

Ritme en beweging

In het nu beginnende werkjaar van de Algemene Antroposofische Vereniging staat de tweede strofe van de Grondsteenspreuk in het middelpunt (zie Anthroposophie weltweit, nr. 3/2018). Deze strofe is gewijd aan het midden van de mens, het voelen en het element van de tijd en is verbonden met het Christuswezen. Tot Kerstmis 2018 zullen meerdere auteurs op hun beurt een bijdrage leveren aan de door Rudolf Steiner ontwikkelde 'ritmen' van de Grondsteenspreuk. Hiermee wil de Initiatiefgroep Grondsteenmeditatie de Kerstbijeenkomst 2018 over 'De Grondsteenmeditatie als omvormingskracht voor mens en maatschappij' (Duits en Engels) voorbereiden.

De sfeer van het voelen en het wereldritme

Met de tweede strofe van de Grondsteenspreuk duiken we in het element van het ritme en de beweging. Levend in dit ritme vinden we ons geplaatst in een grote kosmische samenhang, die Rudolf Steiner beschrijft als het 'wonderbare geheim, dat leeft tussen longen en hart'. Wat zich in het klein in elk mens voltrekt, heeft een macro-kosmische overeenkomst, waarin beleefbaar wordt, 'hoe de wereldritmen, die duizenden en duizenden jaren werkzaam zijn, het ritme van pols en bloed binnendringen en wereldbezieling in de mens wekken'¹. Ons hart slaat niet alleen voor onszelf, zijn ritme is ingebed in het wereldritme. Het aantal ademteugen, dat we gemiddeld per dag halen (rond 25.920), komt overeen met het aantal jaren van een grote zonne-omloop in het platonische wereldjaar². Wat een opwindende gedachte, dat wij ademend samenklinken met het ritme van de kosmos, dat wij daardoor worden beleefd! In het wereldritme 'werkt de Christus-wil machtig alom'. Hij is het die de zielen begenadigt en uit het dode leven schept. Hij verlost de verstarde vormkrachten uit het westen en geeft, uit het oosten komend, vuur aan zielen en geesten.

'Ritmen' van de Grondsteenmeditatie

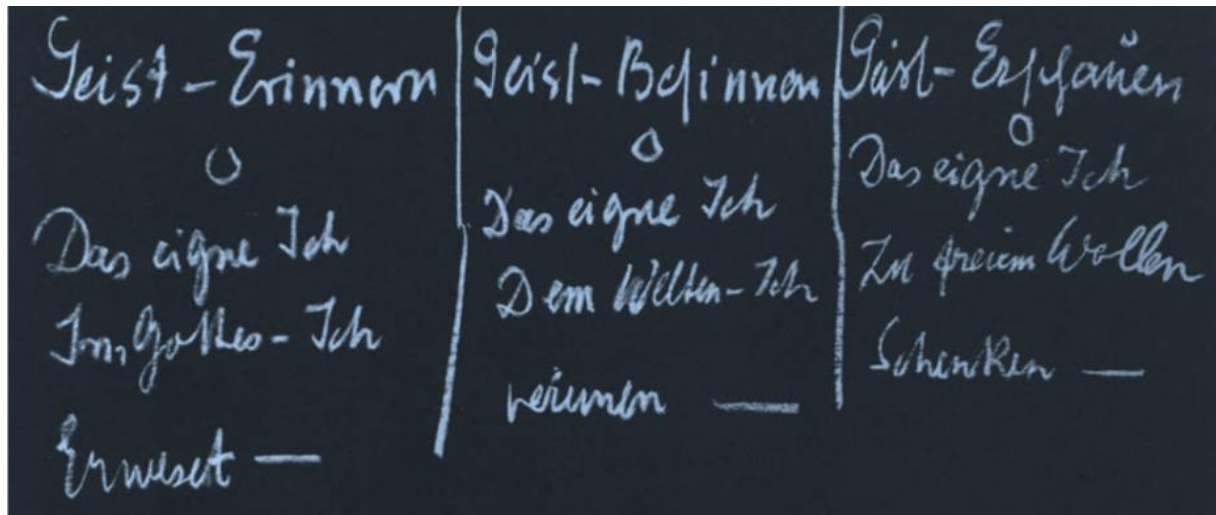
Voor het omgaan met de Grondsteenspreuk doet Rudolf Steiner de aanbeveling om elke dag van de week andere regels en zinsdelen in het middelpunt van het beoefenen te plaatsen. Hij noemt dit 'ritmen' in de zin van het eruit lichten van individuele elementen uit een groter geheel en hij ontwikkelt deze in korte beschouwingen, die hij vanaf de tweede dag van de Kerstbijeenkomst 1923/24 gaf.

