

Ako sa duša môže stať slnečnou?

Pomocou realizácie novej jogovej vôle

Obsahová náplň a zámer špecializovaných cvičení:

- Rozvíjanie slnečnej oblasti duše – duša sa cvičeniami rozvinie ako kvietok
- Význam myšlienky a jej aplikácie v rôznych oblastiach života
- Proces zmyslový a myšlienkový, proces sociálny a vnímanie citom

Slnečná oblasť duše – rozvíjanie (ako kvietok)

Podobenstvo vývoja duše a vývinu rastliny – ako to uskutočnime?

Pomocou cvičení:

- Kozmická modlitba
- Vnímaním pôsobenia živlov a éterov
Ako pôsobia 4 druhy éteru v rastline, v ásane a v mantre
- Ako rozvíjať tepelný éter srdca?

Čo robí človeka krásnym? Čo ho robí vznešeným? Čo mu dáva vnútornú silu vzpriamenia? Čo ho robí skutočne usľachtilým? Čo robí človeka teplým, zvnútorneným, z vnútra von nádherným a vedomým, čo ho robí naozaj otvoreným a súčasne vnútorne stabilným?

Rozvinutie tepelného éteru podporuje čítanie inšpiratívnych textov ako duchovného zdroja, bhaktijoga a venovanie sa všetkému dôstojnému a úctyhodnému.

- Rozhýbať myslenie – na príklade rastúcej rastliny
- na príklade vchádzania do ásany

Mantry – v 4 veršoch vnímame pôsobenie 4 druhov éteru, mantry so slnečným charakterom:

Vande sat čit ánanda, Tvam Eva mata – posledná časť je iná – prečo?

Mantry – jednotlivé verše podľa 4 éterov

Mantry podľa inkarnácií Zeme:

st.Saturn – Om namah Šivaja

St.Slnko – Vande, Om namo Narajanaja, Jamuna, OM džagat Íšvara, Tvam Eva, Šri Krišna

St.Mesiac - citové, sakrálné

spoznávame étery: tepelný, svetelný, hudobný a životný

Štyri sily pri akejkoľvek činnosti (asana, pečenie chleba, spievanie mantry . . .):

- 1.) impulz, dôvod k činnosti, úmysel, nápad, podnet, nadšenie pre vec

- 2.) zameranie impulzu do priestoru, orientácia v priestore, poskladanie podmienok na vykonanie, vytvorenie vnútorného obrazu, voľba konkrétnej formy v priestore
- 3.) zvnútorňovanie, pretvorenie z vnútra smerom navonok, vnútorná premena, dynamika, rytmus
- 4.) zakončenie do konečnej podoby, zavŕšenie zmyslu činnosti, vyvrcholenie v uskutočnení

Tajomstvá kozmu v mantrách

- 1.) základný motív, nálada, smer melódie, tento popud udržiava pohyb melódie v celej mantre, je tu skrytá vôľa niečo stvoriť, niečo prejaviť, mantra začína klíčiť.

Po prvom verši cítime, že nie je proces ukončený, čím to cítime?

- 2.) opakovanie alebo rozvinutie základného motívu, opakovanie (prípadne pozmenenej variácii) posilňuje úmysel a rozvíja ho. Melódia ožíva, začína rásť, dýchať, vzniká životný priestor. Melódia sa tu môže pohybovať aj zrkadlovo.
- 3.) Melódia urobí niečo prekvapivé, dynamické, je tam skok, mantra pokračuje skôr dramaticky, hravo. Premena melódie spôsobuje premenu vnútorného prežívania.
- 4.) Zavŕšenie, aj keď by sa prvotný motív zopakoval, prežívame ho zmenení po predošlom procese premeny. Dotvára sa celok.
Zavŕšenie vysokým tónom – naznačuje vývoj.
Zavŕšenie variáciou tretieho riadku – zvnútorňovanie, prehĺbenie, rozvinutie na vyšší stupeň.

