

GA-245

РУДОЛФ ЦАЙНЕР

У К А З А Н И Я
ЗА ЕЗОТЕРИЧНО
О Б У Ч Е Н И Е

**/ОТ СЪДЪРЖАНИЕТО НА
„ЕЗОТЕРИЧНОТО УЧИЛИЩЕ”/**

превод от немски: д-р ПЕТКО БОЯДЖИЕВ

С Ъ Д Ъ Р Ж А Н И Е

	СТР.
1. Увод. Задачата на Духовната наука	2
2. Всеобщи изисквания (Съпровождащи упражнения).....	5
3. Следващи правила в продължение на “Всеобщи изисквания”	10
4. За дните на седмицата	13
5. Дванайсетте месечни добродетели	16
6. Главни упражнения. Две общо дадени главни упражнения	17
7. Обяснения към двете предходни главни упражнения	21
8. Главни упражнения, дадени индивидуално	26
9. Мантри	34
10. Други мантри – медитации	39
11. За един починал	41
12. Обяснения, дадени в езотерични уроци	42
13. За обединението на отражението с първообраза. АУМ	45
14. За изграждане на духовното тяло чрез медитация	48
15. Събуждане на човека за себесъзнанието.....	51
16. Основите на езотеричното обучение	53
17. Значението на годината 1879. Една медиативна формула	58
18. За дихателния процес	59
19. Евангелието на познанието и неговата молитва	65
20. Слово при полагане Основния камък на сградата в Дорнах.....	72
21. Изследването на Свръхсетивните светове	84

Бележки от лекция на Рудолф Щайнер в Берлин през 1903 или 1904 г.

Има една прекрасна мисъл на Хегел: “Най-дълбоката мисъл е свързана с историческия и външния образ на Христос. И величието на Християнската религия се състои в това, че тя е за всяка степен на образование и просветеност. Най-наивното съзнание може да я схване и същевременно тя е предизвикателство към най-дълбоката мъдрост.”

Че Християнската религия е разбираема за всяка степен на съзнанието, това ни учи историята на нейното развитие. Че тя изисква вникване в най-дълбоките учения на човешката мъдрост изобщо, показва, че това трябва да бъде задачата на Антропософското духовно течение или на Духовната наука изобщо, ако тя разбира своята задача. Антропософията не е религия, а средство за разбиране на религиите.

Тя се отнася към религиозните документи така, както математическата теория към документите, които са се появили като учебници по математика. Но когато човек е прозрял и усвоил геометричните теории, толкова повече той ще оцени тази древна книга, която най-напред е поставила тези закони пред човешкия дух. Така е и с Антропософията. Нейните източници са в действителност духовни светове. Там човек трябва да ги намери и да ги схване, като развие своите собствени духовни сили, както схваща математиката, като развие силите на своя интелект. Нашият интелект, който ни служи да схващаме законите на сетивния свят, се но-си от един специален орган, от мозъка. За схващане законите на духовните светове ние също така имаме нужда от съответните органи.

Как са се развили нашите физически органи? Като върху тях са работили външни сили: Силите на Слънцето, силите на звука. Така е произлязло окото, така е възникнало ухото от неоформени, неутрални органи, които най-напред не са позволявали проникване на сетивния свят, те бавно са се отворили. Така ще се отворят и нашите духовни органи, ако върху тях работят съответните сили.

Кои са силите, които нахлуват върху нашите сега все още смътни духовни органи? През деня в астралното тяло на днешния човек нахлуват такива сили, които противодействат на неговото развитие, които даже унищожават такива органи, които то е притежавало преди пробуждането на ясното дневно съзнание. Преди това човекът е възприемал астралните впечатления непосредствено. Околният свят му е говорел чрез образи, чрез изразните средства на астралния свят. Живи, вътрешно подредени картини и цветове свободно витаели наоколо в пространството като израз на удоволствие и неудоволствие, на симпатия и антипатия. След това тези цветове сякаш се уталожили и наслагали по повърхността на нещата, предметите придобили твърди очертания. Такъв процес се развивал,

когато човешкото тяло ставало по-твърдо и по-организирано. Когато неговите очи напълно се отварят за физическата светлина, когато пред духовния свят се спуска булото на Майя, тогава астралното тяло на човека започва да получава впечатления от околния свят чрез физическото и етерното тяло и от своя страна ги препраща на Аза, откъдето те навлизат в съзнанието на човека. Следователно астралното тяло бива постоянно заето, постоянно в действие. Но това, което сега работи в него, не са ваятелни, не са градивни сили, съответстващи на неговата природа. Това са сили, които го изтощават, които го разяждат и умъртвяват, за да събудят Аз-съзнанието. Само през нощта, когато потъва в хомогенния му ритмично-духовен свят, то отново се засилва и може да достави сили също и на физическото и етерното тяло. От нахлуването на впечатленията, от умъртвяването на астралните органи, които по-рано са действали несъзнателно в човека, от всичко това се е породил и се поражда животът на отделния Аз, на Аз-съзнанието. От живот смърт, от смърт живот. Кръгът на змията беше затворен. Сега от това будно Аз-съзнание трябва да дойдат силите, които отново да запалят живот в умъртвените остатъци от предишните астрални органи и да ги изградят пластично.

Към тази цел се движи човечеството, натам го ръководят неговите учители, водачи, великите посветени, символът на които също е змията. Това е възпитаване към свобода, затова е бавно и трудно. Великите посветени са могли да улеснят задачата и за себе си, и за човечите, като работят върху астралното тяло през нощта, когато то е свободно, и му внедряват астралните органи отвън. Ала това би било въздействие върху сънищното съзнание на човека и намеса в сферата на неговата свобода. Тогава най-висшият принцип на човека волята, никога нямаше да се развие. Затова те водят човека стъпка по стъпка, последователно, на степени. Давано е посвещение в мъдрост, посвещение в чувство, посвещение във воля. Истинското християнство е обобщение на всичките степени на посвещение. Посвещението на древността е предизвестиято, подготовката. Новият човек бавно и постепенно се е освобождавал от своя посветител, от своя гуру. Първоначално посвещението е ставало в напълно трансово съзнание, но съоръжено със средствата да отпечата във физическото тяло спомените това, което се е случило вън от физическото тяло. И двете тела са се потопявали в морето на мъдростта, в Махадева, в светлината на Озирис. Това посвещение се е извършвало в най-дълбока тайна и в пълно усамотение. Ни лъх от външния свят не е трябвало да прониква там. За външния живот човекът е бил като мъртъв и нежните зародиши са били отглеждани настрана от ослепителната дневна светлина.

После посвещението излиза от тъмнината на мистериите в най-ясната дневна светлина. В една велика и всемогъща личност, в носителя на най-висшия обединяващ принцип, на Словото, което е израз и проява на скрития Отец, в носителя на Словото, което като прие човешки образ и по този начин можа да стане Син Човешки и представител на цялото човечество, обединителна връзка на всички Азове: В Христос, в Духа на живота, в Обединителя навеки, се извърши исторически същевременно и символично посвещение на цялото човечество на степената на чувството, на сърцето. Това събитие съдържаше такава мощ, че можа да оказва силно въздействие на всеки отделен човек, който го следваше в живота си, чак до неговата физика, до появата на стигми, на белези от рани, до болките от приковане с гвоздеи. Всички чувства бяха разтърсени най-дълбоко. Произлезе такава интензивност на чувството, каквато никога не е заливала света с такива могъщи вълни. В посвещението на божествената любов на кръста стана пожертването на Аза за целия свят. Физическият израз на Аза, кръвта, изтече в любов за човечеството и това подейства така, че хиляди се устремиха към това посвещение, към тази смърт и с любов и ентузиазъм се оставиха кръвта им да бъде пролята за човечеството. Никога не е било достатъчно подчертавано колко много кръв е пролята по този начин; това не достига до съзнанието на хората, също и в антропософските кръгове. Все пак вълните на въодушевляването, които спадаха и се надигаха в това проливане на кръв, изпълниха своята задача. Те дадоха мощни импулси. Те направиха човеците зрели за Посвещението на Волята.

И това е Заветът на Христос.

ВСЕОБЩИ ИЗИСКВАНИЯ (СЪПРОВОЖДАЩИ УПРАЖНЕНИЯ)

Всеобщи изисквания, които трябва да постави пред самия себе си всеки, който иска да постигне духовно развитие.

В следващото изложение ще бъдат описани условията, които трябва да стоят в основата на едно духовно развитие. Никой не трябва да си мисли, че може да напредне чрез някакви мероприятия на външния или вътрешния живот, ако не изпълни тези условия. Всички упражнения по медитация и концентрация или други упражнения няма да имат никаква стойност, да, даже в известно отношение ще бъдат вредни, ако животът не бъде уреден съобразно тези условия. На човека не могат да се дадат сили отвън, той може само да развие силите, които вече се намират в него. Те не се развиват от само себе си, защото срещу тях съществуват външни и вътрешни препятствия. Външните препятствия ще бъдат отстранени чрез следващите правила на живот, а вътрешните чрез специалните указания за медитация, концентрация и т.н.

Първото условие е усвояването на съвършено ясно мислене. За тази цел човек трябва да се освободи от блуждаенето на мислите макар само за съвсем кратко време от деня, около пет минути на ден (колкото повече, толкова по-добре). Човек трябва да стане господар в своя мисловен свят. Човек не е господар, кога то външни обстоятелства професия, някаква традиция, обществени отношения, до самата принадлежност към известна народност, когато дневна програма, известни задължения и пр., и пр. определят да има една или друга мисъл и нейното развитие. Следователно в посоченото по-горе време напълно по свободна воля човек трябва да опразни душата си от обикновеното, от всекидневното протичане на мислите и по собствена инициатива да придвижи и настани в средището на душата една мисъл. Не бива да се мисли, че тя трябва да е някаква забележителна или интересна мисъл. Това, което трябва да се постигне в духовно отношение, се постига даже по-добре, ако в началото човек се постарее да избере една по възможност най-неинтересна и най-незначителна мисъл. По този начин самодейната сила на мисленето, от която зависи това, се възбужда повече, докато една интересна мисъл, самата тя грабва и увлича мисленето. По-добре е, ако това условие за контрол на мисленето бъде предприето с една топлийка, отколкото с Наполеон Велики. Човек си казва: Сега аз тръгвам с тази мисъл и по своя собствена инициатива присъединявам към нея всичко, което може да се свърже по подходящ начин с нея. При това мисълта трябва да стои пред душата все така ярка и жива до края на медитирането, както в началото. Това упражнение се прави всеки ден най-малко един месец. Човек може да се захване с нова мисъл, но една мисъл трябва да се задържа няколко дни. В края на такова упражнение човек се опитва да доведе напълно до съзнанието чувството за устойчивост и сигурност, което при фино насочване на вниманието към собствената си душа скоро забелязва, и завършва упражнението с това, че си представя главата и гръбнака (главния и гръбначния мозък) така, като че ли онова чувство иска да се влее в тези части на тялото.

Ако човек се е упражнявал така приблизително един месец, нека премине към едно второ изискване. Нека се опита да измисли някаква постъпка, която според обичайното протичане на живота му дотогава съвсем не би предприел. И сега нека си въздигне тази постъпка, нека бъде така добър да я извършва всеки ден по възможност дълъг период от време. Сега също е по-добре да се започне с една незначителна постъпка, за извършването на която да употребява вътрешна принуда, например всеки ден в определен час да полива купено цвете. След известно време към първата да прибави втора подобна постъпка, по-късно трета и т.н., колкото може да извършва при запазване на всичките си други задължения. Това упражнение също трябва да продължава един месец.

Но доколкото може, и през втория месец трябва да изпълнява първото упражнение, макар и не така безусловно задължително както през първия месец. Но то не трябва да се оставя без внимание, иначе скоро ще се забележи, че се загубват плодовете от първия месец и се възстановява старият навик на неконтролираните мисли. Трябва да се полагат грижи да не бъдат отново загубени при добитите вече плодове. Ако чрез второто упражнение човек е осъществил вече такова инициативно поведение, той при много грижливо внимание ще усети в душата си чувството на вътрешен подтик за дейност и като че ли го налива в тялото си така, че го оставя да тече от главата върху сърцето.

В третия месец като ново упражнение трябва да се постави в центъра на живота изграждането на известно спокойствие и уравнивеноост против люшкането между удоволствие и страдание, между радост и скръб; състоянието “ликуващ до небесата, печален до смърт” трябва да бъде съзнателно заместено с равномерно настроение. Човек трябва да внимава да не го завладява прекомерна радост, никаква скръб да не го поваля, никаква житейска случка да не го увлича в безмерен гняв или раздражение, никакво очаквано събитие да не го изпълва със страх или тревога, в никакво положение да не загубва самообладание и пр. Не би трябвало да се опасява, че такова упражнение ще го направи скучен и беден на преживявания; по-скоро човек веднага ще забележи, че на мястото на това, което предшества това упражнение, сега се появяват по-ярки, по-избистрени качества на душата; преди всичко чрез фино самонаблюдение човек един ден ще може да усети вътрешен покой в тялото си; както при горните две упражнения човек влива това спокойствие в тялото си и го излъчва от сърцето към ръцете, краката и най-после към главата. Естествено това може да не става след всяко отделно упражнение, тъй като по начало това не може да се постигне с едно единично упражнение, а с продължително наблюдение на своя душевен живот. Всеки ден най-малко веднъж през деня човек трябва да извиква това спокойствие пред душата си и тогава да предприема това преливане на сърцето. С упражненията от първия и втория месец човек се отнася също така, както в продължение на втория месец се отнасяше с упражнението от първия месец.

През четвъртия месец трябва да бъде подето като ново упражнение придобиване на така наречения позитивитет. Състои се в това, че във всички събития, същества и неща постоянно да се търси намиращото се в тях добро, превъзходно, хубаво, красиво и пр. Това качество на душата е характеризирано най-добре в една персийска легенда за Христос Исус: Когато вървял с Апостолите, те видели да лежи край пътя едно умряло и разлагащо се куче; те всички се отвърнали от грозната гледка, само Христос Исус се спрял, разгледал замислен животното и казал: Какви

чудно хубави зъби има това животно. Там, където другите видели само грозното, Той потърсил хубавото. Езотеричният ученик трябва също така да се стреми във всяко явление, във всяко същество да търси положителната страна, и скоро ще забележи, че под обвивката на грозното е скрито нещо хубаво, че в престъпника се крие нещо добро, че и в лудия и безумния по някакъв начин е скрита божествената душа. В известен смисъл упражнението е свързано с това, което се нарича въздържание от критика. Тези неща не трябва да се схващат така, като че ли трябва да се нарича черното бяло и бялото черно. Има обаче разлика между следните два подхода: Между преценката, която произлиза само от собствената личност и симпатията и антипатията според тази собствена личност, от една страна; и от друга страна, становището, което с обич се отнася до непознатото явление или до непознатото същество и навсякъде се запитва: Както е стигнало дотам да бъде такова или да постъпва така? Само по себе си това становище идва повече със старанието си да подпомогне несъвършеното, отколкото да го укорява и критикува. Неуместно е тук възражението, че житейските отношения изискват от много хора да укоряват и да съдят. Защото тези житейски отношения са такива, че въпросното лице не може да премине правилно окултно обучение. Има много житейски отношения, които до голяма степен правят невъзможно такова окултно обучение. Тогава не трябва нетърпеливо да се иска въпреки всичко да се постигне напредък, който е възможен само при определени условия.

Който в продължение на един месец в своите преживявания се е насочвал към позитивното, той постепенно ще забележи, че в душата му се прокрадва особено чувство, като че ли кожата му е станала пропусклива от всички страни и душата му се е широко отворила за всякакви тайни и неуловими случки в нейното обкръжение, които преди това са убягвали от неговото внимание. Тук става дума точно за това, да се воюва с даденото във всеки човек невнимание към такива фини и недоловими неща. Забележи ли, че описаното чувство се явява в душата като един вид блаженство, човек се опитва да задвижи това чувство в мисълта и да го насочи към сърцето, а оттам да го остави да се влее в очите, откъдето да се излъчи напред и наоколо в пространството. И ще забележи, че поддържа едно интимно отношение с това пространство, сякаш израства над себе си. Научава се да разглежда нещата от своето обкръжение като нещо, което принадлежи на самия него. За това упражнение е необходима силна концентрация и преди всичко признаване на факта, че всяка бурност, страстност, разпаленост, афектиране действа напълно унищожително върху споменатото настроение.

За повтарянето на упражненията от първите месеци важи казаното за предните месеци.

През петия месец човек прави опит да изгради в себе си такава нагласа, при която да посреща всяка нова случка, всяко ново съобщение без всякакво предубеждение, напълно безпристрастно. Когато видят или чуят нещо съвсем ново, хората обикновено казват: “Това никога не съм го чувал, никога досега не съм го виждал, не го вярвам, това е заблуждение.” С това настроение езотеричният ученик трябва да скъса окончателно. Във всеки миг трябва да бъде готов да приеме една съвсем нова опитност. Това, което досега е признавал за закономерно, което е изглеждало възможно, не трябва да бъде пречка за възприемане на една нова истина. Наистина е прекалено силно казано, но е напълно вярно, че ако някой дойде при езотеричен ученик и му каже: “Ей, знаеш ли, камбанарията на църквата “X” от тази нощ цялата се е наклонила”, езотерикът трябва да си остави една вратичка за мисълта, че досегашното му знание за природните закони би могло да се разшири чрез едно такова явно нечувано нещо. Който в петия месец настрои вниманието си по този начин, той ще забележи, че в неговата душа се промъква едно усещане, като че ли в онова пространство, за което говорихме при упражнението през четвъртия месец, се заражда нещо живо, сякаш в него нещо се движи. Това чувство е извънредно фино и субтилно. Човек трябва внимателно да обхване това субтилно вибриране около него и да го остави да се влива сякаш през всичките пет сетива, особено през очите и ушите, също и през кожата, доколкото тя съдържа сетивото за топлина. При тази степен на езотерично развитие се отдава по-малко внимание на впечатленията за онези движения в по-нисшите сетива, на вкуса, на мириса, на осезанието. На тази степен още не е напълно възможно да се разграничават многочислените лоши влияния, които се смесват с добрите в тази област. Затова ученикът оставя тези неща за една по-късна степен. През шестия месец ученикът трябва да се опита системно и в правилно подреждане да извършва отново и отново всичките пет упражнения. По този начин той постепенно си изгражда едно прекрасно равновесие на душата и ще забележи специално, че напълно ще изчезне всякакво недоволство от събитията и съществата в света. Едно примирително настроение при всички преживявания завладява душата, което в никакъв случай не е безразличие и безучастие, а напротив сега то го прави способен фактически по-добре и по-успешно да работи в света. Разкрива се едно спокойно разбиране за нещата, което по-рано е било недостъпно за душата. Самата походка и жестовете на човека се променят под влияние на такива упражнения и някой ден човек може да забележи, че даже неговият почерк е добил друг характер; тогава може да си каже, че е постигнал първото стъпало по пътя нагоре към способността за разбиране. Още веднъж трябва да се набие в главата:

Първо, че споменатите шест упражнения парализират лошото влияние, което други окултни упражнения могат да имат, така че остава само благотворното влияние. И второ, че те всъщност единствени осигуряват положителните резултати на работата по медитация и концентрация. Само добросъвестното изпълнение на обичайния морал не е достатъчно за езотерика, тъй като този морал може да бъде много егоистичен, ако човек си каже: Аз искам да бъда добър, за да бъда смятан за добър. Езотерикът не прави доброто, за да бъде смятан за добър, а защото постепенно осъзнава, че само доброто движи еволюцията напред, докато злото, неразумността и грозното поставят препятствия по пътя на еволюцията.

СЛЕДВАЩИ ПРАВИЛА В ПРОДЪЛЖЕНИЕ НА “ВСЕОБЩИ ИЗИСКВАНИЯ”

Следващите правила би трябвало да се разбират в смисъл, че всеки езотеричен ученик трябва да устрои живота си по такъв начин, че непрекъснато да се наблюдава дали управлява живота си и особено своя вътрешен живот съобразно езотеричните изисквания. Всяко езотерично обучение, особено когато се издига в по-висшите области, може да доведе ученика само до смущение, обърканост и гибел, ако не бъдат спазвани такива правила. Напротив, никой не трябва да се плаши и да се отказва от такова обучение, ако се стреми да живее в смисъла на тези правила. Не трябва също да се отчайва и да си казва, че изпълнява много лошо поставените изисквания. Достатъчно е, ако той вътрешно през целия си живот честно се е стремил да не изпуска из погледа си тези правила. И тази честност трябва да бъде преди всичко честност пред самия себе си. В това отношение някой може да се заблуждава. Той казва: “Аз наистина искам чистосърдечно да се стремя.” Обаче ако се провери по-отблизо, ще забележи, че на фона на всичко това дебне скрит егоизъм и рафинирана себичност. Точно такива чувства често си слагат маската на безкористен стремеж и заблуждават ученика. Често не може чрез вътрешно самонаблюдение да бъде сериозно проверено дали подобни чувства не се крият вътре в душата. От такива чувства човек все повече ще се освобождава чрез енергично следване на посочените тук правила: В моето съзнание не трябва да бъде допускана нито една непроверена представа.

Нека да видим колко много представи, чувства и волеви импулси живеят в душата на човека, които той е поел поради положението си в живота, във връзка с професията, поради принадлежността към семейство то или към даден народ, с оглед на времето, в което живеем и т.н. Това съдържание на душата не бива да се схваща като нещо, което трябва да се изтреби и че неговото заличаване би представлявало морална по стъпка

от полза за всички хора. Не, защото човек получава своята устойчивост и сигурност в живота от това, че е част от определена народност, семейство, съвремие, възпитание и пр. Ако лекомислено би отхвърлил тези неща от себе си, човек скоро би останал без опора в живота. Не е желателно особено за слабите натури да отиват прекалено далеч в това отношение. Всеки езотеричен ученик трябва да е съвсем наясно, че със съблюдаване на това първо правило трябва да се стигне до придобиване разбиране за всички постъпки, мисли и чувства, също и на другите хора. Не бива никога да се стига дотам, следването на това правило да води до разпуснатост и всеки да си каже: Аз скъсвам с всички неща, в които съм роден и в които животът ме е поставил. Напротив, колкото повече човек проверява, толкова повече вниква в основанието и справедливостта на това, което живее в неговото обкръжение. Въпросът не е да се води борба срещу тези неща и те високомерно да се отхвърлят, а за вътрешно освобождаване чрез старателно проверяване на всичко онова, което се намира в душата. Тогава от силата на собствената си душа човек ще разпространява светлина върху цялото си мислене и цялостното си поведение; съобразно с това съзнанието ще се раз шири и човек все повече и повече ще усвоява способността да слуша какво му говорят духовните закони, които се разкриват в душата; и няма повече да се оставя в сляпо следване на заобикалящия го свят. Близко е до ума да се направи едно важно възражение: Ако човекът трябва всичко да проверява, той ще трябва да проверява преди всичко окултните и езотеричните учения, които му дава неговият езотеричен учител. Проверката обаче трябва да се разбира в правилен смисъл. Не винаги човек може пряко да провери даде но нещо, но той трябва многократно да прави тази проверка непряко. Например днес никой не е в състояние пряко да провери дали е живял Фридрих Велики или не е. Може само да се провери дали заслужава доверие пътят, по който са дошли сведенията за Фридрих Велики. Проверката трябва да се постави на правилното място. По този начин човек трябва да се отнася с така наречената вяра в авторитети. Ако някой от някъде узнае нещо, което не може непосредствено да види, той трябва преди всичко да провери чрез намиращите се на негово разположение материали дали този, който му съобщава това нещо, е заслужаващ доверие авторитет, дали той казва неща, които предизвикват предусещане, че са верни. От този пример ще се разбере, че се касае за това, проверката да се премести на правилното място.

Второ правило:

Пред моята душа трябва да стои важното задължение непрекъснато да увеличавам количеството на моите представи.

За езотеричния ученик нищо не е по-лошо от това, ако той иска да остане с тези понятия, които вече има, и ако иска да разбира всичко само с тяхна помощ. За нас е безкрайно важно постоянно да усвояваме все нови и нови представи и понятия. В случай, че това не стане и ученикът дойде до свръхсетивни прозрения, той ще пристъпи към тях без добре подготвена способност за разбиране поради липсата или най-малкото поради недостатъчност на понятия. При такива обстоятелства той ще има висши преживявания без изобщо да ги разбира. Не е малък броят на учениците, които може да са забиколени от висши опитности, без да забележат това, защото поради тяхната бедност на представи не са имали правилното, а съвсем друго очакване на тези опитности. Много хора нямат склонност към леност и нехайство във външния живот, обаче в своя живот на представите никак не са разположени да обогатяват и да си изграждат нови понятия.

Трето правило:

Аз имам познание само за тези неща, срещу *да* и *не* за които нямам нито симпатия, нито антипатия.

Един древен посветен многократно изтъквал пред учениците си: Вие ще имате познание за безсмъртието на душата едва тогава, когато с еднаква готовност приемете както тази душа да бъде унищожена след смъртта, така и тя да живее вечно. Докато желаете да живеете вечно, вие няма да добиете представа за състоянието след смъртта. Както в този важен случай, така е с всички истини. Докато човек има и най-малкото желание нещата да бъдат така или иначе, за него няма да изгрее чистата ясна светлина на Истината. Възможно е при него добрите качества да преобладават, но ако той все още има скрито в себе си такова желание, то ще го води към заблуждение и няма да му позволи истинско самопознание.

Четвърто правило:

Длъжен съм да преодолеем боязънта пред така наречената абстрактност. Докато един езотеричен ученик е привързан към понятия, които набират материал от сетивния свят, той не може да достигне никаква истина за повисшите светове. Той трябва да положи усилия да усвои несетивните представи и понятия. От четирите правила това е най-трудното, особено в житейските отношения на нашето време. Материалистичното мислене е отнело във висока степен способността на човека да мисли с несетивни понятия. Човек трябва да се постарее да мисли с такива понятия, които във външната сетивна действителност никога не са свършени, а са само приблизителни като например понятието за окръжността, за кръга. Никога не е на лице свършена окръжност (кръг), тя може само да се

мисли, обаче в основата на всички кръгли образувания лежи тази мислена окръжност като техен закон. Или човек може да мисли за един висок нравствен идеал; в своя съвършен вид този идеал може да не бъде напълно осъществен от никой човек, но той лежи в основата на много човешки постъпки като техен закон. Не може да постигне езотерично развитие никой, който не разбере пълното значение на така наречените абстракции за живота и не обогати душата си със съответните представи и понятия.

