

Podstata meditace

Esoterní hodina, Kolín nad Rýnem, 31. ledna 1911

Meditace se skládá ze dvou částí:

1. z technické části
2. z části přenesené do života, to znamená, jak se správnou meditací mění způsob myšlení, cítění a jednání člověka.

Při vykonávání meditace je nutná trpělivost a svědomitost. Co dělá člověk, když medituje?

Napodobuje to, co božsky-duchovní bytosti vysokých hierarchií učinily před miliony a miliony let a díky čemuž vznikla naše Země. Všechno kolem nás je zhutněná božská myšlenka! - Božsky-duchovní bytosti myslely, a to rytmicky v cyklech, podle motivu: Kapka za kapkou i kámen vyhloubí!

To, nač myslely častěji a v kratších odstupech, se stalo tvrdší zemskou substancí, například diamantem. Představovat si věci, jež neexistují ve fyzickém světě, působí tvořivě, nikoli přemýšlení o tom, co již existuje.

Jsem egoista, nejsem křesťan. To jsou dvě velmi užitečné věty k meditování. Člověk musí sám sebe poznat jako nestvůru.

Setkání se strážcem prahu je pro každého něco příšerného. Esoterikovi je možné to říci. Vidění krásných věcí a postav je astrální máj, je to Lucifer.

Slyšet Mistry a podobně je éterná máj, je to Ahriman. Člověk musí prověřovat to, co vidí a slyší, pak se ukáže pravá podoba.

Rudolf Steiner

GA 266/II