Priebeh deja hudby – úloha: sledovať, vnímať – 4 verše – Amma amma taje, Džjoti do, Vande

Rozvinutie námetu 1. verša v 2. verši: Amma amma taje

Rozbeh melódie v 2. verši: Šiva, Šiva mahadeva

3. verš najmelodickejšie rozvinutý: OM namah Šivaja, Džjoti do, Šri Krišna Govinda

Ukončenie 4. riadkom: Šri Krišna Govinda

Alebo

Nekonečné pokračovanie: Džaja Ganéša, Om šanti, Gopala

4 verše + prídavok: Tvam Eva mata, Vande

Výrazné stupňovanie: Bansuri

Výrazná melodickosť: Sita Ram

Mantry s 2 veršami – túžba návratu k starému Slnku

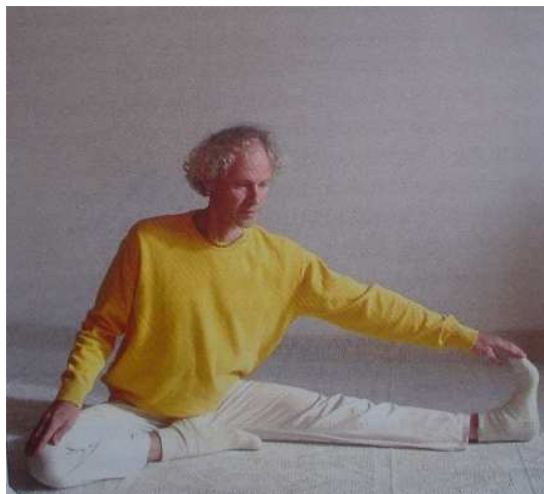
Trojčlenné piesne: OM Džagat Íšvara, In Te domine, OM asato ma sat gamaja

- trojjednosť

Ásana a 4 étery: (podľa H.Grilla)

Tepelný éter

Táto prvá poloha (*eka pada pašchimottanásana*) má obrazne popri fyzickej príprave ukázať aj **mentálne upriamenie** a rozvinutie koncentrácie. Predstava, idea, **cieľový úmysel vedie telesné cvičenie**, porovnateľne s vodičom, ktorý volantom riadi vozidlo. Myšlienka alebo idea dospieva zhora cez činné sily duše ku svojmu stvárneniu pomocou nástroja tela. Keď nejaká idea týmto spôsobom dospeje k vypracovaniu, tak sa vyvinie subtilne, blahodárne tepelné pôsobenie z vnútra von, ktoré liečivo, usporiadavajúc a podnecujúc pôsobí na budujúci metabolizmus. Týmto spôsobom cvičenia bude prebudený ohnivý éter, spolu s ostatnými druhmi éteru, k spevňujúcej a zjednocujúcej činnosti.



Tepelný éter sa v sanskrite nazýva *agni*. Tvorí základ pre silu tvorivého myslenia, sebavedomé cítenie a pre blahoslavené zvnútornenie. Poskytuje prirodzenú substanciu pre meditáciu.

Človek sa má tak dlho venovať v myšlienkach imagináciám, až kým sám rozvinie rovnakú substanciu, prostredníctvom ktorej dostane celkom reálne vnímanie, o čo sa jedná pri tepelnom éteri.

Otázka na podporu vnímania tepelného éteru človeka: Čo robí človeka krásnym? Čo ho robí vznešeným? Čo mu dáva vnútornú silu vzpriamenia? Čo ho robí skutočne ušľachtilým? Čo robí človeka teplým, zvnútorneným, z vnútra von nádherným a vedomým, čo ho robí naozaj otvoreným a súčasne vnútorne stabilným?

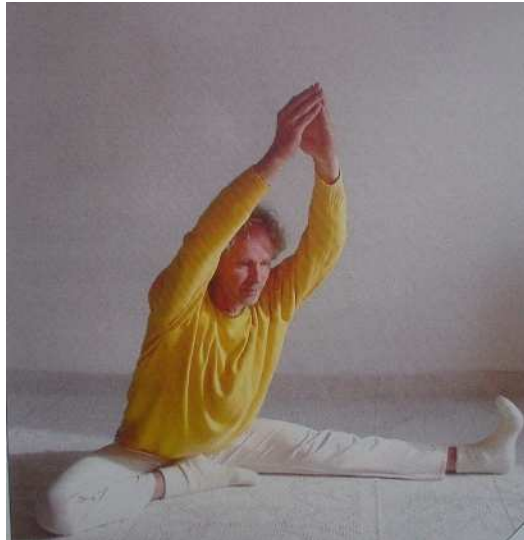
Človek s rozvinutým tepelným éterom je sám v sebe spočívajúci, stabilný, jasný a duchaprítomný. Farba tepelného éteru je modrá. Rozvinutie tepelného éteru je veľmi dôležitou disciplínou na duchovnej ceste. Vyžaduje si to vhodné cvičenia, napríklad čítanie inšpiratívnych textov ako duchovného zdroja. Bhaktijoga a všetko dôstojné a úctyhodné podporuje rozvinutie tepelného éteru.