ЗА ДНИТЕ НА СЕДМИЦАТА

Човек трябва да обърне внимание и да положи грижи за известни процеси на душата, които той обикновено изпълнява нехайно и оставя без внимание. Съществуват осем такива процеса. */* Вж. Бележките в края на книгата/

Най-добре е, разбира се, в началото човек да предприеме само едно упражнение в продължение например на осем или четиринайсет дни, след това второ и т.н.; после отново да започне отначало. Най-добре е в това време осмото упражнение да се прави ежедневно. Тогава човек постепенно достига правилно себепознание и вижда също какъв напредък е направил. По-късно може започвайки от събота всеки ден да пред приема едно упражнение в добавка към осмото с трайност около пет минути, така че това упражнение винаги да попада в един и същи ден. Така че в събота се прави мисловно упражнение, в неделя упражнението за създението, в понеделник за говора, във вторник за постъпките, в сряда за гледището и т.н.

* * *

СЪБОТА

Вниманието да се насочи към представите (мислите). Да се мислят само значими мисли. Постепенно човек трябва да се научи да различава в своите мисли същественото от несъщественото, вечното от преходното, истината от самото мнение. Да се опитва при слушане речта на другите да остава и в мислите, и в чувствата съвсем тих и безмълвен в душата си и да се въздържа от всяко одобрение, особено от всяка неблагоприятна преценка (критика, отхвърляне).

Това е тъй нареченото “*правилно мнение*”, правилна преценка.

НЕДЕЛЯ

Решение дори за най-незначителните неща да се взема само след основно и цялостно обмисляне. Всяко не обмислено поведение, всяка безсмислена проява трябва да се отстрани от душата. За всичко човек трябва да има

винаги добре претеглено основание. Да не извършва нищо без важно основание.

Ако е убеден в правотата на едно взето решение, човек трябва непоколебимо да се придържа към него.

Това се нарича *“правилно съждение”*, то се прави независимо от симпатия и антипатия.

ПОНЕДЕЛНИК

Говоренето. Само което има смисъл и значение, трябва да излиза от устата на този, който се стреми към по-висше развитие. Всяко говорене за самото говорене например за убиване на времето е вредно в този смисъл. Обикновеният начин на разговор, където всичко се говори безразборно, трябва да се отбягва. Но това не означава, че човек трябва да се отказва от общуване със своите близки. При общуването именно говоренето трябва постепенно да разгърне своя смисъл и своето значение. Всяка дума и всеки отговор трябва да са обмислени във всяко отношение. Никога да не се говори без причина! Охотно да се мълчи. Да се стремим да говорим нито прекалено много, нито прекалено малко. Спокойно да изслушваме и възприемаме.

Това упражнение се казва още *“правилното слово”*.

ВТОРНИК

Външните действия. Те не трябва да безпокоят нашите близки. Когато получи отвътре, от своята съвест подтик да действа, човек трябва грижливо да прецени как най-добре може да осъществи този подтик за доброто на обществото, за трайното щастие на хората, за вечното.

Това се нарича

“правилната постъпка”.

СРЯДА

Подреждането на живота. Природосъобразен и духовносъобразен живот; да не се поглъща и да не се стопява във външните дреболии. Да се отбягва всичко, което внася безпокойство и бързане в живота. Нищо да не е прибързано, но също да не е лениво провлачено. Животът да се разглежда като поле за работа и средство за развитие нагоре и съобразно с това да се действа.

В това отношение се говори също за *“правилно гледище”*.

ЧЕТВЪРТЪК

Човешкият стремеж. Човек трябва да внимава да не върши нищо, което не е по силите му, но също така да не пропуска нищо, което се намира в неговите сили и възможности. Да гледа отвъд ежедневното и моментното

и да си поставя цели (идеали), свързани с най-висшите задължения на едно човешко същество. Например с оглед предписаните упражнения да се стремим да се развиваме така, че след това да можем да помагаме и съветваме нашите ближни, макар може би не в непосредственото бъдеще. Това може да бъде обобщено така: *“Всички предшестващи упражнения да бъдат превърнати в навик.”*

ПЕТЪК

Стремежът да научим от живота възможно най-много.

Нищо не минава покрай нас, без да ни дава повод да събираме опитности, полезни за живота. Ако човек извърши нещо неправилно или несвършено, това да стане причина по-късно да направи подобно нещо правилно и свършено.

Ако човек види действията на другите, нека ги наблюдава с тази цел (но не с безсърдечен поглед). Също човек не трябва да върши нищо, без да погледне назад към минали преживявания, които могат да му бъдат в помощ при вземане на решения и в работата.

Човек може много да научи от всеки човек, също и от деца, ако наблюдава с будно внимание.

Това упражнение се нарича *“правилната памет”*,

което ще рече да си спомняме за наученото, за преживените опитности.

РЕЗЮМЕ

От време навреме да обръщаме поглед навътре, макар само за пет минути на ден по едно и също време. При това човек трябва да потъва дълбоко в себе си, да се съвещава със себе си, да проверява и изгражда своите принципи в живота, мислено да преглежда своите знания също и обратното: своите незнания да претегля задълженията си, да разсъждава върху съдържанието и истинската цел на живота, да осъжда своите грешки и несвършенства; с една дума: Да се стреми да открива съществените, непреходните неща, да се залови сериозно с подходящи цели, например да придобие определени добродетели. (Да не изпада в грешката да си мисли, че е извършил каквото и да било добре, а непрекъснато да се стреми по-нататък към най-висши образци.)

Това упражнение се нарича също *“правилната съзерцателност”*.

ДВАНАЙСЕТТЕ ДОБРОДЕТЕЛИ ЗА МЕДИТИРАНЕ И СЪБЛЮДАВАНЕ В ЖИВОТА

(Месечни добродетели)

Април Devotion:

Devotion/Ehrfureht:

развива

Opferkraft:

	Благоговение (смирение, страхопочитание)		пожертвователност
Май	Equilibrium: (Inneres) Gleichgewicht: (Вътрешно) равновесие	води до	Fortschritt: напредък, успех
Юни	Perseverance: Ausdauer (Durchhaltekraft, Standhaftigkeit): Постоянство (издръжливост, устойчивост, непоколебимост)	развива	Treue: вярност, точност, преданост
Юли	Unselfishness: Selbstlosigkeit алтруизъм (несебичност, безкористие)	води до	Katharsis: катарзис
Август	Compassion Mitleid Състрадание	води до	Freiheit: свобода
Септември	Courtesy: Hoflichkeit Вежливост (учтивост)	развива	Herzenstakt: тактичност, акуратност толерантност
Октомври	Contentment: Zufriedenheit: Задоволство	води до	Aelassenheit спокойствие
Ноември	Patiences Gedult: Търпение	развива	Einsicht познание, разбиране
Декември	Control of speech: Gedankenkontrolle (kontrolle der Sprache Beherrschung der Zunge "Hüte deine Zunge") Контрол на мисълта (на говора, владеене на езика)	развива	Wahrheitsempfinden усет за истината
Януари	Courage Mut Смелост	развива	Erloserkraft сила за освобождение, за спасение
Февруари	Discretion Diskretion (Verschwiegenheit) Дискретност	развива	Mediationskraft сила за медитация

(мълчание)

Март	Magnanimity Grossmut Великодушие	превръща се в	Liebe любов
------	--	---------------	----------------

Упражнението се започва на 21-во число на предшестващия месец, например Април от 21 март до 20 април.

Английските изрази вероятно са от Е. П. Блаватска, вж. бележката в края на книгата.

II. ГЛАВНИ УПРАЖНЕНИЯ

ДВЕ ОБЩОДАДЕНИ ГЛАВНИ УПРАЖНЕНИЯ

Рано сутрин, веднага след събуждане, когато през душата още не са минали други впечатления, човек се отдава на своята медитация. Опитва се да бъде вътрешно съвсем спокоен, тоест напълно отклонява вниманието си от външни впечатления и всички спомени от всекидневния живот. Стреми се да освободи душата си от всички грижи и безпокойства, които го гнетят в това време. Тогава започва медитацията. За да по стигне по-лесно вътрешната тишина в себе си, човек насочва вниманието си най-напред към една единствена представа като например “Ruhe” покой, спокойствие, тишина, почивка, изцяло се потапя в нея, след което я оставя да изчезне от съзнанието, така че човек остава без никаква представа в душата си и оставя съдържанието на следните седем реда да оживеят в душата. Сега тези седем реда трябва да живеят в съзнанието пет минути. Ако други представи искат да се натрапят, тогава човек винаги отново се връща към тези седем реда, в които потъва напълно.

В чистите лъчи на светлината
Мировият Бог блести.
В чистата любов към всички същества
сияй божественото същество на моята душа.
Покой намирам аз при Мировия Бог
и при Мировия Бог ще пребъда аз самият.

След като това е упражнявано пет минути, преминава се към следното:

Прави се едно спокойно, силно вдишване; след вдишването пак спокойно и силно се издишва веднага, така че между вдишването и издишването няма пауза. Стремехът е да се издиша всичият въздух и след издишването дишането се задържа за малко време.

Трябва да се спазват приблизително следните съотношения: Времето за вдишване е произволно, всеки го определя според своите сили.

Издишването трябва да трае два пъти по-дълго от вдишването и задържане то на дъха е три пъти по-дълго от вдишването. Например ако за вдишването се употребят две секунди, тогава за издишването се падат четири секунди, за задържането на дишането шест секунди. Това вдишване, издишване и задържане се повтаря четири пъти.

При вдишване и издишване човек не мисли за нищо, а съсредоточава вниманието си върху дишането. При първото задържане изцяло се концентрира в точката между веждите и малко навътре (към вътрешността на предния мозък), при което изпълва съзнанието си само с думите:

Ich bin Аз съм.

По време на второто задържане човек се съсредоточава в една точка вътре в ларинкса и съзнанието е изпълнено само с представата:

Es denkt То мисли.

При третото задържане човек се концентрира в двете си ръце и китки, при което китките се държат така, че те или са склучени, или дясната лежи върху лявата. Съзнанието е изпълнено само с представата:

Siesfuht Тя чувства.

При четвъртото задържане човек се съсредоточава върху повърхността на тялото, като по възможност си представя себе си телесен, а съзнанието е изпълнено с представата:

Er will Той иска, Той проявява воля.

Ако е правил тези концентрации няколко седмици, човек ще получи особени усещания в местата, върху които се е концентрирал, а именно в корена на носа, в ларинкса, ще усети течение в китките и ръцете и по цялата външна повърхност на тялото.

При концентрирането върху ръцете и китките, той ще почувства как в тях протича сила, която ги отблъсква една от друга, и той ги оставя да се отделят една от друга, т.е. да последват силата, а не да си внушава това. Това трябва да се получи напълно от само себе си.

В горепосоченото “То мисли” това “То” е “Общото световно мислене” и в нашите думи трябва да го изживяваме безлично. При “Тя чувства” “Тя” означава “Световната душа”, тоест не трябва да чувстваме това лично, а

безлично, в смисъла на Световната душа. При “Той иска” “Той” означава “Бог”, в чието искане, в чието волиране поставяме цялото наше същество. След завършване на тези четири упражнения човек чувства известно време съзнанието си изцяло изпълнено с една представа, в която напълно се потапя така, че душата не чувства нищо друго. Тези представи са: (Рудолф Щайнер е давал тези представи винаги според личността на ученика, например:)

“Meine Kraft” “Моя сила”

или

“Ich in mir” “Аз в себе си”

или

“Ich will” “Аз искам, аз действам волево”

или

“Ich bin beständig” “Аз съм постоянен, непреходен”

или

“Ruhe in der Starke” “Покой в силата
Starke in der Ruhe” Сила в спокойствието”

или

“Sehlemvarme durehdring mich” “Душевна топлина ме прониква”

Тогава човек за пет минути потъва в своя божествен идеал. Това трябва да се прави с пълно благоволение Devotion (Andacht).

Цялата тази медитация не трябва да трае повече от 15 минути. Всяко дадено по-горе времетраене се опре деля не по часовник, а по усет. Да се заеме положение на тялото, което да не изморява и да не отклонява вниманието.

* * *

Предшната мантра, в известна степен индивидуализирана:

В чистите лъчи на светлината
Мировият Бог блести.
В етерния огън чист
се излъчва азовата висша сила.
Покой намирам в Мировия Дух
и все там ще пребъдвам
в Духа вечен на Всемира.

II

1. Има една сутрешна медитация, която трябва да се прави по следния начин и в следните размери:

Рано сутрин преди всяка ежедневна работа и преди закуска трябва да се възцари съвършено спокойствие на душата. Вниманието да се освободи от всички външни сетивни впечатления и от всички обикновени умствени представи. Напълно трябва да замлъкнат всички спомени за обикновените изживявания. На първо място всички житейски грижи и тревоги трябва да бъдат доведени до пълно мълчание.

Тогава от напълно успокоената душа трябва да изплува представата:

Горе всичко като долу

Долу всичко като горе.

Сега човек трябва да живее десет минути (не по часовник, а по чувство) строго само в такава представа, която може да си състави от явленията на света и като приложение към тях. Най-важното не е това, че всичките тези представи са верни, а за това, че те се изграждат и употребяват по този начин. Все пак трябва да се мислят по възможност само верни представи.

След като е направено това, трябва да се премине към следното: Трябва да се направят седем вдишвания и издишвания така, че вдишването да е толкова дълго, та това, което следва след него, да не причинява умора и вреда.

Трябва да се спазват следните времена:

Вдишване: произволно в горния смисъл

Издишване: двойно по-дълго от вдишването

Задържане на дишането: Четири пъти по-дълго от вдишването (това в началото, след това постепенно се увеличава до десет пъти по-дълго от вдишването).

При първото и второто задържане на дишането ученикът трябва да се потопи изцяло в представата:

Ich bin Аз съм

и при това да се концентрира в точката между веждите в корена на носа. (Тази точка се получава, като се прекара от точката между веждите една хоризонтална линия назад тя се намира на около един сантиметър назад.)

При третото и четвъртото задържане ученикът се потопява в представата:

Es denkt То мисли

и се концентрира в ларинкса.

При петото и шестото задържане трябва да потъне в представата:

Sie fuhlt Тя чувства

и да се концентрира в сърцето.

При седмото задържане ученикът се потопява в представата:

Er will Той иска

и при това се концентрира в пъпа, през което време мисленето праща оттам лъчи, които облъчват цялата долна част на тялото.

При вдишването и издишването ученикът се въздържа от всяко мислене. “Es” = “То” означава: Световно то мислене. “Sie” = “Тя” означава Световната душа. “Er” = “Той” означава Световният дух. Тези представи обаче са само за ориентиране при медитацията. По време на медитацията те не трябва да присъстват в съзнанието. Иначе само ще пречат на мантрическия характер на горепосочените формули.

Цялото това упражнение трябва да завършва с това, че ученикът потъва за пет минути с благоговение в своя божествен идеал.

2. През деня трябва да се упражняват специално предписаните съпровождащи упражнения.

3. Вечерта ретроспективно припомняне преживяното през деня.

Алкохолът е абсолютно забранен. Вегетарианска храна не е безусловно задължителна, но е благоприятстваща.

ОБЯСНЕНИЯ КЪМ ДВЕТЕ ПРЕДХОДНИ ОБЩОДАДЕНИ ГЛАВНИ УПРАЖНЕНИЯ

Който се стреми към езотерично развитие, трябва да е наясно, че в известни, външно погледнато, прости изречения е скрита сила, която въздейства с това, че човек оставя тези изречения да живеят в душата. Той неправилно схваща тяхното значение, ако иска да разбере такива изречения само с ума си. Първо, те му казват твърде малко. Той трябва известно време да остави цялата си душа да бъде изпълнена с такова изречение и да му се отдаде с всичките свои душевни сили. Едно такова изречение е “Ich bin Аз съм”.

Фактически в това изречение се намира цялата тайна на съвременното човешко съществуване. Такова изречение може да мисли, да чувства и да осъществява само същество, което има такава фигура и такъв външен образ като днешния земен човек. При такова същество образът трябва да бъде така изграден, че всичките действащи в тялото сили да целят такава форма, която отпред да образува сводесто чело. Това сводесто отпред чело и “Аз съм” си принадлежат едно на друго. В по-ранни времена на развитие човешка та фигура е минала през степен, при която тази фигура още не е била насочена напред към такова чело. Едно време човекът не е могъл вътрешно да мисли, да чувства и да волира това “Аз съм”. Ще бъде обаче съвсем невярно, ако се вярва, че описаната форма на тялото е

породила “Аз съм”. Това “Аз съм” е съществувало и преди, само че още не е могло да бъде изразено в подходящата форма. Както се произнася в телесната фигура на човека сега, така по-рано то се е изразявало в духовния свят. И тъкмо тази сила на “Аз съм” в дадена епоха на далечното минало се съединява с онова човешко тяло, което още не е имало днешната форма на челото; и точно тази сила на “Аз съм” подува предишната фигура и образува съвременното чело.

Следователно чрез известно потопяване в “Аз съм” човек може да усети в себе си силата, която го е изградила в днешната му форма. И тази сила е по-висша от силите, които действат днес в обикновения човешки живот. Тъй като тя е душевна твореща сила, която от душата формира навън тялото. Затова езотеричният ученик трябва за кратко време да се вживее в “Аз съм”, тоест трябва да мисли “Аз съм”, при което обаче да изживява в себе си същевременно нещо като: “Радвам се, че като самостоятелно същество мога да съдействам на света.” Трябва да изживява също нещо като: “Аз искам моето съществуване, искам да се включа в цялата общност на света.” Ако човек събере всичко това в един единичен акт на съзнанието и при това същевременно пренесе цялата сила на съзнанието си в областта на челото и органите под челото, тогава той фактически се пренася в един по-висш свят, от който е изработена формата на неговото чело. Само не трябва да вярва, че може веднага да завладее тези по-висши светове от днес за утре. За достигане на това е необходимо много повече търпение и в продължение на много време всекидневно да предприема това потопяване. Ако има това търпение, тогава след известно време ще забележи как в него изгрява една мисъл, която не е просто мисъл на обикновеното мислене, а една проникната със сила жива мисъл. Той може да си каже: Както е жива тази моя мисъл, така трябва да е жива силата, която се намира в зародиша на растението и изгражда органите на неговото тяло. Скоро тази мисъл ще се очертава като че ли излъчва светлина. В това вътрешно излъчване на светлина човек се чувства весел, щастлив и жизнерадостен. Прониква го едно чувство, което може да се означава само като “радостна любов към творчески живот”. И на волята се придава една сила, като че ли посочената мисъл я прониква с топлина, която я прави енергична. Всичко това човек може да всмуче от описаното правилно потъване в “Аз съм”. Човек постепенно осъзнава, че по този начин в него се ражда една интелектуална, душевна и морална сила от по-висш разряд и че той встъпва във все по-съзнателно отношение с един по-висш свят.

Втори такъв израз е “То мисли”. Това “То мисли” изразява по подобен начин, както току-що беше описа но в “Аз съм”, силата, чрез която от висшите светове е изградена формата на човешкия орган на говора. Когато мисленето някога не се е изживявало в човешкото тяло, а още в

един по-висш свят, тогава то е действало оттам, за да вчлени в човешкото тяло все още несъществуващия орган на говора. Когато езотеричният ученик напълно се потопи и потъне с мисъл, чувство и воля в “То мисли” и при това концентрира съзнанието си в областта на ларинкса, тогава той изживява творческата душевна сила, която действайки от душевния свят е сътворила органа на говора. Когато има отбелязаното по-горе търпение и постоянство, той ще изживее как от “То мисли” излизат лъчения, които са като встъпление на една духовна музикална хармония и които го изпълват с чувство на свята благодарност и със сила, която му казва: “Това, което аз като човек искам, постепенно ще стане по-мъдро”. Той ще придобие предчувствие за онази сила, която като божествено-духовна сила тече през Вселената и подрежда всички неща по маса, число и тежест.

Третото изречение е: “Тя чувства”. Силата на този израз някога и то в още по-предишно време също не е била в човека, а в един по-висш духовен свят. Оттам е действала надолу и е преобразила формата, която човешкото тяло е имало дотогава. До тогава ръцете на човешкото тяло не са се различавали от краката. По онова време днешните ръце са били само органи за движение, двигателни органи, и по тази причина човекът не е имал изправена походка. Голяма стъпка напред в човешкото развитие е, че неговите предни двигателни органи са били превърнати в работни органи. По този начин той придобива изправената походка, която му дава способността да преодолее нисшата природа, при което неговият поглед се насочва към небесните духовни светове. Чрез това също за пръв път става способен да изгражда Карма, тъй като постъпките на едно така устроено същество за първи път се поставят под негова собствена отговорност. Така са преобразили човека духовните същества, когато в човешкото тяло нахлува намиращото се преди това само в тях “Тя чувства”. Ако езотеричният ученик по описаният по-горе начин се потопи в това “Тя чувства”, той ще се издигне до съответните творчески сили на висшите светове. Само трябва при това “Тя чувства” да концентрира съзнанието си върху двете си ръце и китките. От мисълта “Тя чувства” в него ще потече един вътрешен живот на неопишуемо блаженство. Това чувство може да се означава като деен живот на любовта. С това човек придобива съзнание как творящата любов тече през световните простори и чрез своето действие въвежда във всичко животворния полък.

Четвъртото изречение е “Той иска /волира, действа/”. Чрез силата на този израз в най-отдалечено минало тепърва е било излъчено човешкото тяло като самостоятелно същество от неговото обкръжение.

Преди тази сила да действа върху него, човешкото тяло още не е било затворено от всички страни с кожа, а потоци вещества са се вливали и

изтичали от него; не е имало собствен живот, а е живеело с живота на своето обкръжение. Разбира се, това обкръжение е било съвсем различно от днешното земно обкръжение. Ако се потопи в този израз с цялото си мислене, чувство и воля и при това се концентрира върху цялата си кожа, езотеричният ученик постепенно ще се пренесе във висшите творчески сили на “Той иска /волира, действа/”. Това са онези сили на свръхсетивния свят, чрез които са били дадени формата и образът на сетивните неща. С достатъчно постоянство при вътрешното изживяване на тази мисъл ученикът ще почувства като че ли се е издигнал над сетивно-телесното съществуване и гледа надолу в полето на сетивното творчество, за да действа върху това творчество, както съответства на придобитите божествени мисли. Силата, която произлиза от мисълта, е тази на блаженото пренасяне в чистата духовност и придобивката на съзнанието, че на този сетивен свят може да се донесе от висшите области това, от което се нуждае.

По време на себепотапянето в тази мисъл-сила езотерикът трябва същевременно да насочи вниманието си към дихателния процес и за кратко време да го превърне от несъзнателна в съзнателно регулирана дейност. Тъй като когато описаното въздействие на силите от висшите светове са причинили означеното преобразяване на човешката фигура, тогава чрез същите сили във вътрешността на тази фигура се е осъществил днешният дихателен процес, който е необходим за същество с такава самостоятелност на тялото, с такива ръце, които работят на своя собствена отговорност, с такива говорни инструменти, които превръщат вътрешните изживявания на душата във външно чуван звук. Съответното насочване на вниманието върху дихателния процес подпомага издигането във висшите творещи духовни области.

Когато езотеричният ученик постепенно се научи да изживява съзнателно световните сили, които винаги са дремели в него, само че той не ги е съзнавал, тогава това, което преди е усвоявал чрез учене, сега му става живо, пълно с предчувствие и нагледно. Той трябва да се е запознал с това, че преди да стигне днешно то земно състояние човекът заедно с цялото земно развитие е преживял различни степени на преобразувания. Тези степени се наричат Сатурново състояние, Слънчево състояние, Лунно състояние. Сега езотерикът трябва да се запознае с това, че предишните състояния ще се повторят по определен начин в по-късни те епохи. Така през Земното развитие се повтарят Сатурновото, Слънчевото, Лунното състояние и то така, че Сатурновото повторение съответства на творчеството на “Той иска” при външната обвивка на човека; Слънчевото повторение съответства на творчеството на “Тя чувства” при ръцете и краката; Лунното повторение съответства на творчеството на “То мисли” при говорните органи. Вижда се как изоставя възгледът, че тялото е

създание само на сетивния свят, и се заживява със схващането за висшите светове, в които се намират силите, които творят при човека. И самите понятия, които човекът си е изградил за такива неща като Сатурн, Слънце, Луна, стават живи възгледи и изживявания. И така трябва да бъде, когато постепенно се намери пътят от екзотеричното към езотеричното. Във всеки случай даденото тук като упражнение трябва да се разглежда като началото на това развитие. Първо трябва с цялата енергия да се работи върху даденото тук, тогава се идва до положението да се получат по-нататъшни упражнения, чрез които ще се пробудят още по-висши сили, които дремят вътре в човека. Важното е в изразите “Аз съм”, “То мисли”, “Тя чувства”, “Той иска” да се усетят лежащите в тях духовни факти и да се почувства тяхната връзка с членовете на тялото, което е една възникваща от духовния свят постройка.

За информация трябва да се каже още, че в горните изрази, които съдържат посочените сили, трите формули То Тя Той имат своята основа във висшите светове.

“Es То” е дума-сила за съответното мислене, което представлява онези същества във висшия свят, на които творческото мислене е свойствено в същата степен, в каквата за долунамиращите се човеци представлява сетивното съзрение, сетивното възприятие.

“Sie Тя” е дума-сила за световната душа, чието чувстване изтича от самата нея, докато човешкото чувстване се влива от външна подбуда. Онова чувстване на световната душа е творящата любов, чрез която нещата се създават и съществуват.

“Er Той” е дума-сила за световната воля на Световния Дух, чиято воля действа от само себе си, докато човешката воля се подбужда към действие от външния свят. Този “Er Той” е творящата първична сила на света.

ГЛАВНИ УПРАЖНЕНИЯ, ДАДЕНИ ИНДИВИДУАЛНО НА РАЗЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

I

Главни упражнения за сутрин и вечер

Сутрин колкото е възможно по-скоро след събуждането:

Да се оттегли вниманието от всички външни сетивни впечатления, също от всички спомени, свързани с ежедневиия живот. В така изпразнената душа човек се чувства най-напред изпълнен с представата “Ruhe – покой, спокойствие” и то така, като че ли това усещане на покой се разлива в цялото тяло. Все пак това трябва да стане за съвсем кратко време (две до пет секунди). Тогава за около пет минути душата се изпълва със следните седем реда:

О, лъчезарни образи
на блестящото развълнувано море на Духа,
вас душата ви напусна.
В света божествен беше тя
и там си отпочина.
В царството на външния сетивен свят
съзнателно пристъпва моят Аз.

