

Jak myšlení, citění a chtění ovlivňuje proces dýchání, krevního oběhu a zažívání

*Rozdíl mezi procesem uvnitř a vně člověka · Nádech budující
lidskou bytost - aktivita astrálního těla · Výdech - aktivita
éterného těla · Aktivita kosmické astrality ve spánku · Nervově-
smyslový proces jako zjemnělé dýchání odehrávající se v živlu
tepla, při němž výdech přechází do obvyklého nádechu ·
S živlem tepla vdechujeme světlo, chemismus, vitalitu ·
Na druhé straně aktivovaný výdech, který předává síly látkové
výměně · Světlo vdechnuté s živlem tepla se stává myšlenkovou
činností · Dřívější karma - pozdější karma*

Moji milí přátelé!

Máme-li pracovat pouze s prostředky, které nám poskytuje dnešní věda - proti nimž nebudeme s ohledem na její vlastní výkony přirozeně nic namítat, neboť pokud svými metodami dokáže někam proniknout, proniká tam vynikajícím způsobem, což se jí na její cestě rovněž může stát - , tak vlastně k poznání člověka nemůžeme dospět. Především nemůžeme přijít na to, jak jsou tělesně-fyzické a duševně-duchovní procesy v lidském životě navzájem propojeny. V tělesně-fyzické oblasti nadále pokračují pozemské procesy, které se odehrávají v přítomnosti. Současná věda poměrně dobře sleduje fyzikálně-chemické procesy vnější, mimolidské

přírody a podává nám o nich jednoduchou představu. Pak si spolu s ní představujeme, že tyto procesy pokračují dále v nitru člověka přibližně tak, jako probíhají chemické procesy ve fyzikálním kabinetu či v chemické laboratoři, anebo jako při pozorování nějakého kousku světa, který je bezprostředním pozemským okolím. Popisujeme-li zevní spalování jako propojování nějaké substance s kyslíkem, pak i tehdy, když hovoříme o lidské vnitřní činnosti, vkládáme do člověka myšlenky, které jsme takto získali, a také ohledně lidského nitra mluvíme o spalování, ačkoliv bychom měli vědět, že je to nemožné. Vždyť proces v lidském nitru, který může být popsán jako podobný spalování, se k vnějšímu spalování vztahuje asi tak jako živé k mrtvému. Vnější spalování je neorganické, neživé, zatímco v nitru člověka se setkáváme se živým spalováním, se spalováním, které se stalo živým.

Toto zjištění má významné následky také pro ostatní vědu. S ohledem na substanci, kterou zasáhne, podléhá vnější spalování zcela konkrétním, řekněme teplotním poměrům. Podle současné vědy existuje určitá zápalná teplota, kdy teplo při spalování podléhá těmto vnějším vztahům. To však vůbec není čímsi, co by mohlo stejným způsobem pokračovat do nitra lidského organismu. Někaká substance se může při určitém stupni teploty zevně spojit s kyslíkem a může dojít ke spalování, ale v nitru člověka se při stejné teplotě spojit nemusí, neboť zde panují jiné zákony. Pro vnější vědu to má zajisté určitý význam, neboť také vnější věda vytváří hypotézy, které se zdají být velmi přijatelné. A tak se z podmínek panujících nyní na Zemi vyvozují závěry vztahující se také na dřívější stavy na Zemi. Něco podobného učinil známý jenský fyziolog *Preyer*, který se vrátil k určitým živým ohnivým procesům, z nichž by evoluce měla vycházet, neboť obvyklá Kantova- Laplaceova teorie byla pro něho příliš prostá a omezená. Ano, představoval si, že tyto procesy musely probíhat při takových teplotách, které odpovídají procesům spalování v dnešní době.

Tak to ovšem být nemusí. Od dnešních neorganických procesů spalování můžeme vyjít k podobným procesům, které jsou dnes v lidském organismu, kde stejné procesy vznikají při podstatně nižších teplotách. Také pro hypotetické představy pradávného stavu Země bychom tak získali něco zcela jiného. Představy, které jsou na denním pořádku, mají pro celkové pojetí obrazu světa zcela konkrétní význam.

