

# Rosikruciánská meditace Rudolfa Steinera

## Michaela Glöckler

Znázorněme si nyní příklad vnitřního pohroužení pomocí obrazné představy. Nejprve musí být taková představa v duši vystavěna. To se může dít takto: Představme si rostlinu, jak se zakoreňuje do půdy, vyhání list za listem a rozvíjí se v květ. Pak si vedle této rostliny představme člověka. Oživme si v duši myšlenku, že člověk má vlastnosti a schopnosti, které můžeme vůči rostlině označit za dokonalejší.

Uvědomme si, že se podle svých citů a podle své vůle může pohybovat tam či onam, zatímco rostlina je připoutána k půdě. Řekněme si však také: Ano, člověk je jistě dokonalejší než rostlina; zato však u něj zjišťuji také vlastnosti, které u rostliny nevnímám a pro jejichž nepřítomnost se mi rostlina může v určitém ohledu jevit dokonalejší než člověk. Člověk je naplněn žádostmi a vášněmi; jimi se řídí ve svém chování. Mohu u něj mluvit o poblouzněních způsobených pudy a vášněmi. U rostliny vidím, jak se řídí list za listem ryzími zákony růstu a jak bez vášně otevírá květ cudnému paprsku slunce. Mohu si říci: Člověk předčí rostlinu určitou svou dokonalostí; za tuto dokonalost však zaplatil tím, že k silám rostliny, jež se mi jeví jako čisté, u něj přistoupily pudy, žádosti a vášně. Nyní si představuji, že rostlinou proudí zelená šťáva a že tato šťáva je výrazem ryzích zákonů růstu, prostých vášní. Pak si představuji, jak žilami člověka proudí červená krev a tato krev je výrazem pudů, žádostí a vášní. To vše nechám jako živou myšlenku vyvstat ve své duši. Dále si představuji, že člověk je schopen vývoje, že svými vyššími duševními schopnostmi může tříbit a očišťovat své pudy a vášně. Představuji si, jak se tím v těchto pudech a vášních ničí něco nízkého a ony se znovu rodí na vyšším stupni. Krev si pak smím představit jako výraz očištěných a vytríbených pudů a vášní. V duchu se teď podívám například na růži a řeknu si: V červeném plátku růže vidím barvu zelené rostlinné šťávy, proměněnou v červeně; a červená růže se jako zelený list řídí ryzími zákony růstu, prostými vášní. Červeně růže nechť se mi stane obrazem krve, která je výrazem vytríbených pudů a vášní, jež se zbavily všeho nízkého a ve své čistotě se rovnají silám, které působí v červeně růži.

Nyní se pokusím tyto myšlenky nejen zpracovávat rozumem, ale oživit je i citem. Když si představuji čistotu a nevášnivost rostoucí rostliny, mohu mít oblažující pocit; mohu v sobě vyvolat cit pro to, že jisté vyšší dokonalosti musí být splaceny získáním pudů a vášní. Oblažení, které jsem předtím pociťoval, se tím může proměnit ve vážný cit; oddám-li se myšlence na červenou krev, která se může stát nositelkou vnitřně čistých prožitků jako červená šťáva růže, může ve mně procitnout pocit osvobozujícího štěstí. Jde o to, abychom k myšlenkám, které slouží k výstavbě obrazné představy, nepřistupovali bez citu.

Poté, co jsme se oddali takovýmto myšlenkám a citům, proměníme je v následující obraznou představu. Představme si černý kříž. Ten nám budiž *obrazem* zničené nízkosti pudů a vášní; a tam, kde se břevna kříže protínají, si představme sedm červených, zářících růží, uspořádaných v kruhu. Tyto růže nechť jsou *obrazem* krve, která je výrazem očištěných vášní a pudů.

Takovouto obraznou představu si máme vyvolat v duši obdobným způsobem, jak bylo výše znázorněno u vzpomínkové představy. Oddáváme-li se v niterném

pohroužení takovéto představě, pak má sílu, která probouzí duši. Každou jinou představu se musíme pokusit během pohroužení vyloučit. Před duší se má v duchu vznášet pouze popsáný obraz, tak živě, jak je to jen možné.

Není bez významu, že tento obraz zde jako probouzející představa nebyl prostě jen uveden, ale že byl pomocí jistých představ o rostlině a člověku nejprve vystavěn. Neboť účinek takového obrazu závisí na tom, že jsme ho uvedeným způsobem sestavili, dříve než jsme ho použili k vnitřnímu pohroužení. Představujeme-li si ho, aniž bychom nejprve ve vlastní duši provedli tuto výstavbu, zůstane chladný a mnohem méně účinný, než když touto přípravou získá sílu rozsvěcující duši. Během pohroužení si ale už nemáme v duši vyvolávat všechny tyto přípravné myšlenky, nýbrž máme pouze nechávat obraz vznášet se živě v duchu před námi a prochvívat ho přitom oním pocitem, který se dostavil jako výsledek přípravných myšlenek. Tak se obraz stává vedle citového prožitku znamením. A účinek spočívá v prodlévání duše v tomto prožitku. Čím déle dokážeme prodlévat, aniž by se do toho mísila jiná, rušivá představa, tím účinnější je celý proces. Je však dobré, když mimo dobu, kterou věnujeme vlastnímu pohroužení, častěji pomocí myšlenek a citů popsáného druhu opakujeme výstavbu obrazu, aby pocit nevybledl. Čím větší trpělivost máme pro takovou obnovu, tím významnější je obraz pro duši.