Ученикът се опитва да си представи тези редове колкото се може по-картинно: При първите два реда си представя море от светлина, в което се очертават образи; при третия, четвъртия и петия ред си представя как при събуждането душата изплува от това светлинно море. При шестия и седмия ред си представя как при събуждането навлиза в обвивките на тялото, как Азът навлиза в тялото.

През деня да се правят съпровождащите упражнения. При тях не е толкова важно човек да се придържа към определен час.

Вечер: “През целия ден получавах впечатления от физическо-сетивния външен свят и си съставях представи за тях. През нощта няма да имам такива впечатления; ще бъда в духовния свят. Сега ще си представя свръхсетивния свят в сетивни картини, за да ме въведат тези сетивни картини лека-полека в този свръх сетивен свят. Представям си, че пространството около мене е изпълнено от свръхсетивна светлина като че ли едно море от светлина сияе в различни цветове и в него текат потоци топлина; един от тези топлинни потоци се влива в моето сърце. (Светлина символ на божествена мъдрост; топлина символ на божествена любов.)

В съвършена душевна тишина, в пълен душевен покой тази представа да се задържи медиативно за три-четири минути и тогава здраво да се закрепя в душата впечатлението на дадената в седем реда медитация, само че в протичащите съответно в обратен ред представи:

Моят Аз съзнателно напуска
Царството на външния сетивен свят,
За да си отдъхне в същността на световите.
Към божественото той устремен.
Спечели туй царство, душа моя;
На Духа блестящо развълнувано море,
На светлината образите лъчезарни.

(Ретроспекция на деня, картинно и в обратен ред.)

II

Вечер: В символи се изживява съдържанието на светлина, на топлина; тогава:

Пред Мировия Бог
Ще заста на аз самият,
В Него мир намирам и покой.
Божествеността на моята душа засиява
В чистата любов към всички същества,
Мировият Бог заблестява
В чистите лъчи на светлината.

(Да се отдадем на въздействието за пет минути, тогава ретроспекция на събитията през деня за седем-осем минути.)

Представа за Кръста с розите.
В сърцето ми живее светлината на света

Сутрин:

Отново събуждане на картините.
В чистите лъчи на светлината
Мировият Бог блести.
В чистата любов към всички същества
Божествеността на моята душа сияй.
Аз почивам в лоното на Мировия Бог;
Ще пребъдвам аз самият
В Мировия Бог.

(За пет минути се отдаваме на въздействието. Тогава: душевен мир, душевен покой.)

Представа за едно израстващо растение; мислено го оставям да расте пред мене съвсем бавно: Лист по лист, цвят, плод. Представям си силата: как тя въздейства на израстването. Тогава си представям тази сила в собственото си сърце. (Концентрирам се върху това за две-три минути.)

В моето сърце живее Мировото Слово.

През деня: допълнителните, съпровождащите упражнения.

III

Вечер: Медитация върху Кръста с розите.

Този символ ми показва
Победата на живота след смъртта.
В себе си ще чувствам
Смисъла на този символ.

Ще ме извисява той,
Ще ме носи така извисен
Във всички сфери на живота.

Сутрин:

В началото бе Словото
И нека Словото да бъде в мене;
И божествено бе Словото.
И нека Словото да ме проникне
С божествена сила.
И Словото бе Бог
И нека Словото внедри божествена сила на
Моята воля.

IV

Вечер:

Представа за Кръста с розите

Ти, душа моя,
Погледни тоз символ:
За тебе нека бъде той
Откровение на Мировия Дух,
Който изпълва световните простори,
Който действа през векове, епохи

И вечно действа в теб.
(душевен мир и спокойствие)

Сутрин:

Представа за Кръста с розите

Нека в тоз символ
Да се концентрира мойто мислене,
Да се концентрира мойта воля,
Да се концентрира мойто чувстване.
Това, което той означава,
Да живее в дълбините на сърцето ми,
Да живее като светлина във мен.
(Душевен мир и спокойствие)

V

Вечер:

1. Ретроспекция така, както се изисква в книгата “Как се постига познание за висшите светове” около пет минути.
2. Розенкройцерската медитация за около пет минути, след което завършва за около пет минути с мантрата:

В чистите лъчи на светлината
Мога аз да съзерцавам
На цялата мъдрост чистата сила.
В ритмичния пулс на сърцето
Мога да почувствам
Могъщия символ на цялото битие.
И двете искам аз да чувствам.
(Душевен мир)

Сутрин:

Първо, медитация върху Кръста с розите,
след това потъване в следната мисъл:

Мъдрост в Духа,
Любов в душата
Сила във волята:
Те ме придружават

И ме подкрепят.
На тях се доверявам,
Жертвам се на тях.
(Душевен мир)

Допълнителните упражнения както са дадени в “Тайната наука”.

VI

Вечер:

Чисти лъчи на светлината,
Покажете ми Духа на Вселената;
Чиста топлина на любовта,
Покажи ми душата на Вселената.
Божествена съкровеност
В моето сърце,
В моя Дух.
(Душевен мир,)

Сутрин:

Представа на Кръста с розите
В моя Дух,

В моето сърце
Божествена съкровеност.
Покажи ми душата на Вселената,
На любовта, о, чиста топлина;
Покажете ми Духа на Вселената,
Вие, чисти лъчи на светлината.
(Душевен мир и спокойствие)

VI

Вечер:

1. Ретроспекция от вечерта обратно към сутринта.
2. Синевата на небето с много звезди:

Нека моята душа с предчувствие,
Благочестиво и със страхопочитание
Да отправи поглед в мировите ширини.
И този поглед да поеме
От духовните светове
Светлина, любов, живот
И ми ги изпрати в дълбините на сърцето.
(Душевен мир)

Сутрин:

Представа за Кръста с розите

Това, което в този символ ми говори
Висшият Световен Дух,
Нека то по всяко време,
При всички обстоятелства в живота
Да изпълва моята душа
Със светлина, любов, живот.
(Душевен мир)

Шест допълнителни упражнения

VIII

Сутрин:

Изгрява Слънцето,
Изчезват звездите.
Събужда се душата,
Изчезват сънищата.
Поеми ме, светъл ден,
О светъл ден, закрилай ме
В тоз променлив живот земен.

Вечер:

Когато по време на сън
Светът на звездите отведе моя Аз
В областта духовна:
Оттам тогаз, от дейната световна мощ
Доносям си душевна сила, със която
Към Духа да се стремя.

За вече по-напреднали: медиативни слова, които обхващат чувствата.

Вечер:

1. Ретроспекция
2. В представите си ученикът се пренася в осветените от Луната нощни простори; това да се изживява в чувството:

В началото бе Яхве
И Яхве бе при Елохимите
И Яхве бе един от Елохимите
И Яхве живее в мен.

Тогава, представяйки си, ученикът оставя осветеното от Луната пространство да се превърне в осветеното от Слънцето дневно пространство. Това да се изживява в чувството, да се изживява като усещане.

И Христос живее в мене,
И Христос е един от Елохимите,
И Христос е при Елохимите,
Христос ще пребъдва до края.

Сутрин:

Първо: Пространството, осветено през деня от Слънцето сетивно да се изживява във вечерното здрачава не:

Христос ще пребъдва до края

Тогава представа Слънце над главата:

И Христос е в мене

След това представата за дневно пространство да се изживява в чувствата с утринно настроение:

И аз съм в света, проникнат и изпълнен с Христос.

Към това шест допълнителни упражнения.

Вечер:

Извисява се високо

От световни дълбини	да се медитира повече в чувствата
Христовото Слънце	
Неговата светлина става дух	да се медитира в
	представи и чувства
Тя свети във Вселената,	
В мен тя става дух	да се медитира в чувства
Тя живее в моя Аз.	

Сутрин:

Тя живее в моя Аз,	
В мен тя става дух	да се медитира повече в чувства
Тя свети във Вселената	
Тя е духовна светлина	да се медитира в представи и чувства
Тя е светлината на Христовото Слънце	
Която идва от световни дълбини	да се медитира в представи
И във въздуха се носи	

Вечер:

В началото бе Словото
И Словото бе при Бога
И Словото бе Бог.
И нека Словото

Живее в сърцето,
В сърцето на твоего същество,
В твоя Аз.

Сутрин:

В твоя Аз,
В сърцето на твоего същество
Нека там живее Словото,
Духовното Слово.
И Словото бе при Бога
И Словото бе Бог.
В началото бе Словото

Сутрин:

Твърдост (постоянство):.....ляв крак
Сигурност:.....десен крак
Любов:.....лява ръка
Надежда:.....дясна ръка
Доверие:.....глава

Твърд и устойчив да заставам
аз в живота:.....концентриране в левия крак
Сигурен да крача по пътя
житейски:.....концентриране в десния крак
Любов да храня в мойта
същина:.....концентриране в лявата ръка
Надежда аз да отпечатвам във
всяко действие:.....концентриране в дясната ръка
Доверие да влагам ад в
цялото си мислене:.....концентриране в главата

Тези пет ме водят към целта,
Тези пет ми дадоха живота, битието.

Вечер:
Ретроспекция на изживяванията през деня.
В обратен ред съвсем картинно.

XIII

Друга редакция на предшестващото упражнение

Сутрин:
Устойчивост постоянство:.....Ляв крак
Сигурност:.....Десен крак
Сила:.....Сърце
Любов:.....Лява ръка
Надежда:.....Дясна ръка
Доверие:.....Глава

Твърд и устойчив
заставам в *битието*:.....концентрация в левия крак
Сигурен аз крача
по пътя житейски:.....концентрация в десния крак
Сила ми се влива
във сърцето:.....концентрация в сърцето
Любов аз храня съкровено
в мойто същество.....концентрация в лявата ръка
Надежда отпечатвам
аз във всяко мое действие.....концентрация в дясната ръка
Доверие аз влагам
в цялото си мислене.....концентрация в главата

Тези шест ме придружават във живота.

Вечер:

Ретроспекция на преживяванията през деня.

Картинно, образно.

В обратен ред.

III

МАНТРИ,

върху които може да се медитира наред с главните и съпровождащите упражнения

МЕДИТАЦИИ,

които обхващат времевата същност на Йерархиите

(Мантри за дните)

“...седем мантри (сентенции), предназначени за седемте дни на седмицата. Упражняват се така, че в петък ученикът се вгълбява в мантрата за

събота, в събота в мантрата за неделя и т.н. Може да ги прави повече пъти на ден и да се опитва да се задълбочи в такава мантра за 20-30 минути. От тях ще имате много голяма полза за придобиване на връзка с мистерията на всепроникващото число седем, на всепроникващата седмokratност.”

В окултен смисъл денят започва в шест часа следобед.

ПЕТЪК ЗА СЪБОТА

Велики всеобхватен Дух,

Ти, който изпълваше безкрайното пространство,

когато още ги нямаше

органиите на моето тяло.

Ти беше.

Аз извисявам душата си към Тебе.

Аз бях в Тебе.

Аз бях част от Твоята сила.

Ти излъчи Свойте сили

и в началото на Земята се отрази

първообразът на мойто тяло.

В излъчените Твои сили

бях самият аз.

Ти беше.

Моят първообраз Тебе съзерцаваше.
Съзерцаваше самия мен,
който бях от Тебе част.
Ти беше.

СЪБОТА ЗА НЕДЕЛЯ

Велики всеобхватен Дух,
много първообрази поникнаха от Твоя живот
някога, когато моите жизнени сили
още ги нямаше.
Ти беше.
Аз извисявам душата си към Тебе.
Аз бях в Тебе.
Аз бях част от Твоите сили.
Ти се свърза
с праначалото на Земята,
стана слънцето на живота
и ми даде жизнената сила.
В сияещите Твои животворни сили
бях самият аз.
Ти беше.

Моята жизнена сила сияеше в Твоята
в пространството,
моето тяло започна да се формира
във времето.
Ти беше.

НЕДЕЛЯ ЗА ПОНЕДЕЛНИК

Велики всеобхватен Дух,
в Твоите форми на живот светеше сетивност,
когато моята сетивност още не съществуваше.
Ти беше.
Аз извисявам душата си към Тебе.
Аз бях в Тебе.
Аз бях част от Твоите усещания.
Ти се свърза
с праначалото на Земята
и в моето тяло започна
да свети моя собствена сетивност.
В Твоята сетивност
се усещах аз самият.

Ти беше.
Моите усещания чувстваха във себе си Твойто същество,
моята душа започна да съществува в себе си,
защото в мене беше Ти.
Ти беше.

ПОНЕДЕЛНИК ЗА ВТОРНИК

Велики всеобхватен Дух,
в Твоите усещания живееше познание,
когато на мене още не беше дадено познание.
Ти беше.
Аз извисявам душата си към Тебе.
Аз навлязох в моето тяло.
В моите усещания заживях за мен самия.
Ти беше в слънцето на живота;
в моята сетивност
Твойто същество живееше кат мое същество.
На моята душа животът
бе веч извън живота Твой.
Ти беше.
Моята душа в себе си усещаше своето си същество.
И тогава възникна във нея копнеж, -
копнежът по Тебе,
от Когото тя бе създадена.
Ти беше.

ВТОРНИК ЗА СРЯДА

Велики всеобхватен Дух,
в Твойто същество познанието е познание световно,
което аз съм длъжен да постигна.
Ти си.
Аз искам да съединя душата си със Тебе.
Твоят вещ ръководител
да осветява моя път.
Чувствайки Твойто ръководство
преминавам пътя на живота.
Твоят ръководител е в слънцето на живота;
той живееше в моя копнеж;
искам да поема неговото същество
в мойто същество.
Ти си.

Нека мойта сила в себе си поеме
силата на ръководителя.
Блаженство ме изпълва, -
блаженство, в което
душата намира Духа.
Ти си.

СРЯДА ЗА ЧЕТВЪРТЪК

Велики всеобхватен Дух,
в Твоята светлина сияй животът на Земята,
моят живот е в Твоя живот.
Ти си.
Моята душа действа в Твоята душа.
С Твоя ръководител аз вървя по своя път;
аз живея с Него.
Неговото същество е образ
на собственото мое същество.
Ти си.

Съществува на ръководителя
в душата ми намира Тебе, всеобхватен Дух.
Блаженство за мен е
польхът на Твоят същество.
Ти си.

ЧЕТВЪРТЪК ЗА ПЕТЪК

Велики всеобхватен Дух,
в Твоя живот аз живея с живота на Земята.
В Тебе аз съм.
Ти си.
Аз съм в Тебе.
Ръководителят ме доведе при Тебе;
аз живея в Тебе.
Твоят Дух е образ
на собственото мое същество.
Ти си.
Духът намери
всеобхватния Дух.
Божествено блаженство
към ново светосътворение пристъпва.
Ти си.

КЪМ ПРЕДИШНОТО ВСЕКИ ДЕН

Велики всеобхватен Дух,
Моят Аз се издига отдолу нагоре
дано да те долови във всеобхватността.

Духът на мойто същество да бъде озарено
от светлината на Твоите вестители,
душата на мойто същество да пламне
от огнените пламъци на Твоите служители,
волята на моя Аз да улови
силата на Твоето творящо Слово.

Ти си.

Твоята светлина да засияе в моя Дух,
Твоят живот да стопли моята душа,
Твойто същество да проникне мойта воля,
та моят Аз да придобие
разбиране за блясъка на Твоята светлина,
за любвеобилната топлина на Твоя живот,
за Творческото Слово на Твойто Същество.

Ти си.

ДРУГИ МАНТРИ-МЕДИТАЦИИ

1

В Духа бе заложен зародишът на моето тяло.
И Духът отпечата в моето тяло
Сетивните очи,
За да виждам с тях
Светлината на телата.
И Духът отпечата в моето тяло
Ум и сетивност,
И чувство, и воля,
За да възприемам с тях телата
И да действам върху тях.
В Духа бе заложен зародишът на моето тяло.

В моето тяло е вложен зародиш на Духа.
И аз ще гравирам в моя Дух
Свърхсетивни очи,
За да виждам с тях на Духовете светлината.
И ще отпечатам още в моя Дух
Мъдрост и сила, и любов,
Та чрез мен да действат Духовете

И да стана аз себесъзнателният инструмент
На техните дела.
В моето тяло е вложен зародиш на Духа.

2

Взирам се във мрака:
Там изгрява светлина,
Жива светлина.
Кой е тази светлина във мрака?
Това съм аз самият, какъвто съм в действителност.
Таз действителност на моя Аз
Не навлиза в мойто земно битие.
Аз съм само неин образ.
Но аз отново нея ще намеря,
Когато заради Духа
Премина пак вратата на смъртта.

3

Изпълни ме, о Божествен Дух,
Изпълни душата ми;

На душата ми дай мощна сила,
Мощна сила и на моето сърце,
На моето сърце, що Тебе търси,
Тебе търси със дълбок копнеж,
Със дълбок копнеж за здраве,
За здраве и за смелост,
За смелост, що се лее в моите ръце, крака,
Лее се кат благодатен Божи дар,
Божи дар от Тебе, о Божествен Дух.

4

Всемирната душа се откроява
Разпната на кръста на мировото тяло.
Тя живее светейки с пет лъча:
С мъдрост, със любов, със силата на волята,
С разума вселенски и с азовия разум,
И така във себе си намира
Мировия Дух.

5

Слънцето осветява
Мрака на материята;
Вселекуващият Дух така осветява

Мрака на душата
В моето човешко битие.
Винаги когато си помисля
За неговата мощна сила,
То с истинска сърдечна топлина
Ме прониква със лъчи,
Със своята духовна пълнодневна сила.

6

Покой аз нося в себе си,
В самия себе си аз нося
Силите, които ме укрепват.
Искам и ще се изпълня
С топлината на тези сили,
И ще се проникна

Със силата на мойта воля.
И ще чувствам
Спокойствието как се лее

Из цялото ми същество,
Когато полагам усилие
Спокойствието да намеря
Като сила в себе си
Чрез силата на този мой стремеж.

Мантра-медитация, която обхваща волята

Победоносният Дух
Да възпламени мощта
На плахите души.
Да изгори себелюбието,
Да запали състраданието,
Та саможертвата -
На човечеството животворната река -
Да властва като извор
На духовното възраждане.

2

ЗА ЕДИН ПОЧИНАЛ

“...Останете съвсем спокойни и безмълвни. Три пъти през деня, от които единият път да бъде вечерта и посредствено преди заспиване, така че да пренесете в духовния свят самите мисли. Най-добре е да заспите с мислите:

“Нека моята любов жертвено се влее
Във твоите обвивки,
Които сега те обгръщат -
Да изстуди всеки огън
И да стопли всеки студ!
Живей нагоре носен от любов,
Надарен със светлина!”

Важното е да имате истинско чувство при изразите “жар (горещина)” и “студ”. Това не са физически “горещина” и “студ”, а нещо като чувство за топлина и чувство за студ, макар че намиращият се във физическо тяло човек не може лесно да си състави представа за това, което тези свойства означават за лишените от тела. Човек осъзнава това, едва когато още действа астралното му тяло, без да може да си служи с физическите инструменти, с физическото тяло. Много от това, за което човек се стреми тук на Земята, му се дава чрез физическите органи. Сега тях ги няма. Това отсъствие на физическите сетивни органи е подобно но само е подобно на това да се пренесе в душевната област чувството на изгаряща жажда. Това са силните усещания на “горещина, на жар” след обезпльтяването. Също когато искаме да направим нещо, нашата воля е свикнала да си служи с физическите двигателни органи, но сега тях вече ги няма. Починалият изживява това “лишение” като чувство на студ. Точно срещу тези чувства живите могат да се намесят и да помогнат. Защото тези чувства не са само резултат на индивидуалния живот, а са свързани с мистерията на инкарнацията. По тази причина е възможно да се притечем на помощ на лишения от плът покойник.”

ОБЯСНЕНИЯ, ДАДЕНИ В ЕЗОТЕРИЧНИ УРОЦИ

Езотеричен урок в Берлин на 24 октомври 1905

Единствени бележки на Рудолф Щайнер за езотеричен урок

Мантрата:

По-сияйно от Слънцето,
По-чисто от снега,
По-fino от етера
Е Себето,
Духът в сърцето ми.
Това Себе съм Аз,
Аз съм това Себе.

Тази мантра, тази сентенция всяка сутрин ни въздига до нашия висш Аз. Такива афоризми не се измислят произволно, а са извлечени от духовния свят. В тях се съдържа много повече от онова, което обикновено се мисли. За тях се мисли по правилен начин, ако се предполага, че човек никога не може напълно да проникне до край в тяхното съдържание, а винаги може да намира още нещо в тях, колкото повече се задълбочава в тяхната същност. Ето защо в Езотеричната школа могат да се дадат само указания за това, как човек да търси тяхното съдържание. Няколко указания ще бъдат дадени сега, както следва:

По-сияйно от Слънцето

Ние виждаме заобикалящите ни предмети само когато са осветени от Слънцето. Онова, което ги прави видими, са слънчевите лъчи, отразени от предметите в окото на наблюдателя. Ако нямаше светлина, обектите нямаше да са видими. Те стават видими само чрез тази външна светлина. Така е във физическия свят. Една светлина “по-сияйна от Слънцето” трябва да свети на човека, за да може да вижда душевните и духовните същества и духовните неща. Тази светлина не идва от някакво външно слънце. Тя произтича от светлинния извор, който ние запълваме в самите себе си, когато търсим и намерим вътре в душите си висшето, вечното Себе. Висшето Себе е от друг произход, различен от произхода на нашето нисше Себе. Нисшето Себе възприема всекидневното ни обкръжение. Ала всичко, което се намира в това всекидневно обкръжение, е възникнало някога си и един ден ще премине и няма да съществува. Ето защо и нашите възприятия от него имат само временна стойност. От такива възприятия и от нашите мисли относно тях се изгражда нашето преходно Себе. Всички неща, които стават видими поради Слънцето, някога не са съществували и някой ден отново няма да съществуват. Слънцето също се е появило в дадено време и също ще изчезне някога. Душата обаче тъкмо за това съществува, за да познае вечното в преходните неща. И когато самата Земя вече няма да я има, душите, които са я населявали, още ще съществуват. И онова, което тези души са преживели на Земята, ще го отнесат другаде като спомен. Както ако някой ми е направил някакво добро. Постъпката преминава, ала това, което той е посадил в душата ми, остава. И връзката на любов, която така ме е свързала с него, не преминава. Всичко, което преживяваме, винаги е източник на нещо трайно в нас. По този начин самите ние поемаме трайното от нещата и го пренасяме във вечността. И когато един ден хората бъдат пренесени на съвсем друга сцена, те ще отнесат със себе си онова, което са събрали тук, и техните дела в новия свят ще бъдат изтъкани от спомени за стария свят. Защото няма семе, което да не дава плод.

Ако с някого ни свързва любов, тогава тази любов е семето и ние ще изживяваме плода през цялото бъдеще. Така в нас живее нещо, което е изтъкано с божествената сила, която свързва всички неща заедно във вечната тъкан на Вселената. Това “нещо” е нашето висше Себе. И то е “по-сияйно от Слънцето”. Светлината на Слънцето осветява човека само отвън. Моето душевно Слънце осветява човека отвътре. Затова то е по-блестящо, по-сияйно от Слънцето.

По-чисто от снега

В себе си всяко нещо е чисто. То става нечисто само когато се съедини с нещо, което не би трябвало да се съедини с него. Водата сама по себе си е чиста. Мръсното, което замърсява водата, също би било чисто, ако беше само, ако не би се съединило по неправилен начин с водата. Въгленът сам по себе си е чист. Той става нещо мръсно, ако по неправилен начин се съедини с водата. Когато водата възприеме собствената си форма в снежни кристали, тя отделя от себе си всичко, което неправилно се е съединило с нея. Така и човешката душа става чиста, ако тя отдели всичко, което по неправилен начин се е съединило с нея. А на душата принадлежи божественото, непреходното. Всеки идеал, всяка мисъл за нещо велико и красиво принадлежи на вътрешната форма на душата. И когато тя медитира върху такива идеали, върху такива мисли, тогава тя пречиства себе си, както водата се пречиства, когато се превърне в снежни кристали. И понеже Духът е по-чист от всяко вещество, така и “висшето Себе”, тоест душата, която живее във висините, е по-чиста от снега.

По-фино от етера

Етерът е най-финото вещество. Обаче всяко вещество все пак е по-плътнo по отношение на душата. Не плътното е трайното, а “финото”, “ефирното”. Камъкът, който считаме за вещество, отминава като вещество. Ала мисълта за камъка, която живее в душата, остава. Бог е мислил тази мисъл и от нея е направил твърдия камък. Както ледът е само сгъстена вода, така камъкът е само една сгъстена мисъл на Бога. Всички неща са сгъстени мисли на Бога. “Висшето Себе” обаче разтапя всички неща и тогава в него живеят Божиите мисли. И щом като Себето е изтъкано от такива Божии мисли, затова то е по-фино от етера.

Духът в сърцето ми

Човекът е разбрал нещо само тогава, когато го е схванал със сърцето си. Умът и разумът са само посредници за възприятията на сърцето. Чрез интелекта и разума ние проникваме до Божиите мисли. Но ако при добиваме мисълта по този път, трябва да се научим да я обичаме. Бавно, малко по малко човек се научава да обича всички неща. Това съвсем не означава, че човек трябва да привързва сърцето си без разлика към всичко, което среща, тъй като нашето преживяване първоначално е

измамливо. Но ако човек си направи труда да проучи едно същество или един предмет до неговата божествена основа, тогава той започва също така да го обича. Ако пред мен застане един порочен човек, аз не трябва да обиквам неговата порочност, защото в такъв случай ще направя грешка и никак няма да мога да му помогна. Но ако размисля върху това, как този човек е стигнал до тази порочност и ако му помогна да се освободи от своя порок, тогава аз му помагам, а самият аз достигам до истината. Навсякъде трябва да търся как мога да обичам. Бог е във всички неща, ала божествеността в дадено нещо трябва първо да я потърся. Не трябва направо да заобичвам външния вид на едно същество или на един предмет, тъй като това е измамливо и тогава лесно мога да заобичам неговата грешка. Но зад всяка илюзия лежи истина, а истината човек винаги може да обича. Ако сърцето търси любовта към истината във всяко същество, тогава в сърцето живее Духът, “Духът в сърцето”. Такава любов е дрехата, която душата трябва винаги да носи. Тогава самата душа вътъкава божественото в нещата.

