

## DE IDEE VAN DE IDEE - VOOBEREIDING

Tot hier is het denken steeds een denken in woorden, beelden en betekenissen. Hoewel het een zeer belangrijk gegeven voor ons is, verloopt het veel minder intens dan de waarneming met de zintuigen. De laatste beleven we als een ‘werkelijkheid’, het denken niet. Het onttrekt zich zelfs voor een deel aan ons bewustzijn, het verloopt min of meer vanzelf en we bemerken niet, dat de zintuiglijke waarneming betekenisloos zou zijn zonder het denken. Alleen in onbegrijpelijke situaties bemerken we dat het begrijpen tekort schiet en daardoor ‘voelen’ we dat we in onszelf steeds *denken*. Zodra je een weg naar spiritualiteit gaat, word je op het denken gewezen. De oosterse mystiek en de daarmee samenhangende Amerikaanse spiritualiteit wijzen op het gedachteleven en op de onmacht van het verstand. Je leert het gedachtelevende te slaan en te ‘zien’ hoe gedachten komen en gaan, hoe ze zich als persoonlijk tonen. Je leert om die gedachten waar te nemen en ze los te laten of ze vanaf een innerlijke afstand slechts waar te nemen, wat ook een loslaten is. In het zen-boeddhisme vinden we een systematische weg om het waarnemen met de zintuigen zó te oefenen, dat het zonder het automatisch daarin verlopende denken kan functioneren, waardoor een volkomen origineel ‘staan in de werkelijkheid’ bereikt wordt. Ook hier wordt de totaliteit van het gedachten-gewoontelevende bekeken om het vervolgens te kunnen loslaten.

Door Rudolf Steiner werd een weg naar spiritualiteit gewezen die door Christian Rosencreutz al werd gegeven (15<sup>e</sup> eeuw, stroming van de Rozenkruisers). Ook door Rudolf Steiner wordt op het denken gewezen. Hij benadrukt echter, dat de typische Europese spiritualiteit, de spiritualiteit van het Avondland, juist berust op een in de hand nemen van het denken. Ook hier wordt de innerlijke blik op de gedachten gericht, maar *niet* om ze te bekijken en los te laten, maar om ze te ontwikkelen. De eerste vormen van denken worden in het veld van het bewustzijn gebracht en aan de hand van oefeningen wordt gepoogd, deze denkvormen bewust en gewild te laten verlopen.

Het zesvoudige en het achtvoudige pad ('Nebenübungen') zijn de beproefde wegen om het gedachteleven met het 'daaronder' verlopende gevoels- en wilsleven in de hand te nemen en te houden. Zo wordt het tot gewoonte om de eigen ziel bij het denken te vatten en zelf de processen te sturen.<sup>2</sup>

Het zesvoudige pad bestaat uit de volgende stappen:

1. controle over het denken
2. controle over het handelen
3. gelijkmoedigheid
4. positiviteit
5. onbevangenheid
6. harmonie

---

<sup>2</sup> Rudolf Steiner, De weg naar inzicht in hogere werelden; Rudolf Steiner, Anweisungen für eine esoterische Schulung, GA 245

Dit pad kan als grondslag worden beschouwd voor het achtvoudige pad. Dit is het boeddhistische pad van liefde en medelijden door de volgende oefeningen:

1. juiste mening
2. juiste oordeel
3. juiste woord
4. juiste daad
5. juiste standpunt
6. juiste gewoonte
7. juiste herinnering
8. juiste beschouwing

Beide paden worden gevolgd om het innerlijke leven in het bewustzijn te brengen en om te vormen.

Het *zeshvoudige pad* richt meer de blik op de bewuste ziel, het *achtvoudige pad* reikt dieper, tot in de gewoontevorming van de innerlijke processen.

Deze twee paden vormen de louterende zijde van de ontwikkelingsweg zoals Rudolf Steiner die voor het Avondland heeft gegeven. De halfbewuste en onbewuste bezigheden van de ziel worden bewust en zo voor omvorming bereikbaar. De typische weg voor de mens in het Avondland heeft een *zuiver wetenschappelijk karakter*. Hiertoe richten we ons in eerste instantie op de *derde* vorm van het denken, het wetenschappelijke denken, en ontwikkelen dit van hier verder tot de hogere denkvormen. Het verstand is hier juist uitgangspunt, het wordt niet ontweken, maar verder gevoerd.

In zijn kentheoretische werken (zie de literatuuropgave) heeft Rudolf Steiner inzicht gegeven in hoe het verstand werkt, hoe kennis tot stand komt. Door hiervan kennis te nemen, word je je bewust hoe waarnemen met de zintuigen – maar ook waarnemen van je innerlijk – pas tot een ervaren van de volle werkelijkheid wordt, wanneer het denken ermee wordt verbonden en de betekenis wordt beleefd.

Voor zover waarnemingen *betekenisvol* zijn, zijn ze met *denken* doortrokken.

Het bewust worden van dit kenproces is als een ontwaken voor iets wat er steeds al was, wat je eigenlijk ook wel wist, maar niet in de volle helderheid van het dagbewustzijn. Toch is dit nog niet de zelfstandige denkende aanschouwing van het kenproces. De inzichten in het kenproces komen van Rudolf Steiner en je herkent ze als juist. Het eigen kenproces is echter te *zwak* om het zelf te kunnen onderzoeken, het ontglipt je voortdurend.

Zintuigen en verstand werken verlamd op elkaar. De moderne spiritualiteit van het Avondland is alleen maar te vinden als je die twee zijden van het kenproces (waarnemen en denken) uit elkaar leert te houden, ze elk voor zich zelfstandig leert in te zetten. Het is nodig om twee activiteiten te ontwikkelen.

De *eerste* is: meditatie.

De meditatie wordt zo ingericht, dat je het denken leert in te zetten zonder daarbij de zintuigen te gebruiken. Je sluit ogen, oren en andere zintuigen – voor zover dat gaat – en

je vormt een gedachte die *niet* bestaat uit een zintuigindruk die doordacht is, ook niet uit een herinnering, waarin zintuigindrukken voorkomen. Je vormt een beeld of een zin, die los staat van waarneming en herinnering. De zin: ‘De wijsheid leeft in het licht’ is hiervan een voorbeeld; andere mogelijkheden zijn het rozenkruis<sup>3</sup> of de proloog van het Johannes Evangelie.

Het komt er nu op aan, dat je alle energie ontplooit in die ene inhoud, waarbij de gedachte zó sterk moet worden, dat je deze kunt waarnemen, zoals je anders met je zintuigen waarneemt. De gedachte wordt waarneming en denken tegelijk, terwijl de zintuigen absoluut zwijgen.

In feite betekent dit, dat het denken ‘doorwild’ wordt. Het wordt van wilskracht vervuld, het wordt energie, kracht, inzet. Zó sterk, dat je die kracht kunt waarnemen. Dit hangt af van de mate waarin de zintuigen zwijgen en het denken uitsluitend denkt wat het *wil*. De wil, die altijd naar ‘buiten’ (in de handeling) gericht is, wordt verinnerlijkt en omhoog gebracht in het denken.

De *tweede* activiteit is: zintuigvrij begripsdenken.

Algemene begrippen zijn zintuigvrij, maar ze maken de zintuigwaarneming betekenisvol. Het kind herkent de cirkel, al kent het het begrip van de cirkel niet. Het begrip leeft onbewust als denken in de waarneming. In het leerproces verwerven we een bewustzijn van die reeds aanwezige

---

<sup>3</sup> Zie voor een beschrijving: Rudolf Steiner, De wetenschap van de geheimen der ziel.