

Život jako škola učení. Proměna astrálního těla

Rudolf Steiner

Berlín, 21. února 1904

Na konci poslední hodiny jsem ještě mluvil o tom, že člověk má možnost působit pomocí prostředku tak intimního, jakým je kontrola paměti, také na své takzvané astrální tělo. Dnes bych to chtěl ještě dále rozvést.

Toto astrální tělo, které nás halí jako oblak a v němž se projevují naše žádosti, instinkty a vášně, je kromě toho nositelem něčeho, co ustavičně žije a pracuje v našem duchu: je nositelem naší paměti. Všechno, co označujeme jako paměť nebo jako vzpomínku, ulpívá na astrálním těle. Myšlenka, kterou jste včera pojali, je ve vás i dnes. Nemá však možnost ve vás zůstat, není-li uložena v astrálním těle, nepodněcuje-li vibrace, které zůstanou a dnes znovu povolají k životu to, co jste jako zážitek měli včera. Není ovšem možné, aby člověk udělal byť i jen krok ve vývoji astrálního těla, jestliže nepracuje na své schopnosti vzpomínat si, na své paměti.

Řekl jsem, že člověk má pracovat na přísné kontrole myšlení, na kontrole celého myšlenkového života; že si musí jasně uvědomit, že jeho myšlenky jsou skutečné děje, že je tou největší nepravdou, řekne-li se, že myšlenky nemusíte „předkládat k proclení“ a že je nikdo nemůže vidět. Kdo v sobě chce rozvinout skutečné zření, musí pracovat na svém *vzpomínání*, na své paměti. To můžeme udělat jenom tak, že své vzpomínky nenecháme divoce stoupat nad obzor našeho vědomí a zase za ním mizet.

Jak vlastně procházejí naše vzpomínky naším vědomím? Objeví se a zase odejdou. Člověk se jim poddává. Je hnán střídajícím se přílivem a odlivem vzpomínek. Dokud tomu tak je, je také vydán napospas všem náhodám a vlivům, které zvenčí ustavičně působí na astrální tělo. Tomu je možné zabránit jenom tím, že denně věnujeme krátký, třeba i velmi krátký čas péči o naši paměť. Nesmí nám to však bránit ve věrném plnění všech ostatních životních povinností. Taková je nejvyšší zásada theosofie, aby tím nikdo nebyl zdržován od povolání, které má v životě.

Jen několik minut denně věnovaných péči o paměť má tedy skutečně způsobit v našem astrálním těle zázraky.

To, čeho chceme dosáhnout, lze popsat několika slovy: Musíme svůj život učinit *školou učení*. Pro málokoho je život školou učení. Většina se poddává radosti a strasti. A jak kolem jde život, jde kolem nich i strast, radost a blaho; ze svého života se neučí vůbec nic. Theosof si naopak řekne: Každý den mě musí dovést dál; každý den pro mě musí být stupínkem v mém vývoji. Proto nenechá přejít jediný den, aniž by si v duchu, před svým vnitřním zrakem promítl důležité události dne. Nejlepší chvílí k tomu je ta poslední chvíle, kterou strávíme v bdělém stavu, tedy chvíle bezprostředně před usnutím. Pokud jsme schopni vyplnit ještě dvě, tři, čtyři, pět minut zážitky dne, objektivně se na ně podívat, pak dosáhneme velkého účinku pro své astrální tělo.

Během dne pociťujeme radost a strast, libost a nelibost. Theosof ovšem nemá svůj život otupovat, ale má pociťovat živý soucit a živý odpor, a to během celého obvyklého denního života. Nikdo by ho tu neměl umět odlišit od jiných lidí. Od jiných lidí se má odlišovat jenom během oněch vyčleněných čtyř, pěti až dvaceti minut. Tehdy nenechá své pocity - radost a strast, libost a nelibost - obvyklým způsobem procházet kolem, ale přemýšlí přitom: Co ve mně vyvolalo radost a strast? Co mi způsobilo libost a nelibost? Byla tato radost a strast oprávněná? Nemohlo by tomu být poněkud jinak, kdybych se na tu myšlenku podíval trochu jinak? Nemohl bych libost a nelibost vyvolat jiným způsobem? Nemohl bych mít vliv na chod událostí? Jednal jsem tak, jak bych chtěl vždycky jednat? Jednal jsem tak, že to mohu uvést v soulad s celou harmonií vesmírného řádu? - Zkrátka, jde o pozvednutí denního života na vyšší stanovisko.

