

Armen Töugu

Szemlélődő párbeszéd (részlet egy 2014-es előadásból)

Nagyon örülök, hogy itt lehetek, és hogy ezt az estét a szemlélődő (meditatív) párbeszéd témájának, a szellemi világgal való kapcsolatnak szentelhetjük. Pontosan 28 évvel ezelőtt, éppen augusztus végén, napról napra ismerkedtem meg Rudolf Steiner „Hogyan jutunk a magasabb világok megismeréséhez?” c. könyvével. Úgy olvastam, mint a leglenyűgözőbb regényt. És azóta, úgy gondolom, egyetlen nap sem múlt el úgy, hogy ne dolgoztam volna ezzel a könyvvel, néha tisztán meditatív módon, néha ismét olvasva. Most egyszerűen elmesélem ennek a 28 éves munkának a gyümölcseit.

A meditáció fogalmát ma különböző emberek különféle módokon értik. Elmesélem, hogy az antropológia vagy Rudolf Steiner mit ért a meditáció alatt. Ennek a témának már a megnevezése is megvilágítja a fogalmat. A steineri meditáció – párbeszéd a szellemi világgal. De nem pusztán valamilyen szellemi világgal, hanem mindig konkrét szellemi lényekkel. A meditáció – nem alakok, amiket látnak, ahogyan ma ezt gyakran értelmezik. Ez nem egy magunkba való behúzóds, hogy megtaláljuk a belső nyugalmat. Mindezek a lépések – előkészületek. Ezeknek a lépéseknek a célja, hogy szemtől-szembe találkozzunk a szellemi lényekkel, és párbeszédbe elegyedjünk velük. Le kell győznünk azt a bizonyos előítéletet, a mai kornak azt a meggyőződését, hogy a világban van valami ami nem lényyszerű. A „Hogyan jutunk...” c. könyvben a meditációra való első előírások így szólnak: tanuld meg megkülönböztetni a lényegest a lényegtelenről. Oroszul és németül a lényeges és a lény szavak rokonságban állnak, és ez arra utal, hogy ott egy lénynek kell lenni. A lényeges mindig egy lényvel áll kapcsolatban, aki ezen keresztül nyilvánul meg. A meditáció valójában valamely külső megjelenés mögött rejtőző lényvel való találkozáshoz vezet.

A külső megjelenés lehet egy gondolat, egy érzés, egy akarati impulzus, a külső érzékek bármely észlelése. A szellemi kutató szemszögéből, ha ő piros színt lát, akkor az első kérdése: milyen lény áll emögött a külső megjelenés mögött? Kivel van dolgom? Nem „mivel” van dolgom, hanem „kivel”. A szellemi kutató ezt mondja: ha most a piros színt tapasztalom, akkor emögött egy szellemi lény áll, aki előidézi bennem ezt a megélést. Ha eszembe jut valamilyen gondolat, akkor emögött egy szellemi lény áll. Ki ez? Ha a lélekben felbukkan egy érzés, akkor emögött egy szellemi lény áll. Ki ez? A kérdés: kivel van dolgom, ez az első kérdés, amit a meditáló feltesz. A második kérdése ez: milyen feladat elé állít engem a találkozásom ezzel a lényvel? Az első kérdést nevezhetjük a valódi név keresésének. A második kérdés pedig a karmikus feladatunknak a megtapasztalása. Elvileg ez az út folytatódhat. Hiszen ha eljutsz a karmikus feladatod megtapasztalásához, akkor ismét meg lehet kérdezni: milyen lény áll emögött a feladat mögött? Ha például piros színt tapasztalsz, megkérdezed, milyen lény áll emögött. A meditáció útján haladva eljutsz annak a felismeréséhez, hogy emögött egy szeráf áll, egy konkrét szeráf. Ez előtt a szellemi hatalmasság előtt állva azt érzed, hogy meg kell változnod, nem maradhatsz olyan, mint amilyen most vagy. Ezt a tapasztalatot értem az életfeladatod megtapasztalásának. Aztán elkezd beszélni az akarat. Ekkor két út lehetséges. Vagy megkérdezi magát az ember, hogyan tudja ezt a feladatot a külvilágban realizálni, lehet, hogy ezek a belső fejlődés valamely gyakorlatai, lehet, hogy ezek valamilyen külső cselekedetek. Vagy pedig mondhatja, hogy ez egy új tapasztalás, egy feladat megtapasztalása, és ez megint egy szellemi lény – kivel van ekkor dolgom? És ismét a valódi nevet kell

keresni. Ez a második feladat egy harmadik feladathoz vezet. Lehet tovább is menni, egyre tovább és tovább.

Ily módon vándorolsz a szellemi világban, egyik lénytől a másikig, a feladatok pedig olyanok, mint két pont közötti hidak. Az okkultizmusban ezt a rejtett írás, az okkult írás olvasásának nevezik. Ma példát fogok egy ilyen útra hozni, de előtte megemlítek még néhány fontos dolgot. Az ilyen úton találkozás történik valakivel, és egy ilyen találkozásnak mindig akarati jellege van. Az ilyen találkozást egyidejűleg ezzel a szellemi lénnel való beszélgetésnek is nevezhetjük. Hogy helyesen folyjon a beszélgetés, még egy szokástól meg kell szabadulnunk. Ez a fizikai szinten történő beszélgetés szokása. Fizikai szinten ha valakivel beszélgetek, akkor pontosan tudom, hogy én itt vagyok, a másik pedig ott. És pontosan tudom, hogy amit én mondok, az tőlem jön, és a másikhoz megy. Ami kívülről jön felém – azt a másik mondja, nem én. Szellemi szinten minden épp fordítva van.

