

## La sensation commence à parler

### De la perception sensorielle à la perception psycho-spirituelle

Dans le chapitre « La préparation » de l'ouvrage *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?*, un cheminement d'exercices est décrit, partant de la perception sensorielle et menant aux impressions sur l'âme et l'esprit, lesquelles sont reliées à l'essence de ce qui est contemplé. Il s'agit en particulier d'impressions tournant autour du devenir et du dépérir dans le monde végétal. Au travers du large spectre des diverses activités sensorielles s'avèrent de nombreux cheminements d'exercice. Quels sont les aspects des cheminements qui émanent des activités sensorielles supérieures ou intermédiaires, selon le cas. Comment les sens inférieurs peuvent-ils être impliqués et comment se métamorphose alors la forme de leur activité ?

Dans le temps qui suit Noël, jusqu'au cœur de janvier et février, c'est à peine s'il y a des plantes qui fleurissent à notre latitude. Ainsi dans un groupe d'exercices, nous avons toujours eu recours à l'amaryllis pour réaliser nos exercices de perception. Dans le cours de l'année progressant, nous l'avons comparée ensuite avec d'autres plantes qui fleurissent, par exemple, le perce-neige et l'ancolie au printemps, ou bien le géranium des bois [dit « herbe à Robert », *ndi*] et la molène commune, en été. C'est justement dans leur mise en comparaison que les différences deviennent patentes.

La tige puissante de l'amaryllis jaillit verticalement, s'efforçant de croître au plus haut possible. À son sommet — encore dévêtus de feuilles et sous la tension des pétales des fleurs maintenues resserrées ensemble — les boutons de fleur. En opposition de part et d'autre de la tige abandonnant l'oignon, les feuilles de l'amaryllis se mettent aussi à croître. Elles adoptent d'abord la direction prise par la tige pour ensuite s'incliner de part et d'autre en se courbant avec élasticité. Une sorte de miracle se produit, lorsque les bourgeons floraux éclatent brusquement, parce que les bourgeons, se gonflant sans cesse, commencent à saisir plus fortement l'espace. Ensuite on assiste de jour en jour à l'épanouissement progressif des fleurs se déployant en force — lesquelles quittent leur position originellement verticale en fleurissant et s'inclinant à droite et à gauche, en avant et en arrière, reliées à la tige au moyen d'une hampe achevant de se former. Ainsi se tournent-elles dans toutes les directions célestes en s'emparant de l'espace. Enfin la fleur de l'amaryllis apparaît complètement épanouie dans son rouge éclatant de force. « Superbe », c'est le mot qui nous vient à l'esprit dans cette dynamique. Si l'on examine de plus près les fleurs individuelles, on remarque que les trois petits pétales intérieurs sont entourés par ceux extérieurs — pareillement au nombre de trois. Si l'on regarde dans le calice, on voit qu'il s'enfonce très profondément. On est comme attiré à l'intérieur. Pistil et étamines, s'étirant longuement, sont profondément attachés à la partie inférieure du pétale.

#### Exercices pour la vie du sentiment et des idées

Dans le chapitre de son ouvrage *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?*<sup>1</sup>, intitulé « La préparation », Rudolf Steiner explique, au pratiquant de « l'exercice menant à la connaissance de l'esprit », la manière dont il a besoin d'une culture déterminée de la vie du sentiment et des idées, au moyen de laquelle « le corps de l'âme et celui de l'esprit se voient dotés d'instruments sensoriels et d'organes d'activités supérieurs<sup>2</sup> ». Il s'agit de la tâche, « de diriger l'attention de l'âme sur certains événements dans le monde qui nous entoure. De tels événements sont tout ce qui bourgeonne, pousse et prospère dans le monde végétal et tous les phénomènes apparents qui dépendent de la défloraison, du flétrissement et du dépérissement<sup>3</sup>. Ceux-ci font naître en retour « des sentiments et des pensées chez l'être humain<sup>4</sup>. Étant donné que, dans la vie de tous les jours, on passe rapidement d'une impression à une autre, ces

<sup>1</sup> Rudolf Steiner : *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?*, (GA 10), Dornach 1992, p.43.