Zkrátka, chceme-li pochopit vnější svět v jeho bezprostřední současnosti a v jeho vývoji, nemůžeme vystačit s prostředky, které produkuje dnešní věda. Objeví-li se určitá tendence, přirozeně to ihned vyvolává potíže. O těchto těžkostech mohu opravdu mluvit, protože jsem je mimořádně intenzivně osobně zažil.

vztah k Můžete mi věřit, celý můj vývoj byl provázen
přírodní okolností, kterou lze nazvat - vidíte to popsáno v *Mé*
vědě *cestě životem* - nejvyšším respektem k současné přírodní vědě! Tento respekt zde vždy byl. Nikde, za žádných okolností jsem se nerozhodl použít negativní kritiku v triviálním smyslu, jak se to snadno stává, nebo ji použít proti tomu, co lze souhrnně nazvat přírodními vědami, ať již v zevní chemické-mechanické-fyzikální oblasti, nebo v oblasti medicíny. Nicméně mi před očima vyvstala evoluce také jako duchovní obraz, ten byl přítomen. To, co se duchovně nabízí řekněme v případě atlantské nebo lemurské doby anebo ještě dále do minulosti či budoucnosti, jsem se snažil uvést do souladu s tím, co přináší současná přírodní věda. To jde přijatelným způsobem v případě věcí, které přírodní vědy říkají s ohledem na bezprostřední přítomnost. Do nejtěžších konfliktů se stanoviskem přírodních věd se ovšem dostáváme v okamžiku, když tyto vědy začínají řídit a vymýšlet hypotézy přesahující přítomnost a sahající do doby daleké minulosti.

Snadno se dostaneme do konfliktu právě tehdy, když chceme žít v souladu s přírodní vědou a poznatky duchovně nahlížených skutečností přivést do souladu s tím, co říká přírodní

věda, ta přírodní věda, proti které duchovní věda nechce nikdy mít námitky; nechceme být přece tak nerozumní, abychom něco namítali proti faktům. Ale o to více přicházíme do konfliktu s názory. Pokud přírodovědec mluví, tak se to ještě dá; ale jakmile začne psát, stane se již výstředním a my již nemůžeme souhlasit. Vzniká zde těžký konflikt, který ten, kdo nějak přijde do styku s tím, co dnešní věda podává, musí brát v úvahu.

Vidíte tedy, že současná přírodní věda se jen tak jednoduše k člověku nepřiblíží, protože v procesech, které v něm probíhají, se přece nerealizuje pouze to, co zkoumáme vnějším způsobem až po jevy z aerodynamiky, aeromechaniky nebo z nauky o teple. Člověk přece ve světě existuje také jako duše a duch a v jeho projevech se tedy realizuje například i to, co přechází do jeho karmy z dřívějších pozemských životů. Včera jsme viděli, že u člověka jako byl *Ferdinand Raimund* to bylo možné formálně uchopit. Kdybychom vzali v úvahu pouze prostředky dnešní přírodní vědy, postrádali bychom jakoukoliv možnost přechodu. Ale nyní vidíte, že musíme vystoupit právě k tomu, abychom to, co se vnějším způsobem v člověku projevuje jako určité procesy, do jisté míry odpozorovali a uchopili z duchovna a začlenili do něj. Jsme-li v souvislosti s tím, co již můžeme vědět také prostředky dnešní přírodní vědy, naprosto pevně zakotveni ve fyziologii procesu dýchání a cirkulace a právě z procesů dýchání a cirkulace se pokusíme pochopit, jak souvisí fyzický život s duchovnem, pak s tím docela dobře vystačíme.

Nejdříve se blíže podíváme na proces *proces*
nadechování, spočívající v tom, že člověk přijímá vnější *dýchání,*
formu vzduchu. Tato vnější forma vzduchu není ovšem *nádech a*
něčím pasivním, co by hotová přirozenost člověka *výdech*
pouze přijímala a potom vnitřně zpracovávala tak, aby se proces příjmu kyslíku měnil v proces tvořící kysličník uhličitý a nádech by tak jednoduše přecházel ve výdech. Proces nadechování ve skutečnosti představuje