Szellemi szinten, ha beszélni akarsz egy szellemi lénnel, akkor először meg kell tanulnod, hogy amit te mondasz vagy gondolsz, úgy legyen magad előtt, mint valami külső dolog. Rudolf Steiner ezt úgy nevezi, hogy meg kell tanulni magunkat kívülről látni. És hallani is. De ezt valóban helyesen kell csinálnunk. Nem elegendő pusztán egy filmet forgatnunk magunkról, és azt nézni kívülről, hogy hogyan nézek ki. Meg kell tanulni belülről hallgatni, és annál inkább kívülről hallgatni azt, amit te magad mondtál vagy gondoltál. Ez bonyolultabb, mint csak egyszerűen kívülről képként látni magadat. Valójában önmagad képét alkotod meg, úgy hallod, mintha valaki máshoz fordulnál. Rudolf Steiner ezt szellemi echónak, visszhangnak nevezi. Amikor e saját szellemi echódat hallod, akkor egész másként tudod átélni a saját kijelentésedet, egy egészen másik, az ellenkező perspektívából. Egy fordított perspektíva keletkezik: kívülről hallod magadat, és a lelkedben erre egy reakció keletkezik, mint egyfajta válasz. A fizikai világban egy rendes beszélgetésben ez lenne az én reakcióm arra, amit a másik mond. De abban az állapotban, amikor magadat kihelyezted, az amit a lelkedben reakciónak tapasztalsz, az annak a szellemi lénynek a válasza, akihez fordulsz. Látják, ezt mondja Steiner – ezek az ő szavai, ahhoz, hogy a szellemi világban beszélgetni tudjunk, perspektívát kell váltanunk. Önmagunkat kívülről kell hallgatni és látni, a szellemi lényt pedig magunkban kell átélni. Ez a meditáció lényege. Rudolf Steiner azt mondja, hogy ilyen módon lehet a szellemi világban élni, másként semmi igaz dolgot nem lehet megtudni a szellemi világban.

A másik, hogy miért kell megtudnunk, hogy kivel van dolgunk. A misztérium-drámákban van egy jelenet, ahol Mária átéli az előző inkarnációját a középkorban. Mária a misztériumok egyik szereplője. És mivel a szellemi tanítvány útját járja, hallotta a tanítójától, hogy amikor az ember ismét lejön a földre, az élete nem ismétli az előző életet, hanem radikálisan más feltételek közé kerül. És most nézi az előző életét, összehasonlítja a mostanival, és ezt mondja magának: ott a szociális viszonyok nagyon hasonlítanak arra, amiben most vagyok. Összehasonlítja a két életet, és azt mondja, hogy hasonlóak, de a tanítóm azt mondta nekem, hogy ilyen nem lehet. Ez valószínűleg valami hiba. Ha nem ezoterikus tanítvány lenne, akkor bizonyára a következő módon lépne fel: mivel a tanítóm azt mondta, hogy ez nem lehet, akkor ez egy hiba, és figyelmen kívül kell hagynom. De ő a szellemi tanítványság útján halad, és azt teszi, amit tennie kell. Ezt mondja: ki az a szellemi lény, aki e gondolat mögött áll? A hasonlóságról való gondolat mögött - a tanítóm beszélt így. De ki az, aki most beszél? Ki az, aki azt mondja, hogy nézd, ezek a gondolatok hasonlítanak, ezért ez helytelen, a látásod nem valós. Az ezoterikus tanítvány számára minden gondolat, minden érzés mögött mindig egy szellemi lény áll. Az első kérdés azelőtt, hogy