Pocity sa celkom prirodzene usporiadajú, keď človek rozvinie vysoký cieľ ducha.

Svetelný éter

Aktivizácia pohybovej dynamiky vychádza pri tejto polohe (natiehnutie do diaľky, dopredu) z tretieho energetického centra, z *manipúra čakry*, centra Venuše. Vynesenie pohybu s bdelou pohyblivosťou, nadhľadom a s obsažným, formujúcim

úmyslom do vykonania, prebúda sa vyžarujúci a sympaticky pôvabný svetelný éter. Pohyb vo fyzickej forme je porovnateľný so **zintenzívňovaním myšlienok**. Každá forma slobodného rozvoja koncentrácie - a tu sa cvičenie prežíva slobodne, telom nepoviazane - uvoľňuje šírku svetelného éteru. Tieto pohyby už nepôsobia vitálne, ale sympaticky, elegantne a naplňajú priestor sympatiou.



Svetelný éter môžeme ľahko pozorovať na rastline. V sanskrite sa dá označiť pojmom *džjóti*. Svetelný éter je neobyčajne dôležitý pri tvorivom vchádzaní do vzťahov a pre pocit spolupatričnosti.

Otázka na rozpoznávanie svetelného éteru v rastline: Pri pozorovaní rastliny vzniká pocit, že rastlina vychádza energiou skôr do priestoru, alebo voči duši človeka, alebo či seba samú skôr zacláňa. Pri pozorovaní človeka si môžeme klásť otázku: Aký je pocit pri prichádzaní jedného k druhému? Sú slová otvorené, vchádzajú do priestoru, otvárajú sa do šírky, alebo spôsobujú skôr stiahnuť, uzavreť?

Svetelný éter je spojený s rozvinutou *manipura čakrou*, s centrom šírky astrálneho tela. Tepelný éter je spojený s rozvinutou srdcovou čakrou, *anahátou* a s pôsobením Ja.

Chemický éter

Ďalšia variácia (*supta eka pada paščimottanásana*) pri ktorej sa trup najskôr vedie k zemi, vyžaduje ohybné spolupôsobenie nôh a chrbta. Trup sa musí nachádzať v harmónii s chrbtom a nohami v rovnomernom naťahovaní. Oslovené a podnietené je druhé energetické centrum, *svadhistána čakra*, centrum Merkúra. V primárnej energii, prúdiacej ponad telo a previevajúcej ho, ktorá vytryskuje z centra a **aktivizuje údy elasticky** a prispôsobivo, oživuje sa chemický éter. Vznikne pocit **uzavretosti** kĺbami, údmi a ohnutiami.



Chemický éter môžeme dobre pozorovať na rastline, ktorá stojí odtrhnutá vo váze, alebo na človeku, ktorý asi týždeň držal hladovku. Po odopretí prijmu novej výživy, životné funkcie rastliny aj človeka určitý čas naďalej fungujú.

Otázka na rozpoznanie chemického éteru: Aká sila udržiava funkcie odtrhnutého kvetu? O akú silu ide u človeka, ktorý napriek odopretiu jedla naďalej dobre prežíva? Po niekoľkých minútach pozorovania je možné zbadat' pocit, akoby tienistej zelene. S prežívaním chemického éteru neprichádza pocit svetlého, priateľského farebného tónu, ale skôr takého tónu, ktorý pôsobí sám v sebe uzavreto.

Životný éter

Najintenzívnejšie vyžarujú všetky étery, keď sa poloha zadrží v konečnej fáze **pokojne, bdelo a koncentrovane**. Dôležité v celej ásanovej praxi je, že nastúpi **rozhodná odhodlanosť** k uváženenému telesnému vykonaniu pri súčasnej **myšlienkovej pohyblivosti**, lebo tým sa **zemský element transcenduje a životný éter sa môže prebudit' zo svojho kľúčiacieho prazákladu**.



Životný éter tvorí najvnútornejší základ pre inkarnáciu. Dáva základ ukotvenia vo vnútrajšku. Tento éter je spojený so spevňovaním, zhutňovaním, vykazuje príbuznosť s elementom zemským a je zodpovedný za kľičenie a zakorenenie kľičku do zeme.

