazione, è la pandemia globale, che ha dato avvio ad una *tempesta perfetta* di caos psico-sociale, con una scia di problemi che hanno investito praticamente ogni ambito della vita, sia interiore che esteriore. Durante questo periodo, e sostanzialmente sull'onda di questo grave evento, sono sorte anche altre urgenti questioni. Tra queste, includiamo: le crescenti divergenze e tensioni ideologiche sia all'interno che tra le nazioni; il caos e la confusione nell'interrelazione tra la vita economica, la vita dei diritti e la libera vita spirituale/educativa; il cambiamento climatico e una seria crisi di fiducia nella relazione tra scienza ed economia.

Tutte queste fonti di preoccupazione sono solo una parte delle tante, ulteriori questioni che ci troviamo a fronteggiare. Non sono nuove, ma si sono concentrate con grande intensità negli ultimi due anni. L'accumulo è stato tale da indurci una sensazione di spaesamento, sentiamo di aver perso il terreno sotto i piedi, e naturalmente cominciamo a chiederci: *"Cos'è che mi sostiene, ora? Qual è la strada da percorrere? Chi sono io?"* La possibilità che la vita possa tornare come prima diventa vaga, quando ci rendiamo conto che i problemi attuali, anche se ora più evidenti, esistono da molto tempo, e aspettavano soltanto di essere affrontati.

Se proviamo ad osservare i periodi di incertezza e di caos, ci accorgiamo che cadono sempre in concomitanza con periodi di necessario cambiamento. Nel presente non è certo facile liberarsi dal dolore causato dagli eventi, ma possiamo renderci conto che il caos tende sempre a generare nuovi inizi. In una retrospettiva biografica troveremmo con grande probabilità diversi casi, in cui momenti di caos hanno aperto nuovi capitoli della nostra vita. Nel mondo della natura, vediamo che nei casi d'impedimento o perdita della forma si creano principi che appartengono ad un nuovo ordine. Si nota in modo particolare nella nascita della farfalla: come dalla sostanza praticamente informe all'interno della crisalide si crei l'ambiente in cui la farfalla radiosa può formarsi, a partire dal suo archetipo cosmico – o nel seme, che insieme ad una nuova vita racchiude l'intimo sacrificio di una forma esistente, affinché un nuovo principio di vita possa sorgere.

Una difficoltà nasce, tuttavia, quando ci riferiamo ad un ambiente di incertezza sociale/culturale: perché qui è necessaria una grande attenzione, affinché il nuovo che avanza sia in sintonia con i sani principi umani. La capacità di discernimento diventa di fondamentale importanza per distinguere se ciò che emerge è consono all'integrità dell'essere umano, o piuttosto, una sua distorsione. In questo senso l'attuale soggiorno di Giove nelle stelle dell'Acquario evidenzia l'importanza della virtù acquariana del discernimento: coltivare questa virtù diventa, per ognuno di noi, un orientamento importante nei giorni a venire.

È difficile cogliere cosa si sta dispiegando spiritualmente nel caos dei nostri tempi, perché ci troviamo proprio nel bel mezzo di un processo di cambiamento, mentre lo stiamo sperimentando in pieno, mentre soffriamo per i suoi effetti e cerchiamo di conquistarci una prospettiva mediana. È importante per noi, in questo momento, guardare alle sfide più nascoste, alla radice delle cose, perché queste appartengono a pieno titolo alla nostra vita individuale e alla nostra individuale responsabilità. In questo senso, noi siamo gli avamposti del nuovo che nasce. La lotta per la Verità è forse la più importante di queste sfide (ne abbiamo già parlato più volte nei nostri Diari), per via della sua intima connessione con i grandi eventi stellari in Sagittario, dominio della nobile virtù della Verità. Siamo consapevoli dell'attacco alla Verità nei nostri tempi, però dai nostri studi precedenti riconosciamo anche come la sfida a questa elevata qualità umana riveli invariabilmente quanto sia importante attenersi: attenersi strettamente alla Verità è un atto che ci dà forza.

Accanto alla Verità, viviamo la sfida più sottile della Sicurezza, non una virtù ma piuttosto un tema fondamentale che risuona profondamente con il nostro esistere nel corpo, nell'anima e nello spirito. È un tema che s'insinua a diversi livelli nella paura e nell'ansia che ci appartengono, e ci chiama, ci porta a chiederci: *“dove mi pongo nella mia umanità, nel mio ‘io’ in relazione al mondo e agli altri?”*.