átveszem tőle a feladatot, ez: kivel van dolgom? Ha elfogadná a feladatot ettől a lénytől, anélkül hogy megkérdezné, ki ez a lény, akkor azt kellene mondania: ez a látás helytelen, és el kell vetni. Ez lenne a feladat ettől a lénytől. De Mária előbb megtudta, ki az, aki beszél, és felismerte, hogy most Ahrimán beszél. A szellemi világban különböző lények tudják ugyanazokat a gondolatformákat használni szituációtól függően. Egyik alkalommal Benedictus, a tanára, másik alkalommal pedig Ahrimán. De amikor felismerte a lényegest e gondolat mögött, hogy ez Ahrimán volt, akkor megértette az igazi feladatát. Az igazi feladat ez volt: ne vesse el azt, amit lát, hanem értse meg, ellenőrizze, hogy nem lehet-e mégis igaz. Egy olyan felfedezésre jutott, hogy lehetnek olyan esetek, amikor az életek hasonlóak, pedig ezt a tanító nem említette. Ez a példa rámutat, hogy ha nem tudod, hogy ki beszél, akkor a feladatot nem tudod helyesen átélni. Alapjában mi így is élünk, valami eszünkbe jut, ettől valamilyen akarati impulzusunk keletkezik, és ezt a gondolatot követve teszünk valamit. Van amikor ez helyes, van amikor helytelen. Egy ezoterikus tanítvány sohasem tesz így. Ha eszébe jut valami gondolat, ami cselekedetre ösztönzi, ekkor először megkérdezi: ki áll emögött a gondolat mögött? Vagy érzés vagy akarati impulzus mögött? Ha megismered a nevét, lehet, hogy a feladatod radikálisan megváltozik. Már tudod, hogy nem azt kell tenned, mint amit korábban gondoltál, hanem teljesen mást. Ezt az alapelvet Steiner szintén megnevezi – hogy a szellemi lények az embert becsaphatják. De csak akkor, ha nem tudod, hogy kivel van dolgod. Viszont ha tudod a valódi nevét, akkor már nem tud hazudni. Akkor kényszerítheted, hogy igazat mondjon. Az amit most ábrázoltam, valójában kissé képszerű, mivel mindez a párbeszéd egy fordított perspektívájában zajlik. Például amikor azt mondom, hogy „kényszerítem, hogy igazat mondjon”, ez nem azt jelenti, hogy kívülről elkapom, és arra kényszerítem, hogy igazat mondjon. Épp fordítva, úgy beleélem magam e szellemi lénybe, hogy hallom, valójában mit gondol, és nem azt, amit külsőleg látszólag mond. Ez a másik lénybe való beleélés a kulcs az igazi megismeréshez. És hogy ezt megtanuljuk, előbb meg kell tanulni, hogy elváljunk önmagunktól. Ha ilyen gyakorlatokra törekszünk – kívülről nézni magunkat, belül hallgatni és arra figyelni, hogy mint mondok én, mint visszhang, mint szellemi echó, ha ilyen absztrakt módon ábrázoljuk, természetesen bonyolult csinálni.

Gyakorlatilag 28 évig foglalkoztam azzal a kérdéssel, hogyan lehet módszertanilag végezni azt a gyakorlatot, amit Steiner leír. Hogyan lehet megtanulni egy ideig elválasztani magunktól valamilyen érzést? Milyen módon lehet egy belső hallgatáshoz jutni, és mégis hallani, mi az, amit mondasz. Ezen az úton vannak segítő módszerek. Az egyik ilyen segítő módszert Steiner a rózsakeresztesekről szóló egyik ciklusában írt. Meg is nevezte azt, amit így lehetne lefordítani: vezetett dialógus. Vagyis egy olyan szituációt ír le, ahol a mester segít a tanítványnak belső tapasztaláshoz jutni, megtapasztalni egy meghatározott lény valódi nevét, és a saját feladatát. De a mester nem olyan módon segít, hogy egyszerűen felvázolja a gyakorlatot, és a tanítvány törekszik elvégezni azt. Aktívabb módon vesz részt ebben. Például ahhoz, hogy a tanítvány magát echóban hallja, a mester ismétli a tanítványnak azt, amit ő – a tanítvány – mondott. A tanítvány először mond valamit, aztán belső hallgatásra jut, s azután a másik ember megismétli neki, amit mondott. Akkor az önmagát hallgató ember lelkében a hatás radikálisan különbözik attól, mint amikor én magam mondok valamit. Az embernek egyszerűbb a szellemi érzékelésre ébrednie, ha egy másik ilyen módon megtámasztja őt. Egy másik momentum, amikor segítségre van szüksége, a lények valódi nevének felismerésében, mivel ez a belső átélés, tapasztalás eleinte nem meghatározott, csak egy bizonyos érzésként jelenik meg. Valakivel dolgom van, de hogy ki ez, azt nem tudom.

Ahhoz, hogy felismerjük a neveket, jártasnak kell lenni az antropozófiában, mivel az antropozófia egyik része – a szellemi lények ábrázolása. Ha az ember ismeri az antropozófiát, aztán pedig ezen az úton jár, akkor felismeri ezeket a lényeket az ábrázolásokból. Ez hasonló arra az emberre, aki tanulmányozta a botanikát, és aztán elment az erdőbe, és ott megtalálta ezeket a növényeket. Ha a botanika mint tudomány nem létezne, akkor egyszerűen mindenféle fogalom nélkül sétálna az erdőben, lennének tapasztalatai, de nem ismerné a megnevezéseket, a neveket. Vannak ilyen emberek is, akik egyszerűen csak jönnek-mennek, de hasonlítanak azokra, akik az erdőben csak zöldet látnak. Minél több olyan valódi fogalom van az ember tudatában, melyet mások dolgoztak ki, annál jobban eligazodik abban, amit tapasztal. Ez a második tud neki segíteni a szellemi kutatás útján. Valaki megy ezen az úton, és még valaki kíséri őt. Ha ő ismeri a lények valódi nevét, akkor segíteni tud a másiknak megtalálni ezeket a neveket.

