

Meditácie 76, 77, 78, 79

Meditačný obsah č. 76

Súčasná doba tým najdôkladnejším spôsobom podporuje zmysluplné zásahy formujúcich a štruktúrujúcich síl. Strachy vznikajúce v nepokoji z vegetatívneho prepätia človeka sa však uvoľňujú z oslabených tiel a absorbujú prirodzené sily vedomia. Strach je nepokoj, ktorý stúpa z tela. Veľmi ľahko môžeme sledovať takúto situáciu, keď sa napríklad niekto bojí hovoriť pred ľuďmi, s neistotou sa zafixuje na pripravený rukopis a slová pre ostatných ľudí teda neprináša s ľahkými vibráciami a s elegantným budovaním vzťahov. Premôžu ho obavy vystupujúce z jeho vlastného nepokojného metabolizmu. Začína sa potiť, kokať a ako kompenzáciu používa neisté gestá. Túto situáciu ovláda telo a nie vedomie, chvejúci sa vegetatívny život orgánov a nie centrovane vnímanie jasne formované myšlienkami.

Koľko starostí dnes sprevádza ľudí, ktorí sú zvýšenou mierou vystavení existenčnej núdzi. Tieto chronické strachy sú závažné práve preto, lebo nie sú presne definovateľné, neprichádzajú iba na chvíľku, ako je to pri nejakej konkrétnej úlohe napríklad pri prednášaní prejavu, ale pôsobia nešpecifikovane a zahalene, v každom prípade nekonkrétne a ťažko uchopiteľne aj preto, lebo sa prenášajú na okolitých ľudí a sú všeobecne rozduchované pohlcujúcimi kolektívnymi sugesciami. Dnešný občan nedostáva správne informácie o súčasnej kríze, ale je bombardovaný iba veľmi zvláštnymi pojmami vyvolávajúcimi strach a vzpierajúcimi sa akejkolvek konkrétnej predstave, napríklad: mutácie, tretia vlna, hospodárska kríza a mnoho ďalších. Rozptyľujúce a rozrušujúce strachy preto vystupujú nahor z orgánov ľudí a rozširujú sa v obojstrannom zápalistom úsilí rovnako ako samotná infekcia, čo skutočne narúša integritu človeka.

Antropozofia hovorí o trojčlennosti: nervovo-zmyslové systémy, rytmické systémy a systémy látkovej výmeny. Strachy sa rozvíjajú prostredníctvom neusporiadaného reagovania nervovo-zmyslových systémov, ktoré už nedokážu správne organizovať metabolický systém a pomocou vzrastajúceho nepokoja významne rozvíria stred človeka.

Pre meditáciu si máme vnieť do pozornosti pôsobenie síl, ako by mohli zasahovať zdravo a ako by mali určovať farby a formy aury. Na rozdiel od toho, máme pozorovať aj nezdravé vyžarovanie strachu a orgánov. To má celkom iné konfigurácie a v dôsledku podstatných účinkov má tendenciu spôsobovať ochorenia.

V zmysle meditačnej úlohy musí cvičiaci tieto pozorovania vykonávať dostatočne a rozvinúť vhodné obrazy. Fáza konsolidácie, ako bola už v predošlých odsekoch schematicky načrtnutá, musí byť vykonaná pre každé jedno meditačné cvičenie. Bez tejto prípravy by meditácia bola ako unáhlený pokus špekulácie alebo ako diletantské a rýchle uchopenie náhodne sa zrkadliacich vnemov. Ideálny obraz môže vzniknúť iba z jasnovidného vnímania, keď bude úloha absolvovaná komplexne.

Celá meditačná práca je nanovo napojená na základnú otázku, ktorá bola položená v prvých úlohách: Ako sa dá idea preformovať na ideál a nakoniec vypracovať až do praktickej sociálnosti? Formotvorné sily, ktoré sa podarilo uviesť do účinnosti, sa javia pre jasnovidné oko úplne inak, než reakcie orgánov, ktoré vyklzavajú z látkovej výmeny.

