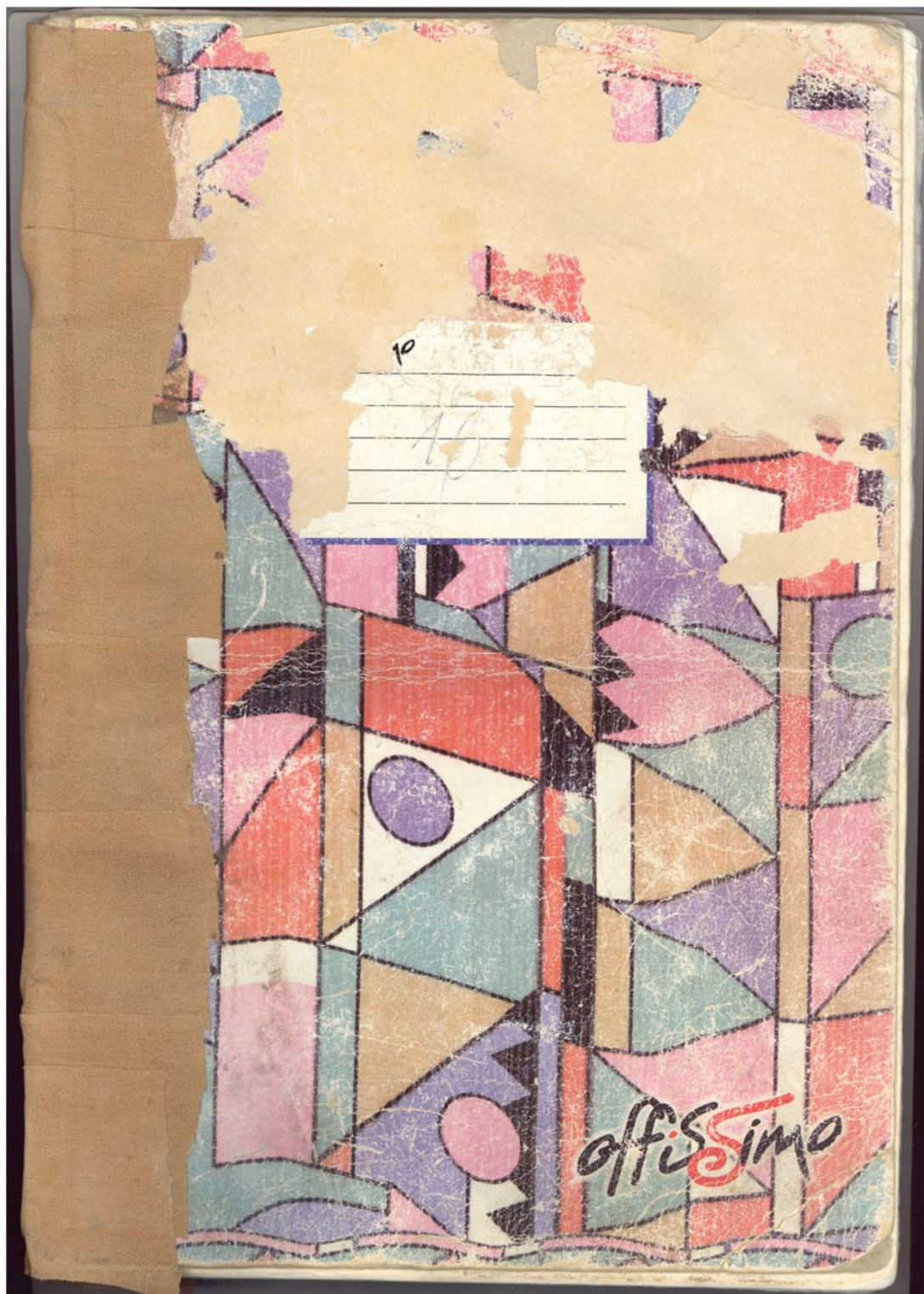
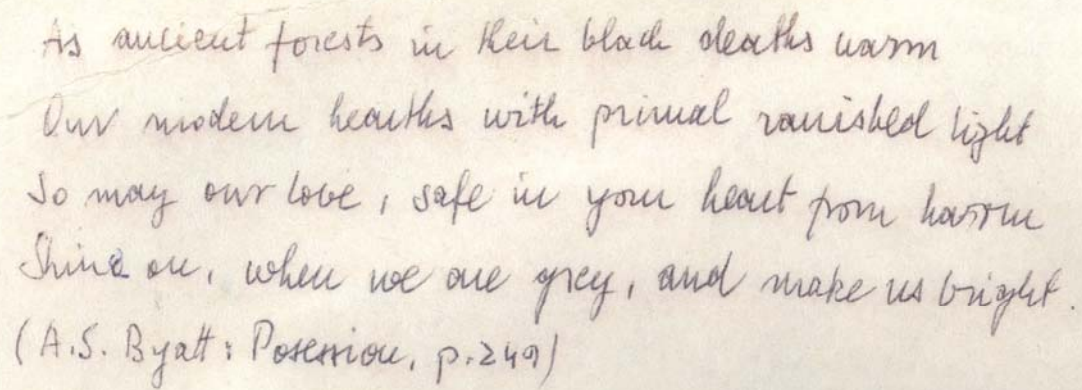


16. jegyzetfüzet  
magyar fordításban

Georg Kühlewind



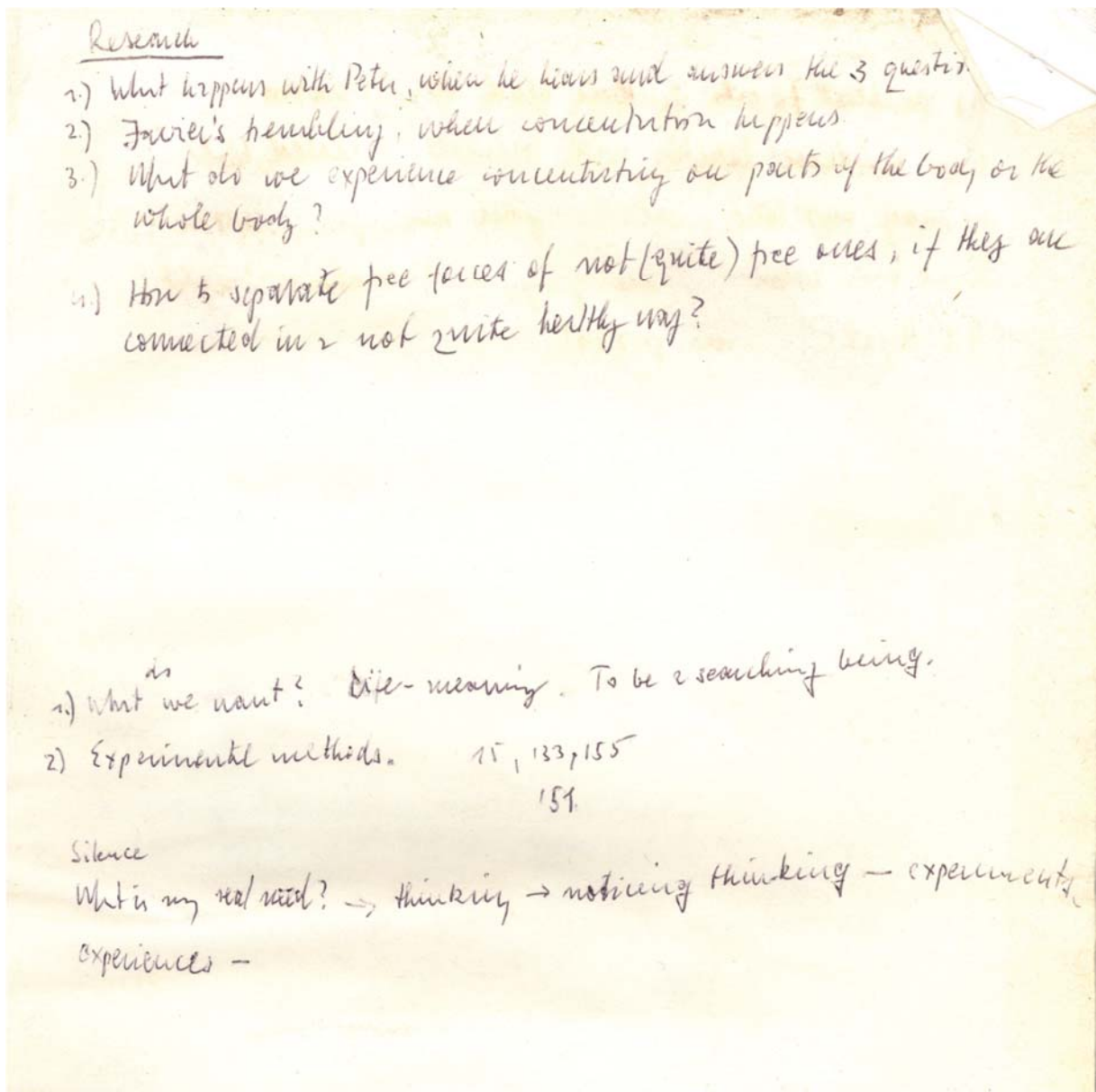
As ancient forests in their black deaths warm  
Our modern hearths with primal vanished light  
So may our love, safe in your heart from harm  
Shine on, when we are grey, and make us bright.  
(A.S. Byatt: Possession, p.249)



As ancient forests in their black deaths warm  
Our modern hearths with primal vanished light  
So may our love, safe in your heart from harm  
Shine on, when we are grey, and make us bright.  
(A.S. Byatt: Possession, p.249)

## Kutatás

1. Mi történik Péterrel, ha a 3 kérdést hallja és megválaszolja?
2. Javier remegése a koncentráció során.
3. Mit tapasztalunk, ha a testre, vagy a test részeire koncentrálunk?
4. Hogyan lehet elválasztani a szabad erőket a nem teljesen egészségesen hozzájuk kapcsolódó nem (teljesen) szabad erőktől?



A fordító előszava

Székely György (Georg Kühlewind) 16. jegyzetfüzete valójában egyike a legutolsóknak a kb. 30 kézzel írott jegyzetfüzetből. A számozás azonban csak a hatvanas évek második felében kezdődik.

A 16-os jegyzetfüzet elsősorban angolul van, számos német és néhány magyar bejegyzéssel. Ezen kívül tartalmaz bibliai idézeteket görögül és előfordul néhány latin mondat a skolasztikából. Székely Gyuri saját gondolatai mellett számos idézet is található a legkülönbözőbb forrásokból, amelyek legtöbbjét lábjegyzettel láttam el. A fordítás az eredeti kézirat alapján készült, de nagyon nagy segítségemre volt benne Longin Pribe gondos és értő német fordítása, ill. leirata, valamint Pallér Katalin angol leirata, amiért mindkettőjüknek nagy hálával tartozom.

A fordításban elsősorban pontosságra törekedtem, másodsorban igyekeztem elkerülni a túlzott pontosságból eredő magyartalanság bukatóit. Ez bizonyára nem sikerült mindenhol. Néhány helyet nem tudtam elolvasni, ezeket a helyeket megjelöltem (sárga színnel).

A fordítást Fenyő Ervin fogja ellenőrizni, ez az első, nyers változat, amit ennek megfelelően kell használni. A kézirat megtalálható a Georg Kühlewind Alapítvány honlapján („jegyzetfüzet-angol-nyelven”) néven. Minden kedves olvasót kérek, hogy jelezze, ha hibát vagy hiányosságot talál a fordításban (E-mail cím: laszlo@kuehlewind.org).

A füzeteket Székely Gyuri saját használatára készítette, és ennek megfelelően kell olvasni. Nincsenek bennük kívülállóknak szóló magyarázatok, gyakorlatilag meditációs mondatok vagy néhány mondatból álló bekezdések sorozata. Ezért kizárólag a meditatív (vagy legalábbis meditatív igényű) olvasás számára megközelíthetők. Akinek ebben nincs gyakorlata, jobb, ha először a széles közönségnek íródott könyvekkel foglalkozik. Másrészt épp ez a töredékes és közvetlen írásmód az, ami különösen értékessé teszi a füzeteket. Azt lehetne mondani, hogy szinte provokálják a meditációt, és ezzel átsegíthetik az olvasót egyes gyakorlási nehézségeken.

Böszörményi László

Klagenfurt, 2014. szeptember 13.

Minél forma-mentesebb az ego, annál kreatívabb, vagyis annál jobban képes formákat létrehozni.

Egyszerű antropozófia. 1) Miből van a *jelentés*? 2) A test megfigyelése, a testre való koncentráció a testtől független Én felismerésére vezet. 3) A tapasztaló mindig más, mint az, amit tapasztal. 4) Ez a más mindent megtapasztalhat, amiben tapasztalóan részt veszünk. 5) A formákat forma nélküli szabad erők segítségével tapasztalhatjuk.

A Holdról nem lehet látni a Föld felszínét. 197, 25.7.20.<sup>1</sup>

A Marsról 30.7.20.

Semmi más, mint realitás 200, 17.10.10.<sup>2</sup>

o Ha egy forma kontemplációja eléri az akarat minőségét, akkor megszületik az a képesség, amely képes hasonló formákat teremteni.

1) ° Ahelyett, hogy tapasztalnánk az azonosságot – mindennel –, le kell küzdenünk a tér és idő világát. Tér és idő: hogy megtapasztaljuk a téren és időn kívüli létet. Tér és idő: csökkentett lét, jelek és nem jelentés. Viszonyok a térben és időben: természettudomány, a világ összes külsődleges törvénye. Egy lépés: meglátni a teret és az időt és tudatára ébredni ennek a látásnak. A dolgok: jelek a térben és időben.

A jelentés anyagából készítettünk.

Az azonosság az együttérzés és a szeretet forrása, egyszersmind azonosság mindazzal, ami a hétköznapi életben körülvesz. Ebben akkor lép fel változás, ha aktívvá válik a tanú.

Csak jelentéssel teli motívumot lehet időtlenül megtartani.

2) ° Az élet az idő kibontása az egyidejűségből. Az ásványisággal kapcsolatba lépve az örök élet kilép a térbe és időbe.

Az örök élet jelentés, de a jelentés tudatában lévő Énné csak térben és időben (elválasztottságban) lehet érlelődni, kis, korlátozott lépésekben. És ellenálláson, vagy tehetetlenségen – amin fogást találhat az aktivitás.


Zene.

---

<sup>1</sup> Rudolf Steiner: *Gegensätze in der Menschheitsentwicklung*, GA 197

<sup>2</sup> Rudolf Steiner: *Die neue Geistigkeit und das Christus-Erlebnis des zwanzigsten Jahrhunderts*, GA 200

- 3) ° Mivel minden a figyelemből készült, maga a figyelem nem készülhetett semmiből. Mindent, amit tapasztalunk – bármit –, mindent a figyelem *figyel* meg. Ha lenne anyaga, akkor az a figyelem tárgya lenne, nem maga a figyelem. A figyelem maga üres, nem csak tárgytól mentes, de saját anyagától is, önmagától is – a figyelem mindennek a lehetősége. Mindennek a *világossága*. Szeretet 1. János, A Világ Világossága.

Három meditáció 1, 2, 3 és 15<sup>3</sup>, 143 Tamás; 15, 133 Én, kiterjesztve az időben  
A teremtés a Világossággal kezdődött. 15, 51. Azonosság; 15, 136 Az új tudomány; 15, 140.  
1. János. 1,5; 1. János. 2,8; 15,143 üresség; Szeretet és Világosság 1. János   
15, 148 azonosság; 15, 179 reflexió; 15, 150 Az ember a jelentések világában:  
15, 152 megismerésben; Actualitas;

- Az univerzális világosságnak el kell szenvednie az „én világosságom” illúzióját, azért, hogy Én-né, a *valódi* „én világosságom”-má válhasson.
- A *múlt* tapasztalása magában foglalja a jelent, akárcsak a reflexió.
- A karmát kétféle módon irányítjuk: a) ostobaságainkkal b) a kijavítására (a Jóra) való törekvés IRÁNYÁVAL. Az ostobaság nem fejez ki semmit, nem kommunikatív.
- Az ego-test kialakulása elválasztja a két áramot: az asztralitást és az egót, mert az ego árama nem tud értelmetlen formákat magára öltetni.
- Az érzeti testet (az érzeti test aktivitását) nem tapasztaljuk, mert nem szabad figyelem-erőkből jött létre. A testet körülvevő érző burkot tapasztaljuk, mert szabad érző erőkből jött létre. A testi fájdalom is (sem?) az érzeti testből ered,

*Reflexió* 15, 149; 152; 158; 137;

A kisgyerek figyelme (≡ azonossága) *globális*. A nevelés során részletekre irányulóvá, szelektívvé válik.

---

<sup>3</sup> 15. Jegyzetfüzet, 143. oldal

## Egy-érzés

A tükrözés 15,150, 152; 153; 154; 160; 140; 147; 149

- A törvények csak az ásványi világra vonatkoznak, az élőlényekben is az ásványiság képezi a tükröt, ami a törvényeket hordozza.
- A figyelem azonosság (akármivel).
- Az érzést érzés tapasztalja.
- A tárgy azonosság – ami eltűnt. Ehhez kell az ön-érzés.

Jakab 1, 17: Minden jó adomány és minden tökéletes ajándék felülről való, és a világosságok Atyjától száll alá, akinél nincs változás, vagy változásnak árnyéka.

πᾶσα δόσις ἀγαθὴ καὶ πᾶν δῶγμα τέλειον ἄνοθεν ἔστιν καταβαῖνον ἀπὸ τοῦ πατρὸς τῶν φώτων, παρ' ᾧ οὐκ ἔνι παραλλαγὴ ἢ τροπῆς ἀποσκίασμα.

A nem változó minőség azt jelenti: mentes minden formától. Ez Isten létezése. Minden forma (ez, az) csökkent létezés. Én vagyok az Én vagyok, 2 Mózes 3, 14. Ez korlátlan létezés, nem ez és nem az.

**3)** Meditáció. Változatlan, a nem-más, én vagyok az én vagyok, tisztaság = semmi, nem valami, nem más, formától mentes. A figyelem valamivé válik és általa tapasztalja ezt a valamit, hogy azzá válik. Minden mindenben. Megvilágítani = létrehozni. Megtört világosság = a világosság formát ölt. A zsidó megfogalmazásban: Isten mentes a formától. *Keresztény megfogalmazásban: az ember mentes a formától.* A követelmény, hogy keressük az emberben azt, ami nem megformált.

2) Az élet az idő kibontakozása az egyidejűségéből. Ásványiság, jelek világa, ásványi. Évek, az idő emberi.

- Mi az értés és mi érthető? Mindkettő anyagtalan (immateriális).

- Az ásványiség tehetetlensége a szellemi világ elhárítása. A halottnak nincs gondolati érzékenysége, mint az élőknek. Ellenállás. Lét „olyanság” nélkül = formától vagy minőségtől mentes.
- Az ásványiságnak két összetevője van: a minőség, ami a Logoszból ered és a tehetetlenség vagy anyagiság, ami független a minőségtől. A fizika az a tudomány, amely figyelmen kívül hagyja a minőséget (vagy formát). A minőség nélküli tömeg (vagy tehetetlenség) a gondolkodás (vagy értés) formától mentes erejének lefordult<sup>4</sup> tükörképe (mindkettő forma nélküli). Vagy a szellemi világ (= jelentésvilág) magasabb erejének – amelyből minden jelentés ered – lefordult tükörképe. A Világosság lefordult tükörképe.

*Hit* Semmi sem alkalmas a vallásos életre (hitre), ami *raciónalisán* érthető, mert akkor főleg a megismerő érzés és a megismerő akarat. De ugyanígy, ha a megismerés eléri az akarat szintjét, akkor kultusz nem lehetséges (eltereléssé válna, főleg az értésen túli jelentés nélkül), nem hordozza azt a jelentés többletet, amely eredetileg a megismerő-befogadó akarat szféráját szólítja meg úgy, hogy áthatja, de *megismerés nélkül*. Nem a teremtő akarat az, amelyik a kultuszt befogadja.

- A jelentés anyagtalan, de megformált. Az értés is anyagtalan, de formától is mentes. Kivonni az ásványt és érteni. *Minden* anyagiságtól mentesen – azonosság. Különböző fellepne a forma és az anyag dualitása, csak a forma (minőség) érthető. Lingvisztikai dualitás. Prima materia → matéria minőség nélkül.

Az anyag, amit nem értünk ~ megtört világosság. Én – asztrál azonosság.

---

<sup>4</sup> Lefordult: adekvát szintje alá esett, tükrözött.



3) Ha tudok valamilyen dologról, akkor már a figyelemben van, vagyis a figyelem azzá a dologgá válik. A dolog azzá formálja a figyelemet, aminek nekem megjelenik – akkor az eredmény nem az, ami formál. Ha a figyelem érzékelné saját anyagát, akkor az anyag nem ő maga lenne. Önmagát érzékelné tudja: a) egy tárgy formájában, b) ha elég intenzív, akkor még szabadon, de már útban egy tárgy felé. Felismerheti önmagát egy tárgyban, vagy egy tárgytól elkülönítve is. A Világosság minden embert megvilágít. Minden érzékelés eltűnik, ha a figyelem világossága nem világítja meg. Az Én-vagyok a Világ Világossága. A világosság látása.

A világosság az őszanyag. Minden: szinte túl sok.

A gyerek a beszédet a nem-beszélés segítségével sajátítja el.

Énekelt figyelem.

*Testi gyakorlatok* Konstanz 4/6/98 - 5/6/98

- 1) Szabad figyelem. „Állati” figyelem
- 2) A testhez való kapcsolat. a) ujj b) lélegzés c) az egész test
- 3) Önérzés – milyen volt egykor?

2a) Lüktetés – érzés → homogén érzés → a levegőben, szilárd határok nélkül, az érzet beburkolja az ujjat. Az érzetben nem vagyok elválasztva. Kar. A kéz, mint egység erősebben, differenciáltabban érezhető; a hely, ahol a kéz kezdődik, kiúzi az érzést a karból: a burok kiterjed fölfelé.

2b) Benyomás: A figyelem megváltoztatja a lélegzést; behatolunk az érzeti test működésébe; a tudat szintjére emeljük. Tudatosabbak leszünk, vagy belealszunk a természetes tevékenységbe. A ritmusra vagy az érzésre irányított figyelem.

Mozgás ↔ testrészt

2c) A háttérben mindig ott van; súly, ami eltűnik. Lelki önérzés.  
Az élvezeti kultúra hisztériája.

A figyelem kitágítása. Burok, kompakt

Kifejező mozdulatok: nincs önértés – a „tartalommal” foglalkozunk. Régi gyógyászat.

- \* Egy dolog addig marad meg, amíg a forma uralkodik az anyag fölött. **CT 260**
- Elégtelen koncentráció a gondolkodásban intellektualizmushoz vezet.
- Elégtelen koncentráció a megismerő érzésben szentimentalitáshoz vezet.
- Anyag: ami nem olvasható a jelben.
  
- Ami az érzékszervekkel érzékelhető, a jelek világához tartozik, amelyet nem értünk. Ebben a világban érvényes a fizika.
- Azt lehet megérteni, ami az érzékszervekkel nem érzékelhető. Ilyen minden minőség forma, minden ami univerzális, viszonyok, konfigurációk.
  
- A fizika világa jelentésekből épül fel.
- Amit nem tudunk, nem érzékeljük.
  
- Egy „tanítás elfogadása” naív realizmus. Azt fogadjuk el, amit értünk, vagy érteni vélünk.

*Az impulzus megsokszorozódásának<sup>5</sup> misztériuma:* ha egy hatalmas idea megjelenik az emberiségben, akkor az emberek közvetlen kapcsolat nélkül is részesülnek benne. Ennek előfeltétele, hogy az idea *éljen*, vagyis jelen legyen az Igazság szférájában, vagy másképp szólva az éteri szinten. Krisztusnak ezért meg kell halnia ahhoz, hogy megtörténhessen a Mennybemenetel. Ezután jelenhet meg a megújított Szent Szellem, ami az új impulzus megsokszorozódott formája.

- \* Amit értünk, nem érzékelhető az érzékszervekkel.
- \* Az ego azonosságban tapasztal. Ezért az „Én vagyok”-ot minden szinten meg kell valósítani, hogy egyre több formától mentes „tárggyal” azonosulhassunk.

Sakktábla: Amit látunk, azok a figurák és a mezők. Ami érthető, az az egymáshoz való viszonyuk, ill. a következő lépések után várható viszonyuk a jövőben.

---

<sup>5</sup> A Krisztus-impulzus valószínűtlenül gyors elterjedésének

Suzuki: A zen tanítása a nem-tudatról, 48. old.

„Olyan, mint egy tiszta, ragyogó tükör, amely képeket tükröz vissza. Csorbul-e valamelyest is a tükör tisztasága, ha tükröz? Nem, nem csorbul. Csorbul-e a tükör tisztasága, ha nem tükröz? Nem, nem csorbul. Miért nem? Mert a tiszta tükör a tükrözésben semmilyen hatásnak sincs kitéve, amely elhomályosíthatná a tükörképet. A tisztaságán semmit sem változtat, hogy tükröz-e képeket vagy sem. Miért nem? Mert az, ami semmilyen hatásnak sincs kitéve, minden kötöttség közepette is változatlan.

A *reflexió* jelen van a zenben, de *tapasztalt* reflexió, nem csak gondolt, mint a nyugati reflexió. Nem spekulatív következtetésekhez, hanem a forrás keresésére irányuló gyakorlati módszerekhez vezet.

A halottak „nyelve” a „létezés”. Ez a *létezés* kifejező, mert minden *létezés* „igaz”. Tamás<sup>6</sup> felfogása ezt támasztja alá.

1. A létezés olyan intenzív, amilyen „jó”, vagyis „érzékeny”, jelentéssel teljes, vagyis „igaz”.
2. Az ember „capax universi”<sup>7</sup>, univerziáliákként<sup>8</sup> tudja megérteni a dolgokat.

Bodhidarma, 43. Old.

A buddha az igazi tested, eredeti szellemed. Ennek a szellemnek nincs se formája, se jellemző sajátosága, se oka, se okozata, se csontja, se inai. Olyan, mint a tér. Nem tudod megfogni. Nem a materialisták vagy a nihilisták szelleme. A tathagatán<sup>9</sup> kívül senki sem értheti meg, senki halandó, senki, aki káprázatban él. De ez a szellem nem a négy elemből alkotott fizikai testen kívül van valahol. E nélkül a szellem nélkül nem tudunk mozogni. A testnek nincs öntudata. Mint egy növénynek, vagy egy kőnek, a testnek nincs természete. Akkor hogyan mozog? A szellem mozgatja.

---

<sup>6</sup> Aquinói Tamás: «omne ens verum» - «minden létező igaz» (*Questiones disputatae de veritate*)

<sup>7</sup> Aquinói Tamás kifejezése: mindenre képes

<sup>8</sup> Általános fogalmakként

<sup>9</sup> Tathagata – gazdag jelentésű szanszkrit kifejezés a teljességre, többek között a teljességre jutott emberre.

A tudatban megjelenő bármilyen tartalomra vonatkozóan megkérdezzük: *ki tapasztalja?*

Ma az a probléma, hogy nem látjuk az ellenséget. Számos alakban jelenik meg, nem lehet megfogni, nem lehet szemtől-szembe találkozni vele. Valamilyen formában, mindenkiben jelen van, kisebb-nagyobb mértékben. Nem lehet vele nyíltan megütközni. Az ellenséggel való első találkozás önmagamban történik.

A világosság mentes minden formától.

Steinernél az ÜRESSÉG átmeneti állapot, valaminek a megismerése felé. A Zenben az üresség a megismerés legmagasabb formája.

Minden tanítás feltételezi az egót. Egótól egónak szól.

Compendium<sup>10</sup>, 56. fejezet. Perfectum est extra quod nihil est. A tökéletesség az, amin kívül semmi sincs.

Minden képesség formák feloldásából keletkezik, vagy formák feloldásában mutatkozik meg. A megismerő érzés is.

Steiner: adott az észlelés (episztomológiai értelemben) és a gondolkodás (ontológiai értelemben). Tamás: Teremtés és megismerés. Bodhidharma: csak szellem, üres, minden mást ez a szellem hoz létre.

Meditációk a Grál szemináriumhoz

- Ajándék és ajándékozottak vagyunk.
- Az elválasztás, a forma, a tárgy – seb.
- A formákon keresztül a forma nélküliséghez.
- A szellemben mindig egy vagyok minden világgal.
- Benutság a kezdésben: szenvedés.
- Kérdés: szimpátia és távolság.
- A koncentrációban az Én megtapasztalja önmagát.

---

<sup>10</sup> Aquinói Tamás

- Minden most van.
- A múltat a tanú a jelenből látja.

A művészet a szépségen keresztül váltja meg a világot. A szépség a világ eredeti állapota.

### *Az érző intelligenciához*

- Az érzékek azt érzékelik, ami külsődlegessé vált az ember számára. Ami elidegenedett az „ego”-tól.
- Ami elidegenedett, megtartja formáját.
- „Fa” valamikor a fa tapasztalása is volt egyben.
- A tudatba, amely maga is világosság, csak világosság jut be.
- Csak a jel lehet tárgy, nem a jelentés.