Otázka pre rozpoznanie životného éteru: Aká sila ukotvuje energiu, život do človeka? Človek cvičením rozvinie cítenie, že životný éter pôsobí veľmi krásne, veľmi jemne a zodpovedá precit'ovaniu jemnej ružovej farby.

Práca na konkrétnych ásanách

- Pripojenie zmyslu pohybovej formy do cvičenia – aký to má efekt
- Cvičenie jednej ásany z rozličných uhlov pohľadu, s rozličným prístupom –

Slnečné atribúty

- Usporiadavanie, poriadok, rád
- Stred
- Vyžarovanie, dávanie, aktivita (opak očakávania a brania)

Rozvíjanie anaháty prostredníctvom cvičení jogy:

- 1) rozvinúť – dávajúce vedomie
Vedomie zadá telu zvolenú formu
- 2) vyvinúť – schopnosť dať cviku obsah
vedomé zadávanie, utváranie zmyslu pohybu, cviku, životu
- 3) rozvinúť – usporiadavajúce vedomie:
 1. pokoj v duši
 2. rozvinúť vedomie zmyslu cviku, uvedomiť si, aký význam má daný pohyb, cvik, dať vedomiu želaný obsah
 3. usporiadane a vedome vyjadriť daný obsah telom – formou tela

Tak ako umelec pri tvorbe berie nástroj a materiál, cvičenec sa chopí síl svojej duše a vymodeluje svoje vedomie predsavzatým obsahom (význam cviku) a napokon obsah svojho vedomia stvárni svojim telom do umeleckého diela.

Na základe myšlienok (z textu) - sformovať autentickú predstavu.

Význam myšlienky a jej aplikácie v rôznych oblastiach života

Čo je to myšlienka?

Ako formujeme myšlienkovú predstavu?

Tvorivosť

Schopnosť usporiadavania

Imaginatívna myšlienka ako zdroj vyžarovania

Čo vedie život, ak ho nevedie jasná myšlienka?

Stretnutie na bytostnom základe je záležitosťou srdca
je záležitosťou slobodného tvorivého myslenia

Doznievajúci obraz – úmysel:

- porozumieť vlastnou skúsenosťou ako prebieha zmyslové vnímanie
- ako voči tomuto prúdu človek stavia vlastnú vôľu

- ako sa v myslení stretáva prúd zmyslového vnímania, prichádzajúceho zvonka s prúdom vôle, vychádzajúcej od človeka – oslobodené myslenie
- ako rozvíjať osobný vzťah ku Kristovi prostredníctvom jogy

Odznievajúce obrazy –

Cvičenia:

- 1) farebná plocha – biela plocha
- 2) farebná plocha s vybratým (bielym) stredom – biela plocha
- 3) rám okna – biela plocha
- 4) rám okna – máličko zmeniť smer pohľadu

Cvičenia:

- 1.) vnímanie odznievajúceho obrazu – voči bielej (šedej) ploche
Voči modrému nebu
So zavretými očami
- 2.) Vnímanie odozvy duše
- 3.) súčinnosť prichádzajúcej myšlienky s vlastnou vôľou

Objekty cvičení:

Plameň sviečky (vysvetlenie: prednáška R.Steiner.)
Rastlina, kvet, strom
Človek

Rudolf Steiner: **Kultúra starej jogy a nový jogový vôľový impulz**

1.prednáška z 30.11.1919 v Dornachu z cyklu „Die Sendung Michaels“, GA 194

....

Dajme tomu, že vidíte plameň, že sa pozeráte na plameň. Tu sa deje niečo, čo môžeme porovnať s vdychovaním, iba v jemnejšom zmysle. Podobné veci môžete robiť s každým zmyslom. Potom zavriete oči a máte kópiu plameňa, ktorá sa dokonca postupne mení, *odznieva* . . . Na tomto procese prijímania svetelného dojmu a nasledovného odznievania, sa okrem toho, čo je čisto fyziologické, veľmi zúčastňuje ľudské éterické telo. Ale v tomto procese sa prejavuje niečo veľmi významné. Je v ňom teraz oná duševnosť, ktorá bola pred troma tisícročiami vdychovaná a vdychovaná so vzduchom. A musíme sa preto učiť vhladať do zmyslového procesu v jeho preduševňovaní podobným spôsobom, teda tak, ako sa vhladalo pred troma tisícročiami do procesu dýchania.

