

„Nem tesz jót a meditációnak, ha kötelességérzetből csináljuk. Ezért szükséges, hogy a személyes meditációban fokozatosan odajussunk, hogy lelkünkben mintegy szomjazzunk a meditációra... Akkor jó a meditációra vonatkozó lelki hozzáállásunk, ha nélkülözhetlenné válik, valamivé, ami hozzátartozik a lélek teljes életéhez.”¹

„A siker csak akkor játszik döntő szerepet, ha önzésből csinálunk valamit. De az önzésből végrehajtott cselekedetek értéktelenek a magasabb világok számára. Ott csak a cselekvést átható szeretet fontos. A szellemi iskolázó minden törekvésének, minden cselekedetének ebben a szeretetben kell történnie. Akkor nem fog habozni döntéseit újra és újra cselekedetekké alakítani, akárhányszor valljon is velük kudarcot. És így eléri, hogy ne várja ki cselekedeteinek külső hatásait, hanem elégedjék meg magával a cselekedettel.”²

¹ R. Steiner: *Seelenübungen* 1. GA 267, 515. old. (= GA 316, 158. old.).

² R. Steiner: *Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?* GA 10, 109. old.