neustálého tvůrce lidské bytosti. Neustále spolupracuje na výstavbě lidské bytosti zvenčí směrem dovnitř. V procesu nadechování je člověk neustále budován z vnějšího světa dovnitř, tedy ve skutečnosti nejenže přijímá kyslík, ale v kyslíku, který má mylně za beztvary, přijímá síly utváření, jež odpovídají jeho vlastní podstatě. V případě abnormálně utvářeného procesu dýchání, například při dušnosti, je uvnitř dýchacích cest ve skutečnosti přítomná cizí elementární bytost. V normálně utvářeném procesu dýchání, moji milí přátelé, je zde neustále vznikající člověk; z makrokosmu neustále do člověka vchází jeho postupný zrod, zrazování vzdušného člověka. Celý proces, který se tu odehrává, je aktivitou astrálního těla, takže si jej musíme představit takto: Nadechujeme se; činnost nadechování je aktivována astrálním tělem. Celý proces, který se zde odehrává v žilvu vzduchu, je neustálým vznikem člověka. Tento proces probíhá ve všem, co v člověku spolupracuje ve formě vzduchu, takže v procesu nadechování se v žilvu vzduchu dochází k neustálému vzniku člověka.

*aktivita
astrálního
těla*

Nyní opět vydechneme. Při vydechnutí v podstatě vydechujeme kyselinu uhličitou. V návaznosti na jiné organické procesy se uhlík do jisté míry sbírá pro výdech. To si člověk představuje jako jakýsi pasivní, reaktivní proces nebo něco podobného, o těchto věcech tedy nemá jasnou žádnou představu. Zkoumá jednoduše pouze to, co může v tomto směru zkoumat fyzickými prostředky. Nyní však vidíte, že tento výdech se opět aktivuje a vzhledem k člověku v něm není obsažen jenom pasivní proces, ale je v něm aktivita, která je aktivitou éterného těla. Celý proces probíhá v tekutém žilvu, který jsme již dříve nazvali vodou, přičemž voda zahrnuje vše, co teče. Výraz můžeme používat dále. Proces tedy probíhá v žilvu

*proces
dýchání ve
spánku a v
bdělém
stavu*

vody. Nyní se objeví důležitá otázka, která vám všem musí ležet na jazyku. Jak to je s dýcháním ve spánku? Ohledně výdechu nemůžeme mít žádnou pochybnost, neboť ve spánku je éterné tělo především uvnitř člověka. Ale jak se ve spánku můžeme nadechovat, když je astrální tělo venku z fyzického a éterného těla?

Mikrokosmická část astrálního těla je skutečně ve spánku mimo fyzického těla člověka, ale o to aktivnější je jeho makrokosmická astralita. Činnost

dýchání ve spánku, která se odlišuje od bdělé činnosti dýchání, je řízená činností mak- rokosmu. Právě zde můžeme vidět podstatný rozdíl mezi nádechem v bdělém stavu a nádechem ve spánku. V bdělém stavu si nádech řídí člověk sám z nitra svým astrálním tělem, ale ve spánku nastupuje astralita kosmu. Ve spánku je tedy nádech v člověku řízen zvenčí. Již zde máme významný záchytný bod pro poznání chorobného stavu. Zvláštnost kosmu spočívá v tom, že ve srovnání s pozemskými poměry - jakmile popojdeme trochu dál od Země - je zdravý. V blízkosti Země existují procesy, které se projevují klimatickými a dalšími jevy, které mohou způsobit abnormální změny v kosmické astralitě. Stejně tak mohou jiné procesy, které ještě poznáme, způsobit abnormálnost v astralitě člověka. Zdroj patologie zde nalézáme nejen v určité oblasti, ale vidíme také, že tento zdroj patologie vchází až do duchovně-duševní sféry, což je podstatné.

Vidíte, že proces dýchání je poměrně, tedy *zjemnělý* relativně hrubý. Vzdušné vdechujeme a vzdušné také *proces* vydechujeme. Celý dýchací proces má v sobě něco *dýchání* hrubého, srovnáme-li ho se všemi pochody, které v nás proudí stejně jako v makrokos- mu, zejména s fluktuací tepla v tepelném živlu uvnitř a vně člověka. Teplotní rozdíly jsou uvnitř člověka i venku. Můžeme si odmyslet vzduch, vodu a zemi, a můžeme se soustředit jen na tyto teplotní rozdíly. Pro fyziky to nemá smysl, protože teplotní rozdíly považují pouze za stav hmoty. Duchovní věda ale zjišťuje, že máme co dělat s živlem. Můžeme tedy mluvit o živlu, a to, co je obsažené v tepelném živlu, smíme považovat za samostatné a aktivní. Základem celého lidského života je ve srovnání s procesem dýchání jemnější proces přijímání prostřednictvím tepelného procesu. A můžeme říci, že vystoupíme-li nahoru až do oblasti lidských plic (ale to, o čem mluvím jako o hrubě zevním, chápejte opravdu vnitřně), vyjdeme-li až k organizaci plieni soustavy, setkáme se s hrubým procesem dýchání ve vzduchu. Vyjdeme-li však nahoru do oblastí, které jsou řízeny především z hlavy, ale ve slabší míře jsou přítomny v celém člověku, máme zde zjemnělý proces dýchání, který se neodehrává ve vzdušném, ale v tepelném živlu. Zde nahore se jedná o zjemnělý proces, který je mimořádně subtilním příjmem tepla z makrokosmu, je vdechováním a vydechováním tepla. Při sledování hrubého vdechování a vydechování zjišťujeme, že člověk je s vnějším světem v interakci: nádech-