A segítség harmadik módja, ha valakik megint csak ketten mennek valamilyen úton, az egyik az egyik irányba tekint és valamit észrevesz, de semmi egyebet nem vesz észre, mivel más irányba nem nézett. Az egyik jobbra néz, és látja, hogy ott hegyek és szikla van. A másik, lehet, hogy ekkor balra nézett, és tengert látott. Mindkettőjüknek igazuk van, csak más-más oldalra néztek, pedig ugyanazon az úton voltak. Ha a tapasztalataikat egybegyűrják, akkor egy teljesebb képük lesz arról, ahol voltak. Ha elkezdenek veszekedni, az egyik ezt mondja: ott tenger volt, a másik pedig ezt: nem, ott hegyek voltak, akkor ez az a helyzet, ami általában szellemi kutatáskor a csoportokban történik. Ha közösen mennek az úton, nagyobb mértékben kell türelmet gyakorolni, mint fizikai szinten, mivel bármely lényre 12 különböző nézőpontból tekinthetünk, és közöttük lesznek átlósan ellentétes leírások. És az ilyen egymásnak ellentmondó leírásokból kell megkapni a valódi nevet.

Kérdések és válaszok:

Kérdés: Hogyan tudunk a hibáktól, illúzióktól megmenekülni, melyeket az ilyen úton a fantázia hozhat, mivel könnyű magunkra különféle aspektusokból tekinteni és eközben hibázni?

Válasz: Az, amit itt ábrázoltam, hogy a saját aspektusainkat nézzük – ez csak az előkészület ahhoz, hogy elkezdjük a szellemi valóságot tapasztalni. A kérdés nem az, hogy mire nézek, hanem az, hogy ekkor közvetlenül mit élek át. Az átélés, ha valódi, akkor mindig a jelenben történik. Valójában minden ember megtanulhatja megkülönböztetni, hogy ez egy múltbeli tapasztalatra való emlékezés, vagy valóban most van. Ez a két dolog másként hat az emberre. A múltból jövő emlékezés elrabolja az életerők egy részét. A jelenben lévő átélés valójában mindig nyújt valamit. Ezek természetesen finom lelki folyamatok, és gyakorolni kell, hogy megtanuljuk megkülönböztetni őket, de ilyen módon tanuljuk meg, hogy valamit tisztán csak elképzelek, vagy ez egy valóságos átélés, tapasztalás. A második kérdés pedig az, hogy helyesen nevezem. Ez a név kérdése. Itt az antropozófiát már jól kell ismerni. És még egy minőség, képesség van a lélekben, ismerkedjünk meg vele. Rudolf Steiner ezt igazságérzetnek hívja. Olyan mértékben erősödik, amennyire tudom kívülről látni és hallani magamat. Vezetővé válik számomra a helyes nevek keresésénél, mondja Steiner a „Hogyan jutunk...” c. könyvében. Ez hasonlít ahhoz, mint amikor a szívemben van egy átélés, ez a szívcsakrában való átélés, a homlokcsakrában pedig a fogalmakkal van dolgod, meg akarod azt nevezni. Ha ezek megfelelnek egymásnak, mint forma és tartalom, akkor a szívben a rezonancia, igazságérzet keletkezik, ami akkor igent mond. De ha a forma és a tartalom még nem felelnek meg egymásnak, akkor még nincs ez a rezonancia. Mondjuk, ha keressük a piros szín mögötti lényt, akkor először van valamilyen tapasztalatom. Aztán elkezdjük keresni hozzá a

szellemi hierarchiákból a fogalmat – milyen lény hozza létre az ember lelkében ezt a tapasztalatot. És ha eljutunk a Szeráf pontjára, akkor a tapasztalat egyből másmilyen lesz, mint a többi névnél. Ezek olyan pontok, amelyeket egyszerűbb megtapasztalni, mint elmagyarázni. Magunknak kell elvégezni, hogy megértsük, miről is van szó, mivel ha van tapasztalat, akkor lesz érthető. Most el fogok mesélni egy ilyen meditációt, mondjuk úgy, hogy demonstrálás céljából.