....

V svetovom éteri to znamená proces objektivný, tak ako je vo vzduchu objektivným procesom prítomnosť kyslíčnika uhličitého po vydychnutí. Do svetového éteru vtláčate obraz, ktorý pociťujete ako odznievajúci zrkadlený obraz. To nie je iba subjektívny, to je objektivný proces.

.....

My však musíme jemnosti svojho styku so svetom utvárať tak, že prijímame svet nie len zmyslovými vnemami, ale aj duchovne. Musíme si byť istí, že s každým svetelným lúčom, s každým tónom, s každým pocitom tepla a s ich odznievaním vstupujeme do vzájomného duševného styku so svetom, a tento styk sa musí stať pre nás niečím významným.

.....

Tak to nie je iba pri plameni. Stretávam sa s nejakým človekom a hovorím: tento človek povedal to, či ono, čo môže byť pravdivé, či nepravdivé – potom je toto úsudok, morálne alebo intelektuálne jednanie vo vnútri. Odznieva to rovnako ako plameň. Je to objektivný svetový proces. Ak si myslíte o svojom blížnom niečo dobré, doznieva to a je to vo svetovom éteri ako svetový proces, ak si myslíte niečo zlé, doznieva to ako objektivný proces. Nemôžete uzavrieť vo svojej komôrke to, čo vnímate vo svete a čo o ňom súdite.

.....

Predstavy, akoby vonkajší svet na nás iba pôsobil a my na to iba reagovali, sú veľmi hrubé. Všetko, čo sa v tomto zmysle rozpráva, sú iba zhrubnuté predstavy. Skutočnosťou je, že z vonkajška

do vnútrajška prebieha určitý duševný proces, ktorý je uchopovaný hlboko podvedomým, vnútorne duševným procesom, takže oba procesy sa presahujú. Z vonkajška pôsobia do nás svetové myšlienky, z vnútra pôsobí ľudská vôľa. Ľudská vôľa a svetové myšlienky sa krížia v onom bode kríženia, kde sa kedysi krížilo v dychu objektívne so subjektívnym.

Musíme sa naučiť cítiť, ako prostredníctvom našich očí pôsobí naša vôľa a ako sa v skutočnosti aktivita zmyslov ticho vmiešava do pasivity, a tak sa krížia s ľudskou vôľou svetové myšlienky. Musíme vyvíjať túto novú jogovú vôľu.

Tým sa nám opäť sprostredkováva niečo podobného, ako sa pred tisícročiami sprostredkovávalo ľuďom v procese dýchania. Naše vnímanie sa musí stať o mnoho duševnejším, o mnoho duchovnejším.

- Keby sme od seba odstránili svetelné vnemy, a okrem toho aj hmatové vnemy, stratili by sme vedomie?

- svetlo je neviditeľné

----- materiálny, viditeľný

- svetlo dáva obraz <

----- nemateriálny, myšlienkový

Jasno v hlave, svetlo mi, vrhnúť svetlo na vec,
vyjasniť si to, reflektovať niečo . . .

2 kvalitatívne rozdielne procesy (pri vzniku následných obrazov):

- svetelné pôsobenie vecí sprostredkováva myšlienkový obsah sveta

- pri vzniku následného obrazu je nutná vôľa pozorovateľa

Svetelný myšlienkový prúd (zvonku) sa preniká, stretáva s prúdom vôle človeka. Oba prúdy súvisia s činnosťou duše, oba sú oduševnené.

Svetlo sprostredkováva dušu sveta, a vôľový akt je duševným procesom človeka.

Ak chápeme svetlo ako reprezentanta zmyslového vnemu, musíme sa vyšvihnúť k tomu, vnímať toto svetlo oduševnené, tak ako bolo pre človeka druhého, tretieho tisícročia pred Kr. samozrejme vnímať oduševnený vzduch, pretože takým aj bol.

Musíme si dôkladne odvyknúť vidieť vo svetle to, čo v ňom vidí materialistická doba. Musíme si dôkladne odvyknúť veriť, že zo Slnka vyžarujú iba tie vlnenia, o ktorých hovorí dnešná fyzika a obecné vedomie ľudstva. Musí nám byť jasné, že na perutiach svetla k nám preniká svetovým priestorom duša. A súčasne si musíme uvedomiť, že v dobe, ktorá predchádzala našej, to tak nebolo. V predchádzajúcej epoche prichádzalo k ľudstvu vzduchom to isté, čo k nám teraz prichádza svetlom. To je objektívny rozdiel v pozemskom procese.

