

Méditation sur la perception sensible et Processus de lumière en l'âme

Dans l'époque de Michaël, dans laquelle nous vivons, il s'agit d'une part, de vivifier et de spiritualiser le penser propre. Il s'agit aussi exactement et urgemment d'éduquer la perception sensible et de la vivre tandis que la vie de l'âme du monde vient y résonner en même temps. Avec l'accomplissement de ce que Steiner a désigné comme le « processus de lumière dans l'âme (*Lichtseelenprozess*), le matérialisme de notre temps est surmonté pan après pan. La transformation du monde commence auprès de chaque être humain.

Une particularité de la méditation orientée par l'anthroposophie consiste en ce que la multiplicité des perceptions sensibles puisse et doive devenir l'objet de la pratique méditative. À côté de l'orientation intérieure — afin que mon Je ait à faire à tout ce qui relève de l'éducation de soi, la médiation idéale et celle mantrique — il y a ici aussi une orientation extérieure, car l'attention se porte sur la perception sensible et la mise en lumière de celle-ci dans l'esprit. L'ouvrage, *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?*, l'écrit le plus précoce de Rudolf Steiner, répond du thème de l'éducation spirituelle. Directement après les chapitres consacrés à la dévotion et au calme intérieur, s'ensuit un chapitre intitulé : *La préparation*, lequel traite de l'exercice de se consacrer aux phénomènes de la croissance et du dépérissement des plantes. Dans la préparation à l'initiation,

le début [...] doit consister à diriger l'attention de l'âme sur certains processus du monde végétal qui nous entoure. De tels processus sont la germination, la croissance et la vie luxuriante, d'une part et tous les phénomènes qui ont trait à la floraison, au flétrissement et à la mort, d'autre part.¹

On doit ici s'abandonner aux sentiments et idées qui montent, les laisser aller crescendo, les fixer et les observer — ceci tout en excluant tout ce qui en dérive. Le résultat de cet exercice, c'est qu'on éprouve de plus en plus comment les sentiments et idées font partie de ce qu'on appelle le monde de l'âme ou le plan astral.² Cette entrée dans le monde de l'âme entraîne avec elle le fait que de nouveaux domaines de responsabilités s'ouvrent. Le passage suivant de *Comment acquiert-on...*, traite de cette question : « On doit notamment apprendre à faire attention à ses propres sentiments et idées exactement de la même façon que l'on regarde où l'on met les pieds quand on marche dans le monde physique. »³ On peut voir à cet exemple comment la méditation de perception, dépend directement de l'extérieur dans son orientation, avec toujours une éducation de soi (orientation intérieure).

S'ensuivent des instructions d'exercice qui prennent en compte les sons émis par les animaux, car ces sons expriment à l'âme, leur vie astrale sur laquelle l'attention doit aussi être orientée.⁴ Pour finir, on étend ce genre d'exercices sur la nature entière. Tout semble alors manifester des secrets au travers de ces tons. Cette amorce d'apprentissage concerne l'ouïe de l'âme. On doit apprendre à « écouter avec la vie de l'âme ». ⁵ De nouveau l'orientation de l'exercice revient vers l'intérieur de l'âme. Car le for intérieur doit apprendre à se taire complètement. Lorsque j'écoute d'autres personnes, je remarque d'abord comment l'âme accepte ou est en accord, ou bien contredit ou encore si elle veut ajouter quelque chose. Tout cela doit être réduit au silence. Les paroles qu'autrui prononce le concernant en propre doivent être acceptées, pleinement dans l'oubli de soi et le silence. Ainsi apprend-on peu à peu à se fondre totalement dans l'essence d'autrui. On apprend ainsi à entendre la [résonance intérieure de la, *ndt*] « parole intérieure »⁶. Tonalités et paroles forment le milieu pour percevoir l'âme et l'esprit d'autrui.

1 Rudolf Steiner : *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?* (GA 10), Dornach 1992, p.43 [de l'édition allemande, *ndt*].

2 À l'endroit cité précédemment , p.45.

3 Voir : À l'endroit cité précédemment , pp.47 et suiv.

4 À l'endroit cité précédemment , pp.48 et suiv.

5 À l'endroit cité précédemment , pp.50 et suiv.

6 À l'endroit cité précédemment , p.138.