Vegyünk egy mondatot a Teremtés könyvének elejéről. Oroszul ez így hangzik: „És Isten szelleme lebegett a mélységek és vizek felett”. Ez szintén egy gondolat. Az ezoterikus tanítvány megkérdezheti: milyen szellemi lény áll e gondolat mögött? Ha a lélekben feltámad az igény ennek megértésére, akkor bele lehet fogni a meditációba. A meditáció kezdésénél az első lépés: önmagunk kihelyezése. De egy olyan szituációt kell létrehozni, hogy nem vagy egy a gondolatoddal, hanem ezt mondod: vagyok Én, és impulzusom van arra, hogy megértsem, megtaláljam a gondolat mögött álló szellemi lény nevét, és ez két különböző lény. Itt vagyok én, és ott valaki más. Létre kell hozni a párbeszéd-szituációt, vagyis az Én és a Másik párbeszédét. Ez a másik az én impulzusom arra, hogy megértsem, milyen lény áll e mögött a gondolat mögött. De ez még csak az előkészület a meditációhoz, hogy elválasszam magamat attól az impulzusomtól, hogy felismerjem a másik lényt. Ha mondatként akarjuk ezt a lépést megfogalmazni, akkor ez kb. így hangzik: Én vagyok Én, itt vagyok, és te vagy az a lény, aki az én kívánságom mögött állsz, a mögött, hogy megtudjam, mit jelent a Tórának ez a gondolata. Itt van az ember, itt pedig a kívánsága (Armen a táblára rajzol), ami a lelkében él. Most ezt az átélést először maga elé kell állítani. De nem azt mondja, hogy itt vagyok én, ott pedig a kívánságom. A kívánság egy alakban látható. Valójában ez egy másik lény, ahogyan az ember külső, fizikai alakja mögött tudom, hogy én vagyok, az individualitás. Itt egy szellemi individualitás, emez pedig – a kívánság, hogy megértsem – az ő külső megjelenése. Vagyis ezt mondom: Én vagyok Én, te pedig – egy szellemi individualitás, akit úgy jelenik meg, mint az én kívánságom, hogy megértsem a Tóra mondatát. Ez még egy párbeszéd szokásos állapota. Ha így maradnék, akkor semmilyen szellemi beszélgetést nem tudnék véghez vinni. A tudatomat amoda kell áthelyeznem – a másik helyére, a szellemi individualitás helyére – és onnan kell néznom magamat, aki az mondja: „Én vagyok Én, te pedig – egy szellemi lény, akit a kívánságom mögött vagy, hogy megértsem ezt a mondatot a Tórából”. Ebben a pillanatban ellenkező perspektívában leszek. És az, ami úgy jön, mint egy reakció erre a kijelentésre, az ennek a lénynek a reakciója. Belül egy új tapasztalat jön létre, ami addig nem volt, amíg külső módon hallottuk magunkat. Ha vesszük ezt a sort, akkor először egy kissé meghatározatlan élményre jutsz, amit először nehéz szavakkal ábrázolni. Aztán, fokozatosan keresve, hogyan lehet ezt szavakkal ábrázolni, észreveszed, hogy ez valami hatalmasnak az élménye, mondjuk így. Elkezded keresni az alakokat, mivel a szavak nem elegendőek. Ha azt mondom, hogy ez valami hatalmasnak az átélése, ekkor ez már egy térbeli alak. Ugyanakkor érzed, hogy ha ebben az élményben vagy, akkor magadat egy mély áhítat állapotában érzed. Kezdetben ez egy valamilyen élmény, amit nem tudsz megnevezni. Eztán találsz rá alakokat, ezek az alakok különbözőek. Ezek imaginatív jellegű alakok. De ha csupán ezeknek az alakoknak a leírásánál maradsz, még nem elegendő, az még nem jelenti, hogy tudod, hogy kivel van dolgod. Ha tovább keresel, akkor ha ismered az antropológiát, akkor végigmehetsz a hierarchiákon. Ha ekkorra már van meditatív tapasztalatod, akkor erre a tapasztalatra építve, megmondhatod, hogy ő az egyik magas hierarchiák egyike, aki most a lelkedben van, akivel találkozol. De még nem tudod, konkrétan melyik. Aztán ehhez az élményhez egy másik is hozzáadódik – nem csupán valami nagynak, hanem valaminek, pontosabban valakinek a megtapasztalása, akinek hatalmas ereje, hatalma van. Most már mintha egy küszöbön lennél, azt érzed, hogy ha ezt az erőt