Met het ritmische element als basis kan men de ritmen beleven als een scholingsweg ('Übungskultur') die door de tweede strofe wordt geïnspireerd. De bij elkaar zeven 'ritmen' komen overeen met de zeven dagen van de week en zijn daardoor ook verbonden met de planetaire krachten. Ze zijn vergelijkbaar met wegen, die naar een heiligdom leiden, en die telkens een ander perspectief op het geheel zichtbaar maken. Steeds meer kan door het oefenen beleefbaar worden hoe de hele antroposofie als een organisme in deze meditatie als door een vergrootglas is samengevat. Het element van het ritme legt daarnaast ook een verbinding met de tijdgeest Michaël, die besloot 'de ritmische wereld als zijn woonplaats te kiezen'³.

Met een verwijzing naar het ritmische element en haar betekenis begint Rudolf Steiner zijn beschouwing: 'En wij kunnen tot deze vanuit het wereldwoord gehoorde spreuken een

verhouding vinden, als wij ze in onze eigen ziel zo groeperen dat zij ons niet kunnen verlaten. En zij zullen gegroepeerd kunnen worden, als u om te beginnen naar voren haalt uit wat zojuist geklonken heeft, datgene wat u het ritme kan opleveren.’⁴

Op deze manier kan de spreuk als een levend organisme in de ziel aanwezig zijn. Dat is een belangrijk gebeuren, want op deze manier wordt dat wat uit het wereldwoord is gehoord – en wat daarmee is gehoord uit een Grondsteenspreuk, die stamt uit wat het tijdelijke overstijgt – door de oefenende activiteit van de mensen dagelijks wisselend als ‘ritme’ gegroepeerd in de stroom van de tijden.



Geist-Erinnern / Geist-Besinnen / Geist-Erschauen: erster Rhythmus (GA260)

| | | |
|-------------------|-------------------|--------------------|
| Geest-herinneren | Geest-bezinnen | Geest-schouwen |
| o | o | o |
| Het eigen ik | Het eigen ik | Het eigen ik, |
| In het Godes-ik | Met het wereld-ik | Om vrij te willen, |
| Tot wezen wordt - | Verenigen - | Schenken - |

Vertaling uit WV-02

Het eerste grondsteenritme

Het eerste grondsteenritme werd gegeven op woensdag, de dag van Mercurius. Deze opent de reeks van de zeven ritmen. De hiervoor gekozen woorden zijn fundamenteel en eenvoudig en stammen uit het eerste deel van de drie strofen (zie afbeelding).

Aan de ordening wordt direct zichtbaar dat we twee mogelijkheden hebben om dit te lezen: een horizontale en een verticale. Naar gelang de richting die ik kies, beweeg ik mij in een andere samenhang van betekenissen. Horizontaal rusten mijn gedachten op de drie oproepen om te oefenen in het geest-herinneren, geest-bezinnen en geest-schouwen. Ik kan mediteren op de kwaliteiten, die liggen in de drie woorden die zijn toegevoegd aan het zelfstandig naamwoord ‘geest’. Het voorafgaande zelfstandig naamwoord ‘geest’ geeft de bedoelde richting aan, waarin de actieve werkwoorden innerlijk bewogen willen worden.

Zwijgend doorvoelen

Je kunt wel nagaan dat innerlijke activiteit nodig is om de afzonderlijke woorden zo tegemoet te treden, dat ze zich aan de andere zijde van het alledaagse begrijpen van de ziel

daadwerkelijk kunnen openbaren. Wat we al eerder hebben verworven als een begrip van de afzonderlijke woorden en begrippen moeten we gaan bevragen en moet tot een zwijgend, verwachtingsvol doorvoelen ('Sinnen') omgevormd worden. Hoe kan ik mijn ziel zo fijn en ontvankelijk in de stemming van een deemoedige verwachting brengen, dat ze bereid is het woord zo op te vangen dat zijn wezen zich in mij kan uitspreken? Hier moet geen vooroordeel of voorkennis in de weg staan, maar moet er alleen ruimte zijn voor een open bereidheid om iets te horen dat zich in mij wil uitspreken. Het kan beleefbaar worden hoe het verstaan van het woord, dat voornamelijk in mezelf plaatsvindt, geleidelijk zich omvormt in iets hogers, waarbij het woord als vanuit de periferie, meer vanuit een klankachtig element, wordt opgevangen.

De opeenvolging van de woorden 'herinneren', 'bezinnen', 'schouwen' kunnen worden nagevoeld in hun innerlijke gebaren. Bij het herinneren komt het gebaar van een achterwaarts grijpen in mijn innerlijk beleven. In de verbinding met het woord 'geest' word ik boven het zuiver persoonlijke herinneren getild in een meer omvattende samenhang.

Het bezinnen brengt eerst een innerlijk terughouden in een voorwaarts ijle stroom. Iets wordt opgehouden en bevraagd naar zijn wezen. Verbonden met het woord 'geest' kun je daarin een oproep ervaren: ziel, bezin je op de geest!

De derde oproep spreekt mij als direct schouwende aan. Ze opent het perspectief de geest te kunnen aanschouwen, een activiteit, die zich in gedachtenrust voor de eeuwige godendoelen opent.