<sup>2</sup> *Ebenda*.

<sup>3</sup> *Ebenda*.

<sup>4</sup> *Ebenda*.

sentiments et pensées n'émergent que d'une manière allusive. C'est pourquoi le pratiquant, lorsqu'il dirige son attention, par exemple, sur la floraison et ce qui fructifie bien,

doit proscrire de son âme tout ce qui est autre et s'abandonner totalement rien qu'à *cette seule* impression. Il se convaincra bientôt qu'un sentiment, qui dans un tel cas dans son âme ne faisait auparavant que passer furtivement, monte et s'enfle désormais en adoptant de ce fait une forme énergique et puissante. Il doit ensuite en laisser calmement retentir l'écho en lui-même. Pour cela il doit faire totalement le silence en lui. Il doit s'enclorre en lui-même hors du reste du monde extérieur et ne suivre rien que ce que son âme se met à dire, à la suite du fait concret de la floraison et ce qui fructifie bien.<sup>5</sup>

Dans ce contexte, il est important que le point de départ de cet exercice soit l'observation sensorielle. Et c'est sur celle-ci que l'exerçant doit diriger toute son attention. « Ce n'est que de cette façon que l'on a une vision intuitive immédiate des choses, d'une manière aussi vivante et aussi précise, qu'il n'est autrement jamais possible d'avoir. Ensuite seulement on s'abandonne au sentiment qui vit en l'âme, à l'idée qui s'élève en elle. Après quoi il importe que l'on dirige l'attention sur *les deux*, en plein équilibre intérieur.<sup>6</sup> » Ce qui est caractéristique pour cette façon de pratiquer l'exercice, c'est qu'au moyen de la perception sensorielle, exactement conduite et en même temps, avec plein d'abnégation — et non pas au moyen de concepts conçus d'avance — prennent naissance dans l'âme personnelle des sentiments, sensations et idées, qui sont reliés à l'essence de ce qui constitue l'objet de l'observation.

### Des gestes intérieurs vers la sensation

En prenant en considération sans cesse l'amaryllis dans notre groupe d'exercice, telle qu'elle pousse progressivement, de degré en degré, et du fait que nous ne constatons pas seulement les perceptions sensorielles, mais que, plus encore, nous les répétons en les recréant intérieurement, certains sentiments déterminés se présentent. La re-création intérieure de ce qui a été vu dans le monde sensible en est la condition préalable de sorte que — comme dans une sorte de réponse, que nous avisons par l'écoute intérieure — des sentiments commencent à s'exprimer. Une région de l'âme qui, dans la vie quotidienne, reste à demi consciente, voire inconsciente, s'en trouve ainsi comme rehaussée et mise en lumière.

Le geste intérieur que nous accomplissons en suivant et en imitant l'amaryllis, conduit fortement dans la verticale. Ensuite il s'ouvre dans le domaine de la floraison dans les quatre directions célestes. À la différence précisément d'autres plantes à fleur, comme le géranium des bois, sur lequel nous nous sommes exercés en été — la force qui se maintient [concentrée, *ndt*] en soi de l'amaryllis est frappante. Cette force-vertu est totalement en soi. Elle s'ouvre et ne se répand pas dans l'environnement et a à faire avec l'antipathie. Elle se maintient en elle-même, sans s'ouvrir pour autant vers l'extérieur ou s'y déverser. Ici c'est la sphère de la sensation qui commence donc à s'exprimer. La sensation s'installe que l'essence de l'amaryllis, c'est d'entrer brusquement dans l'espace en s'en emparant et en s'y déchargeant — tout en restant simultanément [concentrée, *ndt*] en soi. Ce vécu d'une persistance en-soi-même, en relation avec ce puissant geste de démarcation de l'extérieur, est vigoureux. En le traduisant selon le langage de l'âme, on pourrait appeler ce que révèle l'amaryllis jusque dans son apparition physique, comme une conviction de soi saisissant l'espace et le revendiquant vigoureusement dans une vertu de rayonnement simultanée. Lors de ces observations de la vie de l'âme se présentent dans notre groupe des processus comparables, par exemple chez le géranium des bois [désignée aussi en France comme « l'herbe à Robert », un puissant topique capable de guérir les ulcères les plus résistants, en interne comme en externe. *ndt*] ou bien avec le perce-neige, se sont révélés très utiles. Dont la « tonalité de sentiment », totalement différente à chaque fois, s'avère aussi entre autre dans la manière dont elle prend place dans l'espace de l'âme. Cela nous aide à l'occasion à préciser la sensation reliée à l'amaryllis.