Jestliže v těchto čtyřech, pěti až dvaceti minutách pozorujeme své pociťování, ještě jednou je prožijeme, ovšem nikoli tak, že budeme mít tentýž dojem, ale že se na ně podíváme objektivně, abychom viděli, jak vidíme, abychom slyšeli, jak slyšíme, a abychom si uvědomili svou strast a svou radost, abychom si uvědomili, zda jsme si svou radost a strast třeba sami nezavinili svou trivialitou, zkrátka, abychom si uvědomili celé naše postavení ve světě, pak se ze svých zážitků něčemu učíme, pak pracujeme na vývoji svých astrálních orgánů.

Ten, kdo stojí na astrální pláni, kdo dovede zřít, může vidět, jak se astrální tělo člověka mění, když je tento člověk bdělý a roky provádí tato cvičení. Jeho astrální tělo začne být uspořádané. Zatímco bylo dříve chaotické, zatímco to byl divoký zmatek - v astrálních tělech lidí můžete vidět groteskně vinuté hadovité linie - nyní se v něm objevují určité formy a začne se členit.

To dnes sice člověk zatím obvykle vidět nemůže, avšak péče o paměť je právě onou cestou, jejímž prostřednictvím získáváme schopnost vidět toto proměňování u sebe i druhých lidí. To, co dnes zažijeme, je zítra naší zkušeností a tato zkušenost je zkušebním kamenem pro naše budoucí zážitky. To pozvedá náš vývoj a uspořádává naše astrální tělo. Jak bezvýznamným se to jeví, tak jistě to působí. Přispívá to k tomu, že se člověku otevře duchovní zrak, kterým pak nahlíží do citů druhých lidí a stane se skutečně vidoucím v duchovním světě. A pak tomu musíte napomoci tím, že se zbavíte všeho, co se upíná na vaše Já, na vaši osobitost, na vaši zvláštnost. Když budete schopni potlačit něco z toho, co patří k vaší zvláštnosti, pak tím rozvíjíte své astrální tělo.

Ti, kdo s tím mají zkušenosti, vědí, že má nesmírný účinek, podaří-li se uskutečnit následující věc. Člověk má tisíce a tisíce *mínění*. Je však velmi nedůležité, jestli člověk A nebo člověk B o nějaké věci něco míní. Mudrc má nějaké mínění a hlupák také. Každý považuje své mínění za naprosto nejdůležitější a toto mínění chce také prosadit. Proto tak často slyšíte lidi říkat: Já myslím, že tohle, já myslím, že tamhle to. - Zkuste si proto při ohlédnutí jasně uvědomit, jak nevýznamné to je, když člověk při každé příležitosti předkládá své vlastní mínění; může být tím nejdůležitějším, tím nejnesprávnějším, neboť to, co míníme, obvykle závisí na naší libosti a nelibosti. Dokážeme-li své mínění nepředložit, cvičíme se v něčem důležitém a uchováme si nesmírnou sílu.

Každé takové potlačené projevení naší zvláštnosti, každé zmlknutí je novým nakupením síly pro naše poznání. Čím více jsme schopni naslouchat a neříkat své vlastní mínění, tím rychleji stoupáme k přímým poznatkům a k přímému zření. To je pro člověka, který nevidí do

uspořádání lidské duše, něco neuvěřitelného. Ale se stejnou jistotou, s jakou se sbírají síly v akumulátoru, se mohou akumulovat duševní síly, potlačíme-li svá vlastní mínění. To nám dává sílu. Kdo má potřebu stále projevovat svá mínění, ten bude stoupat jen pomalu; kdo dokáže hodně mlčet, kdo dokáže nechat věci, aby mluvily ony k němu, ten bude stoupat rychle. To je zlaté pravidlo s ohledem na přímé poznatky. Když k věcem nebudeme přistupovat s našimi vlastními míněními, budou k nám promlouvat.

