

## INHOUD

AAN DE LEZER

13

EERSTE VOORDRACHT – Den Haag,  
donderdag 20 maart 1913

17

**Veranderingen in de menselijke wezensdelen onder invloed van een esoterische ontwikkeling**

Serius werken met antroposofie (esoterisch of exoterisch) brengt bepaalde veranderingen in het totale menselijk organisme tot stand. Belangrijke veranderingen in het fysieke lichaam, uiterlijk echter niet waarneembaar. De fysieke organen worden zelfstandiger, beweeglijker en onafhankelijker van elkaar, terwijl het fysieke lichaam in zijn totaliteit als onbeweeglijker wordt ervaren. Onderscheid tussen ziek zijn en de begeleidende verschijnselen van het innerlijk antroposofische of esoterische leven. Het gevoeliger worden van het bloedstelsel voor de invloeden van klimaat en bodem; het hiervan onafhankelijker worden van het zenuwstelsel. Mee-trillen van het zenuwstelsel met de seizoenen: gedachten in de winter makkelijker abstrakt en in de zomer makkelijker beeldend, aanschouwelijker. Dierlijk en plantaardig voedsel. Toenemende afkeer tegen vleesvoeding. Alkohool en zijn werking tegen de aktiviteit van het Ik. Onafhankelijker van el-

kaar worden van ruggemerg en hersenen. Het levendiger en zelfstandiger worden van de menselijke organen. Afkeer van abstrakt denken.

## **TWEDE VOORDRACHT – 21 maart 1913**

37

### **Het innerlijk beleven van de genotmiddelen**

Vergelijking van voedingsmiddelen: melk, plantaardig en dierlijk voedsel. Eiwitten en vetten; hun relatie tot de kosmos. Zetmeel en suiker. Het innerlijk beleven van genotmiddelen. Koffie: vormkrachten van het fysieke lichaam – logisch denken. Thee: golvende beweeglijkheid van het etherlichaam – sprankelende geestigheid en dweperij. Chokolade: kleinburgerlijkheid. De relatie van onze organen tot de planeten. Belevens van de bloedsomloop en het hart als spiegelbeeld van de makrokosmische inwerking van de zon op aarde; van de hersenprocessen als afbeelding van de kosmische verhoudingen van de hele sterrenhemel; van de spijsvertering als behorend tot de aarde. Het driedelig wezen van de mens. Spijsvertering. Het belang van het moment van wakker worden. Slaap en het waakbewustzijn. ‘Barometer’ voor gezonde of ongezonde voeding – harmonie met de kosmische wetten.

## **DERDE VOORDRACHT – 22 maart 1913**

63

### **De evolutie van de menselijke zintuigen**

Waarneming van het etherische wezen door een droomachtig bewustzijn van het spierstelsel, van het beenderstelsel als van een schaduw van de afzonderlijke zintuigorganen als van bijzondere werelden die in ons binnendringen. – We nemen de warmte-ether waar als door de ruimte heen stralend en ons doordringend; de lichtether, de chemische ether en de levensether als een binnendringende etherische organisatie. Het huidige gehoororgaan is de wekker van een kosmische herinnering; dit geldt in nog hogere mate voor de spraakzin dan voor de toonzin. Omvorming van het geheugen in een aanschouwen van beelden die in de tijd verwijderd zijn. Sensitiviteit ten aanzien van het eigen temperament.

**Het gedifferentieerd beleven van het etherische**

Het verkrijgen van een tijdgevoel in het etherlichaam; je beleeft de uiterlijke ether als levende wezens. Differentiëringen in het innerlijk beleven van het etherlichaam. De werkzaamheid van de opeenvolgende Amshaspands aan het etherlichaam van de menselijke hersenen tijdens de oude Maanperiode wordt in de afbeelding van het etherische oerbeeld ervaren: in de fysieke hersenen. Het meenemen van de stromende tijd: oprollen van een oerver verleden. In het midden-deel van het etherlichaam: een meedrijven met de stroom van de tijd, gevoel als tussen de flegmatische en de sanguinische stemming, terwijl het zich concentreren op het etherlichaam van het hoofd verbonden is met een melancholische stemming. Een derde deel van het etherlichaam ervaart men als in de aarde verdwijnend, zich uitbreidend; een vierde deel als indruk van een uiterlijke vorm, van een eivorm, die zich vervolgens kleurt. – Het inwerken van de geesten van het jaarverloop in het dagverloop brengt nieuwe differentieeringen in het beleven van het etherlichaam, zoals anders volgens de seizoenen, zo ook volgens de uren van de dag. Het bij een esoterische ontwikkeling onderdrukken van de zintuiglijke waarneming en vervolgens van het abstracte denken. Door God geschonken wijsheid stroomt binnen in het verdwijnende eigen denken; in het etherlichaam stroomt iets uit als een tegemoetkomende stroom vanuit de toekomst. Voorwaarde daartoe is het ontwikkelen van gelatenheid.

