

Získanie kontinuity vedomia

Ludský život plynie v neprestajnej premene troch stavov: stav bdlosti, snívania a hlbokého spánku bez snov. Prístup k vyšším poznatkom duchovných svetov sa dá pochopiť tak, ak si predstavíme, aké zmeny sú potrebné v týchto troch stavoch u toho, kto chce takéto poznanie nájsť. Než sa začne človek v tejto oblasti školiť, jeho vedomie je stále prerušované spánkom. Počas neho duša nevie nič ani o vonkajšom svete, ani o sebe. Len občas sa z celkového mora bezvedomia vynárajú sny, naväzujúce na procesy vonkajšieho sveta alebo na stavy vlastného tela. Spočiatku sú sny iba zvláštnym prejavom spánkového života a tak je reč obyčajne len o dvoch stavoch: o spánku a bdlosti. Popri nich má pre duchovnú vedu osobitný význam aj sen. V minulej kapitole sme opísali zmenu snového života toho, kto sa podujal postúpiť k vyššiemu poznaniu. Jeho sny strácajú bezvýznamnosť, nepravidelnosť, nesúvislosť a stávajú sa čoraz pravidelnejším, súvislejším svetom. Tento nový svet v ďalšom vývoji, čo do vnútornej pravdivosti, nielenže nezaostáva za vonkajšou zmyslovou skutočnosťou, ale ním prejavované fakty vyjadrujú najvyššiu skutočnosť. V zmyslovom svete sú totiž všade ukryté tajomstvá a záhady. Tento svet síce ukazuje účinky vyšších faktov, ale človek, ktorý obmedzuje svoje vnímanie len na svoje zmysly, nemôže preniknúť k pravým *príčinám*. Žiakovi, ktorý sa nachádza v stave vývoja od snového života vyššie, sa tieto príčiny čiastočne odhaľujú. Nesmie v nich však vidieť skutočné poznatky, pokiaľ sa mu to isté nezjaví aj v bežnom bdelom živote. Ale dospeje aj k tomu. Vyvinie sa natoľko, že do bdelého vedomia prijme stav, ktorý si vytvoril už zo snového života. Potom sa mu zmyslový svet obohatí o celkom nový prvok. Ako operovaný slepec, po nadobudnutí schopnosti vidieť spoznáva okolité veci tak, že zážitky má obohatené o zrakové dojmy, podobne vidí človek, ktorý sa stal opisovaným spôsobom jasnovidným, celý okolitý svet s novými vlastnosťami, predmetmi, bytosťami atď. Nemusí už čakať na sen, aby žil v inom svete, môže sa vždy, ak je to vhodné, uviesť do opísaného stavu. Potom má preňho tento stav asi taký význam, ako v bežnom živote vnímanie vecí zmyslami v porovnaní s ich nečinnosťou. Skutočne sa dá povedať: žiak otvorí zmysly svojej duše a vidí veci, ktoré musia byť ukryté pred telesnými zmyslami.

Tento stav je len akýsi prechod k ešte vyšším stupňom poznania. Ak žiak pokračuje v cvičeniach, po určitom čase zistí, že opisovaná celková zmena nenastane len v jeho snovom živote, ale rozprestrí sa aj na hlboký spánok bez snov. Zistí, že úplné bezvedomie tohto spánku je teraz už izolované jednotlivými vedomými zážitkami. Z celkového temna spánku sa mu vynoria vnemy, aké predtým nepoznal. Pravda, nie je také ľahké ich opísať, veď naša reč vznikla pre potreby zmyslového sveta a tak sú slová na označenie niečoho, čo tomuto svetu neprináleží, vždy len približné. Ale vo svete je veľa príbuzných vecí, a tak sa to dá predsa len uskutočniť. Veci, bytosti vyšších svetov sú aspoň natoľko príbuzné svetu zmyslov, že pri určitej snahe sa dá získať predstava o týchto vyšších svetoch i slovami určenými pre zmyslový svet. Treba však vždy vedieť, že pri takýchto opisoch musí nejedno ostať symbolom a prirovnaním. Tajné školenie sa preto samo koná len sčasti v slovách bežnej vedy alebo reči: žiak si pre svoj postup osvojuje celkom prirodzene aj symbolický vyjadrovací spôsob. To nebráni poznaniu čohokoľvek o charaktere vyšších svetov z obyčajných opisov, ako sú i tieto.

