

# **Odpovědi na otázky o spánku, účinku alkoholu, čichových vjemů, že člověk je v spánku moudřejší**

**Rudolf Steiner**

*Byly předloženy písemné dotazy, jejichž znění se však nezachovalo.*

## ***K prvnímu dotazu o podstatě spánku:***

Vážení přítomní!

Bude snad na místě říci několik slov k otázkám, které zde byly položeny. V první z nich se dotazující podivuje, jak málo se odborné lékařství stará o děje odehrávající se během spánku. - Inu, nad tím se není třeba nějak zvlášť pozastavovat, neboť současná přírodní věda dospěla ke své velikosti právě jen díky tomu, že pomíjí vše duchovní, že se omezuje pouze na to, co není duchovní; spánek a všechno, co s ním souvisí, však skutečně nelze studovat, pokud člověk nenajde cestu z fyzického do duchovního světa. Proto je naprosto logické, že se dnes v odborném lékařství mluví nanejvýš o stavech na pomezí bdění a spánku, v podstatě však nikoli o tom, co ze spánku zasahuje do bdělého stavu a naopak. Právě zítra budu ve své přednášce mluvit o těchto obrazech. Vždycky je lepší, když se tyto otázky probírají v náležitě souvislosti.

Mluví se také o tom, že jsou lidé, kteří si nepamatují vůbec nic z toho, co prožili během spánku, že jsou ale i lidé, kteří si všechno možné vzpomínají. Tady bych chtěl nejprve položit alespoň otázku: Jak mohou lidé vědět, jestli to, co člověk vypráví, když se probudí ze spánku, tedy to, na co si vzpomíná, je skutečně všechno, co ve spánku prožil? Jak mohou vědět, jestli to, co říká, skutečně souhlasí? Samozřejmě, pokud to má být vnějším způsobem prokazatelné, pak je třeba ověřit stupeň jeho spánku. Může se klidně stát, že se ve spánku ozývá leccos z bdění. Tyto věci nelze jen tak přejít, je třeba exaktně je ověřit; takže obecný názor, že někteří lidé vyprávějí o svém spánku všechno možné, nemůže mít apriorní význam. To všechno je třeba pečlivě ověřit a já sám v těchto přednáškách uvedu ještě mnohé skutečnosti o tom, co lidé ve spánku prožívají.

A tak uvidíte, že to, co měl patrně na mysli pisatel předložené otázky; obsahuje jen velmi málo z toho, co člověk skutečně každou noc prožívá mezi usnutím a probuzením, když přejde do úplně jiného světa a když také úplně jiným způsobem prožívá. To je třeba mít na paměti. Proto bude dobré právě s touto otázkou počkat na další přednášky; leccos se pak ukáže samo od sebe. Není tomu tedy tak, že bych se těmito otázkami nechtěl zabývat, tak tomu vůbec není, avšak na některé věci lze dát odpověď teprve v přednáškách a ony se pak zodpovědí úplněji a věcněji, než bychom je mohli zodpovědět mimo přednášky. Není to tedy nevlídnost, pokud něco odložíme, ale je to skutečně zcela na místě.

### ***K dotazu na účinky alkoholu a podobných látek:***

Ted' bych se chtěl ještě na okamžik vrátit k tomu, na co jste se zeptali: Víte, že fyzické látky v sobě mají jisté duchovní síly. To, že je něco fyzickou látkou, je vlastně jen vnější zdání; fyzické látky v sobě skutečně mají duchovní síly. Ovšem podívejte, dnes ráno jsem říkal, že v obvyklém spánku jsou Já a astrální tělo oddělené od éterného a fyzického těla, ležících v posteli, a řekl jsem, že člověk někdy myslí chytřeji, pokud u toho svým duševním životem není, než když u toho je.

Některé fyzické látky ovšem mají tu zvláštnost, že aniž by člověka uvedly do spánku, uvolňují jeho Já a astrální tělo. Tento účinek má za jistých okolností již běžný alkohol. Jestliže tu přece jen zůstane zachováno, byť poněkud neregulární, spojení éterného těla a orgánu řeči nebo orgánu myšlení, může člověk podle okolností mluvit nebo psát tak, že je svým Já nebo astrálním tělem uvolněný, a píše potom to, co dál kmitá v éterném těle, a to může být něco mnohem významnějšího než to, co člověk říká nebo píše, je-li u toho svým Já a astrálním tělem. Tyto věci přirozeně nesmíme dohnat až k praktickým opatřením; nemůžeme samozřejmě tvrdit, že se někdo může stát dobrým básníkem, když se bude tím či oním způsobem oddávat požívání opia, na druhé straně však tyto věci naprosto odpovídají realitě.

