



*Chi studia antroposofia e dice che essa lo lascia freddo, mi appare come chi accatasti in continuazione legna nella stufa lamentando che non scalda. Dovrebbe solo accendere la legna, e allora avrà il caldo! [...]  
Si possono tenere conferenze di antroposofia: è buona legna per l'anima; ma può accenderla soltanto ciascuno da sé.”*  
(Rudolf Steiner, *Il corso dell'anno come respiro della terra*, p.114)

*Voghera, domenica 26 Aprile 2015 – ore 10-15,30*

**Emeroteca della Biblioteca Civica “Ricottiana” - via Gramsci 1**  
(pianterreno, Ex Caserma di Cavalleria)

## **La disciplina esoterica**

### **Mettere ordine nella propria vita interiore**

a cura del Prof. Mauro Vaccani

Corsi di autoguarigione, di presenza consapevole, di respirazione, di meditazione più o meno orientale, frequentatissimi!, testimoniano una profonda quanto impellente domanda: oggi *si sente l'esigenza di perfezionarsi come uomini*. Si prova però un certo disorientamento, per la difficoltà a trovare coerenza tra tante tecniche e visioni del mondo, cercando di capire che effetti possano realmente avere sulla nostra misteriosa, complessa e delicata interiorità.

La scienza dello spirito di Rudolf Steiner non offre facili ricette, o rimedi universali per ritrovare la felicità o la percezione dei mondi sovrasensibili. Invece mette a disposizione, per chi lo voglia, anzitutto pulizia di pensiero, che si consegue attraverso lo studio dei suoi contenuti, e poi anche una serie di esercizi, di meditazioni e di preghiere grazie ai quali è davvero possibile migliorare se stessi e la qualità della vita: quella biologica di oggi e quella futura, spirituale.

Cercheremo di illustrare questi esercizi, di fare un po' di chiarezza chiedendoci a cosa serve lo studio della scienza dello spirito, come si fa a meditare o cosa avviene quando l'anima si raccoglie in preghiera –così che ognuno possa provare ad accendere questa buona legna per l'anima che è l'antroposofia.

**Ore 10.00-11.30: Una mappa orientativa del contributo di Rudolf Steiner allo sviluppo della vita interiore: criteri, modalità e testi.**

**Ore 11.45-13.00: Invito alla lettura della conferenza Oxford 20 agosto 1922**  
*“La via dal sensibile al soprasensibile”* (che verrà messa a disposizione)

**Ore 14.00-15.30:** Proposte operative e discussione

### **Note organizzative**

La sede è facilmente raggiungibile per chi arriva in auto dai caselli autostradali di Voghera e Casei Gerola (possibilità di parcheggio nelle immediate vicinanze) e dista dieci minuti a piedi dalla stazione ferroviaria.

**Info - Federica: 0131.800344; Mariapia: 335.5293639**

**Tutti sono cordialmente benvenuti!**

**[www.cristianesimoeliberta.org](http://www.cristianesimoeliberta.org)**

**[www.liberaconoscenza.it](http://www.liberaconoscenza.it)**