Spomenuté zážitky, vynárajúce sa z mora nevedomia v hlbokom spánku, možno prirovnať najskôr k určitému druhu *počutia*. Môžeme hovoriť o vnímaných tónoch a slovách. Tak ako možno výstižne označiť zážitky snového spánku za akési *videnie*, ak si ich prirovnáme k zmyslom, podobne možno fakty hlbokého spánku prirovnať k sluchovým vnemom. (Videnie znamená i vo svetoch duchovna niečo vyššie. I v *tomto svete* sú farby niečím vyšším ako tóny a slová. Avšak to, čo sa žiak z tohto sveta pri školení dozvedá *na začiatku*, ešte nie sú vyššie farby, ale nižšie tóny. Len preto, že človek je vďaka svojmu všeobecnému vývoju sučejší pre svet, ktorý sa prejavuje v snovom spánku, vníma tu hneď farby. Pre vyšší svet, odhaľujúci sa v hlbokom spánku, je menej spôsobilý. Preto sa mu zjavuje v tónoch a slovách: neskoršie sa môže povzniesť i tu k farbám a formám).

Ak teraz žiak zistí, že má v hlbokom spánku takéto zážitky, má si ich v prvom rade ozrejmiť, objasniť, ako sa len dá. Spočiatku je to veľmi ťažké, lebo vnímanie prežívaného v tomto stave je zatiaľ veľmi nepatrné. Človek vie, keď precitne, že niečo zažil, ale čo to bolo, zostáva mu úplne zahalené. V tomto počiatočnom štádiu je najdôležitejšie, aby sme zachovali pokoj a rozvážnosť, aby sme ani na okamih nepodľahli nepokoju a netrpezlivosti. Lebo to by v každom prípade pôsobilo škodlivo. Neurýchlilo, ale nutne by spomalilo ďalší vývoj. Treba sa pokojne oddať tomu, čo je dané, uštedrené: všetko násilné musí ustať. Ak v určitom čase nemožno vnímať spánkové zážitky, trpezlivo čakajme, kým to bude možné. Lebo táto chvíľka určite raz príde. Keď bude človek trpezlivý a vyrovnaný, ostane mu schopnosť tohto vnímania natrvalo, kým pri násilnom počínaní sa zážitky síce môžu objaviť, ale potom na dlhý čas zmiznú. Len čo nastala schopnosť vnímania a spánkové zážitky sú pred vedomím úplne jasné a zreteľné, potom treba usmerniť pozornosť na to, aby sme mohli rozlišovať medzi dvoma druhmi zážitkov. Pri prvom bude všetko cudzie voči tomu, čo človek kedysi poznal. Možno, že sa tomu bude žiak najprv tešiť, možno sa z toho poučí, nech to však zatiaľ nechá na pokoji. Je to prvá predzvesť vyššieho duchovného sveta, v ktorom sa zorientuje neskôr. Druhá skupina zážitkov sa však vnímavému pozorovateľovi bude javiť ako podobná svetu, v ktorom žije. O čom v živote premýšľa, čo by vo svojom okolí rád pochopil, čo však obyčajným umom nejde, o tom mu tieto spánkové zážitky podávajú informácie. Vo všednom živote uvažuje o tom, čo nachádza okolo seba. Tvorí si predstavy, aby pochopil vzájomnú spojitosť vecí. Usiluje sa chápať pomocou pojmov to, čo vníma svojimi zmyslami. Takýchto predstáv a pojmov sa týkajú spánkové zážitky. Čo bolo predtým nejasným pojmom podobným tieňu, získava teraz zvučnosť a život a možno to prirovnať len tónom a slovám zmyslového sveta. Človek čoraz viac získava dojem, že sú mu z vyššieho sveta našepkávané riešenia záhad a musí o nich premýšľať. A to, čo mu takto prichádza z vyššieho sveta, dokáže spájať s bežným životom. Čo prv mohla obsiahnuť iba myšlienka, je mu teraz zážitkom, takým živým a obsažným, akým môže byť len zážitok zmyslového sveta. Tento prv ukrytý svet, zaznieva teraz žiakovi z celého jeho okolia.