megtapasztalod, szétszakíthat téged. A lelked nem képes magába fogadni. Ha ilyen módon mennél tovább, akkor ez fizikailag megölne – mondhatjuk így. Vagy belsőleg szakítana szét. Most már el lehet kezdeni keresni a nevet. Vannak még ebben a megélésben kisebb nüanszok, melyek a Formaszellemek nevéhez vezetnek, a Hatalmasságokhoz, ahogy az antropozófiában nevezik őket. A zsidó hagyományokban ők az Elohák. Hogy most ellenőrizzük ezeket a neveket, ismét meg kell tenni ugyanazt a lépést. Hallgassuk meg ezt a nevet innen, a lény pontjából. Építsük fel ismét a saját alakunkat, és hallgassuk, mit mond ez az alak: Én vagyok Én, te pedig a Formaszellem. De a formaszellemeket – Elohim – most egyes számban mondtam. Ez egy Eloha. Előbb arra az élményre jutsz, hogy te ... ellenőrizheted, mondhatod: te egy Angyal vagy Arkangyal vagy. És eközben egészen mást tapasztalsz, mint akkor, ha ismét ezt mondod: Formaszellem. Az Angyal neve nem foglalja magába mindazt, amit ez a lény. Az Arkangyal neve sem. Nem tartalmazza azt az erőt, és nem helyesek. Ez a név pedig tartalmazza. És ez az élmény következik – e lény pontján – és ezt éled meg: igen, ez helyes. Egy rezonancia megy végbe. Kívülről hallod magadat, és belül azt tapasztalod, hogy ez helyes, igaz. És egyidejűleg magadat már a feladat elé állítva látod, és így írom ezt körül: a feladat elé állítva egy olyan állapotban, egy olyan áhítatban vagy, amiben elveszettnek érzed magadat. Mondhatjuk így: magadon belül tudnod kell megőrizni a szabad teret, megtartani a határokat. Ezért, ha ő teljesen úrrá lesz rajtad, akkor szétszakít téged. A név után most a feladatot ábrázoltam. Most lehet megmondani, hogy milyen lény áll e feladat mögött. A feladat – hogy megőrizzük magunkat mint szellemi lényt az ezzel a szellemi hatalommal való találkozás során. És ismét elkezdődik a név keresése. Egy új átéléshez jutsz. Keletkezik egy alak, megneveztem, a szabad belső teret vagy képességet meg kell őrizni, szabadon kell tartani ezt a teret, vagy ha úgy akarod, beleengedhetsz oda valamit. János ezt ábrázolja, Dávid kulcsának nevezi, ami nyit, és a másik nem tudja bezárni, bezár, és a másik nem tudja kinyitni. Ha nevet keresel annak a lénynek, aki emögött a képesség mögött áll, akkor egy olyan fogalomhoz jutsz, amit az antropozófiában a „saját magasabb Énnel” neveznek, amely rendelkezik Dávid kulcsának ezzel a képességével. És ezt ismét egy feladatként éled át, ami ilyen módon hangzik: ha tovább akarsz menni a meditációnak ezen az útján, akkor meg kell állnod a saját magasabb Éned megtapasztalásában, és érzésben kapcsolatot kell vele tartanod. Ebben a meditációban ez azt jelenti, hogy rögtön meg lehet csinálni. Most ismét perspektívát váltasz. Korábban ez volt a perspektíva: én itt vagyok, de időről időre más lényekben vagyok. De azok mások, én pedig itt vagyok. Most pedig ennél a lépésnél úgy tűnik, hogy idejössz, és tudod, hogy ez a te igazi éned. És amit eddig az énednek nevezted, ez csak a tükörképed volt. A te igazi helyed, a te sajátod, ha a szellemi világban közlekedsz, a Magasabb Énedben kell hogy legyen, nem pedig ott, ahol az áll, amit korábban nevezted Énnel. Ezt úgy hívjuk, hogy az én-tudat pozícióját áthelyezzük a saját Magasabb Énünkbe. Ezt nevezzük alapjában intuíciónak, amikor a saját magasabb Énedet megtapasztalod, és tudod, hogy ez a te magasabb Éned. Vagyis önmagadnak, mint szellemi lénynek az intuícióját éled át. Ha ez az intuíció már tapasztalatként megvan, akkor juthatsz morális intuícióhoz.

A morális intuíció az a feladat, amit a saját magasabb Énedből tapasztalsz meg. Ha egy feladatot más lénytől tapasztalsz, mint emitt a Formaszellemtől – ő határozta meg a feladatot, vagy úgy is mondhatjuk, hogy úgy érezted magadat a feladat előtt, hogy ne veszítsd el önmagadat a találkozásnál, akkor ez a Formaszellem inspirációja. Találkozol valakivel, és képszerűen mondván hallod a feladatodat. Ennél a második lépésnél önmagaddal találkozol, és hallod a feladatodat, s ezt nem más, hanem te magad mondod önmagadnak. Ezért ez nem inspiráció, hanem intuíció. Ez az, amit Rudolf Steiner „A szabadság filozófiája” c. művében próbált leírni. Itt egy morális intuíciót élsz át, hogy ahhoz a részhez forduljál,