Tým, že cvičiaci sa v tejto úlohe dôkladne zameria na cieľ, bude príslušné zdroje čítať s vyšším záujmom. Cvičiaci, ktorý by chcel túto meditačnú úlohu do viesť skutočne k určitému istému výsledku, získa stabilné postavenie a veľmi kreatívny, samostatný vzťah k príslušným miestam v literatúre, ktoré podávajú vysvetlenia k téme. Cvičenie koncentrácie a čítanie sa navzájom dopĺňajú a vytvárajú vzrastajúcu možnosť, aby anjel mohol zmysluplne pôsobiť s účelom budovania vedomia.

Pramene:

1. Filderklinik, funkčné ochorenia žalúdka a čriev,

http://filderklinik.privatambulanzstuttgart.de/fileadmin/migrated/content_uploads/Funktionelle_Magen-Darmstoerungen.pdf

odvolávka zo 4.3.2021:

Ak pozorujeme zmeny postavy v priebehu života, môžeme opätovne vnímať, ako v detstve a mladosti dominujú sily budovania a vyrastania a ako sa s pribúdajúcim vekom oblé formy existujúce predovšetkým v dojčenskom veku a vo veku malého dieťaťa pozvoľna diferencujú. V starobe potom dominujú formotvorné sily a sily látkovej výmeny ustupujú.

Zhrňujúc môžeme s ohľadom na utvárajúce procesy v človeku povedať: Všade tam, kde nastáva tvorba štruktúr a foriem, vnímame pôsobenie síl nervovo-zmyslových systémov predovšetkým s lokalizáciou v hlave. Všade tam, kde dominuje tvorba látok, pôsobia nevedomé

sily pólu látkovej výmeny prioritne lokalizované v bruchu. Zdravie vzniká, keď sú tieto sily v rovnováhe. Potom sa človek nachádza „v strede“. Organizmus sa neustále pokúša udržiavať túto rovnováhu. Ak dominanciou jedného z týchto pólov dôjde k jej narušeniu, nastúpia do chodu príslušné protichodné procesy.

2. Heinz Grill, Bytostné tajomstvo duše, s.130

Všetko pozitívne alebo negatívne, čo sa nachádza uskladnené v orgánoch človeka, by sa nemalo nikdy priviesť do vedomia prostredníctvom jemnocitných vnemov, lebo tento proces by presne zodpovedal ceste do budúcnosti zasahujúcej však z minulosti, teda smerovaniu z organického pólu do vedomia. Vegetatívna distónia a tiež mnohé súčasné javy nervozity ukazujú, ako je vegetatívny nervový systém preťažený a priepustný a ako sa tým umožňuje, aby sa do vedomia dostávali nekontrolované a nepríjemné vyžarovania orgánov. Orgány však majú ostať v nevedomí a vedomie by sa malo venovať viac konkrétnostiam sveta alebo jasne usporiadaným úlohám.

3. Heinz Grill, Liečivá sila duše, s.65

Takzvaný svetelno-duševný proces - to je ten duševný proces, ktorý organizujúci svetlo skutočne pôsobí na ľudské telo a jeho bunkový systém - vzniká suverénnym a radostným spôsobom, keď sa aspirant učí pracovať s konkrétnymi myšlienkami a nakoniec myslieť aktívne alebo v najrozšírenejšom zmysle aktívne aj vnímať citom. Spravidla ľudské vedomie hovorí o rozmyšľaní skutočne ako o po-mýšľaní o niečom, následné myslenie reflektujúce niečo, čo už existuje alebo existovalo. Skutočne aktívne myslenie síce začína v reflektovaní - zrkadlení a po-mýšľaní (myslení ex post), avšak neostáva stáť v tejto prvej fáze, ale prekračuje hranicu obvyklého spomienkového doznievania, pretože sa nasmeruje vo vedomej prítomnosti k takzvanej bytosti myšlienky. Myšlienka predstavuje na astrálnej rovine objektívnu bytosť a preto je možné hovoriť o takzvanej bytosti, ktorá je vytvorená pomocou myslenia. Myšlienka by nebola prítomná, keby nebola myslená aktivitou človeka a tým by nebola zrodená. Aktívny prístup s vytvoreným vzťahom ku konkrétne myslenej myšlienke, alebo lepšie vyjadrené, myšlienka pozdvihnutá do tohto aktívneho vzťahu podporuje svetlú organizačnú silu v ľudskom tele a tiež vo vedomí.

