

'Oefen geest-schouwen' (deel 1)

In het in 2016 begonnen werk aan de Grondsteenmeditatie ging het in de voorgaande jaren vooral om de beide eerste oefeningen 'Oefen geest-herinneren' en 'Oefen geest-bezinnen'; in 2020/'21 wordt dit voortgezet met een verdieping van de derde strofe 'Oefen geest-schouwen'.

Of het nu gaat om de klimaatcrisis, vluchtelingenstromen, de groeiende kloof tussen arm en rijk, gebrek aan zinbeleving en epidemieën – overal rijst de vraag naar kennis die niet alleen gericht is op symptomen, maar die een fundamentele verandering van de verhoudingen mogelijk maakt. Deze zal alleen dan kunnen plaats vinden als we de natuur van het denken gaan begrijpen. Wie hierbij een theoretische discussie veronderstelt en vreest, mist het punt dat het denken de oorsprong en de brug is van onze relatie met de wereld.

Het 'zich bewust worden van zichzelf' in het tijdperk van de bewustzijnsziel veronderstelt dat je het wezen van het denken begrijpt. Dit is immers niet vanzelfsprekend, zoals Rudolf Steiner in zijn *De filosofie van de vrijheid* (GA4) uiteenzet: 'Het is kenmerkend voor het denken, dat de denkende mens het denken vergeet terwijl hij het beoefent. Niet het denken houdt hem bezig, maar het object dat hij observeert en overdenkt.' (hoofdstuk *Het denken in dienst van de ervaring*). Dat is de natuur van het denken volgens Rudolf Steiner. Echter, wanneer we vergeten wat we doen, dan kunnen we ook de gevolgen niet onderkennen, die ontstaan door onze huidige denkwijzen. Doordat het denken zichzelf vergeet, ontstaan veel van de huidige problemen van onze tijd.

Vrije ruimte in de eigen ziel

Het is echter het denken zelf, waardoor we onze verhouding tot de wereld bepalen en waarmee we ons oriënteren in de wereld van de waarneming, daarbij geholpen door begrippen, die we ontleen aan de geestelijke sferen. Rudolf Steiners filosofische hoofdwerk *De filosofie van de vrijheid* vormt een centrale basis voor het begrijpen van het proces van cognitie en de verbinding ervan met de ideële oorsprong van de wereld.

In het eerste essay *Vertrouwen in het denken; het wezen van de denkende ziel; mediteren*, opgenomen in *Meditatie* (GA17), schildert hij hoe het denken lijkt op een eiland, dat ons een rustplaats biedt in de golvende zee van het zieleleven. Zelfs de twijfel aan het denken berust immers op vertrouwen in het denken, want zonder het denken zouden we niet kunnen twijfelen.

De derde strofe van de Grondsteenmeditatie roept de ziel op het 'geest-schouwen in gedachten-rust' te oefenen met als doel het 'waarlijk denken in mensen-geestes-grond'. 'Geest-schouwen' vereist van ons dat we met het denken het tot dan toe niet geobserveerde element van ons zieleleven in ogenschouw te nemen. Waar we ons gewoonlijk helemaal overgeven aan de objecten van ons denken, keren we ons nu als het ware onderzoekend naar een geestelijk tussengebied en bekijken wat we hebben gedacht. Dat is de eerste stap, waardoor we ons bewust worden van ons denken als activiteit. Een volgende stap in het oefenen kunnen we bereiken, wanneer we de gedachten die vanuit onszelf komen tot stilstand brengen en 'gedachtenrust' oefenen. Dan ontstaat in de ziel een vrije ruimte, waarin ons vanuit de geestelijke wereld iets tegemoet kan komen.

Zich invoegen in de wereldsamenhang

In het verdergaande oefenen van 'geest-schouwen' leren we daarenboven nog om de gedachtewereld waar te nemen als een levende wereld van de geest, waarin de gedachten zelf zich uitspreken. De oproep 'Oefen geest-schouwen' opent de vrije ruimte in de mens. Het is een vrijheid die ons de waarneming van de eeuwige godendoelen mogelijk maakt. Dan ontstaat een willen, dat het voor ons Ik mogelijk maakt zich in de grotere wereldsamenhang in te voegen. En deze stap is de grote opgave van vandaag.

Merken we op tegenover wie we staan? Nemen we de natuur, de kosmos en de andere mensen waar in hun oereigen wezen? Staan we ervoor open de behoeften, die deze wezens in de verhouding tot ons hebben, te onderkennen en te beantwoorden? Of leven we nog in de modus van de verstands- en gemoedsziel en beschouwen we de wereld als een object dat alleen dient voor ons plezier en ons nut? De huidige crises tonen hoe deze voormalige verhouding tot de wereld niet meer draagkrachtig is. En zo beleven we het wegbreken van de oude orde en gewoonten, die ons weerhielden.

