

Působení éterného těla v meditaci

Rudolf Steiner

Norimberk, 9. listopadu 1913

Dnes je pro esoterika proto tak obtížné dělat pokroky, protože si prožitky, které má mít, představuje příliš hřmotně. Musíme si však všimnout především těch nejsubtilnějších dějů.

Představme si, že půjdeme - třeba za tichého večera - do opuštěného lesa. Každý sebemenší zvuk tam bude slyšet: padání listů, blízkost se sáně atd. Proti tomu si teď představme velkoměsto; v hluku ulic nic podobného nezaslechneme, a přesto tu jsou všechny tyto tiché, jemné zvuky také.

V meditaci se z podvědomí vynořuje všechno možné, co jinak nepřekročí práh vědomí. Jak často slyším nářky: Při meditování se ve mně vynořuje spousta myšlenek a obrazů, které nedokážu opanovat, od nichž se nedokážu osvobodit. - Můžeme to však veskrze považovat za pokrok v meditaci. Neboť uvolní-li se u meditujícího astrální tělo a Já ze spojení s fyzickým a éterným tělem, dospěje esoterik k tomu, že jakoby objektivizuje svého druhého člověka. Toto - svou duševně-duchovní bytost, která tu působí bez jeho přičinění - má v těchto dějích pozorně sledovat.

Zevnitř se k esoterikovi blíží pokušení Luciferovo, zvenčí Ahrimanovo. Příklad: Dejme tomu, že sami žijeme ve spořádané, klidné rodině, ale za zdí žijí lidé, kteří si často předčítají a vyprávějí všelijaké podivné historky. Dokonce i kdybychom to všechno fyzicky ušima vůbec neslyšeli, otiskuje se to přesto do éterného těla a během meditace to opět vystupuje. - Jiný příklad: Staneme se svědky toho, jak někdo přejede psa. Jako účinek zážitku takové nehody se může ve vlastním těle vynořit kňučení a štěkání. Na základě jiných souvislostí se při meditaci může dostavit celý čarodějnický sabat. Meditující člověk kvůli tomu nemá propadat zoufalství, ale má se radovat, neboť může tušit souvislost a učí se mu čím dál lépe se objektivně pozorovat se vším, co na něj dosud působilo. Při meditaci jako bychom ohmatávali celé své tělo. Tu a tam se objeví pocity bolesti v důsledku egoismu a další věci. Při tomto ohmatávání začínáme nad hlavou a po malých partiích pak postupujeme dolů po celém těle.

Vycházíme-li z chorobných jevů, naučíme se také vyvozovat závěry s ohledem na dřívější prožitky. Ze zánětu středního ucha lak můžeme například usuzovat na ty nejpodivnější dojmy, které se dříve otiskly do éterného těla, třeba tím, že člověk v mládí bez plného vědomí poslouchal všelijaké podivné historky, které pak měly nanejvýš působivé účinky.

Když někdo usne při theosofickém či podobném výkladu, působí to, co slyšel, dále v jeho éterném těle, a to zvláště tehdy, jestliže ho poté kvůli jeho usnutí „hryže svědomí“, jestliže si dělá výčitky; to v podvědomí působí často velmi silně.

Jestliže trpíme výčitkami, že jsme stále ještě velmi špatní, protože se nám v meditaci a vnitřním usebrání vynořují znovu a znovu ošklivé obrazy, pak nám mohou být útěchou slova evangelia: On vzal na sebe naši vinu.

GA 266/III