Dans cette amorce de perception sensible repose quelque chose qui des années plus tard, jettera des ponts directs avec la pédagogie Waldorf, la médecine anthroposophique, l'agriculture biologique-biodynamique et les diverses orientations thérapeutiques. Car pour se préoccuper, en tant qu'enseignant d'un élève en école Waldorf, lors de la méditation qui précède le sommeil, ou bien aussi de l'évolution de la maladie d'un patient qui nous a été confié, il nous faut développer d'avance certaines facultés concernant la méditation des perceptions. Comme le montre cependant les amorces méditatives de perception tirées de *Comment acquiert-on... ?* Il ne s'agit pas seulement de pures méditations de perception. Celles-ci mènent beaucoup plus vers l'expérience d'une ouverture du domaine de la « vie de l'âme » ou bien encore de l'essence « interne de l'animal ». On trouve un approfondissement en éprouvant de plus en plus clairement en sa propre vie d'âme les réalités des sentiments et des idées — et on en tire les conséquences qui s'imposent en apprenant à taire sa propre participation d'âme intempestive, pour éviter de la mélanger à celle que l'on écoute sans juger.

Courants des mystères du Sud et du Nord

Considérés historiquement, les Mystères sont diversement orientés, comme l'a décrit Rudolf Steiner dans le cycle de conférences *Microcosme et macrocosme*.⁷ Dans les Mystères du Nord, de l'Ouest, de la Scandinavie, d'Angleterre et d'Irlande et aussi ceux de l'Amérique du Nord, le chemin vers les êtres spirituels passe par la nature, le monde des êtres élémentaires du feu, de l'eau, de l'air et de la terre ainsi que par les saisons et planètes. Sur cette voie vers l'esprit derrière le monde sensible, le danger existait toujours que le candidat à l'initiation se perdît dans des états extatiques en étant en-dehors-de-soi.

Les Mystères du Sud œuvraient autrement, par exemple, ceux de l'Égypte antique dans les Mystères d'Osiris et d'Isis. Les candidats à l'initiation, dans les époques qui précédaient la conscience du Je individuel, étaient alors introduit par un prêtre initié aux profondeurs de leurs corps astral et éthérique. Dans leur for intérieur, ils rencontraient divers dangers qu'ils avaient à endurer. *La flûte enchantée* de Wolfgang Amadeus Mozart décrit ce parcours d'initiation au profondeur de l'être, à l'appui d'épreuves que Tamino doit affronter au parvis du temple égyptien et au porche d'effroi, ainsi appelé. Ce sont les qualités intérieures de la maturité qui sont testées, la discrétion ou taciturnité, la maîtrise de la peur et la constance face aux puissances de la nature qui menacent de faire vivement irruption en soi.

Les mystiques du Moyen Âge chrétien parcouraient aussi un chemin qui menait à l'intérieur du corps astral. Aux Mystères du Sud étaient par exemple associés la gnose chrétienne primitive. Les contemplations intuitives qui étaient vécues par les initiés de ce courant ont été décrites — en partant du corps astral qui s'élargissait jusqu'au Cosmos — en partie très vaste. Mais il y avait des limites de compréhension en relation avec le fait concret que le Christ cosmique avait vécu dans le corps de Jésus de Nazareth.

Dans les Mystères du Sud, il s'agissait toujours aussi du surmontement de son égoïsme propre et de la confrontation avec l'entité appelée *gardien du seuil* dans l'anthroposophie, ou encore selon le cas, le « petit gardien du seuil », alors que les initiés du courant du Nord rencontraient, lors de leur sortie dans le Cosmos, le « grand gardien du seuil ». Ces courants s'appartenaient et formaient une totalité. Ils furent réunis dans le mouvement Rose-Croix.

Le chemin d'évolution du Rose-Croix de l'anthroposophie renferment ses deux courants métamorphosés, à savoir les deux orientations d'efforts, aussi bien celle du courant du Sud que du courant du Nord, en formant un tout, ils étaient réunis dans le mouvement Rose-Croix. Car la méditation aux perceptions sensibles, relève du courant du Nord, alors que la métamorphose du corps astral, relève du courant du Sud.⁸ Rudolf Steiner avait relié ces deux courants dès le début. Pour pouvoir reconnaître cela, il faut, il est vrai, examiner les exercices et voir dans quel processus d'ensemble ceux-ci sont rattachés.