Nem lehet végrehajtani azt a kísérletet, hogy egy fogalmat gondoljunk; arra lehet használni, hogy észrevegyük, hogy csak az első értés megvilágosító.<sup>11</sup>

- Alsunk a gondolkodásban, felébredünk a gondoltban.
- Az út tisztasága: előfeltételek nélkül: a világosság princípiuma. Átlátszatlan elemek nélkül.
- Észleleti minőségek – érzés, alvásban.
- A tudatfölöttiben alsunk.
- A tiszta tudat a (megismerő) érzéshez vezet.
- Érezd a képek (asszociációk) mögött az anyagtalán tükröt.

Ta-chu Hui-Hai (Ch’an szerzetes, 8. század; Suzuki: A zen tanítása a nem-tudatról, 48.old):

„Olyan, mint egy tiszta, ragyogó tükör, amely képeket tükröz vissza. Ha ezt teszi a tükör, csorbát szenved-e ezáltal valamennyire is a tisztasága? Nem, nem szenved csorbát. Csorbát szenved talán, ha nem tükröz vissza képeket? Nem, nem szenved csorbát. Miért nem? Mert a tiszta tükör használata semmilyen hatásnak sincs kitéve és tükröző felülete ezért nem sötétedik el. Akár tükröz képeket, akár nem, tisztaságát ez nem érinti. Miért nem? Mert az, ami semmilyen hatásnak sincs kitéve, minden függőség közepette is változatlan marad.”

- Fogalom ← idea-szövet ← érzés-szövet
- Formamentes gondolkodás – formamentes érzés.

---

<sup>11</sup> Szó szerint: Az a kísérlet, hogy gondoljunk egy koncepciót: lehetetlen; használható, csak az első értés olyan, mint a megvilágítás.

- Csak érzéseket érzünk.
- Érzésről csak érzéssel lehet tudomást szerezni. Az érzésre egy másik érzéssel látunk rá.
- Világossággal átjárt érzés.
- A tükörben nem maradnak benne a képek.
- Az érzékelést nem lehet az észleletre redukálni.
- Az is a világosság tette, ha valaki a sötétséget tekinti a világ alapjának
- A világosság független mindentől, amit megvilágít.

A *beszéd* (Buddha beszéde) hatékony volt, mert a szavak mögött tapasztalás volt: A *Hold* egyszerre jelentette az észleletet és önmaga holddá válását; a kívül és a belül nem válik el. Aki azt hallotta: „értelem”, monisztikus tapasztalásban „értelemmé” vált. Buddha és a zen mesterek bensőségesen használták a szavak nélküli „nyelvet”.

- A Világosság az Üresség keresztény alakja.  
A magasabb megismerésben nincs nincs (nem-lét).  
A világosság nem tárgy – Én.

Egy emberi lény jellemzője vagy minősége: hogy világít át tudatfölötti Napja az önzőség felhőin.

- A szubjektum csak most van.
- Az ellenség bennem van.
- Ami elidegenedett a forrástól (az Én-től), megtartja az alakját.
- A megsokszorozódás misztériuma: a Logosz erő jelen van abban a szférában, ahol az ember lelki-szellemi lénye útban van a Föld felé, az inkarnációban. És magával viheti a Logosz szikráját az inkarnációba, a lélek inkarnálódott (nem tudatfölötti) részébe, egészen a húsba. Az inkarnáció során a Logosz adekválódott<sup>12</sup> az emberi feltételekhez.
- Hallás: A mozgások értése.

---

<sup>12</sup> Az „adekváció“ Aquinói Tamás kifejezése az emberi és a szellemi világ mindenkori határvonalára.

Az emóciókkal<sup>13</sup> való foglalkozás egy lehetséges módja, hogy visszakövetem a kitört viharokat addig a pontig, ahol én kezdtem, egy tekintettel, mozdulattal vagy azzal, ahogy kimondtam egy szót. Először gondolkodásban, aztán érzésben. A koncentrált gondolkodás megismerő érzéssé alakul.

- o Engem vagy Én?
- o Minél inkább megismerő, annál kevésbé testhez kötött (gondolkodás, érzés, akarat).  
Ha az ember tudatfölöttijében mindent tud, nem csoda, hogy működik a karma vagy egy kutató rátalál a megfelelő irodalomra – vagy a megfelelő ideára.

Elhivatott érdeklődés az emberré válás felé, a keresztény attitűd, amelyben nincs többé a régi értelemben vett vezetés. Önellátás.

Az ujj-gyakorlatban<sup>14</sup> a figyelmet először a gondolkodás irányítja, és gondolható tárgyakat ragad meg, mint a vér lüktetése, vagy az ujj térbeli irányultsága. Később a gondolkodó figyelem érző figyelemmé alakul, amellyel csak a magam-ézés burkának érzetéig lehet eljutni.

GA 316, 3.1.24. 33. old.<sup>15</sup>

„Figyeljék meg ezt az asztrális szervezetet, amelyben folyamatosan jelen van a tendencia, hogy az embert beteggé tegye, valamelyik szervében vagy az egész emberben. Nem kell hozzá más, csak, hogy gyakorolják a valóban egészséges önmegfigyelést, és rá fognak jönni, hogy így van, mert semmilyen érzés nem jöhetne létre Önökben, ha nem lenne ez az asztrális szervezet. Csak képzeljék el a következőt: itt az éteri organizmus, amely kibontakoztatja az életet; és itt az asztrális organizmus, amely letompítja. Nos, az éber életben – az alvásról majd még beszélek – folyamatos ide-oda mozgásnak kell fenntartania a labilis egyensúlyt az éteri és az asztrális között. Ebben keletkezik az emberi érzés. Semmit se éreznénk, ha ez az ide-oda mozgás nem lenne. Most azonban képzeljék el, mi lenne, ha az éteri tevékenység nem verné azonnal vissza az asztrális tevékenységet. Ha visszaveri, ha tehát az éteri tevékenység születése pillanatában, in status nascendi, visszaveri az asztrális tevékenységet, akkor a normális érzés jön létre. Ezt később majd összekapcsoljuk a mirigytevékenységgel a fizikai testben. Ha azonban az asztrális szervezet hatalma megnő, úgyszólván a szerv éteri tevékenysége nem tud megfelelő ellenhatást kifejteni, akkor az asztrális tevékenység túl nagy erővel ragadja meg a szervet. Az ide-oda lengés helyett a szerv deformálódik, és így egyszerű látni, hogy úgy okozza az asztrális test a betegséget, hogy tompító hatását a megengedett mértéken túl fejt ki. A megengedett mérték az lenne, hogy születése pillanatában kiegyenlítődik.”

---

<sup>13</sup> Emóció: közönséges érzés, indulat.

<sup>14</sup> Koncentráció az ujra, ill. az ujj körül érezhető burokra.

<sup>15</sup> Rudolf Steiner, *Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst*.

- A „Én-vagyok” mindig a formáktól mentes lény tapasztalása.

Ha elkezdesz kifejleszteni magadban egy képességet, mondjuk a koncentráció képességét, bizonyára sokáig tart, amíg elérsz valami eredményt, amíg a képesség növekedni kezd. Ha nem kezdesz el gyakorolni, akkor még tovább tart.

Az ego nem ölt fel értelmetlen formákat; elidegenednek tőle, megtartják formájukat, mert nincs meg bennük a formáló princípium.

A nincs-et, a nem-létet egy létező valaki állapítja meg.

- Ahhoz ragaszkodunk, amit nem ismerünk meg.

A sötétség előnyben részesítése: az értés redukciója az értettre.

Seb → megismerés vagy ragaszkodás.

Ragaszkodás – szeretet; élvezet – öröm; szükség – ajándék.

Ha létrejön a megismerés, megszűnik a ragaszkodás.

Kamaloka<sup>16</sup> – megtisztulás a tárgyi világhoz való ragaszkodástól.

Az érzésnek a tudásból kéne erednie.

- *Mi* lobbant fel egy érzést? Ha nem tudom, mi a *mi*?  
Végző soron mindig az érző lélek bizonyos állapotára vágunk, nem magára a dologra (a szivarra). Ezt legtöbbször a test közvetítésével érzük el, de nem mindig. Mindig magam-érzés. A lélek vesz benne részt, nem a szellem.
- Nem lehet fogalmat gondolni.

---

<sup>16</sup> A „ragaszkodás helye”: keresztény szóhasználatban a tisztítóűz



- Meglepem magam.
  - Az érzésben nem vagyunk elválasztva (viszonylag).  
A megismerő érzés kezdete, hogy megízleljük az emóciót, ami nem tárgy.  
Kontempláció: meghosszabbított tartamú jelen és jelenlét. Ahogy egy idea önmagát érti. A gondolkodás feloldódik az emocionális érzés vizében és önmagában színtelen; a megismerést kísérő emóció színezi meg. Az érzés nem felvillanás, mint egy idea, hanem tart, az örök jelenben. A megismerő érzés színtelen, az kell, hogy legyen, ahogy a gondolkodásnak formától mentesnek kell lennie. Aztán megszíneződhet. A dualitás, szubtilis formában, akkor jön létre, amikor a megismerő érzés elválik a nem-megismerőtől.
  - A (megismerő) érzésben a jel és a jelentés egy.
- III Mindnyájan gyanúsak vagyunk. Ez gondolat? Meglepem magam.
- Ez nem gondolat. Ez gondolat?

#### *Test-érzet*

- A test rejtett.
- Ami megformált, annak súlya, tehetetlensége van.
- A testem vagyok.
- Egy forma egy viszonylag formamentes entitásból ered.
- Minden tárgy fölveti a kérdést: ki érzékeli?
- A testet a szellem tapasztalhatja.

A légzési gyakorlat célja, hogy tudati tapasztalássá tegyük mindkét irányt. A fordulópontok egyre közelednek egymáshoz, amíg eggyé nem válnak. Ez az a pillanat, amikor a be- és kilégzésben – egyéb tárgy híján – felléphet az Én-vagyok tapasztalása. A nullponton a lélegzés növényi lélegzéssé alakulhatna át.

A Ki gyakorlatokban használt akarat a kifejező mozgásokban használt akarathoz hasonló. Tenni (aktivitás) és tapasztalni (mint a művészetben).

- A test és a szellem között ingázunk, anélkül, hogy egyiket is tapasztalnánk.

Actus primus – actus secundus; első – második valóság.

Első valóság: tényszerű létezés; a második valóság azt mondja, hogy ez a tényszerűen létező lény a tevékenységen keresztül valósíthatja meg lehetőségeit.

Operatio est actus secundus operantis<sup>17</sup> (I, II. 70, 1); actus secundus est perfectior quam actus primus<sup>18</sup> (C. G. 1, 45)

Boldogság: *Essentia beatitudinis in actu intellectus consistet*<sup>19</sup> (I,II,3,4).

Augustinus: *Nihil aliud est habere, quam nosse*<sup>20</sup>. (83 kérdés 35,1) „Mi mást jelent az üdvösség, mint ezt: valami örök megismerő erővel rendelkezni“. (33,1.) „Akármennyi erőfeszítést teszel is, ezért teszed: hogy láss“. (Psalms 90,2). „Az egész jutalmunk a látás. *Tota merces nostra visio est*“ (Sermones 302)

A megismerés a birtoklás legnemesebb módja. De causis 18.

- o Csak a megismerésben miénk a világ. János 17, 3 „Az pedig az örök élet, hogy megismerjenek téged.”

A lélek *kiterjedése* a megismerés kiterjedése által történik. Minél inkább formamentessé válik a lélek, minél inkább megismerő, annál jobban kitágul.

Tudni: egyesülni (férfi és nő). Genézis 4,1; 4,17; 4,25; Lukács 1, 34.

Közvetlen együttlét, a legbensőségesebb jelenlét, közvetlen kapcsolatban állás (Buber: Képek a jóról és a gonoszról, 24. old.).

*Ubi amor, ibi oculus*<sup>21</sup> (Aquinói Tamás).

„*Intellectus et ratio differunt quantum ad modum cognoscendi, quia scilicet intellectus cognos-cuit simpliciter intentu, ratio vero discurrendo de uno ad aliud.*”<sup>22</sup> (I, 59 1 ad 1). Látó tekintet.

*Certitudo rationis est ex intellectu, sed necessitas est ex defectu intellectus*<sup>23</sup> (II,II, 49,5 ad 1). *Ex imperfectione intellectualis naturae provenit ratiocinativa cognitio. .... Manifestum est quod defectivus quidam intellectus est ratio*<sup>24</sup> (C.G. 1,57[8])

*Per cognitionem autem fidei non fit res credita intellectui praesens perfecte, quia fides de absentibus est, non de praesentibus.*<sup>25</sup> (C.G.3,40)

*Felicitas humana non consistit in cognitione Dei, quae habetur per demonstrationem.*<sup>26</sup>(C.G.3,39)

---

<sup>17</sup> Az alkotás a cselekvő második valósága (Aquinói Tamás).

<sup>18</sup> A második valóság tökéletesebb az elsőnél (Aquinói Tamás).

<sup>19</sup> A boldogság (üdvösség) lényege a szellemi megismerő erő tevékenységében áll.

<sup>20</sup> Valamit birtokolni, semmi más, mint megismerni.

<sup>21</sup> Ahol a szeretet, ott a szem.

<sup>22</sup> Az *intellektus* [látás, szellem] és a *ráció* [gondolkodás] a megismerés módjában különbözik, mert az intellektus egyszerű intuíción keresztül ismer meg, míg a ráció az egyiktől [az egyik tárgytól] a másikig halad.

<sup>23</sup> A ráció biztonsága az intellektus erején alapszik, szükségessége az intellektus hiányosságán.

<sup>24</sup> Az intellektus természetének tökéletlenségéből az alábbi megismerés következik. ... Kétségtelen, hogy a ráció bizonyos értelemben hiányos intellektus.

<sup>25</sup> A hit általi megismerésben a hit nem jelenik meg tökéletesen az intellektusnak, mert a hit a nem a jelenlevőnek, hanem a nem- jelenlevőnek szól.

„... A meditáció a következőben áll: Modern emberként minden mondattal szemben az az érzésünk, hogy meg kell értenünk. A jelenlegi inkarnációban ez az én alapvető tevékenysége. Minden, amit intellektuálisan teszünk, az én alapvető tevékenysége. Az intellektus áll a jelenlegi inkarnáció előterében, minden más rejtve marad az én előtt, legfeljebb álomszerűen működik, és nem tudatos. A meditálás ezzel szemben azt jelenti, hogy kikapcsoljuk az intellektuális törekvést, és úgy vesszük a meditáció tartalmát, ahogy adva van, tisztán, legszívesebben azt mondanám, szó szerint. Ha intellektuálisan közelítünk a meditáció tartalmához, mielőtt fölvennénk, mielőtt mozgásba hoznánk a tudatunkat, mert gondolkodunk a meditáció tartalmán, akkor kívül marad rajtunk. Ha egyszerűen hagyjuk, hogy a meditáció tartalma jelen legyen tudatunkban, úgy, ahogy adva van, ha egyáltalán nem gondolkodunk el fölöle, hanem hagyjuk, hogy ott legyen a tudatban, akkor nem a jelenlegi inkarnáció én-je dolgozik bennünk, hanem az előzőé. Elhallgattatjuk az intellektust, behelyezkedünk a szó tartalmába, amelyet nem külsődlegesen, hanem bensőségesen hallunk, mint a szó tartalmát. Behelyezkedünk, és ezáltal, hogy behelyezkedünk, a belső ember dolgozik a meditáció tartalmán, aki nem a jelenlegi inkarnációból származik. A meditáció tartalma így nem valami olyasmi lesz, amit meg kell érteni, hanem ami valóságosan dolgozik rajtunk, olyan valóságosan, hogy a végén ráébredünk, most olyan valamit éltünk át, amit korábban nem tudtunk átélni. Vegyük azt az egyszerű meditációt, amit már többször elmondtam: „A bölcsesség a világosságban él”. Nos, ha ezen elgondolkodunk, akkor ugyebár rettentő sok okosat gondolhatunk róla, de nem kevesebb rettentő számárságot is. A mondat arra való, hogy belül hallgassuk: „A bölcsesség a világosságban él”. Ha belsőleg hallgatjuk, akkor az figyel bennünk, ami nem a jelenlegi inkarnációból származik, hanem, amit előző földi életünkből hoztunk magunkkal. Az gondolkodik, az érzel, és egy idő után fölragyog bennünk valami, amit addig nem tudtunk, amit a saját intellektusunkból nem tudnánk gondolni. Belsőleg sokkal előbbre jutottunk, mint az intellektusunk, amely a valóságnak csak egy kis részletét látja.”

|| Az ember tudatfölöttije azonos az előző inkarnáció Én-jével.

---

<sup>26</sup> Az üdvösség Istennek nem abban a megismerésében áll, amire bizonyítással jutunk.

<sup>27</sup> Rudolf Steiner, *Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst*.

Az ember egykor a fogalmakat az érzékelésen keresztül kapta; ma azt érzékeljük, amire van fogalmunk, vagy amihez fogalmat tudunk alkotni. Korábban a „fogalom” nem vált el a jeltől, nem jelent, meg mint olyan, mint fogalom.

Az érzékelhető világ akaratból áll, beleértve a testet is. Azok az akarat-erők, amelyekkel megismerünk és cselekszünk, szabadok; a test vagy a test részei megformált akarat-erőkből állnak.

- Valamivel rendelkezni, azt jelenti, hogy tudunk róla, hogy rendelkezünk vele. Megismerés nélkül semmi sincs a birtokunkban.

|| Keveredés = az érzeti test és az ego test keverednek. Az érzeti test ugyanis a magam-érzés tudatához kapcsolódik. Az ego test, az (eredetileg szabad) asztraltás önmagával azonosítja magát, megformáltsága miatt elveszti az azonosulás erejét (legmagasabb erejét).

- GA 134, 29.12.11, 59. old.<sup>28</sup>  
„Az ember eredeti rendeltetése, hogy nézője legyen önmagának, nem az, hogy önmagában élje át magát.” (Önmagát a gondoltban, érzettben, akartban.)
- Tárgyakra emlékezünk. Amikor egyek vagyunk, nem tudunk emlékezni. Nincs senki, aki emlékezzen, függetlenül attól, ami *most* adott. Emlékezés: múlt, a jelenből tapasztalva. Az önérző burok kialakulásában jelenik meg az első tárgy, és a tanú elválik az azonosulás képességétől. Az első elterelés.

---

<sup>28</sup> Rudolf Steiner, *Die Welt der Sinne und die Welt des Geistes*.

Egykor ugyanúgy viszonyultunk a testünkhöz, mint bármilyen más tárgyhoz. A magam-érzéssel olyan nem-megismerő érzéshez jutunk, amely látszólag a testre vonatkozik. De, ha tüzetesebben megvizsgáljuk, kiderül, hogy semmit sem mond a testről, csak annyit, hogy „jól van”, „nincs jól”, különböző fokozatokban. A magam-érzés korlátozza a test kifejező szerepét.

Steiner a hangsebességről és a hangsebesség túllépéséről, Karma des Materialismus<sup>29</sup>, GA 176 (?) 7/8/17

„Ha pedig a hangsebességnél gyorsabban mozgunk, akkor azt [az ágyút] halljuk, amit később sütöttek el, mielőtt azt hallanánk, amit korábban sütöttek el... Ha olyan gyorsan mozognánk, mint a hang, akkor magunk lennénk hang, és nem hallanánk semmit.”

Szerves anyagokat kell fogyasztanunk, hogy O<sub>2</sub>-légzésünkkel elégethessük: az asztrálest túlsúlya az étertest fölött.

|| A kifejező akarat jellemzői:

1) nincs magam-érzés; 2) tudatfölötti; 3) nincs erőfeszítés, játékos; 4) öntapasztaló.

A gondolkodás élességét lehet tompítani, ha elég erős, logikus, biztos, zavarosságtól mentes – akkor tud megfelelő módon *álmodni*. Különben úrrá lesznek rajta az asszociációk.

|| A képzetalkotás kifejező mozdulattá alakítja az intencionális mozdulatot. Értelmet adunk a mozdulatnak.

Az asztralításban tudatossá válik az aktív (áradó) bölcsesség, amely éteri. Az éteri szinten nem tud tudatossá válni.

|| El lehetünk ragadtatva a legnagyobb ostobaságtól és sületlenségtől is, és mélyen beleszerethetünk.

○ A világosság önmagában világít. És látja önmagát. Érti önmagát. Megvilágít engem, hogy érthessek. Világosság-világ – világosság-lény. lét = igaz = világosság, világ.

---

<sup>29</sup> Rudolf Steiner, *Menschliche und menschheitliche Entwicklungswahrheiten - Karma des Materialismus*

Természettudomány: a dolgok jelentés nélkül léteznek: a Logosz tagadása.

Tapasztalat, tevékenység

Az igazi Én-tevékenységhez a kifejező tevékenységben vagyunk a legközelebb, amelyben a cselekvés és a tanúskodás egybeesik, vagy legalábbis közel van egymáshoz: a gondolkodásban (értünk); az éneklésben (előre hallunk); a mutatóban (tudjuk, mire); a művészi tevékenységben (folyamatosan résen vagyunk, hogy nem lopódzik-e be valami hiábavalóság).

A kétféle akarat

*Expresszív*<sup>30</sup>: másra figyelek (nem a testrész mozgására); nincs magam-érzés; nem tudatos és nem is innervált<sup>31</sup> mozgás;

A képzetel *másra* gondolok, nem a testi cselekvésre, akár a beszédnél. Tudatfeletti. Énforrású. Nem örökölt. Erőben effektívebb az intencionális akaratnál. Játékos, erőlködés nélkül. Implicit tanú, nem az, aki tervezi a mozgást. Az egoitásig minden akarat<sup>32</sup> *expresszív*.

- Csak az Én-vagyok tudhat a világoosságról.
- Színek csak fényben jelennek meg.

A meditációban *azzá* válunk (Parmenidész: a gondolkodás létezés).

- Az Én az, aki tapasztalhatja a gondolkodást, érzést és akaratot. És *önmagát*.
- A bűnbeesésben kettéhasad az Én árama (azért, hogy az újraegyesítéshez, az Én-hez vezessen). Az epifániában<sup>33</sup> megjelent a Logosz szikra, hogy erőt adjon az elkülönült Én-tevékenységnek a saját, tudatfölötti fősodrához való visszataláláshoz.

Ádám és Éva szégyenkezése: önmagukat érzik a meztelen testben. A bűnbeesés előtt a test volt meztelen, nem Ádám.

A növények a Nap energiájából hoznak létre szerves szubsztanciákat; az állatok és az emberek anyagok égési energiájából.

- A gondolkodás a végtagok kifejező mozgásából merül fel, ha nem mozognak.

---

<sup>30</sup> kifejező

<sup>31</sup> beidegződött

<sup>32</sup> Föltehetőleg: az egoitás megjelenéséig az emberiség és az egyes ember fejlődésében.

<sup>33</sup> Jordánkeresztelőben

Asztralitás ~ Az életfolyamatok tudata, amelyeket az asztralitás lefojtva tart. Az asztralitás az érzeti testben érzeti és reagáló formák alakját veszi fel.

Ha az asztralitás felszabadul az érzeti testből, akkor megismerő, alkotó, érző erők jönnek létre.

Az eltolódások

- 1) A luciferi behatásra a szabad asztrális erőkől kialakul a helyettes-én, a „magam”, amely körülölelni látszik a testet, mint egy burok, az önzőség burka, egy fajta tükör, vagy tükörkép, amelyben fölismeri önmagát az Én + asztralitás + éteriség szabadon maradt része (= figyelem). A luciferi fölösleg összekeveredik a lélek képességeivel (gondolkodás, érzés, akarat). Eredetileg, az Én szemlélje kellene, hogy legyen ezeknek a képességeknek. A keveredés először a szabad erőkkel történik (gondolkodás, érzés és akarat többé-kevésbé *autonóm* és tudatos). Végül csak a gondolkodás marad autonóm. Az Én-akarat (kifejező akarat) tudatfölöttivé lesz. A magam-akaratot a magam kelti fel, kezdetben *mozgásnak* kell képzelnünk és gyakorolni, amelyet a burok letompít, úgy, hogy szükségessé és mérvadóvá válik az izomerő. Az egoítás [kialakulásáig] minden testi mozgás kifejező mozgás. 59. old.: „Az ember eredeti rendeltetése, hogy szemlélje önmagát, nem az, hogy önmagában élje át magát.” (a gondoltban, érzettben, akartban.)
- 2) Az 1) szerinti folyamatok révén az érzeti testből, az anyagcsere rendszerből további asztrális erők szabadulnak fel, hogy a magam-burokban kötött asztrális erőket helyettesítsék. Ezek a szabad erők túlsúlyba kerülnek az anyagcsere rendszerben az éteri erők fölött – túl sok szellem, kevesebb élet –, ezért kell az életet anyagi táplálékkal és égetéssel fenntartani. Az anyagcsere rendszer abból lesz, amiből a további asztrális erők felszabadulnak. Eredetileg az egész test abból lesz, a megkülönböztetést az eltolódás hozza létre.
- 3) ~~Abból, amiből a ritmikus rendszer kialakul, több asztrális, mint éteri erő szabadul fel. Ezért a szabad asztrális erők túlsúlyba kerülnek a kötöttek fölött, ami a kötött éteri erőknek a mirigyek működésében (a fizikai testben) kifejtett hatásában mutatkozik meg.~~<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> A kéziratban áthúzott szöveg.

4) A legtöbb éteri erő onnan szabadul fel, amiből a fej-rendszer lesz. Ez a legszilárdabb rendszer, a fizikai test túlsúlyba kerül, ezért a látás nem önmagát, hanem a külső tárgyat éli át; különben belső aktivitásként élné át magát, amelyet a mindenre kiterjedő (az anyagban működő) akarat<sup>35</sup> mozgat, amellyel egyesül a testből felszabaduló akarat. Az érzékelés a világnak arra a területére korlátozódik, amelyből fizikai hatások érik az érzékszervek rendszerét, és ez tompítja le (meg a fogalmiságok) az észleleteket.

|| Az evés a nem megismerő, nem kifejező mozgások szimbóluma.

o Ez a szellem Buddha. *Most* Buddha, *amennyiben* tapasztalja Buddhát. Amit Buddha alatt elképzelek, az Buddha. Ha valami más van a tudatomban, mint *aki vagyok*, akkor nem Buddha. Amennyiben „ez”-t megvalósítom, Buddhává válok.

Finnül: ez = temme; az: tuo; jelentés: mertituxen

A világosság önmaga világít = valo loistaa itse

o Ez világosság. A fizikai fénynek forrása van; a figyelem fényének önmagán kívül nincs más forrása.

o Csak ez a cselekvés *ez*.

A problémák akkor kezdődnek, amikor a célirányos akaratot használjuk kifejezésre, kommunikációra.

Ez. Itt. Most.

|| Ha a tudatot a test vagy a test részeinek mozgása foglalja el, akkor nincs helye kifejező szándéknak vagy akaratnak, mert nincs mit kifejezni, nincs „üzenet”. Az üzenet csak a tudatban lehet, és minden kísérőjelenség, mint pl. a kezek mozdulatai, a jelentés – az üzenet – jelei.

---

<sup>35</sup> Steiner kifejezésével: „waltender Wille“



- Minden formára reflektálni lehet, tehát múlt.

Ki-suki = tudatosság

Ahhoz, hogy megünnepelhessünk egy ünnepnapot, inspirációra és szelíd akaratra van szükség. Ez az akarat, az inspiráció és az Én egy és ugyanaz a tapasztalat.

|| A befogadó és a kifejező akarat rokonok, könnyen alakulnak át egymásba, ők az akarat eredeti fajtái, visszavezetnek a bűnbeesés előtti helyzetbe.

A célirányos akarat az önzőséghez, a magam-érzéshez kapcsolódik. A kifejező akarat – ma – az igazi Én-hez.

Felébredni a „magasabb világba” – ahogy a hétköznapi világra ébredünk az alvásból vagy álomból –, ahol egy rész belőlünk mindig is jelen van.

- A (szellemi) megismerésben valóságosabbá válunk.

A megismerés vagy értés az egyik ősjelenség. A gondolkodás legnagyobb betegsége, hogy nem vesszük észre, hogy a megismerést nem lehet a saját eredményeire redukálni, és azt, hogy mindig kell hozzá valaki, aki megismer.

*Meditáció* GA 316, 21.4.24. S. 145<sup>36</sup>

~~„Nos, a meditáció, ugye, a következőben áll: Modern emberként minden mondattal szemben az az érzésünk, hogy meg kell értenünk. A jelenlegi inkarnációban ez kifejezetten az Én tevékenysége. Minden intellektuális cselekedet az Én kifejezett tevékenysége. A jelenlegi inkarnációban az intellektust és minden egyebet is eltakar az Én, és legfeljebb álomszerűen működik, és nem válik tudatossá. Ezért aztán meditatálni, azt jelenti:”<sup>37</sup>~~

Ld. 16, 15

- A jelentések világának részei (és szereplői) vagyunk.