4. Rudolf Steiner, Čo robí anjel v našom astrálnom tele?, GA 17, s.27

Meditačný obsah č.77

Rozdiel medzi účinkami síl, ktoré vystupujú z tela, a účinkami vypestovaných kreatívnych síl, ktoré nie sú iba intelektualistické, ktoré sú prítomné v skutočnom nazeraní a vedome v pozorovaní, a tým sú udržiavané v reálnom tvorení, je taký veľký, ako rozdiel medzi krásnym prejavovým pôsobením svetla a medzi pôsobením hierarchicky nižších než pozemských síl elektrického prúdu. Zatiaľ čo sily orgánov plodia nepokoj, otrasy a chaos, myšlienky pôsobiace vo svetle zhora, spôsobujú mierumilovnú harmóniu a ušľachtilé vyžarovanie.

Skutočne tvorivé myslenie v koncentrácii s dobrým spirituálnym obsahom podporuje kryštalický princíp, javové pole sveta kremíka a to je prvý princíp prejavu. Keď nejaká idea prostredníctvom myšlienkového aktivity v priebehu ďalšieho myslenia dospieva bližšie k uskutočneniu, následne vytvorí vnímateľné citové vnemy, tak vzniknú krásne formy, podľa podobného poriadku a zákonitostí, aké majú kryštály.

Pozorovania v rámci tu konaných seminárov počas posledných týždňov veľmi zreteľne ukázali, či niekto dokázal nejaký meditačný obsah udržiavať počas dňa v pamäti, či ho pestoval s náležitou radosťou a s úmyslami v zmysle duchovného snaženia, alebo ho ponechal iba ako nanútenú povinnosť s čisto vonkajším náhlivým tlakom a bral ho iba ako konzumný tovar bez toho, že by sa mu venoval so starostlivosťou. Keď sa obsahy nepozdvihnú dostatočne do svetla pozorovania a koncentrácie a keď sa text nerecituje dosť dôkladne s primeraným znením slov, veľmi rýchlo sa ukáže relatívne silné utiahnutie bez duševných prejavov, ktoré by sa človeka citlivo dotkli. Myšlienka musí dostatočne žiť v ideí a zosilnieť pomocou koncentrácie, aby napokon mohla dospieť na ideál v jeho prvom kryštalickom vyžarovaní.

Na malom príklade je možné poukázať na tieto rozdiely a na to, ako pôvodne dobrý obsah môže byť veľmi rýchlo zvláštne skreslený.

Všimnime si výrok: „Cesta je cieľom“ alebo napríklad nejaký iný, ktorý sa v ezoterických kruhoch často vyslovuje: „Načúvaj svojmu telu, lebo ono vie, čo je dobré“.

Originálne miesto od Konfucia znie: „Nasmeruj svoju vôľu na správnu dráhu.“ Ľudia v dôsledku pohodlnosti a chýbajúcej dôkladnosti v spirituálnej disciplíne rozvinuli úplne nemožnú a takmer sugestívne pôsobiacu vetu: „Cesta je cieľom.“ Ľudia, ktorí nikdy nepreukázali použiteľnú

realizáciu (tejto vety), koniec koncov touto vetou argumentujú a myslia si, že akú vysokú múdrosť vyslovili! Všimnime si však, aký veľký rozdiel je medzi tým - ak by sme tieto dve vety zobrali do meditácie ako vodiacu alebo meditačnú vetu - akým spôsobom by ovplyvnili duševné prežívanie človeka. Výber meditačnej vety preto musí byť veľmi starostlivo zvolený, lebo v obsahoch spočívajú všetky ďalšie kľúčiace sily, ktoré vedú dušu k ideálom.