* * *

Участниците в Школата трябва да използват някои от своите свободни минути, за да свързват такива мисли с божествените мъдри слова, които са ни дадени от посветените вследствие на неизмеримо голям жизнен опит. Никога да не мислят, че напълно са разбрали една такава сентенция, а винаги да предпоставят, че в нея все още се крие твърде много повече, отколкото това, което вече са открили. При такова настроение на мисълта човек постига чувството, че във всяка истинска мъдрост се намира ключът към безкрайността и чрез това чувство човек се свързва с безкрайността.

* * *

Не е въпросът да се медитира върху много изречения, а да се остави малкото да живее отново и отново в притихналата душа.

По време на медитацията човек трябва малко да размишлява, а спокойно да остави да му въздейства съдържанието на изреченията, върху които медитира. Извън медитацията обаче, в свободните моменти през деня, трябва да се връща към съдържанието на изреченията и да види какви размисли може да извлече от тях. Тогава те стават жива сила, която навлиза в душата и я прави силна и могъща. Защото когато се свърже с вечната истина, самата душа живее във вечното. А когато душата живее във вечното, тогава висшите същества имат достъп до нея и могат да вложат в нея своята собствена сила.

БЕЛЕЖКИ ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В БЕРЛИН

на 13.04.1906, Разпети петък

ЗА ОБЕДИНЕНИЕТО НА ОТРАЖЕНИЕТО С ПЪРВООБРАЗА АУМ И ИЗТОЧНАТА МИСЪЛ

Всичко физическо около нас възниква и отминава, само първообразите (прототипите) на нещата не възникват и не преминават; те не са сътворени и не умират, те са вечни. Физическата Земя възниква и преминава, но прототипът на Земята е вечен. И в първообраза на Земята се съдържат всички други прототипи на физическия свят. Както и прототипът на Земята и те не възникват и не умират, те също са вечни. Както Земята има своя прототип, така също всеки минерал, всяко растение, всяко животно, всеки човек има своя прототип, който сияе във вечността в своята красота и великолепие. Човек трябва да се научи все повече да се съединява с първообраза на нещата; трябва да се извиси до тях. През живота си той се учи да се свързва с тях чрез спомена. Когато във вечерната ретроспекция ученикът отправя обратен поглед към изминалия ден и си спомня сцените през деня, радостите и болките които е изживял; когато си спомня радостите и болките, свързани със събитията на деня, и отново ги накара като спомен да преминат през душата, той се поставя във връзка с оня живот, който остава да съществува, който още е налице, макар и не в материалната действителност. Чрез своята фантазия човек трябва да извиква обратно събитията на своя собствен живот и живота на другите, да накара да потекат през неговата душа радост и болка, свързани с тези събития: по този начин човек се учи да се извисява до съществата, които се въплътяват в радост и скръб, и се научава да живее съзнателно в душевния свят. Ние постоянно сме заобиколени от такива същества. Тогава се научаваме да ги възприемаме.

Когато се опитваме да извикаме в спомена събития от миналото, при които сме присъствали, това е нещо различно от случая, когато мислим за минали събития, за които само сме чели и слушали. Разликата е в това, че при първите ние сме присъствали с нашия Аз, с нашето Себе. И това е важното. Добре е, когато се упражняваме в това да извикаме обратно в спомена изживявания от нашето минало. Болка, радост, които сме изпитали, в спомена изглеждат съвсем другояче, отколкото някога в тогавашното настояще. Чрез това обратно извикване ние се приближаваме до истинското познание. Виждаме нещата, каквито наистина са в действителност, когато можем да постигнем действително да чувстваме една болка, една радост, която в момента нямаме. Ако сме способни да накараме да изплуват образи от това, което в момента не виждаме, с това се приближаваме до творещата божественост.

Такива учения са давани на учениците в Розенкройцерските училища. Трябвало е по своя воля да оставят да преминават през душите им

удоволствие и неудоволствие, свързани със случки от живота, сега без грубата действителност. Ако по този начин човек накара да се надигат в душата удоволствие и неудоволствие, така той събужда душевните органи. На този, който още не е могъл самият той да постигне това, тогава за събуждане на душевните му органи посветените са му представяли драматични картини, сцени от човешкия живот, при които човек е научавал също без грубата действителност да усети и почувства това, което иначе е свързано със самите събития. Именно това е, което остава от събитията в света. Към това човек трябва да се научи да се извисява.

Човекът ще си спомня за предишни земни животи в такава степен, в такъв обем, колкото се е научил да познава вечното в нещата и колкото самият той е пренесъл в света такава вечно.

Ученикът-йога прави дихателни упражнения. Дишането на обикновения човек е неправилно, неритмично. Йога-ученикът се учи да диша в ритъм. Неритмичното дишане е всъщност едно умъртвяване (Ein Toten). Чрез дъха, който човек издишва, той убива, умъртвява. Докато дишането не е станало ритмично и живо чрез йога-упражнения, човек носи смъртта на себе си и на другите живи същества. Чрез ритмичното дишане на човека става също и индивидуално, индивидуализира се. При диваците и самите им действия са малко индивидуални. Колкото по-високо се издига човек в своето развитие, толкова повече негови те действия и постъпки придобиват индивидуален отпечатък. Обаче и при всички развити човеци най-напред дишането е еднакво; сега човек трябва да се научи да индивидуализира своето дишане. Така с дихателния процес той по характерен начин все повече се включва на работа в околния свят. И колкото повече се включва със своето дишане в околния свят, толкова повече от него остава нещо вечно и непреходно, толкова повече неща, останали от него, ще намери във всичките следващи възплъщения. Чрез ритмичния дихателен процес той крачи из околния свят като сътрудник в космичните процеси. Така човек участва като сътворец тук на Земята.

Докато дишането на обикновения човек умъртвява, дишането на пречистения човек носи живот на околния свят. Въздухът в градовете е по-лош не само защото се замърсява от всякакви физически вещества, а също и защото неритмичното, непречистеното дишане на човека разваля въздуха. Въздухът в градовете е напълно отровно вещество поради неморалността на хората. На село въздухът е по-чист от този в градовете. Там хората в по-голямо спокойствие все още водят по-прост, по-ритмичен живот. Докато човекът в градовете е изпълнен с мисли за хиляди неща, които нахлуват неритмично и в безпорядък в неговия живот, човекът на село има навик да свързва своя живот с ритмичното протичане на природата, с настъпващото и отминаващото, с ритъма на

годишните времена. Съответните работи той предприема всяка година във връзка с природата и така се поставя в много по-вътрешна връзка със световните закони, отколкото гражданинът, който съвсем не се съобразява с тези световни закони. С това ритмично включване в течението на световния живот човекът на село внася също ритмичност в своя живот. Чрез такъв ритъм издишаният от него въздух също става по-ритмичен, по-чист и по-добър.

Растенията отделят чист въздух. Те са чисти, несебични, без желаниа; затова човек се чувства добре сред растенията: те излъчват живот. Обикновеният човек обаче със своето дишане носи на околния свят смъртта. Чрез чист, морален, несебичен живот той трябва да преобрази своето дишане в дишане чисто, животворно и чрез йога-упражнения трябва да го направи ритмично. Тогава трябва да се научи да излъчва в издишването своята индивидуалност, да я отпечата в света: с това той дава живот на околния свят. Чрез продължително обучение по този начин йогът се научава да се изнася и да витае над чисто физическото равнище и да се пренася във вечното. Той се извисява до вечните, непреходните прототипи на нещата, които не възникват и не преминават. Обединява се също със своя собствен прототип. Човекът се ражда и умира физически; за всеки човек обаче там има един прототип; той е вечен.

Научи ли се да се съединява със своя прототип, йогът се е издигнал във вечния свят на Духа; той се носи над преходното. Това е състоянието, за което се казва, че йогът почива на крилата на голямата птица, на лебеда, на Аум.

Аум е преминаването, преходът от отразения, производния образ обратно към първообраза, към прототипа извисяване в непреходното. Това издигане във вечното, себесъединяване с първообраза в Упанишадите е изразено в мантрата:

Йазмат йетам ягат сарвам, ясмин ева пралайате
йенедам драйате кайва, тасмаи ананатмане намах

Това е, което се намира в Източната мисъл. Това е възкръсването на човека от приковаването му към преходното и материалното във вечните области на прототипите. Природата служи като символ за това. Как то около Великден от земята избуява навсякъде нов живот, след като зърното, семето се е пожертвало и е изгнило в земята, за да даде възможност да възникне нов живот, така също трябва всичко нисше в човека да умре. Той трябва да пожертва нисшата природа, за да може да се издигне до вечните прототипи на нещата. Затова Християнският свят празнува в това време пробуждането на природата от зимния сън, от смъртта, както възкресението на Спасителя.

Човекът също трябва първо да умре, та тогава да изживее възкръсването в Духа. Само който преодолее привързаността към преходното, само той

може да стане самият той непреходен като вечния първообраз, който може да почива на крилата на голямата птица Аум. Тогава човекът става същество, което сътрудничи в напредъка на света. Тогава той участва в преобразяване на света за едно бъдещо съществуване. Тогава той от своята душа въздейства магически върху света.

Изначален Аз, от когото ний сме произлезли,
изначален Аз, Ти, който живееш във всички неща,
към Тебе, Аз Всевиш, ние се завръщаме.

БЕЛЕЖКИ ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В БЕРЛИН

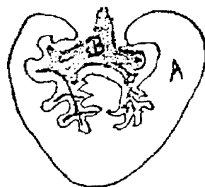
на 2 Октомври 1906

ЗА ИЗГРАЖДАНЕТО НА ДУХОВНОТО ТЯЛО ЧРЕЗ МЕДИТАЦИЯ

В един скромен, в смирен смисъл все пак трябва да повишим нашето самочувствие, че действително сме достойни да участваме в езотерично училище. Дотам не се достига чрез приблизителна горе-долу подготвеност. Фактът, че ние го търсим и сме добили достъп, доказва, че този стремеж ни е изпълвал вече от няколко живота. Животът във не може да ни задоволи, ние не можем да бъдем погълнати от него. Ако можехме, не бихме търсили пътя насам. Светът във представлява пълен разцвет на петата следатлантска култура; наред с този разцвет настъпва зората на шестия Ден, на шестата подраса, на шестата култура. Тя ще бъде много по-духовна. Духовното тяло ще бъде много по-развито. Тя ще бъде пъпката, от която ще се развие шестата коренна раса. Ние, които сме в Езотеричната школа, принадлежим на тази зора на шестата култура. Ние следваме и служим на Великия Творец, който бди над нейното изграждане. Нашата задача е да сътворим от себе си и да родим това духовно тяло. Физическото ни тяло не е нашият Аз и ние не трябва да се идентифицираме с него. Каквото е то сега в тази минерална твърдост, ние трябва да го поддържаме като инструмент за задачите на петата коренна раса. Трябва да го формираме и да си служим с него като инструмент. Над него трябва да има власт нашият Аз.

По-рано нашият Аз е имал другояче устроен инструмент. При четвъртата, при атлантската коренна раса, която още не е познавала отделянето от Слънцето и дъжда, която се движи през носещите се облаци, тялото на човека е устроено в някои отношения другояче, но нашият Аз е същият. Още по-различни са телата на Лемурийската раса, особено в началните стадии, когато те се движат носейки се във водния и въздушния елемент. При тях работи същият Аз. Нашето физическо тяло е родено от Макрокосмоса. Изградил го е външният свят. От нашето физическо тяло нашият Аз трябва да роди духовното тяло. Нашето духовно тяло се нарича Аتما. Аتما означава дишане (Атем). Чрез регулиране на

дишането по време на медитация ние изграждаме нашето духовно тяло. Фактически с всяко дишане ние вдишваме и издишваме нашия Аз. Тази схема ни помага да онагледим какво става фактически. Вътре в нашето изградено от боговете външно тяло ние формираме нашето духовно тяло. С всяко вдишване Азът се влива в него и отново се излъчва при издишване. Като регулираме дишането и се концентрираме в различни места на тялото си, ние снабдяваме своето духовно тяло със



А: физ. организъм, физ. тяло, етерно тяло, астрално тяло

Б: Манас, Будхи, Атма (Дух-Себе, Дух-Живот, Дух-Човек)

силите, необходими за неговото изграждане. Самият Аз се намира в непосредствена връзка с мястото в предната част на главата зад и малко над корена на носа; с ларинкса е свърза но мисленето; с ръцете чувстването; с краката и изобщо с долната част на скелета е свързана волята. С помощта на регулираното дишане, ние вливаме в своето тяло тези сили и така си изграждаме духовното тяло.

В Духа бе заложен зародишът на моето тяло...

(Виж мантрата на стр.... 75-55)

Записки от друга ръка на същия урок

В хода на неговото вътрешно развитие на ученика ще бъдат давани определени упражнения, чрез които той трябва да извае своя духовен човек. Той трябва да предприеме дихателни упражнения според задание то на своя учител. Тези дихателни упражнения са за това да го водят към одухотворяване. В себе си човекът има един орган, който при вдишване се изпълва с въздух и при издишване пак остава празен. При вдишване въздухът навлиза в този орган до най-fino разклоняване. Този орган е белият дроб. Във въздуха живее духът на човека. Когато вдишва, човекът вдишва своя Дух и когато издишва, той издишва своя Дух. Духът на човека все повече се развива. Така на смени Духът на човека се намира ту вътре в човека, ту вън в света. Чрез вдишването и издишването се подпомага растежът на духовния човек.

Много е важно при издишването какво човек дава на своя Дух да отнесе със себе си. Чрез тези мисли се изгражда неговият Дух. Чрез всяка мисъл, която поверява на издишания дъх той изгражда своя Дух. Човекът не е имал винаги такъв орган за вдишване на въздух. Ако се върнем на предходните планети, ще видим, че на Старата Луна са живели същества,

които са вдишвали огън, а не въздух. Както сега човекът вдишва кислород и издишва въглена киселина, така те са вдишвали огън и са издишвали студ.

Ще дойде време, когато хората няма да вдишват и издишват въздух. Както сега на Земята човек сам при готвя своята топлина чрез своя топлинен орган, какъвто е сърцето с кръвообращението, така по-късно той ще има вътре в себе си въздушен орган, който ще снабдява организма с това, което ние днес поемаме от въздуха; както днес топлинният орган ни снабдява с топлина, която по-рано на Луната съществата са всмуквали и вдишвали от околния свят. В бъдеще самите хора ще могат да си изработват необходимия им въздух вътре в себе си. Когато това бъде достигнато, тогава те няма да поемат въздух от обкръжението, няма да е необходимо да живеят във въздуха. На по-късна степен, на Юпитер, хората ще живеят в светлината и ще вдишват светлина, както те сега вдишват въздух и както на Старата Луна са вдишвали топлина.

Ще дойде време, когато още на тази Земя човек ще живее само когато ще употребява тялото си само като инструмент. Това време си проправя път още сега. Наистина сега ние живеем в петия Ден на човечество то, в петата раса от развитието на Земята, но в духовния свят вече е настъпило времето на зората на шестия Ден. Там човечеството вече живее в зората на шестия Ден.

БЕЛЕЖКИ ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В БЕРЛИН

на 14 Ноември 1906

СЪБУЖДАНЕТО НА ЧОВЕКА ЗА СЕБЕСЪЗНАНИЕТО

В тези доклади трябва да бъдат обяснени по-отблизо упражненията, които има да правят онези, които се намират в окултно обучение. За този, който още не прави тези упражнения, дадените обяснения трябва да му бъдат подготовка за времето, когато той също ще ги изпълнява. Великите учители на мъдростта и на хармонията на усещанията ни ръководят в нашата вътрешна борба за познание. Едно много познато упражнение е това, че човек най-напред се концентрира в точката на корена на носа между веждите и навътре в главата, след това в ларинкса, после в точката, разтеглена по линията от раменете през ръцете до китките и най-после в точката, която се разпространява върху цялата повърхност на тялото. В тайното учение за тези линии и повърхности също се говори като за точки. Сега искаме да се научим да разбираме това упражнение по-добре. Това налага мислено да отидем назад във времето и да се пренесем в Лемурийско време. Тогава нещата на Земята изглеждаха съвсем другояче. Което днес е твърди скали, там течеше като вода. Въздух в днешния смисъл нямаше; Земята беше обгърната в горещи пари. Много метали, които днес са твърди, там бяха във форма на пара или течаха като вода.

Паровата атмосфера беше проникната от етерни течения, както днес от въздушни течения. На такава земя живееше човекът. Но той беше един вид риба-птица и се движеше плувайки или носейки се в атмосферата. Тогава настъпва едно важно събитие в човешкото развитие човекът си изгради кожа и така се отдели от околния свят като едно самостоятелно същество. Дотогава човекът не беше се отделил от околната среда и теченията на целия свят го проникваха; тогава обаче той се отдели чрез кожата. Това отделяне беше предизвикано от едно съвсем определено етерно течение.

След известно време настъпи друго значително събитие. Човекът се изправи и с това даде определена насока на своя стремеж и на своето поведение. Преди това тялото на човека имаше посока като при днешните животни. След това човекът можа да оформи предните си крайници, ръцете и китките, каквито са те днес, тоест да ги пригоди за работа в същинския смисъл на думата. Оттогава човекът започва за първи път да работи самостоятелно и да развива индивидуална карма. Никое животно не може това. Само същество с изправена походка твори собствена карма. Това е предизвикано от едно второ специално етерно течение.

Едно трето етерно течение имаше за резултат трето важно преобразуване. Сега, когато човекът разви изправена походка, можаха да се образуват белите дробове, каквито само човекът ги има, и във връзка с това се изгради ларинксът от крехка и чувствителна етерна субстанция. Сега можеше постепенно да се развие човешката реч.

Чрез едно четвърто етерно течение беше изграден органът между веждите до корена на носа и с това човекът за пръв път се събуди за себесъзнание: преди това той притежаваше само себечувстване.

Сега, ако насочи вниманието си твърдо и енергично само върху една от четирите точки, следователно в корена на носа, или върху ларинкса, или върху ръцете и китките, или върху цялата кожа и свърже тези упражнения с едно съвсем определено слово, с една съвсем определена мантра, която бива предавана само от уста на уста, от учител на ученик, тогава човек влиза във връзка с въпросното етерно течение, което е предизвикало промяната в човешкото тяло. Окултното обучение се състои преди всичко в това да си на правим съзнателни процесите, които работят несъзнателно в нашето тяло. Ние трябва да влезем в съзнателна връзка със силите на Космоса.

Ако кръстоса ръцете си така, че дясната китка да легне върху лявата и се концентрира в така поставените китки във връзка с точно определено слово, при условие, че упражнението бъде правено достатъчно често с най-голяма енергия и издръжливост, човек скоро ще забележи, че ръцете се стремят да се отделят, че те сами се разгъват. Това е позата на средновековните светци. Това упражнение има също своето определено

значение. През човешкото тяло постоянно циркулират етерни течения от Космоса. Едно такова течение навлиза през главата, продължава в дясното стъпало, оттам в лявата китка, после в дясната китка, след това в лявото ходило и оттам обратно в главата. Представим ли си човека застанал в описаното положение с разтворени встрани ръце, така етерното течение има формата на пентаграм. Лошо би било за човека, ако течението не навлизаше през главата, а през ходилата. През стъпалата минават всички лоши въздействия в човешкото тяло. Тях ги използва черната магия, черните магьосници.

Но това течение циркулира в човека не само когато той се намира в тази особена поза, а винаги, макар ръцете да са събрани заедно или краката свити. През човешкото тяло вибрират пет различни етерни трептения. Едното от тях циркулира също и в твърдата субстанция и затова се нарича “земно”, понеже може да прониква и в твърдата земя.

Тези пет течения циркулират в човека и го поставят във връзка с целия Космос.

Същността на човека е изтъкана от Духа. Ние сме родени от Духа, слезли сме в материята и отново пак се връщаме обратно към Духа. Теченията, които са действали при нашето слизване в материята, сега трябва да станат съзнателни за нас. Връщаме се по същия път, по който сме дошли, но правим това съзнателно.

Това, което запалваме в себе си с тези упражнения, човечеството ще развие тепърва през шестата коренна раса. В Духовната наука една коренна раса се нарича един Ден на Творението. С това ние трябва да подготвим шестия Ден на Творението. Ние сме в зората на шестия ден на Сътворението.

Слизането от Духа, животът в материята и възвръщането към Духа е изразено в три букви:

А У М

БЕЛЕЖКИ ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В МЮНХЕН

на 6 юни 1907

ОСНОВИТЕ ЗА ЕЗОТЕРИЧНО ОБУЧЕНИЕ

Трябва да сме наясно кои са в действителност основите на езотеричното обучение и каква е истинската им същност. Училището, към което принадлежим, е организирано така, че в него има различни кръгове. Всички новодошли са “търсещите”. Напредналите са “упражняващи се”. И тогава настъпва същинското “обучение”. Нашето училище е разделено на тези три кръга. Ние всички влизаме в това езотерично училище, за да развием вътре в себе си известни органи, които да ни направят способни сами да изживяваме по-висшите светове. Как човек развива органи в себе си? Всички наши органи са породени от предишна наша дейност. Да

онагледим това с един пример: Било е време, когато всички ние не сме имали очи. Тогава човекът се е движел, като се е носел и плувал в едно воднисто праморе. За да се ориентира, той е имал един орган, който е останал днес само като рудимент. Това е тъй наречената шишарковидна жлеза /епифиза/. Намира се горе в средата на главата, обърната малко навътре. Може да се види при някои животни, като се отвори черепната обвивка. С този орган прадревният човек е могъл да възприема дали приближава полезно или вредно нещо. Преди всичко обаче това е бил орган за възприемане на топлина и студ. Когато Слънцето е огрявало Земята, човекът наистина не го е виждал, обаче епифизата го е насочвала към мястото на воднистото море, където Слънцето е стопляло водата. И тази топлина му е доставяла чувство на голямо блаженство. На такива места във водата човекът е оставал дълго време и е идвал чак до повърхността, където слънчевите лъчи са могли да го срещат. И поради това, че слънчевите лъчи са падали направо върху неговото тяло, са се образували нашите очи. Следователно за да възникнат очите, две неща са били необходими: трябвало е първо Слънцето да свети надолу към Земята и, от друга страна, хората е трябвало да доплуват до затоплените от Слънцето места и да се изложат на Слънцето. Ако по онова време хората не са правили това, а са си казвали: Аз искам да развиям само това, което вече се намира вътре в мене, те са щели да развият все по-голяма епифиза като един чудовищен орган, обаче никога не биха получили очи. Точно така трябва да мислим сега при развиване на духовните очи. Не трябва да си казваме: Висшите светове се намират в мене, искам да развиям само тях. Онези хора също не можеха да развият Слънцето от вътре в себе си, обаче развиха органите, за да го виждат. Също така ние можем само да изградим органите, за да виждаме духовното Слънце, да виждаме висшите светове, но не можем да ги изградим от себе си. Никога не можем да си развием органите, ако, от една страна, не ни огрява Слънцето и ако, от друга страна, не побързаме да застанем така, че то да може да ни огрява. Местата, където духовното Слънце свети за нас, това са езотеричните училища, и всички лица, които се занимават в езотеричните училища, биват огрявани от неговите лъчи, ако тези лица работят съответно по указанията на училището.

Всеки орган, който има минало, ще има и бъдеще. В бъдеще епифизата също ще бъде важен орган. И лицата, които са в езотеричните училища, вече работят за нейното изграждане. Упражненията, които получава ме, действат не само върху астралното и етерното тяло, но също и върху епифизата. И когато въздействие то е много силно, то минава от епифизата в лимфните съдове и оттам в кръвта. Но в бъдеще изградена епифиза ще имат не само лицата, които правят сега окултни упражнения, а всички хора. И при хората, които ще образуват злата раса, тя ще бъде

орган за най-лошите и най-страшните импулси и ще е толкова голяма, че ще съставлява най-голямата част на тялото. Както много мушици изглеждат в далечината като рояк мухи, така тогава много жлезоподобни тела бавно ще се движат и самата Земя, гледана от Всемира, би могла да изглежда като една голяма жлеза. Обаче при лицата, които изграждат своята епифиза по правилен начин, тя ще бъде един много благороден и съвършен орган.

Сега ще разгледаме дадените упражнения по-отблизо, за да разберем, че тези упражнения служат да направят душите ни чувствителни за духовните лъчи на Слънцето.

Като подготовка за същинските окултни упражнения служат до известна степен шестте съпровождащи /допълнителни/ упражнения. Който им се отдаде с искрена сериозност и старание, те ще произведат в него онова основно устройство на душата, което е необходимо, за да се добият подобаващите плодове на окултните упражнения.

1. Контрол на мислите: Най-малко пет минути на ден човек трябва да се освободи и да разсъждава върху една по възможност незначителна мисъл, от която преди това никак не се е интересувал, като свързва логически с нея всичко, което може да се мисли на тази тема. Важното е темата да е незначителна, тъй като тъкмо насилието, което човек упражнява върху себе си да остане дълго при нея, е това, което събужда спящите способности на душата. След известно време човек забелязва в душата си чувство на твърдост, устойчивост и сигурност. Не трябва обаче да си представя, че това чувство често ще го сполетява. Не, то е съвсем фино, нежно; за него човек трябва да се ослуша, за да го долови. Които твърдят, че съвсем не са могли да усетят това чувство в себе си, приличат на хората, които излизат да търсят между много други предмети един съвсем малък и фин предмет. Те наистина търсят, обаче гледат само нагоре и не могат да намерят малкия предмет, пропускат го. Човек трябва да се ослушва съвсем притихнал, тогава усеща това чувство и то наистина се издига предимно в предната част на главата. Усетил ли го е човек там, тогава то се разлива в мисълта в мозъка и в гръбначния мозък. Постепенно човек забелязва, че лъчи минават от предната част на главата чак до гръбначния мозък.

