2. novembra 2024

Meditačný obsah č. 266

Keď sme meditačné obsahy o bytosti a o terapeutických účinkoch jablka pestovali určitú dobu, v ľudskej duši vznikajú jemné citové vnemy, ktoré stabilizujú pokojné zvedomenie a vo všeobecnosti pozdvihujú schopnosť nadviazať vzťah. Koncentrácia na text, ako aj na predmet jablka je veľmi konkrétna, pretože ako plod, tak aj slová vo vzťahu k pozorovanému objektu nastavujú veľmi jasný smer. Čím lepšie a čím viac predmetne je úloha v meditácii uchopená, tým ľahšie je možné rozvinúť vzťah k bytosti, ktorá spočíva vo vnútri. Keď cvičiaci stretne jablko v živote, tak zo skrytých svetov duše dokonca vytryskne celkom jemná láska. Nevidí pred očami iba fyzické ovocie, ktoré by chcel s pôžitkom zjesť, ale svojím pohľadom, ktorý je už jemným spôsobom inšpirovaný z myšlienok na bytosť, nadobúda intenzívnejší vzťah. Nevšímavé zaobchádzanie s jablkom už po pár týždňoch zaoberania sa nie je preto vôbec možné. V nepostrehnuteľnom záblesku duše zosilnieva nežná láska.

Pri meditačných obsahoch, ktoré sa vzťahujú na časti textov, vzplanie väčšia náročnosť, než keď si človek zvolí ku koncentrácii potravinu. Text by nemal svojím rozsahom preťažiť vedomie a z tohto dôvodu sa pre meditáciu javí ako priaznivé, keď sú veľmi cieľavedome vybraté vety. Táto práca s textom, ktorá sa ponúka v kurzoch, sa neuspokojí s jednoduchým spoločným čítaním, ale jednotlivé úseky textu sa cielene prepracujú a privedú sa k dlhšie udržiavanej tvorbe predstavy. V tomto zmysle je každá práca s textom a slovom určitou meditatívnou činnosťou. Nesmieme však predimenzovať počet slov, lebo ak tak urobíme vzniklo by nebezpečenstvo použiť spirituálny text ako informáciu a zvonkajšnenie.

Nasledujúci text má byť úlohou pre nadchádzajúcu meditáciu:

„**Keď ťa zvádza tvoje pravé oko, vytrhni ho a odhoď ho od seba. Je pre teba lepšie, aby zhynul jeden z tvojich údov, než keby bolo celé telo uvrhnuté do pekla** ." Matúš 5,29[1]

Pre túto meditáciu je dôležité chápať ju tak, že neobsahuje podobenstvo o niečom vonkajšom, ale je to skutočný obraz, nadzmyslový pravdivý obraz duše. Text evanjelia pojednáva o

duchovnej skutočnosti, no nie o vonkajšom, či moralizujúcom svete, ktorý je relatívny.

Ďalšie zdroje:

[1] Biblia

[2] „Čo nevyhnutne patrí k duchovnému školeniu: trpezlivosť a výdrž. Kto toto oboje v sebe neprebudí a nebude s najväčším pokojom pokračovať vo svojich cvičeniach tak, že trpezlivosť a výdrž nebudú pritom neustále vytvárať základnú náladu jeho duše, ten nemôže veľa dosiahnuť."

(Rudolf Steiner: Duchovná veda v náčrte, GA 13, s.264)

meditácia č.265 < späť zoznam meditačných obsahov vpred > meditácia č.267