12. júla 2025

Meditačný obsah č. 301

Rudolf Steiner ako prvý a najzákladnejší bod na rozvinutie piatej čakry opisuje význam vytvárania predstáv. Zmieňuje sa najmä o tom, ako sa bežne človek obracia k rôznym javom skôr náhodne a z toho následne rozvíja svoje pojmy. Študenti duchovnej školy by mali prelomiť tento zaužívaný spôsob a dôležité je, aby ich sebavýchova prebiehala tak, že vedomie v bdelom a prehliadajúcom stave riadne prepracovávalo predstavy zo života.[1]

Na toto tvorenie predstáv o rôznych javoch je po presnej analýze okolností najskôr potrebný samostatný, jasne zvolený, vnímajúci a myšlienkovo usporiadaný náhľad. Ako by mohol napríklad terapeut získať reálnu predstavu o ochorení, keby ho nevnímal konkrétnym spôsobom a neporovnával ho v súvislostiach s rôznymi ďalšími javmi? Konkrétne zameranie sa na určitý fenomén v čo najpokojnejšom vnímaní a zároveň s vedome zvolenými myšlienkami vedie napokon k želanému a podstatnému posilneniu vedomia predstáv. Hoci si tieto aktivity vždy vyžadujú vlastné nasadenie myslenia a pozorujúceho cítenia, prinášajú do života radosť a dokonca zvyšujú psychickú stabilitu. Správna konkrétna tvorba nazerania teda vytvára základ pre objektívnu obraznú predstavu.

Je to radosť zmyslov z vedomých, samostatne motivovaných procesov vnímania a individuálne vedených mentálnych hnutí, ktorá spôsobuje krásnu farebnú sféru svetla piateho centra. Odstraňuje pudenie z tela a zakladá vedomie. Správna pozornosť, vnímanie a myšlienková nezávislá čulosť skutočne prináša svetlo. Človek sa rozjasní a pocíti to v oblasti kľúčnych kostí, hrtana a prípadne aj hlavy.

Na základe tohto meditačného obsahu, ktorý je rozšírením toho predošlého, bude cvičiaci pozorný voči činnosti a výsledkom myslenia, cítenia a vytrvalej vôle. Vždy je potrebné osobné zameranie a určité úsilie, aby človek zanechal svoje svojráznosti, a vedome prenikol do ďalšieho možného vnímania. Pasívnym spôsobom si človek nemôže vytvoriť správne náhľady a predstavy o živote, a preto nikdy nemôže pozdvihnúť čakru do krásnej svetelnej formy náhodne. Túto činnosť vedomia je potrebné každý deň nanovo aktivovať pomocou menších, či väčších predsavzatí. Človek sa napríklad pozerá na osobu, ktorú už dlhšiu dobu pozná, úplne novým spôsobom a s kritériami zvolenými bez emócií. Opäť si vytvorí náhľad a čo najobjektívnejšiu

predstavu o jej skutočnej životnej situácii. V konečnom dôsledku toto úsilie vedomia nielenže poskytuje lepší obsah pre vzťahy, ale aj psychike dodáva veľmi dobrú stabilitu.

[1] pre porovnanie: Rudolf Steiner: Poznávanie vyšších svetov

meditácia č.300 < späť zoznam meditačných obsahov vpred > meditácia č.302