2. Инициатива за действие: За това човек трябва да си избере едно действие, което той сам си е измислил. Който например вземе като упражнение за дейност поливането на едно цвете, което изпълнява като по разписание, той върши нещо съвсем безцелно. Тъй като действието трябва да произлиза по собствена инициатива, следователно той сам трябва да си го е измислил. Тогава скоро се забелязва едно чувство като:

“Аз мога да върша нещо”, “Аз съм повече деен и усърден отколкото преди”, “Аз чувствам порив за дейност”. В действителност човек чувства това в цялата горна част на тялото. Тогава той се опитва да накара това чувство да потече към сърцето.

3. Извисяване над удоволствие и неудоволствие, над наслада и страдание. Понякога човек го прихваща да плаче. Тогава е време да прави това упражнение. С всички сили той се заставя сега да не плаче. Това важи също и за смеха. Когато му дойде настроение да се смее, той се опитва да не се смее, а да остане спокоен. Това не значи, че човек не трябва вече да се смее, а за това да се владее, да стане господар на смеха и плача. И ако така си надвие няколко пъти, скоро ще усети чувство на покой и равновесие, на спокойствие и безстрашие. Той оставя това чувство да се разлее през цялото тяло, като потича от сърцето към ръцете и китките, за да премине през китките в действията и постъпките. След това го оставя да потече към краката и накрая в главата. Това упражнение постига сериозно себенаблюдение, което човек трябва да прави най-малко четвърт час на ден.

4. Позитивитет: Човек трябва да може във всяко зло да намира зрънцето добро, във всяко грозно – красивото, също във всеки престъпник – искрата божественост. Тогава получава чувството като че ли се разширява от кожата си навън. То е подобно на чувството за разширяване, уголемяване, разрастване, каквото етерното тяло има след смъртта. Усети ли това чувство, човек го оставя да се излъчва през очите, ушите и цялата кожа, главно през очите.

5. Непредубеденост: Човек трябва да поддържа пъргав своя ум, да е винаги способен да възприема още нови неща. Ако някой ни разкаже нещо, което звучи невероятно, ние трябва все пак да оставим в сърцето си едно ъгълче, където да си кажем: Този все пак може да е прав. Това не иска да ни направи безкритични, ние можем да проверим. Тогава ни обзема чувство сякаш нещо се втича отвън в нас. Това го поемаме през очите, ушите и цялата кожа.

6. Равновесие: Предшестващите пет усещания сега трябва да бъдат приведени в хармония, като на всички тях се отдава еднакво внимание. Не е необходимо тези упражнения да се правят точно по един месец. Трябва изобщо да им се отдаде определено време. Важното в случая е тези упражнения да се правят в тази последователност, в този ред. Който прави второто упражнение преди първото, няма да има никаква полза от това. Тъй като тъкмо редът е важен тук. Някои даже смятат, че трябва да

започнат с шестото упражнение, с хармонизирането. Но как ще хармонизира нещо, когато там няма нищо? Който иска да прави упражненията не в посочения ред, те няма да му донесат никаква полза. Както ако някой трябва да направи по едно тясно мостче шест крачки, а той иска да направи най-напред шестата крачка, също така е безсмислено да иска да започне с шестото упражнение.

* * *

Тогава повечето от нас получиха една сутрешна медитация. Тя трябва да се прави сутрин рано в час, който всеки сам си определи и който той по възможност строго спазва. Най-напред се вдълбочава в седем реда. При някои от нас те звучат по следния начин:

В чистите лъчи на светлината
Всевишният блести.
В чистата любов към всички същества
просиява божествеността на моята душа.
Аз почивам в лоното на Бога;
аз самият ще заста на пред Бога на света.

При медитацията не трябва да се спекулира върху тези седем реда, а изцяло да се живее в тях. Трябва да си ги представим наистина картинно, живо, образно. Следователно:

В чистите лъчи на светлината

Тук човек чувства да го обливат като река, като водопад лъчите на светлината, които се леят върху него от всички страни; той вижда техния блясък колкото е възможно по-ясно.

Всевишният блести

Човек си представя, че това, което в лъчите се лее върху него, е самият Бог; стреми се да го почувства и да го поеме в себе си.

В чистата любов към всички същества
просиява божествеността на моята душа

Човек си представя как оставя божествените лъчи, които е поел в себе си, отново да се излъчат от него за щастието на всички живи същества.

Останалите три реда трябва да събудят в ученика представата и усещането, че той целият е положен като в легло, като в люлка в божествените лъчи и че самият той се намира в тях. Който си представи това особено картинно, може накрая да си представи също едно дърво, което той обича и към което се завръща.

След тези седем реда ни се даваше една дума или изречение за съсредоточаване. Тази концентрация върху изречение или дума, например думата “Starke сила”, е много важна. Това е един вид афоризъм, сентенция, силова дума, която е подходяща за душевното устройство на всеки отделен ученик. Тази дума трябва да прозвучи в душата приблизително така, както когато се удари камертон. И както когато

човек се заслушва, за да чуе звученето на камертона, така трябва след потъването в думата да я остави тихо да звучи в душата и да се отдаде на въздействието на тази дума или сентенция върху душата му.

В заключение ученикът се потопява още пет минути в своя собствен идеал. Без значение е какъв е този идеал, важно е да се произведе правилно душевно настроение. Дали се мисли за Учителя или за звездното небе е все едно. Идваха атеисти, които мислеха, че нямат абсолютно никакъв божествен идеал. Но те можаха да се насочат към звездното небе, което все пак изтръгва от всеки човек чувство на страхопочитание и благоговение.

Който веднъж е започнал тези упражнения, трябва да остане при тях и да не прекъсва, ако те не му допаднат. Астралното и етерното тяло скоро привикват и ако не ги получават, те се бунтуват. Прекъсване или пълно прекратяване при всички обстоятелства е много опасно.

Важна е също вечерната ретроспекция. Тя трябва да се прави отзад напред. Към нея трябва да привикнем за възприемане на астралния план. При ретроспекцията човек трябва да си представя всичко по възможност най-картинно. Разбира се, в началото, ако човек е имал осем значителни изживявания през деня, не всички да призовава картинно пред душата си. Трябва да прави разумен избор, докато впоследствие целият живот през деня се разгъва като табло пред душата. И пак много по-важни са малките незначителни постъпки, тъй като тъкмо напрежението е това, което събужда силата на душата.

КРАТКА БЕЛЕЖКА ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В БЕРЛИН

на 9 октомври 1907

ЗНАЧЕНИЕ НА ГОДИНАТА 1879. ОБСЪЖДАНЕ НА ЕДНА МЕДИАТИВНА ФОРМУЛА

Всичко, което се говори в езотеричен урок, ни се доставя непосредствено от посветените, от учителите, и този, който преподава, е само инструмент на тяхното намерение.

Разликата между един екзотеричен и един езотеричен урок се състои в това, че там се получават учения, знания; тук нещо се изживява. Учителите постоянно говорят на хората, но само подготвените, чиито души са отворени, та учителите да намерят вход до тях, само те могат да чуят техния глас. Езотеричната работа е от голямо значение за развитието на света, но също така и за стоящия в най-обикновеното, най-ниското социално положение човек.

Годината 1879 е много важна в развитието на човечеството поради едно събитие, станало в астралния план: от нея нашата култура получава друга насока.

В 1250 година е началото на едно духовно течение, което достига своята връхна точка в 1459 година: когато Християн Розенкройцер е издигнат в рицар на Розенкройцерството, на Кръста с розите. Тогава /1510/ започва епохата, която в окултизма се нарича епохата на Гавраил. В 1879 година започва епохата на Михаил; следващата ще бъде епохата на Орифиел. Тогава ще вилнеят големи борби между хората. Затова сега се подготвя една малка групичка, която е определена да запали факела на духовното знание да свети в онази мрачна епоха.

* * *

Обсъждане на медиативната формула: “В чистите лъчи на светлината”.
Медиативно представяне на отделните строфи:

В чистите лъчи на светлината
Всевишният блести.

Ето Божеството се разлива като сребърна блестяща лунна светлина върху външния свят: ние се чувстваме като проникнати и залени от тази светлина.

В чистата любов към всички същества
просиява божествеността на моята душа

След отварянето ни за околния свят, където търсим да познаем Бога, ние се потопяваме вътре в душата си и чрез любовта, която ни свързва с всички същества, намираме връзката с Бога и чувстваме божествеността на своята душа.

Почивам си във лоното на Бога

Думата “Ruhe покой, спокойствие, тишина” има магическа сила. Комуто се удаде да се концентрира в нея и я остави да му въздейства, той чувства като че ли целият е обзет от чувство на покой и мир, като че ли това чувство клокочи навсякъде в него. Докато чувстваме в себе си връзката с Бога, ние имаме в душата си този покой и този мир: покой ни обгръща, мир прониква в нас.

Самият аз ще пребивавам
в лоното на Бога

И сега в нас се явява представата как в една светла точка, в една блестяща искра, която в далечината сияе към нас и към която ние се стремим как в нея ние всъщност ще се намираме в лоното на Бога.

БЕЛЕЖКИ ОТ ЕЗОТЕРИЧНИЯ УРОК В МЮНХЕН

16 януари 1908

ЗА ДИХАТЕЛНИЯ ПРОЦЕС

В нашия последен езотеричен урок ставаше дума за великите закономерности на духовния живот, както те се разкриват в течение на развитието на човечеството; ставаше дума за великите духовни сили, които ръководят всичко, което се случва на физическия план и които

взаимно се сменят, а днес ще говорим за законите на духовния живот по един по-интимен начин, както те действат в самата душа на човека.

Който се занимава в окултното училище, е в известен смисъл очакващ, търсещ. Той очаква да му се разкрие някой ден един нов свят освен света, който той сега възприема. Той очаква да може един ден да каже: Аз виждам един нов свят; между всички неща, които досега можех да възприемам в пространството, виждам изобилие от духовни същества, които преди това бяха скрити за мене.

За да ви стане това съвсем ясно, трябва отново да извикате пред душите си седемте състояния на съзнанието, през които човекът е преминал в течение на своето развитие. Първото състояние на съзнанието, което човекът е имал, е било една смътна, сумрачна степен на съзнанието, с което той се е чувствал едно с Космоса; това състояние наричаме Сатурново съществуване. При Слънчевото съществуване обхватът на съзнанието намалява, но за сметка на това то става по-ясно. След това по време на Лунното съществуване съзнанието е било подобно на това, което ние изживяваме като последен остатък при нашето сънуване; било е неясно картинно съзнание. Тук на Земята имаме ясното дневно съзнание, което ще се запази и когато на Юпитер човекът отново ще се издигне до картинното, до образното съзнание, така че тогава там ще имаме ясно картинно съзнание. След това човекът ще се издигне до две по-висши състояния на съзнанието, до инспиративното и интуитивното състояние на съзнанието. Така нашето ясно дневно съзнание се намира по средата между смътното картинно съзнание на Луната и ясното картинно съзнание на Юпитер. И това, което езотерикът очаква да му се разкрие един ден, е Юпитеровото съзнание. В бъдещето ще се разкрие на всеки един от нас, при един по-рано, при друг по-късно. Това зависи от степента на вътрешната зрялост.

Сега обаче Юпитеровото съзнание в своите първи зародиши е налице у всеки човек. Бъдещото съзнание вече е загатнато по съвсем нежен начин, само че човекът не е в състояние да го забележи. В голямата си част езотеричният живот се състои тъкмо в това, че ученикът се учи правилно да тълкува тези неуловими процеси в себе си и в своето обкръжение. Също старото Лунно съзнание още не е напълно изчезнало, то още съществува в своите последни рудименти. Двете състояния при днешния човек, в които още се намира старото Лунно съзнание, а в другото вече новото Юпитерово съзнание, са дадени в чувството срам и в чувството страх. В чувството срам, при което кръвта напират към повърхността на тялото, още живее последен остатък на Лунното съзнание, а чувството страх, при което кръвта се втича към сърцето, за да намери там здрав център и твърда опора, предизвестява Юпитеровото съзнание. Така нормалното дневно съзнание се колебае между тези две страни.

Ако почувстваме срам за нещо и лицето ни се изчерви от засрамването, ние изпитваме нещо, което напомня за Лунното съществуване. Представете си един лунен човек. Той още не е могъл да казва за себе си “Аз”, а е живял в едно смътно, сумрачно картинно съзнание, разположен изцяло в астрални сили и същества, с които се е чувствал едно и в пълна хармония. Помислете си само, мои сестри и братя, у един такъв лунен човек да се събуди някой ден чувството: “Аз съм един Аз. Аз съм различен от другите, аз съм самостоятелно същество и всички други около мене ме гледат.” Тогава чувство на срам щеше да изгаря целия лунен човек отгоре до долу; той би се опитал да изчезне, да потъне от срам, ако би могъл да почувства такова подранило азово чувство. Така също и ние, мои сестри и братя, когато ни обземе чувство на срам, бихме желали да изчезнем, да потънем в земята, да премахнем нашата индивидуалност. Представете си как древният лунен човек е бил поставен и се е намирал в хармония със силите и съществата на своето обкръжение. Когато го е приближавало някое враждебно същество, той не е размишлявал, а инстинктивно е знаел как трябва да го избегне. Действал е с чувството, което, ако би го съзнавал, то би могло да се изрази по следния начин: “Знам, че закономерността не действа така, че да ме разкъса това диво животно, а че световната хармония е такава, че да ми се даде средство, което да ме пази от моите врагове.” Така древният лунен човек се е чувствал съвсем непосредствено в хармония със силите на Вселената. И ако тогава в него би се събудило чувство за Аз, то веднага би нарушило тази хармония. И действително, когато чувството за Аз е трябвало да проникне човека на Земята, то все повече и повече го е водело в дисхармония с неговото обкръжение. Посветеният, ясночувашият чува как Вселената звучи във величествена хармония и когато сравни с нея тоновете, които достигат до него от отделните човеци, то при всеки човек днес се получава дисонанс, при един повече, при друг по-малко, но при всекиго имаме дисонанс. И вашата задача е в течение на вашето развитие все повече да разтваряте и превръщате този дисонанс в хармония. Този дисонанс е възникнал чрез себичността, чрез индивидуалността, но това е било мъдро аранжирано от Духовните Сили, които владеят и ръководят Вселената. Ако човеците бяха останали постоянно в хармония, те никога нямаше да достигнат самостоятелност. Дисонансът е допуснат, за да може човекът отново да достигне хармонията свободно, по своя воля и със свои сили. Себесъзнателното азово чувство трябваше да се развие най-напред за сметка на вътрешната хармония. Щом настъпи времето, в което засвети Юпитеровото съзнание и човекът отново дойде в хармонична връзка със силите на Космоса, той ще пренесе и ще запази своето себесъзнателно азово съзнание в новото

състояние на съзнанието, така че тогава човекът ще бъде един самостоятелен, индивидуален Аз и въпреки това в хармония с Вселената. Видяхме, че в чувството страх вече се загатва Юпитеровото съзнание. Когато обаче едно бъдещо състоя ние започне да настъпва преждевременно, тогава то винаги е прибързано и не на място. Ще ви онагледа това с един пример. Ако в парник бъде доведено до цъфтеж през май едно цвете, което според своя вид трябва да цъфти през август, то когато дойде същинското му време, няма да даде цветове; силите му ще са изчерпани и няма да съответстват на условията, в които е поставено. То трябва също да загине през май, щом като бъде изнесено от оранжерията, тъй като не подхожда на естествените условия на това годишно време. Точно това става при чувството страх. То също не си е на мястото днес и още по-малко в бъдеще. Какво става при чувството страх? Кръвта се изгласква в центъра, натиска се в сърцето, за да си създаде там здрава опора, за да направи човека силен срещу външния свят. Това го върши най-съкровената сила на Аза. Тази сила на Аза, която действа върху кръвта, тя трябва да става все по-съзнателна и по-крепка и на Юпитер човекът ще може напълно съзнателно да насочва своята кръв към своя център и по този начин да става силен. Ето защо чувството страх, което е свързано с този приток на кръвта, днес е неестествено и вредно. В бъдеще не трябва да бъде така; тогава трябва да действат само силите на Аза, да действат без страх.

В течение на човешкото развитие външният свят ще става все по-враждебен към нас. Вие трябва все повече да се учите да противопоставяте своите вътрешни сили на нападащия външен свят. При това страхът трябва да изчезне. И това е необходимо особено за този, който преминава през езотерично обучение. За него е абсолютно необходимо да се освободи от всяко чувство на страх и тревога. Страхът има известно оправдание само доколкото да ни направи внимателни и да осъзнаем, че трябва да станем силни, обаче всякакви страхове и тревоги, които измъчват човека, трябва да изчезнат напълно. Какво ще се случи, ако човекът още продължава да изпитва страх, когато се установи Юпитеровото съзнание? За човека там външният свят ще бъде много, много по-враждебен и по-страшен, отколкото е днес. Който не е отвикнал и не се е отървал от страха тук на Земята, там, на Юпитер, ще попада от един ужас на друг.

Сега вече това състояние все повече се подготвя във външния свят. И това все по-ясно ще става на човека в онова страшно време, което ще настъпи под управлението на Орифиел, за когото ви говорих последния път. Там човекът трябва да се е научил да стои здраво, да устоява. Самата наша днешна култура създава онова ужасно чудовище, което ще заплашва човека на Юпитер. Погледнете гигантските машини, които

днешната човешка техника конструира с цялото си остроумие и проникателност. В тях човекът си създава демоните, които в бъдеще ще беснеят срещу него. Всичко, което човекът днес изгражда като апарати и машини, в бъдеще ще придобие живот, ще оживее и по ужасен начин враждебно ще се противопоставя на човека. Всичко, което се създава заради ползата, поради личен или групов егоизъм, в бъдеще ще бъде враг на човека. Днес ние премного се питаме за ползата от това, което правим. Ако искаме действително да под помогнем развитието, трябва да питаме не за ползата, а много повече за това, дали дадено нещо е красиво и благородно. Трябва да действаме не само според принципа на изгодата, а от чистата радост пред хубаво то и красивото. Всичко, което човекът днес върши, за да задоволи своите потребности от изкуството, което прави от чиста любов към красивото, в бъдеще то също ще оживее и ще допринесе за извисяване на човека, ще подпомогне неговото развитие. Страшно е обаче да виждаме днес как хиляди хора от най-ранно детство се насочват само към дейност, която носи материална изгода, и за цял живот се откъсват от изкуството, от всичко красиво и художествено. И в най-бедните училища трябва да се окачват най-прекрасните творения на изкуството, което ще донесе безкрайна благодат в човешкото развитие. Човекът сам гради своето бъдеще. Можем да си съставим понятие за това, как приблизително ще бъде положението на Юпитер, ако сме наясно, че днес не съществува абсолютно Добро и абсолютно Зло. Във всеки човек днес Доброто и Злото са смесени. Доброто трябва винаги да си казва, че то има само малко повече добро, отколкото Злото. На Юпитер обаче Доброто и Злото няма да бъдат смесени, а човеците ще бъдат разделени на напълно добри и напълно зли. И всичко красиво и благородно, на което се отдаваме днес, служи за засилване на Доброто на Юпитер; и всичко, което се прави от егоистична гледна точка и от гледна точка на ползата, усилва Злото.

За да може да се противопоставя на злите сили на бъдещето, човекът трябва да вземе в ръцете си вътрешната сила на своя Аз, трябва да може съзнателно да регулира кръвта си така, че да му дава силата срещу Злото, обаче без всякакъв страх. Той трябва да владее и да управлява силата, която кара кръвта да тече на вътре. Не трябва обаче да се загубва другата способност, способността да кара кръвта да тече от сърцето към повърхността. Юпитеровото състояние по определен начин ще означава също възвръщане към старото Лунно състояние и човекът отново ще дойде в хармония с великите световни закони, пак ще се чувства едно с тях. Отново ще постигне способността да се слива със световните сили, обаче това няма да става несъзнателно и смътно, както е било на Луната, а на Юпитер той ще запази своето ясно дневно съзнание и своето себесъзнание за Аза и така ще живее в хармонията на Вселената. Човекът

трябва да може съзнателно да кара силите на своя Аз да се излъчват от сърцето навън. Следователно трябва да насочва силите на своя Аз към центъра, когато срещу него приближава враг, а също съзнателно да ги излъчва навън. Само така ще може да се оправя в бъдещите отношения.

Който се стреми към вътрешно развитие, още днес трябва да започне постепенно да поставя тези сили все повече под своя власт. За да постигне това, той трябва да се научи да направи дишането си съзнателно, съзнателно да издишва и вдишва. Когато човекът вдишва, тогава в дейност встъпват силите на Аза, които го свързват с онези сили на Космоса, които се излъчват от сърцето навън. Когато издишва и тогава задържа дишането, тогава в действие онези сили на Аза, които се съсредоточават навътре към сърцето и там му създават стабилен център и здрава опора. Когато прави своите дихателни упражнения съзнателно, ученикът постепенно се научава да подчинява и да управлява силите на своя Аз. Никой да не мисли, че може да предприеме такива упражнения, ако не е получил указания за това. Всеки ще ги получи в подходящо време. Също така никога не е твърде рано за този, който още не прави такива упражнения, да се запознае със смисъла на тези упражнения и да ги разбере. Тогава по-късно те ще се окажат много плодородни за него. Така и вие, мои сестри и братя, трябва да получавате все повече разбиране също и за неуловимите процеси във вас и в света и постепенно да израствате в бъдещи периоди на човешкото развитие.

От изложението на същата тема в езотеричния урок в Берлин на 26 януари 1908 беше записано следното:

Ако дълбоко поемем дъх и задържим дишането, ние повтаряме сбито откъс от Лунното състояние. Обрат но, ако задържим дишането след издишване, в това имаме откъс от Юпитеровото състояние. Зависи от това, дали езотеричният ученик получава упражнения, в които трябва да задържи дъха в себе си, понеже той по някакъв начин трябва да преживее Лунното състояние, или той получава упражнения, в които трябва да задържи дишането след издишване, понеже така може да постигне Юпитеровото състояние. Към всеки трябва да се подходи индивидуално.

Знаем, че човешкият поток вече се разклонява на две части: едната преминава в Доброто, в моралното; другата завършва в злоещото, в Злото. Такива състояния вече се подготвят сега, зародишите им са вече налице още сега. Всичко, което днес съществува и действа, като машини, като инструменти, на Юпитер ще се превърне в страшни, в ужасни демони. Всичко, което служи на принципа на ползата, ще се превърне в такива страшни сили. Това може да бъде парализирано, спрено, ако променим полезните апарати и ги направим такива, които наред с тяхната полезност разкриват преди всичко красотата, известяват преди всичко

божественото. Много е добре, че ние знаем това. Иначе силите от такова естество някой ден биха разкъсали, биха разрушили Земята. Виждаме също какво огромно значение има това, че обграждаме възпитанието с впечатления от изкуството. Изкуството прави човека свободен. Локомотивите някой ден също трябва да се превърнат в красиви машини. Нашите чувства на страх и тревога са храна за други зли същества. Не трябва да позволяваме да ни завладяват такива мисли. Тъй като на Юпитер такива демони ще ни заобикалят много повече отколкото сега. Но в това отношение от нищо не трябва да се страхува този, който като разумен човек пази дрехата си чиста, така че да не събира мухи и да не бъде замърсявана от тях.

ЕВАНГЕЛИЕТО НА ПОЗНАНИЕТО И НЕГОВАТА МОЛИТВА

1. ПРЕДВАРИТЕЛНА БЕЛЕЖКА ОТ МАРИЯ ЩАЙНЕР

В четирите мистерийни драми на своите познания Рудолф Щайнер даде формата на драми. Духовното познание беше представено от хората в живи образи на сцената. Стремещът от дълбините на душата към Духа сега трябва да бъде изразен от действащи лица.

Древните гърци напълно естествено са вплитали божественото участие в историческите събития: те още са ги чувствали действително близко. Изкуството не е било възможно без усещане на божественото начало. Но сега пред духовния поглед като познавателен проблем застана законът на Кармата. Той трябваше да бъде изживяван с най-дълбоко чувстване. Да се накарат съвременниците да участват в такова дълбоко изживяване, това можеше да стане най-добре по пътя на изкуството. Да се представи изживяващата се в съдбата на човечеството Карма по този начин, това беше изискването на времето. Рудолф Щайнер изпълни това изискване. Германският Дух, след като изпълни народностната си мисия в разцвета на своята класика и се вля в околния свят, сега беше дошло времето да бъде индивидуализиран Духът и да се предвидят бъдещите културни епохи, които отново ще обединят това, което беше на път да се атомизира. Действащите в душата жизнени сили сега трябваше да обхванат материята и да я проникнат така, че тя да бъде осветена отвътре и да стане вътрешно прозрачна. Човекът, който в развитието на Земята е последният член на Йерархиите, трябва също съзнателно да се издигне до тях. Преди да му се удаде това, той още често ще пропада в мрака: но тази борба за издигане не трябва да отслабва. Пътищата към тази цел ни сочат изкуството, науката, религиите.

Тези познания са съдържанието на многото лекции на Рудолф Щайнер, които последваха мистерийните драми в Мюнхен. Липсата на постановление за предоставяне на място и желанието за мистерийните пиеси да бъде изградено достойно място подтикна слушателите да

намерят решение на дълго лелеяното желание. Постройката в Мюнхен беше завършена със съдействието на вдъхновените за тази мисъл артисти. Последваха дълги преговори с градските власти, обаче молбата за узаконяване беше отхвърлена.

Сега нашите приятели отидоха в свободна Швейцария и издействаха разрешение за сграда върху хълма на Дорнах, което беше усамотено селско място и служеше за летуване на някои базелчани. Това предложение беше прието с благодарност. Така реши съдбата. Започнахме подготвителните работи. Нахвърляни бяха чертежи и планове за постройките и беше определено място за изкопа, в който трябваше да бъде положен издялания от Макс Бенцингер основен камък. Извисената над него постройка щеше да дава свободен поглед към всички небесни посоки.

Враждебните сили срещу напредъка на човечеството добре знаеха, че срещу техните намерения сега щеше да се противопостави мощно укрепление. И като че ли природните сили бяха призовани на помощ да попречат на поставянето на основния камък. Елементалите беснееха, изля се дъжд като реки, вятърът бушуваше. В размякнатата глинесто-варовита почва остана да стърчи нечий галош. Обаче на никого от нас не би му хрумнало поради тези причини да се отложи денят на поставянето на основния камък; денят беше предварително определен от съдбата.