Par ailleurs, on peut aussi voir dans *Comment acquiert-on... ?* qu'aussi bien le petit gardien du seuil que le grand, jouent un rôle important en aidant l'élève, pour le petit gardien, à surmonter ses unilatéralités et ses limites alors que le grand gardien du seuil mène l'élève, dans tout ce qu'il est, au service du bien.

7 Du même auteur : *Microcosme et macrocosme* (GA 119), Dornach 1988.

8 Au plan biographique, le courant du Nord fut repris et approfondi, en particulier par Rudolf Steiner au travers de sa relation à Daniel Nicol Dunlop. Ici il développa dans les années 1922, 1923 ces conférences qui traitent d'importants points de vue d'écoles et d'impulsions de contextes initiatiques provenant de la voie initiatique nordique.

Il me semble central, lorsque je considère notre époque actuelle, que nous sollicitons de compléter l'arrière-plan de nos propres Mystères spécifiques. Les amorces du mouvement de perception, trouvent leur complément dans des exercices et des méditations qui œuvrent à façonner l'espace idéelle intérieur de l'âme en l'élargissant ensuite vers l'esprit ; alors que les amorces du penseur peuvent être élargies par une occupation approfondie et une méditation sur des contextes naturels. Le fait qu'aujourd'hui dans le mouvement de méditation, on parle de deux groupes, le groupe de « ceux qui perçoivent » et celui des « penseurs », cela me semble pour le moins être une relique relevant plutôt du passé et de l'origine karmique, par rapport à ce qu'il serait souhaitable de faire de nos jours. Par ailleurs, je souhaiterais montrer dans un autre contexte que ce semblant d'opposition n'en est pas une en réalité.

L'expérience montre en effet nettement que ce n'est véritablement que lorsque le corps astral personnel est travaillé et qu'il se retire en conséquence, en libérant un espace au profit du corps éthérique. Cela lui permet de s'étendre en se fondant avec l'éthérique de la perception sensible en menant possiblement à des perceptions suprasensibles. Si ce travail de préparation ne se trouve pas réalisé ou ne l'est pas suffisamment, on mélange alors des éléments personnels avec ce qui se présente dans la perception spirituelle.

Processus de lumière en l'âme

Une amorce d'éducation conforme à l'époque dans la manière de fréquenter les perceptions sensibles se trouve au centre de *La mission de Michaël*.⁹ On peut montrer, ici aussi, que l'opposition apparente entre le percevoir et le penser, c'est en réalité quelque chose qui se complète et se nécessite réciproquement.

Steiner y développe tout d'abord comment l'humanité des temps primitifs pouvait s'éprouver en étant unie avec le monde extérieur et la nature. À l'époque culturelle égypto-chaldéenne, une relation s'instaura avec le monde qui correspond à celle d'une lemniscate, autour de laquelle se trouve une ellipse — c'est-à-dire qu'une sensation d'être uni à tout vivait encore. Pendant cette époque culturelle se développa l'apprentissage de la respiration du *Yoga* au travers de la quelle la compréhension profonde du monde extérieur, telle qu'elle était possible dans les temps les plus primitifs, pouvait être ré-acquise. Car il y avait encore quelque chose de vivant dans l'air et donc dans la respiration elle-même qui était dans le même temps relié à une vie d'âme aérienne, atmosphérique extérieure. Cette vie d'âme atmosphérique ne put se maintenir par la suite — c'est la raison pour laquelle la respiration-yoga n'est plus encore qu'une illusion depuis et ne peut plus conduire à une véritable union.¹⁰

À l'époque gréco-latine, ce lien au monde et à la nature se perdit définitivement. Désormais l'être humain ressent son intériorité et le monde extérieur comme étant séparés l'un de l'autre. Il n'y a donc plus de point de croisement. Dans notre cinquième époque, de culture post-atlantéenne naquit la science naturelle moderne. Et avec cela l'intériorité humaine et le monde extérieure sont encore beaucoup plus écartés et éloignés l'une de l'autre. Ce ne fut plus désormais que le chef, la tête de l'être humain, qui éprouve et ressent l'extérieur comme étant totalement, radicalement séparé. Dans les deux directions à la fois, aussi bien vers la nature que vers notre intériorité, nous sommes totalement incomplets ou défectifs :

