

## SPINOZA'S DEVIES: CAUTE

Gemeenzaam vertaald als 'Weest op uw hoede' of 'Voorzichtig'.

Deze begrippen hebben in ons hedendaags taalgebruik eerder een iets negatieve connotatie.

Gelet op zijn methodiek van denken is mogelijk hier een moderner equivalent beter op zijn plaats, namelijk : ' Aandacht ', 'Bewustheid'. Aandacht in het waarnemen van al wat zich aan ons voordoet en in het bijzonder de werking van onze geest, het denken en gevoelens.

Het is een intense aandacht die als methodiek grondig uitgewerkt is door Nyanaponika in zijn 'hart van de boeddhistische meditatie' en waarvan een weerslag te raadplegen is in de syllabus 'ken je zelf'.