Одухотвореният глас на Рудолф Щайнер победи беснеещата стихия и проникна в сърцата. Около него плътно стояха един до друг приятелите, един от които успя, макар и с прекъсване, да отбележи и увековечи словото на д-р Рудолф Щайнер. Така че с това споменът за този ден на 20 септември 1913 може да пребъдва за бъдещите поколения.

2. СЛОВО ПРИ ПОЛАГАНЕ ОСНОВНИЯ КАМЪК НА СГРАДАТА В ДОРНАХ НА 20 СЕПТЕМВРИ 1913

Мили мои сестри и братя,

Нека правилно разберем тази вечер. Да си дадем сметка, че това действие в известен смисъл означава за нашата душа един обет, едно тържествено обещание. Нашият стремеж ни доведе тук на това място, откъде то ние виждаме как трябва да се издига далече в четирите основни посоки на света този символ на духовния живот на новото време. Нека разберем в днешния ден, в който чувстваме душите си свързани с това, което символично положихме в Земята, че ние се обричаме на тази Земя като истински признато духовно течение на човешката еволюция. Нека се опитаме, мили мои сестри и братя, да дадем този обет на душата: че в този миг ние искаме да отвърнем поглед от всяка дребнавост на живота, от всичко, което ни привързва, което по необходимост ни свързва като хора с живота на всекидневието. Да се опитаме в този миг да събудим в

себе си мисълта за връзката на човешката душа със стремежа в обратата на времето. Да помислим в този миг, че докато правехме това, което искахме да направим тази вечер, ние трябва да носим в себе си съзнанието да гледаме в далечните, далечни епохи, за да забележим как се подрежда мисията, на която тази постройка трябва да стане символ, знак на великата мисия на човечеството на нашата земна планета. Да се опитаме да насочим нашите души към големите планове, към великите цели на човешката дейност на Земята без гордост и дързост, а със смирение, всеотдайност и жертвоготовност. Да се опитаме мислено да се пренесем в положението, в което сме длъжни и трябва да бъдем, ако наистина правилно разбираме този миг.

Да помислим за това, как някога навлязоха в нашата земна еволюция известия и послания, предвечното Евангелие на божествено-духовния живот, как този живот беше изпратен на Земята когато самите божествени духове още бяха великите учители на човечеството. Да се опитаме, мили мои сестри и братя, да се потопим в онези божествени времена на Земята, от които в нас още се надига един последен поглед, един последен спомен, когато в Древна Гърция с последните тонове на мистерийната мъдрост и същевременно с първите философски тонове чуваме великия Платон да известява вечните идеи и вечното съдържание на света. И да се опитаме да схванем какво е навлязло оттогава в нашата земна еволюция поради луциферичните и аримановите влияния. Да се опитаме да си изясним как от душата е изчезнала връзката с божественото съществуване на света, с волята, с чувството и с божествено-духовното познание.

Да се опитаме в този миг дълбоко, дълбоко в душите си да разберем какво чувстват днес човешките души в страните на изток, север, запад, юг, които не можем да признаем като най-добрите и които не могат да се издигнат над това, което можем да изкажем с думите: неясно, незадоволително разбиране и надежда в Духа. Погледнете, мили мои сестри и братя, наоколо как това неразбиране, тази неясна надежда в Духа властва в днешното човечество! Тук при основния камък на нашия символ почувствайте и чуйте как всред неразбирането и смътната надежда на човечеството в Духа се чува викът за отговора, за онзи отговор, който може да бъде даден там, където Духовната наука може да господства със своето Евангелие на посланието на Духа. Опитайте се да запишете в душите си величието на мига, който преживяваме днешната вечер. Ако можем да чуем вика на копнеж на човечеството по Духа и ако искаме да издигнем истинската сграда, от която да се известява все повече и повече посланието на Духа, ако ние чувстваме този копнеж в живота на този свят, тогава вярно разбираме тази вечер. Тогава знаем не с високомерие и надценяване на нашия стремеж, а в смирение,

всеотдайност и жертвоготовност, че в нашия смирен стремеж трябва да бъдем продължителите на онази духовна работа, която е извършена на Запад в течение на едно прогресивно човешко развитие, което обаче, поради необходимите противни течения на ариманичните сили, трябваше да доведе до положението, че днес човечеството стои на една точка, където душите изсъхват, където би трябвало да изсъхнат, ако не се чуе онзи вик на копнеж по Духа. Нека да почувстваме, мили мои сестри и братя, тези тревоги, тези страхове! Така трябва да бъде, ако трябва да се борим по-нататък в онази голяма духовна борба, която е борба, възпламенена от любовта; в онази голяма духовна борба, продължителите на която трябва да бъдем ние, която някога са водили нашите предци, когато са отбивали ариманичните нападения на маврите.

Водени от Кармата, ние в този миг стоим на мястото, през което са преминали важни духовни течения. Да почувстваме тази вечер сериозността на положението. Един ден в миналото човечеството е стигнало крайната точка на стремежа към индивидуалност. Тогава в пълнотата на тази земна лична индивидуализация е било пресушено старото наследствено благо на божественото ръководство от праначалото на земната еволюция и тогава отвъд на Изток се явява Световното Слово:

В началото беше Словото
и Словото бе у Бога
И словото бе Бог.

И Словото се яви на човешките души и проговори на човешките души: Напълнете земната еволюция със смисъла на Земята! Сега самото Слово е преминало в земната аура и е поето от духовната аура на Земята.

Словото беше известно четирикратно за през вековете, които скоро стават две хилядолетия. Така Световната Светлина е светела в земната еволюция.

Все по-дълбоко потъваше и трябваше да потъва Ариман. Нека се почувстваме заобиколени от човешките души, в които звучи копнежът по Духа. Да почувстваме обаче, мили мои сестри и братя, как тези човешки души трябваше да останат при общия вик на копнеж, понеже Ариман, мрачният Ариман, разпростираше хаоса върху стремежа към духовно познание за света на Йерархиите. Почувствайте, че в нашето време е налице възможността към четирикратно известното Духовно Слово да прибавим и едно друго, което мога да ви представя само в символи.

От Изтока дойде насам то Светлината и Словото на благата вест. От Изтока то премина в Запада, известно четирикратно в четирите Евангелия, очаквайки, че от Запада ще дойде огледалото, което ще прибави познание на това, което е още послание в четирикратно произнесеното Световно Слово. То навлиза дълбоко в сърцата и душите ни, когато слушаме онази проповед на планината, произнесена, когато е

настъпило времето на съзряването на човешката личност, когато древната духовна светлина е угаснала и се е появила новата духовна светлина. Появила се е нова духовна светлина! Но тя се е появила, след като е минала през вековете на човешката еволюция от Изток на Запад, очаквайки разбирането на словата, които някога са прозвучали в човешките сърца от проповедта на планината. От дълбините на нашата световна еволюция звучи онази правечна молитва, която като послание на Световното Слово е била изречена, когато се изпълни Мистерията на Голгота. И дълбоко продължаваше да звучи правечната молитва, която трябваше да обяви на Микрокосмоса най-дълбоко в душата му и от най-съкровеното място на човешкото сърце тайната на съществуването. Трябваше да прозвучи като това, което ни е известно като “Отче наш”, когато тя звучеше от Изток на Запад. Обаче това Световно Слово, което едно време потъна в Микрокосмоса, се задържа, очаквайки да зазвучи някой ден в Петото Евангелие; човешката душа трябваше да узрее, за да разбере това, което иде от Запада, защото микрокосмичното Евангелие сега трябва да прозвучи обратно като ехо на микроскопичното Евангелие на Изтока.

Ако проявим разбиране към сегашния миг, тогава в нас ще изгрее разбиране за това, че към четирите Евангелия може да бъде прибавено и Пето Евангелие; тъй като по този начин към тайните на Микрокосмоса тази вечер могат да прозвучат словата, които изразяват тайните на Макрокосмоса. За първи път тук трябва да прозвучи Петото Евангелие като макрокосмичен противоположен образ на микрокосмичната молитва, която някога беше съобщена от Изтока на Запада. Четирите Евангелия са свързани със сегашната Земя. Обратно звучи като знак за разбирането на макрокосмичната молитва, съдържаща се в Петото Евангелие, в прадревното Евангелие, която е свързана със старата Луна и с бъдещия Юпитер, и тя гласи:

АУМ, Амен!

Властват злините,

свидетелство за обособения свободен Аз,

който греха допуснат от други за своята себичност

изживява в насъщния хляб,

в който не царува небесната воля,

защото човекът се отдели от Вашето царство

и забрави Ваш’те имена,

о Вий, Отци Небесни.

Молитвата “Отче наш” беше дадена като молитва на човечеството. На микрокосмичната молитва “Отче наш”, която беше оповестена от Изтока на Запада, сега отеква прадревната, макрокосмичната молитва. Така отеква тя, когато, правилно разбрана от човешките души, зазвучава

нататък към световните ширини и отразена оттам се завръща отново със словата, отпечатани от Макрокосмоса. Да усвоим макрокосмичната молитва с чувството, че с това започваме да постигаме Евангелието на познанието: Петото Евангелие. От този важен миг със сериозност и достойнство на нашата воля да отнесем у дома си в нашите души увереността, че всяка мъдрост, към която се стреми човешката душа ако стремежът е искрен е отразено течение на космичната мъдрост и че всичко в несебичната любов на душата оплодява човешката любов, вкоренена от любовта, която господства в еволюцията на човечеството. В течение на всички земни епохи и във всички човешки души, от силното човешко желание, което се изпълва със смисъла на битието и със смисъла на Земята, действа едно укрепване от космичната сила, която човечеството днес си измолва с неопределено отправен поглед към един Дух, на когото се надява, но не иска да познава, защото Ариман е посадил в човешката душа неосъзнат страх навсякъде, където днес се говори за Духа. Нека почувстваме това, мили мои сестри и братя, в този миг. Почувствайте това, така ще може да се въоръжите за вашата духовна работа и като откриватели на духовна светлина “със силата на мисълта ще се убедите още тогава, когато мрачният Ариман, който задушаваша мъдростта, иска да разпростре тъмнината на хаоса върху напълно будното разглеждане на Духа”. Изпълнете, мили мои сестри и братя, вашите души с копнежа по истинското духовно познание, по истинната човешка любов, по силната воля. Опитайте се да направите жив онзи Дух, който може да се довери на речта на Световното Слово, която ни се подава от световните далнини и от обширните простори, и която започва да звучи в унисон вътре в нашите души. Това е, което трябва да чувства тази вечер човек, който е схванал смисъла на съществуването: Човешките души са на края на своя стремеж. В смирение, не с високомерие, със себеотдаване и пожертвователност, не в самомнителност на вашето Себе чувствайте това, което трябва да стане със символа, на който днес поставихме основния камък. Чувствайте значението на познанието, с което трябва да се слобием, за да знаем: В нашето време, в далечните пространства трябва да бъде пробита преградата, зад която се намират духовните същества, за да ги чуваме, когато те ни говорят за смисъла на съществуването. На всякъде около нас човешките души трябва да възприемат смисъла на съществуването. Чуйте как на различните духовни места, където от Духовна наука, от религия и изкуство се говори и се действа според стремежите на душите; почувствайте, че вие трябва да се научите да оплодявате тези души, тези стремежи на душите с имагинациите, инспирациите и интуициите на Духа. Почувствайте какво ще изживее този, който правилно чуе тона на съзидателната духовност.

Хората, които към старото “Отче наш” се научат да разбират смисъла на Петото Евангелие, ще могат основно да познаят този смисъл от обрата на нашето време.

Ако се научим да разбираме смисъла на тези слова, ще потърсим да разберем зародишите, които трябва да се разцъфтят, ако земната еволюция не бъде пресушена, ако тя продължи плодно да расте, за да може Земята чрез човешката воля да постигне поставената и в праначалото цел.

Почувствайте тази вечер, че в човешката душа трябва да оживее мъдростта и смисълът на новото позна ние, на новата любов и на новата могъща сила. Душите, които ще действат в разцвета и плода на бъдещата земна еволюция, ще трябва да разберат това, което ние днес искаме за първи път да въплътим в нашите души: Отекващият макрокосмически глас на прадревната молитва:

АУМ, Амен!

Властват злините,

свидетелство за обособения свободен Аз,

който греха допуснат от други за своята себичност

изживява в насъщния хляб,

в който не царува небесната воля,

защото човекът се отдели от Вашето царство

и забрави Ваш’те имена,

о Вий, отци Небесни.

И така да се разделим като отнесем в душите си съзнанието за значението, за сериозността и за достойнството на действието, което извършихме. Съзнанието, което остава в нас от тази вечер, трябва да запали в нас стремежа към познание на едно ново откровение, дадено на човечеството, за което жадува човешката душа, от което тя ще пие едва тогава обаче, когато без страх придобие вярата и доверието в това, което може да извести науката за Духа, която отново трябва да обедини това, което поради човешката еволюция трябваше известно време да върви разделено: Религия, изкуство, наука. Да отнесем това, мили мои сестри и братя, със себе си като спомен от този заедно отпразнуван час, който не бихме желали да забравим.

/Следва заравяне и бетониране на основния камък./

ДРЕВНИ И СЪВРЕМЕННИ ДУХОВНИ УПРАЖНЕНИЯ

Дорнах, 27.05.1922

Пътят на Йога в Древноиндийската епоха. Някогашното ясновидство като духовен живот без самостоятелно себесъзнание. За същността на йогийските дихателни упражнения; възникването на особено себечувстване като спомен от един духовен свят за времето преди

раждането. Бхагават Гита като плод на това изживяване. За произхода на мантрите, от които произлизат по-късните ритми на поезията Йога и съвременните упражнения по медитация. Освобождаване на тези упражнения от дихателния процес и преминаване към изживяване ритмите на външния свят. Азът като спомен /Йога/ и Азът на непосредствения духовен живот.

Йога-упражненията като движения на тялото и техния съвременен корелат в 7 упражненията на мисълта по отношение на пространството.

Аскетизмът и древните велики религии. Съвременното усещане и пътят за дисциплиниране на волята. Болката като будител на познание.

* * *

Днес бих желал да посоча начина, по който в различните епохи хората са постигали познание... Начинът за постигане на свръхсетивно познание в древни времена е бил съвсем различен от начина, по който се по стига такова познание днес. Често съм обръщал внимание, че в древни времена човечеството е притежавало инстинктивно ясновидство, че това ясновидство е преминало през различни фази и постепенно се е развило във възгледа за света на днешния човек, че от това обикновено съзнание може да бъде развито едно по-висше съзнание. Как човекът днес, ако правилно схваща своето време и отношението си към него – това е описано във втората част на книгата "Тайната наука", и по-подробно в книгата "Как се постига познание на висшите светове", също и в други книги.

Когато се пренесем в древните времена на човешкото развитие и насочим поглед към духовния стремеж на онези времена, ще открием между другото духовния стремеж на Древния Изток, на онази култура, по-късното време на която е позната като Индийската култура и към която се връщат днес много хора, понеже не могат да достигнат до това, да разберат, че всяко време трябва да върви по своя път, за да проникне в свръхсетивните светове.

Казах вече веднъж, също и тук, че сред общото множество хора, живели по времето на древната индийска култура, отделни личности са развивали по подходящ за онова време начин вътрешни сили на човешката същност, които са ги издигали в свръхсетивните светове. Един от тези начини се означава като "Пътят на Йога".

Пътят на Йога може да бъде схванат най-добре, като се вземе предвид характерната особеност на останалите хора, измежду които се издига Йогът онзи, който е искал да постигне по-висши познания по този път. В онази древна епоха на човешкото развитие общото съзнание е било съвсем друго, отколкото е днес. Ние, днешните хора, гледаме света, възприемаме с нашите сетива например цветовете, тонове и т.н. Търсим да

открием закономерностите в сетивния свят, но съзнаваме, че ако искаме да отидем по-нататък да изживеем духовно-душевното във външните неща, тогава ние черпим от нашата фантазия. В онези древни времена не е било така. Както знаем, тогава хората са виждали във външните неща повече, отколкото вижда днес нормалният човек. В светкавицата и гръмотевицата, в отделните звезди, в съществата на различните природни царства древните хора са виждали същевременно духовно-душевното. Във всичко твърдо, във всичко течено, във въздухообразното и т.н. те възприемали духовни същества, макар от нисш вид. Днес интелектуалната ученост казва: В своята фантазия онези древни хора са бленували всякакви духовно-душевени неща в заобикалящия ги свят. Това се нарича анимизъм.

Днес ние просто не познаваме човешката природа и преди всичко човешката природа в онези древни времена, когато вярваме, че тези хора са си фантазирали всевъзможни същества в светкавицата и гръмотевицата, в извора и реката, във вятъра и промените в атмосферата. Не, случаят не е такъв. Те ги виждали, как то ние виждаме червено и синьо, както чуваме тона до диет или сол; точно така онези древни човечеи виждали духовно-душевното в нещата на външния свят. За тях е било така естествено да виждат духовно-душевното, както за нас е естествено да виждаме синьо и червено. И с това е свързано нещо друго. С това е свързано обстоятелството, че тогава хората не са имали ясно себеъзнание.

Ясното себеъзнание, от което днес ние като нормални хора сме проникнати, е липсвало в онези древни времена. Човекът, тъй да се каже, не се разграничавал от външния свят. Донякъде, както моята ръка, ако имаше съзнание, щеше да вижда, че не е самостоятелна, че е само орган на моя организъм, така се чувства ли онези древни хора, макар да не са го изразявали. Чувствали са се като членове на цялата Вселена. Не са отделяли собственото си човешко същество от заобикалящия ги свят. Да си представим, че един такъв древен човек е вървял покрай реката. Ако днес вървим надолу по течението на реката, ние като днешни умни хора имаме, разбира се, чувството: Ние крачим и движим надолу; това няма нищо общо с реката. Древният човек не е чувствал така. Когато е вървял по брега на реката надолу по течението, естествено това му се е случвало той е чувствал духовните същества, които са свързани с течението на реката надолу така, както днес донякъде плувецът чувства, че е носен от водата, следователно от нещо материално. Така древният се е чувствал, че е носен надолу от духовното. Това е само един случайно избран пример. Във всичко, което е изживявал във външния свят, човекът е смятал и чувствал, че е носен и задвижван, можем да кажем, от боговете на вятъра, на реките, от всичко, което е вън. Чувствал е в себе си

елементите на природата. Това себечувстване вътре в природата е отминало и загубено за човека. Но за сметка на това той постепенно е завоювал чувство за самостоятелност, завоювал е своето чувство за себе си, за своя Аз.

От множеството хора, които са чувствали така, се е издигал обученият в Йога йогът. Той е правел определени упражнения и за тези упражнения ще говоря сега. По-късно те са стигнали до упадък и докато са служели за добро на една по-древна човешка природа, по-късно са употребявани, бих желал да кажа, почти само за вредни цели. Това са упражненията, които тук вече често съм споменавал упражненията за йога-дишане, за йогийско дишане. Следователно това, което сега описвам е валидно като подходящ начин за проникване в по-висшите светове само за хората от една много древна ориенталска култура. Нали в обикновения живот дишането при човека протича несъзнателно. Човекът вдишва, задържа дъха, издишва, и само когато по някакъв начин не е съвсем здрав, това дишане става съзнателно. В обикновения живот дишането в най-голямата си част остава един несъзнателен процес. По време на упражняване на дишането йогът с това превръщал дишането в съзнателен процес, така че с удължаване на времето за вдишване, задържане на дъха и издишване, той променял целия ритъм на дихателния процес. Той вдишвал по-дълго време, задържал дъха по-дълго, издишвал също другояче, за друго време; казано накратко, налагал си е друг ритъм на дишане, различен от обикновения. По този начин за него целият дихателен процес ставал съзнателен. Вживявал се е, тъй да се каже, в своето дишане. Чувството, което получавал от самия себе си, е едно постоянно следване и сливане с вдишването, разпространението на дъха в тялото и издишването. По такъв начин той се пренасял в дишането с цялото си душевно същество.

Ако искаме да разберем какво собствено е постигано с това, можем да кажем: когато например вдишваме, дихателният гласък навлиза в нашия организъм, след това през канала на гръбначния мозък преминава в главния мозък и оттам се разпространява вътре в онези процеси, които протичат в нервната и сетивната система. Следователно когато мислим, ние, човеците, използваме като инструмент на това мислене не само сетивната и нервната система, това в никой случай не е така а сетивната и нервната система постоянно биват пронизвани и задвижвани в ритмично и вълнообразно трептене от дишането, от ритъма на дишането. Ние не можем да мислим без този ритъм на дишането да изпълва нашия нервно-сетивен процес. Естествено, това не се осъзнава, защото при днешния нормален човек целият дихателен процес остава несъзнателен.

Това променено дишане йогът съзнателно е пренасял в нервно-сетивния процес. По този начин той изживявал един вътрешен процес, съставен от това, което произлиза от нервно-сетивния процес, и от това, което трепти

в мозъка на вълни и вихри под въздействието на дихателния ритъм, така в дихателния ритъм той изживява също душевността на своето мислене.

С това на йога се удава нещо съвсем особено. В известна степен той излъчвал в целия си организъм мисленето, което иначе се чувства като процес само на главата. Той не само мислел, но чувствал как мисленето като едно животинче пробягва през дихателния процес, който той предизвиквал като един изкуствен процес.

Следователно йогът чувствал мисленето не само като нещо, което протича логично и неясно, а чувствал как мисленето придружава дихателния процес. Когато вдишвал, той чувствал, че поема нещо от външния свят; тогава оставял дихателния процес да се влее в мисленето. Така със своите мисли схващал това, което е всмуквал с поетия въздух и го разпространявал из целия организъм. По този начин в йога възниквало повишено чувство за Аз, едно повишено себечувстване. Той разпростирал своето мислене върху целия организъм и усещал това. Така ставал съзнателен за своето мислене във въздуха и то в регулирани въздушен процес, който се извършвал вътре в него.

За йога това имало съвсем особено последствие. Днес, когато човекът се чувства в сетивния свят, съвсем правилно е да не обръща внимание на своето мислене като такова. Неговите сетива го осведомяват за това, което се намира във външния свят, и когато погледне обратно към себе си, вижда поне част и от себе си. Така той получава картина за начина, по който човек е поставен във външния свят между раждането и смъртта. Йогът обаче разпростирал върху дихателния процес своето душевно мислене. Той насочвал това душевно мислене повече навътре в себе си.

И в резултат на това от неговата душа се издигало особено себечувстване, особено чувство за Аз. Той обаче чувствал това не като човек тук между раждането и смъртта в обкръжението на природата, а поради това че е разпрострял своето душевно мислене в дихателния процес, той се чувствал като спомен от времето преди да е слязъл на Земята, от времето, когато е бил едно духовно-душевно същество в един духовно-душевен свят, както днешният човек с нормално съзнание има един жив спомен за нещо, което се е случило преди десет години, например за случка, която е преживял в гората и за своето настроение тогава. Точно така чрез този променен дихателен процес йогът се е чувствал в цялото настроение, в цялото обкръжение, в което е бил като духовно-душевно същество в един духовно-душевен свят. Във външния свят се е чувствал съвсем различно, отколкото се чувства човекът днес. И от това, което го е обземало, от отношението на това събудено себе към цялата Вселена, са произлезли тогава чудните древни поезии, красив резултат от които е например Бхагават Гита.

Когато четете в Бхагават Гита тези чудни описания за човешкото Себе, как то живее съвместно с всичко, както се крие в основата на всички природни процеси, във всички световни тайни, как то се намира вътре във всяко нещо, тогава имате точно възпроизвеждане на онези спомени, предизвикани чрез йога-диша не във вида, както душата, когато още била само душа, е изживявала вътре в Духовната Вселена. И когато четете Бхагават Гита със съзнанието, че всъщност душата, пренесена назад в духовния свят, е била с повишено чувство за Себе, че тя казва всичко, което нашепват Кришна или други древни посветени, достигнали такова чувство за Себе, едва тогава Вие четете тези древни поезии правилно.

Следователно може да се каже: Онези древни мъдреци са се издигнали над общото множество на тогавашното население и категорично са отделили своя Аз от външния свят. Обособили го. Но те го обособили не с егоистични мисли, а чрез един преобразен дихателен процес, който заедно с душата е поставен, тъй да се каже, в основата на вътрешния въздушен ритъм. Този е бил начинът, по който в древността се е търсел път към духовния свят.

По-късно този начин се променя. Следователно в древността йогът се пренасял в такова променено дишане. Чувствал как мислите минават през дихателните потоци и с това потопяване на мислите, които тогава, бих желал да кажа, като змии са плували през дихателните потоци, той е чувствал своя Аз в повсеместната дейност на и изразявал в сентенции и афоризми това, което е могло да се разкрие от това усещане. Забелязвало се, че йогът говори другояче от обикновеното, когато е изразявал словесно това, което изживявал по този начин. Настъпва промяна и постепенно се стига дотам, че това, което описах, че е изживявано така силно, така интензивно в дихателния процес, отслабва и се прекратява.

Вместо това той постепенно започва да изживява как словата се издишват навън, как словата от само себе си скандират в поговорки, в мъдрости и сами се превръщат в речитатив.

Следователно мантричните изрази, мантрите, били създадени от променения дихателен процес, като йогът изричал по особен начин словата, които се носели от този дихателен процес. И докато в по-древни времена съществен бил дихателният процес и неговото изживяване, по-късно съществено стават тези мантри. Това преминава в традицията, в историческото съзнание на хората и от това всъщност произлизат по-късните ритъм, такт и другите елементи на поезията.

Ако се върнем към закономерността на речта, която трябвало да се спазва в Древна Гърция, например закономерността на хекзаметъра, на пентаметъра, тогава в тази закономерност ще намерим едно изживяване не на дихателния процес. Това изживяване обаче означавало, човекът да се

пренесе от света, в който живее между раждането и смъртта, в един духовно-душевен свят.

За днешния човек не е подходящо да търси своя път към духовния свят по начина, практикуван в древността. Днешният човек трябва да се събуди и съживи за духовния свят не по околния път на дишането, а по един по-душевен път по пътя повече на мисълта.

Затова днес е правилно това, което иначе е само логическа връзка на неговите мисли и мисловни образи, човекът в медитацията и концентрацията да преобрази тази логическа връзка във, бих желал да кажа, една музикална връзка на самите мисли. Но днешното медитиране винаги най-напред представлява едно изживяване на мисълта, преминаване на една мисъл в друга, преминаване на една представа в друга.