### Le plan astral

Lors d'une continuation et d'un renforcement de l'exercice, on peut remarquer peu à peu que la tonalité de sentiment est aussi présente dans l'espace de l'âme, indépendamment de l'amaryllis. Elle apporte quelque

<sup>5</sup> À l'endroit cité précédemment, p.44.

<sup>6</sup> *Ebenda.*

chose dans la vision sensible immédiate de ce qui est une réalité présente dans la vie de l'âme. C'est pourquoi Rudolf Steiner en parle, en relation à la description de l'exercice du devenir et du dépérir, de sorte que le « monde de l'âme, ce qu'on appelle le plan astral » commence à se lever pour le pratiquant. Devenir et dépérir demeurent pour l'exerçant

non plus des faits concrets qui [...] font, comme auparavant, de telles impressions indéterminées. Celles-ci se forment beaucoup plus en lignes et figures spirituelles, dont il ne soupçonnait rien auparavant. Et ces lignes et figures ont aussi pour les phénomènes apparents différents des configurations différentes. Une plante en fleur produit, comme par magie, un effet devant l'âme selon une ligne bien déterminée, pareillement à un animal appréhendé dans sa croissance ou à un arbre se trouvant en dépérir. Le monde de l'âme (le plan astral) s'étend lentement devant lui. Il n'y a rien d'arbitraire dans ces lignes et figures<sup>7</sup>.

## Exploration des sens divers

Il semble y avoir à présent des différences, en considération des diverses activités sensorielles, dans la manière dont elles se réfèrent au monde extérieur, ou selon le cas d'abord à la sensation de soi et à la perception de son propre corps. La distinction est essentielle pour l'exercice, dans l'esprit de la pratique des exercices perceptifs tirée de *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?* En 1909, Rudolf Steiner donne un cycle de conférences au sujet de *Anthroposophie, psychosophie et pneumatosophie* à Berlin. Dans ces dernières, il introduit l'anthroposophie par la perception sensorielle<sup>8</sup>. Il distingue tout d'abord 10 sens et rend attentif à l'existence du sens de la vie et mentionne le sens du mouvement propre ainsi que celui de l'équilibre<sup>9</sup>. Avec le sens de l'odorat commence la fréquentation du monde extérieur. Par le sens du goût, des sensations prennent naissance en relation avec la matière substantielle. Suit le sens de la vue : l'œil est un organe « si merveilleux qu'il est équipé pour pénétrer plus profondément dans la nature des choses que les organes des sens dont nous venons de parler »<sup>10</sup>. Comme déjà avec le sens de la vue, l'être humain se relie donc aussi plus intensément au monde extérieur au moyen du sens de la chaleur. Le sens de l'ouïe, comme ceux de la parole et de l'idée, se caractérisent par le fait qu'au moyen d'eux, l'être humain a la capacité de pénétrer l'intériorité du monde.

En construisant sur ces conférences, Steiner continue d'explorer les organes sensoriels en se rattachant à son écrit « *Anthroposophie* ». Celui-ci ne put être achevé alors et il est caractérisé aujourd'hui comme un « fragment »<sup>11</sup>. Le sens du toucher y est décrit pour la première fois et certes comme exclusivement tourné vers l'intérieur, à savoir un organe sensoriel dirigé sur la perception de soi. Trois ans plus tard, le sens du Je est décrit pour la première fois dans un cours ésotérique, comme un sens pouvant percevoir le Je d'autrui.<sup>12</sup> Ici se clôt le cercle des activités sensorielles, selon le nombre 12.