Jeden velmi významný výrok tajné nauky říká: Naučil jsem se velmi mnoho od těch, kdo stojí nade mnou; mnoho jsem se naučil od těch, kdo jsou mi rovni; a nejvíce jsem se naučil od těch, kdo stojí pode mnou! - Učit se od těch, kdo stojí pod námi, znamená učit se nasloucháním a potlačováním svých mínění, a to nás přivádí výše. A nejvíce se naučíme, když k sobě necháme mluvit přírodu a nasloucháme jí. Pak dosáhneme toho, čeho je třeba dosáhnout, získáme sílu zanechat vlastních mínění. Jestliže jsme si dopřáli oněch čtyř až pěti minut k rozvíjení astrálního těla, pak následuje ještě něco dalšího.

Co dělají lidé, když stojí před nějakou *otázkou*? Ta otázka může znamenat něco velkého nebo i něco malého. Co lidé udělají? Přemýšlejí o ní, lámou si hlavu a myslí si, že to musí být oni, kdo řešení otázky vydoluje z hlubin myšlení. Kdo se ubírá cestou poznání, ten to takhle nedělá. Jakožto zasvěcenec to charakterizoval Goethe, který ostatně naznačil i mnoho jiného. Goethe tedy říká: Nejsme povoláni k tomu, abychom řešili otázku, ale abychom ji položili a čekali, jak se otázka vyřeší sama.

Nepodceňujte tento způsob řešení otázek! Obrovsky totiž působí. Snažíme se zcela jasně si položit otázku, nepřemýšlíme však o odpovědi, ale o prostředcích, které jsou vhodné k jejímu vyřešení. Řekněme, že budu stát například před otázkou, zda je nějaký člověk vinen nebo nevinen, zda jednal ze zlé vůle nebo z nevinného srdce. Když o tom budu přemýšlet, nezískám správný úsudek. Avšak k odpovědi dospěji, když budu studovat jeho život, nakolik je mi přístupný; když se budu ptát: Co jsem s ním zažil? Jak vůči mně vystupoval? Co mi říkal? Co říkal jiným lidem? - Nejsou to tedy odpovědi, ale otázky, které jsem si sám položil. O těch je třeba přemýšlet. Když to budu aktivně provádět a odpověď potlačím, dojde k tomu, že obraz, který si vytvořím, mi sám dá odpověď. Sám sebe přitom jakoby vyřadím. Jestliže to budete dělat s veškerou silou své vůle, jestliže sami sebe vyřadíte tak, aby u toho nebylo vaše Já, aby vaše myšlení bylo potlačené, jestliže se překonáte a nebudete si dávat odpovědi, ale usnete s připravenou otázkou, pak učiníte zkušenost, že se ráno probudíte s odpovědí, která bude mnohem správnější a jistější než ta, na niž byste bývali mohli přijít večer. Zatímco vaše fyzické tělo odpočívalo, byl váš duch oddělený od těla a prostředky k zodpovězení oné otázky získal z vyšších světů. Je dobré nachystat si tužku, neboť ráno při probuzení je třeba odpověď ihned zapsat. Když to člověk zanedbá, zase ji zapomene, protože se dostane do úplně jiných vlivů.

Ohlušující rámus všedního dne lidem neumožňuje rozvíjet vyšší duchovní schopnosti. Proto se pomocí cvičení, která zná každý, kdo se seznámil s intimnějším duchovním a duševním životem, musíme naučit tomu, aby všední život před námi na chvíli zmizel. Dokážeme-li to, můžeme v těchto vyčleněných momentech rozvinout to, co theosofové nazývají „spiritualitou“, „duchovním zřením“. Kolem nás se potom otevře úplně nový svět.