Dostáváme se tím k vskutku nebezpečným kapitolám lidského života. A u velmi mnoha jevů světa je nutné, skutečně nutné znát tyto souvislosti. Výkonům některých lidí vůbec neporozumíme, nevíme-li, pod vlivem jakých substancí - z čistě vnějšího, materiálního hlediska - něco vytvořili. Například u Nietzscheho, stejně tak u Coleridge, lze přinejmenším v případě některých z jejich děl interpretovat každý jednotlivý výraz jako pokračující samostatné záchvěvy éterného těla.

Musíme si tedy přiznat, že éterné tělo, které v sobě máme, je velice, velice chytrá věc. A tím, co můžeme v astrálním těle a v Já v bdělém stavu, je vlastně omezováno v tom, aby vždycky mohlo ukázat svou chytrost. V podstatě si vůbec nedovedeme představit, jaké množství chytrosti je pohromadě, když se někde sejde určitý počet lidí! Ovšem jejich Já a astrální těla vždycky překáží tomu, aby tato chytrost mohla vyplout na povrch. To jsem také vždycky říkal i ve svých přednáškách: Já je vlastně v člověku miminko, je ze všech článků nejméně vyvinuté.

### ***K dotazu týkajícímu se čichových vjemů:***

Ohledně čichových vjemů, na něž jsme zvyklí ve fyzickém světě, je třeba říci, že v duchovním světě je nemůžeme hledat bezprostředně v podobě, v níž se tyto smyslové vjemy vyskytují ve fyzickém světě. Právě z tohoto důvodu jsem se, když jsem mluvil o barvách, snažil vyjadřovat velmi precizně. Řekl jsem, že prožitek v duchovním světě spočívá v tom, že v případě duchovního vjemu člověk prožívá totéž, co prožívá u určitého barevného vjemu. A řekl jsem, že vnímá-li člověk ve fyzickém světě červenou barvu, má určitý vnitřní prožitek, má pocit, že k němu směřuje něco, co ho atakuje. Zatímco například u modré má pocit, že se sám musí pokorně oddat tomu, co se v barvě ukazuje.

Když si tyto prožitky uvědomíme: všechno to atakující u červené barvy a probouzející pokoru u modré nebo modrofialové barvy, v případě vjemů v duchovním světě, máme-li stejný vnitřní prožitek jako u červené nebo modré barvy ve fyzickém světě, pak můžeme mluvit o tom, že v duchovním světě máme to, co s červenou nebo modrou koresponduje. V tu chvíli - a sice právě tehdy, přejdeme-li k imaginativnímu poznání - srosteme s předmětem a celé naše prožívání je jiné než ve

fyzickém světě, takže právě u barevných vjemů v duchovním světě máme prožitek, že jsme uvnitř barvy; tím celý ten prožitek získává jiný charakter.

Přesto je zcela oprávněné mluvit o barevných vjemech v duchovním světě - je to plně oprávněné, neboť při objevení se duchovních bytostí nebo entit skutečně prožíváme červenou, modrou, zelenou barvu atd. Je to oprávněné z toho důvodu, že ačkoli se pak barvy objevují také ve fyzickém světě, naprosto nejsou tím, za co jsou dnes považovány například ve fyzice; kdekoli se barvy objeví, jsou fyzickými projekcemi, odstíny z duchovního, z astrálního světa. Takže máme-li někde, řekněme, červenou, máme zde fyzický odstín, fyzický stín děje duchovního, astrálního světa, a když ho bezprostředně prožijeme, působí na naše vlastní Já atakujícím dojmem.

Můžeme tedy říci, že pokud se myšlení stane natolik vnitřně živým, jak jsem to v těchto dnech popsal, pak se duchovním způsobem rovná hmatovému pocítování. Takže vnímání v éterném světě začíná určitým způsobem hmatového vnímání. A pak člověk zvolna proniká pořád dál, rozlišuje tyto hmatové vjemy a dospívá k tomu, že může mluvit o barvách, také o tónech atd.