Au travers de notre organisation céphalique une contemplation incomplète de la nature, ce que nous appelons le monde extérieur, et au travers de notre organisation intérieure, au travers de l'organisation du reste de l'être humain, une connaissance/savoir incomplète de nous-mêmes. [...] Entre les deux quelque chose, fait défaut que nous avons perdu, en ce en quoi nous verrions sinon un processus du monde et un processus de nous-mêmes.¹¹

Il est question ici de quelque chose de « perdu », comme n'existant pas, ou en ayant été ôté, en tout cas qui ne peut venir à être vécu : à savoir, un processus qui émanerait d'une part, de l'être humain lui-même et, d'autre part, du monde lui-même, donc là où il pourrait y avoir un pont à jeter. Steiner explique ensuite là-dessus que cette formation de pont dépend de notre propre corps éthérique. Pour cela, il nous faut : « de-

9 Voir Rudolf Steiner : *La mission de Michaël (GA194)*, Dornach 1983.

10 À l'endroit cité précédemment, pp.102 et suiv., dans l'édition allemande. [Pour le français voir aux éditions Triades : Paris *La mission de Michaël*, ISBN 2-85248-032-8 — pp.87 et suiv. En particulier la sixième conférence du cycle où se trouvent clairement dessinés les schémas de Rudolf Steiner qui expliquent l'avènement de l'école-Yoga suite à la différenciation du monde. Ceci est très important pour la suite de l'exposé de Corinna Gleide ! *Ndt*]

11 À l'endroit cité précédemment, p.107. [Chez TRIADES, voir p.92 en haut, la traduction est malheureusement un peu « sèche » dirions-nous, personnellement je dirais plutôt p(h)arisienne... *ndt*]

venir conscients d'une relation bien plus délicate, plus subtile de l'être humain au monde extérieur, de sorte qu'en relation avec notre corps éthérique quelque chose a lieu qui pénétrera et s'élèvera peu à peu à notre conscience. »¹² Il parle ici d'un processus respiratoire très délicat, très affiné, qui a lieu entre les perceptions sensibles et l'être humain lequel cependant — comme on l'a dit — ne tombe pas tout d'abord sous le sens, parce qu'il se déroule entre le corps éthérique et l'impression des sens. Ce processus doit venir de plus en plus à notre conscience à notre époque justement. En lui «se trouve désormais l'élément d'âme vivant (*see-lische*) qui voici trois millénaires était inspiré et expiré avec l'air »¹³. Nous devons apprendre,

que nous n'avons pas simplement des perceptions sensibles que nous accueillons du monde en nous, mais aussi des choses spirituelles. Nous devons être certains qu'avec chaque rayon de lumière, qu'avec chaque son, qu'avec chaque sensation de chaleur et l'écho qu'il laisse derrière lui dans la circulation d'échange de vie d'âme que nous avons avec le monde, doit devenir quelque chose d'important pour nous.¹⁴

Après ces indications plutôt générales qui renvoient à une direction d'exercices dans la fréquentation des perceptions sensibles, il s'agit de la pré-existence de l'âme humaine parce que manifestement la conscience de l'anté-naissance disparut aussi historiquement, dans la même mesure, au même moment où le processus respiratoire de l'âme disparaissait. [En cessant d'être « animé », c'est-à-dire rempli d'âme », *ndt*] La conscience de la pré-existence de l'âme et la manière dont elle éprouvait elle-même en relation avec la perception sensorielle sont en relation mutuelle : « La pré-existence disparut de tout ce qui dépendait de la conscience céphalique. »¹⁵ S'ensuivent alors des indications plus précises, sur la manière dont s'accomplit ce qu'on appelle le processus de lumière dans l'âme — et donc le nouveau genre de fréquentation de la perception sensorielle et de découvrir en elle une vie spirituelle.