---

<sup>36</sup> Meditative Betrachtungen und Anleitungen zur Vertiefung der Heilkunst.

<sup>37</sup> A kéziratban áthúzott szöveg.

„Nos, törekedjünk úgy a meditáció kifejlesztésére, hogy például a következő mondat szemléletének szenteljük figyelmünket:

A bölcsesség a világosságban él.

Ez az idea nem származhat észleleti benyomásokból, mert a külső érzékszervek számára nem áll fenn, hogy a bölcsesség a világosságban él. Ilyen esetben oly mértékben kell vissza tartanunk a gondolatot a meditáció segítségével, hogy ne kapcsolódjék össze az aggyal. Ha ezen az úton kialakítunk egy olyan belső gondolkodási tevékenységet, amely nem kötődik az agyhoz, akkor az ilyen meditáció lelkünkre kifejtett hatásai révén megérezzük, hogy jó úton járunk. Mivel a meditatív gondolkodás nem indít be pusztító folyamatokat az idegrendszerben, az ilyen meditatív gondolkodástól sohasem álmosodunk el, akármilyen hosszan tart is, ami pedig a közönséges gondolkodás esetében könnyen megeshet.

Való igaz, hogy ennek sokszor épp az ellenkezője történik, mert sokan panaszkodnak, hogy amint meditálni kezdenek, azonnal elalszanak. De ennek az az oka, hogy a meditáció még tökéletlen. Teljesen természetes, hogy először ugyanazt a fajta gondolkodást használjuk a meditációban, mint közönségesen. Csak fokozatosan szoktatjuk magunkat ahhoz, hogy abbahagyjuk a külsődleges gondolkodást. Ha ezt a pontot elértük, akkor többé nem álmosodunk el a meditatív gondolkodástól, és tudhatjuk, hogy jó úton járunk.

|| Ha így kifejlődik a gondolkodás belső ereje, anélkül, hogy a külső testet igénybe venné, || akkor megismerjük belső életünket, valódi magunkat, magasabb Énünket.

Az emberi Én igazi megismeréséhez vezető utat a fent leírt fajta meditációban találjuk meg, amely a belső gondolkodási erő felszabadításához vezet. Csak az ilyen megismerés vezethet oda, hogy lássuk, hogy az ember Énje nincs a fizikai test határaihoz kötve. Éppen ellenkezőleg, megtanuljuk, hogy ez az Én összefonódik a minket körülvevő világgal. Míg a közönséges életben itt látjuk a Napot, ott a Holdat, itt a hegyeket, ott a dombokat, itt a növényeket és ott az állatokat, most összefonódva érezzük magunkat mindennel, amit látunk és hallunk, részévé válunk, és csak egyetlen külvilág létezik számunkra, mégpedig a saját testünk. Míg a közönséges életben mi itt vagyunk és a külső világ körülöttünk van, a független gondolkodási erő kifejlesztése után a testünkön kívül vagyunk, és egyek vagyunk mindazzal, amit különben látunk, és testünk, amiben különben benne vagyunk, rajtuk kívül van. Visszatekintünk rá, ez lett az egyetlen világ, amire kívülről tekinthetünk.”

---

<sup>38</sup> Vorstufen zum Mysterium von Golgatha.

- A képek a látásból jönnek.

Ha a természettudománynak igaza van, akkor nem csak minden idea, ideál, moralitás stb. álom, de maga a természettudomány is, minden ideájával egyetemben. Az ideálok nem képesek fizikai munkát kifejtetni, nincs erejük, míg a fizikai erőknek és anyagoknak *saját formáik* vannak.

Etimológia Steinernél: GA 183<sup>39</sup>, 135-138. old. „se hors tir” & co.

*A nyelv feloldódása a halálban* GA 183, 1.9.18. 187. Oldaltól

„És ez az eloldódás a szavaktól, a szavak elporladása, olyan valami, ami jelentős szerepet játszik a halottak életében. És a halottnak a leghatározottabban az az érzése, hogy életében, szóval a halál előtt, az választotta el a szellemi világtól, amelyben halála után tartózkodik, hogy hangzókból, betűkből álló szavakat képzett. A halottnak az az érzése, hogy a nyelv egy fajta szöttes, amely élete során eltakarta előle a szellemi világot. És ahogy ez a szöttes felbomlik, ahogy feloldódnak a szavak, úgy alakul ki az érzés, hogy most ismét belép a szellemi világba. Ezért a halott egyik tulajdonsága, hogy feloldja, szétszedje, elemeire bontsa az emberi szavakat, amelyeket a születés és halál közötti életben megismert. A halott számára például kifejezetten ünnepi, nagy érzést jelent, ha az ilyen feloldódás által sikerül bizonyos értésre jutnia.”

- Az idő az időtlenségből táplálkozik.
- Valaminek a hiánya, a tökéletes jelenléte.

---

<sup>39</sup> Die Wissenschaft vom Werden des Menschen.

A formák feloldódása a halál után. 183, 1/9/18.

183, 1/9/18, 180. old.

„Semmi sem esik ma jobban az ember nehezére, mintha azt mondják neki: ha össze akarsz kapcsolódni a jövőben a Szellemmel, akkor valamit tenned kell érte.”

A szelíd akarat használatában tudatfölötti kapcsolat van a testi mozgás és a kifejezendő tartalom között.

- A képek a látásból jönnek.
- A megismerésben valóságosabbá válunk. A valóság jelentés.  
A megismerésben, a közönségesen tapasztalt formától való elszakadás folyamatában *emelkedünk*, formamentessé válunk és a megismert jelentéssé válunk. Ekkor a *mi* is valóságosabbá válik.

A lélek titkairól<sup>40</sup>; a 25. oldaltól

„Valójában a képzetekben a lélek saját, fejlődő lényét ragadja meg. És csak a lélek saját tevékenysége révén áll elő az a helyzet, hogy a képzetek egy valóság megismerésének közvetítőivé válnak”.

- A dolgok azért léteznek, mert megnevezhetők.
- Ahol a figyelmet formától szabadnak és üresnek tapasztaljuk, ott a figyelem maga az Én (nem tárgy): a nem-másik<sup>41</sup>.
- A belélegzés a nem-kifejező, a kilélegzés a kifejező lényt szolgálja.  
Emlékezés: szelíd akarat.

*Diszlexia*<sup>66</sup>

A diszlexiás emberek középpontja eltér a normálistól, észlelésük elmosódott, globális, nem eléggé szelektív. Ezért összefolyik bennük a betűk érzékelése, nem tudnak kielégítően emlékezni rájuk. Írás közben nem a kifejező akaratot használják (az írás nem válik „automatikussá”), hanem a célirányos akaratot. Az olvasásnál is hasonló a helyzet, nem alakul ki az értelem olvasása, hanem leragadnak az egyes betűk vagy szavak szintjén: nem alakul ki a két-szintű olvasás. Az érzékelésben az egyes érzékek működése nem különül el, ezért hasznos teljesen elkülönülten gyakorolni őket, pl. a tapintást vagy a hallást látás nélkül. Utólag mindig a tapasztaltakra való emlékezést kell használni a tapasztalatsor reprodukálására, mint pl. nagyságuk (tapintás) vagy súlyuk szerint sorba rakni az érzékelt tárgyakat.

A betűkre való figyelem nem eléggé szelektív, nem világos, hogy a betű melyik tulajdonsága (forma, szerkezet) a fontos.

Az érzékelésből az érzékelt reprodukciójára való kapcsolás elválasztja a belső világot a külsőtől és fogalmakat hoz létre.

---

<sup>40</sup> Von Seelenrätsel. GA 21.

<sup>41</sup> Ld. Georg Kühlewind, *Figyelem és odaadás*.

A fogyatékok különbözősége: a szelektív figyelem különbözősége.

Annyi érzékszervünk van, amennyi szelektív figyelmünk.

- Mivel a teljes azonosulást csak egy másik emberrel kapcsolatban lehet megvalósítani, ezért az Én tapasztalása a Te tapasztalásához kapcsolódik.

Az érzékelésben a „tükrözés” azon a ponton történik, amelyik csendben marad, amelyik nem vesz részt az utánzásban. Ez általában a fizikai test, vagy annak egy része; a tudati iskolázásban a szabad élet- és érzékenység-erők válhatnak „tükrörré”.

- Amíg a dolgoknak jelentésük van, az emberi tudat két szinten működik.

A helyzet ugyanaz beszéd, írás, zenélés, nyíllövészet stb. során: a tudat a tartalommal, a céllal foglalkozik, a test tudatfölötti módon végzi munkáját.

Amikor szabályokat, törvényeket találunk, azok az ásványi világhoz tartoznak és az emberben a nem-kifejező részhez.

A szavak jelentése megváltozott, beszűkült, a hangzásuk a jelentésüktől függetlenül változott – hogyan lehetne a hangzóknak (hangzásnak) jelentése?

- A fogyatékoság abban áll, hogy valakinek nehézségei vannak a kifejezésben, a kifejezés szférájában.
- Minden gondolat és kép nyomtalanul eltűnik a világosságban.
- A világosságban nincs semmi.
- Az univerzálisok az archetípusok leszármazottai.
- Ahol van valami, ott van valaki.
- Ahol valami van, ott nincs valaki.
- Minden észlelés olyan belső tapasztalás, amelyben kihűlt az élet.
- Minden emberi képesség az igazi Énhez vezet.

Eredetileg az ember minden hatással a fizikai testig hatóan azonosult és minden hatás a fizikai testig hatóan alakított rajta. A beszédszervek ezt máig megőrizték. A döntő a hallás minősége.

Az olyan szavak, mint juhar, nyír, tölgy ma nem *jelentenek* semmit, pusztá nevekké váltak; de nehéz, vagy inkább lehetetlen elképzelni, hogy kezdettől fogva csak nevek voltak. Persze nem a hangzókról szóló mítoszok értelmében, de minden nyelvben, amelyben a dolgoknak (juhar, nyír, tölgy) különböző jelük van, a jel mögött jelentés volt.

Ahhoz, hogy tapasztaljunk valamit, szelektív figyelemre van szükség, vagy másképp szólva: fogalomra.

|| Gyors-kávé, -leves, -szerelem, gyors megtérés 20 percben.

|| *Az Én és a test eredeti kapcsolata a kifejező akarat.* Ez a kapcsolat megsérülhet vagy tönkremehet: betegség és halál.

Az ego-test kialakulásával létrejön az első nem mozgó rész, ami lehetővé teszi a tükröződést.

Barfield, *Poetic Diction*, Appendix II. 185. old.: „... egy szó jelentése pontosan olyan mértékben absztrakt, amilyen mértékben definiálható.”

- A fogyatékos az azt jelenti, hogy valakinek nehézségei vannak a kifejezéssel, a kifejezés szférájában.
  
- Minden gondolat, minden kép nyomtalanul eltűnik a világosságban.
- A világosságban nincs semmi.
- Az univerzálisok az archetípusok leszármazottai.
  
- Ahol van valami, ott van valaki.
- Ahol van valami, ott nincs valaki.
  
- Minden észlelés olyan belső tapasztalás, amelyben kihűlt az élet.
- Minden emberi képesség az Énhez vezet.

Eredetileg az ember minden hatással a fizikai testig hatóan azonosult, minden hatással formálta a fizikai testet.

- Csak tudatos lényekkel kapcsolatban lehet kísértésről beszélni.
- Mi az, hogy kísértés?
- A kísértés útja a kényeztetés.
- A test nem képes elviselni saját magasabb lényét, a benne lévő „szent” erők miatt.

A tudat (jó esetben) formamentes.

- Az értésnek nincs ideje.
- A fizikai világot a nyelv teszi érzékelhetővé. Azzal, hogy elkülöníti a jelet a jelentéstől. Amíg a jel és a jelentés nem válik külön, nincs értelem nélküli érzékszervi észlelet.

*Inspiráció* 107, 1908.10.26.<sup>42</sup> 59. old.

Az inspirációban a dolgok beszélnek hozzánk, nincs rá szükség, hogy kérdéseket tegyünk fel, hogy fogalmakban fejtsük meg a titkaikat, ez a fizikai sík ismeretelméletének átültetése lenne. A dolgok legbelső lényege közvetlenül szól hozzánk. Egész más, hogy egy kővel állunk-e szemben, vagy egy emberrel, aki kifejezésre juttatja legbelsőbb lényét. A kő titkát meg kell fejtenünk, gondolkoznunk kell róla. Az embernél van valami, amit nem így tapasztalunk, hanem a lényét tapasztaljuk meg abban, amit mond: szól hozzánk. Így működik az inspiráció. Nincs benne diszkurzív fogalmi gondolkodás, hanem arra figyelünk, amit a dolgok mondanak; ők maguk mondják ki lényüket és lényegüket.

A kereszténység előtti hagyomány ismerte a „kozmoszt” (nem individualizálódott) Logoszt. Ha megtapasztalták, bizonyos értelemben kereszténnyé váltak azáltal, hogy hordozták magukban a Logoszt. Az epifánia, Isten kegyelme, jóvoltából ez a lehetőség általánossá vált.

- Minden test és forma előfeltétele egy testtől és formától mentes tanú.

---

<sup>42</sup> Rudolf Steiner, *Geisteswissenschaftliche Menschenkunde*.

A dualitás az ego és tanúja tudati dualitásából ered.

Minden érzékelés a szelektív figyelmen alapul (megoperált vak szemek).

- Az egoítás már titkos, rejtett, elrejtőzik a másik ember elől – megszünteti a közvetlen kommunikációt.  
A nyelv megtanulását a nyelvtől független, közvetlen kommunikáció teszi lehetővé, még mielőtt az egoítás átveszi a hatalmat.
- A feltámadás csak a test feltámadását jelentheti.

A cél az üres tudat tapasztalása: az Én.

A figyelem intenzitását fokozni kell. Közönségesen a figyelem rejtve marad az érzelmek és tárgyak mögött. Intencionális – befogadó. Csak az intencionális figyelem fölött rendelkezünk, korlátozott mértékben.

A kifejező figyelem nem egoisztikus, nincs benne magam-érzés.

A gyakorló figyelemnek ilyennek kell lennie. Aktív figyelem, amely önmagát támogatja.

Lehetne fantáziakép, ha meg tudnánk szabadulni az asszociációktól. Minél koncentráltabb (?), annál erősebben tapasztalja önmagát.

Üres figyelem: az észrevétlen *átmenetekben*.

A gondolkodást *engedni* kell, mint a beszédszervek működését vagy magát a beszédet. Meg kell szabadítani a korlátoktól, akadályoktól, amelyek nem-gondolkodás jellegűek, átlátszatlan elemek, múlt, szavak, fogalmak → élő, jelen tapasztalás, ön-tapasztalás.

Hol válik láthatóvá a tudatfölötti figyelem a hétköznapi életben? A gondolkodás

„hogyanjában”, képességekben stb.; új értés, új gondolatok, sejtések, érzés. Kisgyerek.

*State of Play*, Gémino Abad<sup>43</sup>, 68-69. old.

„Tudjuk, hogy szellemünk képes reflektálni önmagára, mégis gyakran csak a tartalmait vizsgáljuk – kreatív energiája árnyékát, lenyomatát. Szavaink csak szegényes utórezgései a szellem energiájának. – De ha szellemem most meg tudná ragadni saját aktivitását – nem a gondolatait, ideáit, nem valamilyen jelentést, amelyet már előbb tulajdonított valamilyen érzékelt dolgoknak –, hanem magát a gondolkodó *aktivitást*, értelmet adó folyamatát, tiszta *kreativitását*, akkor bizonyosan saját szellemi lényemet is megtapasztalnám. És nem ragadnám-e meg ebben a pillanatban egyszersmind az univerzum teljességét is, és nem lépnék-e be abba a tudatba, amelyet az élet alkot önmagáról?”

---

<sup>43</sup> Költő, kritikus és esszéista, született a Fülöp szigeteki Cebu-ban. Tanulmányait az USA-ban végezte és elsősorban ott is tevékenykedett, mint író és egyetemi tanár.



Különbséget tudunk tenni racionális és irracionális között. Ez mit jelent?

|| Olvasás és hallgatás – befogadó figyelem – könnyen átalakul a kifejezés aktivitásába.

o A fogalom szelektív figyelem.

Ἐν ἀρχῇ<sup>44</sup> Minden kezdés előfeltételezi a Logoszt és belőle származik.

Ha megértünk egy fogalmat, akkor létre is tudjuk hozni, aktívan tudjuk alkalmazni. Ha az Én-érzék (te-érzék) tökéletesen működne, akkor az összes többi érzék fölösleges lenne. Ez az archetipikus érzék.

Minden érzék az azonosságban működik, érzékletté válik.

|| Honnan erednek mozdulataink? Az ego születése után azért hajtunk végre mozdulatokat, hogy kifejezzünk valamit (utólag). Korábban a *világ* részeként, folytatásaként mozdultunk, a világgal való egységben, tudatosság nélkül. Az egóval azért mozdulunk, hogy kifejezzünk valamit, vagy, hogy elérjünk valami hasznosat.

Kifejezési eszközeinket is alkalmazhatjuk a hasznosság szolgálatában.

A mozgás-érzék a hasznos mozgásban működik.

Korábbi időkben minden mozdulatnak volt értelme, jelentése, azoknak is, amelyek mára hasznossá váltak.

A szellemi érzékelésben nincs dualitás, alany-tárgy, a szellemi érzékelés mindig az azonosság *tudata*, tanúskodás azonosságban.

---

<sup>44</sup> En arché: Kezdetben [vala az Ige] (János 1,1).

A „szellemi” megismerés annak észlelése, hogy hogyan jön létre egy érzékszervi észlelés, a lélek belső folyamatának észlelése. Erre csak a magasabb Én képes, aki dualitás nélkül észlel.

Πρός<sup>45</sup>; A kezdetben a teremteni akaró alany saját forrása felé fordul. *Aztán* kezd teremteni.

Καὶ θεὸς ἦν ὁ λόγος<sup>46</sup> = a szó, mielőtt kimondják, a beszélőnél van, azonos vele.

A *The New Yorker*, 1999 február 15. M. Galdwell<sup>47</sup>: Running from Ritalin

„Ha egy nehéz feladatot akarsz megoldani, vagy figyelmedet egy komplex társadalmi helyzetre irányítod, akkor lényegében dopamint hozol létre az agynak abban a részében, amely magasabb megismerési feladatokkal foglalkozik.”

- Váltás az időtlenségbe: az új közvetlenül az örökkévaló színezetét veszi fel; ott volt a kezdés előtt.

|| A befogadó és a kifejező akarat közötti kapcsolat: a kisgyerek azt fejezi ki, amit a befogadó akarat magáévá tett (a beszédszervek mozgását nem teszi *tudatosan* magáévá), a jelentések artikulációját.

- A minőségek, a fogalmak szelektív figyelemből vannak; minden fogalom bekorlátoz, kihatásit valamit az egységből. A fogalmak története a szellemi megismerés története.
- Az Én egyszerre befogadó és kifejező akarat.
- Ami nem válik bennünk jelenlévővé, nem tudjuk megismerni.
- A figyelem a világ. Csak az ön-érzés szükséglete korlátozza. Az analitikus figyelem kemény, a szintetikus figyelem puha (szelíd).

A figyelem annál átlátszóbb, mennél koncentráltabb.

- A sokféleség előfeltétele az egység.
- A látásban emelkedik az alany és a tárgy<sup>48</sup>. Valósággá válik a látó.

---

<sup>45</sup> Prós: felé

<sup>46</sup> Kai Theos én ho Logos: És Isten vala az Ige (Logosz) (János 1,1)

<sup>47</sup> Malcolm Galdwell (<http://gladwell.com/running-from-ritalin/>)

<sup>48</sup> A látó és a látott

Nyelv: egy dologra való rámutatást vagy egy szó kimondását úgy vehetjük, mint egy nevet vagy fogalmat. A gyerekek „magán”-nyelve a közvetlen értés példája.

Καὶ ἡ ζωὴ ἦν τὸ φῶς τῶν ἀνθρώπων<sup>49</sup> = az élet volt a megismerő világosság, élő megismerés.

Minden „az”, minden „valami” fátyol, amely eltakarja az értést, amelyik az „azt” mondja és a személyt, aki mondja – a forrást. A valóság így rejtve marad, maya<sup>50</sup>, ha „azt” teljes valóságnak vesszük. Valaki tanúskodik „arról” és a fátyolról, akinek léteznek.

|| Πάντα δι’ αὐτοῦ<sup>51</sup> = semmi sincs, ami ne lenne „igaz”<sup>52</sup>

|| Σκοτιά<sup>53</sup> = honnan jön a sötétség

- A gondolkodás belép az időbe. Megteremti az időt.
- Az Én-vagyok-istenség most működik. Ennek érdekében vált emberré, a többi istenségnek vissza kellett húzódnia.
- Az Énre nem lehet koncentrálni. (Mert nem létezik, és tárgyasetbe tesszük, ha a szóra koncentrálnunk.)

*Vipassana*<sup>54</sup>:

1. Törekvés a magam-érzés megtisztítására a bonyodalmaktól – az aktuálisan működő pszichés formáktól – a magam-érzés megnyugtatóására.
2. Koncentráció a magam-érzésre – a „test tapasztalása” formájában –, ami lehetővé teszi a figyelő alany tapasztalását ebben az aktivitásban, mint minden egyéb koncentráció.
3. Ha megjelent az Én, megismerő feladatok felé fordulhat.

- A világ világosság (figyelem).

A fizikai testből figyelem erő szabadulnak fel. Az Én szolgálatára: kifejező, jelentésteremtő (befogadó-létrehozó), vagy az ego szolgálatára: munka, ami a jelentés *érzésével* puha akarattá alakítható.

- Az archaikus korokban minden „gondolkodás” és beszéd meditatív volt.

---

<sup>49</sup> Kai hé dzoé én to fós tón anthrópon: és az élet vala az emberek világossága (János 1, 4).

<sup>50</sup> Illúzió (a hinduizmusban).

<sup>51</sup> Tanta sé auton: Minden ő általa lett (János 1, 3).

<sup>52</sup> Föltehetőleg utalás Aquinói Tamásra is: „minden létező igaz” (*De Veritate*).

<sup>53</sup> Skotia: sötétség (János 1, 5: És a világosság a sötétségben fénylik, de a sötétség nem fogadta be azt).

<sup>54</sup> Régi hindu meditációs módszer.

- Az „ebből” és „abból” világossággá válnak.  
KEN = Igen, héberül

Az ember eredetileg utánzás volt és utánozta az univerzumot. Most, ez a befogadó-teremtő akarat képessége. A kemény akarat mindenképpen egoisztikus abban az értelemben, hogy forrása, *aki akar*, az ego és nem az Én. Ha beszélünk, a tartalom általában az egóból származik, a beszédszerveket mozgató akarat az Énből.

*Gendlin*<sup>55</sup>

1. A test a takaró.
2. Egy adott pszichés behatás alatt a „gyomor” többet „tud” a helyzetről, mint a tudat. *Jel?*
3. Meg kell különböztetni az érzésbeli formát a megismerési megközelítéstől.
4. A kérdező terápia tisztán a tudat tevékenysége, segítségével megszólítható és megszólaltatható a „nyomás” vagy „elszorulás” vagy „remegés”. A tünet és a megismerő érzés különböznek: a megismerő érzés szól. A megismerésben a figyelem, a megismerési erő egy a „tárgyával”, mégis meg kell őket különböztetnünk. A tudatfölötti kérdése.

Az eredeti „utánzás”, a lenyomattá válás képessége a kifejezés birodalmában maradt. De beteges formában előtérbe léphet: a legkülönbősebb hatásokat hagyhatnak bennünk testig hatoló nyomot. Mielőtt eléri a testet, a hatás nyomást fejt ki az érző-, az élettestre, maga a hatás forrása is eredhet az érzésből.

*Munka*: jelentés nélküli, nem kommunikatív akarat, a bűnbeesésből származik.

- Azért nem tapasztaljuk a figyelmet, mert az azonosságig eggyé válunk vele. Ugyanez vonatkozik a többi lelki képességre is. Ha nem így lenne, nem dualitásban, nem múlt-tárgyi tudatban, hanem tanúskodó folyamatosságban élnénk a világgal (a jelentések világával). A tárgyi világban élés a bűnbeesés következménye.
- Az anyag múlt. Az anyagtalan formák élnek. Az anyag: széttört forma.

---

<sup>55</sup> Eugene T. Gendlin, pszichológus és filozófus, a „focusing” módszer megteremtője, amely szerint egy pszichoterápia sikeressége nem az alkalmazott témától vagy módszertől függ, hanem attól, hogy *hogyan* beszél a páciens önmagáról, milyen koncentráltan tud saját testi állapotára figyelni.

Eredetileg a kozmosz áthatotta az egész emberi lényt (mindkettőt, mint jelenést értve).

*A princípium:*

Tárgyi világ → Én; kemény akarat → puha akarat (Ki); a Vipassanában;

Koncentráció a testre → Én vagyok;

koncentráció: intencionális figyelem → befogadó figyelem;

észlelési meditáció; analitikus tekintet → befogadó tekintet;

Bodhidharma: 3 méreg → Buddha természet, vagy: halandóság → Buddha természet.

Steiner akarati gyakorlata a puha akarat felé vezető út első felére vonatkozik. A princípium a bűnbeesés princípiuma.

*Értetni Felfogni Tapasztalni*

- Az anyag gondolhatatlan.
- Az értés végtelen sebességgel történik. Mivel az azonosságban ered, azonnal, minden közvetítés nélkül történik.
- Az értés közvetítés nélkül történik. Az értés a jelentések világával való eredeti azonosság, amely megnyilatkozik.

Gravitáció ~ súlyosság, súly, amely a tárgyakat a Föld középpontjának keresésére indítja.

Newton óta a gravitáció az egész univerzumban működő erő vagy törvény.

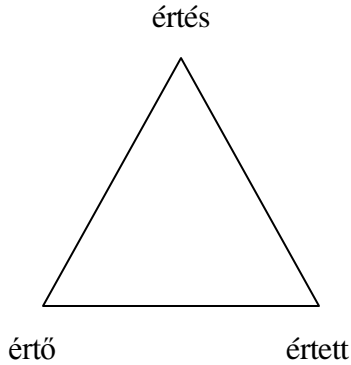
Gyújtópont ~ tűzhely, a rajta égő tűz;

Kepler; egy mértani alakzat kvázi-középpontja, egy pont a lencsében vagy parabolikus tükörben, amelyben koncentrálnak a Nap sugarai – gyújtópont.

|| Koncentráció.

- Csak a *saját* jelenlétünk tapasztalása révén lehet bármi más jelenlétét és magát a jelent megtapasztalni.
- Az elmélyült koncentrációban elvesztjük a szavakat és fogalmakat; a pusztán „az” marad, annak a mozgásnak a tapasztalása, amely a fogalomhoz, a vele való azonossághoz vezet.
- A bűnbeesés – az Én összekeveredése az asztralitással – értelem nélküli élvezet, amellyel az értelmes forma lezuhan és anyaggá lesz.
- Az igazi tanúskodás a jelenben való tanúskodás, nem utólag. Nem rendelkezünk ugyanolyan autonóm módon az érzéseinkkel, mint a gondolkodásunkkal. Ennek oka az Én gyengesége. Az érzések mindig kívülről (esetleg valamilyen képzetten keresztül) merülnek fel, hasonlóan ahhoz, ahogy a valódi gondolkodás *hogyanja* adott. Az érzés eredete magasabb, mint a gondolkodásé.

A fogalmi gondolkodás nem foghatja fel a valóságot, mert a fogalmak szelektívek, bekorlátozzák a figyelmet, analitikusan az egész egyes pontjaira irányulnak, részeket hasítanak ki a folyamatosságból, míg a valóság mindig egész és folyamatos.



- Az értés most van.

A lélek tevékenységeitől való visszahúzódás, a fokozatos megüresedés – azért, hogy működésbe léphessen eredeti természetünk, amilyen a bűnbeesés miatti keveredés előtt volt – neveli azt, aki visszavonul, aki lemond, az Ént, aki éppen ez által válhat Énné.

|| Minden másképp van

Az angyalok nem ismerik a tapintás valóságát, csak az értés valóságát. Ez így van Aquinói Szent Tamásnál is. A tapintás valóságát nyilvánvalóan a magam-ézés hozza létre.

- Minden a világosságból van. Minden nyomtalanul eltűnik a világosságban.
- Csak az Én látja a világosságot
- Minden nyomtalanul eltűnik a világosságban
- A kép a látásból származik
- Az anyag gondolhatatlan
- A dolog megismerése a dolog

A tudomány általános, a művészet egyedi.

Csak érzetet tudunk érzékelni, ahogy csak gondolat tudunk gondolni, látottat látni stb.

Moys = víz (ó-egyiptomi)

Amit az akarat tud (megismer), elő tudjuk állítani. Amit az érzés tud, nem tudjuk előállítani, de meg tudjuk ítélni.

A kemény akarat veszélyeiről GA 20<sup>56</sup>, Ausblick, 204. old.