Ainsi peut-on distinguer trois groupements de quatre organes sensoriels. Le premier on peut le désigner comme celui des sens inférieurs, puisque ceux-ci travaillent conformément au centre de gravité dans la partie inférieure du corps. Ils sont reliés à la volonté inconsciente. En font partie le sens du toucher, le sens de la vie et le sens du mouvement propre et le sens de l'équilibre. Le second groupe, les quatre sens intermédiaires, instaurent une relation entre intérieur et extérieur. En font partie le sens de l'odorat, le sens du goût, le sens de la vue et le sens de la chaleur. Le troisième groupe, les quatre sens supérieurs, s'oriente totalement sur le monde extérieur par la représentation jusqu'à l'idée : le sens de l'ouïe, le sens de la parole ou du langage, le sens de la pensée et le sens du Je.

<sup>7</sup> À l'endroit cité précédemment, pp.45 et suiv.

<sup>8</sup> Rudolf Steiner : *Anthroposophie, psychosophie, pneumatosophie* (GA 115), Dornach 1980. À l'endroit cité précédemment, p.28.

<sup>9</sup> À l'endroit cité précédemment, p.28.

<sup>10</sup> À l'endroit cité précédemment, p.29.

<sup>11</sup> Voir Rudolf Steiner : *Anthroposophie, un fragment* (GA 45), Dornach, 1980. Dans une leçon ésotérique encore non-publiée, le 20.5.1913. Voir aussi Cordula Zeylmans von Emmichoven : « *De la lumière des sens* », Dornach 2015, p.12.

<sup>12</sup> Dans une leçon ésotérique encore non-publiée, le 20.5.1913. Voir aussi Cordula Zeylmans von Emmichoven : « *De la lumière des sens* », Dornach 2015, p.12. Conférence du 8.8.1920 dans Rudolf Steiner : *Science de l'esprit comme connaissance des impulsions fondamentales de l'organisation sociale* (GA 199), Dornach 1967. Voir aussi Zeylmans, *ebenda*.

## Les sens supérieurs et les sens inférieurs

Une conférence de Steiner d'août 1920 élucide d'une manière plus claire la différence des sens supérieurs et médians (qui se trouvent en relation avec le monde extérieur et y pénètrent en profondeur de diverses manières) et les sens inférieurs (qui servent d'abord la perception de soi)<sup>13</sup>. Sens du goût, de la vue, de la chaleur et de l'ouïe, sens de la parole et de la pensée, ainsi que sens du Je, sont conditionnés pour pénétrer vers l'extérieur. Alors que le sens du goût forme encore une sorte de transition, les sens « d'aller au-delà de soi » comme celui de la vue et ceux qui suivent, sont dans une plus forte mesure le cas :

Voyez-vous, en nous mouvant là, dans l'intérieur des sens, nous sortons de nous-mêmes. Nous sommes d'abord peu en dehors de nous-mêmes avec le sens du goût, mais nous le sommes plus à la surface de notre corps, avec le sens de la vue. Nous pénétrons déjà dans le corps avec le sens de la chaleur, plus encore avec le sens de l'ouïe et nous nous répandons même déjà à l'intérieur de l'être avec le sens de la parole. [...] Et lorsque nous pénétrons encore plus dans le monde extérieur, plus encore que nous le pouvons avec le sens de la parole, cela se produit au moyen du sens de l'idée<sup>14</sup>. Tandis que nous pénétrons en percevant dans le Je d'autrui, c'est alors que nous sortons au plus de nous-mêmes<sup>15</sup>.