Lorsque nous aurons réacquis l'essence animée de nos sensations sensorielles nous retrouverons alors un point de croisement et à ce point nous saisirons la volonté humaine, qui afflue en s'élevant de la troisième couche de conscience [...]. C'est alors que nous aurons en même temps quelque chose de subjectif-objectif, ce dont Goethe était consumé de la soif.¹⁶

Et un second processus doit avoir lieu alors de l'extérieur vers l'intérieure, de sorte que on en vienne justement à un second point de croisement entre intérieur et extérieur :

La réalité est beaucoup plus celle-ci qu'un processus de la vie de l'âme se produit de l'extérieur vers l'intérieur, qui est saisi par un processus intérieur profondément sous-conscient de l'âme, de sorte que les processus se chevauchent. De l'extérieur agissent les idées universelles intérieurement en nous, de l'intérieur opère la volonté de l'humanité. Et ainsi se croisent la volonté de l'humanité et les idées universelles à ce point de croisement, comme dans la respiration où l'objectif s'est croisé jadis avec le subjectif.¹⁷

Auparavant, pendant des années que je me trouvais en face de ces deux extraits de texte cités, j'ai nourri une profonde attitude interrogative en moi quant à ce que pouvait bien vouloir dire ce texte. En particulier avec la notion des idées universelles (*Weltegedanken*) et de la volonté de l'humanité (*Menschheitswille*), cela restait « suspendu en l'air » pour moi. C'était la même chose pour moi ici que dans d'autres domaines de l'anthroposophie et notamment du parcours de formation : ils ne se révélaient que de manière limitée par la réflexion. Cependant, à mesure que la propre pensée s'approfondissait dans un processus volontaire, j'ai remarqué que dans l'approche méditative et pratique de la perception sensorielle, des connexions étaient progressivement révélées et rendues plus claires, ce qui correspond aux passages mentionnés sur le processus de lumière en l'âme.

12 À l'endroit cité précédemment, p.109. [Chez TRIADES, voir p.92, en bas, *ndt*]

13 À l'endroit cité précédemment, p.110. [Chez TRIADES, voir p.94, en haut, *ndt*]

14 À l'endroit cité précédemment, *Ebd.* [Chez TRIADES, voir p.94 au beau milieu, *ndt*]

15 À l'endroit cité précédemment, p.111 [Chez TRIADES, voir p.95 en haut, *ndt*]

16 *Ebd* [Chez TRIADES, p.95 dans le bas, *ndt.*]

17 À l'endroit cité précédemment, p.112, [Chez TRIADES, voir p.95 bas et haut de la p.96, *ndt*]

Exercices au bleu du ciel

L'exercice appelé « au bleu-du ciel » fut décrit à plusieurs reprises par Rudolf Steiner.¹⁸ Je n'ai cessé de le pratiquer aussi bien individuellement qu'avec les participants à mes séminaires de méditation. Je vais ici en faire un compte rendu, parce qu'une harmonie a émergé avec ce qui a été présenté ici sur le processus de lumière en l'âme et que divers fils se sont ainsi réunis.

Au premier degré de l'exercice, il s'agit de la perception du bleu du ciel ; il est important ici d'absorber, à l'instar d'une éponge, sans mélange d'idées et de la laisser opérer. Au deuxième degré de l'exercice nous guettons le geste intérieur répondant depuis l'être humain à ce qui a été ainsi absorbé. Il faut aussi situer cela avec ce que Rudolf Steiner, en se rattachant à Goethe, appelle les images persistantes sur la rétine. Néanmoins ce qui peut arriver ici peut aller au-delà de ces images persistantes. Parce que le corps éthérique réagit sur la base d'un certain entraînement — en tout cas de nos jours — assez précisément : il s'acquitte un geste qui s'ouvre vers le haut, aussi avec un jaillissement vers le haut d'une force intérieure. Ce geste est d'une nature volontaire.¹⁹

Au troisième degré de l'exercice il s'agit de réceptivité. De ce bleu du ciel peut venir une sorte de réponse, laquelle consiste, par exemple, dans le sentiment d'une vénération et d'un don de soi le plus profond. Mais il se peut aussi qu'une inspiration, une pensée globale du monde, se dissolve comme du bleu du ciel et se réunisse avec le geste de la volonté. On contemple ensuite comment on prend part à quelque chose de grand, de cosmique : en la vertu cosmique de la vénération et de la piété.²⁰

