

2. júla 2022

Meditačný obsah č. 145:

Tých osem bodov na rozvinutie šestnásťlúpeňového lotosového kvetu, teda čakry v oblasti hrtana opisuje duševné pochody, alebo inak vyjadrené, duševné aktivity, ktoré si vyžadujú prácu na vývoji.

Správna reč tvorí jednu z týchto duševných aktivít. Človek nesmie mať tendenciu k jednostrannému obmedzovaniu s prílišným pasívnym mlčaním a jeho reč sa ani nesmie zvrhnúť k nutkavo manickkej túžbe rozprávať. Indická kultúra pozná disciplínu mlčania a nazýva ju mauna. Spravidla sa mlčaniu pripisuje pomerne veľká sila, lebo ak ju žiak praktizuje, neplytvá zbytočne životnými silami. Ale v praktickej forme sa v pracovnom a vzťahovom živote mlčanie nedá uskutočňovať a nebolo by ani primerané, keby sa účastník jogovej hodiny alebo cvičebnej lekcie uspokojil iba s počúvaním bez aktívneho rozprávania. Rozprávanie so stále vzrastajúcim jasným vzťahom k téme a v empatii k ľuďom, ako aj vydarená voľba kreatívnych slov posilňuje duševný život a vytvára životné sily. Disciplína rozprávania v zmysle produktívneho rozvíjania dokáže posilniť a usporiadať astrálne telo alebo všeobecne nervový systém.

Nasledujúcou meditačnou úlohou je naďalej vedome zrkadliť a najlepšie naspamäť starostlivo pestovať dve vety od Rudolfa Steinera:

Iba to, čo má zmysel a význam, môže vyjsť z úst tajného žiaka. Všetko rečnenie kvôli rečneniu ho odvádza od cesty.

Pojem tajný žiak (žiak tajnej duchovnej vedy) sa dá nahradiť slovným spojením: ten, ktorý sa snaží o duchovný vývoj.

Najlepšie, ak si cvičiaci túto vetu vyvolá v pamäti niekoľkokrát počas dňa. Zbadá, ako na solídnu reč niekoho druhého bude reagovať radosťou a obdobne, bude pociťovať bolesť, ak

Meditácia 145

Napísal Administrator

Streda, 24 August 2022 09:34 - Posledná úprava Štvrtok, 21 December 2023 13:53

niekto bude netrebne tárať, lamentovať o dnešných časoch alebo bude nesúvisle mudrovať bez poznania súvislostí a naplňať vzdušný okruh všemožnými zaťažujúcimi bytosťami.

Ešte raz opakujeme: Správna miera a kvalita reči sú aktívnymi duševnými pochodmi, ktoré, ak nie sú dostatočne zohľadňované, nedokážu dospieť k náležitému rozvoju posilňujúcemu zdravie a formujúcemu vzťahy.

Zdroj:

Rudolf Steiner: „Poznávanie vyšších svetov“, s. 89, ako bolo uvedené v minulej meditácii.

[meditácia 144](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia 146](#)