Dotaz se ovšem týkal čichových vjemů. Tady je třeba říci, že jakkoli podivně to zní, čichové vjemy jsou zde ve fyzickém světě poměrně nejvíce ovlivněné duchovním světem. Vyskytne-li se bezprostředně ve fyzickém světě čichový vjem, je vlastně vždycky vyvolán tím, že do těsné blízkosti hmotné věci se dostane něco duchovně-astrálního. A můžeme proto říci, že vůně jsou fyzickými projevy ducha. Přijdeme tak na to, že v duchovním světě najdeme korespondence všech ostatních smyslových vjemů, a můžeme tedy mluvit o duchovním hmatovém vjemu, o duchovním zrakovém vjemu, o duchovním zvukovém vjemu atd., ale jen velmi obtížně můžeme mluvit o duchovním čichovém vjemu, poněvadž čichový vjem se vlastně již zcela uskutečňuje ve fyzickém světě. Jestliže duch - mohu-li to vyjádřit takto obrazně - sestoupí nejlouběji k fyzickému světu, vznikne čichový vjem.

O něco méně hluboko sestupuje duch u chuťového vjemu. Proto je chuťový vjem už vjemem, v jehož případě můžeme mluvit o duchovním korelátu. V případě chuťového vjemu můžeme mluvit o něčem korelujícím, v případě čichového vjemu však již méně.

Nyní bychom mohli pokračovat v kapitole o řeči, kterou jsem začal rozvádět včera, chci však zdůraznit jen jednu věc: V řeči, pokud ji prožíváme, v každé řeči vlastně žije něco skutečně duchovního; a o genu řeči se nemluví, respektive nemělo by se mluvit jen obrazně. Tento genius je tu skutečně jako něco duchovního! A v řeči se toho skrývá více, než kolik jednotlivý člověk často rozumí. Způsob, jímž se v řeči spojují hlásky, tedy tóny, písmena a slova, slabiky, má svého vlastního ducha, tento způsob má sám o sobě duši a my do tohoto ducha, do této duše vrůstáme. A tak se v řeči nacházejí výrazy, termíny, poukazující na hlubší vnitřní souvislosti. A není také náhoda, že se v estetice mluví o vkusu. Tady vidíte, abych tak řekl, chuťový vjem přesazený do duševní oblasti. Nemůžeme však stejným způsobem mluvit o oduševnění čichového vjemu; ten je v podstatě ve fyzickém světě více méně hotový.

Nanejvýš náš vynikající vážný i humoristický německý básník Christian Morgenstern, který zemřel v roce 1914 a předtím byl delší dobu členem naší Anthroposofické společnosti, použil pojem čichu humoristicko-fantastickým způsobem, aby ho vytáhl do duchovního světa. A tak jako ve svých humoristických básních podobným způsobem vyjádřil i leccos jiného, co neodpovídá skutečnosti, co však proto není o nic méně humoristické, o nic méně zábavné, složil i humoristickou báseň o varhanách, které nejsou slyšet, neprojevují se tedy v tónech, nevyjadřují se v harmoniích atd., ale jednotlivými otvory vydechují jednotlivé vůně, vonící těmi

nejrozmanitějšími způsoby; když pak člověk uhodí na jednotlivé klávesy, vycházejí z otvorů vůně, které se pak spojují do určitých souvislostí: harmonie vůní, melodie vůní atd. Jsou to ony slavné „čichové varhany“ Christiana Morgensterna, o nichž humoristickým způsobem mluví v této básni.