Докато древният индийски йог преминавал от един в друг вид дишане, днешният човек трябва да опитва да се вживее живо и с цялата си душа например в червения цвят. Следователно той остава в областта на мисълта. След това се вживява в синьото. Той преживява ритъма: червено-синьо, червено-синьо..., което е ритъм на мисълта, но не така, както протича логичното мислене, а като едно много по-живо мислене.

Ако човек достатъчно дълго прави такива упражнения - древният йог трябвало да прави своите упражнения също достатъчно дълго, ако човек изживява люлеенето, ритъма, качествената промяна: Червено – синьо, светло тъмно, тъмно светло накратко, ако следва такива указания, каквито намирате в моята книга "Как се постига познание на висшите светове", следователно, ако сега, застанал в мисленето, човек не праща дъха в нервно-сетивния процес, а ако започва веднага с нервно-сетивния процес и въвежда самия нервно-сетивен процес във вътрешна вибрация и ритъм, също и в промяна на качествата, на обектите, тогава той постига точно обратното на това, което е постигал древният йог. Древният йог свързвал мисловния процес заедно с дихателния процес, обединявал в едно мисловния процес и дихателния процес. Днес ние се опитваме да разхлабим връзката между дихателния и мисловния процес, която и без това е твърде несъзнателна. Когато сте в обикновеното съзнание, когато с обикновеното си съзнание размишлявате върху природното си обкръжение, Вие никога не можете да си представите само нервно-сетивния процес, защото той винаги е придружен от дихателния процес. Докато мислите, Вашият дъх постоянно протича и вълнува Вашия нервно-сетивен процес.

Всички упражнения по медитация в новото време се основават на това, мисленето да бъде напълно освободено, напълно отделено от дихателния процес. Така то не се откъсва от ритъма изобщо, а се откъсва само от вътрешния ритъм. И тогава постепенно мисленето се свързва с ритъма на

външния свят. Йогът се връща назад към своя собствен ритъм. Днешният човек си проправя път към ритъма на външния свят. Прочетете първите упражнения, които съм дал в посочената книга, където описвам как да бъде проследено покълването и израстването на едно растение. Медитацията се насочва върху това, представата, мисленето да се освободи от дишането и да го оставим да потъне в силите на растежа на самото растение.

Мисленето трябва да се включи в ритъма на външния свят. В момента, в който мисленето действително се освободи от телесните функции по този начин и се отдели от дишането, тогава то потъване в сетивните възприятия, не в сетивните свойства на нещата, а наистина потъва в духовната същност на отделните неща.

Когато наблюдавате едно растение, виждате, че то е зелено, цъфти червено. Това казва вашето око. Върху него размишлява Вашият ум. От това живее нашето обикновено съзнание. Едно друго съзнание развива ме, когато изскубнем мисленето от дишането и го свържем с външния свят. Тогава мисленето се научава да вибрира с растението както израства, как се разцъфтява, как розата например преминава от зелено в червено, то вибрира вътре в духовното, което лежи в основата на всички отделни неща във външния свят.

Виждате в какво се състои различието между съвременното медитиране и йога-упражненията в една много древна епоха. Естествено, между тях се намират много други методи и упражнения, но аз споменах тук само тези две крайности. И поради това, че човекът постепенно започва да живее в този външен ритъм, тогава се случва следното:

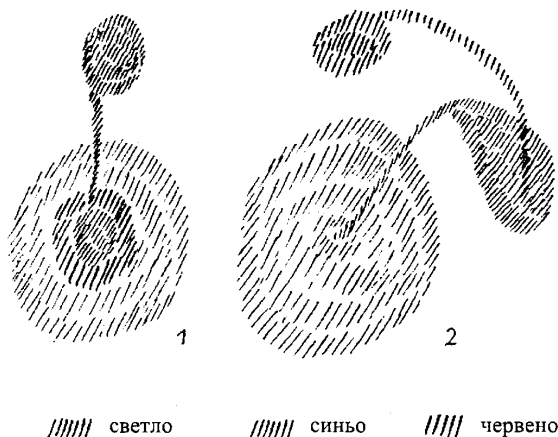
Йогът се потапял в своя собствен дихателен процес. Той потъвал в себе си. Така се получавал Аза като спомен. Спомнял си какво е бил по-рано, преди да слезе на Земята. Ние с нашата душа излизаме извън нашето тяло. Свързваме се с това, което там навън живее духовно в определен ритъм. По този начин съзерцаваме това, което сме били, преди да слезем на Земята.

Ето това е разликата. Искам да я означа схематично: Ако това е йогът /схема 1, светло/, така той развива свое силно чувство за Аз /червено/. С това чувство за Аз си спомнял за онова, което е бил преди да слезе на Земята, където е бил сред духовно-душевно обкръжение /синьо/. Той се връщал по течението на спомена.

Ако тук е съвременният човек със свръхсетивно познание /схема 2/, той развива такъв процес, че излиза извън своето тяло /синьо/, с това заживява в ритъма на външния свят и сега съзерцава като външен обект /червено/, което е бил, преди да слезе на Земята.

Така в древни времена познанието на положението преди раждането било като спомен. А в днешно време познанието за положението преди

раждането, ако това познание е развито правилно, представлява пряко съзерцание на онова, което човекът е бил /червено/. Това е разликата.

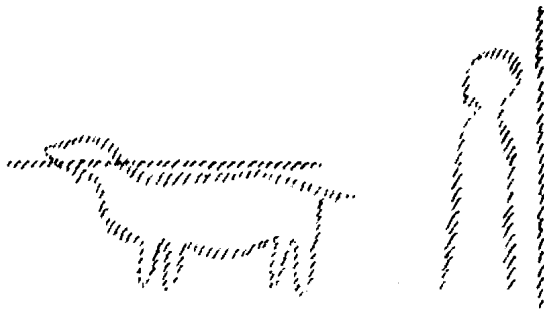


Това е бил единият начин, по който йогът живеел в духовния свят. Имало е и друг начин: йогът поставял тялото си в определени пози. Правел е например следното упражнение оставал дълго време с прострени ръце, или предприемал една съвсем определена поза, като сядал и кръстосвал краката си един върху друг, и т.н. Какво постигал с това?

Така добивал възможността да възприема със сетивата, които днес почти не се вземат под внимание. Знаем, че човекът има не само пет, а дванадесет сетива; той има например сетиво за равновесие често съм говорил за него, чрез което възприема как се задържа в равновесие, та не пада наляво, надясно, назад, напред. Както възприема цветовете, така той трябва да възприема своето равновесие, иначе щеше да се заваля на всички страни или да пада. Пияният например залита, понеже не възприема равновесието си. Същото е и при припадък. За да доведе до съзнанието това сетиво за равновесие, йогът заемал поза на организма и с това той развивал чутко и силно чувство за посоките. Ние говорим за горе и долу, ляво и дясно, отпред и отзад като че ли всичко това е явление от един и същи вид. За йога това постепенно ставало нещо, което той чувствал много силно и fino чрез това, че за дълго време давал на тялото си определени положения. Така той развивал fino чувство за тези други сетива, за които споменах, извън познатите пет сетива. И когато тези други сетива бъдат съживени, те имат много по-духовен характер от обикновените сетива. С това пък йогът изживявал възприемане посоките на пространството.

Ние отново трябва да постигнем това, но по друг начин. По причини, които ще изложа при друг повод, ние не можем да се упражняваме по начина, както е ставало при старата Йога. Но като предприемаме такива

упражнения на мисленето, както ги описах, които могат да се отделят от дишането и да заживеят с външния ритъм, тогава по този начин изживяваме разликата между посоките.



Изживяваме какво означава това, че гръбначният стълб на животното през целия му живот е разположен хоризонтално, а гръбначният стълб на човека е изправен във вертикална посока. За обикновената неорганична природа хората знаят, че магнитната стрелка сочи само посоката север юг, че тази посока север юг означава нещо особено за действието на магнетичната сила, защото магнитната стрелка, която иначе би се държала неутрално, винаги застава в това положение; следователно, че това е една особена посока. По времето, когато с нашите мисли се намираме във външния ритъм, ние познаваме разликата, когато сме застанали с гръбначния си стълб в хоризонтална линия и когато сме изправени във вертикална линия. Докато оставаме в мисълта, ние познаваме всичко това в самата мисъл. Индийският йог също е познавал това, докато е седял на кръстосаните си крака с вдигнати нагоре ръце. Следователно той от тялото си научавал невидимото значение на посоките в пространството. Пространството не е наслагване на неща едно до друго, а е организирано на всички страни така, че посоките имат различно значение. Следователно упражненията, които днес водят човека в по-висшия свят, както ги представих, са повече упражнения, отправени към мисълта.

Но има също упражнения, които вървят в друга посока, и измежду разновидностите от тях намираме упражнения, които чрез аскетичен живот понижават функциите на физическото тяло и направо му причиняват най-различни лишения, мъки и страдания. Така физическото тяло се извеждало от нормалните си функции. Съвременният човек няма представа за това, което някогашните аскети са постигали, защото той иска да бъде колкото се може по-плътнo в своя организъм. Всеки път, когато някогашният аскет болезнено и мъчително е потискал едни или други телесни функции, той изтеглял вън от организма своята духовно-душевна съставка. Когато живеете нормален живот, между раждането и

смъртта, нали духът и душата са свързани с физическия организъм така, както трябва да бъде според нормалната човешка организация. Ако потиснете телесните функции по аскетичен начин, тогава се получава нещо подобно, както става днес в по-малка степен при хора, които някъде са се наранили.

Ако се знае как днешният човек се чувства, когато му бъде причинена дори малка болка, ще се разбере, че има далечно разстояние от това, което са понасяли от време на време древните аскети, само и само да освободят своя душевен организъм. И тогава са заживявали в духовния свят с душевния си организъм, който бил излъчван чрез аскетизъм. Всъщност по този начин наистина са били придобити всички значителни религиозни представи.

Съвременните тълкуватели на религиозното съзнание някакси леко си представят нещата. Обясняват религиозните представи като измислица, защото твърдо стоят на принципа: Познанието, което човекът трябва да придобие, не бива да причинява болка, нито страдание. Древните изследователи на религиите не стоят на това гледище, те са наясно: Когато човекът напълно е забит в своя физически организъм, което, разбира се, е правилното за неговата земна работа; не бива да се представя за правилно едно фалшиво поведение, едно чуждо на света съществуване той нищо не може да изживее в духовния свят. Това изживяване в духовния свят са търсели някогашните аскети, като са притъпявали тялото, като са му причинявали даже болка. Всеки път, когато чрез болка са излъчвали духовно-душевното от някой член, този член изживявал душевно-духовното в духовния свят. Великите религии не са постигнати без болка, те са дълбоко изстрадани.

Това, което се съобщавало като резултат на човешкото развитие, днес се приема чрез вярата. Днес хубавичко са разделени едно от друго: На една страна знанието; знанието трябва да бъде знание за природата. Сега то се придобива с главата. Главата е здраво защитена и знанието не може да и причини болка най-вече защото познанията се придобиват с абстрактни понятия. И на друга страна стои това, което се е запазило като свещени представи на традицията; то, както се казва, се приема чрез вярата. И всъщност от определена гледна точка би трябвало да се каже: Разликата между знание и вяра е, че днес човек има желание да признава за знание само това, което, когато се придобива, не причинява болка и че по пътя на вярата, която също не причинява болка, човек се стреми да постигне това, което някога е било постигано като знание, впрочем не за сетивния свят, и което е придобивано с много болки и страдание.

Въпреки всичко, което току-що казах, аскетичният път също не може да бъде пътят на съвременния човек. Защо, това ще разгледаме при друг удобен случай. Но днес е напълно възможно чрез вътрешно

себевъзпитание, чрез дисциплиниране на волята човек да вземе развитието си в собствените си ръце, което иначе е предоставено само на живота и възпитанието, да въздейства върху собствената си личност, върху нарастване силата на волята. Ако например си каже: За пет години ти трябва да направиш навик това и това и през тези пет години да насочиш цялата сила на волята към това, да придобиеш този навик, ако така разгърнеш волята си за вътрешно усъвършенстване, тогава и без аскетизъм човек освобождава духовното си същество от телесната природа. Тогава човек открива, че предприето себеусъвършенстване може да бъде осъществено с продължителна собствена дейност.

Всеки ден трябва да се прави нещо вътрешно, душевно. Понякога това са малки задължения, дребни прояви, но те трябва да се изпълняват с желязно усърдие. Ако на хората се препоръчат такива упражнения, на пример да се концентрират всяка сутрин върху определена мисъл, често може да се случи те горещо да се ентузиазират да правят това. Но то не трае дълго, усърдието намалява, нещата се вършат механично, защото хората не искат да прилагат засилената енергия, която все повече и повече е необходима. Първо човек трябва да преодолее собствената си леност; но тогава идва друга съпротива, която е от обективен характер: като че ли човек трябва да си пробива път през нещо плътно; и тогава действително настъпва онова особено вътрешно изживяване мисленето, което постепенно се е засилило, сега е станало живо мислене и възприема посоките на пространството, особено при живите същества; то е навлязло в ритъма на външния свят, причинява болка. И човек разбира, че всяко постигнато познание боли.

Мога да си представя много добре съвременни човеци, които искат да вървят по пътя към висшите светове. Те започват. Идва най-първото леко познание. То причинява болка. Следователно аз съм болен, си казват те. Ако се достигнат по-високи познания, това понякога може да причини много повече болка, но въпреки това човекът не е болен. По-удобно е наистина, вместо да продължи по пътя, необходим за по-висше познание, тъй като душевното страдание става все по-голямо по му е лесно да се подложи на лечение, вместо да се стреми да преодолее това страдание. Естествено това е по-удобно. Но така в познанието не се отива по-далече. За съвременния човек положението е такова, че и това потъване в болката, в страданието, се явява вътрешен душевен път, така че това се разиграва чисто душевно и в действителност тялото не взема участие, понеже тялото остава яко и силно и се справя с външния свят така, както е обикновено при днешния човек. Поради това, че човекът започва да допуска познанията да идват при него като нещо, което означава болка, с това той днес достига онези области на духовния живот, от които са донесени големите религиозни истини. Големите религиозни истини,

онези истини, които настройват религиозно чрез впечатлението, което прави по-висшият, свръхсетивният свят, светът, в които се корени например нашето безсмъртие тези истини не могат да се постигнат без болезнено вътрешно изживяване.

Ако великите религиозни истини бъдат постигнати по този начин, тогава те, от своя страна, могат да бъдат предадени на общото обикновено съзнание. Хората днес се противопоставят на такива истини по простата причина, че според тяхното виждане нещата не стоят така, както те биха желали.

Помислете само: това, което казах вчера, за него може да бъде направо фатално всичко се записва в това преобразено астрално тяло, което, от своя страна, записва в сърцето на етерното тяло всичко, цялата извършена дейност от човека, даже онова, което той е поръчал на друг човек; записва се всичко. Вече самата тази мисъл прави някои хора вътрешно неспокойни. И великите истини също изискват в известен смисъл вътрешна смелост на душата, която се е извисила дотам, че да си каже: Изживей тези неща, тогава ще бъдеш готов да достигнеш познание чрез лишение и болка.

Не говоря това, за да обезсърчавам, макар че за мнозина днес то звучи като обезсърчаване; говоря просто самата истина. Каква е ползата, ако се каже на хората, че те могат да проникнат във висшите светове чрез благополучие, ако това не е вярно, ако проникването във висшите светове изисква преодоляване, изисква да се превъзмогне страданието.

И така, днес се опитам да Ви опиша как се прониква в човешката същност. Тази човешко-душевна-духовна същност е скрита дълбоко в човека. Тъпърва трябва да се проникне до там. Но човек трябва да знае също, ако самият той не е напреднал, че в него има нещо скрито, и той, поради изискванията на днешното време, трябва да опознае как такива неща, както бяха описани вчера, преминават в истина.

Тези неща човек може да постигне само по такива пътища на познание, както днес отново отбелязах, и как тези пътища са преминавани по различен начин в древността и в новите времена.

ИЗСЛЕДВАНЕТО НА СВРЪХСЕТИВНИТЕ СВЕТОВЕ

Оксфорд, 20 август 1922

На така любезната покана да говоря днес тук, ще отговоря, като съобща няколко неща за това, как чрез непосредствено изследване човек идва до онова духовно познание, чиито възпитателни последствия ще бъдат разяснени тук. Предварително отбелязвам, че днес ще говоря предимно за метода, по който изследването може да проникне в свръхсетивните светове. Освен това като въведение трябва да кажа, че всичко, което имам да кажа днес, се отнася в строгия смисъл до изследването на духовните,

на свръхсетивните светове, а не до разбирането на свръхсетивните познания. Свръхсетивните познания, когато бъдат изследвани и съобщени, могат да бъдат схванати от обикновения здрав човешки разум, стига само този здрав човешки разум да подходи обективно и да не се ръководи от това, което се нарича доказателства, логически изводи и подобни. Само поради тези препятствия често се казва, че човек не би могъл да разбере резултатите от свръхсетивното изследване, ако самият той не може да стане изследовател на свръхсетивния свят.

Това, което ще бъде съобщено тук, е предмет на така нареченото познание на посвещението, на онова посвещение, което в по-древните времена на човешкото развитие е придобивано в по-друга форма, отколкото трябва да го придобиваме ние днес в нашата епоха. Не трябва да възстановяваме отново старото – това вече съм го казвал в други лекции, а да встъпим и да вървим по изследователския път към свръхсетивните светове в смисъла на мисленето и чувстването на нашето време. И тук тъкмо по отношение на познанието на посвещението въпросът е преди всичко в това, човек да е в състояние да извърши принципна преориентация на цялото си душевно устройство.

Който притежава познанието на посвещението, се различава от този, който притежава другото познание в днешния смисъл на думата, не само по това, че неговото познание на посвещението е по-високо стъпало спрямо обикновеното познание. Това познание се постига във всеки случай на основата на обикновеното познание; тази основа трябва да е налице; интелектуалното познание трябва да е напълно развито, когато човек иска да стигне до познанието на посвещението. Тогава обаче е необходима принципна преориентация, така че притежателят на познанието на посвещението трябва да започне да гледа на света от съвсем друга гледна точка, отколкото бива разглеждан без това познание на посвещението. Аз мога с една проста формула да изразя по какво познанието на посвещението се различава принципно от обикновеното познание. В обикновеното познание ние осъзнаваме, че придобиваме познания чрез нашето мислене, изобщо чрез своите вътрешни душевни изживявания, като субект на познанието. Ние мислим и вярваме, че познаваме нещо чрез мислите. Когато се схващаме като мислещи човеци, тогава ние сме субектът. Ние търсим обектите, когато наблюдаваме природата, когато наблюдаваме човешкия живот, когато експериментираме. Ние винаги търсим обектите. Обектите трябва да застанат пред нас, да ни се разкрият, за да можем да ги обхванем с нашите мисли, да можем да приложим към тях нашите мисли, ние сме субектът; това, което пристъпва към нас, са обектите.

При човека, който се стреми към познанието на посвещението, настъпва напълно друга ориентация. Той трябва да съзнава, че той като човек е

обект и че той трябва да търси субекта за този обект-човек. Следователно настъпва напълно противоположно положение. В обикновеното познание ние се чувстваме като субект и търсим обектите, които се намират във нас. В познанието на посвещението самите ние сме обектът и търсим субекта за него; Съответно в действителното познание на посвещението субектите се явяват като резултат от него. Но това е предмет на едно едва по-късно познание.

Виждате следователно защото това може да се разбере дори само с обикновените понятийни определения, че при познанието на посвещението ние всъщност трябва да излезем от себе си, трябва да станем като растенията, като камъните, като светкавицата и гръмотевицата, които са обекти за нас. В известна степен в познанието на посвещението ние се излюпваме, измъкваме се от самите себе си, превръщаме се в обект и търсим субектите за него. Ако мога да се изразя малко парадоксално, бих желал да кажа, че като насочим поглед към мисленето при обикновеното познание ние трябва да търсим как в Космоса мислят за нас.

Това са само абстрактни насоки, но тези абстрактни насоки вие ще откриете да следват навсякъде в конкретните факти на метода на посвещението.

Ако днес искаме да получим сведения само за съвременното, само за валидното днес познание на посвещението, трябва да се изтъкне най-напред, че това познание на посвещението се основава и тръгва от мисленето. Мисловният живот трябва да е напълно развит, когато днес човек иска да достигне до познанието на посвещението. Този мисловен живот може да бъде особено добре обучен, ако човек се задълбочи в природонаучното развитие на последните векове, особено на 19 век. Това природонаучно знание се възприема от хората по различен начин. Едни възприемат природонаучното познание, дори слушат с известна бих желал да кажа наивност, как органичните същества от най-прости, най-примитивни са се развили до човека. Те си изграждат идея за това развитие и малко поглеждат назад към себе си, за да видят, че те имат идея, че са развили вътре в самите себе си нещо във възгледа към външните процеси, което е мисловен живот.

А онзи, който не може да приеме природонаучните познания без да погледне критично на самия себе си, той във всеки случай трябва да се запита: Какво означава това, което аз самият правя, когато проследявам същество по същество от несъвършенството към съвършенството? Или той трябва да се запита: Докато математизирам, докато изграждам математиката, аз изграждам мисли чисто от себе си. Математиката е една нишка, една тъкан, която аз изтеглям от самия себе си. Тогава прилагам тази тъкан към външните неща и тя подхожда, тя им съответства. Тогава

идваме до големия, до бих желал да кажа направо трагичния за мислителя въпрос: Какво е положението с това, което аз използвам при всяко познание, именно със самата мисъл?

Не може да се разкрие как стоят нещата с това мислене, колкото и дълго да се обмисля този въпрос; защото тогава мисленето остава постоянно на едно и също място и човекът се върти винаги около оста, която вече си е изградил. Трябва да се извърши нещо със самото мислене. С мисленето трябва да се извърши това, което в моята книга "Как се постига познание на висшите светове" съм описал като медитация.

За медитацията не трябва да се мисли "мистично", но за нея не трябва да се мисли също и лековерно. Медитацията трябва да бъде нещо напълно ясно в нашия съвременен разум. Тя обаче същевременно е нещо, което принадлежи към търпението и вътрешната душевна енергия. И преди всички принадлежи към не що, което никой друг човек не може да даде: принадлежи към това, че човек сам си обещава нещо и тогава може да го съблюдава. Ако някога човекът започне да прави медитация, с това той извършва единствената действително напълно свободна постъпка в този си човешки живот. В себе си ние имаме винаги тенденцията към свобода и осъществяваме една добра част от свободата. Но когато размислим, ще открием: за едно сме зависими от нашето наследство, за друго от нашето възпитание, за трето от нашия живот. Запитайте се доколко сме в състояние внезапно да изоставим това, което сме усвоили по наследство, от възпитанието и от нашия живот. Ако бяхме поискали да изоставим внезапно всичко това, ние бихме го противопоставили на нищото. Ако обаче започнем да правим медитация сутрин и вечер, за да проникнем в свръхсетивния свят, ние можем да я изоставим винаги, нищо не ни пречи да направим това. Опитът също учи, че повечето от тези, които пристъпват с големи намерения към медитативен живот, скоро го изоставят. В това ние сме напълно свободни. Това медитиране е прасвободно действие. При все това ако можем да останем верни, ако си обещаем, не на някой друг, а на самите себе си, че ще останем верни на това медитиране, тогава това само по себе си представлява огромна сила на душата, а именно самото това да останем верни.

След като разгледах тези въпроси, бих желал да насоча вниманието към това, как се извършва самата медитация в нейните най-прости форми. Днес мога да се занимавам само с принципната страна.

Става дума за това, да извикаме в центъра на нашето съзнание някаква представа или комплекс от представи. Съвсем не е важно какво е съдържанието на този комплекс от представи; обаче трябва да е непосредствен, да не представлява реминисценция от спомен или нещо подобно. Добре е следователно, ако извадим тази представа или тази съвкупност от представи не от нашата съкровищница на спомените, да

получим медитацията от някой друг, който има опит в тези неща, и то не защото той ще упражни някакво внушение върху нас, а да сме сигурни, че това, което медитираме, е нещо ново за нас. Можем също да вземем някаква стара книга, за която сме съвсем сигурни, че не сме я чели и да си потърсим в нея едно медитативно изречение. Отнася се за това да не изваждаме от подсъзнанието или от областта на несъзнателното изречение, което силно ни въздейства. Такова изречение е необозримо, то не може да се обхване, защото се намесват всякакви остатъци от усещания и чувства.

Да вземем нещо съвсем просто: "В светлината живее мъдростта." На първо място съвсем не се налага дали това е вярно. То една картина, един образ. Работата не е в това да се занимаваме по някакъв начин със съдържанието като такова, а да го обхванем вътрешно с душевен поглед, да се отпуснем върху него със съзнанието си. В началото ще задържаме съзнанието в покой върху такова съдържание за много кратко време. Но времето ще става все по-дълго и по-дълго.

В какво се състои въпросът? Въпросът е да бъде събран целият душевен човек, та всичко, което в нас е ми словна сила и сила на усещанията и чувствата, да бъде концентрирано изцяло върху съдържанието на избраната мисъл или представа. Както мускулите на ръцете заякват, когато работим с тях, така укрепват душевните сили, от това, че те отново и отново биват насочвани върху дадено съдържание. По възможност това съдържание трябва да остане същото в продължение на месеци, може би на години, тъй като за действителното свръхсетивно познание трябва първо да бъдат укрепени и затвърдени душевните сили.

Ако човек продължи да се упражнява по този начин, идва денят, бих желал да кажа, великият ден, в който човек постига едно съвсем определено наблюдение, наблюдението, че той постепенно навлиза в душевна дейност, която е съвсем независима от тялото. И той забелязва също: Преди е бил с цялото си мислене и чувстваване зависим от тялото, с представната дейност от сетивно-нервната система, с чувстването от системата на кръвообращението и т.н.; сега той се чувства в една духовно-душевна дейност, която е независима от каквато и да било телесна дейност. При това човек забелязва, че вече е в състояние сам да поставя в главата си нещо във вибрация, която по-рано е оставала неосъзната. Сега именно той прави едно забележително откритие. Прави откритието, в какво се състои разликата между спането и будното състояние. Разликата е именно в това, че когато човек се събужда, в целия човешки организъм нещо вибрира; само не в главата; там се намира в покой същото онова, което иначе в останалия човешки организъм е в движение.