**VIJFDE VOORDRACHT – 24 maart 1913****Het omvormen van oordeel, gevoel en wil**

De verandering van de gezonde oordeelskracht in gezond aanschouwen. Verwerving van een innerlijk tijdsbegrip. Schranderheid wordt afgelost door wijsheid: de gedachten denken zichzelf in je; ze verbranden dat wat je zelf als gedachte hebt voortgebracht. Gevoel en wil worden verwanter. Hogere genot-behoefte ten aanzien van geestelijke zaken verschijnt als fijnere egoïteit en wordt langzamerhand overwonnen; onegoïstisch voelen wordt tot spirituele verplichting. Het ervaren hoe wil en gevoel uit onszelf opstijgen, terwijl de

gaven van wijsheid ons met de hele wereld verbinden. Sympathie en antipathie ten aanzien van de innerlijke activiteit van gevoel en wil. Zelfkontrolé van het gevoel en van de gedachte. In het samenkomen van de uit het innerlijk opstijgende gevoel en de van boven binnenstromende wijsheid beleeft je de etherische wereld. In de terugslag waar binnenstromende wijsheid in ons op stoot, beleeft je de Archai.

#### ZESDE VOORDRACHT – 25 maart 1913

137

##### De Paradijslegende en de Graalsage

Een ogenblik van helderziend schouwen als hypothese: terugblik vanuit Ik en astrale lichaam op het fysieke en etherlichaam. De indruk is een gevoel van mateloze bedroefdheid. Het in de beweeglijke etherische structuur van het etherlichaam ingebed zijnde fysieke lichaam verschijnt in zijn organen als verschrompelde rest van ooit bestaande, prachtige levende wezens. In de imaginatie groeien deze organen uit tot wat ze ooit waren. Kennismaking met Lucifer. Het zenuwstelsel, eveneens een verschrompeld produkt, lost op in een geheel van plantaardige wezens. Door de zelfbezinning voel je je gedrongen te weten waarom dat allemaal is verschrompeld: je hebt met je eigen wezen zelf de doodskiem erin gelegd. Imaginatie van het Paradijs. De beweeglijke feiten in het etherlichaam zie je in het tijdgebeuren. Door de afgrond van de algemene wereldether ben je van je etherlichaam gescheiden; je beleeft dan een naar je eigen etherlichaam toegaan en naar binnen kijken. Daar verschijnt een wezen omsloten door rotswanden. Ons schedeldak is als een burcht waarin de etherische krachten omhoog stromen: die van de zenuwbanen als een zelf gesmeed zwaard; die van het bloed als een bloedige lans. Het edelste gedeelte van de hersenen mag zich slechts voeden door de verbinding van de fijnste zintuigindrukken met de edelste minerale produkten; alles uit het planten- of dierenrijk wordt door het etherlichaam afgestoten. Dit alles, in beeld gebracht, leverde de Graalsage op.

**Astraliteit en egoïteit. Amfortas en Parcival**

Het zelfstandig worden van het astraallichaam. Egoïsme als eigenaardigheid van het straallichaam maakt de verruiming van de belangen over de gehele aarde noodzakelijk (Paradijslegende), het loslaten van de persoonlijke belangen (Amfortas), het innerlijk willen begrijpen van wat de hele mensheid toekomt (Parcival). Mogelijkheid om het vrij geworden astraallichaam te beïnvloeden door ritens, of door het geëmancipeerde astraallichaam van een sterkere persoonlijkheid. Samentrekken van de mensheidsbelangen naar het punt van het Ik in de bewustzijnsziel in ons tijdperk. De voorbereiding daartoe door Augustinus. De strijd tussen de astraliteit en de egoïteit. De drie Faust-figuren en hun verbinding in Goethe's 'Faust'.

**De Wachter aan de Drempel. Kain en Abel**

Het beleven van de ijzige eenzaamheid als tegenwicht voor het toenemen van het egoïsme in het astrale lichaam. Het uitbreiden van het astrale lichaam tot wereldbelangen en het nader komen tot de Paradijs-imaginatie; ontmoeting met de Wachter aan de Drempel. Het je vastgeketend voelen aan de magnetische krachten die je naar het persoonlijke omlaag trekken: je passeert de Wachter aan de Drempel niet. Vereniging met de Paradijs-imaginatie schept het orgaan om andere wezens te schouwen. Beschrijving van andere belevingen: je uiterlijk wezen als hoeder van je innerlijk wezen. Begrip van de verhouding van de omhullingen tot het Zelf. De aardse mens is de omkering van wat hij ééns is geweest. De imaginatie van het verhaal van Kain en Abel: spiegeling van een hoog offer. Het aardse menselijk inzicht: de dof gemaakte vernietigingsdriften. De in het wezen van de ander verdiepte voorstelling: het afgestompte wapen van Kain. Het is een boven zichzelf uitstijgen van het egoïsme. Het leidt tot kennis van de konkrete zaken, tot de imaginatieve kennis, tot de inspiratieve kennis, tot de intuïtieve kennis. Het Zelf wil ook nog overgaan in het andere. Zwarte magie: verbond met Ahri-

