

**Meditácie 53,** [54,](#) [55,](#) [56,](#) [57](#)

### Meditácia 53:

Postoj vedomia, ktorý hovorí, že akýkoľvek druh náladového a myšlienkového hnutia človeka splodí určitý metafyzický silový účinok, ľahšie umožní, aby vzklíčila a rozvinula sa schopnosť všímavosti voči nemu a schopnosť pozorovať ho. Keby cvičiaci venoval pozornosť iba fyzickým prejavom, ako napríklad, či počuje dážď, mohol by sa relatívne jednoznačne stiahnuť do svojich zmyslových orgánov. Intenzívnejšia pozornosť voči objektu je tu nevyhnutná iba výnimočne. Ale ak sa človek pýta, aké a ktoré silové pôsobenia vychádzajú z nejakej reči, ktorú niekto hovorí, napríklad nejaký politik, tak popri zmyslových orgánoch, ktoré treba zamerať, musí viesť pozornosť k niečomu, čo navonok nedokáže vidieť alebo počuť. Ak človek nadobudne vnímanie týchto silových účinkov metafyzickej reality, ako sú v princípe dané, až vtedy po prvýkrát usporiada svoje takzvané astrálne telo alebo svoje vedomie a podvedomie. Každý prejav alebo duševné hnutie človeka spôsobuje zmenu vo sfére a zvlášť vtedy, keď sa deje úplne nevedomky. Ten, kto zažije toto poznanie o neprestajných metafyzických účinkoch, dospeje k poznaniu, že **každý jednotlivý človek je veľmi významný v rámci celku**. Akonáhle vníma nevedomé sklony prostredníctvom vedomého pozorovania a prostredníctvom pestovaných obsahov, pomaly začne mať schopnosť svoj život viesť.

**Cieľom vydarenej meditačnej práce musí, pravdaže, byť, aby tie najlepšie ideály dospeli do praktických sociálnych schopností.**

Keď sa cvičiacemu darí koncentrovane zotrvať v pozorovaní vhodného objektu určitú dobu, potom vo vzťahu k éterickému telu vznikajú sily tepelného a svetelného éteru. Tieto sily sa ukazujú ako stredne modrasté až po svetlo modrasté veľmi svetlé silové účinky. Takýmto prístupom k cvičeniu prakticky vzniká úctivosť.

Ako úlohu si môžeme vybrať na pozorovanie vyjadrenia nejakého verejného činiteľa. Ako pôsobia jeho slová? Aká charakteristika sa ukazuje na základe jeho reči, ktorú prednáša? Zoberte si k tejto úlohe nejaký nedávny prejav. Slová, ktoré pomocou médií oznamuje ľudu, pôsobia v princípe vždy a na každého, alebo pôsobia iba na toho, kto ich počúva a iba do týchto duší sa odtlačia? Aké sa ukazujú byť slová v zmysle univerzálnych svetelných a tepelných účinkov? Aká je tvorba obrazu nazeraného objektu?

## Meditácie 53 - 57

Napísal Administrator

Štvrtok, 22 Október 2020 14:23 - Posledná úprava Piatok, 27 November 2020 14:05

---

Pre cvičenie môžu poskytnúť úžasne hlboké poznatky nie iba pozitívne, ale práve úplne ťažké a veľmi vyčerpávajúce príklady. Unáhlené hodnotenia nemajú ľahkovážne pristihávať cvičenie.

### Meditácia 54:

„Spojené národy musia príliš často zaostávať za svojimi ideálmi, lebo záujmy jednotlivých členov bránia tomu, aby organizačný systém fungoval tak, ako by mal. Avšak kto si myslí, že všetko zvládne lepšie sám, ten sa mýli. Naše blaho zdieľame spoločne a naše nešťastia tiež.“  
(Angela Merkelová vo video správe k 75. výročiu založenia Spojených národov – vyslovené 21.9.2020)

(Onedlho tu uvedieme príklad niektorého politika zo Slovenska.)

**Úlohou je presnejšie pozorovať reč a potom skúmať účinky na duševný obsah v psychologickom zmysle a ďalej v metafyzickom zmysle.** Napokon si položíme otázku, či slová nadobúdajú iba taký význam, ktorý bezprostredne počujeme. Ďalej sa pýtame, či nezávisle od poslucháča pôsobia zvolené slová na druhých ľudí, ba dokonca na všetky stvorenia sveta. Akú bytosť alebo charakteristiku môžeme rozpoznať v týchto pár vetách?