Centrum van het ritme: het ik

Nu richten we ons naar het centrum van dit ritme, het ik. Als een echo van de drie oproepen tot beoefenen treedt nu het motief van het ik op ons toe. In de eerste regel valt op dat drie keer van het 'eigen ik' sprake is, alsof nogmaals voor de ziel moet worden benadrukt dat het om het 'eigen' ik gaat.

Nu verkrijgt dit eigen ik drie soorten betrekkingen. Deze worden nader bepaald door de daaropvolgende werkwoorden in de laatste regels. Allereerst wordt beleefbaar dat in deze drie betrekkingen de tijd is opgenomen. Wanneer *'Het eigen ik in het Godes-ik tot wezen wordt'*, dan wordt daarmee de scheppingsdaad vanuit de oergrond aangesproken, het ontstaan van de mens en daarmee zijn herkomst uit het verleden. Opdat het 'eigen ik' zich met het 'wereld-ik' kan verenigen, is een handelen vereist.

We kijken in de toekomst als het eigen ik vanuit zijn verblijven in de gedachtenrust het wereld-wezenslicht om vrij te willen wordt geschonken. Ook hier kan weer een aanraking met het goddelijke worden beleefd, net zoals in de eerste strofe. Wanneer we tenslotte de kwaliteiten van de werkwoorden op hun innerlijke gebaren doordenken en doorvoelen, dan merken we dat Rudolf Steiner met het woord 'erweset' ('tot wezen wordt') een nieuw woord scheidt. Zoals we hierboven al hebben gemerkt [bij 'her-inneren', *toevoeging van vertaler*], ligt in de lettergreep 'er-' ('her-'), die voorafgaat aan een werkwoord, een soort achterwaarts grijpen besloten, die hier betrekking heeft op het worden tot een wezen, de scheppingsdaad van de Vadergrond. Het tweede werkwoord 'verenigen' wordt in de bordtekst door Rudolf Steiner merkwaardigwijze met een kleine letter geschreven. Het vormt uit twee eerst gescheiden wezens, het eigen ik en het wereld-ik, een eenheid. Wanneer we door het een-geheel-zijn van de Grondsteenspreuk de hiervoor kort geschetste samenhang niet in het bewustzijn zouden hebben, dan zou je, enkel als gevolg van de dynamiek van de drie werkwoorden zonder de context, het idee krijgen dat de derde stap, nadat de vereniging met een wezen heeft plaatsgevonden, een schenkingsdaad vanuit het ik

is. Dit wordt voordehand liggend door het identiek klinkende lidwoord 'das' ('het') [voor 'eigne Ich', *toevoeging vertaler*] in de formulering van het ritme in tegenstelling tot de formulering 'dem' ('aan het') [voor 'eignen Ich', *toevoeging vertaler*] in de spreuk als geheel. Zo zie je dus dat de ritmen zelf de kwaliteit van een interpretatie krijgen en zelfs tot in de betekenis een andere variant van het begrepene benadrukken, zodat er meerdere belichtingen respectievelijk nadrukken ontstaan, die ons in de geestelijke arbeid van de ziel beweeglijk houden: in dit geval vanuit de plaats van de derde hiërarchie in de spreuk als geheel en in het ritme vanuit het perspectief van de mens, die door zijn geestelijke activiteit in de positie komt de schepping iets terug te schenken.

*Christiane Haid, Initiatiefgroep Grondsteen,
Anthroposophie weltweit Nr. 5/ 2018, vertaling: Nico Landsman*

Literatuur over de Grondsteenmeditatie

Rudolf Steiner: De Kerstbijeenkomst voor de vorming van de Algemene Antroposofische Vereniging 1923/24 (GA 260), opgenomen in De antroposofische beweging II, Toekomstimpulsen, reeks Werken en voordrachten WV-02, Stichting Rudolf Steiner Vertalingen, Vrij Geestesleven, Zeist, 2006, ISBN-13: 978 90 6038 5517.

Willem Zeylmans van Emmichoven: De Grondsteen, Uitgeverij Pentagon, ISBN: 90 72052 13-7.

Sergej O. Prokofieff (Hrsg.): Die Grundsteinmeditation als Schulungsweg. Das Wirken der Weihnachtstagung in 80 Jahren, Verlag am Goetheanum, 2002, ISBN: 978-3-7235-1589-1

¹ Rudolf Steiner: De antroposofische beweging II. Toekomstimpulsen, WV-02 (GA 260), blz. 54

² Meer hierover bij Hermann Poppelbaum: 'Bijdrage voor het begrijpen van de grondsteenspreuk van 1923' in: Sergej O. Prokofieff (Hrsg.): Die Grundsteinmeditation als Schulungsweg. Das Wirken der Weihnachtstagung in 80 Jahren, S. 62

³ Rudolf Steiner: Kerngedachten van de antroposofie. Waar staat de mens als wezen dat denkt en herinneringen heeft? WV-03 (GA 26), blz. 205

⁴ Rudolf Steiner: De antroposofische beweging II. Toekomstimpulsen, WV-02 (GA 260), blz. 64