Tato věc je ovšem velmi zábavná; a je třeba říci, že čich je pro fyzický svět vlastně něco uzavřeného. Duch tu sestoupil nejdále, ohlašuje se ve fyzickém světě a to, co se týká čichu, vůní, nelze pozvednout stejným způsobem jako například chuť a zejména pak to, co se objevuje ve vyšších smyslech. Je proto zcela po právu a naprosto to odpovídá skutečnosti, jsou-li zlí duchové, kteří tak rádi vstupují do fyzického světa a tropí tam člověku všechno možné, v literatuře popisování jako vonící. Všude v literatuře najdete příslušné náznaky toho, že zlí duchové jsou právě s ohledem na čich poněkud vtíraví. Pravdě to odpovídá v tom smyslu, že čich je ve fyzickém světě vlastně něčím uzavřeným. Lze o tom mluvit také v případě vyšších světů, nesahá to však příliš vysoko. Nicméně, jak říkám, čich je něco, co je tu jenom proto, že duch sestupuje až do hmoty; rozptýlený do nejmenších částíček, takže hmota je skutečně nejduchovnější ve vůni. A proto také lidé v dřívější době, kdy pro to ještě byli vnímavější, pociťovali vůni jako duchovní projev. Asi tolik lze několika slovy říci k tomuto tématu.

### ***K dotazu týkajícímu se toho, že „člověk je ve spánku moudřejší“***

Nechtěl bych mluvit o léčebné metodě, která je zde uvedena, protože by to vedlo k tématu, o kterém nehovořím rád. V podstatě není mým zvykem takto hodnotit své současníky v té či oné oblasti; chtěl bych jen několika slovy naznačit, co by možná - když zcela pomineme tuto speciální léčebnou metodu - na tomto dotazu mohlo být zajímavé.

Vezmeme-li si éterné tělo člověka, je toto tělo vlastně nositelem myšlenek. Éterné tělo je vůbec nositelem bezprostředně přítomných myšlenek a také původcem toho, že myšlenky přecházejí do vzpomínek a mohou být ze vzpomínek zase vyzvednuty; pro pozemského člověka je pouze nutné, aby toto éterné tělo do určité míry vězelo ve fyzickém těle. Je to nutné z toho důvodu, že člověk jako pozemská bytost potřebuje jistý odpor vůči tomu, co se odehrává v éterném těle. Tak jako nemůžeme coby pozemští lidé chodit vzduchem, ale potřebujeme zem, po níž jdeme, tato zem se však nijak nepodílí na tom, že jdeme, a poskytuje nám jenom oporu stejně se to má s tím, co se odehrává v éterném těle člověka. Celá ta hra myšlenek, celý myšlenkový sled se odehrává v éterném těle; myšlenka by však nemohla být v bdícím člověku živá, kdyby tu nebyl podklad poskytující odpor, kdyby každý pohyb živého myšlení nenarážel na fyzické tělo. To nedělá vůbec nic, zato však poskytuje odpor. Díky tomu si člověk v bdělém vědomí uvědomuje myšlenky odehrávající se v éterném těle.

Je tomu ovšem skutečně tak, že když člověk spí, tedy když fyzické a éterné tělo leží v posteli a člověk je ve svém astrálním těle a Já od fyzického a éterného těla oddělený, éterné tělo myslí dál. Éterné tělo je však vzhledem k myšlení, tedy dějům, které se v něm odehrávají, opravdu odkázané na rytmus a opakování a nejlépe si uchovává to, co je mu dáváno prostřednictvím rytmu a opakování. Proto je v podstatě naprosto nesprávné, když orientální spisy, jež obsahují mnoho opakování, vykládáme podle našich západních zvyklostí tak, že opakování vynecháme a jejich obsah reprodukuje jen jednou. Autorům těchto orientálních spisů nezáleželo jen na obsahu, který západní spisovatel považuje za to hlavní, neboť obyvatel Západu je evropsky člověk, a jestliže něco myslel, tak to myslel a už to nechce myslet znovu.

Nanejvýš se každý den modlí stejný otčenáš, celkově vzato je však, co se týče obsahu, „evropsky“ člověk a svou činnost neprožívá skrze rytmizování; západní člověk se tím každý den prohřešuje proti tomu, co po něm éterné tělo vlastně požaduje.