Par contre Rudolf Steiner range le sens de la vie, le sens du mouvement propre, le sens de l'équilibre ainsi que sens du toucher et le sens de l'odorat à la perception proprement intérieure, à savoir corporelle personnelle. Steiner rattache les sens se tournant vers l'extérieur, aux degrés cognitifs supérieurs de l'imagination, inspiration et intuition. Ainsi sens du goût, sens de la vue et sens de la chaleur à l'imagination ; sens de l'ouïe et sens de la parole à l'inspiration et le sens de l'idée ainsi que le sens du Je [sens du Je d'autrui, *ndd*] à l'intuition<sup>16</sup>.

Sur la voie des sens supérieurs, le clairvoyant en arrive à quelque chose d'objectif : « Bref, l'élément remarquable, frappant, qui vient à la rencontre de soi, consiste dans le fait que lorsqu'on s'éloigne au moyen des sens vers l'extérieur, on en arrive dans un monde supérieur, dans un monde spirituel objectif.<sup>17</sup> »

## Le chemin de la mystique

En même temps Steiner rend cependant aussi intelligible la manière dont chez les mystiques médiévaux, il y eut une sorte de clairvoyance qui se servait des sens tournés vers la perception inférieure, à savoir celle des sens orientés sur la perception de soi, en particulier du sens de l'odorat. Ils ne pouvaient pas ainsi en arriver à une objectivité :

Celui qui a pour de telles choses une réceptivité et une sensibilité délicate, ressentira carrément une sorte de sympathie à l'égard d'authentiques mystiques, comme Mechthild von Magdebourg ou sainte Thérèse ou Jean de la Croix, lorsqu'ils décrivent leurs expériences intérieures [...], à la manière singulière des expériences singulière par laquelle ils « flairaient » les choses.<sup>18</sup>

Il va de soi qu'une question se pose à présent : à savoir, comment se comportent les autres sens, en particulier ceux inférieurs, vis-à-vis des exercices donnés dans *Comment acquiert-on ... ?* Leur implication signifie-t-elle que l'on doit en arriver forcément à une sorte de « souillure » et avec cela à une subjectivisation des perceptions, parce qu'il y a bien trop de perception de soi en jeu ? Ou bien : à quoi ressemble des moyens pour éviter cela ?

## L'amaryllis, une fois encore

Si nous tournons les yeux avec plus de précision et si nous nous observons nous-mêmes, en nous examinant, afin de savoir quels sens participaient à l'exercice de l'amaryllis, alors nous pouvons remarquer des choses

<sup>13</sup> Conférence du 8.8.1920 dans Rudolf Steiner : *Science de l'esprit comme connaissance des impulsions fondamentales de l'organisation sociale (GA 199)*, Dornach 1967. Voir aussi Zeylmans, *ebenda*.

<sup>14</sup> Rudolf Steiner : *Science spirituelle en tant que...*, p.46.

<sup>15</sup> À l'endroit cité précédemment, p.47.

<sup>16</sup> À l'endroit cité précédemment, p.48.

<sup>17</sup> À l'endroit cité précédemment, p.57.

<sup>18</sup> *Edenda*.

étonnantes. Il est vraisemblable que l'on pensait tout d'abord que le sens de la vue y participât. Cette façon de voir repose nonobstant sur le fait que pour nous autres, êtres humains, le sens de la vue est beaucoup plus conscients que, par exemple, le travail dont s'acquittent [au même moment, *ndt*] les sens inférieurs. Or ceux-ci y participaient également de manière déterminante de sorte que l'amaryllis pouvait être observé comme un être se trouvant en croissance et accomplissant des gestes déterminés. Il est vrai que les sens de la vie, de l'équilibre et du mouvement propre, étaient à l'occasion comme tournés vers l'extérieur. Ils ne servaient pas, dans ces moments-là, la perception de soi, mais plutôt la perception de ce qui est exotique, tandis qu'ils réalisaient de manière participative, comme en mouvements intérieurs, ce que contemplait le sens de la vue. Ainsi le sens du mouvement de soi, tout d'abord inconscient, réalisait le mouvement vertical de la tige de manière co-participative. Le sens de l'équilibre venait en aide tandis que l'amaryllis se déployait de plus en plus fortement dans l'espace avec ses fleurs, en se tenant elle-même en équilibre. Il était aussi co-participatif lorsqu'il s'agissait aussi du rapport s'instaurant entre les feuilles, la tige et les fleurs. Et le sens de la vie ? Ne perçoit-on pas par lui la dynamique de l'amaryllis ? Cette vie turgescence dans ce geste qui s'empare de l'espace ? Mais ensuite aussi le retrait du vivant, lorsque les fleurs commencent à se faner ?

