

Trojí způsob setkávání s vyšším Já

Rudolf Steiner

Esoterní hodina, Berlín, 26. října 1909

Dříve než začneme s naší úvahou, chtěl bych se na vás obrátit s několika vážnými slovy týkajícími se esoterních hodin. Esoterik se má zvláště vyvarovat neuvážených řečí. O tom, co se učí v této škole a o této škole jako takové nemá mluvit. Malé neuváženosti mívají často dalekosáhlé následky. Když například někdo v přítomnosti třetí osoby promluví o tom, že jde na esoterní hodinu, na kterou tato osoba nejde, neměl by nad takovýmto lapsem lehkovážně mávnout rukou a myslet si, že se nic nestalo. Stalo se totiž velmi mnoho a může to přímo ohrozit existenci školy; takový esoterik by si mohl přičíst na svůj vrub, pokud by se tyto esoterní hodiny musely zrušit.

Nyní tedy budeme hovořit o našich meditacích. Esoterik, který podstoupí takovéto školení, si musí uvědomit, že k němu budou zvětšit přístupovat události, u nichž by se mohl ptát: Stalo by se mi to také, kdybych se nestal esoterikem? Esoterik by měl za svou povinnost považovat velmi intimní pozorování života i sebe samého. Vstoupení na tuto stezku by pro něj mělo být ústředním bodem jeho života; neboť je malým centrem duchovního života a tento život září - jemu více či méně nevědomě - do okolí a způsobuje události, které se mu dějí. Při svém vzestupném vývoji ponechává žák, třebaže jen na krátkou chvíli během dne, své nižší Já samotné - nižší Já, s nímž žije svůj obvyklý život, skrze nějž vstupuje do spojení s vnějším světem. Během meditace ho přenechává sobě samému, zbavuje ho takříkajíc hlídače, který ho jinak neustále kontroluje a zčásti usměrňuje, zčásti potlačuje charakterové vlastnosti nebo je alespoň drží na uzdě. V důsledku toho, že toto nižší Já, byť jen na chvíli, přenechává sobě samému, vylézají ze všech stran, ze skrytých koutů naší přirozenosti vlastnosti, o kterých si často myslíme, že už jsme je překonali a jejichž potlačení nám připadalo velmi snadné. A člověk se tak může stát v jistém ohledu horším, když nad sebou neustále nevykonává tu nejpřísnější kontrolu. Vedle našich meditací jsou nám dána jistá cvičení, která nás v tomto mají podpořit.

Všechno, jak víte, probíhá cyklicky, rovněž tak vývoj. To, z čeho se teď skládá naše fyzické tělo, v něm už za sedm let nebude. Podobně je tomu u vnitřního vývoje. Jestliže dnes například vstoupíme do esoterní školy, mohou teprve za sedm let vyjít najevo všelijaké vlastnosti, které v nás dřímaly a které člověka silně stahují zpět. K tomu však nemůže dojít, pokud člověk dostatečně dbá na sebe, svůj život a své okolí.

Určitou roli hraje i to, z jakých důvodů někdo přijímá meditace. Například tomu, kdo nemá bezpodmínečnou důvěru ve svého učitele a nese v sobě vůči němu skrytý pocit protivnictví, se tento pocit velmi záhy prodere na povrch a bude mít nepříznivý vliv na účinky meditace.

Esoterik má při každodenním meditování především pamatovat na to, že veškeré jeho úsilí směřuje k dosažení vyššího Já, a má přemýšlet o tom, co toto vyšší Já je. Neměl by se domnívat, že má tomuto vyššímu Já něco prokázat, ale měl by se vůči němu chovat s postojem vyčkávání, všechno očekávat od něj. Žák se s ním na své stezce setkává trojím způsobem; tak je to správné. Poprvé se kolem něj jenom tak mihne, a k tomu, aby si toho povšiml, je nutná pozornost, kterou má ovšem esoterik věnovat všemu. Je to totiž *ve snu* a dochází zde k tomu, co nazýváme *zdvojením Já*. Člověk má například nějaký záměr nebo ho zaměstnává nějaký problém. Tu se mu ve snu zjeví někdo, kdo mu poradí, co má udělat, kdo problém vyřeší, někdo, kdo je lepší, chytřejší než člověk sám. Takovým snům bychom měli věnovat náležitou pozornost.

Během vývoje se pak stane, že člověk v bezradných okamžicích nebo v takových chvílích, kdy učinil nějaké rozhodnutí, uslyší *tichý hlas*, který ho například bude od tohoto rozhodnutí zrazovat. Bývá to často rozhodnutí, jež člověk učinil podle svého nejlepšího vědomí a svědomí, a když pak poslechne tento hlas, který ho od něj přesto zrazuje, tak se sice může stát, že zdánlivě udělá něco nesprávného, v naprosté většině případů však ihned pozná, že udělal správně, když ten hlas uposlechl. Jestliže se člověk cvičí ve vnímání tohoto hlasu, zjistí, že v sobě má něco, co je vyšší než jeho vlastní rozum, co je chytřejší než on sám.

Třetí moment, kdy člověk předstupuje před své vyšší Já, je pak velmi důležitý, posvátný. Ten nastává *během meditace*. Při ní se s ním člověk spojí jen na kratičké okamžiky. Abychom toho však dosáhli, musíme svou nižší přirozenost úplně umlčet. Vše, co nás naplňuje antipatiemi a malichernými pocity vůči světu a životu, musíme vymazat. Žák musí mít vůbec při

sebezpozorování na paměti zákon polarity, to znamená, že pokud má nějakou špatnou vlastnost a chce ji vymýtit, musí v sobě hledat také opačný pól této vlastnosti. Ten tu jistě je. Přítomnost jedné vlastnosti podmiňuje zcela jistě přítomnost protikladné vlastnosti, i kdyby tomu člověk nevěřil, a tato vlastnost musí být vymýcena; potom spolu s ní zmizí i ta druhá. Například pokud v sobě někdo cítí strach, pak má v sobě jako protikladnou vlastnost nenávisť, třebaže sebevíc skrytou, sebesložitěji přestrojenou, a musí se jí zbavit. Strach přitom zmizí sám od sebe. Vyšší Já se s námi spojí jenom tehdy, jsou-li takové vlastnosti v okamžicích meditace vymýceny.

Toto spojení s vyšším Já je krásně vyobrazeno v pověsti o Lohengrinovi a Else. Lohengrin se objeví, aby Elsu zachránil, aby se s ní spojil. Potom je do její duše zasetá nedůvěra, tedy negativní vlastnost, a vyšší Já, tedy Lohengrin, se musí stáhnout zpět do vyšších světů, nemůže se s ní spojit.

GA 266/1