Veta: „Načúvaj svojmu telu, lebo ono vie, čo je dobré“ vylučuje duševný a duchovný život a vedie človeka k nevedomým väzbám na svoju minulosť karmu. Osoby, ktoré si volia túto slovnú formuláciu za vedúcu hviezdu svojho života, sa veľmi ľahko stanú citlivými na organické bytie a zamenia si nadzmyslové prejavy tela so spiritualitou. Meditačná veta, ktorá by bola správna, by mohla znieť:

„Z myšlienky naplnenej obsahom vzniká citlivá, ochraňujúca sila cítenia a keby jej moja duša načúvala, dokázala by určovať, ako zaobchádzať s telom.“

K nasledujúcej meditácii si cvičiaci zoberie uvedenú vetu: „Cesta je cieľom.“ A bude pozorovať jej účinok, ktorý z tohto obsahu vychádza. Cvičiaci musí dospieť u seba k poznaniu, že vznikne disharmónia medzi myšlienkou a cítením, ktorá ho spätne pripútava k telesnosti.

Nakoniec si zoberie originálnu vetu od Konfucia: „Nasmeruj svoju vôľu na správnu dráhu“ alebo ak ju preložíme trochu inak: „Nasmeruj svoju vôľu k ceste“. Teraz bude cvičiaci cítiť vnútorné posilnenie vo svojej duši a zažije pocit poriadku a pravdy.

Cvičenia sa dajú robiť podobne aj s vetami o tele. Ak sa cvičiaci centruje na vetu: „Načúvaj svojmu telu, lebo ono vie, čo je dobré“, uvedomí si, že sa voči okoliu a voči väčšiemu okruhu naozaj uzatvára, a dokonca sa schizoidne uzatvára pred vplyvmi prinášajúcimi svetlo a v jeho aure sa vytvárajú zvláštne, väčšinou nepokojné, akoby sírne sily.

Meditačná veta: „Z myšlienky naplnenej obsahom vzniká citlivá, ochraňujúca sila cítenia a keby jej moja duša načúvala, dokázala by určovať, ako zaobchádzať s telom“, otvára vedomie pre realitu zdravým, a čo sa týka vzťahov, radostným spôsobom. Ak bude človek túto vetu pestovať dlhšiu dobu najlepšie, ako je to možné, slovne ju bude udržiavať v pamäti, pozorovať ju, v určitých fázach počas dňa ju bude pozdvíhať do koncentrácie, objaví svetlú, okrúhlu a priehľadnú postavu. Následne, keď bude meditácia dostatočne vypestovaná, bude

zaobchádzanie s telom prebiehať slobodnejšie.

Pramene:

Konfocius, „Majster dobrotivosti a ľudskej vzájomnosti“ od Inge Wedemeyer:

*Šťastie človeka spočíva
v žití v harmónii s tao,
to znamená prežívať vôľu nebies
v poriadku pozemského bytia.
Majster hovorí:
„Nasmeruj svoju vôľu na správnu cestu!
Drž sa správneho konania!
Opieraj sa o dobro
a raduj sa z krásy!*

Rudolf Steiner, „Tri perspektívy antropozofie“, GA 225, s.17:

... Zvyčajné myslenie spôsobuje v nás iba tieňové myšlienky, je odvrátenou stranou myslenia. Čo však nášmu aparátu myslenia dáva formu, čo náš mozog a celý náš nervový systém vychováva, to je tvorivá sila myslenia a tvorivá sila tela éterického, teda tela utvárajúcich síl. To je druhá stránka. Ešte netreba veľa jasnozrivej sily, aby si človek uvedomil, ako vôbec táto tvorivá sila myslenia v človeku pôsobí ako sila vývoja, ako výchovná sila. Človekom iba treba, chcel by som povedať, vnútorne zatriať, aby sa stal vedomým si toho, že myslenie nie je jednoduchým tieňovým obrazom vonkajšieho sveta, ale vnútornou činnosťou. Človek takpovediac potrebuje iba postrčiť naspäť, aby sa obrátil od oddanosti vonkajšiemu svetu smerom k tomu, čo vnútorne koná, čo myslí, potom si bude túto aktivitu myslenia uvedomovať. Týmto poňatím aktivity myslenia pochopíme teraz najskôr to, čo je ľudskou slobodou a porozumenie slobode je to isté, ako pochopenie tejto aktivity myslenia. Preto potom človek tým, že takýmto spôsobom porozumie aktivite myslenia, tiež porozumie morálke, ktorá človekom preniká a preteká a pretkáva.