man-Sjiva. Zelfopvoeding. Zich verheffen tot de wezens van de hogere hiërarchieën in hun ware gedaante; het belang van de ander hoger stellen dan het eigenbelang.

#### NEGENDE VOORDRACHT – 28 maart 1913

211

##### **Veranderingen in astraallichaam en het Zelf. Kentaur en sfinx. Lucifer en Ahriman. Christus in het etherische**

Helderziende waarneming van de menselijke gestalte uit de oertijd in het ontwakende slaapbewustzijn (Paradijs-imaginatie). Schaduwachtige indruk van een kentauro, vervolgens van een sfinx: verschillende aspecten van een ons aan een dierlijk wezen herinnerende voortzetting naar beneden toe van de menselijke structuur. Beelden zijn belangrijk, de innerlijke ervaringen zijn nog belangrijker. Stier, Leeuw en Adelaar: symbolen van schoonheid. Nachtelijke indruk van Lucifer: geest van de schoonheid en van de egoïteit. Overdag de indruk van Ahriman: wat ons tot genot verleidt, maar ook wat ons angst inboezemt. De intellectuele ontwikkeling. Materiële atomen; Ahriman-Mefisto. Onze metgezel overdag: Ahriman, onze nachtelijke metgezel: Lucifer. Christus' fysieke verschijning – een bescherming tegen Ahriman; Christus verschijning in het etherlichaam – bescherming tegen de toekomstige invloed van Lucifer. Christus in etherische gestalte reeds vanaf de 20e eeuw waarneembaar. Een juiste ontwikkeling van het Zelf en het astrale lichaam leidt tot inzicht in de drie, de mensheidsevolutie bepalende impulsen. Onjuiste imaginaties doven het gezonde verstand en de intellectualiteit van de mens uit.

#### TIENDE VOORDRACHT – 29 maart 1913

233

##### **Het etherlichaam: verteller van de wereldgeschiedenis. Het astraallichaam: zon. Het Zelf: zeven planeten**

Veranderingen van de mens bij het aanschouwen van een andere, helderziend wordende persoon van buitenaf. Het innerlijk waargenomen beweeglijker worden van delen van het fysieke lichaam voor de helderziende blik als uit-elkaar-gaan, splijten en groeien. In de plaats van fysieke materie treden voor de helderziende blik imaginaties op; twaalf afzonderlijke

geledingen van een kosmisch schilderij. De beelden tonen de geestelijke wezens van de makrokosmos, de hogere hiërarchieën. Het etherlichaam als een verteller van de kosmische geschiedenis. Het astrale lichaam wordt steeds meer de uitdrukking voor de waarde van de mens in de kosmos. Het Zelf van de mens splitst zich, stuurt zijn bewustzijnsinhoud erop uit, verplaatst een gedeelte van zijn zelfbewustzijn naar het innerlijk van een wezen van de hiërarchieën. Het astrale lichaam wordt als een zon die haar kosmische belangen uitstraalt. Het Zelf wordt als de planeten die om de zon van het astrale lichaam cirkelen en andere wezens ontmoeten. Het afzonderen van het Zelf van zeven Zelfen. Dieren en planten in hun uiterlijke vormen zijn imaginaties van Ahriman. De omvorming van de bewustzijnsziel tot de imaginatie-ziel, van de verstands- of gemoedsziel tot de inspiratie-ziel, van de ge- waarwordingsziel tot de intuïtie-ziel. Gevaren van de spirituele ontwikkeling en tegenmiddelen. Werken aan een stuk door-de-goden-gewilde evolutie.

<b>VRAGENBEANTWOORDING</b>	257
<b>NAWOORD – FRANK WIJNBERGH</b>	269
<b>FAKSIMILÉ'S VAN UITNODIGING EN TOEGANGSKAART</b>	279
<b>INLEIDENDE WOORDEN – RUDOLF STEINER</b>	285
<b>SLOTWOORDEN – RUDOLF STEINER</b>	297
<b>AANTEKENINGEN BIJ DEZE UITGAVE</b>	303
<b>AANTEKENINGEN BIJ DE TEKST</b>	305