...

Až prijmeme spolu so zmyslovým vnímaním to, čo je v prírode duševné, potom získame Kristov vzťah k vonkajšej prírode. Tento Kristov vzťah k vonkajšej prírode bude akýmsi duchovným procesom dýchania.

Ak kráčame svetom vo vedomí, že s každým pohľadom, s každým tónom, ktorý počujeme, prúdi do nás niečo duchovného, alebo prinajmenšom duševného, a že súčasne zo seba do sveta vysielame niečo duševné, tak sme dosiahli vedomie, ktoré ľudstvo potrebuje pre budúcnosť.

Myslenie naplnené silou mení svet. Je tvorivé.

Nie M abstraktné, mŕtve, intelektuálne,

Ale M činné, tvorivé, premieňajúce,

M má informatívnu zložku

M má činnú zložku . . . M + vôľa

Je živé ----- Je to proces

Tvorivá sila myšlienky / myslenia

Nejde o to, pripojiť k akejkolvek myšlienke silu vôle, ale ide o morálne intuície.

R.S.: „spozorovanie myšlienky je v skutočnosti pravým prijímaním človeka“.

Vonkajšok – vnútrajšok človeka = dualita

Preklenie sa vytvorením 3. elementu = tvorenie = morálne intuície

Akým pohľadom sa dívať? (o Karlovi Koenigovi):

Jeho oči boli vážne a veľké. Keď na tebe spočinuli, nie len že ťa prehliadli, ale zdalo sa, ako by ťa chceli znovu stvoriť. Niečo, čo v tebe driemalo, chcelo tomuto pohľadu odpovedať – či si ty sám chcel, alebo nechcel. Zdalo sa, že sa stávaš tým, kým skutočne si pod vrstvou zvyklostí, ostychu a ilúzií.

Tento zvláštny pohľad – nazvem ho „tvorivý pohľad“ – bol jednou z výnimočných charakteristík Karla Koeniga. Nevidel iba to, aký si, ale aj to, kým ti bolo predurčené stať sa. Existujú ľudia, ktorí sú schopní človeka preniknúť pohľadom a pozorovať, aké sily v ňom pôsobia. Ale len málokto je schopný „novo tvoriť“.

Pri pohľade na človeka sa môžeme snažiť, aby sme v ňom objavovali božskú iskru. . . . Aj keď si touto snahou bezpochyby pripravujeme cestu k druhému človeku, nemusí v nej byť ešte prúd tepla, živý prúd spojenia. V pohľade Karla Koeniga bol príboj tepla, jeho pohľad pôsobil liečivo. Mohol si totiž pociťovať, že si poznávaný so súcitom a s úctou.

Mystérium kosmológie Heinz Grill

**Vo svojom chrbte nesiem
Mesačno-hviezdny vesmír.**

**Vo svojej hrudi vyžarujem
V teplých príváloch slnka.**

**Kde spočíva moje skutočné
Nepomíňajúce bytie?**

**Nespočíva pravdivé večné tajomstvo
Vo vyvýšenej syntéze,**

**Ktorá z oboch, z mesiaca a slnka,
V najvnútornejšom vnútri mojej duše
Prostredníctvom duchovných hierarchií
Uprostred pozemských útrap a námah
V tichom plameni ohňa horí?**

Prax:

bytostné stretávanie sa so svetom cez zmyslové vnemy:

Myslenie -- > < -- Vôľa

Bytostný dotyk – dotyk, styk, stretnutie na úrovni podstát – je tvorivý čin.

Stretnutie so svetom:

Vnímanie Myšlienok, ktorými je svet tvorený

– odhaľovanie na prvý pohľad skrytej bytosti javu, podstaty - sat čitt
ánanda

Premieňanie sveta ľudskou vôľou

- uskutočňovanie novej reality v priebehu stretnutia

Myšlienky, ktoré chceme urobiť svojim životným postojom, musíme myslieť opakovanne, rytmicky a koncentrovane.

Poznanie prostredníctvom následných obrazov:

Snažíme sa, aby každé stretnutie bolo stretnutím na úrovni podstát, bytostným stretnutím (sat čitt ánanda)

To znamená svojim Ja objaviť Ja druhého človeka.