Heinz Grill, „Bytostné tajomstvo duše“, s.188-189

Spoločne sa dá povedať, že vedomý spirituálny pohyb v slobodne sa rozvíjajúcej sociálnej štruktúre, určený vhodne rozvinutými myšlienkami, ktoré sa pospájajú do obrazových predstáv a ktoré sú nesené pevnými vnemami, prvýkrát privedie život krvného obehu do rytmického, posilňujúceho a harmonického spojenia s orgánom srdca. Podľa dnešného pohľadu kardiológie je život srdca a krvného obehu zdravý vtedy, ak krvný tlak a pulz vykazujú normálne hodnoty a keď nie sú preukázané nijaké zúženiny ciev alebo organické defekty ako napríklad poruchy srdcových chlopní. Avšak tým, že krv dokáže krúžiť v tepnách a žilách a srdce je schopné podľa toho rytmicky biť, musia na tento systém pôsobiť reálne sily. Tie existujú a sú to najrozličnejšie kreatívne sily, ktoré sa prostredníctvom ľudského Ja vychovávajú buď aktívnou myšlienkovou činnosťou predstáv vedome, alebo sa organizujú pomocou nevedomých sklonov a motívov nahor zo života látkovej výmeny a pôsobia na cirkulujúcu krv. Kto napríklad v živote pestuje veľmi vášnivé, ťažké zmyselné emócie, svoj krvný organizmus zaťažuje takými bytosťami, ktoré sťažujú rozvoj svojej pamäte a vedú k predčasnemu celkovému odbúraniu éterických síl. Táto životná orientácia silne a vášnivo lipnúca v zmyslovom bytí preto prijíma prostredníctvom krvného obehu skôr zdola nahor práve tie bytosti, ktoré nenapomáhajú silnejšie pociťovať Ja v srdci, ale ho oslabujú, a tým pôsobia proti zdravým procesom, proti tvorbe a budovaniu predstáv.

Všetky zmienené texty by mohli byť meditačnými obsahmi.

Meditácia č. 78

Na internetovej stránke:

<https://heinz-grill.de/korper-seele-bewusstsein/>

v slovenčine:

<http://www.jogah.sk/index.php/novinky/podujatia-s-heinzom-grillom/373-kardinalny-omyl-v-sucasnej-dobe>

je pomerne rozsiahly popis oboch otázok položených v minulom a predminulom meditačnom liste.

Cvičiaci sa skutočne nachádza medzi novým zrodením a medzi pohodlnou závislosťou od doterajších emócií, pocitov a zvykov. Ale nie iba ten, kto cvičí, prežíva toto rázcestie, skoro každý občan si všíma, ako bez nového začatia nedokáže nakoniec skutočne dospieť ku spokojnosti.

Úlohou je, aby nastúpilo poznanie a citové vnímanie súvislosti posmrtného a tohto sveta. Prečo si človek najmenej zo všetkého všíma vo svojej duši práve tú dimenziu a vývojovú požiadavku, ktorá mu chýba?!

Aká aura vzniká, keď slová, ktoré vyslovujú Archai, sa berú denne počas jedného týždňa do meditácie? Ako ďaleko pôsobí vzniknutá vnímateľná sféra, ktorá vystupuje nad doterajšiu karmu a je slobodná?