„Ha olyan akarattal fordulunk a fent leírt módon a gondolkodási élethez, amely nem a megadott irányba, hanem a hétköznapi vágyak, kívánságok stb. irányába mutat, akkor ez nem a közönséges tudat látótudatra való felébredéséhez, hanem a közönséges tudat letompulásához, álmodozáshoz, vizionáláshoz és hasonlókhöz vezet.”

- Ami a láthatóságban a fény, a hallás területén a csend.
- Ami hallható, csendből van.

GA 217<sup>57</sup>, 1922.10.7 75. old.

„A dolog úgy áll, hogy a XV. század közepétől a gondolkodás, ahogy az emberek a nemi érés után bensőjükben átélték, lényegében halott volt. A gondolkodás teteme töltötte el őket. Ha nagyon komolyan figyelembe veszik ezt a gondolatot, akkor érthetővé válik, hogy egy igazi szervesetlen természettudomány csak ezután jöhetett létre, mert az ember csak ezután vált képessé a szervesetlen törvények megértésére. Csak ekkor vált lehetővé az élettelen, a „halott” megértése, úgy, ahogy *Galilei* és *Kopernikusz* törekedett rá. Az élőknek előbb meg kellett halnia az ember bensőjében. Amíg az ember gondolkodása élő volt, nem érthette meg a halottat külsődlegesen, mert a külsődlegesnek megnyilatkozó megismerés élő volt.”

73. old.

„De arról volt szó, hogy az emberek abból a semmiből, amivel szembeállítva érezték magukat, megint étellel áthatott valóságra találjanak; ezért először magától értetődő módon csakis egy kezdésre lehetett hivatkozni. Mert az, amire hivatkozni kellett, az emberben élő teremtő képesség, bizonyos értelemben a belső ember megteremtése a külső emberen belül. Korábban a külső ember kívülről kapta a morális impulzusokat. Most magának kellett megteremtenie a belső embert. Ezzel a belső emberrel együtt megkapta az új morális intuíciókat is, vagy pontosabban szólva, megkapja őket.”

Az embernek sokszor az az érzése, hogy olyan úszómesterek beszélnek az úszásról, akik nem tudnak úszni – egyszersmind szívesen adják elő kívánságlistájukat a helyes úszás mibenlétéről.

---

<sup>56</sup> Rudolf Steiner, *Vom Menschenrätsel* (1916)

<sup>57</sup> Rudolf Steiner, *Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation* (1922)

- A szavak tapasztalatokat helyettesítenek.
- Az anyag gondolhatatlan. Ami gondolható, az jelentés, anyag nélkül. De az anyag mindig szimbiózisban él a jelentéssel, „hordozója” a jelentésnek, mint jel. A jeleknek mindig van anyaguk. Az anyag akkor jön létre, ha a jelentés megtörik, ha valami értelmetlenség történik: először a bűnbeesésben.

Azt föl lehet tételezni, hogy a tölgyfa véletlenül jött létre. De az lehetetlen, hogy egy nyelv intelligencia nélkül jöjjön létre.

A teljes elválasztottság a reflexióban jön létre.

ONNO = nyelv (koreaiul)

A HARC EBBEN ÁLL: JELENTÉS (LOGOSZ) AZ ÉRTELMETLENSÉG (A ROSSZ) ELLEN; A LÉT A NEM-LÉT ELLEN.

- Akaratra nemcsak a mozgáshoz van szükség, de a pusztá létezéshez is. Amíg az én a tárgyra támaszkodik, a kő hallgat, nem tudunk közeledni hozzá.

Kép érzéklettel: tapintás

Kép érzéklet nélkül: látás

Az érzéklet mindig tapintás, különben nem tudjuk megkülönböztetni az érzékletet a képtől.

Ha nem ismerünk egy dolgot, akkor azokat a helyettesítő fogalmakat tapasztaljuk, amelyekkel rendelkezünk.

A „műszerfal tudomány”<sup>58</sup> hasznosságra irányuló tudomány, még akkor is a jelek szintjén marad, ha tiszta, ha nem irányul semmilyen alkalmazásra.

- Az érzéki gyönyöröktől való önmegtartóztatás az értelmetlen világ elleni küzdelem.
- A tevékenység öröm, ha az akarat belül van.

A hasznosságra való irányultság nem önmagában az anyag miatt van: az archaikus kultúrák értelemre irányultak.

---

<sup>58</sup> Dashboard science



Nem tudunk anyagot teremteni, semmit, ami a természetben adott. De hasonló módon gondolkodást, érzést, akaratot sem tudunk teremteni. A legjobb esetben uraljuk, irányítjuk, kezeljük, formát adunk nekik.

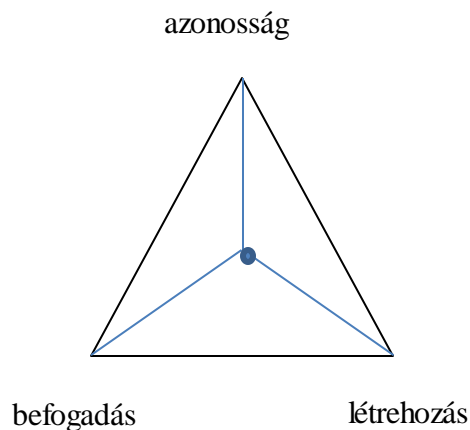
|| Gyakran áhítózunk egy kényszerhelyzetre, amely megment bennünket a szabadság terhétől, az intuíció szükségességétől, a kreativitás hiányának érzésétől.

A „legyen” szélsőséges formája az elcsöndesedés.

Se a kemény, se a puha akarat esetében nem tudjuk, *hogyan* történik a test mozgása; a kemény akarat esetében a mozgás tudatos; a puha akarat esetében általában nem tudatos (pl. beszéd) vagy legalábbis nem áll érdeklődésünk előterében, hanem a „mondanivaló” érdekel bennünket, ami a kemény akarat esetében hiányzik.

A koncentráció morális minőség, mert minden elterelést értelmetlen gondolkodási, képzetalkotási, érzésbeli formák okoznak.

- A világosság az Én vagyok
- Én közben vagyok
- *Mi* lobbantja fel a világosságot?
- A világ világosság
- A világ sötétség
- A születendő lélek az Én-lények birodalmából jön. Ott csak kommunikáció van, amely az Énné válás tapasztalásában áll. *Ez* az „utánzás” a gyermeki utánzás eredete.
- Az intuícióban megváltozik az azonosság



- A sötétség nem fogadta be (nem értette meg, nem fogta fel) a világosságot.
- Én vagyok a Világosság. Mindkettő formától mentes, különben az Énnek formává kellene válnia.

A figyelem nem a miénk, de rendelkezünk fölötte. Ez azt jelenti, hogy a közönséges tudat össze tud kapcsolódni a tudatfeletti forrással.

#### AZ ÉRTÉSNEK NINCS OKA

Az erők felszabadulása azzal kezdődik, hogy az Én befolyására akarati erők szabadulnak fel a fizikai testből. Ha az akarati erők elhagyják a fizikai testet, éteri erőknek is fel kell szabadulniuk stb.

A természetre vonatkozóan nem rendelkezünk és nem is rendelkezhetünk universalis post rem<sup>59</sup>-ekkel.

A szellemtudomány a jelentések tudománya, nem a jeleké.

Minden napot a gyakorlatok készítik elő.

A dadogó színész figyelmét szavalás közben teljesen betölti a szöveg, ezért ilyenkor nem dadog. Ha saját szövegét mondja, nem tölti be teljesen a szöveg, hanem a beszéd szerveire is figyelt.

Krisztus a testté (hússá) válásban nemcsak az embert újítja meg, hanem az egész teremtést is. Így a teremtés nemcsak elrejt a jelentést, hanem ki is sugározza. Éppen akkor, amikor az isteni világ elkezd visszavonulni.

#### *Buddha virág prédikációja*

A Buddha által teremtett képet lehet megérteni és lehet nem megérteni. Ha nem értjük, akkor ott a nem-értés tudata és ez a tudat az igazi cél, akár értésben, akár nem-értésben: a virág, amit fölmutatott.

Az Én tapasztalásához a figyelemnek túl kell jutnia a „tárggyal” való azonosságon, azért, hogy elérje eredeti, születés előtti állapotát és meg is *tapasztalja* azáltal, hogy az Én megerősödik a gyakorlásban. Ez azt jelenti, hogy formától mentes állapotában tapasztaljuk a figyelmet. Az eggyé válás a lehető legteljesebb odaadás bizonyítéka. E felől az odaadás felől érkezve találhatja meg önmagát az Én. A figyelem eredeti, immanens tulajdonsága, hogy megtapasztalja önmagát. Csak az AKI hiányzik hozzá.

---

<sup>59</sup> „Universalis ante rem, in re, post rem”, Aquinói Tamásnál: fogalmak a dolgok előtt, bennük és utánuk (Istenben – a dolog előtt, a dologban magában és utólag – az emberben).

Ha nincs megújulás, kezdés (Ímé, én mindent újjá teszek<sup>60</sup>), teremtés, akkor minden romba dől, semmi sem marad meg változatlanul: kifogy az akarat.

ALETHEIA = a tudat működése nincs elrejtve a tartalom mögé, tanúskodom róla: ez az Én alapvonása.

A fogalmak beszűkülése mutatja, hogy a kezdetben voltak a nagy, tágas fogalmak, a teljes azonosság.

Angelus Silesius (Fr. Franck)<sup>61</sup>

Tudom, bár nem tudom honnan,  
nélkülem Isten nem élhet,  
és nélküle  
Én sem.<sup>62</sup>

- Amíg Istent nem látjuk, nem ismerhetünk valóságot.
- A mennyei részünk értelemre van hangolva és semmi másra.
- Megkülönböztetés, különbségek az egységben: Szentháromság, a Logosz testté lett. Lehetnek különbségek egység nélkül?!

Amikor a koncentrációban a gyakorlat intenzitása átlép egy határon és örömtelivé válik, akkor alakul át a kemény akarat puha akarattá.

Mutass valamit, amit soha senki emberfia nem tapasztalt!

*Útmutató az ezoterikus iskolázáshoz*, GA 42, 85. old.<sup>63</sup>

Akkor látjuk a tárgyakat körülöttünk, ha a Nap megvilágítja őket. A szemlélő szemébe visszavert napsugarak teszik láthatóvá a tárgyakat. Ha nem lenne fény, nem láthatnánk a dolgokat. De a külső fény csak a fizikai világ tárgyait teszi láthatóvá. Ha az ember a lelki és szellemi lényeket és dolgokat akarja látni, akkor egy olyan fénynek kell benne világítania, amely „fényesebb a Napnál”. Ez a fény nem ered semmilyen külső Napból. Abból a fényforrásból ered, amely önmagunkban lobban lángra, ha felkeressük bensőnkben a magasabb, örök Énünket.

---

<sup>60</sup> Jelenések könyve, 21, 5

<sup>61</sup> Frederick Franck (1909-2006), amerikai festő, szobrász és író: Messenger of the Heart: The Book of Angelus Silesius.

<sup>62</sup> Nyersfordítás angolból (BL).

<sup>63</sup> Rudolf Steiner, *Aus den Inhalten der esoterischen Stunden*, GA 266a, 58. old. (A GA 42 nyilvánosan nem hozzáférhető; a két kiadvány lényegében azonos.)

9. old.<sup>64</sup>

A matematikát saját szellemi erőnk jóvoltából tudjuk érteni, a tér törvényeit saját szellemi erőnk jóvoltából tudjuk belátni, nem kell hozzá régi könyvekre hagyatkoznunk. De ha egyszer beláttuk, ha befogadtuk a geometria tanításait, akkor annál jobban becsüljük majd a régi könyveket, amelyek először tárták ezeket a törvényeket az emberi szellem elé. Ugyanígy van a teozófiával is. Forrásai nem az írásokban, nem a hagyományban vannak. Forrásai a reális szellemi világokban vannak; ott kell őket megtalálni és megérteni, saját szellemi erőink kifejlesztése segítségével, ahogy a matematika értésére intellektuális erőink fejlesztésével törekszünk. Az észleleti világ törvényeinek megértését szolgáló intellektusunk hordozója egy bizonyos szervünk, az agyunk. A szellemi világok törvényeinek megértéséhez is szükség van megfelelő szervekre...<sup>65</sup>

Nos, melyek azok az erők, amelyek megrohanják ma még tompa szellemi szerveinket? Nappal olyan erők hatnak a mai ember asztrális testére, amelyek akadályozzák fejlődését, sőt meg is ölik azokat a szerveket, amelyekkel korábban rendelkezett, mielőtt a világos nappali tudat kialakult. Korábban az ember közvetlenül érzékelte az asztrális benyomásokat. Környezete képekben, az asztrális világ kifejezési formájában szólt hozzá. Élő, önmagukban tagolt képek, színek lebegtek szabadon a térben, mint öröm és kedvetlenség, szimpátia és antipátia kifejeződései. Azután, mintegy rátelepedtek a dolgok felületére ezek a színek, rögzültek a tárgyak körvonalai. Ez együtt járt azzal, ahogy az ember fizikai teste egyre szilárdabb és tagoltabb lett. Mikor szemei teljesen megnyíltak a fizikai fénynek, mikor a Maya fátyla borult a szellemi világra, a környezet hatásai a fizikai és éteri test közvetítésével jutottak el az ember asztrális testéhez, aki azután maga is közvetítette ezeket az ének, ahonnan az ember tudatába léptek. Az asztrális test így állandó igénybevételnek volt kitéve, állandóan működött. De azok az erők, amelyek így dolgoztak rajta, nem olyanok voltak, amelyek építették volna, nem feleltek meg saját lényének. Ezek az erők felemésztették, pusztították, hogy felébredhessen az én-tudat. Csak éjjel, amikor elmerült a számára homogén, ritmikus-szellemi világban, akkor kapott új erőre és ekkor volt képes ismét erőt adni a fizikai és éteri testnek is. A benyomásokkal szembeni ellenállásból, a korábban öntudatlanul működő asztrális szervek elfojtásából jött létre az én-tudat, az egyedi én élete.

---

<sup>64</sup> 107. old. a GA 266a-ban.

<sup>65</sup> Hogyan fejlődtek ki fizikai szerveink? Úgy, hogy külső erők dolgoztak rajtuk: a Nap, a hangzás erői. Így jött létre a szem, a fül – tompa, semleges szervekből, amelyek kezdetben nem engedték be az észleleti világot és csak lassan nyíltak meg. Így nyílnak meg szellemi szerveink is, ha a megfelelő erők dolgoznak rajtuk.

89. old.<sup>66</sup>

Magában a meditációban ne sokat spekuláljunk, inkább engedjük lazán hatni magunkra a meditációs mondatok tartalmát. De a meditáción *kívül*, a nap szabad perceiben, térjünk mindig újra vissza a meditációs mondatokhoz, hogy elmélkedjünk rajtuk. Akkor élő erővé válnak, amely a lélekbe merül és erőt ad neki. Mert ha a lélek összekapcsolódik az örök Igazsággal, akkor maga is az öröklétben él. És ha a lélek az öröklétben él, akkor hozzáférnek a magasabb lények és saját erejüket árasztják belé.

*Emlékezési gyakorlat az érzésben*

??? old.<sup>67</sup>

Nem mindegy, hogy olyan élményt igyekszünk-e emlékezetünkbe idézni, amelynél jelen voltunk, vagy olyat, amiről olvastunk vagy hallottunk. A különbség az, hogy az első esetben mi magunk voltunk ott, énünk volt jelen. És ez a lényeg. Jó, ha gyakoroljuk, hogy múltunk eseményeit emlékezetünkbe idézzük. Egy fájdalom, egy öröm, amit valamikor éreztünk, egész másként fest az emlékezetünkben, mint az akkori jelenben. Azzal, hogy felidézzük, közeledünk az igazi megismeréshez. Akkor látjuk a dolgokat olyannak, amilyenek valójában, ha el tudjuk érni, hogy valóban érezzük egy olyan fájdalmat vagy örömet, amely aktuálisan nincs jelen. Ha képesek vagyunk olyan képeket felidézni magunkban, amelyeket aktuálisan nem látunk, akkor a teremtő Istenséghez közeledünk.

*A csillag.*

Születése előtt az ember azonos a szellemi világgal. A születéskor az ember meg nem született része alakot ölt: ez a csillag. Ezt látta a három napkeleti bölcs Jézus születésekor (Máté 2, 1-11).

A bölcsek királlyá változnak: Ézsaiás 60,3; 72. zsoltár

---

<sup>66</sup> 62. old. a GA 266a-ban.

<sup>67</sup> 131. old. a GA 266a-ban.

*Az akarat megfordítása, Útmutató, 137 old.*<sup>68</sup> „Licht auf dem Weg”

„Fordítsd meg akaratodat, engeddd olyan erőssé válni, amennyire csak lehet, de ne úgy, mint a te akaratodat, amely a dolgokba áramlik, hanem keresd a dolgok lényegét és aztán add nekik akaratodat; hagyd, hogy te magad és akaratod áramoljanak a dolgokból. Szemed sugarának ereje áradjon minden virágból, minden csillagból, de tartsd vissza magad és könnyeidet.”

A gondolkodás kontrollja

„Nem vagyunk urai (gondolkodásunknak), ha külső körülmények, a hivatásunk, valamilyen hagyomány, társadalmi viszonyok, vagy akár egy néphez való tartozásunk, időpontok, teendők stb. stb. határozzák meg, hogy mit gondoljunk, és hogy gondoljuk.

- A testté válással a Logosz belépett a tárgyak világába. Ez a tárgy volt egyszersmind az emberi lélek legintimebb ereje.

GA 42, 25.old.

„Az én dolgom, hogy leküzdjem félelmemet az ún. „absztrakt”-tól. Amíg az ezoterika tanítványa ragaszkodik az olyan fogalmakhoz, amelyek anyagukat az észleleti világból kapják, addig nem képes a magasabb világokra vonatkozó igazságokhoz eljutni. Arra kell törekednie, hogy észleleti elem nélküli képzeteket<sup>69</sup> alkosson.

Fox Journal<sup>70</sup>, 33. old.

„De van abban igazság, hogy senki sem értheti helyesen az írásokat (a prófétákat, az apostolokat), akiben nincs meg ugyanaz a szellem, mint amelyben íródtak”.

- A koncentráció célja: az értés helyreállítása.

GA 42, 44.old. (GA 267, 493. old)

„Ő akar.” Az ebben a mondatban lakó erő volt az, amelynek segítségével az emberi test egyáltalán önálló lényként tagolódt ki környezetéből. Mielőtt ez a magasabb lelki világokból származó erő hatott volna rá, az emberi testet nem zárta le minden irányban a külső bőr, hanem annak idején minden irányból be- és kiáramlottak az anyagáramlások. Az emberi testnek nem volt önálló élete, hanem teljesen együtt élt környezetével. Ez az akkori környezet természetesen másmilyen volt, mint a mai földi környezet. Az ezoterikus tanítvány csak akkor tud közeledni az „ő akar” magasrendű teremtő erőihez, ha ismét teljes gondolkodásával, érzésével és akaratával elmélyül az „ő akar”-ban és eközben tudatát az egész külső bőrfelületre koncentrálna. Ezek azok az érzékfeletti erők, amelyek az észleleti dolgok formáját és alakját adják. Ha elég kitartás van az emberben, akkor ennek a gondolatnak a belső átélésében olyasvalamit fog érezni, mintha kiemelkedne egész érzéktesti létéből és rálátna az érzékleti tevékenységek területére, hogy a szellemi világból nyert isteni gondolatok szellemében hathasson rá. A gondolatból áradó erő a tiszta szellemiség boldogságába helyeztettség ereje és annak a tudata, hogy a magasabb régiókból azt tudjuk eljuttatni ennek az érzéki világnak, amire szüksége van.

---

<sup>68</sup> Rudolf Steiner, *Zur Geschichte und aus den Inhalten der ersten Abteilung der esoterischen Schule*, GA 244, 443. old.

<sup>69</sup> Kiemelés GK.

<sup>70</sup> George Fox (1624-1691; prédikátor, a kvékerek felekezetének megalapítója.) naplója.

A megnyugvás (a tudásban) a kísértés.

Az adott, amit saját tevékenységünk nélkül tapasztalunk. A szellemi világban semmi sem adott. Az érzékek világában az érzékszervek összekapcsolnak a világgal, a gondolkodás elválaszt tőle, a kapcsolódás belénk, emberekbe van „beépítve”. A szellemi világban ez nem így van.

János 1,1. Nem léphetünk az ok (a Logosz) elé.

Az ego hozza létre az én lehetőségét: az első és eredendő tárgy felismerésében, ami nem a szubjektum.

- Önmagam megismerésében semmi sem adott.
- A lét a szellem.
- A valóság intuitív tapasztalás.

Amikor valaki olvasni tanul, nem a betűk változnak meg. Megváltoznak a betűk?

|| Pillantással lehet ölni. Füllel nehezebb.

Csak olyan jelentést értünk, amivel eggyé válunk (Erkennen).

Úgy élünk, hogy értelmezünk (deuten). A világ csak az emberrel együtt létezik.

Puha akarat = egységben, nincsenek tárgyak, nincs dualitás (művészeti tevékenység) ~ koncentrált szellemiség. A belső tevékenység egységben történik: gondolkodás, emlékezés, sejtés, utánczás = egység, azzá válás.

Zen: főleg a testen keresztül (de koan-ok).

Antropozófia; főleg a tudaton, a koncentráción keresztül (a megnövekedett egoitás miatt).

A testtel való eggyé válás puha akaratban: az Én megjelenik működés közben → tudat. Tai chi, chi kung.

A Zen-ben mindennek értelme van ~ ha puha akaratban történik, akkor még a hétköznapi élet hasznos tevékenységeinek is. Az értelme: a Bodhisattvává válás.

### Vázlatok a gyerekkönyvhöz



Szellemi – jelentéssel teli. Szellemi lény: értelemre hangolt. Érzeti test – reakciók és (nem örökölt) én-jelek.

A lény: figyelem, odaadás, nyitottság.

Nyelv: a jel és jelentés elsajátítása.

A fogalmak kialakulása a szelektív figyelem segítségével ~ a fogalmak zsugorodása.

Akarat → érzés → gondolkodás. Nyelvtan.

→ magam-ézés

Amit a gyerek nem tud érezni.

A gyerekhez való beszéd, a passzív nyelvtanulás fázisa.

||  $\sum$  A gyermeki tudat tapasztalása.

---

o Valaki jár és nyomot hagy a sivatagban. Aztán szél támad és eltünteti a nyomokat.

- 
- o Ez világosság.
  - o Én vagyok ez a világosság.
  - o Ha azt gondold, világosság, az nem világosság.
  - o Az érzelmek (érzelgősségek) nem éreznek.

A meditatív kutatásban a témát nem kell szóban vagy mozdulatban kifejezni, a „hogyan” elegendő; csak a hallgató vagy olvasó kedvéért.

Úgy tűnik, hogy minden (vagy majdnem minden) prózai gondolatot vissza lehet vezetni érzésszerű forrásához a meditációban, ha tartalmaz észleleti elemeket, mert az észleleti képeknek a gondolkodás mögött elrejtett jelentése van.



Csak a *puha* akarat mozgathatja azt, ami tudat fölötti.

|| Teljesen lényegtelen, hogy mit nem olvasol, mit nem teszel, mit nem gondolsz.

A karma abban áll, ahogyan a velünk történő dolgokra reagálunk.

A gondolkodás vagy az észlelés tapasztalásában elveszthetjük az objektivitást, amennyiben ez a tapasztalás nem kötődik a magam-érzéshez, vagyis az odaadottság teljes.

- Az Énnek nincsenek tulajdonságai, ahogy a halottaknak sem.
- A figyelem formákban vagy forma nélkül tapasztalja önmagát.
  
- Az értés magasabb rendű szellemi érzék.

*Tapasztalás:* Nemcsak a gondolkodó, de legalábbis az érző figyelem is „azzá” válik. Vagy a jelenben élünk. Ha csak a gondolat merül fel a tudatba, utólag, akkor nincs tapasztalás, csak gondolat.

- Minden fogalom „absztrakt”.  
A gondolkodás nem öröklődik, nem adott. Csak magasabb képességből eredhet, alulról, a nem-értésből nem.

Beuys hívei körében illúziók vannak forgalomban: 1) hogy a művészet gondolati ideákból származhat (mert másmilyen „ideákat” nem ismernek); 2) hogy a művészet megváltoztatja a világot, az embert; 3) hogy egy „szociális szobor” létrejöttéhez elég a jó szándék; 4) hogy a középkori művészet is hasonlóan (gondolati ideákból) jött létre és hatott.

- Az ember az, aki lenni akar.

Korábban nem kellett Énné válni ahhoz, hogy az ember formálja a világot, mert a szellemi impulzusok lejöttek a földi életbe. Ma nem.

- Az Énnek nincsenek tulajdonságai.
- A figyelem (csak) önmagunk tapasztalása, tárgyokban vagy nélkülük.

Gyakorlás: 1) higiénia 2) tudás 3) → Én.

- Az ember nem tanúskodhat, amíg süllyed, mert csak fölülről lehet tanúskodni, emelkedve. Az emelkedéshez szükség volt a süllyedésre.
- A fizikai világ csak az egoista énnel létezik, annak, aki a fizikai test érzésével azonosítja magát.
- Az Én első tapasztalása az első tárgy – a magam-érzés – megismerése.

Közösség: 1. János 1,7. Bizonyosság; 1. János 5

- Ami a tudatban világosság, az erkölcsben szeretet: 1. János 2,8.

*Miért kvékerek?*

1.) A kinyilatkoztatás folytatódik 2.) nincs emberi közvetítés; 3.) nincs emberi beavatkozás, pl. szertartás; 4.) tökéletes komolyság a jelenlétben, nincsenek előkészített, ismétlődő formák, aktuális inspiráció 5.) a közösség ereje.

*Kvékereknek*

Az Isten felé mutató impulzus. Közös keresés. Szelíd akarat – hagyd az eltereléseket jönni, lenni és elmenni. A figyelem titkos ereje – itt és most (mint a gyereknél).

Boldogok, akik nevetni tudnak önmagukon, mert az ő multságuknak soha sincs vége.  
Gyökössy Endre.

Egy szellemi lény a jelek mögött a jelentést keresi és megérti a jelentést, legalábbis meg tudná érteni.

- A dolgok világossága a figyelem világossága.
- A két énből a figyelem a közös és a köztük lévő kapcsolat. Ha felébred a tárgyon... ha felébred önmagában valahol (gondolkodás, érzés, akarat).
- Ahol sebet kap a szellem egysége (teljessége, egészsége), ott jön létre a lélek.
- Ahol sebet kap a lélek egysége (teljessége, egészsége), ott jön létre a tudatalatti.

Az érzékszervi észlelés utánzás. Azért tudjuk utánozni, amit látunk és hallunk, mert érezzük. A gyerekekben az érzés az elsődleges.

- Jelen: az azonosság pillanata.
- A mi világunk: jelek + jelentések. A szellemi világ: jelentés vagy jelentést teremtő-értő lények.

A formamentes figyelem azt jelenti, hogy a forma valami más, mint ő maga; nem ismeri fel magát a formában, mert nem tudta tapasztalni önmagát a formamentes állapotban, a jelenben.

- A külső fény a belső fény.
- A szellemi világban „azzá”<sup>71</sup>-á („ez”-zé) válunk, anélkül, hogy összemosódnánk: ez az Én természete.

### *Adekváció*<sup>72</sup>

A természeti „dolog” úgy hasonul az emberi intelligenciához, ahogy az intelligencia a dologhoz. A „dolog” ennek a két adekvációnak az *eredménye*. Ennek a játéknak soha nincs vége, mert, ahogy az emberi adekváció fejlődik, úgy nyilatkoztat meg a „dolog” minden lépésben új jelentést – olyan jelleget ölt, mint egy meditatív szöveg vagy kép.

### *A magvető*

A hasonlat maga a mag, a magvető az Úr. A magvetés mind a magvető, mint a befogadó számára kockázatos.

Befogadás, megismerés, érzékelés: termővé válás. Az alulról jövő munka nélkül nem terem gyümölcs. A példázat a szóról (Logoszról) szól, a Logoszra való ráébredés képességéről.

Tudunk gondolkodni és beszélni, de ha nem ébredünk rá (nem tapasztaljuk), akkor elveszítjük. Mindenben, amit cselekszünk, felismerjük a Logoszt. ○ Ez a Logosz.

A világ világossága – a világ nem fogadta be. Az Úr halálára volt szükség, hogy megismerjék a Logoszt.

Márk 4,20<sup>73</sup>: A jó földbe vetettek pedig azok, akik hallják az ígét és *beveszik*... παραδέχονται = átvenni, magára venni.

Máté 13,23: Amely pedig a jó földbe esett, ez az, aki hallja és *érti* az ígét... συνιείς = összehozni, megérteni.

Lukács 8,15: Amelyik pedig a jó földbe esett, ezek azok, akik a hallott ígét tiszta és jó szívvel megtartják... κατέχειν = birtokba venni.