Cvičenie sa začína náhľadom na slová a malo by k nim smerovať **bez predpojatosti, sympatie a antipatie**. Práve u politika, ktorého každý pozná a hovorí o ňom, cvičiaci musí obzvlášť dôrazne odsunúť svoje doterajšie asociácie a emócie. Reč musíme pozorovať ako neutrálny objekt, čisto bez toho, že by sme k zneniu priložili nejaký výraz alebo charakter. Vnútorne motívy musíme pochopiť z veci samotnej.

Oslobodenie od sympatií, antipatií, doterajších vedomostí, od článkov viery, od asociácií, túžobných predstáv a od predchádzajúcich skúseností, predstavuje schopnosť piateho centra, višudha čakry. Do istej miery by sme mohli toto odpútanie sa od všetkých determinácií nálad, mysle a vôle označiť ako určitý spôsob, ktorý otvára čistejšiu sféru myslenia. Na človeka pôsobí posilňujúco, usporiadavajúco a otvára perspektívy. Pomocou myslenia sa po prvýkrát môžu vytvárať svetelné a tepelné éterické sily až vtedy, keď človek bude schopný pozorovať túto reč v jej pravom charaktere.

Vyhotoviť analýzu textu týchto pár riadkov z reči spolkovej kancelárky je veľmi ťažké, lebo sa tu ponúka otázka, z akých ideálov rečník hovorí a aký organizačný systém ho navádza? A ďalej, neexistujú žiadne exaktné údaje o tom, o akých okolnostiach hovorí. V slovách nastáva úhrnné zmiešanie nepriamo získaných úsudkov a dovolávanie sa na pocit „my“. Jednota, ktorú zdôrazňuje, sa zdá ako ideál, avšak ako ideál, ktorý sa dá predstaviť iba ako ideologický.

Stanovisko „ja“ je možné iba vtedy, keď vo vyjadreniach človeka vzniknú reálne predstavy a jasné vzťahy. Indiferentná a bezobsažná reč bez súvislostí uniká tomu, aby bol človek schopný utvoriť si náhľad, lebo nie je uchopiteľná a pre myslenie neposkytuje žiadnu efektívnu orientáciu. Ak by mal človek zo zvolenej reči rozvinúť nejaký proces myslenia, bol by, pravdaže, beznádejne zajatý v nediferencovanej húštine a čoskoro by nedokázal rozlíšiť trne od listov. Proces myslenia, ktorý by sa dal o tejto reči rozvinúť, je možný jedine z vedome zvoleného postoja dištancie. Cvičiaci musí rozpoznať nelogickosť a bezobsažnosť reči ako takej a až potom, keď ju dostatočne vedome rozpozna v jej nesúlade, dokáže sa proti nej efektívne brániť. V istom zmysle ju dokáže zdravším spôsobom vylúčiť (v zmysle vylučovacieho procesu v organizme).

Sféra pôsobenia vzniká však aj pre toho, kto tie slová nepočúva, pretože sa taktiež podieľa na emocionálne viazanom vyžarovaní, ktoré je spojené s týmto prejavom. Podstata tejto reči je bez „ja“ a je manipuláciou práve preto, lebo je bezobsažná. Bytosť tejto reči bude takýmto spôsobom prejavu stále pôsobiť.

Ako však tieto slová nesú najvnútornejší motív? Odkiaľ pochádza? Túto otázku máme ďalej spresniť. Ak človek tieto slová alebo podobné slová pozoruje bližšie, naučí sa vnímať úžasne hlboké pozadie.

V princípe si však cvičiaci môže osvojiť obraz, či slová, ako boli vyslovené, dokážu astrálne telo usporiadať, alebo ho otriasajú, prípadne ho privedú do neporiadku. Pozorovanie logiky slov, ich vzájomný vzťah a ich obsah poskytujú praktické záchytné body pre preskúmanie tohto fenoménu.

## Meditácia 55:

## Meditácie 53 - 57

Napísal Administrator

Štvrtok, 22 Október 2020 14:23 - Posledná úprava Piatok, 27 November 2020 14:05

---

Viacnásobne vnímať slová určitej osoby a po určitú dobu ich držať vo vedomí, by sa mohlo zdať ako prehnaná požiadavka. Pomocou opakovaného zaoberania však človek objaví bezobsažnosť a chýbanie logiky, lepšie vyjadrené, dokonca omyl v slovách. Čím viac si však človek bude samostatne vedomý omylov pomocou nahliadania, zvažovania a rozpoznávania, tým viac zažije vo svojej duši vzrastajúcu silu pre ideály. Dnes je príznakom doby, že ideály ľudstva chradnú, lebo podliehajú sugesciám a manipuláciám.