De Grondsteenmeditatie opent voor ons bestaan een nieuwe horizon: 'In de wereldgedachten van de Geest' kan de ziel ontwaken. Het is in deze ruimte van de Geest dat de ziel door het denken gewaarwordt: de verbondenheid van haar wezen met de voor alle mensen bereikbare ideële wereldgrond, waarin de wereldgedachten hun thuis hebben. Deze heeft zij met alle mensen gemeenschappelijk, ook al hebben de intuïties van elk mens hun eigen individuele inkleuring. De gemeenschappelijke bron is toch de ideële oergrond, die alle mensen verbindt.

Dit centrale fundament van de geesteswetenschap is in zijn draagwijdte en bijzonderheid nauwelijks te overschatten. Toch kun je niet zeggen dat sprake is van algemene beschikbaarheid, omdat de toegang tot deze ideële wereldgrond gebonden is aan het ontwaken van de ziel. Hij wordt door het oefenen van het geest-schouwen wel steeds zichtbaarder voor je. Het is een wereldgrond, die je moet veroveren, wiens bestaan zich verwerkelijkt met de toenemende geestelijke vaardigheden van de oefenende mens. In de vanzelfsprekendheid van het huidige leven en de moderne wetenschap, die onze huidige cultuur zo vaststaand vormt, is deze basis, of - wat je ook zou kunnen zeggen - dit ontwikkelingsdoel, niet voorhanden. In plaats daarvan worden grenzen aan het kenvermogen verondersteld of wordt op het vlak van wederzijds begrip gezocht naar een gemeenschappelijke consensus vanuit verschillende uitgangspunten.

Eén zijn met hiërarchische wezens

In het denken hebben wij, dankzij het ontwikkelingsperspectief van de antroposofie, die de Grondsteenmeditatie als oefeningsweg aanreikt, een toegang tot een gebied waarin het wereld-wezens-licht voor ons verschijnt. Het werk van de derde hiërarchie wordt beleefbaar en hiermee komt het Christus-wezen ons tegemoet. De mens bemerkt en beleeft zich zo verenigd met hiërarchische wezens in een kosmische samenhang.

In de volgende bijdrage wordt dit meer macrokosmische aspect uitgewerkt en op de gebeurtenissen van deze tijd betrokken; ook wordt dan verwezen naar literatuur voor verdere studie.

*Christiane Haid, Goetheanumleiding
Anthroposophie weltweit, nr. 4/2020, vertaling: Nico Landsman*

'Oefen geest-schouwen' (deel 2)

Denken in de zin van de Grondsteenmeditatie doen we niet onbewust. Eerder worden we aangespoord oefenend 'waarlijk' denken te leren, zoals in de derde strofe als ontwikkelingsdoel is geformuleerd. Waarlijk denken – 'geest-schouwen' – betekent dat ontwikkeling van het goddelijk-geestelijke mogelijk wordt gemaakt doordat het door de mens gaat.



In het rustende hoofd vindt de ziel een plaats, van waaruit de wereld kan worden beschouwd en doordrongen. Het is het hoofd dat ons uit 'eeuwigheidsgrond' de 'wereldgedachten' ontsluit. In *De filosofie van de vrijheid* staat het zo: 'In het denken vinden wij het element dat onze bijzondere individualiteit met de kosmos tot een geheel verenigt. Voor zover wij gewaarworden en voelen (en ook waarnemen) zijn wij afzonderlijke mensen, voor zover wij denken zijn wij het al-ene wezen dat alles doordringt. Dat is de diepere oorzaak van onze tweevoudige natuur: wij zien in ons een letterlijk absolute kracht tot verschijning komen, een kracht die universeel is; wij leren die kracht echter niet kennen bij haar uitstroming uit het centrum van de kosmos, maar in een punt van de periferie.' (hoofdstuk *Het kennen van de wereld*, GA4). Onze ziel heeft in het hoofd als het ware een tempel-binnenruimte, waarin de wereldgedachten zich kunnen uitspreken vanuit het eeuwige of beter gezegd de oergrond van de eeuwigheid, mits wij ons ervoor openstellen.

Vrij geworden willen

Om te voldoen aan de aansporing 'Oefen geest-schouwen' is gedachterust de innerlijke voorwaarde. Daarin worden we deelgenoot van iets dat in de beide eerste strofen van de Grondsteenmeditatie al werd voorbereid. In het ervaren van de vadergrond van de wereld, die in de eerste strofe in het 'geest-herinneren' oplicht en in de derde strofe in de 'eeuwige godendoelen' weer verschijnt, komt ons nu door de tweede strofe uit het koor van de 'lichtgeesten' het wereld-wezens-licht, Christus, tegemoet – zodat beide tezamen het mogelijk maken dat wij ons 'eigen ik' kunnen beleven. Aan Christus danken we ons ik-wezen-zijn, dat in het schouwende beleven van de wereldgedachten haar vrij geworden willen beschikbaar kan stellen aan de schepping.