Soprattutto negli ultimi due anni, mentre cercavamo di ottenere una chiara visione sugli eventi e gli

sviluppi esterni, questioni come queste hanno portato intensità nella nostra vita quotidiana. Sono questioni che ci conducono a una soglia, dove viene alla luce una domanda fondamentale: *“ammetto una relazione con il mondo dello Spirito, o la nego?”*

Percepire che l'intensità del presente porta in sé un significato e uno scopo rende il nostro rapporto con questa intensità molto diverso. Riconoscere l'operare degli Esseri spirituali che sostengono il legame tra l'essere umano e il cosmo ci fa sentire accompagnati, e percepire il senso che sostiene costantemente il progresso della Terra pur lasciandoci liberi. Potremo così sentirci partecipi degli eventi del nostro tempo, liberi e creativi, piuttosto che testimoni impotenti.

Eventi significativi degli ultimi due anni collegati a quanto detto sin qui, e che hanno occupato i nostri pensieri in particolare nelle Notti Sante, possono essere rintracciati nel nostro lavoro con le immagini cosmiche. Accenniamo brevemente al Diario del 2019/2020, in cui abbiamo considerato il rarissimo incontro tra Saturno e Plutone nelle Notti Sante (entrambi i pianeti erano allora allo stesso grado – il loro incontro esatto fu il 12 gennaio 2020). Dal Diario di quel periodo:

“L'appello alla Verità è qualcosa che risuona chiaramente nelle stelle attuali. In esso è racchiusa la ricerca della conoscenza di noi stessi, e il porre con attiva consapevolezza la domanda: cosa significa essere veramente un essere umano? A rinforzare ciò, l'appello all'autenticità, indicato dalla congiunzione di Saturno con Plutone in Sagittario, anticipa la realtà che determinate qualità dell'umano non saranno così facilmente nascoste nei tempi futuri. Chi siamo interiormente diventerà più visibile; quando ciò avverrà, la nostra veridicità e autenticità saranno evidenti, visibilmente presenti come qualità su cui potranno essere costruiti i mondi futuri, fondati per servire lo spirito umano”.

Il Diario dell'anno successivo, quello del 2020/2021, è arrivato subito dopo la Grande Congiunzione di Saturno e Giove, avvenuta il 21 dicembre 2020 – un evento estremamente significativo per i nostri tempi, che ha occupato molte pagine di quel Diario. L'evento della Grande Congiunzione si fa sentire costantemente, e getta una luce su come andrà realizzandosi l'umano nei prossimi due decenni. In questo periodo molto dipenderà dal nostro coraggio di conoscerci più profondamente, e da quanto sapremo mettere la nostra specificità umana – *chi ognuno di noi è* – al servizio dell'umanità.

Il presente Diario riprende da dove abbiamo terminato l'anno scorso, per approfondire ulteriormente le sfide e le opportunità correlate alla Grande Congiunzione. Come viviamo interiormente, in modo responsivo e cosciente quello che ci viene incontro dagli eventi esterni diventa, nel presente Diario, un tema importante.

Con Venere che si muove vicino alla linea diretta tra la Terra e il Sole, sorpassando nel suo cammino Plutone, siamo portati a riconsiderare la piena vita dei sensi che appartiene al nostro retaggio umano. Indotti all'ottusità dai costumi di quest'epoca moderna, in cui ci interfacciamo di continuo con computer e telefoni, siamo per lo più inconsapevoli di quanto siamo estromessi da un modo sano di fare esperienza, dal nostro sentimento per i copiosi fenomeni del mondo, e di quanto viviamo nelle regioni astratte del nostro intelletto. Nel connetterci completamente con l'esperienza della vita riacquistiamo il nostro senso di meraviglia, e potremo allora celebrare l'incontro ravvicinato fra la Terra e Venere che si verifica progressivamente in queste Notti Sante.

Ci verrà così mostrata la possibilità di rivitalizzare le nostre sane esperienze animico-sensoriali, perché tutto ciò che opera in questo modo, tramite la facoltà del corpo di ospitare l'anima senziente, si trasforma nella forza di sperimentare nuovi mondi dello Spirito. È un'opportunità nascosta, che ci viene data in questo tempo in mezzo al caos esterno, se solo ci risvegliamo. Allora, grazie al potente aspetto a 90° fra Saturno e Urano che si verifica in queste Notti Sante, potremo veramente sviluppare nuove facoltà di conoscenza perché, in senso concreto, le nostre privazioni negli ultimi due anni saranno come una *tabula rasa* – una lavagna pulita, o la condizione di crisalide – per nuove ed essenziali esperienze di vita nel corpo, nell'anima e nello spirito.

