

Chers amis,

Adalbert Stifter (1805-1868) écrit à son éditeur et ami, Gustav Heckenast :

« ...maintes fois, c'est pour moi... — Vous ne devez pas vous méprendre et m'interpréter comme fier, je peux vous dire cela — maintes fois, c'est pour moi comme si je puisse faire de main de maître, ce qui dure tout le temps et peut exister à côté de ce qu'il y a de plus grand, c'est une passion profondément saine en moi de me rendre à cela — mais alors, extérieurement ce n'est plus le calme, **les petites choses se mettent à crier là-dedans**, on doit d'office, et sur l'ordre des hommes, qui les tiennent pour importantes, en prendre soin ou pas, et l'élément de grandeur va jusque-là. » (A. Stifter « *Les petites choses crient à l'intérieur* » — 59 lettres », Insel, Francfort, 1991, p.88). Theodor Fontane (1819-1898) laisse dire à un de ses personnages : « ... des vétilles, qui sont le plus souvent l'essentiel... » (Christine dans « *Irréparable* », p.24, Munich, 1990).

Rudolf Steiner recommanda, dans son *Cours de pédagogie curative* (GA 137, 10^{ème} conférence) « la dévotion à l'insignifiant » et à partir de son ouvrage « *Comment acquiert-on ...* » (GA 10), il ressort nettement que l'élève spirituel a à maîtriser le quotidien : « La tâche de l'être humain c'est foncièrement de chercher sur cette Terre. Et, celui qui se soustrait aux tâches de cette Terre et veut se réfugier dans un autre monde, alors il peut être sûr qu'il n'atteindra pas son objectif » (Chapitre « Le clivage de la personnalité... »). Dans la conférence « *Nervosité et entité-Je* » (édition séparée, ou bien GA 143, 11.1.1912) Rudolf Steiner recommande sept exercices différents, qui tous s'occupent plus ou moins des petites choses de la vie : l'exercice de s'appliquer à quelque chose, de modifier son écriture, par exemple, la représentation à rebours, de se considérer comme étranger à soi¹, le renoncement à désirer, peser avec soin le pour et le contre, et le renoncement à juger. Ce sont des exercices, auxquels Rudolf Steiner attribue même l'effet d'activer la santé. Dans mon ouvrage sur la médecine anthroposophique (Édition du Goetheanum), j'ai consacré un chapitre entier à ce sujet et tenté de montrer que dans ces 7 exercices-nains, se retrouvent les 7 progressions-géantes de l'évolution. Il s'agit pour l'essentiel de s'extraire un bref instant des déroulements routiniers quotidiens, et donc par exemple de s'organiser pour déposer ses clefs de voiture chaque jour à des endroits différents, mais consciemment repérés, tout en s'imprégnant consciemment des images du nouvel emplacement, afin de ce fait de mieux les retrouver². Rudolf Steiner utilise — dans cette conférence, au sens de ce qu'on veut dire ici au sujet des petites choses de la vie — carrément des superlatifs : « Cela appartient aux plus grandes conquêtes de l'être humain, des choses que l'on fait, mais que l'on peut faire aussi autrement dans des circonstances ». Donc connaissez-vous avec quel bras vous enfiler d'abord votre manteau ? Si vous ne le savez pas, faites-y donc une fois attention et essayez, de l'enfiler d'abord par l'autre bras.³

De tout cœur vôtre

Friedwart Huseman

¹ Attention, sans aller trop loin dans cet exercice, sinon vous allez faire croire aux gens, qu'ayant été élu socialiste, c'est normal que vous meniez finalement une politique de droite une fois au pouvoir, j'en connais un célèbre ! D.K.

² Pour les bio-dynamistes et fermiers, le fait de s'occuper régulièrement d'animaux matin, midi et soir, c'est aussi une bonne école d'attention, parce que chaque jour, c'est une situation différente qui brise la routine inconsciente, à cause de la vie et qui demande une très grande attention, D.K.

³ Et avec quel pied vous poussez en premier sur la pédale du vélo pour accélérer ? D.K.