Met de woorden 'Want machtig werken de wereldgedachten van de Geest/ In het wereldwezen smekend om licht' begint het tweede, macrokosmische deel van de derde

strobe. Hier wordt vanuit het perspectief van de kosmos gekeken naar het worden van de mensenziel. Het ontwikkelen van een 'waarlijk denken' is het antwoord van de mens, waarmee hij het 'Want', de verwachting van de macrokosmos en ook zijn vereiste, kan begrijpen en kan leren waarderen. Dit kan een heel nieuw en schokkend perspectief zijn. Kunnen wij ons inleven in het perspectief dat er hiërarchische wezens bestaan, die ons hebben geschapen en die nu verwachtingsvol naar hun schepping kijken? Als schepsel worden wij in de vrijheid losgelaten, want ons willen is vrij. Geen goddelijk-geestelijke instantie leidt of wijst nog de richting. Het staat de mens vrij zijn denken slechts aan te wenden voor de eisen van de eigen behoeften en zich steeds egoïstischer te verstrikken in zichzelf of te ontwaken voor de samenhang van de wereld waarin hij daadwerkelijk staat.

Door de mensen

De 'wereldgedachten', die thuis zijn in de geestelijke sfeer, bestaan niet alleen voor zichzelf, ze ervaren pas dan hun lichtwerking wanneer de mens zich denkend in de sfeer van de wereldgedachten verheft. 'Wereld-wezens-licht' wordt in het 'geest-schouwen', het waarlijk denken van de mens, 'om vrij te willen' geschonken, zoals in de eerste strofe staat. Om dit licht smeken de wereldgedachten. Het wezen van het licht openbaart zich doordat het ergens opvalt: de wereldgedachten in de gedachten van mensen. Het goddelijk licht moet dus door de mens heengaan om werkzaam te kunnen worden: 'Het goddelijk-geestelijke zal in zijn gang door het mensdom een ander wezen leren kennen dan er in oertijden van uitging.' (*Kerngedachten van de antroposofie*, hoofdstuk *De toekomst van de mensheid en de activiteit van Michaël*, GA26)

Zo wordt in de derde strofe van de Grondsteen, waarin de mens voor de eerste keer zijn 'eigen ik' leert ervaren, tegelijkertijd de betrokkenheid op en de afhankelijkheid van de mensen van de hogere hiërarchieën uitgesproken.

Aandeel van de kosmos

Het is indrukwekkend dat de mensenziel die zichzelf aanroept (*De antroposofische beweging II, Eerste ritme, woensdag 26 december 1923*, GA260), nu de zielengeesten, de geesten van de derde hiërarchie, engelen, aartsengelen en archai, aanroept met: 'Laat uit de diepten vragen/ Wat in de hoogten verhoord wordt'! Want de mens leeft niet alleen voor zichzelf, maar is voor de ontwikkeling van de wereld en de hiërarchieën van centrale betekenis: '... de mens is op de aarde, omdat de goden de mensen nodig hebben opdat in hen gedacht, gevoeld en gewild zal worden wat in de kosmos leeft. Als de mens dan dat wat in de kosmos leeft op de juiste wijze denkt, voelt en wil, dan nemen de goden dat weer op en planten het voort in de wereldwording, waardoor de mens meebouwt aan de gehele kosmos ...' (*De kunst en haar wereldmissie, 8 juni 1923*, GA276)

Ontwaken we in 'de wereldgedachten van de Geest', dan verrichten we niet alleen iets voor onszelf, maar de hele kosmos met de elementenwezens neemt deel aan dit proces en hoort de aanroep van de derde hiërarchie. De ontwikkeling van de wereld hangt existentieel af van dit ontwaken.

Christiane Haid, Goetheanumleiding

Anthroposophie weltweit, nr. 5/2020, vertaling: Nico Landsman

Aanbevolen literatuur

Rudolf Steiner: *De filosofie van de vrijheid* (GA4)

Rudolf Steiner: *Vertrouwen in het denken. Het wezen van de denkende ziel. Mediteren*. In: *Meditatie* (GA17)

Rudolf Steiner: *Kerngedachten van de antroposofie* (GA26)

Rudolf Steiner: *De kunst en haar wereldmissie* (GA276)

Rudolf Steiner: *De antroposofische beweging II* (GA260)

Beeld: Christian Hitsch: Kern en schaal, brons, nu in het Goetheanum te zien (foto: Sebastian Jüngel)