Lukács 8,18: „Akinak van, annak adatik...” Képesség, amely növekedhet, de csökkenhet is, ha nem ápoljuk tudatosan. Annak van, aki tudja is, hogy van és azt is, hogy mi, aki észreveszi, tudatosan ráébred a forrásában. Tudatosan ráébred a hallgatásban (a hallgatással követésben) a Logosz erejére, amit én és a beszélő használunk, ami közöttünk lejátszódik. Ha nem tapasztaljuk a gondolkodást, akkor az nincs nekünk (nem „van”), csak látszólag. Ha tudatossá válik bennünk a Logosz, akkor önmagától növekszik (Hérakleitosz). Ha nem, akkor ellenünk fordul, vagyis elveszítjük. Aki az Úr szavát hallgatja, fel kell emelkednie.

<sup>71</sup> „Tat tvam asi” (szanszkrit: az vagy te). Ld. Georg Kühlewind; *A Szó világossága*.

<sup>72</sup> Hasonulás, kiegyenlítődés – Aquinói Tamás.

<sup>73</sup> Ez és a többi bibliai idézet: Károli Gáspár fordításában.

Egy szó valamikor nemcsak egy jelentés jele volt, hanem a jelentés tapasztalás volt: a jelentés és az én belső mozgásom egy volt. Ma hiányzik ez a tapasztalás, ezért hisszük azt, hogy létezik egy objektív világ, függetlenül attól, hogy tudunk-e róla.

- „Azzá” válunk, tanúskodunk, anélkül hogy elvesztenénk önmagunkat. Az érzéki világban az idea villanásszerűen jelenik meg és az a látszat keletkezik, hogy a *hétköznapi én* tanúskodik: mindkettő azért, hogy előkészítse a jövő lehetőségeit.

A nominalizmus véget ér, amint figyelembe vesszük a kötőszavakat (de, noha).

- Anyag: kell lenni valaminek, ami nem jelent semmit, abból a célból, hogy a jelek hordozója legyen, amit nem lehet a jelekből kiolvasni.  
Kezdetben vala a kommunikáció.  
Az *eredeti* kommunikáció közvetlen és jel nélküli.
- Az anyaggal nem lehet azonosságban lenni, mert nincs jelentése.

A koncentrációs gyakorlat lehetővé teszi a szelíd akarat elsajátítását, azáltal, hogy *tartjuk* a képet (vagy tartalmat), amit a szelíd akarat hívott elő az emlékezésből.

- Ez egyszerre Világosság és Én.
- Látás: egyszerre tapasztalom a világot és az Ént.
- A világosság növekszik az öntapasztalásban, egyre kevesebb marad rejtve.  
A koncentráció szellemi tapasztaláshoz vezet, visszafordul a tárgytól, tanúskodva áthalad a gyermeki tudat fázisain és közeledik a tökéletes ürességhez, vagy a jelentések világával való egységhez.
- Érzem magam.
- A tárgyak az Énre utalnak.
- A forma anyaggá törik szét.

o A világosság növekszik az öntapasztalásban.

|| A helyzetek mindig zavarba ejtőek.

A beszédben érintjük a tudatfelettit.

Az embernek teljes egészében koncentrálnak kellene lennie, nemcsak pl. a matematikára vonatkozóan. Ezt a koncentrátságot csak figyelem-gyakorlatokkal lehet elérni, a szakmában alkalmazott koncentrációval nem.

1. János 2,10: „Aki szereti az ő atyjafiát, a világosságban marad (μείνει), és nincs benne semmi botránkozásra való.”

Aki tapasztalja a belső világosságot, az tapasztalta az Ént és nem tud mást, mint szeretni. Nincs szüksége gyűlöletre és egyéb negatív érzelmekre.

- o Érzem magam.
- o Nem érzem magam, vagyok.
- o A jelentés azonosságban jön létre.
- o Senkit se lehet önmagáért meggyógyítani, csak a többiek gyógyulásáért.
- o A tárgyak az Énre utalnak.
- o A dolgok megnyilatkoznak.
- o A világ kinyilatkoztatás.
- o Nem önmagunkért gyógyulunk meg, hanem mások gyógyulására.

Szeretet világosság nélkül? 1. János 2 –

Ha meg akarom ismerni Buddhát, Krishnát, Krisztust, akkor Buddhává, Krishnává, Krisztussá kell válnom. Ezért voltak vagy vannak itt.

Az választhatja a koncentráció témájának a testet, aki 3. személyben beszél<sup>74</sup>, akiben nincs magam-érzés.

*Terápia:* mi akadályozza meg az Én-vagyok tapasztalását?

Ha *erre* mutatunk, azonnal *az* lesz belőle.

A telepátia nem kommunikáció, hanem lét, az eredeti szellemi lét, amely kommunikatív volt, nem szavakon keresztül.

1. János 3,2... még nem lett nyilvánvalóvá, hogy mivé leszünk. De tudjuk, hogy ha nyilvánvalóvá lesz, hasonlókká leszünk Ő hozzá; mert meg főgjük őt látni, amint van.

---

<sup>74</sup> A testéről.

- A világosságnak nincs múltja.
- Én vagyok a világ világossága. Az Én-vagyokban lesz világ, és csak az Én-vagyokban. Enélkül a világ nem tud magáról. ° *Én világ leszek minden tapasztalásban.* A világ minden pontja én vagyok. Ez a szeretet és részvét alapja, a szimpátiáé, amely az elválasztottságban jön létre.

GA 170<sup>75</sup>, 2016.9.2. 242-247. old.

„A másik ember énjét érzékelő érzékszerv a fej, amennyiben az egész ember rajta függ és érzékelő képessége az egész embert áthatja. Az ember a másik ember énjének érzékszerve, amennyiben nyugalomban van, amennyiben nyugalomban lévő emberi alak, amelynek bizonyos értelemben a fej a középpontja. A másik ember énjét érzékelő érzékszerv így a legnagyobb érzékszervünk, és fizikai mivoltunkban mi magunk vagyunk a legnagyobb érzékszerv...”

„És ez az élő bennünk, minden, ami bennünk az élet fizikai szerve, ez a másik ember felénk irányuló gondolatainak érzékszerve.”

„... az önmagában mozgásra képes ember: a szavak érzékszerve.”

„... az egész mozgási apparátust kell figyelembe vennünk a beszéd, a szó érzékszerveként; az egész mozgási apparátus nyelvérzék is egyben. Amikor beszélünk, akkor a lélek kiemeli és mozgásba hozza ennek a mozgási apparátusnak egy részét. És ennek a kiemelt résznek a legfontosabb szerve a gégefő, és a beszéd az akarat impulzusai által kiváltott ingerület a gégefő mozgására ... Csak éppen, amikor szót érzékelünk, nyugalomban tartjuk ezt a mozgási apparátust. Éppen azáltal észleljük és értjük a szavakat, hogy nyugalomban tartjuk a mozgási apparátust.”

[Akkor is, ha nem értjük őket.]<sup>76</sup>

„Eredetileg sokkal inkább képesek voltunk arra, hogy értsük a természet elementáris nyelvét, érzékeljük bizonyos elementáris lények ténykedését a külvilágban. Ezt elfelejtettük; ezt kellett becserélnünk az önálló beszéd képességéért.”

„... képesek voltunk arra, hogy többé-kevésbé az egész másik embert érzékeljük, mozdulatokban és gesztusokban, néma kifejezési formákban, és, hogy mozgási apparátusunkkal utánozzuk ezeket és így fizikailag hallható beszéd nélkül kommunikáljunk egymással. Képesek voltunk egy sokkal szellemibb kommunikációra.”

<sup>75</sup> Rudolf Steiner, *Das Rätsel des Menschen. Die geistigen Hintergründe der menschlichen Geschichte.*



<sup>76</sup> Georg Kühlewind megjegyzése.

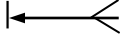
„... Képesek voltunk a másik gondolatait belsőleg utána érezni, átélni, bizonyos értelemben egyszerűen azért, hogy találkoztunk... Képesek voltunk érzékelni a másik ember egész gondolkodási diszpozícióját.”

A formák *feloldása* képességekké: ha összehasonlítjuk a formákat a gondolkodásban, érzésben, akaratban, a formák (fogalmak) ugyanebben a sorrendben, folyamatosan, éles határok nélkül, egyre nagyobbá válnak, ha az értés az akaratban kezd megformálódni. Ha a gondolkodásban kezdődik, akkor el van választva az érzéstől és az akarástól, ezért a feloldás nehéz. Minden képesség értés az akarat területén, egy fajta intelligens akarat.

- Minden képességet tekinthetünk intelligens akaratnak.  
A beszédszerveket áthatja az a belső akarat, amely a beszédben rejlik, és amelyet a hallásban érzékelünk.
- A figyelem a mennyekből ered – ha visszafelé követjük, eltalálunk a mennyekbe.

### *Közösségek*

Régi  új  A közös téma kelyhet alkothat a meditációban a következő jelentéshez vagy egyáltalán, az inspirációhoz.

- A világosságban nincs ellenállás.
- Ha a figyelem áramát kiegyenesíti az egy témára való koncentráció, akkor megfordítva, visszavezethet forrásához, a szellemi világhoz.   
A tárgyhoz vezető út tudatos ismétlése és az út követése visszafelé.  
Megerősődéssel = rend.
- Csak világosság tapasztalhat világosságot.
- Az vagyunk, amivel azonosulni tudunk – a képesség; fokozatokban.
- Hármasság: az egységen belüli megkülönböztetés.

Tapasztaláshoz az átalakító-formáló sugárzással szembeni ellenállásra van szükség, amelyet a „testek” fejtenek ki. Magasabb szintű tapasztalás akkor jöhet létre, ha az Én maga képes kifejtetni az ellenállást (kunyhó, hálózat, ház).

*Autizmus:* Nagyon gazdag ismeretek a közvetlen megismerés által. Hallanak és értenek, de a hallás-beszéd mechanizmus nem működik. Ez a fő probléma.

Művészet: jelek az esztétikai érzésnek.

Természet: jelek a megismerő érzésnek.

### *Változások*

- 1.) Egy ásvány (alakjának vagy összetételének) megváltoztatásához külső akaratra van szükség.
- 2.) Ahhoz, hogy egy növény fejlődése során megváltoztassa alakját, olyan belső, specifikus akaratra van szükség, amelyet korlátoz a növény természete, és amely nem változtatja meg a növény helyét.
- 3.) Az állatvilág változásai; 1-től és 2-től eltekintve a fajra (és ezen belül az egyedre) jellemző, kényszerítő jellegű válasz-mechanizmus.
- 4.) Változások az embernél: szabad akarat.  
Minden akaratfajta a fizikai testből szabadul fel. 2.) az akarat az élet-testbe ágyazódik: 3.) az akarat az érző testbe ágyazódik. 4.) az Én-tudat rendelkezésére áll, minden fajtája.

Ha a felnőtt nem dolgozik önmagán, a degeneráció elkerülhetetlen. Mert a felnőtt környezet dolgozik a gyereken. Régen a kiválasztottak dolgoztak a többi emberen.

---

Steiner a belső lélekerőről (a figyelemről) GA 144, *Mysterien des Morgenlandes und des Christentums*, 1913.2.3. 24-28. old. 16,57

A hétköznapi és a beavatás szétválasztása: GA 144, 1913.2.4. 37.old.

„Azt kell elérni, hogy, ha valaki „látó”, akkor csak a magasabb világok felé legyen látó, és, hogy a hétköznapi, fizikai világba ne vigyük be azt, amire jellemben és lelki hozzáállásban szükség van a magasabb világok irányában. Semmilyen módon sem. Úgy kell látóvá válni, hogy a hétköznapi, fizikai világban ugyanolyan normális emberek legyünk, mint bárki más. Ezért különösen alkalmatlanok a látóvá válásra olyanok, akik eleve hajlamosak az álmodozásra.”

43.old.

„Azt kell világosan látnunk, hogy a *kozmosz*<sup>77</sup> átélése a szellemi világban történik.”

---

<sup>77</sup> Kiemelés G.K.



A kommunikáció szeretet. A megismerés első szeretet, a kommunikáció meggyógyulása; a teremtés második szeretet az új, a még nem adott kommunikációja.

- A félelem mindig a testről szól.
- Az érzésben nincs dualitás.

Hogy jövök én ahhoz, hogy Mozart, Schubert, Bartók, Rembrandt és így tovább engem megszólítson, nekem mondjon valamit? Mivel érdekeltem meg ezt a töméntelen szeretetet?

- A szeretet az egyetlen kommunikáció és a legmagasabb erő. Gondolkodás, érzés, akarat a szeretet csökkentett mértékű formái. Az egyéniség abban áll, *ahogy* szeretünk.

*Intuíció*, GA 296<sup>78</sup>, 1919, 8.9. 18. old.

A gyerek, amikor a születés által belép a fizikai létbe, csak azt folytatja tovább, amit a fogantatás előtt a szellemi világban átélt. Ott az emberi lény a magasabb hierarchiák lényébe ágyazva él; azt követi, ami a magasabb hierarchiák lényéből kiinduló impulzusokból eljut hozzá. Ott, az ember még sokkal nagyobb mértékben utánozó, mert egységben van azokkal a lényekkel, akiket utánoz. Azután kihelyeződik a fizikai világba. Ott folytatja azt a szokást, hogy egy legyen környezetével. Ott ez a szokás arra terjed ki, hogy a környezetében élő emberekkel válják eggyé, utánozza őket, akik felelősek a neveltetéséért, azért, hogy csak azt tegyék, gondolják és érezzék, amit a gyerek utánozni tud.

- Közvetlen – tartalom nélkül.
- Szeretet – világosság. A világosság akarása = szeretet; A szeretet észrevett világosság.

A normális fejlődés során a beszéd a szelíd akarattal történik és a hallás, ill. reprodukálás az eredeti szellemi lét maradéka. Ha ez nem működik (autizmus), az akaratnak az önérző burkon keresztül kellene történnie, amely nem létezik. Az autisták tanítására irányuló törekvésekben megpróbálják létrehozni a burkot.

---

<sup>78</sup> Rudolf Steiner, *Die Erziehung als soziale Frage*, GA 296.

A képzetalkotás és emlékezet elmélete Damasio, Edelman etc.

Damasio<sup>79</sup>, Descartes tévedése: Az emlékeket nem *tároljuk*, mint dolgok, események, szavak vagy mondatok polaroid képeit. Az agy nem tárol emberekről, tárgyakról, tájakról készült polaroid képeket, se zenéről vagy beszédéről készült hangfelvételeket: nem veszi fel életünk eseményeinek filmfelvételeit. Röviden: úgy tűnik, sehol sincsenek permanensen tárolt képek bármiről is, miniatűr formában sem, mikrofilmen sem, diszken sem.

- A központi történet sodra az azonosság metamorfózisa.

Rilke, gondolatok (a századforduló idejéből):

„A gyerek életét a sajátunkkal azonos jogú, önálló életnek kellene elismerni és tisztelni.

Akkor magától jönne létre egy másmilyen iskola, vizsgák és versengések nélküli iskola, amely nem tévesztené szem elől az életet, hanem éppen, hogy felé fordulna.

És ez az egyetlen lehetséges iskola, az egyetlen olyan, amely nem akadályoz, hanem segít.

Amely nem fojtja el csírájában a személyiségeket, hanem lehetővé teszi, hogy mindenki kibontakoztathassa lényének legbelsőbb vágyait.”

- Az értés a jelentés folyamatos utánzása. A színházban az értés megelőzi az azonosságot vagy egy vele.

### *Bodhidarma*

Antonio Damasio: Descartes tévedése, 1994: a könyv központi témája az értelem megalapozása az érzésben.

- Ha a figyelem nem találkozik önmagával, még a magam-érzés formájában sem, akkor nem jelenik meg a személyiség, a figyelmet teljesen elfoglalja a világ. Fotografikus, rövid távú emlékezet, utánzás, extrém érzésvételezés (kötéltánc), zene.

O. Sacks<sup>80</sup>, *Anthropologist on the Mars*, 227. Old

„Általában létezik egy összetartó és egyesítő erő (Coleridge „*esemplastic*” erőnek nevezi), amely integrálja a különböző szellemi képességeket, összekapcsolja őket tapasztalatainkkal és érzéseinkkel is, úgy, hogy különleges, egyéni alakot öltenek. Ennek a globális vagy integráló erőnek köszönhető, hogy képesek vagyunk általánosítani és reflektálni, hogy képesek vagyunk kifejleszteni szubjektívitásunkat és öntudatos énkünket”.

---

<sup>79</sup> Antonio Damasio, agykutató, sz. 1944, Lisszabon.

<sup>80</sup> Oliver Sacks, agykutató, sz. 1933, London, *Egy antropológus a Marson*, 1995.

A tudati lélek kétféleképpen használja a testet: a kifejező mozdulatokban (szelíd akarat) és a nem-kifejező mozgásokban (kemény akarat).

- Minden azonosság, utánzás, szeretet emlékezés az eredeti AZONOSSÁGRA, EGYSÉGRE.
- Minden agresszivitás, pusztítás, törés-zúzás a magam-érzés táplálékául szolgál, akár szeretünk így cselekedni, akár csak mérgünkben vagyunk rá hajlamosak.
- A *remény* (Tamásén túl) abban áll, hogy nem hagyjuk el egymást örökre, hogy VÉGÜL is helyreáll az egység, amelyben egyek vagyunk egymással és a mennyei lényekkel. De át kell menni a reménytelenségen, amíg meg nem értjük, hogy a „soha” nem létezik.

A jelentés (szavak) általánosítás, mert (és ha) fogalom.

L. Tolsztoj (pedagógiai írások) 1903, 143. old.

„Ezek a kísérletek [gyerekeknek irodalmi nyelvet tanítani] tökéletesen meggyőztek, hogy teljesen lehetetlen elmagyarázni egy szó jelentését. ...Ha mondjuk, el akarjuk magyarázni a „benyomás” szó jelentését, akkor helyébe egy másik, ugyanolyan érthetetlen szót teszünk, vagy szavak egész sorát, amelyek között az összefüggés ugyanolyan érthetetlen, mint az eredeti szó.” ... „De tudatosan tanítani egy diáknak új fogalmakat, ... meggyőződésem szerint pont olyan lehetetlen és fölösleges, mintha egy gyereket az egyensúly törvényei által akarnánk jártatni tanítani.”

Viszonyunk a szellemhez: használjuk a gondolkodásban, észlelésben, művészetben, emlékezésben stb., de nem tapasztaljuk, mert minden mást általa tapasztalunk. Ha tapasztalni akarjuk a szellemiséget, akkor Énné kell válnunk. A jelentések szellemiek és mi megértjük őket. De nem tudjuk, és nem tapasztaljuk, hogy mi a jelentés.

A test kétféle megragadása: kifejező mozgások (szelíd akarat) és később, a magam-érzés kialakulása után a „hasznos” mozgások (kemény akarat). Minden agresszió, pusztítás stb. a magam-érzést szolgálja – ahol a figyelmünk, ott vagyunk. A régi kultúrákban minden kifejező volt. A művészeknél vagy mindkét fajta megragadás hiányzik, vagy legalábbis a magam-érzés egyszersmind a kulturális-kifejező háttér is; ezért olyan nehéz a test mozgatása.

- Legyen. (Hagyom, hogy történjen.)
- A figyelem önmagát keresi.  
A figyelem fel s alá téblábol, az ember visszaél vele. Egyáltalán nem a hasznosság kedvéért van. Ebben a mondatban is önmagát keresi. Ha nem avatkozom be (az egóm nem avatkozik be), meg fogja találni magát. Megpróbálom ezt megengedni.
- Az odaadottságban felébredek.  
Ez a természetem: a felébredés. Azonosság önmagammal, azonosság a tárgyakkal is. Megköszönöm a tárgyakkal, a Földnek, hogy lehetővé tették a fölébredést. Most tudom, mi a „Föld”: ahol az ember felébredhet. A nem-más felébred a másikon. A tárgyak új értelmet kapnak.

Burn-out szindróma: ha nem jön semmi új (ideák). A megelőzés a gyakorlás.

„A világosság az emberben tapasztalja meg önmagát.”

GA 134<sup>81</sup>, 1911.12.29. Az anyagcsererendszer.

A burok kialakulása elvágja a kozmikus élethez vezető köldökzsinórt, ezért égési energiát kell a szervezethez vezetni (az Én szabadságának a lehetőségéhez a vér segítségével létrejövő égetéssel). Ami ma a növényvilágon keresztül jön (égési anyag), azelőtt közvetlen volt. Az anyagcsere pótlék. „A fákon” vagy „a Kertben”, a növényiségben élés (Tolkien tündéi). Majommitosz ~ az ember a fákról szállt le, életfák, az Élet Fája – nem szabad „enni” róla. Minden fa, minden növény az élet fájává változott.

A korábbi, egységes ember: észlelés, megismerés, táplálkozás, lélegzés egy volt.

A bűnbeesés által: három rendszer.

Az emlékezés először szavak nélkül jelenik meg. Ez világossá válik olyankor, amikor nem emlékszünk a szóra (pl. egy névre), de „megvan”, ami azon látszik, hogy elutasítjuk a hibás és felismerjük a helyes javaslatot.

---

<sup>81</sup> Rudolf Steiner, *Die Welt der Sinne und die Welt des Geistes*.

GA 144<sup>82</sup>, 1913.02.03. (16, 52)

### *Üres tudat*

„Eljutott az ember egy határig<sup>83</sup>, ahol farkasszemet nézett a semmivel, de magával hozott bizonyos erőket. Ez az erő kezdetben talán csekély, de egyre növekszik, és minden irányban kiterjed. Az ember kezd az egész világba behatolni, kezdi az egész világot áthatni, és mennél jobban áthatja a saját lényével, annál inkább más és más jelenik meg neki. Az ember kiterjeszti magával hozott erejét az egyik vagy a másik irányba: mindig más valamit fog átélni, attól függően, hogy milyen irányba terjesztette ki. De az, amit az ember átél, először ijesztőnek tűnik, mert hiányzik belőle két dolog, ami közönségesen jelen van, és aminek a hiánya azért nem tűnik ijesztőnek a megismerés egy bizonyos szintjén, mielőtt tudatosan átéljük, mert a fizikai szint közönséges átélésében mindig jelen van, és csak akkor tűnik fel, ha már nincs ott.

Az egyik, ami megszűnik: mindenféle érzék az anyagiság, a fizikai anyagiság irányában... Megszűnik az érzés, hogy valami keménybe ütközünk, vagy akár valami puhába, mint a víz vagy a levegő, röviden, megszűnik az az érzés, hogy anyag venne körül... Csak a dolgok tulajdonságához van közünk, de a dolgokhoz nem. A nehéz, sűrű, fizikai testekből csak a sűrűség marad meg, anyagszerűség nélkül; a folyékony testekből csak a „folyékonyosság”...; a levegőből csak a minden irányba kiterjedés akarása... Az ember belenő a tárgyak tulajdonságaiba, de az az érzése, hogy csak a tulajdonságokba, a tárgyak eltűnnek, minden anyagiság megszűnik. Ez az egyik, ami megszűnik.

A másik, ami megszűnik az átélésnek ezen a fókán, amiről beszélünk, minden összefüggés azzal, amit a közönséges fizikai életben érzékszervi észlelésnek nevezünk... Semmi sem kelt bennünk valamilyen benyomást, hanem mi magunk válunk mindenné... Vagy azonos az ember valamivel, vagy nincs ott semmi. Mindazzá válunk, amivel találkozunk, beleveszünk, eggyé válunk vele, és végül olyan nagy lesz az ember, mint a rendelkezésére álló világ, eggyé válik vele...

Miután elég erőt fejtettünk ki a világgal való eggyé válásért, szükség van még további erőkre, hogy saját erőnkől fonhassunk fonalat...

Abból, amit saját erőnkől fonunk, valami teljesen új jelenik meg. Akkor úgy jelennek meg a dolgok, mintha nem itt lenne az óra és ott a szemem, hanem mintha a szem küldené sugarát, amely maga formálódna órává, úgyhogy az óra a szem tevékenysége következtében lenne ott...

És a magasabb világoknak... először át kell mászniuk saját lelki szubsztanciáikon, amelyet a rendelkezésükre bocsátottunk.

... ez az előfeltétel: hogy a magasabb világokba haladásnak a belső lelki erők feltöltődésével, megerősödésével kell együtt járnia, és hogy semmi sem adott mintegy kívülről, hanem mindent csak az ember belső életének emelkedése révén lehet elérni.”

---

<sup>82</sup> Rudolf Steiner, *Die Mysterien des Morgenlandes und des Christentums* (24-28. old.)

<sup>83</sup> Steiner itt a „halál élmény érintése” és az „elementáris világon való áthaladás” közötti szintet jellemzi.

- A nagy egészségben való részvétel
- A halál tapasztalása a feltámadás. Se élet, se halál, se feltámadás.  
Születés = halál a túlvilágban

Hogy tudja a beszéd-intenció mozgásba hozni a beszédszerveket, amelyekről a tudat még csak nem is tud?

- Átjár a gyógyító szeretet
- A szeretet nem az enyém – kozmikus szeretet.

|| A kereszténység abban különbözik a többi monoteista vallástól, hogy tudása (esetleg  
|| tapasztalása) van a Logoszról, a Fiúról, akin keresztül az összes vallás az istenségét  
|| tapasztalja. Ez a *kozmosz* Krisztus. „Senki sem mehet az Atyához, hanemha én általam”<sup>84</sup>.

- Világosságokban gyógyulok.

Omne ens verum<sup>85</sup>: értelem, kommunikatív világ, átlátszó. Mindent át kellene látni.  
Betegség, ha a) az anyagot tartjuk alapnak, a sötétséget; b) ha nem látunk saját világosságunk gyökeréig.

#### *Beszélő és tartalom*

A szellemi világban azt „mondjuk”, aki vagyunk; a Földön az vagyunk, amit mondunk\*, ha kreatív „mondás”. Ha nem, az vagyunk, amit mondunk, a mondás igazságát beleértve.

---

<sup>84</sup> János, 14,6.

<sup>85</sup> „Minden létező igaz” – Aquinói Szent Tamás.

\* Shakespeare (GK)

Ha az ember nem lenne képes kezdeni, akkor csak a gyógyító, újjáteremtő szeretet létezne. A kezdést a bűnbeesés, a burok, a felső világtól való függetlenség tett lehetővé. Az ember csak az elválasztottság, a dualitás, az egoitás legyőzésével válik teremtővé és Énné.

Az azonosság és a tanúskodás hordozója a figyelem. Azonosság = asztrális; tanúskodás = Én.

Fehér mágia = az értelemnek megfelelő cselekvés

Fekete mágia = a hasznosságnak megfelelő cselekvés

- A világ arany szeretet.
- Nem magamért gyógyulok meg
- A szeretet beszél
- Áldozat
- Nem az én szeretetem, épp hogy csak alakítok rajta kicsit a továbbadásban
- A szeretet gyógyít
- Az Én megismerő, kommunikatív

|| Minden (fogható) ember, aki nem rendelkezik a magam-érző burokkal, olyan  
|| képességeket és készségeket tud kifejleszteni, amilyenekre a „normális” ember nem képes.

- János 12, 36<sup>86</sup>  
Az ember fia = a világosság fia. A világosság világított, tükröződött a tanítványokban, egészen az összetévesztésig menő hasonlóságig (ezért kellett elárulni) – megvilágosodtak. „Lássátok ezt a világosságot.” Az élet világossága (János 8,12) „Ha a te szemed”<sup>87</sup> Máté 6,23 „γεύησθε = azzá válni János 1,18!
- Ha a figyelem elég intenzív, megtapasztalja önmagát.
- Istennek (vagy valami hasonlónak) még a hiánya is Isten (vagy valami hasonló).
- A figyelemnek még a hiánya is figyelem
- Reflexió és akarat.  
A múltra való reflektálás megszelídíti a kemény, önző akaratot.  
Az Én-vagyok tapasztalás (ami nem reflexió, hanem a reflexió folytatása és kiteljesítése) felébreszti a puha, együtt érző akaratot, a jószághoz vezető eredeti impulzust.

---

<sup>86</sup> „Míg a világosságotok megvan, higgyetek a világosságban, hogy a világosság fiait legyetek.”

<sup>87</sup> Ha pedig a te szemed gonosz, a te egész tested sötét lesz. Ha azért a benned lévő világosság sötétség: mekkora akkor a sötétség?!

- A szeretet beszél.
- Csak a szeretet beszél. Szeretlek, érted vagyok, te vagyok.
- A szeretet a kegyelem nyelve. Az azonosságban nincs mit mondani: ez az, amit a szeretet mond, megkülönböztetés nélkül.
- Az egész beszéd szeretet.
  