Il était question ci-dessus du second degré de l'exercice consistant toujours à recréer au moyen des gestes intérieurs, ce que le sens de la vue avait perçu au premier degré de l'exercice. Cela étant la question se pose à présent — à l'appui de l'observation réalisée de la manière dont y participent les sens inférieurs — de savoir si ne sont-ce pas ces sens inférieurs qui étaient agissant en suivant et en imitant intérieurement l'amaryllis ? Dès que le second degré de l'exercice, cela se réaliserait — à vrai dire encore inconsciemment — on portait à présent son regard sur la relation avec les sens inférieurs. Là-dedans, se trouvent des questions de recherche auxquelles collaborent un cercle de personnes au colloque « Penser une recherche spirituelle »<sup>19</sup>.

#### L'interpénétration de l'événement volontaire et de celui universel

Cela étant Rudolf Steiner lui-même se confronte avec la question de comment la volonté, ou selon le cas les sens volontaires (les sens inférieurs), mènent, en relation avec le cheminement spirituel, à des résultats utilisables. Avec les sens inférieurs, qu'on appelle aussi corporels, l'être humain ne se trouve pas du tout séparé, dans le domaine de sa volonté inconsciente d'avec son environnement, « de sorte que ce qui se produit chez l'être humain au moyen de sa volonté, devient en même temps un élément constitutif de l'événementiel universel. » — ainsi le formule Rudolf Steiner dans sa post-face de 1918 de l'ouvrage *Comment acquiert-on des connaissances des mondes supérieurs ?*<sup>20</sup>. Et il insiste auparavant aussi, lors de la perception sur l'interpénétration de l'événement corporel et de celui universel :

La vie consciente de l'être humain ne se déroule pas complètement *dans le corps* ; la partie consciente de cette vie se déroule avant tout à la frontière entre le corps et le monde extérieur physique : ainsi la vie perceptive, lors de laquelle ce qui se passe dans les organes sensoriels, est tout aussi bien une avancée d'un événement corporel extérieur dans le corps comme aussi une pénétration du corps par cet événement depuis l'extérieur ; et ainsi la vie volontaire qui repose sur une entrée de l'être humain dans l'être du monde, de sorte que ce qui se produit chez l'être humain au moyen de sa volonté, est en même temps un segment de l'événementiel universel. Dans cette expérience de l'âme qui, se déroulant aux confins du corps, l'être humain est, à un degré élevé, dépendant de son organisation corporelle ; mais l'activité participative du penser se déroule au sein de cette expérience et dans la mesure où c'est effectivement le cas, l'être humain se rend donc indépendant dans la perception sensorielle et le vouloir du corps<sup>21</sup>.

<sup>19</sup> Ce colloque de recherche fondé par Anna-Katharina Dehmelt et Corinna Gleide, se réunit deux fois l'an. Une question qui nous préoccupa dès le début c'est la relation de la manière de travailler dans la recherche sur les forces formatrices, comme celle exposée ci-dessus. Il échoit justement ici, à cette interrogation, une importance essentielle. [D'autant plus qu'aucun scientifique actuel n'acceptera d'y accorder l'importance qui lui revient, parce qu'il refusera de faire l'expérience intérieure inhérente à sa mise en valeur. *ndt*].

<sup>20</sup> Steiner : *Comment acquiert-on... ?*, p.219.

<sup>21</sup> *Ebenda*.