- 1) Vnímanie očami = vnímanie povrchu
- 2) Uvedomiť si: toto telo je nositeľom Ja
Aj ja som nositeľom Ja
- 3) pozorovať slobodne, bdelo, nezaujato, bez zámeru, bez predsudku, intenzívne, láskyplne
- 4) očami môžem druhého vidieť, lebo medzi nami je svetlo, medzi nami tká svetlo.
- 5) Toto svetlo okrem fyzikálneho vnemu sprostredkováva aj duševnú a morálnu kvalitu, ktorú svetlo tká medzi nami a umožňuje nám dotyk. Svetlo mi osvetlí, osvieti, urobí vnímateľnou čistou myšlienku, bytostné jadro, podstatu človeka, ktorý stojí oproti mne.
- 6) Večer – spomienka na stretnutie – vytvorí sa následný obraz – samotný ešte nič nevypovie, ale môžeme sa naučiť osamostatniť spomienku tak, aby žila vlastným životom a poskytla nám nové poznatky.
- 7)

R.Steiner.: „Ak človek vníma iba následné obrazy, nedeje sa ešte nič dôležité. To dôležité nastáva až vtedy, ak ešte niečo ostáva aj po následnom obraze. Lebo **to, čo ostáva po následnom obraze**, to sa už netýka očí, ale je to proces či zážitok, ktorý máme vďaka nášmu éterickému telu.

Ak niekto tento experiment vykonal sám na sebe, nebude už môcť ľahco namietat', že aj to, čo ostáva, by mohol byť iba odznievajúci obraz, ktorý vznikol činnosťou fyzického tela. To totiž hovorí človek, pokiaľ tento zážitok sám nemal . . . Lebo to, čo potom ostáva po doznievajúcom obraze, je práve niečo celkom iného než to, čo stojí v akomkoľvek vonkajšom, fyzicko-zmyslovom vzťahu ku vnemu vonkajšieho sveta.

Napríklad, vo väčšine prípadov práve to, čo ostáva po vneme farby či svetla, nie je nijaký svetelný či farebný klam. Ak ostáva v takom prípade svetlo či farba, potom je to práve klam. To, čo ostáva, je však **tón**, o ktorom človek presne vie, že nebol vyvolaný našim uchom alebo jeho prostredníctvom. Človek môže vnímať aj niečo iné ako **tón**, vždy je to však vnem, ktorý sa odlišuje od vonkajšieho dojmu.“

R.S.: Človek vo svetle okultizmu, teozofia a filozofia, GA 137

Popis cvičení:

V miestnosti: farebná plocha (koberec), farebné medzikružie s bielym stredom

V prírode: samostatný strom v krajine

Dva blízke rozličné stromy

Pozorovanie zvieratá – poznávanie toho, čo všetko z bytostnej podstaty zvieratá sa prejavuje pohybom.

Napokon stretnutie s človekom – čo **zaznieva** z následného obrazu?

K týmto cvičeniam je nevyhnutná vnútorná pohyblivosť.

Zážitok „odznievania“ následného obrazu – môže odhaliť bytosť, podstatu.

Ja – bytostné jadro, podstata – je iniciátorom stretnutia.

Existovať = vystupovať navonok, umožniť bytostným vlohám, aby sa prejavili navonok.

Čisté a pravdivé stretnutie vznikne iba z čistého nesebeckého a slobodného postoja.

Sloboda

- je predpokladom slobodného, pravdivého a tvorivého stretnutia
- zo slobodného stretnutia vyplynie čisté myslenie

P. Archiati: „Ľudské myslenie je možné vyslobodiť, to znamená, že je schopné vývoja. . . Myslenie je len z menšej časti určené k tomu, aby odrážalo vonkajšiu skutočnosť, je tu skôr na to, aby človeku umožňovalo stávať sa skutočným človekom, teda slobodnou bytosťou. Tak ako podstata obilného zrna nespočíva v jeho výživnej hodnote, ale v životných silách, ktoré dávajú vyrásť novej rastline, tak netkvie podstata myslenia vo vzťahu k vonkajšej skutočnosti, ale v tom, čím sa človek prostredníctvom myslenia stáva.“

. . .