amit elhagytál – amit korábban a te Énednek neveztél, és ami most számodra valahogy külsővé vált. A morális intuíció a te saját felsőbb Éned pozíciójából így hangzik: fordíts figyelmet, a szellemi tekintetedet arra a részre, amit korábban a saját Énednek neveztél. A Felsőbb Éned pontjából nézel arra, amit korábban az énednek hívtál, és a lényednek egy olyan, nem megdolgozott részét kezded átélni, ami az akaratodban mint káosz, nem megdolgozott káosz él. Ha szellemileg fordulsz ahhoz a lényhez (akit korábban a saját Énednek neveztél), akkor azt a káoszt tapasztalod meg, amit a saját felsőbb Éned még nem hat át, és megérted, hogy mit jelent a Bibliának az a sora, amely azt mondja: kezdetben az Isten elválasztotta az eget a Földtől. Ez a (nem megdolgozott) rész a „tohuva bohu”. A te felsőbb Éned – ez az ég. Most már a második sorhoz érsz. Ez a Föld (a nem megdolgozott rész), a kaotikus állapot, ez pedig az ég – a te felsőbb tudatod. Ez van ott a Bibliában leírva, az Istenséggel való találkozás után, a második élmény: ahogy az ég elválasztódik a Földtől, a Föld pedig ilyen kaotikus állapotban van. Ismét találkozol egy lényvel, és felmerül a kérdés, milyen feladatot állít. Ily módon tovább lehet menni. És mindig a következő sorhoz jutunk, mert a Tóra ugyanazon szellemi alapelv alapján lett megírva, mint minden, szellemi értelemben igaz alkotás. Ez a szellemi út. Ha most ehhez a lényhez fordulsz tovább (akit korábban a te saját Énednek neveztél), a következő lény áll mögötte. Ez a lény nagyobb. Megint nagyon nagy, mint az első, de egy olyan érzésed támad, hogy nem tudod őt látni, mert sötétségben van, Mondhatjuk, hogy a te lényednek ez a kaotikus része előlép a sötétségből, és a Sötétség mögötte marad. És ha ennek a lénynek a nevét keresed, ehhez a névhez jut – a Világ Alapja, a Világ Isteni Alapja. A fizikusok azt mondják, hogy a vákuumból keletkezik minden. E először úgy éled meg, mint a Semmit, mint a határtalan Semmit, a Sötétséget, ha másképp nevezzük. De a következő tapasztalat – ott mindent megtalálsz. Ezek Faust szavai : benned semmi – ezt Mefisztónak mondta – és én mindent meg akarok találni („Résznek mondod magad - s egészben állsz elém?") Megint egy feladat előtt állsz. Itt a feladat másként hangzik, az első feladattal komplementer. Az első feladat ez volt – állsz a Hatalmasság, a szellemi hatalom előtt, és meg kell őrizned belül a pusztaságot, a szabadságot. Itt a feladat fordított – a Semmi előtt állsz, és meg kell magadban szülni valamit, és közben nem elvesztened magadat ebben a Semmiben. Mondhatjuk, hogy meg kell tanulnod megtartanod magadat anélkül, hogy valamire támaszkodni tudnál, csak önmagadra támaszkodva, mivel körülötted csak a semmi van. És eljutsz a következő mondathoz: és az Isten szelleme lebegett a vizek felett. Megint lehet tovább menni. Nos, ez a meditáció. Ha ezeket a feladatokat felírom és megkérdem: nos hogyan kell tennem, hogy megtanuljam a Semmiben önmagamot megtartani? Vagy hogyan tudom Dávid kulcsát használni? Így jutsz konkrét szellemi gyakorlatokhoz. Mondjuk, hogy itt az asztrális vagy a szellemi világban mozogsz. Attól függ, hogy melyikben – ha a tapasztalatod képben van, akkor ez az asztrális világ, ha elkezdenek inspirációid lenni, akkor ez már az alsó szellemi világ. És ha megtudod a valódi neveket, akkor már a felsőbb szellemi világban vagy, ott, ahol az intuíciók vannak. Itt pedig a fizikai világ van. Ha most azt kérdezem, hogy a szellemi világokban való mozgások során kapott feladatokat hogyan tudom itt, a fizikai világban alkalmazni, akkor ilyen módon hidat építek a szellemi és a fizikai világok között. Rudolf Steiner valójában éppen így magyarázza, hogy a szellemi tudás kötelez. Helytelen lenne, ha mennénk ezen az úton, feladatokat gyűjtenénk, s azután elfelejtenénk azokat. Az ilyen szellemi megismerés gyengítené a lelket. Ezért, mielőtt törekednénk megtudni valamit, tudatosítani kell, hogy ez valamilyen feladatok elé állít bennünket, amit végre is kell hajtani. Azt gondolom, hogy ezen a „Béke hetén” ezzel fogunk foglalkozni és még a második résszel is – milyen módon tudunk együtt menni ezen az úton. Csoportban. Ehhez először ugyanahhoz a helyhez kell mennünk a szellemi világban. Aztán meg kell tanulni szellemileg találkozni, mint Én az Énnel. Ha egy ilyen találkozás csoportban történik, akkor egyidejűleg a

közös tér átélése jön létre. Ez a tér ráadásul konkrét építészeti formákat ölt, mint imagináció. Sőt azt is mondhatjuk, hogy ilyen formákat találunk a templomok formájában. És ha megkérdezzük, milyen szellemi lény jelenik meg ebben az imaginációban, akkor eljutunk annak a szellemi lénynek a nevéhez, aki most inspirálja a csoportot. És ettől a lénytől mindenki kaphat utasítást, feladatot. Rudolf Steiner a „Hogyan jutunk...” c. könyvének végén ezt a Magasabb Megismerés templomának nevezi.

Kérdés az asztrális világ és a szellemi világ kapcsán, és hogyan néznek ki a dolgok ezekben a világokban?

Válasz: Ha van egy olyan élményed, amely alakként keletkezik – azt mondtam, hogy egy nagy tér ez az alak – akkor az ilyen alakok egész világát nevezzük asztrális világnak. Mindig amikor valamilyen alakok előtt állsz, akkor ebben a világban vagy. És ha például feladat tapasztalatához jutsz – a feladatok már nem alakok, már az akarathoz kapcsolódnak – ezeknek a tapasztalatoknak a világát szellemi világnak nevezik. Ez az alsó Devachán. És ha az igazi nevek tapasztalatához jutsz, akkor a felső Devachánban vagy. Ezek különböző élmények. Különböző fokok, egymástól eltérőek.

Kérdés annak kapcsán, hogyan jöhet létre egy másik emberrel közös meditáció szándéka, ha valaki nehéz helyzetben van.

