2. augusta 2025

Meditačný obsah č. 304:

Existujú jednoduchšie formy tvorby predstáv, ktoré sa vzťahujú iba na materiálne hodnoty a sú iné predstavy, obsiahlejšie, fundovanejšie a veľmi verné pravde, ktoré vo svojej celkovej komplexite predstavujú nielen vonkajšiu realitu takú, aká je, ale okrem toho aj jednotu fyzickej reality s duševnou a duchovnou. (1)

Všeobecne bola v minulej meditácii spomenutá psychická stabilizácia pomocou správneho vytvárania predstáv. Pri presnejších formách meditácie možno túto jednoduchú výpoveď ďalej rozpracovať obrazným spôsobom. Len vo veľmi málo momentoch si v živote uvedomíme, že veľmi povrchné názory, unáhlené závery a pohodlné hodnotenia, ktorým všetkým chýba skutočná predstava, znamenajú pre ľudí určitý druh záťaže.

Ako pôsobia rozvinuté predstavy na zdravie človeka na rozdiel od unáhlených prebratých informácií a intelektuálnych poznatkov?

Aby sme mohli nájsť odpoveď na túto otázku, je potrebné rozvinúť jasné obrazy. Predstavme si napríklad nejakého človeka, ktorý referuje o určitej veci, no dokáže ju vysvetliť iba intelektuálne. Popri tomto obraze ešte nerozvinutej schopnosti predstavivosti o nejakej veci si teraz pomyslime druhý obraz s jasným protikladom. Aký vplyv to má spätne na zdravie človeka, keď si niekto vo svojom odbore vydobyje odborne podloženú predstavu, ako protiklad voči povrchnosti?

Cvičiaci pri tejto úlohe nesmie vychádzať iba z otázky, ale obidva obrazy si musí dostatočne uvedomiť, tú rozvinutú aj tú intelektualistickú predstavu, aby vyvinul cit pre rozličné sféry pôsobenia, ktoré vplývajú na zdravie. Človek môže ľahko povedať, že napríklad zdravá výživa pôsobí priaznivo na vitalitu tela a na rozdiel od toho nedobrá výživa ju zaťažuje. O zdravej a nezdravej výžive už má väčšina ľudí nejakú predstavu, zatiaľ čo dnes úplne chýbajú základné predstavy o tom, či niekto dostatočne pozná a má skúsenosti v určitej odbornej oblasti, alebo či prezentuje iba narýchlo naučené intelektuálne pojmy. Preto je dôležité postaviť si otázku s

obrazmi o rozvinutej predstave v porovnaní s jej opakom.

Štvrté cvičenie duše v knihe „Cvičenia pre dušu" sa zaoberá rozpracovávaním pojmov. (2) Koľko ľudí dnes rozpráva na príklad o prebudení či osvietení, no nepozná skutočnú a možnú dimenziu týchto pojmov? Na ezoterickej scéne sa používa množstvo pojmov intelektuálne a emocionálne, avšak im chýbajú zdravé predstavy. Skutočnosť, že ezoterika je na verejnosti často vnímaná s veľkou hrôzou, možno niekedy pripísať tomu, že sa používa veľa termínov bez toho, aby boli odborne podložené reálnou predstavou.

Ďalšie zdroje:

1) Rudolf Steiner: Teozofia. Uvedenie do nadzmyslového poznávania sveta a určenia človeka

Pre nasledujúce meditácie by sa mala sústredene a pozorne študovať jedna kapitola z Teozofie, aby sme si vytvorili reálnu predstavu o existencii duše. Rudolf Steiner veľmi jasne a bez emócií opisuje dušu vo vzťahu k fyzickému telu a koniec koncov dušu vo všeobecnosti, ako sa pohybuje v posmrtnom živote.

2) Heinz Grill: Cvičenia pre dušu. Kapitola: Priblíženie k energetickej, duševnej a duchovnej substancii pojmov.

meditácia č.303 < späť zoznam meditačných obsahov vpred > meditácia č.305