Que le geste de réponse dans le corps éthérique soit de nature volontaire, cela a déjà été signalé. Ceci peut être observé à certains exercices. Ici s'adaptent le corps éthérique propre et l'éthérique de l'activité d'observation — et donc le bleu du ciel. On en vient ainsi à une capacité de perception sur le plan éthérique pour ce qui repose à la base de la perception sensorielle. Rudolf Steiner parle dans ce cas d'un « processus intérieur de l'âme profondément sous-conscient ». Mais du fait qu'aujourd'hui le corps éthérique de nombreuses personnes se rehausse fortement du physique des processus qui, à l'époque, étaient sous-conscients deviennent accessibles à la conscience. Ces expériences de geste ou aussi d'écoutes re-créatrices correspondent au degré imaginaire dans ce processus.²¹ Et il peut s'ensuivre, comme venant et se rajoutant de l'extérieur, non pas comme un processus spatial — puisque c'est une expérience de l'au-delà du seuil — une vaste idée de nature inspiratrice : « Volonté d'humanité et idée universelle se croisent.

Dans les conférences consacrées aux *Limites de la connaissance de la nature* Steiner entre dans le thème de l'inspiration et de l'expiration, en relation avec la perception sensorielle. Il montre que le processus de perception est un processus d'inspiration. Ce processus présuppose que l'on puisse retenir le penser, ce qui n'est possible qu'après un rigoureux travail de maîtrise du penser à ce niveau ! Dans cette mesure, la méditation de perception au sens commun, présuppose que l'on n'immisce guère ses propres contenus représentatifs dans le processus de perception. Il importe que l'on absorbe, « pour le dire ainsi, les perceptions, sans se mettre aussitôt à les élaborer avec des représentations. »²²

18 Voir la conférence du 6 janvier 1908 dans, du même auteur : *Das Hereinwirken geistiger Wesenheiten in den Menschen [L'action des entités spirituelles chez les êtres humains]* (GA 102), Dornach 2001 ; Conférence du 3 avril 1912 dans, du même auteur : *Die geistigen Wesenheiten in der Himmelskörpern und Naturreichen [Les entités spirituelles dans les corps célestes et les règnes naturels]* (GA 136), Dornach 1996.

19 Ce deuxième degré de l'exercice peut aussi être réalisé de sorte que ce qui est perçu est intérieurement recréé et en cela en veillant à ce que la recréation consiste en une expression réelle de ce qui a été perçu et la volonté recréante se laisse déterminée par le bleu du ciel. Comme ce qui a été décrit, par exemple, à l'appui d'une méditation de perception d'une amaryllis dans mon essai : *La sensation commence à parler* dans *Die Drei* 4/2016, pp.21-30 [Traduit en français : DDCG416.pdf].

20 Ceci fut exposé pour la première fois au colloque d'Akanthos, le 4 décembre 2015, à Stuttgart sous l'intitulé : *Inspiration et processus de lumière en l'âme*. Voir : Corinna Gleide : *Die Geburt der geistigen Sonne. Meditative Wege und Erfahrung [La naissance du soleil spirituel. Cheminement et expériences méditatives]*, Stuttgart 2021, p.100

21 Dans la post-face de la ré-édition de 1918 de *Comment acquiert-on... ?* Rudolf Steiner aborde le comment le vouloir humain, prend part à l'essence du monde ; ceci vaut aussi bien pour le processus de perception spirituelle qu'aussi pour l'action humaine. On peut donc affirmer : L'être humain ne fait qu'un dans son vouloir avec son monde environnant. Pourtant il insiste aussi sur ce point quant à combien le penser ici est important. Sans l'activité dynamique du penser, la volonté demeure dans une dépendance du corporel. Voir GA 10, p.219.

22 Du même auteur : *Les limites de la connaissance de la nature* (GA 322), Dornach 1981, p.113.

Le processus d'expiration, Steiner le relie au penser pur qui est en même temps une extériorisation du vouloir. Le corps éthérique porte dans le processus d'expiration des gestes du vouloir à ce qui a été inspiré comme perception. À cette occasion, le penser pur se transforme et devient inspiration. Comme l'écrit Anna-Katharina Dehmelt dans son ouvrage : *Kreuz und Rose [Croix & Rose]* — dans lequel elle traite aussi du processus de lumière en l'âme — que l'on fait l'expérience de « *ce penser, bien moins actif que réceptif, qu'un penser qui afflue à la rencontre de ce qui est perçu, un penser qui de fait organise et structure le monde et ne fait pas seulement que le copier, comme notre penser quotidien.* »²³