Con l'offerta di questi pensieri ci incamminiamo nel nostro viaggio lungo il periodo natalizio. Con i più sentiti auguri di ricche e benedette Notti Sante.

Alan Thewless

Questo Diario deve la sua esistenza ai molti amici e colleghi che l'hanno sostenuto nel corso degli anni offrendo il loro aiuto pratico, preziosi suggerimenti e un incoraggiamento sincero.
A loro, alla loro amicizia e buona volontà è dedicato.

Che cosa sono le Notti Sante?

*Pare che ogni anno quando arriva il tempo
che celebra la nascita del nostro Redentore
questo uccello dell'alba canti tutta la notte:
E allora gli spettri non osano vagare,
Le Notti sono salubri e le stelle
non maligne, non fanno sortilegi
le fate, né affatturano le streghe,
tanto benigno e tanto sacro è il tempo.*

William Shakespeare *Amleto*, Atto I, Scena 1,

Marcello a Orazio e Bernardo, dopo aver visto il fantasma...

In Occidente pensiamo al corso dell'anno in termini di divisione del ciclo solare in 12 parti, in cui ogni porzione è un mese in risonanza con il viaggio del Sole attraverso i dodici segni dello zodiaco. Tuttavia, la parola mese, che deriva dalla parola *Moneth* – che significa un ciclo completo della Luna – riflette una diversa comprensione di questa misura, che si riferisce esclusivamente al ciclo lunare. Seguendo la misura del tempo attraverso i cicli della Luna (29, 5 giorni), i giri della Luna, dopo aver completato i dodici, sono più corti dell'anno solare di circa 12 giorni ($12 \times 29,5 \text{ giorni} = 354 \text{ giorni}$, $354 \text{ giorni} + 12 \text{ giorni} = 366 \text{ giorni}$). Nella tradizione antica questi dodici giorni erano visti come qualcosa al di fuori della normale consuetudine della vita e del corso del tempo. Cominciano il 25 dicembre, tre giorni dopo il solstizio d'inverno e il giorno in cui il Sole si libera in modo evidente dalla morsa dell'inverno: nel momento in cui con fiducia sappiamo che la luce tornerà. In ciò vediamo il convergere di sublimi Misteri nel cuore del cristianesimo.

I Dodici Giorni e Notti Santi sono stati considerati come festivi e sacri, offrono opportunità di riflessione e contemplazione ed hanno un grande valore per fare il punto sulle cose e pianificare l'anno seguente. Inoltre, sono stati vissuti come un tempo per collegarsi con il significato e il valore intrinseco della vita in cui gli Esseri Umani potevano sentirsi vicini ai Poteri Elementali pieni di luce che sono in fermento nella Terra e potevano avere affinità con la maestosità dei Cieli, come anche con le Gerarchie che colmano lo spazio e il tempo infiniti, e che comunque toccano ogni cuore con profonda intimità.

Questi Dodici Giorni e le loro sublimi notti sono stati una preziosa eredità nel corso dei secoli e sono necessari, forse anche più urgentemente nei tempi attuali. Come un buon riposo notturno può portare rinnovata forza a un corpo stanco, così questi giorni e notti sacri danno la loro benedizione ricostitutiva all'anima e allo spirito quando permettiamo a noi stessi di sentire la loro grazia e le loro indicazioni.

I passi per lavorare con il Viaggio delle Notti Sante

Contesto

Al centro del Diario delle Notti Sante c'è la sequenza di immagini stellari e i commenti proposti per la mezzanotte di ciascuna Notte. Le attività serali sono incentrate sulla costruzione di un rapporto con il cielo stellato sopra e sotto la Terra, un rapporto che è un apprezzamento dei doni unici che ci vengono dati dal cosmo in ogni notte. Il nostro è un tentativo di costruire un sentimento per il Sole che splende attraverso la Terra e come, in relazione a ciò, noi ci possiamo porre in un gesto di offerta al cosmo dei pianeti sopra e sotto la Terra.

L'inclusione della prospettiva eliocentrica, anche se a prima vista apparentemente troppo complicata, in realtà integra e approfondisce ciò che viene illustrato dalla visione geocentrica, aiutandoci a sentire i principi universali al lavoro ogni giorno e ogni notte. Questi grafici mirano a fornire un'impressione della Terra all'interno del cosmo delle stelle e dei pianeti visti dal Sole: una prospettiva che è in relazione con un potenziale di guarigione.