- Te<sup>88</sup>. Téged hívlak; Ha ezt meg tudom tenni, akkor Én vagyok. A „Te” nem tárgy. A hídépítés édessége, az elválasztást nem a magam-érzés alkotja.
- Az egész beszéd szeretet.
- Tanúskodás az azonosságról. Ha elég nagy intenzitású figyelemmel valósul meg az „azonosság” a gondolkodásban vagy az érzésben, akkor tanúskodni tudunk róla. A Kertben és a szellemi világban nem tanúskodunk az azonosságról. A bűnbeesés arra szolgál, hogy létrejöjjön a tanú a dualításban. A nemi aktus általában dualisztikus kísérlet egy másik emberrel való azonosságra, a magam-érzésben.
  
- A világosság nevet. A világosságban nincs feszültség, stressz, törekvés, görcs, hanem megbocsátás, tiszta öröm és a béke mosolya.
  
- A Fiú a tanú és az Atyaisten neve. János 8, 31 – A név lényeg (mint a kötőszavakban). Én vagyok: jel és jelentés. Az igaz tanú. A figyelem az Atyától van. A tanú kimondja a kimondatlant. Én és az Atya egyek vagyunk.
  
- Világosság, a szavakon túl.

Az autista utánozni tudja, amit hall, anélkül, hogy értene. Ez azt jelenti, hogy a hallás és a beszédszervek közötti kapcsolat megvan. Ami hiányzik, az az értés és a nyelv közötti kapcsolat; az értés a nyelven túl, a nyelv fölött játszódik: ezért nem beszél, nem alkot képzetet a beszédre → nem nyilatkozik meg. A környezet értése a nyelven túl történik.

János 8,51. Ámen, ámen, mondom néktek, ha valaki megtartja az én beszédemet (Logoszomat), nem lát halált soha örökké.

A tudatot kitölti a Logosz, megtartja = a jelenben → az ember halhatatlanná válik és valóban nem lát halált, amely nem létezik a jelentések birodalmában.

1. János 4, 7-10; 21; A szeretet teremtés, amelyben az egyes egységben (unisono) van az összes többi teremtménnyel, anélkül, hogy feladná egyediségét. Átlátszóság és áteresztés.

- Az Isten szeretet.

---

<sup>88</sup> Thou – az angolban Isten megszólítása, az igazi tegezés.



A jó cselekvésének eredeti impulzusa a szerető azonosságból ered – az ember Isten képmása, Logosz-lény, Szeretet-lény.

*Gandhi:* „Civilizációnk szépsége és próbaköve abban a képességünkben áll, hogy egységre jussunk a különbözőségeinkben.”

János 8,58; 24.

Mielőtt Ábrahám lett, én vagyok. Ha nem hiszitek, hogy én vagyok, meghaltok a ti bűneitekben. Jelenben. Nem ez vagyok, vagy az vagyok, hanem *Én* vagyok. Mielőtt bármi lett – mindenhez, a teremtéshez (mert jelentése van) és a megismeréshez (bármilyen fokon) *én* szükséges.

János 5,2.

A beteg, miután elkerülte a helyes választ: *Én* Uram és én Istenem, legyen meg a Te akaratod.

A jelek világában nem lehet szándék nélkül kommunikálni.

János 9,9.

ἐγώ ἐμὶ. Mindent lehántani a pontig – semmi más: a nem-más.

Megszabadulás: minden nekem van, minden, amiről csak tudok. Az *Én*, aki most hozzád beszél, aki tapasztal, nem lehet se tárgy, se észlelet, nem lehet semmiből, nem lehetnek részei, túl minden a múltban tapasztalton, tanúskodásban. *Neti, neti*<sup>89</sup> mindennel rokon, képes, hogy *azzá* váljon. Az asztralitás köre: ego; az *Én* köre: (magasabb) *Én*.

A formák általában az érzésben vannak. A szellemi gyógyításhoz le kell tenni a fürdőköpenyt<sup>90</sup>.

János 9, 37.

A beszélő (a jelenben) az, aki nem látható. „Láttad őt” – nem a megnyílt, fizikai szemmel, korábban, a zsidókkal vagy a farizeusokkal való vita során.

Vagy amikor az első világosság – a világ világossága – láthatóvá vált. A látott és hallott Isten Fia.

A csillaggyerekeknél az egoítás másodlagos, a normális gyerekektől eltérően elsősorban csalódások mentén lép fel.

- A figyelem a tudatfölöttiben ered. A figyelem a tudatfölöttihez vezethet. Szeretet, hit, gondolkodás, beszéd kétségkívül a tudatfölöttiből erednek. Értés, öröm, szeretet (a jó szeretet) az ember alapvető tulajdonságai.

---

<sup>89</sup> Sem ez, sem az (szanszkrit).

<sup>90</sup> A magam-érző burkot.

- Az Alanyban nincsen különállás.
- Ami a tudatfelettiből jön, az biztos – az egyetlen biztonság, mert létjellegű, nem „csak” informatív.
- Amit általában létnek nevezünk, az tudatunk tartalma, és figyelmünkben vagy tudatosságunkból ered. Mivel figyelmünk nem tapasztalja önmagát, nem vesszük észre ezt a kapcsolatot.
- Az elválasztottság a tudat jelensége, a kommunikáció hiánya. A tanulás azt jelenti, hogy öntudatos, kommunikáló tudatunk – vagyis Énünk – van. A nem tudatos, archetipikus (alapvető) kommunikációtól a jelek *nélküli*, öntudatos kommunikációhoz.

Ahol gondolkodásunkat (testrészekre) irányítjuk, lazulás jön létre (Vipassana).

Tűz, levegő, víz a szellemi világ különböző területei. A föld kivételével nincsenek éles határok, nincs elválasztottság, ezért az Énnek különböző mértékben kell „erősnek” lennie ahhoz, hogy megőrizze önmagát. Anaximandrosz: föld ~ végtelen

Ahhoz, hogy bármilyen tapasztalás létrejöhessen, szükség van egy olyan erőre, amelyik azonossá válik azzal, amit tapasztalunk, és egy ellenállásra, egy olyan részre, amelyik nem válik azonossá. Az emberben az ellenállás adott az organizmusban, az azonosuló erő pedig a lélek szellemi természetében<sup>91</sup>. Ahhoz, hogy az ellenállás létrejöhessen a tudatosságban, a tudatosság, a figyelem egy részének azonosulnia kell az organizmussal. Így jön létre az önérző burok, az önzőség központja.

A szellemi lét itt a Földön szeretetre, kommunikációra és megismerésre bomlik. Az új képesség, amit itt szerzünk meg, a teremtés, azért, hogy képessé váljunk a teremtésre a szellemi világban.

- A nem-kommunikatívnak tűnő lét a tudaton, figyelmen „át” kommunikálódik az Alany számára, aki a figyelem, annak metamorfózisaiban is.

---

<sup>91</sup> Az angol szövegben „spirit-soul“ áll.

## Autisták

1) Problémáik vannak a tapintással, 2) nehézségeik vannak a „normális” érzelmekkel, mert a „fürdőköpeny” vékony, hiányos vagy teljesen hiányzik.

- Szeretet: azonosság és különbözőség = az Én természete.
- A szellemi világban teremtünk.

Az archaikus embernek nem volt szüksége magyarázatokra.

- Két tapasztalat: A lehorgonyozottat a nem-lehorgonyozott tapasztalja; az azonosságot a lehorgonyozott tapasztalja. A nem-lehorgonyozottnak saját formával kell rendelkeznie.

## Kép meditációk:

- Egy kacsa úszik át egy csendes tavon, anélkül, hogy hullámot vetne.
- Fehér felhő vitorlázik át a kék égen, majd eloszlik.
- A világosság nem tárgy.
- Ez világosság és az világosság.
- Félelem és szorongás mindig formához kötött. A formamentes Én nem fél, nem szorong.

A megismerés az igazi Énhez tartozik, de mi a hétköznapi ének tulajdonítjuk.

Az értés pillanatában nincs magam-érzés. Az értés felvillanása után visszaesünk a magam-érzésbe.

- Az Énnek nem lehetnek részei, nem lehet semmiből.
- Bűn = ragaszkodás bármilyen formához.
- A jelentés forma, azért érthetem, mert formamentes vagyok.

- János 11, 40 ha hiszel, meglátod majd az Istennek dicsőségét.

Lázár feltámasztása dicsőségben<sup>92</sup> történik.

Hít: eredetileg a Szellemmel való összekapcsolódás, ma eltakarja a hétköznapi tudat, amelyet el lehetett tisztítani. Individuálisan. Hít = *lát*ni a hitet, ami Isten dicsősége.

Dicsőség = élet és világosság. Ἐθεασάμεθα János 1,14

Lelkesedés = csak ahol új idea van.

- A szeretet a jövőből jön.  
A gyerek általános ismeretet ad az emberről.  
A természet a gyerekeknek archetipikus bölcsesség emléke.

---

<sup>92</sup> Glória (doxa).

A jelentés fogalma = kommunikálhatóság

A beszéd szervek megőrzik a szellemi lény természetét: az utánczást.

Az eredeti állapot a szellemi világban: kapcsolatban levés, elválasztatlanság. Itt, az elválasztottságban, ebből lesz az első szeretet.

- o Te, mint tárgy, vagy te, mint Én?
- o A befogadó képességek összessége a *füil* (*hallás*). A beszéd szervek alkotják az integratív részt. A szellemi világban még nincsenek elválva.

A gyerekek a jelentés világában vannak otthon. A Földön rátalálnak a megfelelő jelekre.

A hétköznapi életben magas szintű jelentések jeleivel dolgozunk. Ha ezt tapasztaljuk, eljuthatunk az igazi vallásossághoz.

A gyerek a szellemi világ küldötte, új impulzusok hordozója.

A megismerés felismerés – jelen helyzetünknek megfelelően.

Szeretet = az elválasztottság utáni újra összekapcsolódás ereje.

- o 1. János 1,7 „Ha pedig a világosságban járunk, amint ő maga a világosságban van: közösségünk van egymással...”  
|| *járunk*: itt a Földön; *ott: vagyunk* (ahogy ő van). Világosságban: mindennek, amit teszünk, értelme van, és ezt tudjuk is, mert tapasztaljuk a „világosságban járást”, ami az Én tapasztalása. Így vagyunk közösségben, a világosságban, κοινωνία.  
o A világosságban nincs elválasztottság.

| A fogalmak megváltozása: tartalmuk beszűkül és elvesz kapcsolatuk a szubjektummal,  
| a tudattal.

- o Ha jön egy idea, nem tudunk gondolkodni. Ha gondolkodunk, nem jönnek az ideák.
- o Jelen: az azonosság pillanata.

### *Diszlexia (legaszténia)*

Ha nem vagyunk a testünkben, akkor nem fáradunk el, se mi, se a testünk (szív, tüdő stb.) Amikor a diszlexiások dezorientáltak<sup>93</sup>, akkor kimozdulnak a testből, és *érezni* kezdenek. A kiváltó<sup>94</sup> szavakat („mert”) érezni kell. De legtöbbször általában a magam-érzéshez kötődik.

Az agy képességeit arra tudják használni, hogy észleleteket hozzanak létre vagy módosítsanak (ez az elsődleges képesség).

Legtöbbször képekben gondolkodnak és nem szavakban. Nagymértékben intuitívek és jó felfogásuk van. Többdimenziósan gondolkodnak és érzékelnek. A *gondolatokat realitásként* észlelik, élénk képzeletük vannak.

„Az ajándék mindig jelen van, akkor is, ha nem ismerjük fel, hogy mi az.”

Nincs fizikai hiátus.

A nem-verbális „gondolat” ezerszer gyorsabb, és általában a „tudatküszöb, a tudatosság szintje alatt” marad.

Dezorientáltság, ha kötőszavakkal találkoznak.

A szellem szeme.

„A diszlexiások tudattalanul arra használják a dezorientáltságot, hogy többdimenziósan érzékeljenek. Érzékeik áthelyeződése folytán többféle módon képesek látni a világot. Több látószögéből tudják látni a dolgokat... Gyerekként nyilvánvalóan *valahogy sikerült*<sup>95</sup> hozzáférniük az agy dezorientáltság funkciójához és beépítették gondolkodási és megismerési folyamataikba... A diszlexiások a dezorientáltsággal fellépő megváltozott érzékeléseiket a megzavarodottság feloldása mellett arra használják, hogy kreatív képzeteket hozzanak létre. Ha ezt non-verbális „gondolkodásukkal” valamilyen probléma megoldására alkalmazzák, akkor ezt intuíciónak, invenciónak vagy inspirációnak nevezhetjük.”

Dezorientáció: 1) csökkentett magam-érzés, megnövekedett megismerő érzés; 2) fogalmak nélküli észlelés és „gondolkodás”.

A szavakra való koncentráció akadályozza a mondat értését.

ADD<sup>96</sup> = tanulási képtelenség.

---

<sup>93</sup> Ez, és a következő szakkifejezések, ill. idézetek Ronald Davis a *The Gift of Dyslexia* c. könyvéből vannak, vagy G.K. jegyzetei hozzá. A *dezorientáltság* az olyan helyzeteket jelöli, amikor valaki az érzékelés eltolódása által (pl. egy „érzéki csúszás”-ban, delíriumban, vagy a *kiváltó* szavak non-verbális értéssel való olvasásakor) nagymértékben megzavarodik. Sajátos módon, ez egyszersmind a diszlexiások különleges tehetségeinek is a forrása.

<sup>94</sup> A diszlexiát kiváltó szavak: kb. 200, nyelvenként különböző, általában erősen absztraháló szó, amelyekhez nem tudunk képzetet alkotni (pl. „és”).

<sup>95</sup> Kiemelés G.K.

<sup>96</sup> Attention Deficit Disorder.

## *Diszlexia*

„Azok a gyerekek, akiknek nincs módszerük a megzavarodottság gyors eltüntetésére, kifejlesztik a koncentráció képességét. A diszlexiás gyerekeknél ez a képesség nem fejlődik ki korán, mert olyan könnyen és gyorsan el tudják tüntetni a kifejlesztésére irányuló ingereket (=deorientáltság).”

„... A diszlexiás gyerek figyelme nagyobb teret fog át, kiterjedtebb, mint a közönséges gyereké.”

„A tanuló érzékei eltorzulnak (az unalom kiváltotta dezorientáltság miatt), a mozgás- és egyensúlyérzéklet beleszámítva.” Amikor nyugodtan ül, azt érzékeli, hogy mozog. Amikor mozogni kezd, az érzékelés megfordul és a tanuló úgy érzi, hogy nyugodtan ül. Az ADHD<sup>97</sup> esetében elsősorban az egyensúly-, a mozgás- (és élet-) érzék zavarodik meg.

„Korrigálatlan, diszpraxiával párosult diszlexia esetében az orientáció akkor sem közvetíti az egyensúly pontos érzékelését, ha a diszlexiás nem dezorientált.”

„Csak személyes véleményem, de azt hiszem, a tanulásnak örömet kellene okoznia.”

## *Jean Piaget*

„Minden, amit megtanítunk egy gyereknek, megakadályozza abban, hogy maga találja fel.”

„A diszlexiás feltehetően már három hónapos korában elkezd használni azokat a képességeit, amelyek a diszlexiát kiváltják.”

Azt gyanítom, hogy ha egy gyerek már 3 hónapos kora előtt elkezd használni az agy torzító funkcióját, akkor ez sokkal nagyobb problémákat okoz, mint a diszlexia. Az érzékelés olyan mértékű pontatlanságához vezethet, hogy az illető nem tud normálisan viszonyulni a külvilághoz. Ez esetben valószínűleg autistának, vagy szellemileg visszamaradottnak nyilvánítanák.” = ha később is megmarad a világhoz való korai viszony.

Egy három hónapos gyerek lát egy könyököt. Ha kíváncsi, hogy kihez tartozik a könyök, nagyon egyszerűen hozzá tudná adni a többi tulajdonságot, és meglátni a könyök tulajdonosának számára fizikailag láthatatlan arcát.

„Ez szinte természetfölöttinek tűnik, de csak azért, mert nem értjük teljesen az intuitív gondolkodás természetét.”

Úgy tűnik, ez a szellemi képesség soha nem hibázik. A „saját gyártmányú” észleletek mindig pontosnak tűnnek.

---

<sup>97</sup> Attention deficit hyperactivity disorder

## *Diszlexia*

Egy kétéves gyerek lát egy fehér szőr-labdát. „Amint végigpásztázta tekintetével a tárgyat, de nem ismerte fel, fellépett a zavar érzése. Ez beindította agyának azt a részét, amely megváltoztatja érzékelését. Azonnal elvesztette egyensúlyérzékét. A szoba elcsendesedett. Belső órája ütött egyet. Ebben a pillanatban érzékelési tehetsége lehetővé tette számára, hogy minden szögből és irányból lássa a fehér szőr-labdát.”

Képekben gondolkodás: „olyan gyors gondolkodási folyamat, hogy észre se veszi, hogy cselekszi.”

Az iskolában: „CICA” – „Úgy próbálta megérteni a szót, mint egy tárgyat, nem, mint jelet, szimbólumot.”

„Ha elhatározza, hogy „rossz gyerek” lesz, és gondot okoz szüleinek és tanárainak, fölfedezheti, hogy kifejezett tehetsége van a rosszalkodásban.”

„... a képekben gondolkodás ugyanaz, mint az intuitív gondolkodás: a gondolkodási folyamat terméke abban a pillanatban tudatossá válik, amint megjelenik, de a folyamat történése nem válik tudatossá.”

„A többdimenziós gondolkodás egyik jellemzője, hogy a gondolkodó valóságnak tapasztalja a gondolatokat.”

„... a valódi tanulás eszköze a kreativitás.”

„Képesség, tudatosan felidézni háromdimenziós mentális képeket és körbe bejárni őket a mentális térben.”

129. old.

„Vajon a mentális szem valóban kint van a „valódi” világban, körbejárja a betűket és a könyvlap mögé megy? Egy testen kívüli tapasztalásról van szó? Vagy a szemlélő mentális ereje hozza létre azokat az érzéketi ingereket, amelyek lehetővé teszik a megtöbbszörözött látásmódot? Tényleg nem tudom. Csak azt tudom, hogy ilyen tapasztalás megtörténik.”

o A (megismerő) érzés körülöleli a dolgokat.

## Diszlexia

Javier: Amit korábbi feljegyzéseimben a „forma ideájának” neveztem, ugyanúgy hívhatnánk a „feloldódásban lévő formának”, vagy a „forma illatának”, vagy a „forma érzésének” – egy apró lépéssel a tárgy jelentése előtt.

[Mi az orientációs pont?] Az észlelési meditációban a tárgyat többdimenziósan érezzük, vagyis akár belülről is. Ez a megismerő érzés kezdete vagy maradványa.

[„... a mentális szem más érzékelések epicentrumaként is szolgált, pl. hangok, az egyensúly és a mozgás érzékeléséhez.”

[ A 3 horgony-vonal szubtilisen erősíti a magam-érzést. ]

[ Az orientáció optimális helye: a diákok tökéletes egyensúlyban vannak. Meg tudnak állni egy lábon, a legcsekélyebb mozgás nélkül, mozdulatlan a láb, a boka, a térd, a derék a törzs... Másodszer, ha mentális szemük az optimális orientációs helyen van, akkor mély jó-érzés hatja át őket – ezt *komfort-zónának* nevezem. Az az érzés, hogy „minden rendben”.

Ott van az orientációs hely, ahol az önérző burok szimmetrikusan helyezkedik el a test mentén: ekkor a legjobb az egyensúly érzék.



Amit intuíciónak nevezünk, tudatfölötti, magasabb lényünkben kapjuk, már nekünk kiválasztva – aztán földi lényünk megvalósítja.

*Az önérzés burka* azáltal jön létre, hogy asztralizációnkat értelmetlen formák alakítják. A tanú és az azonosuló összekapcsolódása *többé-kevésbé* intenzív. Ha a kapcsolódás erős, akkor a burok lehet gyenge, mert az Én (a tanú) nem ölt fel értelmetlen formákat. Az irreverzibilis változások értés nélkül történnek. Az értés mindig reverzibilis: a tanú visszanéz elmúlt azonosságára, utólag, amikor kijött belőle. Az Én emlékszik az asztralizáció azonosult és a nem-azonosult része közötti különbségre. De ha a két áramlat közötti kapcsolat erős és nagymértékben frusztrált, akkor az Én is irreverzibilis benyomásokat szenvedhet el és gonosszá válik. Ez a két áramlat közötti erős kapcsolat veszélye: az asztralizáció túlsúlyba kerül: *ez a helyzet a csillaggyerekek esetében*, amely helyzet mindkét lehetőséget magában hordozza.

Az értés az Én ügye: azonossá válik az értelmes formával, majd kilép az azonosságból: így jön létre a tapasztaláshoz szükséges távolság. Az értés így utólag, a jelentéssel való pillanatnyi összekapcsolódás után történik.

Ha a csillaggyerekek – akikben erős a két áramlat közötti kapcsolat – erősen frusztrálódnak, akkor fölborulhat a labilis egyensúly a gyenge magam-érzés és az erős fölfelé mutató kapcsolódás között. Az Én áramlat – *ami maga a fölfelé mutató kapcsolódás* – nagy része irreverzibilis (= értelmetlen) formákba merülhet, ami bűnözési hajlamhoz vezethet.

Temple Grandin<sup>98</sup>, Labeled Autistic<sup>99</sup>, 136. old.: „Ha az autizmust és a diszlexiát végül is megakadályoznánk, ennek az lenne az ára, hogy a lehetőségeik szerint tehetséges emberek közepes tehetségű emberekké válnának.” 138. old.: „Még a felnőtt agya is állandóan új neurális áramkörökkel és kapcsolódásokkal válaszol az ingerekre.”

A csillaggyerekeknél a magam-érzés intenzitása talán optimális, vagyis minimális, de elegendő az öntudathoz, amelyet segít az erős fölfelé mutató kapcsolódás (figyelem).

- Az Én erőket szabadít fel a testekből.

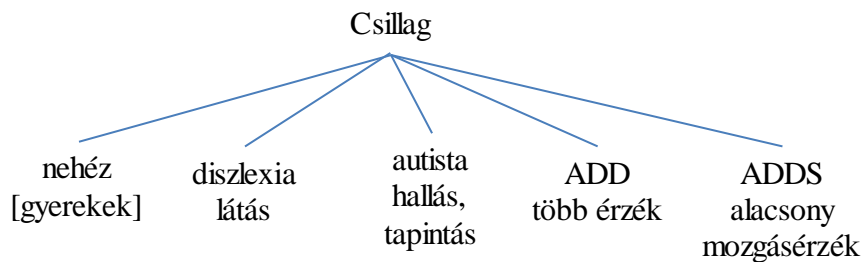
---

<sup>98</sup> Autista antropológusnő a Colorado State University-n (sz. 1947-ben Bostonban).

<sup>99</sup> Autistának bélyegezve.

Figyelem: az Én (=tanú) és az asztrális (azonosuló) erők. Az érzékenység testből szabad asztrális erők jönnek. A normális együttműködésben a figyelem asztrális erői a befogadó erők, amelyek azonosulnak az „inputtal”, és az érzékenység testből származó szabad asztrális erők a kifejező, a testen keresztül végrehajtó erők. Például az előbbi „hall”, a második mozgatja a beszédszerveket a válaszban.

*Tapasztalat:* A tanúskodó erők elválnak az azonosuló erőktől, mert ez utóbbiakból formálódik a primer burok, „ellenállásként”. A normális fejlődésben az Én- (a tanú-) erők sohasem vesznek részt értelmetlen (irreverzibilis) formákban. De ha a burok nem eléggé erős – mint a csillaggyerekeknél –, akkor frusztráció esetén olyan értelmetlen formák keletkeznek, amelyekben az Én-erők is részt vehetnek, mert a burok gyengesége miatt az Én nem válik el az azonosuló erőktől. Ez a helyzet a nehéz gyerekeknél és hasonló esetekben. Úgy tűnik, hogy minden „gonosz” személyiségnél az a helyzet, hogy nincs igazi tanú, ahogy egy dühkitörés során sincs. Ezzel együtt jár, hogy az érzékek nem tompulnak le a megfelelő mértékben = a megismerő érzés keveredik az érzékszervi érzékeléssel, túl intenzív lesz a hallási vagy látási élmény, túl heves a mozgás érzékelése – vagy éppen túl csekély.



A „normális” személyiségnek 2 különböző tudati állapota van: a hétköznapi állapot, és az intuitív (megismerő, kreatív) állapot, amelyben a tudatfölöttivel való kapcsolat dominál. A „patologikus” személyiségeknél az utóbbi van túlsúlyban, és a „hétköznapi” állapotot különböző trükkök segítségével kell elérni (Davies). A burok csúszkál, egyes érzékek működési minősége változik az időben, aszerint, hogy milyen input éri el a személyt.

Amikor elalszunk, érzékeink működése, pl. a hallásunk, fokozatosan csökken. Nem teljesen normális embereknél a hallás kiéleződik, fokozódik a csökkenés előtt: ahogy visszahúzóódik a burok, úgy kerül túlsúlyba az eredeti érzés, a hallásra vetülve.

Koncentráció: a kapcsolódás erősítése.

A beszédet, mind a tartalmat, mind a beszédszervek mozgatását, az Én-akarat hozza létre a figyelem áramából.

A gyerekeknek mi okozzuk a legnagyobb sokkot, mi vagyunk az igazi trauma.

Nehéz [gyerekek]: az Én keveredik a burokkal.

Diszlexia: a látás és az egyensúlyérzék keveredik az érzéssel.

Autista: az egész burok gyenge, nem állandó, csúszkál, hallás, tapintás, mozgás, extrém esetben a test első megragadása is hiányzik.

ADD: Időnként egyszerre több érzék is túl érzékeny vagy túl tompa.

ADDS: Meg van zavarodva a mozgás érzék.

A megismerő érzésben mindenné válunk, teljes azonosságban vagyunk, az érzékszervi észlelésnek nincs tárgya. Ez a diszlexiás emberek titka (65. old<sup>100</sup>).

- MAGAM-ÉRZÉS = A TAPINTÁS realitása.
- A szellemi világban nincs titok. Ott nincsenek titkaink.
- Ha szétesik a jelentés (az érzés-forma), akkor létrejön az értelmetlenség (az anyag).

János 12, 40 (Ézsaiás): hogy meg ne térjenek és ne higgyenek, azért, hogy megtörténhessen a Halál és így a Feltámadás. 12, 41!

- Az Énnek nincsenek részei. Se pontként, se a kiterjedésben. És közben sem. Nem összetett. Szeretet (Isten szeretet). Monoteizmus.  
Istenek = Én lények, akik értésre vannak → Én lényé válás. Istenek vagyunk, ha ...  
Én Én vagyok. Έγώ εἰμι
- Koncentrációban: 1) képi gondolkodás; forma: érzés; funkció: akarat.
- Minden gondolkodásból, érzésből, akarásból van.
- Mindenki szellemi kutató, szellemi kutatók vagyunk.
- A világosság önmagát keresi – ezért világít.  
A képességek területén nincs demokrácia.
- Nem magunkért élünk.
- Az értelem széttörik. Mivel *egy*, a részei értelmetlenek, a jelek világává, a nem-olvashatóvá válik. A Logosz világból kiesve: a közvetlen kommunikáció ellentéte.  
Olvasás = vissza a tér-idő világából az értésbe, a jelentéshez (tisztá gondolkodás, észleleti elemek nélkül). A visszavezető út az olvasás, a konfiguráció, nem az anyag.  
Energia-gravitáció (összetartás) nélkül → egység-lényeg. A szellemből, a jelentésből a jelek világába.

---

<sup>100</sup> Ronald Davis: *The Gift of Dyslexia* c. könyvében.

- Anyagi szétesés – a szellemiség felragyogása. Analógia: homeopátia; élet = a jelek leküzdése. Halál: szabaddá válik az a jelentés, amelynek a testiség a jele. A testet úgy alakítjuk, mint egy zenész a hangszerét: az is szabaddá válik.  
A karma az értelmetlen belső formáinkból jön létre. A tett intuícióból.
- A szelíd akarat nem dualisztikus. Ezért a gyakorlatokban csak ezt lehet használni, csak vele érhetjük el az Én-vagyok tapasztalást, ami maga sem dualisztikus.
- A szellemi világról úgy lehet a legjobban képet alkotni, ha kontempláljuk a szót, amely EGY és egy intuíciót képvisel. Világosság, szóni a világosságban.
- A monoteista vallásokban Istennek nincs alakja.
- A szeretet képesség
- A szorongás értelmetlen
- A szorongás kettős: félelem a forma elvesztésétől és a forma nélküli állapotba jutástól.
- Minden képesség természete: minél inkább adott, annál jobban növekszik.
- Amikor (a koncentrációs gyakorlatban) azonosulunk a képpel, a formával, akkor a rejtett jelentéssel (vagy funkcióval) azonosulunk, ezért az azonosulás nem teljes.
- Ajtó. Te, aki a világ világossága, a menny ajtaja vagy, nyiss meg engem!
- A koncentrációs gyakorlat negyedik szintje, az akarat tapasztalása után, a lét – mint a szellemi világban.
- A lelki öntudat (formák) *van* – az Én mindig születik.
- Új képességek kialakítása nélkül meddő minden törekvés az önismeretre: ami az adott tudat elől rejtve van, rejtve is marad. Az adott tudat a tudatalatti és tudatfeletti részekre épül.