Examinons une fois encore le processus de lumière en l'âme dans sa totalité, avec un processus d'inspiration, ou selon le cas, de perception d'un côté, et un processus se formant d'expiration, ou selon le cas de geste du vouloir, de l'autre côté. Et contemplons aussi le fait concret de l'idée cosmique qui afflue à la rencontre de ce qui est perçu de sorte que se rencontrent et se croisent « volonté d'humanité et idée universelle ». Je pense qu'il devient ainsi évident qu'une méditation de perception au sens clairement propre duquel, ne réussit que lorsqu'elle peut être maintenue libre de toute représentation personnelle. Les profondeurs du corps éthérique personnel peuvent seulement ensuite répondre, d'un geste inhérent au vouloir, ou selon le cas par l'expiration si les représentations et idées du quotidien sont totalement abandonnées. Et la réceptivité pour l'inspiration présuppose que le silence intérieure ait été appris.

Plus haut, il fut question que tout d'abord, il faille qu'il y eût un manque au départ, aussi bien de la part de l'être humain que de la part de la nature, pour que l'on puisse jeter un pont de l'un à l'autre. Ensuite il fut nettement rendu manifeste que dans le corps éthérique de l'être humain et dans l'éthérique de la nature on peut découvrir ce domaine où une interpénétration réciproque a lieu, de sorte que les processus et les gestes que j'accomplis et perçois dans mon corps éthérique ont effectivement quelque chose de subjectif-objectif. Ce sont ces processus du monde extérieur, qui sont en même temps des processus intérieurs. De ce fait quelque chose de la vie d'âme peut être absorbé par la perception sensorielle. Des processus éthériques qui furent encore décrits voici un siècle comme se déroulant profondément dans le sous-conscient en viennent aujourd'hui à s'élever dans notre champ de conscience. Rudolf Steiner relie ce processus de lumière en l'âme avec la manière dont aujourd'hui, on doit comprendre le Mystère du Golgotha.²⁴ En traitant la nature de cette manière aujourd'hui, en inspirant et en expirant, nous construirons avec elle une relation semblable à celle du Christ :

Lorsque nous apprenons à co-recevoir et partager l'élément d'âme qui vit dans la nature, alors nous aurons la relation christique à l'égard de la nature extérieure. Puisque la relation christique à l'égard de la nature extérieure sera quelque chose comme une sorte de processus respiratoire spirituel.²⁵

L'avènement primordial du Mystère du Golgotha doit être appréhendé par nous aujourd'hui de sorte que le Christ revenu vive dans le monde éthérique. Il peut toujours et partout être rencontré là où les habitudes de perception visuelles et sensorielles matérialistes sont transformés dans la nature par l'exercice. C'est l'entité de Michaël qui indique ces voies.

Die Drei 5/2024.

(Traduction Daniel Kmiecik)

Corinna Gleide est née en 1964. Elle a fait des études de philologies allemande et anglaise, d'histoire à Tubingen, Leeds (GB) et Berlin et de pédagogie. Depuis 1997 collaboratrice en recherche en éducation et formation et développement professionnel. En 2002 co-fondatrice de l'Institut D. N. Dunlop pour la formation anthroposophique des adultes, recherche sociale et conseil à Eberbach, près de Heidelberg. (www.dndunlop-institut.de). Chargée de cours en divers lieux de formation. Elle est auteure de nombreux ouvrages, ainsi que rédactrice de *Die Drei* depuis 2015. Le point fort de ses activités sont les séminaires et conférences sur la méditation anthroposophique ainsi que sur le cheminement de la formation en anthroposophie, christologie, le Graal et les processus de formation de communauté.

23 Anna-Katharina Dehmelt : *Kreuz und Rose. Meditation in Anthroposophie [Croix & Rose. Méditation dans l'anthroposophie]*, Stuttgart 2023, pp.235 et suiv. [voir la recension traduite en français de cet ouvrage en allemand dans ce même numéro de *Die Drei* : DDCGAKD524.pdf, *ndt*]

24 Voir **GA 194**, p.110.

25 À l'endroit cité précédemment, p.113.