Dopo aver fatto 'addormentare' queste immagini stellari con i commenti che le accompagnano, le esperienze della notte possono essere riportate nel diario della mattina seguente insieme a qualche guida generale per il diario. Tenendo presente l'idea familiare che ogni Notte Santa si riferisce ad un mese che si svolgerà nell'anno a venire, il lavoro interiore suggerito sopra, insieme alla disciplina del diario che lo accompagna, possono fornire un'importante preparazione, simile a quella di piantare i semi che potrebbero germogliare nell'anno successivo. Nel contesto delle Stelle di Mezzanotte delle Notti Sante questo lavoro ci aiuta anche in relazione a quella Grande Opera che, passo dopo passo, costruisce il Ponte dell'Arcobaleno dell'anima tra il mondo terreno e l'universo delle Stelle, riportando la nostra esistenza isolata in compagnia dell'essere universale.

La guida generale che fa parte del lavoro delle Notti Sante comprende:

- La dedica per il giorno seguente
- La relazione della dedica con il mese corrispondente sia per l'anno precedente che per quello a venire.
- La virtù e il suo contrario, legati al giorno e al mese corrispondenti.

Le corrispondenze cosmiche tratte dalle carte stellari che le accompagnano sono presentate con spirito di offerta e si spera possano ispirare un lavoro contemplativo di per sé, al di là del contesto generale. Per coloro che hanno già familiarità con le corrispondenze stellari, i commenti possono naturalmente essere ampliati ulteriormente.

Suggerimenti per lavorare nelle Notti Sante

È altamente raccomandata una lettura in anticipo di tutto il diario – o almeno una lettura preventiva ogni volta che se ne presenta l'occasione. Ciò è dovuto alla dinamica naturale che esiste quando il lasso di tempo che porta a un particolare evento stellare è importante quanto il giorno stesso dell'evento. Fate il possibile, e non sentitevi scoraggiati se non ci riuscite.

La sera della vigilia di Natale

Create uno spazio di quiete. Guardate la dedica della giornata e leggete il Vangelo di S. Luca 2, 1-19
Seguite gli ultimi quattro passi annotati nella sezione serale.

Le notti, i giorni e le sere sante

Mattina

- Al risveglio, riporta alla mente le sottili impressioni del tuo trascorso nel sonno. Richiama le parole chiave in relazione a sogni, pensieri, elementi dell'umore ecc. e conferma la tua gratitudine per essere sveglio nel tempio del tuo corpo e per le avventure e le scoperte che il giorno può portare.
- Prepara uno spazio sacro e tranquillo dove puoi iniziare a contemplare il lavoro del diario delle Notti Sante. Dovrebbero essere presenti gli elementi di calore, luce, spazio per il movimento e strumenti per scrivere o disegnare. Un taccuino a parte per il diario personale sarà utile, in alternativa possono essere utilizzate le pagine vuote all'interno di questo diario.
- Siediti tranquillamente per qualche istante per arrivare a concentrarti. Porta alla mente le impressioni del sonno e dei sogni, comprese quelle dall'immagine stellare e dalla corrispondenza portata nel sonno. Se i dettagli non vengono in mente con facilità, ricorda le impressioni, gli stati d'animo dei colori, i pensieri emergenti, le domande o i moti dei sentimenti. Rendili artisticamente attraverso il disegno, la scrittura o il movimento ecc. I pastelli sono un ottimo mezzo con cui lavorare per rendere le impressioni di colore.
- Ricorda il mese dell'anno precedente che corrisponde al giorno e scrivi le tue riflessioni più significative, le cose che sono state formative per te in quel mese. Allo stesso modo mantieni la consapevolezza del mese corrispondente a venire. Potresti avere piani già in essere per quel mese.
- Contempla la sezione del Diario che elenca la virtù e la Dedicata per il giorno. Preparati a portarle a coscienza nel corso della giornata come fossero portali per l'auto-conoscenza.
- Inizia qualsiasi lavoro meditativo o devozionale che fa già parte della tua routine mattutina.

- Mentre ti addentri nella giornata prova a tenere il diario vicino in modo che possa farti da promemoria sull'importanza del giorno e in modo da potervi annotare pensieri, ispirazioni, intuizioni o eventi significativi che emergono e che potrebbero arrivarti. Per maggiore praticità, quando sei in giro, può esserti utile un taccuino tascabile.