A gyerek útja: azonosság – koncentrált figyelem – tárgy.

A felnőtt útja: tárgy – koncentrált figyelem – azonosság – Én vagyok.


- A figyelmet a világ formálja; a világot a figyelem formálja.  
Ha tapasztaljuk ezt a folyamatot, akkor a világ nem kész, nem absztrakt, hanem élő, folyamat.
- A részleges azonosság a teljes azonosságból származik.
- AIT<sup>101</sup> (zene) vagy bármilyen művészet struktúrát ad a megismerő érzésnek, ahogy a gondolkodásnak struktúrát ad a nyelv.
- A meditáció témája *teret* ad a formától mentes figyelemnek.
- A vallás struktúrát ad a megismerő akaratnak, a szellemi világban megjelenő lénynek megfelelően. A vallás Én-lényekről szóló híradás.
- Kontempláció az, ha együtt jelenik meg a tárgy és tudatba lépésének módja.
- Ha belülről érezzük a testet, akkor nem lehet művészetre használni. A mentális szemnek a burkon kívül kell lennie (mint a balettban). Így egyensúlyoznak a gyerekek, így mozgott az archaikus ember.
- Ha a figyelem a cipusra irányul, akkor ez a fa a Buddha-természet vagy a zen vagy az Én.
- A világosság legyőzhetetlen öröm. Nincs se feszültség, se stressz, se erőfeszítés, minden feloldódik a béke mosolyával. A visszatérés a világosságba szomorúság, de az öröm által legyőzött szomorúság. Akkor látjuk, hogyan származik minden a világosságból, hogyan válik a világosság mindenné: Bodhisatva tekintete. Örömteli kereszténység, 22. zsoltár. Minden szenvedés formákhoz, vagy formákból való kioldódáshoz kötődik. Értés – öröm – teremtés (alapérzés). A fájdalomtól, szenvedéstől, szomorúságtól mindig vezet út a megismerő erőhöz és a tanúskodáshoz.
- A világosság mindent tapasztal és önmagát is. A sötétség a világosság tapasztalása. Az igazság kontemplációja a lehető legnagyobb öröm: a világosság és az igazság (rejtetlenség) összjátéka. „A ti szomorúságtok örömmre fordul.”<sup>102</sup>
- Koncentráció: A szeretet az igazi figyelem. A szeretet által lehet a legkönnyebben megtalálni önmagunkat. A csillaggyerekek olyan sok szeretettel jönnek a világra, hogy az tapasztalja önmagát. Isten szeretet. Az akaratban: a jó.

---

<sup>101</sup> Auditory Integration Training

<sup>102</sup> János 16, 20.

- A ciprus a kertben. A mester szavait megérteni, elképzelni/emlékezni, látni: a világ által formált és a világot formáló figyelem. Azonosság (még ha felületes is, de figyelmeztető), az igazi, belső tanú. A világban lenni, a világban, világosságban, teremteni és megvilágítani: Logosz, a kommunikáció eleme. A figyelem a Logoszra irányul, világosság, János 1.9. Két világosság. A szellemi világban való lét # szeretet, # figyelem, egység. *Itt* szeretet. A teremtésben szükség van a sötétségre, a formákra. Lehozni az egység erejét a Földre, az Egy erejét. Az Én a tudatos Egy-ség.
- *A világosság önmagát keresi, ezért sugárzik.*  
Fordított akarat → lét, „szeretet” (nem földi szeretet).  
A téma önmagáról tesz bizonyosságot a befogadó akaratban, a befogadó akarat által. *Nyitott meditáció.* A befogadó mozdulat az *ürességet* szolgálja bármely témához. Ha üres marad → lét, Én (neti, neti). A figyelem, mint lény, szeretet (az első szeretet). Teremtéssé válhat. Ha befogadó marad, növekszik – ha az Én-vagyok tanúskodik a háttérben. Afelé fordulni, ami jön, akármilyen is legyen az: nyugalom (ebből a szemszögből). Ha tartjuk a gömbölyű csendet, a figyelem növekszik. Amint beengedünk valamit → a figyelem csökken. Nehéz visszaállítani a gömbölyű csendet. A koncentráció témája arra szolgál, hogy kizárjuk az asszociációkat. Relaxáció. Egy fajta koncentráció.

Nyitott  gömbölyű csend  
ami jön (kontemplatív attitűd).

- A világosság önmagát keresi. Önmaga megtalálásában növekszik. Ha talál valamit, akkor csökken. Igazi világosság → növekedés, semmi sem vész el. ἀμύπτωνο.  
Mielőtt megtalálná önmagát, szükség van az elidegenedésre.
- Fa. Képiség. Kontempláció. Ismerősség – az én képzetem a képekről. Háttér: az egykori azonosság a szellemi világgal; minden dolog Logoszból készült. Azonosság az érzésben. Minden értés, utánzás, az impulzus a világ megismerésére a lét szintjén – az archetipikus egységből származik. A természeti dolgokkal való azonosság nem éri el az akarat vagy az idea szintjét.
- Az Énnek nincsenek részei. A jelentésnek nincsenek részei. Semmi szelleminek nincsenek részei, csak a jel-világ dolgainak. A számok = jelentések. Az Én = változó jelentés. Jel: konfiguráció, forma. Individuum. Olyanság = nincsenek részei. A törekvő akarat.

1. János 1,7<sup>103</sup>. Járunk – itt; van – ott. A világosság közös. A szellemi világban nincs titok.  
Világos akarat = szeretet.

#### *A csillaggyerekek antropológiája.*

Az öntudat eredetileg a szeretet-impulzusban van – a szeretet olyan erős, hogy megtapasztalja a vékony burokhöz kapcsolódó önmagát. A vékony burok a) lehetővé teszi az erős kapcsolatot a csillaggal; b) elég elválasztást ad a függetlenséghez. A vékony való erős kapcsolat a sokáig fennmaradó megismerő érzésben mutatkozik meg. A burok képződésének általában két oka van: a) „utánzás”, b) találkozás „érezhetetlen” = az érzésnek érthetetlen eseményekkel. A csillaggyerekeknél ez utóbbi dominál, amikor nem-szerető felnőttekkel találkoznak. Ekkor következhet be, hogy a szeretet haraggá vagy gyűlöletté változik, a kreatív akarat elsatnyul, vagy a burok magába szívja az Én egy részét. Csak szeretet tudja kiszabadítani. A „nehéz” gyerekek gonosz szakaszaiban nincs (vagy túl gyenge a) tanú, mint egy érzelmi kitöréskor (pl. dührohamban).

Peter Greb<sup>104</sup>: Godot (Járás)

Az intuitív gyerek (Aurum kiadó)

Ezek a lelkek (csillaggyerekek) sokat szenvedtek, de nem váltak bosszúállóvá, nem gyűlöltek, nem „bocsátottak meg”, mert nem érezték úgy, hogy lenne mit megbocsátaniuk.

- A figyelem áramát ingyen kapjuk; mihez kezdünk vele?
- János 15, 27. kezdettől fogva én velem vagytok.
- B Arché ~ Empyreum<sup>105</sup>. Az emberrel mindig vele van időtlen léte, a „kezdő” (= szabad, kreatív) individualitás. Tanúskodás: hogy Jézus volt a Logosz, amit Pünkösöd vagy a Feltámadás előtt senki se tudott megérteni. Tanúskodás: ami, most bennük működik, a Logoszban. Amit keresnek, bennük van. Kezdetben: a saját eredetük tapasztalása által tudnak róla; ami mindig kezdetben (kezdésben) van.
- Ha a szellem mozdulatlan, üres, akkor nincsenek jelenségek.

---

<sup>103</sup> Ha pedig a világosságban járunk, amint ő maga a világosságban van: közösségünk van egymással...

<sup>104</sup> Dr. med. Hans-Peter Greb: GODO – A szívvel járnai.

<sup>105</sup> „Tűzben égő”: a középkori kozmológia szerint az ég legmagasabb szférája, többek között Danténál.

- A gyerekeink ellenállnak, mert mi ellenállunk, tudniillik legmagasabb lehetőségeinknek, hogy belátóbbak, intuitívebbek, megértőbbek, jobban magunk legyünk.  
A gyerekek haragszanak, mert úgy találják minket, amilyenek vagyunk: elég ok a haragra.
- ADHD  
Ha a figyelemnek nincs irányító központja, akkor belső és külső motívumoknak megfelelően ugrál. Az ilyen figyelem elsősorban érzés. A változó érzés mozgásra indítja a testet, mint a zene. Akinek ilyen a figyelme, akkor érzi a testét nyugalomban, ha a figyelem szerint mozog. A „normális” gyerekekben egybeesik a mozgás és a figyelem középpontja. Ezért a testnek nem kell a figyelemmel mozognia. A központ az ego, a test magam-érzése.  
A hiperaktív gyerek keresi ezt a középpontot, ahol a figyelme van, éppen most. Ezért mozognia kell.
- Az igazi világosság mindent bevilágít. Mert minden világosságból van. János 1,9.
- Az igazi figyelem mozdulatlan.
- Mivel az Én-vagyok tapasztalás belülről felvilágító világosságból áll, semmit sem kell elérni. Így minden ebben a világosságban világlik fel, ezért nincsen semmi sem, amit el kellene érni.
- Se keresés, se kapás.
- Ami van, és ami nincs, üres figyelemből van. Ami ezért se nem létezik, se nem nemlétezik.
- P ○ Ha új jelentést találunk a meditációban, a meditatív tapasztalásban, akkor rájövünk, hogy ez a jelentés öröktől fogva jelen volt. Csak meg kellett nyílnunk felé.
- B ○ Ha az érző figyelem „szabálytalan” esetekben is dolgozik, az egyszerű érzékek valószínűleg nem különülnek el teljesen, hanem keverednek.

Úgy tűnik, hogy a dualisztikus szubjektum eltüntetésére való törekvésben a zen mesterek elfelejtik az Üresség nem-dualisztikusan, az Ürességen belülről tapasztaló tanúját.



|| A világosságot arra kellene használni, hogy értelmes formákat hozzunk létre, nem  
|| hasznosakat.

A Logosz erejét csak értelmesen szabad használni, különben a használat bűnös.

Nemcsak a fogalom tartozik a jelenséghez, de a figyelem is: a híd, amely realitássá válik, a legmagasabb realitássá.

Mindnyájan az egy és egységes világ részei vagyunk. A barátaim integrálnak engem és én integrálom őket. A fügefá részemmé válik a figyelem által, amely nem az enyém, és én részévé válok a figyelmem révén, amely nem az enyém.

Lukács 1, 78-79

A mi Istenünk nagy irgalmasságáért, amellyel meglátogatott minket a naptámadat a magasságból, hogy *világítson* azoknak, akik a sötétségben és a halálnak árnyékában ülnek; hogy igazgassa a mi lábainkat a békességnek útjára!

|| A zsenik mindent rosszul csinálnak.

Γῆς παῖς<sup>106</sup> ... Az ember önmagára kérdez. Föld: ahol a szeretet tudatossá válik, mert itt elválasztás van: az egyesülés ereje.

A látható csillagok, a látható ég a Földhöz tartoznak. Ég – menny. Keresztény menny és buddhista menny.

Minél körvonalazottabb a csillag, annál individuálisabb a figyelem.

- P [
- Mindig kezdetben vagyok. Ha mindig, akkor kezdetben.
  - A figyelmet a világ formálja – a világot a figyelem formálja. Kezdetből egyek.
  - A világosság és az, hogy érzékeled, egy.

Addig nem lehet visszalépni a fogalmaktól, amíg nincsenek nagyobb ideáink. (érzés)

Ez a fenomenológia (Husserl) problémája.

Az archaikusabb hagyományokban a megismerés a legmagasabb szinten kezdődött, a kiinduló pont az „üresség” tapasztalása volt és a világot fölülről „értették”. Ma a megismerésnek alulról kell kezdenie.

---

<sup>106</sup> A Föld gyermeke.

- B ○ Az érzésben egy vagyok.
  - Jelenben: nincs tárgy.
  - A tárgyat a fogalom hozza létre, különben folyamat. A gondolkodásban egynek *érezem* magam [a világfolyamat áramlásával].<sup>107</sup>
- B ○ A hallás területén nincsenek fogalmak, mint a szaglásén, néhány az ízlelésben, jó néhány a látás területén.

A gondolkodás akkor tud közelíteni és egybeolvadni az érzéssel, ha szavak nélküli – fogalmak nélküli.

GA 293 Allg. Menschenkunde<sup>108</sup>, II. 1919.8.22, 32. old.

„A képzelés a születés, illetve fogamzás előtti élményeink képe... És ahogy a közönséges tükörképek létrejönnek a térben, úgy tükröződik a halál és születés közötti életünk a mostani életünkben, és ez a tükröződés a képzelés.”

Képzelés = antipátia (magam-ézés). Kulcsszó: tapasztalat, tanú. Ezért: az emlékkép az antipátia (elválasztás, magam-ézés) eredménye is.

Szimpátia = egyesítő erő (Theosophie<sup>109</sup>), elválasztás, tapasztalás nélkül.

Megismerés, antipátia, emlékezet, fogalom – akarat, szimpátia, fantázia, imagináció.

- A csillagban az ember mindent tud. Én-lények felé forduló antenna, csak formamentesen lehet átélni.
- A világosság megvilágítja önmagát, a formákban is.
- B ○ A gyakorlás az új istentisztelet.
  - A figyelem mindig önmagát tapasztalja, közönségesen a formákban és tárgyakban, amiket tapasztalunk.
  - Minden világosságból van. A képzetet a „felépítésével” párhuzamosan tapasztaljuk = emlékezzük. Magát a tapasztaló figyelmet nem tapasztaljuk.
  - Az egy tér – a világtér – minden lényt magába foglal.
  - *Hol* jelenik meg a *világ*? Meg lehet különböztetni a világot és a megjelenést?

<sup>107</sup> „Ich empfinde mich denkend eins mit dem Weltgeschehen“ – Rudolf Steiner egyik alapmeditációja. Kiemelés G. Kühlewind.

<sup>108</sup> Rudolf Steiner, *Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik (I)*, GA 293.

<sup>109</sup> Rudolf Steiner, *Theosophie*, GA 9.

- Folyamatos feltámadás függőleges fényében élek.<sup>110</sup>
- B Ha megismeréshez érünk, akkor nincs út az ember számára az érzékelhető világhoz. A szépségen keresztül eljuthatunk az igazsághoz. De mivel az anyaghoz kötődünk, anyagot nem tudunk teremteni (csak a formáját megváltoztatni), se semmi olyasmit, ami anyagi jele egy jelentésnek. Így a szavakat, a nyelveket nem ember teremtette. A szépség területén tudunk jeleket teremteni. Az érzékelhető világ az istenek áldozata, ők ismerték a jelentését.
- A kommunikáció a léthez (egzisztenciához) tartozik.  
A szépség lényegét tekintve földi jelenség.

Az esztétikai érzés átvágás a hídon, a közönséges tudat oldalán a megismerés felé vezető úton.



A szabad figyelem a lélek szellemi része, azon a szinten, amelyiken használjuk vagy tapasztaljuk.

- P  
85
- Ha a magam-ézésben lyukak vagy gyenge részek vannak, akkor a figyelmet nehéz vagy lehetetlen szelektíven korlátozni, mert az érzékszervi észlelésben gyenge az elválasztódás. Ez okozza a figyelmi problémákat. A megismerő ézés hatása túl erős lehet. Megszokás nem alakul ki, mert a test tapasztalása nem éri el a szokásos intenzitást. A ritalin a centrum kialakításában segít. Túl sokféle behatás. Az akaratnak nincs központja, nem lokalizálható. Soha nem vagyunk a „testben”, hanem a burokban. A meditációban, megismerésben, értésben, a szellemi jelenlétben kiszabadulunk a burokból.

Azért hiányzik a rutin, a mozgásokra való emlékezés, mert túl kevés az antipátia, vagyis a történéstől való elválasztottság. Az antipátia révén alakul ki a burok, jelenik meg a tanú.

- Az ézés önmagát érzi – nem valami mást.

A fürdőköpennyel<sup>111</sup> megszűnik a közvetlen kommunikáció.

<sup>110</sup> „Nincs naplemente Csupa fény / évek vonulnak boldog évek / Folyamatos feltámadás / függőleges fényében élek” Székely Magda Jelenidő c. verse

<sup>111</sup> A magam-éző burok kialakulásával.

- Én mindig kezdetben vagyok.  
Az ürességben, vagy már elkezd formát öltetni az Én-nem-vagyok.
- Az Én-vagyok-ot áthatja az egész világ.  
Az Én nem mozdul ki a kezdetből. Mielőtt Ábrahám...<sup>112</sup>

Üresség: nem ez, nem az = Én

A világ tapasztalása a  $\chi$ pontról: mozdulatlaná válni és mozdulatlan maradni, mint egy *tükör*. Az igazi aktivitás a végtelen nyugalom, a mozdulatlanság. Így mind más mozoghat, átengedi a mozgást a máságnak. Πάντα ρεῖ<sup>113</sup>.

- Minél mozdulatlanabb, annál megismerőbb.
- A legintenzívebb mozgás kezdete – mozdulatlanság.
- A gyógyulás kezdettől fogva bennünk van.
- B ○ Kép az, amit lát valaki.
- B ○ Ha a világosság megtalálja önmagát, akkor a ragyogás megsokszorozódik és énekel.  
○ Kiegészítjük egymást.
- B ○ Ahonnan jövünk, ahol állunk, ahová fölemelkedünk – a közös Menny.  
○ Egyetlen jelentés van.  
○ A szenvedésnek jelentése van.  
○ Útban a csillagomhoz már vele vagyok, benne vagyok.

A.B. Curtis, A depresszió lehetőség, 155. old.

- B „Sokféle zaj van. Csak egyféle csend van. Sokféle telítettség van. Csak egyféle üresség van. Sokféle tudás van, mint a megismerő érzések, de csak egyféleképpen tudjuk, hogy tudunk.”

Minden olyan törekvés, amely diétákkal, a táplálkozás szabályozásával igyekszik gyógyítani mentális betegségeket, az ember biológiai szemléletén alakul, hasonlóan azokhoz, akik az agy kémiai folyamatait igyekeznek szabályozni.

A „felső érzékek”, mint az Én-, a gondolkodás-, a szó- és a hangzó-érzék valójában nem érzékek, hanem képességek. Csak normális emberi környezetben alakulnak ki.

A világ felé irányuló érzékszervek (látás, hallás, ízlelés, szaglás) magam-érzés nélkül működnek.

A testre irányuló érzékek, ideértve a meleg érzékelését is, a magam-érzés variációi.

Az egyensúlyt és a mozgást magam-érzés nélkül is lehet irányítani, mint a kommunikatív használatban.

Az összes szellemi képesség (beszéd, gondolkodás, megismerő érzés, megfordított akarat, (utánzás), emlékezés, sejtés, magam-érzés nélkül működik.

<sup>112</sup> Mielőtt Ábrahám lett, én vagyok (János 8, 58).

<sup>113</sup> Panta rhei – Minden folyik (Hérakleitosz, ill. Platón).

Mozgás – beszéd; élet – gondolkodás GA 170<sup>114</sup>; 45.

A fogalmi érzékelés dualisztikus, a megismerő érzésen keresztüli érzékelés nem dualisztikus. Ez már önmagában nehézségeket okozhat, ha keverednek, és egyszerre használja őket valaki.

Csillaggyerekek: 1.) Nem felejtik el az eredetüket és küldetésüket, mint a legtöbb emberi lény. 2.) Egy kis gyerekekkel való találkozás megszegyeníti bennünket, mert olyan messze távolodtunk eredetünktől és küldetésünktől. Ez az egyik oka, hogy a mi világunkhoz akarjuk idomítani őket.

B ○ Az Én valódi léte az üresség. Én – nem ez, nem az.

Csillaggyerekek: Az Én a figyelem nagyon intenzív áramában van. Akkor válnak nehezzé, ha ezt elvesztik, miközben a kis én, az alsó centrum nem létezik = ADD + ADHD.

B Ha látunk egy képet, az Én az, aki látja. A tanú akkor is ott van, ha hiányzik az Én-vagyok tapasztalás, csak ebben az esetben nem tud önmagáról. Ha az Én-vagyok tapasztalás ott van a háttérben, ha tapasztaljuk a hidat is, akkor a világ egy.

Heilpädagogischer Kurs<sup>115</sup>, 1924.06.28. 73.old.

„Az önevelés igen jó formája, ha figyelemmel követjük a betegségek szimptomáit. Ha az az érzésünk támad, hogy egy ilyen szimptóma tulajdonképpen valami csodálatos. Nem szabad szétkürtölni, de valójában az örültek az igazi isteni emberek – csak manapság ezt nem szabad kimondani. De tudnunk kell: szellemi nézőpontból egy abnormális szimptóma közelebb áll a szellemiséghez, mint az, amit az ember egészséges szervezetében tesz. Csak éppen ez a nagyobb közelség a szellemiséghez az egészséges szervezetben nem tud megfelelő módon kifejeződni.”

---

<sup>114</sup> Rudolf Steiner, *Das Rätsel des Menschen. Die geistigen Hintergründe der menschlichen Geschichte.*

<sup>115</sup> Rudolf Steiner, *Heilpädagogischer Kurs*, GA 317.

Üres oldal

Wahrheit und Wissenschaft<sup>116</sup>, 2. fejezet, 54. old.

„Valódi tudat csak akkor létezik, ha megvalósítja önmagát.”

A kontempláció, mint üdvösség, mint boldogság: mert a híd és az Én tapasztalásában helyreáll az egység.

Arché: a kezdés elhatározása  $\approx$  szellemi kezdés. Lehet, hogy az észleleti világban a kezdés csekély, primitív – a szellemi világban akkor is tökéletes.

GA 271<sup>117</sup>, 1918.5.6.

„[A szellemi látásban] nincs se képzelés, se érzékelés, de van érzés és van akarat, csak egész másképp, mint a közönséges életben... Világossá kell tennünk magunkban, hogy az érzékfölötti megismerés ugyan érzésből és akaratból hajt ki, de mégis egész más, mint érzés és akarat. Ehhez figyelembe kell vennünk, hogy a szellemi látó érzésnek és akaratnak annyira ki kell töltenie a lelket, hogy az nyugalomba kerül, és egyáltalán *minden* egyéb teljes nyugalomba kerül az emberben. Olyan valaminek kell bekövetkeznie, amiben az embernek különben nincs része az érzésben és az akaratban: az érzésnek és az akarásnak befelé kell mutatnia. Közönségesen az akarat impulzusok kifelé alakulnak ki: de a Látásban semmilyen kifelé irányuló megnyilvánulásnak sem szabad fellépnie.”

A gyűlölet alapja félelem.

Ha tényleg elcsendesedünk, nem kívánunk, nem akarunk, nem ítélnünk, nem kérdezzünk, nincs bennünk semmi szándék, akkor érezhetővé, tapasztalhatóvá válik az emberek között a szakrális tér. Ez gyógyít, ez a nehéz gyerekek gyógyításának útja.

- B
- A hallásban *vagyunk*. Mint a gondolkodásban. A látásban ehhez még el kell hagyni a fogalmiságokat.

Értés az autizmusban 16, 60. Az autista utánozni tudja a hallottakat, értés nélkül. A kapcsolat a hallás és a beszédszervek között működik. Ami hiányzik, az az értés-beszéd kapcsolat, mert az értés a nyelv fölött történik, érzésben, ezért a beszédről nincs kép – nincs kifejeződés. Nem arra használják a hallást, hogy mások gondolatait megértsék.

---

<sup>116</sup> Rudolf Steiner, *Wahrheit und Wissenschaft*, GA 3.

<sup>117</sup> Rudolf Steiner, *Kunst und Kunsterkenntnis – Grundlagen einer neuen Ästhetik*, GA 271, 104. old.

A szakrális tér: a szellemi világban szándék nélkül kommunikálunk, pusztán létünkkel. A Földön szándékainkon keresztül kommunikálunk.

- B
- Világosság a gondolkodásban – értés
  - Világosság az érzésben – öröm
  - Világosság az akarában – kreativitás ~ szeretet

*János 5,1 – Bethesda*

Valaki ott van, aki „akar” (nem kell külön akarnia) – az Úr őt szólítja meg, mintha azt kérdezné, melyik vagy? Itt van az akaró? Miután válaszol – a nem-halló –, most egész testével hallja a Szót, és megtörténik a mágia. Ahogy ez a mágia kicsiben lejátszódik abban, ahogy a hallottak (nem tudatosan) működtetik a beszédszerveket. Ami most történik, megtörténik: a befogadott szó átalakít. Én vagyok az az akarat – az Én-vagyok. Amikor feláll és elindul, már meg is gyógyult. A szakrális tér csak akkor jön létre, ha Ez ott van.

János 20,8, látott és hitt. εἶδεν καὶ ἐπίστευσεν (καὶ = ugyanaz).

A hiányzó test bizonyosságot adott neki a feltámadásról, nem a valószínűbb lehetőség merült fel, hogy a testet elvitték, mint Mária Magdalénában még később is. Teljesen be kellett ehhez mennie a sírba, ott is kettesben volt (Jézussal).

Az „Atyához megy” – ott lesz neki az anyag feletti uralom, a feltámadási test.

GA 317, Heilpädagogischer Kurs, II. 1924/06/26. 32-33 old.

Akarati problémák a gyereknél...<sup>118</sup> ha át tudja érezni ezt a megtorpanást, egyszersmind saját erejéből mély együttérzést tud kialakítani ezzel az átéléssel, akkor megértést alakít ki saját asztrálestében a gyerek helyzete felé, és fokozatosan eljut oda, hogy nyomtalanul eltünteti magában a legcsekélyebb szimpátiát vagy antipátiát ezzel a jelenséggel szemben. A szimpátia és antipátia eltüntetésével a pedagógus saját asztrálestét neveli.

---

<sup>118</sup> Rudolf Steiner, *Heilpädagogischer Kurs*, GA 317, 34. old.: „Tegyük fel, hogy a gyerek éterteste a máj kölyökén elsatnyult. Ez ahhoz a jelenséghez vezet, hogy a gyerek ott áll a szándékaival, tele van akarással, de ez az akarat mindig megtorpan, mielőtt tette kerülne sor.”



Mágia: ahogy az Én a beszédsszerveket stb. használja.

GA 271, 1918.5.5.

- B „Minden ember szellemi látó, csak ezt elméletben tagadni szokás, ott is, ahol a gyakorlatban nem lehet tagadni.<sup>119</sup> Ha a gyakorlatban is tagadnák, akkor ez minden életet elpusztítana... Az, ami érzékelhető emberi tárgyként előttünk áll, feloldja önmagát, szellemileg átlátszóvá teszi magát, és valahányszor egy ember áll előttünk, valódi szellemi látással közvetlenül az Énjét látjuk. Ez egy valóságos tény. A szellemi látás semmi egyebet nem jelent, mint, hogy kiterjesztjük a világra azt, ahogy saját szubjektumunk más emberekkel találkozik. Azért, hogy meglássuk, hogy van-e még más is, amire úgy tudunk nézni, mint az emberre.”

GA 317, III. 1924/6/27. 44.old.

„Felébredünk és belehelyezzük én-organizmusunkkal áthatott szellemi mivoltunkat a földi erők világába. Kapcsolatunk valójában mágikus, és nem fizikai közvetítésen alapul. De csak térben tudjuk gyakorolni, szervezetünk határainak keretein belül.”

|| A burok fogyatékoságainak megkülönböztetése.

GA 317, VI. 1924/7/1. 89.old.

„Arról van szó, hogy az intellektuális figyelem hatástalan a terápiában, az érzést és az akaratot kell mozgósítani... a külvilággal szemben.”

A burok általi elválasztást a másik embertől mindig megszakítja a vízszintes figyelem, és ez agressziót provokál. Csak az Én-vagyok képes egyszerre elválasztottságra és összekapcsolódásra – mindkettőre szellemben, és nem a magam-ézésen (=elválasztottság), ill. az alvó egységen (=kapcsolat) keresztül.

---

<sup>119</sup> Az ember ember általi észleléséről van szó – amely teljesen eltér pl. egy kristály észlelésétől.

- Ha a figyelem egyetlen pontra irányul, akkor visszatér a függőleges irányba.
- B A közönséges vízszintes figyelem önmagát érzi a változó tárgyak közötti szünetekben. A függőleges irányban könnyebben jelenik meg benne valami fölülről. Az azonosságon – értésen túl – megtapasztalja önmagát.

GA 317, VII. 1924/7/24. 102.old.

„ha a kilóg az asztrálest egy kis lebenye, akkor persze az is lehet, hogy áthatja egy objektív elementáris lény<sup>120</sup>. A tárgy és az alany eközben teljesen áthatják egymást, egybefolynak... Ha kihúznánk asztrálestünket a fizikai testből, ha nem a fizikai testben lüktet teljesen, akkor valóban a legkülönbözőbb átváltozásokban, állatszerű alakokban mutatkozna. Mert az asztrálest állati alakot mutat, ha ugyan a közelében van, vagy félig, vagy háromnegyed részben összekötetésben van a fizikai vagy az éteresttel, de bizonyos értelemben mégis független tőlük.”