Éterné tělo chce opakovat a v oněch dobách starého Orientu, kdy lidé tyto zvyklosti znali, tato opakování vždy pěstovali s plným vědomím, protože věděli, co dělají. Nevím, jestli se takto hřeší i v Anglii; v němčině však máme překlady, které danou věc podávají tím nejneuvěřitelnějším způsobem. Jestliže Buddhovy promluvy obsahují mnoho opakování, pak je německý překladatel přeloží jen jednou. Jenomže na tom vůbec nezáleží - na pouhém obsahu Buddhových promluv; záleží totiž na tom, aby člověk tyto promluvy přijal do svého nitra a skutečně nechal proběhnout každé opakování, aby znovu a znovu nechával probíhat každé opakování. A i kdyby jich bylo sebevíc, počet těchto opakování má svůj význam. Tato tajemství byla v oněch dobách známá. A ti, kdo Buddhovy promluvy překládají takto v próze, tím ukazují, že celé orientální civilizaci a celému orientálnímu duchovnímu životu ani za mák nerozumí.

Éterné tělo je ovšem zároveň tím, co v člověku představuje léčivý princip. A zhotovujeme-li léky, potom se, pokud věcí rozumíme, zaměřujeme právě na ně. Dnes lékařství dělá to všechno, co říká, empiricky; prostě se zkouší, jak to nebo ono účinkuje: Když to u tolika a tolika procent účinkovalo, prohlásí se to za lék; když je procentuální podíl malý, za lék se to neprohlásí atd. souvislostmi se však přitom nikdo nezabývá.

Bylo také vysloveno přání, abych i v průběhu tohoto letního kurzu věnoval jednu přednášku anthroposofii v léčení. Tam se pak budeme moci těmito věcmi zabývat. Ale jak říkám, vlastní léčení nespočívá jen v těchto lécích. Jestliže léky zhotovujeme s plným vědomím, pak máme stále na mysli, abychom na příslušném místě na těle, kde má nastat léčení, přivedli ke zvláštní účinnosti éterné tělo. Řekněme, že by někdo měl nemocná játra; kdybychom příslušným lékem dokázali přivést éterné tělo jater ke zvláštní účinnosti, znamenalo by to vyléčení.

Právě na tomto principu přivedení éterného těla k účinnosti jsou dnes plným právem založeny hojně používané zaškrvcovací metody. Máme-li někde nějaké poranění, třeba na článku prstu atd., a nad poraněným místem provedeme zaškrvení, takže pro vnější fyzické pozorování dojde k znecitlivění, pak se takto éterné tělo tím nejjednodušším způsobem přivede k účinnosti vyšší, než jakou jinak má, protože se vypojí z fyzického těla; jednoduchým mechanickým zaškrvením tak éterné tělo tím nejjednodušším způsobem uplatní svůj nárok.

Můžeme ale také říci, že necháme-li člověka, zvláště pak západního člověka, jenž vůbec není zvyklý to jinak v životě jakkoli používat, správným způsobem opakovat věci vztahující se k jeho uzdravení, dostane se éterné tělo do určitého rytmu, zároveň se však také vypojí z fyzického zvyku, a mohou procitnout léčebné síly. Tak tomu opravdu může být. Musíme si ovšem uvědomit, že tyto věci mohou u západního člověka dobře účinkovat právě proto, že není zvyklý žít v rytmu. Orientální člověk, který pro svůj duchovní život více používá právě rytmus, jak jsem to naznačil, bude vůči těmto věcem imunní a musí pak hledat jiné léčebné metody.

To, co chceme použít jako lék, musí být něco, co je pro člověka jinak nezvyklé a co jinak jen zřídka nebo vůbec nepoužívá. Proto je také dobré (ovšem nikoli v případech akutní nemoci, ale jedná-li se o nemoc chronickou), abychom - máme-li v určitých látkách velmi dobře účinkující lék - dotyčnému pacientovi tuto látku nějaký čas nepodávali, tedy aby jí odvykl; poté, co ji nějaký čas nepožíval, ji můžeme podat jako lék. Všechny tyto věci spolu souvisejí.

Tady nejlépe vidíme, jak hmotné souvisí se spirituálním, když pouhé opakování téže věci, týkající se uzdravení, probouzí léčivé síly v éterném těle.

Nesmíme si samozřejmě dělat iluze, kolik diletantismu v této oblasti v současnosti existuje. A právě proto nechci mluvit o jednotlivých tu či onde se vyskytujících léčebných metodách; chci jen poukázat na to, že teprve skutečné poznání člověka v jeho fyzickém, éterném a astrálním těle a v Já dává úplnou možnost hovořit o člověku také z hlediska terapie.

Penmaenmawr, 21. srpna 1923, večer