Meditačný obsah č. 79

Meditácia v zásade nesmie oddeľovať človeka od sveta a od spoločenského života, od vzťahov a od prirodzených záujmov vo vzájomnej spolupráci. Nebezpečenstvo, že by cvičenie s myšlienkovými obsahmi, ktoré sú vybrané na koncentráciu, podporilo vnútorné uzavretie a nedostatočné správanie sa vo vzťahoch, môže vzniknúť iba vtedy, keď sa cvičiaci nesnaží o samostatne zvolené a myslené ciele, ktoré sú v duchovnom zmysle jasné a žiaduce, ale používa myšlienky sám pre seba, sám seba by chcel nabiť alebo obohatiť energiou a koniec koncov vlastne myšlienku vôbec nevníma v jej ideovosti, ale hľadá iba na svoje osobné, egoistické správanie a emocionálnu orientáciu na svoj zisk.

Meditácia musí viesť k intenzívnejšiemu vzťahu ku svetu, k ľuďom, ku kozmu a k sebe samému. V priaznivom prípade vytvára v éterickom tele sily svetla a tepla a usporadúva astrálne telo, ktoré napriek svojim častým sklonom k nepokoju a žiadostivosti, nadobudne prirodzenú integritu. Vzťahový život získa šírku, bez toho, že by sa strácal a Ja, takzvané *jiva*¹, čo je individuálne, doteraz rozvinuté Ja, je založené bez jednostranných egoizmov, v zmysle prirodzenej stability.

Ako meditácia pôsobí na človeka, môže byť doložené viacerými atribútmi a mnohorakými príkladmi. Meditácia by mala v každom prípade pozitívne odpovedať na duševno-duchovné vývojové otázky. Človek by mohol obšírne a podrobne opísať auru a ako z nej vyžarujú sily tepla a svetla, ktoré vznikajú pomocou meditácie, a ako obohacujú okolie, a na základe toho, ako sa zvyšuje schopnosť vytvárať vzťahy v dôsledku rozpracovania meditačného obsahu poukazujúceho až na nadzmyslové štruktúry. Spravidla sa pomocou vývinových otázok vždy vytvorí zdravotný prospech, lebo sa môžu zrodiť nové éterické sily a môže sa usporiadať a ďalej rozvinúť astrálne telo, ktoré sa môže prejavovať v rámci celého, individuálneho spoločenského a kozmického členenia.

V uplynulých týždňoch sa objavilo niekoľko dotazov o metodickom vypracovaní meditácie. Napríklad bola položená otázka, či by si človek mohol k meditácii pripojiť nejaké smernice, ktoré by mohli uľahčiť celý kontext pri budovaní a cvičení koncentrácie, resp. meditácie.

Centrálny meditačný obsah je ako smernica, ktorej myšlienku treba vnímať ako silu Slnka. Na meditáciu sa môže použiť jedna veta alebo tiež niekoľko viet. Pri tejto práci by človek od seba nemal očakávať ani príliš veľa, ani príliš málo. Ak by si človek naložil priveľa obsahov, mohlo by nastať pokušenie intelektualizovania, analogizovania a rýchlych špekulácií zo zvedavosti. Ak si niekto myslí, že má silu koncentrácie a udržania obsahu príliš slabú, v žiadnom prípade by nemal urobiť chybu, aby v zásade od seba očakával stále menej. Ľudia by radi ihneď porozumeli meditačnému obsahu a myslia tým, že by ho nechceli iba pochopiť, ale skutočne by ho chceli uchopiť, ale to by bolo naozaj uchopenie pomocou vôle, čím by sa v myšlienke usmrtilo Slnko. Meditačné obsahy by sa mali prebudiť k životu a – ako už bolo povedané – mali by človeka počas dňa sprevádzať ako živá melódia. Potom sa v kontemplatívnych chvíľach vyslovia so svojou múdrosťou.

¹ *Jiva* je individuálna duša, ktorá sa však môže alebo má v širšom zmysle vypracovať na manas, buddhi a atman. Ak by duša bola sama o sebe stojacou, uzavretou individualitou, tak by k nej nemohli pristúpiť vývinové myšlienky.

Čo hovoria Archai?