За какво става дума тук ще разберем по-добре, когато ви обърна внимание, че като хора ние не сме тези яки, набити и твърди тела, които обикновено мислим, че сме. Ние сме съставени приблизително до 90 % от течност и твърдите съставни части от около 10 % са потопени в тази течност и плуват в нея. Така че за твърдия състав при човека можем да говорим само в един неопределен смисъл.

Ние сме към 90 % вода, ако мога така да кажа. И в тази вода пулсира известна част въздух, след това също и топлина.

Ако така си представите човека, който в малката си част е твърдо тяло, в голямата си част вода и въздух и вибрираща вътре в тях топлина, тогава вече няма да намирате толкова невероятно, че в него има нещо още по-фино. И това по-фино нещо сега аз ще назова етерно тяло. Това етерно тяло е по-фино от въздуха, то е така фино, че ни прониква, без ние в обикновения живот да знаем това. Именно това етерно тяло по време на будност се намира във вътрешно закономерно движение в цялата останала част на човешкото тяло, само не в главата. В главата етерното тяло е във вътрешен покой.

По време на сън положението е друго. Спането започва с това и продължава по същия начин, че етерното тяло започва да се движи и в главата. Така че по време на спане ние като цял човек, както главата така и останалия човек, имаме едно вътрешно подвижно етерно тяло. И когато сънуваме да кажем при събуждане, тогава става така, че ние възприемаме тъкмо в самото събуждане последните движения на етерното тяло. Те ни се представят като сънища. Още при събуждането ние успяваме да възприемем последните движения на етерното тяло; това означава, че при бързото събуждане това не може да се осъществи.

Който медитира дълго време по посочения начин, той идва до положението постепенно да създава образи и картини в спокойното етерно тяло на главата. В книгата, която цитирах, аз наричам това имагинации. И тези имагинации, които се изживяват в етерното тяло независимо от физическото тяло, са първото свръх сетивно впечатление, което можем да имаме. То ни поставя в положение напълно да се абстрахираме от физическото си тяло и да съзерцаваме своя живот чак до раждането с неговите действия, с неговото движение като на една картина. Това често е описвано от хора, които са потъвали във вода, които са се да вили; а именно че виждат в обратен ред своя живот в подвижни картини тук това може да бъде система ритмично изградено, така че човек да може да види всички резултати от нашия съвременен земен живот.

Първото, което познанието на посвещението дава, е съзерцанието на собствения душевен живот. Във всеки случай това сега е различно от това, което обикновено се предполага. Обикновено този душевен живот

се смята абстрактно като нещо, което е изтъкано от представи. Когато го опознаем в неговия истински образ, той се явява нещо творческо, той същевременно е онова, което е действало в нашето детство, което е изваяло нашия мозък, което пронизва останалото ни тяло и разгръща в него пластична, ваятелска дейност, като е осъществявало нашето бодърстване, даже нашата ежедневна храносмилателна дейност.

Този деен фактор в организма ние разглеждаме като етерното тяло на човека. То не е пространствено тяло, то е времево тяло, тяло на времето. Поради това вие можете да опишете етерното тяло като пространствена форма, само ако съзнавате, че при това вие вършите същото, както ако рисувате една светкавица. Когато рисувате светкавицата, вие естествено рисувате един миг; вие задържате този миг. Човешкото етерно тяло също може да бъде уловено пространствено, но това е само един миг от него. В действителност имаме едно физическо пространствено тяло и едно времево тяло, едно етерно тяло, което постоянно е в движение. Има смисъл да говорим за етерното тяло, само ако говорим за това времево тяло, което разглеждаме като едно единство чак до нашето раждане от мига, в който сме в състояние да направим това откритие. Това е първото нещо, което най-напред можем да открием като свръхсетивна заложба в себе си.

Това, което се постига в развитието на душата чрез такива душевни процеси, както ги описах, се проявява преди всичко в цялостната промяна на душевната настройка, на душевното устройство на човека, който се стреми към познание на посвещението. Моля да не ме разберете погрешно. Не мисля, че движещият се към посвещение изведнъж става напълно променен, напълно друг човек. Напротив, съвременното познание на посвещението трябва да накара човека да остане изцяло вътре в света, така че и когато достигне посвещение, той да е в състояние да продължи живота си така, както някога го е започнал. Ала в часовете и миговете, в които върши свръхсетивно изследване, човекът във всеки случай вследствие на посвещението е станал друг, различен от това, което е в обикновения живот.

Преди всичко бих желал да изтъкна един важен момент, който отличава познанието на посвещението: човекът все повече и повече чувства как, колкото по-навътре прониква в живота на свръхсетивния свят, толкова повече неговата телесност изчезва по отношение на това, в което тази телесност участва в обикновения живот. Да се запитаме как се осъществяват нашите преценки в живота. В нашия живот се заселват симпатия и антипатия. Симпатия и антипатия към природните явления и преди всичко симпатия и антипатия към другите хора. Във всичко това участва нашето тяло. Разбира се, ние насочваме към всичко тази симпатия и антипатия, които в голямата си част имат своето основание

пряко във физическите процеси на нашето тяло. В мига, в който посветеният се издигне в свръхсетивния свят, той заживява в един свят, в който симпатията и антипатията, свързани с телесността, му стават все по-чужди и по-чужди по времето на пребиваване в свръхсетивната област. Той се е отдалечил и се е откъснал от това, с което е свързан чрез своята телесност. И когато иска отново да поеме обикновения живот, той трябва в известен смисъл те първа отново да се вмъква в обичайните симпатии и антипатии, което иначе става от само себе си. Когато се събуди сутрин, човек навлиза в своето тяло, разгръща същата любов към нещата и хората, същата симпатия и антипатия, които е имал преди това. Това става от само себе си. Но когато е пребивавал в свръхсетивния свят и отново иска да се завърне към своите симпатии и антипатии, тогава той трябва да направи това усилие, тогава трябва в известен смисъл да се гмурне, да се потопи в своята телесност. Това откъсване от собствената си телесност е едно от явленията, което показва, че е направен известен напредък. Изобщо погледнато, това представлява появата на по-великодушни симпатии и антипатии, които посветеният включва в себе си.

Развитието към посвещението се проявява особено силно в едно отношение: в действието на паметта, на спомена за изживяното по време на познанието на посвещението. В обикновения живот ние изживяваме себе си. Нашият спомен, нашата памет е понякога малко по-добра, понякога малко по-лоша, но ние се сдобиваме с памет. Ние имаме изживявания и по-късно си спомняме за тези преживявания. С това, което изживяваме в свръхсетивните светове, нещата не стоят така. Може да го изживеем в неговото величие, в неговата красота, в неговата важност но след като е било изживяно, то отминава. И ако трябва отново да застане пред душата, то трябва да бъде изживяно отново. То не се запомня в обикновения смисъл. То се за помня, то се отпечатва в паметта само тогава, когато човек с най-голямо усилие облече в понятията това, което вижда в свръхсетивния свят, когато пренесе със себе си своя разум в свръхсетивния свят. Това е съвсем трудно. Тъй като там, отвъд, човек трябва да мисли по начин, при който неговото тяло няма да му помага при това мислене. Ето защо човек трябва предварително да е укрепил своите понятия, предварително да е придобил здрава логика в мисленето, та когато погледне отвъд, да не забравя постоянно тази логика. Примитивните ясновидци могат да видят някои неща, но тъкмо те забравят логиката, когато са отвъд. И когато трябва да съобщи някому свръхсетивни истини, тъкмо тогава човек забелязва тази промяна на паметта по отношение на свръхсетивните истини. И от това вижда как нашето физическо тяло участва при осъществяването на паметта, не при

мисленето, а при осъществяване на паметта, която постоянно се намесва в свръхсетивното.

Ако мога да кажа нещо лично, то е това: когато аз самият изнасям лекции, то е нещо различно от това, когато иначе се изнасят лекции. Там често се говори на основата на спомена; често от спомена се развива това, което е било заучено или помислено. Който наистина развива свръхсетивни истини, той всъщност трябва да ги създава в момента, в който ги излага. Така че аз мога да изнеса една и съща лекция тридесет, четиридесет, петдесет пъти, но за мене тази лекция никога не е същата. Естествено случва се и иначе, но в много от случаите е налице тази независимост от паметта, това навлизане в един вътрешен живот, когато е достигната вътрешната степен на паметта.

Това, което ви разказах сега за способността на човека да внася в етерното тяло на своята глава форми, които му дават възможност да опознава времето, етерното тяло чак до своето рождение, всичко това води изобщо до едно особено настроение спрямо Космоса. Човек, така да се каже, загубва собствената си телесност и чувства, че живее в Космоса. В известна степен съзнанието се разширява в просторите на етера. Човек не може да погледне едно растение, без при това да се потопи в процеса на неговото израстване; проследява го от корена до цъфтежа; живее в неговите сокове, в неговото цъфтене, в неговите плодове. Човек може да се задълбочи в живота на животните според тяхната форма и особено в живота на другите хора. И най-лекият порив в човека пред нас ни въвежда в целия душевен живот и ние чувстваме, че не сме в себе си, а по време на това свръхсетивно познание се намираме извън себе си.

Необходимо е обаче да можем винаги да се завръщаме, иначе ставаме инертен, занесен мистик, екзалтиран фанатик, а не 4 някакъв изследовател на свръхсетивни светове. Човек трябва да може по едно и също време да живее в свръхсетивните светове и същевременно да може да се връща назад, следователно да може здраво да стои на двата си крака. Затова когато разглеждам такива неща относно свръхсетивните светове, трябва да подчертавам, че според мене един добър философ трябва да притежава не само логика, но много повече трябва да знае как се шие обувка или дреха, наистина да стои практически в живота. Всъщност човек не трябва да разсъждава върху живота, ако не стои истински в практиката на живота. Обаче такъв е случаят при повечето от онези, които търсят свръхсетивни познания. Свръхсетивен изследовател не може да стане никой фантазьор, никой мечтател, никой човек, който не стои здраво на двата си крака. Иначе човек се загубва, защото той трябва да излезе извън себе си. Обаче това излизане извън себе си не трябва да води до това, той да се загуби. От такова познание, което ви описах, е написана книгата "Очерк на Тайната наука".

След това обаче става дума за това, че човек може да проникне по-нататък в свръхсетивното познание. Това става като се развива и усъвършенства медитацията. Най-напред човек се отпуска и почива върху определени представи или комплекс от представи и с това засилва душевния си живот. Това още не е достатъчно да се навлезе в свръхсетивния свят; за постигане на това е необходимо още човек да се упражнява не само да почива върху представите, не само да концентрира цялата си душа върху тези представи, а също да може по своя воля да ги отстрани, да ги изхвърли от съзнанието си. Както в обикновения живот може да насочи погледа си към дадено нещо и също да го отклони, така трябва да се научи силно да се концентрира върху дадено душевно съдържание и също така да може да го изхвърли от душата си.

Понякога това не е лесно дори в обикновения живот. Помислете колко малко човекът може да прогони своите мисли. Мисли, особено ако са неприятни, понякога преследват човека в продължение на дни. Той не може да ги отпъди. И това е още по-трудно, когато вече сме се научили да се концентрираме върху мислите. Дадено мисловно съдържание, върху което сме се концентрирали, здраво ни завладява и ние трябва да употребим всичките си усилия, за да го отстраним. Ако сме се упражнявали в това продължително време, ние ще можем да отстраняваме, да изхвърляме от своето съзнание този обратен поглед върху живота чак до раждането, това етерно тяло или както го нарекох, тяло на времето.

Естествено това е едно стъпало на развитието, което трябва да достигнем. Но първо трябва да узреем за това; чрез премахване на медитираните представи ние трябва да усвоим силата да отстраняваме този душевен колос, този душевен гигант; пред нас е застанала цялата ужасна акула на нашия досегашен живот между сегашния момент и раждането нея трябва да отстраним. Отстраним ли я, за нас настъпва не що, което бих желал да нарека "по-будно съзнание". Тогава ние просто сме будни, без да има нещо в будното съзнание. Но сега то се изпълва. Тъй както в белия дроб нахлува въздухът, от който не нуждаем, така сега в празното съзнание, изпразнено по описания начин, нахлува действителният духовен свят.

Това е инспирацията. Сега там нахлува нещо, което не е някакво по-фино вещество, а което се отнася към веществото така, както негативът се отнася към позитива. Това, което е противоположно на веществото, сега нахлува в освободеното от етера човешко устройство. Важното е да можем да осъзнаем: Духът не е само по-фино, по-етерично вещество; това не е вярно. Ако наречем веществото позитив, тогава по отношение на позитива трябва да наречем Духа негатив. Същото е както ако имам в портмонето да кажем – голямото състояние от пет шилинга и дам един шилинг, остават ми четири шилинга, давам още един, оста ват три и т.н.,

докато не остане нито един. Тогава аз мога да направя дългове. Когато имам да дължа един шилинг, тогава имам по-малко отколкото ако нямам никакъв шилинг.

Когато чрез посочения метод съм отстранил етерното тяло, аз не навлизам в друг по-фин етер, а в нещо, което е противоположно на етера, както задължението на притежаваното състояние. И едва сега аз от опит зная какво е Духът. Чрез инспирацията Духът навлиза в човека и първото нещо, което сега изживяваме е животът на нашата душа и на нашия дух преди раждането, съответно преди зачатието. Това е преекзистентният, предрожденият живот на нашата душа и нашия Дух. Преди това ние виждахме в етера назад до нашето раждане. Сега виждаме в духовно-душевния свят отвъд раждането, отвъд зачатието и достигаем до това да възприемаме как сме били преди да сме слезли от духовните светове и преди да сме приели физическо тяло по линия на наследствеността.

За познанието на посвещението тези неща не са философски истини, които човек измисля, те са опитности, ала опитности, които човек трябва тепърва да придобива, като се подготви за тях така, както посочих сега. И така първото нещо, което ни се явява, когато навлезем в духовния свят, е истината за преекзистенцията, за предсъществуването на човешката душа, съответно на човешкия Дух, и сега ние се учим да гледаме, непосредствено да съзерцаваме вечното.

От много векове насам европейското човечество е разглеждало вечността винаги само от едната страна, от страната на безсмъртието. Винаги единствено е питало: Какво става с душата, когато след смъртта напусне тялото? Да, това е егоистичното право на хората, тъй като хората се интересуват по егоистични причини за това, какво ще последва, когато настъпи смъртта. Веднага след този въпрос ние ще видим, че можем да говорим също и за безсмъртието; но за безсмъртието най-вече се говори по егоистични причини. Хора та по-малко се интересуват за това, което е било преди раждането. Те си казват: Важното е, че сме тук. Миналото, което е било преди това, има само познавателна стойност. Обаче човек не може да придобие истинска познавателна стойност, ако не насочи познанието си към това, което се съдържа в нашето съществуване преди раждането, съответно преди зачатието.

В съвременния език ние се нуждаем от дума, чрез която вечното тепърва добива пълното си значение. Би трябвало да говорим не само за безсмъртие, за неумиране; трябва да говорим също това е малко трудно за превеждане и за нераждане, защото вечността се състои от неумиране и нераждане и познанието на посвещението открива нераждането преди неумирането, безначалието преди безсмъртието.

Следващото стъпало в развитието към свръхсетивния свят може да бъде достигнато чрез това, че в нашата духовно-душевна работа ние се

стремим да се освободим още повече от телесната опора. Това може да се осъществи, като насочим сега упражненията по медитация и концентрация повече към упражнения на волята.

Сега бих желал като конкретен пример да поднеса пред вашите души едно просто упражнение на волята, по което ще можете да проучите принципа, за който тук става дума. В обикновения живот ние сме свикнали да мислим съобразно протичането на събитията в света. Оставяме нещата да пристъпват към нас така, както те се случват. Това, което пристъпва към нас по-рано, ние го мислим по-рано, което пристъпва към нас по-късно, мислим го по-късно. Дори когато в предимно логическо мислене не се съобразяваме с протичането на времето и тогава на фона все пак съществува нагласата да се придържаме към външното, към действителното протичане на даден факт. За да се упражняваме в съотношението на духовно-душевните сили, трябва да се освободим от външното протичане на нещата. За тази цел има едно добро упражнение, което е същевременно упражнение на волята, а то е, като се опитваме да мислим преживяванията си през деня, които сме преживели от сутринта до вечерта, обаче не от сутринта към вечерта, а в обратна посока, от вечерта обратно до сутринта и при това като навлизаме възможно повече в подробностите.

Да предположим, че при такава ретроспекция на живота през деня постигаме следното: Изкачили сме една стълба. Сега си представяме, че първоначално сме горе, тогава стъпваме на последното стъпало, после на предпоследното и т.н. Така ние слизаем обратно надолу. Първоначално ще бъдем в състояние да си представяме по този начин в обратен ред само отделни епизоди от живота през деня например от шест до три часа, от дванайсет до девет и т.н. та чак до момента на събуждането. Но постоянно ние ще придобием един вид техника, с която действително сме в състояние вечерта или на следващата сутрин като на едно обърнато табло да накараме да премине в картини и в обратен ред животът през деня, съответно през предния ден. Когато сме в състояние и това е важното с нашето мислене напълно да се освободим от начина, по който действителността протича триизмерно, тогава ще видим как настъпва едно невероятно усиливане на нашата воля. Ще достигнем това също и когато сме в състояние да усещаме една мелодия в обратен ред или когато си представяме една драма от пет действия да протича в обратен ред от петото към четвъртото и т.н. до първото действие. Чрез всички тези средства ние усиливаме волята, при което я засилваме вътрешно и я откъсваме от нейната сетивна свързаност със събитията.

Към това могат да се прибавят такива упражнения, както загатнах в предишни лекции, с които да си изясним по какъв начин имаме един или друг навик. Твърдо си поставяме задача и прилагаме желязна воля, та за

няколко години да придобием друг навик. Отбелязвам само като пример, че всеки човек има в почерка си нещо, което се нарича характер на същия. Ако ние с желязна воля старателно се заемем да при добием друг почерк, който никак да не прилича на предишния, за това е необходима мощна вътрешна сила. И тогава вторият почерк трябва да стане също така обичаен, също така употребим както първия. Това е само една дреболия: Има много неща, чрез които ние можем със собствената си енергия да променим цялата основна насока на нашата воля. По този начин ние постепенно успяваме не само да възприемаме духовния свят като инспирация, но с освобождения от тялото Дух смогваме да навлизаме в другите духовни същества, които са вън от нас. Тъй като истинското духовно познание представлява потопяване в съществата, които духовно се намират около нас, когато наблюдаваме физическите неща. Когато искаме да опознаем духовното, първо трябва да излезем от себе си. Аз описах това. След това обаче трябва да придобием способността да навлизаме в нещата, а именно в духовните неща и същества.

Това ние ще можем, след като сме правили такива упражнения за посвещение, които току-що ви описах, когато действително няма да бъдем повече смущавани от собственото си тяло и ще можем да проникваме и да се потопяваме в духовната страна на нещата; когато пред нас няма повече да се явяват багрите на растенията, а самите ние ще потъваме в багрите на растенията и ще виждаме вече не обагрените растения, а как те се обагрят. Когато знаем не само, че цикорията, която расте край пътя, е синя на вид, а че можем да потънем вътре в цвета и да участваме в създаване на синия цвят, тогава интуитивно навлизаме вътре в този процес и тогава, тръгвайки отгук, можем да разширяваме духовното си познание все повече и повече.

Че наистина сме напреднали с такива упражнения, можем да разберем по определени симптоми. Бих желал да ви приведа два, но такива има много. Първият се състои в това, че получаваме съвсем други възгледи за моралния свят, различни от тези, които сме имали преди. За чистия интелектуализъм моралният свят съдържа нещо нереално. Разбира се, ако все още е останал порядъчен в рамките на материалистичното време, човекът се смята длъжен да прави по задължение това, което по традиция се смята за добро, но все пак, макар и да не си го признава, той мисли: с това, че е направено добро, не се е случило нещо, както когато през пространството премине светкавица или тътен на гръмотевица. Той не мисли за нещо реално в този смисъл. Когато заживее и опознае духовния свят, човек осъзнава, че моралният световен ред не само е така реален както физическия, но притежава една по-висша реалност. Постепенно той започва да разбира, че цялата тази епоха със своите съставки и процеси може да загине, да се разпадне; но това, което морално изтича от нас,

устоява и продължава да действа във вечността. Реалността на моралния свят се издига пред нас. И физическият, и моралният свят, съществуване и възникване, те стават едно. Ние действително изживяваме, че светът притежава също и морални закони като обективни закони.

Това повишава отговорността спрямо света. Изобщо това ни дава едно съвсем друго съзнание, едно съзна ние, от което съвременното човечество твърде много се нуждае. Това съременно човечество, което разглежда възникването на Земята, как Земята се е образувала от една първична мъглявина, как от тази мъглявина е възникнал животът, човекът, и от него като един вид *Fata morgana* се е появил светът на идеите; това човечество, което е насочило поглед към топлинната смърт и смята, че всичко, в което човечеството живее, отново ще бъде заровено в едно голямо гробище: това човечество се нуждае от познание за моралния световен ред. Всъщност то може да бъде напълно постигнато чрез духовното познание. Това сега аз мога само да скицирам.

Обаче човек не може да постигне това интуитивно познание, това потъване във външните неща, без да е преминал през едно силно страдание, през една силна болка, по-силна спрямо онази болка, която по-рано трябваше да характеризирам при имагинативното познание, когато казах, че човек трябва отново да се върне към своите симпатии и антипатии с усилие, което причинява болка винаги, когато трябва да се извърши. Сега болката се превръща в космическо съпреживяване на цялото страдание, което е заложено в основата на съществуването.

Лесно може да се каже: Защо Бог или Боговете създават болката. Страданието трябва да съществува, та от страданието светът да може да се издигне до своята красота. Че ние имаме очи ще се изразя популярно, произлиза от това, че в един още недиференциран организъм най-напред е било издълбано това органично устройство, което води до зрителната сила и, преобразено след това, до създаване на окото. Ако днес още бихме забелязвали малките, най-незначителните процеси, които при зрението стават в нашата ретина, бихме открили, че дори това представлява една заложена в основата на битието болка. Всяка красота почива на основата на страданието, красота може да израсне само от болката. Човек трябва да може да чувства тази болка, това страдание. Само като премине през болката, човек може да се издигне в свръхсетивния свят. В по-малка степен това може да се каже и за едно по-ниско стъпало на познанието. Всеки, който е придобил някакво познание, ще може да направи признанието и ще каже: за това, което съм имал през живота си като радост и щастие, съм благодарен на своята съдба. Своите познания обаче аз съм постигнал единствено чрез своите болки, чрез своите страдания.

Ако първоначално човек почувства това още спрямо по-нисшето познание, той ще може да го изживее, когато преодолее себе си, когато чрез болката, която бива усещана като космична болка, той се провре и навлезе до неутралните изживявания в духовния космос. Човек трябва да си пробие път до съпреживяване на създаването и същността на всички неща; тогава е налице интуитивното познание. Тогава човек също се намира изцяло в едно познавателно изживяване, което вече не е свързано с тялото, което свободно може да се завръща в тялото, за да пребивава отново в сетивния свят до смъртта, и което сега добре знае какво значи да бъдеш реален, действително да бъдеш духовно-душевно вън от тялото.

Ако е разбрал това, човек има познавателна картина на това, което се случва, когато при смъртта се из оставя физическото тяло; тогава човек знае какво означава да се премине през портата на смъртта. Действителният процес, който става с човека, а именно че когато напусне тялото си, духовно-душевната съставка преминава в един духовно-душевен свят, този факт човек изживява познавателно, когато се е издигнал до интуитивното познание, т.е. когато знае какво означава да живее в света без тяло, което да му служи за опора. С това познание, когато го е въвел в понятие, човек се завръща обратно в тялото. И същественото е, че човек се научава да живее и без тялото, и с това добива познание за това, какво е положението, когато човек вече няма нужда от тялото, когато го напусне при смъртта и премине в един духовно-душевен свят.

И това също не е философска спекулация, дадена от познанието на посвещението за безсмъртието, а е опитност, която бих желал да кажа е предварителна опитност, предварително изживяване. Човек узнава как това ще стане по-късно. Човек не изживява пълната реалност, а изживява една реална картина, която напълно се покрива с пълната реалност на умирането. Човек изживява безсмъртието. Следователно това е едно изживяване, което бива въведено в познанието.

Опитах се да ви опиша как чрез имагинацията човек се изкачва към инспирацията и интуицията и как с това човек опознава първо себе си като човек в своята пълна реалност. Човек се учи да познава себе си в тялото, докато се намира в тялото. С духовно-душевните си съставки човек трябва да се освободи от тялото и чак тогава се освобождава целият човек. Защото това, което човек опознава чрез тялото, чрез сетивата си, чрез това, което се присъединява към сетивните опитности като мислене и което за обикновеното мислене все пак е свързано с тялото, по-точно със сетивно-нервната система: С това се опознава само една съставка на човека. Целият човек може да бъде напълно опознат, само ако човек има волята да се изкачи до онези познания, които идват именно от науката на посвещението. Бих желал да подчертая още веднъж: Ако нещата бъдат

изследвани, тогава всеки, ако се отнесе към тях с непредубеден ум, може да ги разбере с обикновения здрав човешки разсъдък. Също както със здравия човешки разум може да се провери това, което казват за света астронавтите, биолозите. И тогава ще се открие, че тази проверка представлява първото стъпало на познанието на посвещението. И понеже човекът не е замислен и изграден върху неистината и заблудението, а върху истината, той трябва първо да има истинно впечатление от познанието на посвещението и след това, доколкото съдбата прави това възможно, да може още в този земен живот да прониква все повече и повече в духовния свят. В по-ново време, и то по един по-висш начин, трябва да бъде изпълнено това, което като призив е стояло над гръцкия храм: "Човеко, познай себе си!" Разбира се, това не е имало предвид навлизане в човешката вътрешност, а е призив да се изследва цялостното човешко същество: Да бъдат изследвани тялото; същността на безсмъртието, неумирането, същността на неродеността = безсмъртният, неумиращият Дух, и същността на посредника между Земята, между временното и Духа = Душата. Защото истинският, действителният човек се състои от тяло, душа и дух. Тялото може да опознае тялото, душата може да опознае душата и само Духът може да опознае Духа. Затова човек трябва да направи опит да намери Духа, който действа в него, за да може да опознае също Духа, който действа в света.