Stáva sa zrejším, že táto vyššia schopnosť vnímania je pre človeka len vtedy požehnaním, ak je v duševných zmysloch, ktoré sa mu otvorili, všetko v poriadku, tak ako i svoje bežné zmysly môže použiť s cieľom pravdivého pozorovania sveta len vtedy, ak sú organizačne v poriadku. Vyššie zmysly si však človek vytvára sám pomocou cvičení, ktoré mu predpisuje tajné školenie. Patrí k nim koncentrácia, t.j. sústredenie pozornosti na konkrétne predstavy a pojmy súvisiace s tajomstvami sveta. Ďalej k nim patrí meditácia, t.j. prežívanie v takýchto myšlienkach a plné ponorenie sa do nich vytýčeným spôsobom. Koncentrovaním a meditáciou pracuje človek na rozvíjaní svojej duše. Tým v nej vyvíja svoje duchovné orgány vnímania. Kým sa venuje úlohám koncentrácie a meditácie, rastie mu v tele duša tak, ako v tele matky plod dieťaťa. Keď sa potom objaví v spánku nami opisované zážitky, prichádza chvíľa zrodu uvoľnenej duše, ktorá sa tým stáva doslova inou bytosťou; človek ju necháva v sebe vyklíčiť a dozrieť. Treba sa usilovne starať o koncentráciu a meditáciu, presne ich dodržiavať, veď sú to zákony klíčenia a dozrievania ľudskej duševnej bytosti. A keď sa narodí, musí sa stať harmonicky členeným organizmom. Lebo ak sa niečo zanedbá, nevznikne harmonická, ale života neschopná bytosť.

Skutočnosť, že sa táto vyššia duševná bytosť rodí v spánku, pochopíme; ak si uvážime, že keby sa jej útlý, ešte málo odolný organizmus mal zjaviť v bežnom zmyslovom živote, vôbec by sa nemohol uplatniť voči jeho neúprosným požiadavkám. Činnosť takejto bytosti by sa ani len nemohla prejaviť popri telesnej činnosti. V spánku, keď telo odpočíva - pokiaľ jeho činnosť závisí od zmyslového *vnímania* - môže sa táto, spočiatku jemná, nebadateľná činnosť vyššej duše, prejaviť. Opäť však treba dbať o to, aby žiak nevidel v spánkových zážitkoch úplne platné poznatky a to dovtedy, kým nebude schopný preniesť prebudenú vyššiu dušu aj do denného vedomia. Ak je toho schopný, môže vnímať i medzi jednotlivými dennými zážitkami a počas nich duchovný svet charakteristickým spôsobom: duševne uchopiť tajomstvá okolia ako tóny a slová.

Avšak na stupni, o ktorom hovoríme, musí človek vedieť, že zatiaľ má do činenia len s jednotlivými nesúvislými duchovnými zážitkami. Preto nemá chcieť si z nich tvoriť ucelený svetonázor, ba ani len súvislú stavbu poznania. Tu by sa nevyhnutne miešali do sveta duše rozličné fantastické predstavy a idey: človek by si veľmi ľahko mohol vybudovať svet, ktorý by so skutočným duchovným svetom nemal nič spoločné. Žiak sa musí stále cvičiť v najprísnejšej sebakontrolle. Najsprávnejšie je objasňovať si rad radom jednotlivé skutočné zážitky a čakať, až sa celkom spontánne vyvinú a spoja s už prítomnými. U žiaka tu totiž nastáva pod vplyvom sily duchovného sveta, kam už dospel, aj primeranými cvičeniami, stále prenikavejšie rozširovanie vedomia v hlbokom spánku. Čoraz viac zážitkov vychádza na povrch z nevedomeného a stále menšia časť spánkového života ostáva nevedomená. Takto sa napokon jednotlivé

skúsenosti spoja bez toho, že by bolo toto pravé zomknutie narušené rôznymi kombináciami a závermi, ktoré by ale tak či tak, pochádzali len z rozumu navyknutého na zmyslový svet. Čím menej návykov myslenia zmyslového sveta sa mieša neoprávnene do vyšších zážitkov, tým lepšie. Potom sa človek bude stále viac a viac blížiť k tomu stupňu poznania, kde sa stavy, spočiatku prítomné len v spánkovom živote, menia na plné uvedomenie. Človek potom žije, i keď telo odpočíva, práve v takej skutočnosti, ako keby bdel. Netreba hádam ani hovoriť, že počas samotného spánku máme do činenia s inou skutočnosťou, než je zmyslové okolie, v akom je telo. Učíme sa, musíme sa učiť naväzovať vyššie spánkové zážitky na zmyslové okolie, aby sme stáli pevne na pôde zmyslového sveta a nestali sa fantastami. Ale predbežne je práve tento stav prežívaný spánkom úplne novým prejavom. Tento dôležitý stupeň, charakterizovaný uvedomením si svojho spánkového života, sa v duchovnej vede nazýva kontinuita vedomia. Kto dosiahol tento stupeň, u toho neprestáva prežívanie a nadobúdanie skúseností ani v obdobiach, keď fyzické telo odpočíva a do duše neprichádzajú cez zmyslové orgány nijaké vnemy.

GA 10