„V žiadnom prípade neposlúchaj svoje telo a jeho lichotivé alebo prehnané emócie, lebo tie sú v ich súhrne a v ich väzbách samé o sebe skazou. Prekroč hranice a prekonaj svoje malicherné

strachy, ktoré vystupujú z tvojich orgánov, obetuj sa pre vyššiu ideu, maj odvahu žiť v zmysle morálky. Snaž sa o najlepší a najuľachtiljší cieľ. Si povolaný k vzostupu. Čakanie na ostatných je plané. Ak by tvoje osobné okolnosti zrkadlili, ako sa trasieš pred morálkou a nutnosťou konať, neposlúchni túto vrtkavosť svojej mysle, ani svoje zmenšené porozumenie sebe samému. Telo by nemalo spôsobiť stratu odvahy a nemá veľmi čo povedať, keď sú na rade vysoké a najvyššie povinnosti. Silu na svoje konanie nájdeš pomocou múdrosti."

Tieto slová sú veľmi mocné a apelujú na morálnosť človeka. Rudolf Steiner hovoril o tom, že práve Archai – prarodivé sily – vnímajú obzvlášť ľudskú lásku a do budúcnosti ju podporia v zmysle telesnej sily vzpriamenia. Ľudská láska a morálka patria veľmi blízko sebe. Nasledovná úloha je, vychádzajúc z viet alebo iba z jednej vety, ktorú vyslovuje Archai, ďalej ju rozpochybovať. Meditačný obsah ostáva v pozorovaní takmer ako nadriadená sféra Slnka. Čo znamenajú dané slová? Ako by sa dalo o nich ďalej komunikovať s ľuďmi na zrozumiteľnej, prirodzenej, exoterickej rovine? Čím lepšie bude človek cítením vnímať slová meditácie v slnečnej sfére, tým ľahšie sa prebudí fantázia, s ktorou ich teraz bude schopný sociálne niest životom. Cvičiaci musí pre ostatných ľudí tvoriť myšlienky presne v súlade s tým, ako zrozumiteľne a správne dokáže sprostredkovať pravdu z duchovných svetov.

Ak si zoberieme podobenstvo, tak človek by mohol z poľa zobrať úrodu obilných zŕn a druhým ju ponúknuť na tanieri v surovom a neočistenom stave. Skutočná kultúra jedenia sa tým však ešte nedosiahne. Reštaurácia, ktorá by týmto spôsobom servírovala prírodu v jej najčistejšej podobe, neurobila by dobré obchody. Umenie prípravy, až kým bude zrno schopné naservírovania v celej kráse, s najlepšou stráviteľnosťou a s najželateľnejšou arómou, si vyžaduje vyučeného kuchára. Cvičiaci si rovnako preto musí, pri ocenení si meditačných obsahov, stáť za správnymi spôsobmi prípravy - alebo inak vyjadrené – za usporiadanou komunikáciou a schopnosťou sprostredkovania.

Svet dnes potrebuje ľudí, ktorí sú hlboko duchovne nasmerovaní a súčasne majú schopnosť vhodne a zrozumiteľne sprostredkovať obsahy. Terapeuti, pedagógovia, prednášajúci a jogoví učitelia si musia klásť otázky, ako priniesť ezoterické obsahy do zrozumiteľnej, exoterickej podoby?

Disciplína pretvárania ezoterických myšlienok na exoterické žiari intenzívne do duchovného sveta. Úlohou na nasledujúce dni je opäť úsilie prinášať do konania vo svete meditačné obsahy a myšlienky od Archai.

Meditácia 76, 77, 78, 79

Napísal Administrator

Utorok, 09 Marec 2021 09:14 - Posledná úprava Pondelok, 26 Apríl 2021 18:04

Pramene:

Utváranie osudu v spánku a v bdení, O pôsobení anjela – tieto témy z diela Rudolfa Steinera: "*Prah duchovného sveta*"
, GA 17, vybral a uverejnil Wolf-Ulrich Klünker.

Heinz Grill: Proces srdca – v knihe „*Bytostné tajomstvo duše*“, vydavateľstvo Stephana Wunderlicha

[O spoločných stretnutiach a cvičeniach duše](#)

[Podujatia s Heinzom Grillom](#) < späť