Válasz: Ha a kiindulási helyzetben a másinak nincs meg ez a szándéka, csak az egyiknek, akkor az ő saját szándékából kezdik a meditációt, ezt mondva: „Én vagyok Én, és te az én kívánságom vagy, hogy segítsen a másinak – ezt mondja meditációban. „Ki vagy te?” Lehet, hogy a másik ember Órangyalához jut, hogy ő ennek a szándéknak a neve, és az Angyaltól kapja a feladatot, ami segít annak az embernek. Akkor meg kell néznie, hogyan tudja ezt a feladatot az életbe átfordítani. Lehet, hogy több feladat lesz, és az egyik, hogy beszéljen a másik embernek az ilyen fajta meditációkról, és kívánságot ébresszen benne ehhez. De ha nem lesz ilyen feladat, akkor ezt nem kell csinálni. Vagyis nincs az a feladat, hogy ezt a meditációt a másikkal együtt csináljuk. Ez egy fenomenológiai út, nincsen séma, hogy így helyes, úgy pedig nem helyes. Egyik feladattól a másikig haladsz, s amiket kapsz, azokat kell végrehajtani.

Kérdés: Idefelé jövet az úton az engem nyugtalanító gondolattal próbáltam ilyen meditációt végezni. De az antropológiában általában amikor meditációról van szó, akkor például színnel, valami külsővel foglalkoznak. De én valami olyannal próbáltam együttműködni, ami bennem belül van. Az antropológiában nincs olyan sok klasszifikáció, csak Lucifer és Ahrimán van. Jungnál, a mitológiában több van. Nem tudom, hogyan kell a neveket megtalálni.

Válasz: Jungnál nincsenek szellemi individualitások, ott alakok vannak. Ez asztrális világ. Devachán nála nincsen. És ahogy mondtam, amíg az asztrális világban vagyunk, nem lehetünk biztosak az igazi névben. Ez probléma. Amíg nem tudom a neveket, márpedig csak a Devachánban tudhatom meg, hogy ki ez, tévedésbe eshetek ezzel az ilyen lényvel kapcsolatban. Az antropológiában Rudolf Steiner a legelső találkozásokat írta le, amik akkor történnek, ha a földről felemelkedsz ezekbe a világokba. A Küszöb Őre aránylag gyorsan megjelenik. A Doppelgänger szintén. Az Órangyal, Lucifer, Ahrimán. Ők nagyon gyorsan megjelennek, hozzánk közel vannak. Ha ilyen módon lépünk tovább, messzire lehet jutni, s akkor olyan területekhez juthatunk, amikre nincs név az antropológiában. Nem olvastam és nem találtam. Ezek a világok végtelenül nagyok, nincs végük. Egy olyan botanikusra fogsz hasonlítani, aki új növényeket

fedez fel. Senki sem ábrázolta azokat, neked kell ezt megtenni és nevet adni. De nevet úgy adsz, hogy valamilyen kapcsolatba hozod őt más, már ismert lénnel. A kezdeti lépésekre való ez a botanikai kézikönyv, amely segít neked.

Kérdés: És honnan tudom, hogy hol kell megállnom? A leírás alapján ez potenciálisan egy végtelen folyamat.

Válasz: Nem csak megállni kell, hanem utána az egész utat visszafelé is meg kell tenned, hogy a földre visszatérjél. A meditációt nem szabad megszakítani, visszafelé is el kell végezned. Steiner azt mondja, hogy hagyd a lélekben visszacsengeni. De ezt nagyon konkrét módon kell tenni. Általában a külső realitás mintegy meghatározza, mennyi potenciálod van. Mennyi időd és erőd van. És feladat-mennyiség. A feladatmennyiség potenciálisan szintén végtelen. Ha véges lenne, akkor az élet nem lenne érdekes.

Kérdés: És miért nem lehet egy feladatnál befejezni, megcsinálni azt, és utána folytatni és megkapni a következő feladatot? Miért kell a láncon haladni és ilyen sokat kapni?

Válasz? Nem kell, nem kell... Alapjában akkor állok meg, amikor a feladat már érthető, hogy hogyan kell végezni. És aztán elvégzem. Néha az történik, hogy az első feladat absztraktnak hangzik, és nem világos, hogyan kell végrehajtani. Akkor beszélsz a feladat lényével, és egy másik feladatot találsz. Az bizonyos értelemben kulcs lesz az elsőhöz. Ha ez még mindig nem elegendő, akkor egy harmadikhoz jutsz, ami a másodikat magyarázza. Alapjában n lépés után olyan feladathoz jutsz, ami körülbelül így hangzik: menj oda, csinálj valamit. És ez már érthető.

Kérdés: Vagyis valójában egy és ugyanazon feladatról van szó, ami egyre jobban megvilágosodik.

Válasz: Ez olyan, mint az orosz matrjoska. Összekapcsolódnak. Ez egy organizmus. Az, amit ábrázoltam, az élő gondolkodás, így nevezi Rudolf Steiner. Organikus élő gondolkodás. Mindez ennek az organizmusnak a része.

Kérdés: Pontosan tudjuk, hogy a következő lépésekkel a feladat a fizikai világba ereszkedik, pontos utasításokhoz, vagy ezt előre nem tudjuk?

Válasz: Az én meditációs tapasztalatom egyelőre azt mondja, hogy ez így van.

<http://bdn-steiner.ru/modules.php?name=Books&go=page&pid=2315>

Magyar nyelvre fordította: Rákos Éva