Zvládnutie a riešenie omylov a vedomé, rozpoznaním oslobodené prekonanie klamstva vedie k úľave a k ozajstnému éterickému posilneniu. Človek tak bude mať k dispozícii nové svetelné a tepelné sily. Zaoberanie sa s omylmi vo svete je pre zdravie veľmi liečivé. Jednotlivec sa nemá venovať iba tomu dobrému, ale mal by spoznávať nedostatky, rozumieť im, zvládnuť ich a z toho formovať vyšší ideál.

Zvolili sme nasledovný citát:

„Spojené národy musia príliš často zaostávať za svojimi ideálmi, lebo záujmy jednotlivých členov bránia tomu, aby organizačný systém fungoval tak, ako by mal. Avšak kto si myslí, že všetko zvládne lepšie sám, ten sa mýli. Naše blaho zdieľame spoločne a naše nešťastia tiež. Sme jeden svet.“

(Onedlho tu uvedieme príklad niektorého politika zo Slovenska.)

Výpovede nepriznávajú človeku „ja“. Pocit „my“ vyzýva k materialistickému zjednoteniu ľudí.

Úloha na nasledujúci týždeň: celkom všeobecne máme dbať na význam konfrontovania sa s klamstvom. Človek stráca veľa síl a vyčerpáva sa, a to nie len nesprávnym konaním, ale aj tým, že sa nekonfrontuje s klamstvami dnešnej doby. Jeho potenciál vývoja je ochromený. Tento spôsob odvážnej konfrontácie je veľmi dôležitý ako pre terapeutov, tak aj pre pedagógov.

**Meditácia 56:**

V čom spočívajú chyby myslenia a ako sa prejavujú nesprávne asociatívne spojenia v podobných citátoch?

„Spojené národy musia príliš často zaostávať za svojimi ideálmi, lebo záujmy jednotlivých členov bránia tomu, aby organizačný systém fungoval tak, ako by mal. Avšak kto si myslí, že všetko zvládne lepšie sám, ten sa mýli. Naše blaho zdieľame spoločne a naše nešťastia tiež. Sme jeden svet.“

Keď čitateľ alebo poslucháč pasívne preberie tieto slová, rozvinie narušenie takzvaného astrálneho tela alebo jeho reakciou bude nespoľahlivý pocit obrany, pretože klamstvo v texte zaregistruje nevedome. Aká by musela byť správna formulácia alebo ako by sa musela rozvinúť táto výpoveď do prijateľnej konštruktívnej logiky?

„OSN mala ideály. Áno, mala ideály. Avšak chýba sila a odvaha napíňať ich v plnej dôslednosti. Teraz sme ako jednotliví občania, ako štát a ako politici vyzývaní k tomu, aby sme naplnili tieto ideály životom. Bez sily myslenia, zaoberania sa, bez celkového rozvíjania etiky a morálky, ktoré môže prísť jedine od každého jednotlivého človeka, by museli ideály vo svete spustnúť. K rozvíjaniu skutočných ľudských ideálov, ktoré sú užitočné pre politiku a pre všetky národy, nie sme vyzývaní ako skupina, ale ako každý jednotlivec ...“

Je však jedno, či môžeme z politickej roviny očakávať logiku, alebo nie, lebo vyrovnávanie sa s otázkami vývoja a ich čo možno najlepšieho uskutočňovania sa týka každého človeka. Nie je potrebné klásť na ktoréhokoľvek politika nijaké očakávania, lebo – jednoducho povedané, podľa indického duchovného života alebo podľa hodnotenia, aké robí archanjel – ak človek posudzuje nejakú situáciu, tak sa s ňou stretne s rozpoznaním a vyrovnanosťou bez očakávania. Dokonca nechá ničivé sily pokojne si robiť svoje a zatiaľ myslí a uskutočňuje ideálnejšie formy.

„Sila predstavivosti je počiatkom stvorenia / všetkého tvorenia. Človek si predstavuje, čo chce, človek chce to, čo si predstavuje a na konci človek vytvorí, čo chce.“ (George Bernard Shaw)

Ideály, ktoré nikto nemyslí, chýbajú vo svetovom stvorení. Ak nie sú dostatočne myslené v predstavových obrazoch, nemôžu žiariť ani v duchovnom, ani v pozemskom svete. To, čo je vo svete negatívne alebo zaťažené chybami, dáva dôvod a podnet na rozvíjanie logických a konštruktívnych predstáv, podobne ako zlé chovanie bezprostredne vyvolá požiadavku na

lepšie spôsoby správania sa.