Sera

- Nel contesto del tuo spazio tranquillo, rivedi le esperienze del giorno e richiama attentamente tutti i nuovi elementi, intuizioni e aree della conoscenza di sé che stanno sorgendo. Uniscili in forma completa nel tuo diario. Questo può essere offerto al tuo Angelo nella notte che sta arrivando.
- Rivolto verso sud, prendi l'immagine stellare per l'Ora di Mezzanotte, percepisci il Sole Spirituale che splende attraverso la Terra e percepisci le posizioni di tutti i pianeti. (Si prega di notare che non è necessario rimanere in piedi fino a mezzanotte, questo esercizio può essere fatto in anticipo, anche se per la vigilia di Natale e il Capodanno stare svegli fino a mezzanotte è importante).
- Servendoti della carta eliocentrica, costruisci un ringraziamento immaginativo rappresentandoti il cosmo visto dal Sole.
- Leggi la relativa corrispondenza stellare.
- Infine, e con un senso di gratitudine per ciò che è sorto durante il corso della giornata, prenditi un momento per inviare pensieri amorevoli e preghiere ai luoghi (e agli individui) nel mondo in cui questi sono più necessari.

Nota speciale sull'uso del Diario delle Notti Sante durante tutto l'anno

Poiché ogni Notte Santa è in relazione ad un mese nell'anno che sta per iniziare, si ritiene che le carte stellari e i commenti che le accompagnano, in aggiunta alle note trascritte sul diario personale, forniscano materiale prezioso per ulteriori studi e approfondimenti man mano che l'anno avanza. Per questo motivo sei invitato a tenere il tuo diario a portata di mano durante l'anno, per riflettere sul commentario del diario e su ciò che hai scritto, e per inserire note aggiuntive col trascorrere dei mesi.

Come già accennato nel Diario del 2020/21, svolgeremo uno studio speciale la mattina dell'Epifania che ci collega con la *Grande Congiunzione*, l'incontro di Saturno e Giove che è avvenuto il 21 dicembre 2020 e che fa riferimento all'attuale ciclo Saturno-Giove e alla sua importanza per gli anni dal 2020 al 2040.

Note generali riguardanti le carte delle stelle delle Notti Sante e la chiave dei simboli zodiacali e planetari

Le carte usate in questo diario si riferiscono alle costellazioni zodiacali delle stelle e, laddove necessario, i riferimenti ai commenti mostrano la distinzione tra i confini disuguali delle costellazioni, usati a partire dal periodo di Tolomeo (circa 100-170 d.C.) e i confini uguali le cui designazioni hanno avuto origine precedentemente nei tempi di Babilonia. Ad esempio, nelle designazioni diseguali, possiamo notare che la Vergine è una costellazione estremamente grande e la Bilancia molto piccola. Per quanto riguarda il carattere delle posizioni planetarie, mi riferisco principalmente allo zodiaco disuguale. Le carte riportate sono disegnate secondo il tempo standard (USA Costa dell'Est) che è di 5 ore in anticipo rispetto al Tempo Universale. Le immagini delle carte sono comunque valide per la mezzanotte in qualunque località a condizione che, per accordarci con precisione, prestiamo attenzione alla posizione della Luna nella carta geocentrica che, a causa dei suoi rapidi movimenti, varia di alcuni gradi quando cambiamo fuso orario. Nei casi in cui questa messa a punto è necessaria, questo sarà menzionato nel commento quotidiano.

L'inclusione della prospettiva eliocentrica, anche se inizialmente appare eccessivamente complicata, in realtà integra e approfondisce ciò che viene introdotto dalla visione geocentrica, portandoci incontro una maggiore consapevolezza dei principi universali all'opera ogni giorno e ogni notte.

Per coloro che hanno meno familiarità con i simboli usati per le costellazioni dello Zodiaco e dei pianeti, ho disegnato qui sotto la chiave che può essere usata come riferimento. Le carte delle stelle in sé sono state riportate in forma semplificata per fornire un'immagine non tecnica, per dare un'impronta che le renda di più facile approccio. Una carta stellare completa potrebbe contenere un'incredibile ricchezza di informazioni e dati, tutti necessari per investigare l'universo di significati e di valori compresi in un'unica vista dei cieli che la carta abbraccia. Infatti, su un solo grafico stellare potrebbero essere scritti interi volumi. Tuttavia, in questo diario c'è un'offerta più semplice che può comunque ancora essere d'aiuto in modo significativo al viaggiatore

di questi regni.

