

Duševní hygiena na základě duchovního školení .

Cesty duchovního školení mají potud důležitou praktickou stránku, že vůbec nastolují otázku duševního zdraví a duševně-duchovní hygieny v každodenním životě. Ne zcela neprávem je vyslovována ubava, že duchovní exercicie mohou mít někdy též negativní dopad na duševní zdraví. Takovéto otázky jsou oprávněné proto, že zkrátka nemůže být lhotejně, která metoda je zvolena, zda někdo před zahájením takovýchto cvičení již nevykazuje citelné projevy duševních poruch, zda se někdo nepouští do cvičení nerozvážně, „nepohrouží“ se, neoddávej se zdánlivě „neškodným“ dechovým cvičením a podobně, aniž by si jasně uvědomil způsobilost a účinnost těchto praktik.

Vskutku existují „cesty azcestí do duchovního světa“. Pomineme-li skutečnost, že Steinerovy pokyny mohou být aplikovány nesprávným způsobem, musíme zdůraznit, že každou iniciační cestou lze jít jen s největší střizlivostí a skromností. Každý iluzorní prvek, každá přemíra emocí tam, kde je na místě jasnost myšlenek, každé sebezprecenění a každá pýcha tam, kde musí být vyžadováno sebeuskrovnění, vedou do klamu místo usilovaných „vyšších světů“. Zde získává zvláštní váhu ona lapidární věta z „Jak dosáhnout poznání vyšších světů“: „Výšin1 ducha dosáhne jenom ten, kdo projde branou pokory.“ Steiner nejenže varoval před nebezpečími zbloudění, ale založil své školení a priori tak, aby jeho přesné sledování nezpůsobilo žádné škody. Steinerův požadavek devoce, to znamená úcty k pravdě a poznání, kterou nesmíme zaměňovat s kultem osobnosti, neznamena v žádném případě zřeknutí se kritického odstupu. Právě tak to neznamena nekritické, na „víře“ založené přijímání výsledků duchovního bádání, tedy ani žádnou totální závislost na duchovním badateli. Zkušenost ukazuje, jak velký je počet těch, kteří musí být označeni za duchovně nesvéprávné, vázané na postavy uctívaných učitelů a neschopné kritického odstupu, a kteří se nalézají právě v náboženských a světonázorových společenstvích, jež vystupují s velkými

1

1 v českém vydání jako *Výsostí* - pozn. překl.

požadavky. Anthroposofický neurolog Rudolf Reichler poukázal na to, že jsou to právě lidé se sklonem k hysterii, které člověk přednostně nachází v takovýchto kruzích, a právě pro ně musí mít cesta duchovního školení osudné následky. Reichler se také podrobně zabýval symptomatikou a terapií schizofrenních pacientů. Dospívá k výsledku, že správně prováděné duchovní školení dokáže uchránit před duševním onemocněním. Ba v iniciační cestě, je-li dbáno na všechna přikázaná pravidla chování i na individuální strukturu psýché, je třeba spatřovat lék na civilizační neduhy v duševní oblasti. V oblasti vůle to působí tak, že to, co jako chaotické a chaotizující proniká do horní části člověka, je harmonizováno. Psychická energie tím není zadržována, nýbrž proměňována. Obdobně to platí pro oblast myšlení. Myšlení není vypnuto ani jednostranně racionálně fixováno, ale rovněž proměněno a vzato do služby jako orgán duchovního vnímání. I když nedojde k vytvoření nástrojů poznávání ve smyslu školící literatury, i když se nezdaří výstup k imaginaci, inspiraci a intuici, mají cvičení pozitivní účinek. Je však třeba varovat před tím, chtějí-li se na cestu duchovědných studií vydat psychopatologičtí pacienti.

Z celkového hlediska však nelze podceňovat psychohygienické působení anthroposofické cesty školení, jež harmonizuje duševní síly člověka.

Gerhard Wehr