### Meditácia 57:

Úlohou posledného meditačného listu bola otázka, ako by sa dal citát nejakej verejnej osoby doviesť do správnej formulácie. Nikdy by sme nemali celkom zatvárať oči pred omylmi, pred nesprávnym alebo zlomyseľným konaním, lebo práve vyrovnanie sa s negatívnymi silami posilňuje rozvíjanie múdrosti a v neposlednom rade aj takzvané „Ja“.

Rudolf Steiner hovoril o posilnení „Ja“ človeka vtedy, keď narazí na nejaký predmet sveta. Nárazom na tvrdý a nepreniknuteľný predmet sa zvýši vedomie. Ak by všetky podmienky sveta boli mäkké, jednoliate (nediferencované), receptívne, ústretové, jemné a mierne, nemusel by sa človek prekúsať cez stvrdnutý starý chlieb, ale dostával by neprestajne iba mäkkú kašu od matky, nesformoval by dostatočne svoj imunitný systém a nezažil by posilnenie „Ja“.

Ešte ďalekosiahlejšie než náraz, pôsobí celkom usporiadané vyrovnanie sa s javmi, ktoré sú chybné alebo sa javia ako chybné. Oprava alebo lepšie vyjadrenie a formulovanie prijatých slov predstavuje požiadavku na tepelné a svetelné sily človeka. Jediniec sa zásadne potrebuje zaoberať asi takými javmi, aké sme tu menovali, pretože až keď dostatočne uvidí omyly a ďalej, keď bude vedieť docieľiť vylepšenie slov, potom sa dokáže vo svojej duši oslobodiť od kolektívnych mocností doby a vydobyje si lepší stav imunity.

Skúsenosti s niektorými študentami, ktorí tu boli prítomní v posledných dňoch a tiež sa zaoberali týmto meditačným obsahom, boli veľmi pôsobivé. V týchto súvislostiach tu o nich musím rozpovedať. Prvý človek povedal, že si nepamätá, aká bola meditačná úloha. Druhý si vedel spomenúť na slová, ale myslel si, že to, čo hovorí určitý konkrétny verejný činiteľ sú tak či tak hlúposti a že takýmto spôsobom by nebolo možné zachytiť ducha jeho reči. Tretí odpovedal, že by potreboval viac času, lebo úlohy sú príliš ťažké. Štvrtý mienil, že sa neodvažuje k preformulovaniu, aby sa nezamotal do namyslenosti. Záver stretnutia každopádne bol, že s úlohou vlastne nikto ani nezačal. Ako často ten, kto sa zaujíma o meditáciu, iba blúdi okolo úloh!

Túto úlohu sme si neúprosne postavili ešte raz do noci, aby sme ju potom nasledujúci deň zodpovedali. A všetci účastníci vedeli navrhnúť zmysluplné korektúry, resp. nové formulácie.

To negatívne, zlé, nedokonalé a lživé existuje vo svete s takou istotou, ako fyzické javy. Avšak je nedostatok ideí, ktoré by niekto preformuloval na ideály, ktoré by dokázali nakoniec niesť budúci vývoj. Človeku dnes chýbajú mnohé ciele, a preto sa s najlepším úmyslom začne nesprávnej formulácii brániť, avšak nevytvára úsilie, aby ich sformuloval do vyššej ideálnosti. V dôsledku nedostatku skutočne konštruktívnej formulácie chýba bytosť, ktorú by človek vztýčil na usporiadanie astrálneho tela. Popri cvičeniach koncentrácie je preto v tomto zmysle konštruktívneho prepracovania a preformulovania textov rovnako dôležitá meditačná práca.

Úloha s obsahmi pre nasledujúci týždeň je nasledovná:

„Teplo samotné je kozmickou entitou. Vyviera zo slnečných síl a vŕhne sa do ľudskej telesnej bytosti prostredníctvom zmyslov a cez krvný obeh až nakoniec dosiahne brány srdca. Tiahne z väčšieho okruhu do centra človeka.“ (Bytostné tajomstvo duše, s.172 hore)

Týmto meditačným obsahom je oslovené éterické posilnenie tepla.

[Podujatia s Heinzom Grillom](#) < späť