## L'importance du penser pour les sens inférieurs

Steiner rend donc ici évidente la position saillante qui échoit au penser dans cette question. Le penser pur est d'abord la seule et unique activité humaine, au moyen de laquelle la liberté corporelle est atteignable. Si un être humain cultive le penser pur, alors cette activité transforme peu à peu aussi la manière dont le sentir et le vouloir, mais aussi les sens inférieurs, peuvent être rendus appropriés à la perception psycho-spirituelle. Sans le penser pur, le danger subsisterait de vivre des « rêves visionnaires » et du « médiumnisme »<sup>22</sup>. Si le penser pur est en jeu, celui-ci métamorphose aussi les « autres opérations de l'âme » : « Mais celui qui a vécu quelque chose comme cela, pour qui cela est devenu une expérience que partout où le *penser* règne dans la vie de l'âme, dans la mesure où ce *penser* pénètre d'autres opérations de l'âme, l'être humain est compris dans une activité, à la réalisation de laquelle son corps n'y est pour rien ?<sup>23</sup> »

Si ce fondement d'éducation spirituelle est pris au sérieux, et s'il parvient à être mis en usage dans le travail intérieur, alors ces sens-là qui sont tout d'abord présents pour percevoir le corps propre, lorsqu'ils sont détournés toujours plus du corps — et avec cela de ce qui est subjectif — se mettent à faire des observations indépendantes. Étant donné que les sens inférieurs, à l'instar de la volonté humaine, agissent dans un domaine où ce qui survient en eux est en même temps « un élément de l'événementiel universel », la distinction faite par Rudolf Steiner en rapport à l'utilisation de ces sens est extraordinairement importante.

## Expériences vécues dans l'exercice

Dans le travail méditatif sur les perceptions sensibles qui inclut les sens inférieurs, on effectue par conséquent aussi l'expérience de la manière dont, d'un côté, il est très possible de se transposer dans la perception sensorielle au moyen d'un retournement des sens corporels. Lorsqu'ils sont ouverts vers l'extérieur, ceux-ci conduisent directement dans la coalition et l'union avec l'objet des sens. Lorsqu'un groupe d'êtres humains se concentrent sur une méditation commune, émanant d'un objet des sens, les expériences peuvent le plus souvent se compléter et se corriger en s'ajustant. C'est la raison pour laquelle l'exercice commun est aussi, entre autres, une conquête importante de ces dernières années. Par ce moyen un champ d'apprentissage mutuel et de correction mutuelle est donné. La faculté de perception assurée et réellement autonome dans ce domaine est et reste une question d'apprentissage intérieur. Et pour cela un point de vue essentiel, c'est la fréquentation du penser pur. Au moyen du penser est aussi rendu possible l'éducation du regard sur les profondeurs du sentir et du vouloir de l'âme. On y parvient à une visibilité progressive des énergies du double<sup>24</sup>.

La confrontation ici ne peut véritablement pas être éludée. Car cela mène d'abord à ce qu'une « liberté du corps », au sens d'une activité « suprasensible pure » se tournant vers l'extérieur, prend naissance dans le domaine des sens inférieurs. Si donc un effort d'apprentissage, se réalisant sur soi est pris de plus en plus en émanant du penser pur, on peut conférer progressivement aux sens inférieurs une forme, au moyen de laquelle leur activité mène à des résultats objectifs.

## Die Drei 4/2016.

(Traduction Daniel Kmiecik)

**Corinna Gleide** est née en 1964. Elle a fait des études de philologies allemande et anglaise, d'histoire 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](http://www.dndunlop-institut.de)). Chargée de cours en divers lieux de formation. Elle est auteure de nombreux ouvrages.

<sup>22</sup> À l'endroit cité précédemment, p.216.

<sup>23</sup> À l'endroit cité précédemment, p.217.

<sup>24</sup> Au sujet de la relation de réciprocity et de condition entre la transformation du double et la capacité de contempler le spirituel, voir Corinna Gleide : « Chemin d'apprentissage en tant que processus-Je » dans *Mitteilungen. Anthroposophie weltweit [Communications. Anthroposophie dans le monde]* 3/2015.