„Vyslobodiť myslenie znamená preniknúť ho silou Kristovou. Kristus umožňuje premenu, teda transsubstanciaciu myslenia. Každému človeku je umožnené, aby v myslení prežíval ducha podstatnejšie než to, čo vníma svojimi zmyslami. Byť substanciou, teda podstatou, znamená skutočne pôsobiť, byť reálnou príčinou. V neslobode človek prežíva príčinnosť hmoty. Hmota je pre človeka natoľko substanciálnou, že takmer úplne určuje hnutia jeho ducha a človek sa potom javí, že je iba jej účinkom. Avšak transsubstanciáciou vlastnej bytostnej sily žijúceho a činného myslenia dosahuje myslenie samé tú najreálnejšiu substancionalitu a bytostnosť, ktorá vôbec existuje. A všetky ostatné veci sa až milosťou myslenia stávajú substanciálnymi a reálnymi. V mŕtvom, pasívnom myslení žije človek akoby v dobe pred Kristom, pred transsubstanciáciou, pred slobodou. V žijúcom myslení prebieha transsubstanciácia ako človeka, tak aj sveta. Všetky veci obdržia svoju duchovnú substanciu, ak je v myslení prežívaný duch.“

P.Archiat: „Kresťanstvo alebo Kristus“

Človek sa oslobodí iba premenou, transsubstanciáciou svojej bytosti a sveta. Cestou bytostného myslenia a vnímania čistých myšlienok, sa pokúšame tvoriť novú skutočnosť.

Skutočné poznanie (teda nie naučené abstrakcie) sa nedá ľubovoľne predávať ako informácie. Môžu byť získané iba individuálne, vďaka aktivite ľudského Ja.

Podstata čistej myšlienky

Existuje jav, fenomén
+ Interpretácia, myslenie (had a palica)
Existuje jav alebo všetko sú len interpretácie, ktoré súvisia so štruktúrou ľudskej bytosti?

Je myslenie objektívne alebo subjektívne?

Názor . . . rozumové poznanie . . . absolútne poznanie
Poznanie v hypotézach – veda
Pravdivé myslenie – joga

1.) Ako by to vyzeralo, keby sme oddelili zmyslové vnímanie od myslenia?
Jedna najpovrchovejšia vrstva myslenia – myslenie spojené so zmyslami = interpretácie

2.) Myslenie v súvislostiach – myslenie v pojmoch a ich spájanie do súvislostí.
Je myslenie v súvislostiach tiež vnímaním tých súvislostí?

Nesúvislý chaos vnemov a skúseností - nachádzame v ňom prvok, ktorý nás vyvedie z nesúvislostí? Je to myslenie.

Je možné vnímať (súvislosti?) myšlienky? – existuje niečo ako zmysel pre myšlienky?

R.S. „Základné rysy teórie poznania v Goetheho svetovom názore“: „Zotrvať pri skúsenostiach je oprávnenou vedeckou požiadavkou. Nie menej oprávnená je však aj požiadavka, aby sme hľadali vnútorné zákonitosti skúseností. Samo toto vnútro skúsenosti sa musí teda niekde v jej rámci objavovať ako skúsenosť. Skúsenosť sa tak prehlbuje pomocou seba samej. Naša teória poznania vznáša požiadavku skúsenosti vo vyššej forme (než je vonkajší zmyslový vnem) a odmieta každý pokus vnášať do skúsenosti niečo zvonku. (našu špekuláciu). Samo myslenie je predmetom skúsenosti, vyššieho druhu vnímania. Spôsob, akým sa myslenie prejavuje, je rovnaký ako u ostatných predmetov sveta skúseností.“

Môžeme teda myšlienky priamo vnímať? Sú vnímateľné?

„Je historickým faktom, že do sveta postupne zažiarujú pojmy a myšlienky, ktoré predtým neboli známe. Človek ich nepocituje ako púhe informácie, ale ako živú skutočnosť. Impulz týchto myšlienok a ideí vedie človeka k činom, ktoré neberú ohľad na jeho osobné výhody či sebazáchovu.“ Jan Hus

Tento skrytý impulz je bytostným jadrom človeka (Ja). Ja znie v našom konaní a nedá sa odvodiť zo zmyslového sveta. Ja nahliada iné myšlienky, než hypotetické myšlienky.

Bytostná podstata zmyslových vnemov môže byť vnímaná iba bytostnou podstatou človeka. Podobné môže byť vnímané podobným.

Dôkaz o existencii bytostného jadra môže spočívať iba v osobnej skúsenosti, vo vlastnom prežitom pozorovaní.