výdech, nádech-výdech, dovnitř-ven, dovnitř-ven, takový je to proces. Zde však nejde o stejný proces; máme zde sice také určité „dovnitř“, nicméně „ven“ již není stejné jako při obvyklém dýchání, ale výdech se stává vnitřním procesem, postupuje dovnitř člověka. To, co vydechne nervově-smyslová soustava, se spojuje s procesem nadechování, s nádechem zprostředkovaným plicemi. Za nervově-smyslovou soustavou však existuje proces zjemnělého dýchání, který je opravdovým příjmem zvenčí jen při nadechnutí; ovšem ven se vydává něco, co zde vchází dovnitř, tedy nepostupuje opět ven, nýbrž se přenáší na hrubější dýchací proces, přechází do nádechu a cestou nádechu vchází dál do organismu. Nyní můžeme říci: Cestou dýchání vstupuje do lidského organismu teplo makrokosmu, které není pouhým teplem, ale je teplem, které s sebou přináší světlo, makrokosmický chemismus, makrokosmickou vitalitu a makrokosmický život. Vdechnutím tepla se dovnitř člověka vnáší světelný, chemický a životní éter makrokosmu, a ty přecházejí do lidského organismu. Světlo, které má v sobě ukotvený tepelný živel, vnáší do člověka chemický a vitální prvek a předává je procesu nadechování. Vlastní podstatu toho, co spočívá nad procesem dýchání a co zde líčíme nejen jako zjemnělý proces dýchání, ale také jako metamorfovaný proces dýchání, však dnešní člověk nestuduje, ve fyziologii to zcela chybí, a tím se do ní dostává něco, co v ní pak působí jako cizorodé těleso.

*dýchání a
fyziologie
myslů*

Zde je bod, kde se absolutně neshodneme, vycházíme-li na jedné straně z duchovna a na druhé straně z přírody. Fyziologie smyslů jako cizí těleso vpadá do toho, co se odehrává diferencovaně v procesu vidění, slyšení a vnímání tepla. Tyto procesy jsou jako články, vnější výhonky procesu, který je zpočátku příjmem tepla, v němž je obsaženo světlo, chemismus a vitalita. To se se smyslovým procesem vydiferencuje ven. Ve smyslovém procesu však člověk poznává pouze to, co je na periférii, nikoli v centru, a fyziologie smyslů je proto pro něj jako úplně cizí těleso. V jednotlivých smyslech fyziológa to klokotá kolem dokola a psycholog pak diletantsky chytračí; a tak se ková jedna

hypotéza za druhou. Musí to přirozeně být, neboť před sebou máme sice jednotlivé zcela specifické procesy vidění či slyšení, ale jejich soutok, jejich společné sbíhání se do nitra vůbec nevnímáme. Nevidíme, jak vše společně plyne do příjmu tepla, které v sobě nese světlo, chemismus a vitalitu z makrokosmu;¹ až zde se přibližujeme k dýchání. Opravdovou fyziologii smyslů budeme mít teprve tehdy, když fyziolog bude moci říci: Vycházím z fyziologicko-fyzických procesů oka, vcházím do nervu, který to dále přenáší do nitra, vcházím postupně do dýchacích cest a z cest smyslů, z cest rozumu vcházím do procesů dýchání.

A necháme-li život smyslů, odehrávající se na periferii, tak trochu mimo svoji pozornost, pochopíme, jak v pozemském životě mohla vzniknout jóga. V jógové praxi jdeme tam, kde celý proces přechází do procesu nadechování a to, co leží za ním, promítáme ve smyslového vnímání. V tehdejších světových názorech to bylo možné postřehovat téměř instinktivním vědomím. Novodobá přírodní věda ovšem musí stát všude před hádankami, protože není s to vidět příčiny a vzá-

¹ Viz R. Steiner: *Okultní fyziologie*, GA 28, Fabula 2011, a W. Buhler: *Tělo jako nástroj duše*, Fabula 2012. - Pozn. vyd.

jemné souvislosti těchto procesů. Při pozorování oka a ucha začíná nevázaně spekulovat o tom, co se tam uvnitř vlastně děje. A když pozná, že se při svých spekulacích o vnitřním působení oka a ucha dostala do slepé uličky, protože zjemnělý proces dýchání (který jsem zde popsal) nechce chápat jako skutečnost, řekne: Nuže, to, co probíhá uvnitř, je paralelní vůči tomu, co probíhá zevně. Jako nejpohodlnější východisko přijala paralelismus - procesy prostě probíhají současně!

Vidíte, že to je to, co dá knězi i lékaři v celém živém procesu moderního poznávání pevné místo, neboť nebudou již muset toto poznání odmítat.

Fyziologie smyslů snáší ze všech stran obrovské poklady, ale s těmito poklady je to podobné jako s přípravou výstavby krásného domu. Jak by to vypadalo, kdybychom si ke stavbě tohoto domu přinesli ze všech stran nádherné a skvělé materiály, které bychom shromáždili na velkou hromadu, ale tak dům postavit nelze. Člověk snáší vše, co probíhá ve smyslech, vrší z toho velký val, ale nezačne nic zpracovávat. Neboť zpracování by mělo spočívat v tom, že bychom měli nejprve spojit to, co máme ve svém nitru, s tím, co jsme vyzkoumali zevně, a pak sledovat tento proces jemnějšího dýchání, probíhající až do éterné a astrální oblasti; pak bychom začali stavět dům. Přirozeně bychom byli hlupáky, kdybychom chtěli stavět dům tak, že si řekneme: Měli bychom začít tím, že tento val z nejlepšího stavebního materiálu, který jsme navrhli, zase odstraníme. To přece neuděláme. Když máme materiál, začneme stavět dům.

Stejně nesmyslné by bylo, kdybychom učinili to, co dnes činí mnoho lidí, kteří si počínají diletantským způsobem, když odmítají přírodní vědu a do základů ji kritizují. Nepotřebujeme ji odmítat, ale při stavbě máme kus po kuse upotřebit ty materiály, které můžeme dobře využít. Podobně dosáhneme něčeho velmi krásného, budeme-li využívat všechno to, co dnes poskytuje fyziologie smyslů, která je zmíněným válem. A tak můžete říci: Pohlížíme směrem nahoru, postupujeme-

-li od toho, co zde v dýchání jako neustále přítomné utváření člověka navázalo na proces zjemnělého dýchání, který se sice odehrává v tepelném živlu, ale do něhož zároveň působí celý éterný svět makrokosmu. Zde pohlížíme směrem nahoru a postupujeme k hornímu člověku.

*proces
dýchání a
proces
zažívání*

Od procesu dýchání však můžeme pohlížet také směrem dolů, na dolního člověka. A tak jako jsme nahoře v procesu nadechování dospěli k zjemnělému dýchání, tak dole, v procesu vydechování dospějeme k většímu zhrubnutí a zvolna přejdeme k procesu, který se vnitřně odehrává v tvorbě kyseliny uhličitě, k procesu odehrávajícímu se při zažívání. Tak jako jsme nahoře museli proces nadechování spojit s jemným nervově-smyslovým procesem přecházejícím do duchovní oblasti, tak dole musíme proces vydechování spojit s procesem zažívání, kde lidská činnost přechází pomalu do fyzické oblasti, takže dole přicházíme tam, kde fyzické tělo vykonává výměnu látek, modifikované vydechování. Jistá míra činnosti, aktivity, kterou v nitru zanechá výdech, způsobuje výměnu látek; podobně jako to, co dýchání přijme z činnosti nervů, smyslů a ducha, přejde ve vnitřní činnost, tak je aktivita, která zůstane v nitru člověka po výdechu, souhrnem sil formujících látkovou výměnu. Ta se nyní uskutečňuje v živlu, jenž byl dříve nazýván zemí - jako všechno, co má v lidském organismu sklon k pevnosti .

*čtyřnásobné
dělení
člověka*

Pozorujeme-li celý tento proces trochu podrobněji, dospějeme k čtverému procesu v člověku. Máme zde proces, který jsme výše charakterizovali tak, že výdech postupuje vlastně dovnitř člověka. Když nyní vezmeme proces nádechu, který jsme poznali jako vnější, musíme v nádechu současně vidět spojení toho, co jsme vdechli, s tím, co přichází shora dolů.

*jak se
uskutečňuje
myšlení,
cítění a
chtění*

Máme zde tedy navzájem protikladné děje. Výdech zde zanechává síly pro výměnu látek. Při výdechu se nic

nepřijímá, nýbrž se něco odevzdává. Máme tedy vnitřní výdech a kromě toho vnitřní nádech, a pak spojení tohoto vnitřního nádechu

s tím, co fyzické tělo vykonává v podobě procesu látkové výměny a zažívání.

Máte-li nyní před očima tuto čtyřnásobnou diferenciaci, vysvitne vám o člověku světlo poznání, neboť kromě toho se ukáže následující: Zde, touto cestou jde dovnitř tepelný živel nesoucí světlo, chemismus a vitalitu, a spojuje se s dýcháním. Procesu dýchání však neodevzdává světlo, ale ponechává si je; procesu dýchání předává jen chemismus a vitalitu. Tedy světlo zde zůstává, vyplňuje člověka jako vnitřní světlo a stává se myšlenkovou činností.

*makro-
kosmický
chemismus*

Při dalším nadechování a vydechování se odevzdává makrokosmický chemismus a ten se v člověku stává vnitřním chemismem, který se odděluje od vnější laboratorní chemie, jež je v procesech, které máme ve vnější laboratoři. V člověku se tedy odkládá makrokosmický chemismus, zatímco pokračuje vnitřní proces dýchání. Můžeme tedy říci, že chemismus je zde jaksi uskladněný. A dovnitř, do této interakce mezi vydechováním a látkovou výměnou, pak vstupuje životní éter a člověk jej přijímá. Sledujete-li proces odshora dolů, pak vidíte: Světlo přichází dovnitř cestou tepelného éteru, ale stop! Zde, kde nastupuje dýchání, se světlo zastavuje, rozšiřuje se, organismus člověka je dále nepojímá a tak se může šířit. Světelný organismus si v sobě neseme jako čistý organismus světla - ten v nás myslí.

Tento proces sledujeme až tam, kde nádech hraničí s výdechem, až tam, kam sahá chemismus, který tam vnáší nervově-smyslový proces. Nyní se chemismus zastavuje a vnitřní chemismus, chemický organismus v nás - ten cítí.

Nyní jdeme dále dolů, tam, kde výdech zanechává zažívací proces, proces látkové výměny. Ten nepostupuje až do vnějšího zaživacího procesu v příjmu potravin, ale pouze k vnitřním pochodům výměny látek. Nyní se životní éter zastavuje. Životní

éter utváří lidskou organizaci - ta chce.

Tak se uskutečňuje myšlení, cítění a chtění, a my jsme mohli sledovat fyzický obraz celého procesu. To všechno, co je zde nahoře, se vnitřně projevuje v myšlení, ale je to velmi zjemnělé. Za ním stojí vše, co jsem vám nyní popsal. Uskutečňuje se to cestou nervů, přičemž nervové cesty jsou nejzjevnějším fyzickým nosičem.

Přejděme k dalšímu procesu. V procesu dýchání máte příjem tohoto nejvyššího procesu v člověku, který se ve fyzicky-smyslové projekci odehrává v procesu tepenního oběhu. Cesty tepenního oběhu jsou druhé cesty.

*proces
tepenního
a žitního
oběhu*

Třetí proces, který se odehrává mezi výdechem a zažíváním-látkovou výměnou, má opět své cesty - jsou to cesty žilního oběhu.

Nyní jdeme ještě dál dovnitř člověka, kde musíme hledat způsoby, jak si proces, kterému je ze strany samotného vstupu odnímána vitalita, musí obstarat vlastní vitalitu zvenčí, zdola. Jeho fyzickou projekci máme zde v lymfatickém procesu a lymfatických cestách.

Moji milí přátelé, nyní vidíte vztah mezi vnějším a vnitřním. Za vstupováním dovnitř, za smyslovým procesem nádechu, se skrývá mnohé, co působí v pozadí a je dnešnímu člověku zcela neznámé. Zde spolupůsobí karma přicházející z dřívějšího života, která září dovnitř a vymyká se vnímání. Každý, kdo duchovním zrakem zkoumá nervové cesty, jak se na smyslových cestách vetvářejí dovnitř, nachází na těchto cestách karmu, která zde proudí dovnitř.

*karma z
minulého
života*

Na druhé straně v tvorbě lymfy nalézáme nejen prostý fyzický proces, ale tím, že míza na lymfatických cestách vchází dovnitř organismu, vidíme, jak přechází do krve. Slavný fyziolog *Johannes Miiller* řekl: Co je lymfa? Krev bez červených krvinek. - Krev je lymfa s červenými krevními tělísky. Je to samozřejmě řečeno všeobecně, ale má to

*cesty lymfy
a vznikající
karma*

svou pravdu. Vidíme tedy, jak lymfa přechází do krve a člověka tím zásobuje. V lymfě vidíme všechno to, co se ještě nestalo krví, vidíme ještě i utváření a život vznikající karmy, která se opět tvoří zde uvnitř, v lymfatickém procesu. Lymfatické cesty jsou

tedy současně počátky budoucích karmických cest.

Všude tam, kde pociťujete, jak vitalita makrokosmu, světlo a chemismus proudí tepelnými cestami dovnitř, vcházíte z duchovní oblasti do člověka. A čím dále vycházíte od světla směrem k vitálním cestám, kde pak uvidíte vlévání se veškerého vesmírného života, tím více tam současně cítíte vtékání karmy, která se nyní uplatňuje v lidském životě mezi narozením a smrtí. Uplatňuje se tak, že prochází nervy a také oslabeným tepenním procesem, zpětně ji však zahradí žilní proces. Dojde-li na žilní proces, tak se zde dovnitř vsouvají i mlhavé vlny karmy. A zatímco se v člověku tvoří žilní krev, současně do sebe přijímá tato nahromadění karmy a jedná ve smyslu karmy.

Přeměnu krve může někdy naznačit prostý hněv. To, co se nahromadí, protože minulost nechce být vpuštěna dolů do venózního procesu, vede pak k jedné a přechází do vytváření karmy.

To, co nechce být lymfou vpuštěno nahoru, co nepřechází do krve, se shromažďuje v podvědomí a hluboko v podvědomí tvoří jádro, které si člověk, když opustí hmotný proces, nese za bránu smrti. Je to nastávající karma.

Nad dýcháním vidíme karmu, která přichází z minulosti, kdežto pod výdechem, s cirkulací pod výdechem, tam, kde se lymfa ještě nestala krví, vidíme nastávající karmu. Ta se nachází zde uvnitř a tak můžeme říci:

Karma plynoucí do tepenního procesu zůstává v člověku, ale zároveň se tvoří žilní proces, kdy karma znovu vzniká. Hranici, kde se karma začíná hromadit, máme nahoře, v nervově-smyslovém tepenním procesu.

V odpovídajícím procesu, který přechází z lymfatického do žilního procesu, máme zde dole karmu, která vchází dovnitř, a v

lymfě, která ještě nepřešla v krev, pozorujeme duchovním zrakem karmu, která vychází ven. Tak tu máme spojení fyzičnosti s duchovnem. Nahoře se člověk dotýká duchovna kvalitativně, vidíme, že hraničí s karmou. Uvnitř se mezitím hromadí současný život. Když pozorujeme lymfu ještě nepřeměněnou v krev, vidíme vznikající karmu. Uprostřed mezi minulou a nastávající karmou se nachází lidský pozemský život, který (pozorováno z tohoto hlediska) představuje nahromadění mezi obojí karmou. Tuto věc však můžeme sledovat dál až k fyzickému procesu.

O tom budeme mluvit zítra. Vidíte, že jdeme stále více dovnitř a duchovno budeme stále více vidět také ve fyzické oblasti, což teprve zdokonalí naši aplikaci v praxi.

Dornach, 14. září 1924

Rudolf Steiner

GA 318