- A fölfelé irányuló figyelmet a Szent Lélek formálja.
- Az üres figyelem fölfelé irányul. A világosságban marad, nincs dualitás, szüksége van az Énre, vonzás fölfelé, meditatív tartalmak = átlátszó.

A burok általános hiányossága az egyenetlenség. Ezt lehet gyógyítani „tapping”-ge<sup>121</sup>. A meridiánok: ahol a burok érinti a testet.

- Az igazi akarat akkor jelenik meg, ha nem akarok semmit.

Az autisták néha a nyelvben értenek, néha fölötte, az érzésben, hasonlóan ahhoz, ahogy érzékelnek vagy, ahogy a diszlexiások észlelnek.

- Ez a szellem világosság.

|| A ritalin elfojtja a megismerő érzést. Ezért válik a „figyelem” dualisztikusabbá.

- B ○ Az érzés felvillanhat egy észlelésen, ahogy egy tű hegye felragyoghat.
- A gyakorlás általános ezoterikus értelme: szabadságból tenni, hogy leküzdjük az önzőséget.
- A világosságban biztonságban vagyunk.

---

<sup>120</sup> Egy kisfiúról van szó, aki a mutatóujja körül egy „szellemi lényecskét” észlel.

<sup>121</sup> Egy fajta akupressúra.

- B
- A világosság közel van. 5. Mózes 30, 11-15; Római levél 10, 8.

A magam-érzés megfigyelője csak akkor ébredhet fel, ha nincs tárgy. Annak, aki fölébredt, a „saját” test, a magam-érzés nem bír nagyobb jelentőséggel, mint bármi más. Ahhoz, aki nem ébredt fel, közelebb van a saját test (a magam-érzés), mert folyamatosan keveredik vele, azzal, akinek tapasztalatainkat tulajdonítjuk. A meditációban nem okoz nehézséget megállni a magam-érzés nélkül. A hétköznapi tudatban a megfigyelő keveredik a magam-érzéssel – soha nem a tárggyal. Magam-érzés: a) nem tudatos figyelem hozta létre b) nincs idea.

A légzésre a magam-érzés miatt könnyebb figyelni. Nem olyan objektív, mint egy tárgy.

Korábban az érző-légzés megismerő volt, nem magam-érzés.

Ha komolyan vesszük a tárgyakat, az azonosságban megszűnik a magam-érzés. Az első – idea nélküli – tárgy nem működhet így.

Narcisztikus meditáció: a figyelem a pszichikai tapasztalások felé fordul, a fény elszíneződik.

- Képmeditáció: Tó, tükörsima, egy sirály megérinti a víz felületét, a hullámok fodrozódása lassan elül, a víz ismét tükörsima.
- [Elvben] mindent tudunk.
- A világosság közel van. Semmi sem lehet közelebb. A tanú világosságból van. A világosság észreveszi önmagát.
- Az öröm közel van.
- A tanár belső csendje és hallgatása az a tér, amelyben kivirágozhat a gyerek, és hallhatóvá válik a Szent Lélek suttozása.
- A test (hús) feltámadása – azé, akivé a Logosz lett.

Ádám hol vagy?

- Értetni = azzá válni.
- A test (hús) a feltámadt test modellje és esszenciája.
- „Megtisztítani” = formamentesen (szeplőtlenül), üresen megtartani, tiszta képesség. (A szabadság filozófiája) Morális intuíció. Megtisztítani a durvább és finomabb formáktól, minden formától. Mennél tisztább, annál jobban észlel.

- A szeretet nem előszeretet.
- Helyes vagy szent cselekvés: nem dualizmusban cselekedni, egyáltalán nem cselekedni. Szent = egész, teljes
- A kontemplációban (Buddha tekintete) nincs érzélem. Érzélem csak akkor lép fel, ha objektíven létezőnek tekintjük a „tárgyakat” – ez teszi „objektíven” létezővé a magam-érzést.

B

Koncentráció egy témára → intenzívebbé tenni a figyelmet, hogy megállhasson tárgy nélkül.

Dusàn Janjanin: Ha egy falulakó<sup>122</sup> nagy „lelkedéssel” eszik, akkor nem habzsol, hanem egész lényével befogadja a Föld ajándékait. Ez vallásos és nem önző viszonyulás a földi javakhoz. A falulakók nem álszenteskednek és nincs semmi titkolnivalójuk: élnek a *maguk* autentikus életét. És ez nagy inspiráció nekem: az írásban és a meditációban.

Tisztaság: a figyelem formamentes egészen eredetéig; akkor szeplőtlenül tud bármit befogadni, vagyis ragaszkodás nélkül, nincs se pozitív, se negatív érzélem, ami mindig ragaszkodás.

B

- Minden szó eltömit, ha tapasztalásunk nem teszi átlátszóvá.
- A művészet világosságból és sötétségből van szöve, mint az ember. A világosságunk a Menny adománya, a sötétség a Földé.  
Γῆς παῖς ἔμι καὶ οὐρανοῦ ἀστεροέντος

Goethe, Wilhelm Meister

Mindenki elég korlátolt ahhoz, hogy a többieket a saját képére és hasonlatosságára akarja nevelni.

- Ahol bármi is van, ott nem lehet az Én.
- A figyelmen kívül semmi sincsen.
- Nézd meg ezt a fát. Nézd meg ezt a felhőt. Mi van közben?
- A világosság közös. Ahol megtapasztalja önmagát (én-magát), egy Én keletkezik. Ezért hívják ének. Isten világosság.

---

<sup>122</sup> Föltehetően Camp-Hill lakókról van szó.

Tökéletlen észlelés: megrontott értelem.

Emberlét = kockázat

Orosz ortodox egyház: Angyal: a második fény.

A kauzalitásból nem lesz kommunikáció.

A feltámadás teste: minőség, anyag nélkül. Ha ezeket a minőségeket meg tudnánk érteni = ki tudnánk mondani, úgy, amilyenek a bűnbeesés előtt voltak, akkor új testünk lenne: átlátszó. A testünk minőségekből tevődik össze, kivéve talán a súlyt, az átlátszatlanságot és a tehetetlenséget.

A pozitív dualitás: Logosz a testben és Logosz a figyelem-áramban.

A kemény akarat kezdete: a bűnbeesés; az első munka.

|| Minden tanár azzal számol, hogy a tanítványai nem zsenik.

Az ismeretelmélet alapozza meg a gyakorlás jogosultságát.

A szándéktalanság – üresség – készíti elő a teret a világosságnak.

|| Mindig útjában állunk egymásnak.

Szándéktalanság = a világosság tere.

- Egy közös világosság van, amely individuálisan tapasztalja meg magát az emberben, aki ez a világosság.

Közvetlen kommunikáció János 5, 7-9-ben.

Testben: Római levél 8, 3.

A világ és az értés (viszonylag) kontinuum (az érzésben jobban, mint a gondolkodásban stb.). A speciális gyerekeknek ez nehézséget okozhat a fogalomalkotásban a szelektíven korlátozott figyelmük révén.

GA 231, 1923.02.14.<sup>123</sup>

„Ha az, amit az ember kimond, ami illékony szóvá válik, egyszersmind önmaga kimondása is lenne, lénye és lényének kifejeződése egyben – ez az, ahogy az emberek a halál és az új születés közötti időszak közepén egymással találkoznak. Szó találkozik szóval, artikulált szó találkozik artikulált szóval, belül átélt szó találkozik belül átélt szóval. De az emberek maguk ezek a szavak, összecsengésük az artikulált Szó-lények összecsengése. Ott úgy élnek az emberek, hogy nincs átlátszatlanság: ott valóban egymással élnek az emberek, és az egyik szó, amelyik az egyik ember, feloldódik a másik szóban, ami a másik ember.

---

<sup>123</sup> Rudolf Steiner, *Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfaßt*, GA 271, 90. old.

Ott jönnek létre azok a sorsszerű összefüggések, amelyek aztán utólag hatással maradnak a földi életre, és abban nyilatkoznak meg, hogy az emberek, akik találkoznak, összejönnek egymással, és bizonyos szimpátiát vagy antipátiát éreznek egymás iránt. Ez az érzés annak a visszfénye, ahogy az emberek a szellem világában, a halál és az új születés közötti időszak közepén, megszólították egymást. Így szóltunk egymáshoz egykor, akik magunk voltunk a beszéd, ahogy most a Földön csak az érzés árnyékképében találkozunk ismét.”

Előzőleg<sup>124</sup>:

„És ahogy ez<sup>125</sup> egyre jobban előrehalad, az ember részévé válik magának a világ-szónak. Az, aki eddig csak egy dallamszerűség, egy harmónia összecsengése volt, a világ-szó artikulált részévé válik. Az ember így mintegy *a világmindenségből mondja ki a saját lényét*<sup>126</sup>.

Úgyhogy azt mondhatjuk: a halál és a következő születés közben van egy időszak, amikor az ember szellemi szóvá válik – nem egy olyaná, amely pár szótagból áll, hanem olyaná, amely hihetetlenül sokatmondó, amely nemcsak általában tartalmazza az ember egész lényegét, hanem azét az egyedi emberét, akiről szó van. Az ember ebben az időszakban a halál és a következő születés között hihetetlenül titokzatosan tudó kinyilatkoztatja magát a világmindenség felé, amit az isteni-szellemi lények számára észlelni tudnak.”

GA 107<sup>127</sup>, 1908.10.26.

„Semmi értelme se lenne azt kérdezni: Meg fogok ismerni valakit, akivel halála után találkozom a Devachánban, hiszen a devacháni lényeknek egészen másképp kell kinézniük, és nem hasonlíthatók össze azzal, amivel a fizikai síkon találkozunk? A Devachánban a lény önmaga mondja ki, hogy kicsoda, mintha egy ember nemcsak a nevét mondaná meg, hanem folyamatosan felénk árasztaná lényének lényegét. Ez áramlik felénk a szférák zenéjén keresztül; itt nem lehet egymást félreismerni.”

---

<sup>124</sup> 88. old.

<sup>125</sup> Az ember morális, szellemi minőségeinek továbbfejlődése a halál után a „világ-zene“ részeként.

<sup>126</sup> Kiemelés G.K.

<sup>127</sup> Rudolf Steiner, *Geisteswissenschaftliche Menschenkunde*, GA 107.

- Az Ént nem lehet jellemezni, mert egyedülálló.

Önbizalom = ha szellemi lénynek érezzük magunkat.

Omne ens verum<sup>128</sup> ~ az Én önmagát mondja

Tudat, amelyik nem tapasztalja a saját létét: figyelem.

- Folyamatos feltámadás függőleges fényében élek.
- Az élő világosságban élek.
- Ami világossággá vált, látszik ~ Isten világosság.
- Ha a világosság nem válik valamivé, akkor Én látzom (ezért Én vagyok) ~ „Te vagy” (gnothi seauton<sup>129</sup>). Látszunk, de nincs beavatkozás.
- Buddha az én szememen keresztül lát engem.
- A formákon áthaladva elérjük az ürességet.

A test mozgatása a művészetben kívülről történik, az érzékelés nem törekszik élveztre, sőt meg is feledkezik a testről, mint a beszédben.

Mivel igazi lényünket – a figyelmünket – nem tapasztaljuk, ezért bizonyítékokra van szükségünk, hogy vagyunk: sikerre, „azért”-ekre. Ott vagyunk, ahol a figyelmünk.

Új gyakorlatok.

1) Képzeld el egy képet, tartsd egy rövid ideig, aztán engeddd lassan eltűnni. Ha egy asszociáció megszakítja, hívd vissza.

2) Csináld meg 1)-et, de figyelj meg, hogy mit csinál a figyelem és mi történik a figyelemben. A kép eltüntetéséhez használj ködöt vagy párárt, amibe eltűnik, és amiből előtűnik.

Nem tudunk ugyanolyan mértékben képzelni, ahogy gondolkodni. Az „álmodás” segíthet.

|| Ha nem tudsz valaki nélkül élni, hogyan tudnál vele élni?

---

<sup>128</sup> Minden létező igaz – Aquinói Szent Tamás.

<sup>129</sup> Ismerd meg magad! – a delphoi Apolló jósda felirata.

Anthony de Mello<sup>130</sup>, Awareness, 17.old.

„Az igazság sohasem fejeződik ki szavakban. Az igazság hirtelen láthatóvá válik, egy bizonyos hozzáállás következményeképpen.”

„Spirituális dolgokban a tanulás mindössze abban áll, hogy felejteni kell, el kell felejteni majdnem mindent, amit megtanítottak nekünk. A gyerekekben ez elkezdődött.”

Hol vagy? Itt (test) = ego; ahol a figyelem: Én (alva).

Önfeledtség: a) asszociálásban = álmodás.  
b) koncentrált képzelésben = az ébredés kezdete.  
c) a meditáció kezdetén = azonosság.

A meditációban fellépő azonosság előtt elmélyülten gondolkodunk, ami lehet az ellenkező mozdulat, vagy a bevezetés, ha közben megfeledkezünk magunkról.

Az, hogy megfeledkezünk magunkról a magunk által létrehozott képzetben azt jelenti, hogy az énkéről feledkeztünk be, valaki más működik.

De az ellenkező irányban is megfeledkezünk magunkról, érzelmeinkben.

Ha tevékenységünk közben vagy által feledkezünk meg magunkról → az Én kezd tudatossá válni, kezdünk tudatára ébredni.

- A jelentés a figyelem konfigurációja.
- Ne utánozz senkit.  
Változtatni akarsz magadon valamit? Figyeld meg.

A programozottság hálója („Web”-je).

Ha tudod, hogy minden a te figyelmedből van, akkor minden a te ügyeddé válik, semmi sem marad „kint” a „világban”.

Azonosság a gyakorlásban: a figyelem „azzá” válik és jelen van a tanú. A magafeledtségben nincs tanú? Kivéve a művészi tapasztalást. Tanú mindig van.

---

<sup>130</sup> Indiai származású jezsuita pap és tanító (1937-1987).



## A GYAKORLAT AZ ÚJ TESTEMANTUMBAN – A KERESZTÉNYSÉGBEN

A figyelem eredetileg a kommunikáló lényünk. Ha nem-kommunikatív formát ölt, akkor foglyul esett, nem tud ismét formamentessé válni.

- o Dolgok nem tapasztalnak semmit (Harding<sup>131</sup>, *The science*, 62. old.).  
De halhatatlan a babona, hogy egyes dolgoknak lelkük van. (63. old.)  
A dolgokat a nem-dolog tapasztalja<sup>132</sup>.  
A koncentrációs gyakorlatban nem a dolog mozog, hanem a figyelem.
- x *Ramana Maharishi*<sup>133</sup>: A második és harmadik személy csak az első személynek jelenik meg.
- x *Wittgenstein*<sup>134</sup>: A szubjektum nincs a világban.  
Érezzük, hogy az élet problémáit tökéletesen érintetlenül hagyja, ha a világ összes lehetséges tudományos kérdését is megválaszoljuk.
- x *Harding*: Látja, hogy a jelenségek mögötti Valóság nem-dolog, amely önmagát nem-dolognak látja. Vagy inkább, látja, hogy a jelenségek „mögötti” Valóság, valójában *előttük* van, a jelenségek általa lépnek színre, és nem más, mint ő maga, első személyben.
- x *Tauler*<sup>135</sup>: Vess le minden formát.
- x *Eckhart*<sup>136</sup>: Amíg ez vagyok, vagy az vagyok, nem vagyok minden.
- x *Ramana Maharishi*: A nehézségek akkor kezdődnek, amikor valaki azt mondja, hogy „ez vagyok, vagy az vagyok”. Légy önmagad, ennyi az egész. A jelenségek akkor valóságosak, ha Énünként tapasztaljuk őket, de illuzórikusak, ha az Éntől elszakadva tapasztaljuk őket.
- x *Eckhart*: A lélek lényébe nem hatolhat be semmilyen beszéd.
- x *Buddha*: Azt a helyet nem lehet lábbal elérni, ahol nincs születés, nincs öregedés, nincs romlás, nincs elpusztulás, nincs felemelkedés az újjászületésben.
- x *Harding*: Senki se lehet sötétebben vak annál, mint aki elhatározta, hogy csukva tartja a szemét.
- x *Eckhart*: Semmi más módon nem láthatjuk a láthatót, mint a láthatatlannal.

|| A világ tele van meglepetésekkel. Főleg kellemetlenekkel.

A tárgyi világ betegítő hatása: a) független tőlem, nem tudhatok róla, fenyegető, kiszámíthatatlan; b) elválasztva érzem magam, de testben kapcsolódva, egy dolog vagyok a sok közül; c) nem tudom, hogy hogyan tudok róla.

Visszamaradt gyerekek sokszor nincsenek elválasztva, akkor nehéz vagy lehetetlen a fogalomalkotás.

---

<sup>131</sup> Douglas Harding (1909-2007) angol filozófus, *Look for Yourself: The Science and Art of Self-Realization*

<sup>132</sup> Things are experienced by no-thing. Talán jobb lenne úgy fordítani: A valamit a nem-valami tapasztalja.

<sup>133</sup> Ramana Maharishi (1879-1950) indiai mauna guru.

<sup>134</sup> Ludwig Wittgenstein (1889-1952) osztrák-angol filozófus.

<sup>135</sup> Johannes Tauler (ca. 1300-1361), német teológus és prédikátor.

<sup>136</sup> Eckhart mester (ca. 1260-1328), teológus és misztikus.

- Az Én üresség. Egyéni: hogy hogyan tud üres maradni, vagy hogyan válik üressé.  
Fordított test, a magam-ézés kifelé fordul és sugárzik. δόξα<sup>137</sup> János 1,14, határtalan innen – azonosság mindennel, kivéve a saját testünket. A feltámadási test.

A fogalmak megállítják a világtörténet folyamatát.

Autizmus: a testre vonatkozó ambivalencia: nem érzik a testet, de fogságában vannak.

Efézusi levél, 2,14 „Mert ő a mi békénk.” Értelme csak akkor van, ha nem „ő”, hanem azonosság van.

Σάρξ<sup>138</sup>: Efez. 2,3,11,14

- Az önfeledtségben válunk Énné.  
A „dolgozók” világa folyamatosság: ennek a tudatos tükrözése kommunikáció: tudatos kapcsolódás és cselekvés

Kommunikáció és megismerés legyengített azonosság.

Képességek: a) formamentes b) kifejező

Az azonosság metamorfózisa kommunikáció és megismerés.

A meditatív téma az agy-tevékenységnek szól. A meditáció során eljutunk a testtől független intuitív gondolkodáshoz (a küszöb átlépésével).

A 3 lépés értelme: ahogy haladunk fölfelé, a gondolkodástól az érzésen keresztül az akarathoz, a struktúrák egyre átfogóbbak és folyékonyabbak lesznek, egyre jobban közelednek a világ folytonosságához. A „tartalmak” ezért feloldódnak, képességekké válnak.

V↑

- A tanú minden tapasztalatban jelen van, a „magam”-ban válik tudatossá.
- Mindig jelentést fordítunk, nem jeleket. Az észlelésben is.
- Az ézés nem elemez.
- Minden félelem és szorongás alapja, hogy nem tapasztaljuk az „Ént”, hogy a „magam” nem a valóban létező Én, nincs a központban.
- Csak jelentést lehet érteni.

---

<sup>137</sup> Doxa (dicsőség)

<sup>138</sup> Sárks: test (hús)

Amfortas<sup>139</sup> sebe szépséggé alakul át.

- Jelentés csak mozgásban van (gondolkodásban vagy képzetalkotásban, *ami* mozgás). Amikor az értés megtorpan = fogalom, forma térben és időben.
- A szakadék elválasztja az odaadó figyelmet a „magam”-ban foglyul ejtett figyelemtől. A közönséges tudat nem tapasztalja, ahogy az egyiktől a másikig halad, ahogy átlépi a szakadékot.

Ha csöndben maradunk, nem azonosulunk a megjelenő tartalmakkal, akkor eljutunk a tiszta „magam”-hoz. Ez a kiinduló pont az Énhez, amely az odaadottságban ragyog fel.

A pünkösdi történetben (Ap. Csel. 2) ὁμοθυμαδον<sup>140</sup> azt is jelenti, hogy közös meditációjuk témája az Úr sorsa volt, különösen a Feltámadás. Ezért jöhetett el a Vigasztaló. Csak egy világosság van.

- Csak egyén válhat egyénné. Nem kívülről, csakis *saját* (egyéni) tapasztalások által. A bűnbeesés, majd később a nem egyéni tudatalatti kialakulása következtében válik az emberből – testében – emberi faj. A tudatalatti feloldása egyéni feladat – ez a tudatalatti értelme: az egyénné válás a bizonyosság, az egyén megjelenése a Földön a jelek világában, a jel egyénivé válik, nem-egyéni formákból kiindulva, mint néplélek, családlélek, csoportlélek.
- Ef. 2,14 Aki egyé tette a kettősséget és megszüntette az ellenségeskedést az ő húsában.
- Megismerés = fény-azonosság, ezért fénné oldódik a fénytelen (értelem nélküli = sötét) forma; azzal lesz új valóság, hogy dolgozom rajta. Amfortas nemcsak meggyógyul, széppé is lesz.
- Minden értelmetlen formából fényes sugárzó értelem lehet.

Kényszerek = gyenge elválasztódás?

- Az akkor ~ ez itt (képzelésben és látásban)

---

<sup>139</sup> Miután Parzival kérdése meggyógyítja Amfortast, a világ legszebb férfijává válik, még Parzivalnál is szebbé.

<sup>140</sup> Egy akarattal.

A világ megosztja a magát az emberrel, akit olyannak teremtettek, hogy részt tudjon benne venni. János 1, 9-10.

A küszöbnek szélessége van, mint egy hangköznek.

Egy szín önmagában absztrakció, önmagában nem érzékelnénk, ahogy egy hangmagasságot, egy hangközt vagy egy hangzót (magán- vagy mássalhangzót) sem. Semmi sem jelenik meg egyedül.

- Valami mindig van.
- Ugyanabban a fénytérben, nyelvtérben élünk.
- Figyelem ↔ világ

|| Álezoterikus rágógumi

- A tárgy az Én árnyéka
- Itt képesség, ott lét
- A legnagyobb jelenlét a távollét
- Csak a világosságban van egység

Minden: ha ugyanaz a viszonyunk az egész testhez, mint most a beszédszerveinkhez.

- Hol vagyunk, amikor beszélünk?

Az elválasztó burok és az egoitás két különböző fejlődés.

Ki tud-e alakulni az egoitás, ha a burok egyenetlen vagy hiányzik? Ha igen, milyen feltételek mellett? És hol fejlődik ki?

- Világosságról hatalmasabb világosságra

A megismerésben a megismert és a megismerő egysége egy bizonyos szinten valósul meg. A megismerő fórumnak függetlennek kell lennie attól, amit meg akar ismerni: a tanúnak a megismerési folyamatnál magasabb tudati szinten kell lennie. Az észlelésben és gondolkodásban a pillanatnyi egység adva van. A hétköznapi tudat alulról látja ezt az egységet, alacsonyabb szintről, mint ahol lejátszódik: a „magam”-nak tulajdonítjuk.

Az érzékszerveket lehet helyettesíteni: eszközök.

- A figyelem a világosság-világ maradványa.
  - Szent György nem néz a sárkányra.
  - Mozgás, anélkül, hogy valami mozogna.
  - Ez (az) – nem láttam, nem tapasztaltam.
  - / \ Fénykép
- 
- A befogadó figyelem, amellyel beszédpartnerem felé fordulok, a saját forrásom felé is megnyílik.

A múlt idő a gondolkodással, a fogalmakkal kezdődik. Az érzésben nincs múlt idő.

Ha az Én viszonya olyan lenne az egész testhez, mint a beszédszervekhez, akkor valóban minden megvalósulna: az érző intuíció közvetlenül, szöveg vagy zene közvetítése nélkül menne át mozgásba<sup>141</sup>. Ahogy a művészetben közvetítés nélkül megy át zenébe, festésbe vagy költészetbe. Ahogy ez ma kinéz, az tiszta dilettantizmus, parazita, nevetséges és primitív módon ráakaszkodva más művészetekre. Mert a beszédszervek mozgása nem hasonlít a szövegre vagy a hallott zenére.

- Sok történet, egy tanú. Különb a mozgás nem lenne „hasonló” a tapasztalt érzéshez.
- Aki másokkal kommunikál, nem lehet a testhez kötött.
- A kommunikáció jeleit mind tanuljuk, nem örököljük.
- A kérdés sohasem adott.

A valóság-érzés adódik az észlelésben, vagyis a nem-értés által.

Γαλήνα μέγνη<sup>142</sup> Mt.8, 26

Hogy jön létre a nem tökéletes elválasztódás?

Az autistáknak nem áll módjában, hogy kifejezzék magukat. Mi következik ebből?

Mi a teendő a (nehéz) múlttal, amelyik megzavarja és gyengíti a jelent? Felásni nem lehet.

---

<sup>141</sup> Föltehetően az euritmáról van szó.

<sup>142</sup> nagy csendesség

Matematikai és computeres képességek az autistáknál.

*Mit csinálnak a szabad, gazdátlan erők (félelem, szorongás)?*

- Hallás közben nem vagyunk elválasztva, ezért tudnak a beszédszervek utánozni.

Karma

Az észleleti világ valóság-tekintésének kiegyenlítési lehetősége, az ebből származó tévedések jóvátételének lehetősége. 107, XVI. 240. Old: Karmische Zusammenhänge<sup>143</sup>, VI. S.141 (GA 240)

- + A kép tartása a koncentrációs gyakorlatban az Én akaratának munkája – ok nélkül. Ezért tapasztaljuk a figyelem általában nem tapasztalt folyamatát, amelyből a kép készül. A figyelem tapasztalása visszafelé, a tárgytól a forrás irányában haladva történik. Ez meggyógyítja a „feledékenységet”.

A bűnbeesés következtében az egyes „testekkel” elkeveredett szabad erők és a magasabb lénytagok közötti rezonancia elveszett, pl. a szabad életerők és a buddhi között. A kevert területek: én és asztráltest keveredése: lelki önérző érzések; asztrális szabad erők és étertest keveredése: testi önérző érzések, biológiai funkciókra épült vágyak stb.: szabad életerők és fizikai test keveredése: idegrendszer szerepe a tudatalatti életben. A tudatalatti az utóbbin át hat a tudatra: a tudathordozót mozgítja meg, pl. asszociáció.

Tudatával kapcsolatban az ember (ma) úgy viselkedik, mint egy természeti lény – nem csinál vele semmit.

Maja 1922.10.14, 217<sup>144</sup>

„És ha ma könnyen azt hiszik az emberek, hogy a legrégebb misztériumokban a tanulóknak elsősorban azt tanították, hogy az észleleti világ csak látszat, és a szellemi világ az egyetlen valóság, akkor nagyon tévednek. Sokkal inkább az az igazság, hogy a misztériumok minden erővel arra törekedtek, hogy a szellemi-lelki megértés kerülőútján éppen az észleleti világot tegyék érthetővé.”

Csak egy valamire lehet emlékezni. Ez akkor lehet, ha már fogalmak vannak. Ha valami történik, mielőtt fogalmi élet volna, vagy olyan megrázó, hogy nem fér a fogalmakba, az érzés identitásában, az nem emlékezhető közönségesen.

---

<sup>143</sup> Rudolf Steiner, *Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhänge. Sechster Band*, GA 240.

<sup>144</sup> Rudolf Steiner, *Geistige Wirkenskräfte im Zusammenleben von alter und junger Generation*, GA 217

Üres tudat 1923.11.15, 231<sup>145</sup>

„... az ember tudja: semmit se képzelsz el, de képzelsz. Így jutunk el annak a lehetőségére, hogy kifejlesszük valamikor azt a lelki képességet, amellyel tényleg semmit sem képzelünk el, de amely mégis úgy működik, ahogy az álom utánzásában tanultuk. ... Az ember tudja: semmit se képzelsz el – de az ember tudatára ébred a felerősödött, hatalmassá váló belső tevékenységnek, és arra a következtetésre jut, hogy sok gyakorlás árán megtanulja ezt a képességet életre hívni, anélkül, hogy először illuzórikus tevékenységre lenne szüksége, ... Ha a képesség egyszer megvan, akkor tudja az ember, hogy mihez kezdjen vele. Mert akkor olyan állapotban van az ember, ahol a tudat üres, de belsőleg nagyon is éber és tevékeny.”

Nem tökéletes elválasztottság esetén az étel érzésre gyakorolt hatása allergiákat, vegetatív labilitást idézhet elő.

Nem az Én, hanem a magam hiányzik.

Az Én és asztrálest nem inkarnálódik 12, 135, 136.

Az elválasztás előtt erők szabadulnak fel a „testekből”: beszédtanulás.

Ami nem inkarnálódik 12, 135, 136.

|| Minden hülyeség lelkesít.

226<sup>146</sup>, 1923.05.18. 54-55. old.

„A gyerek a beszédtanulás során – még nem gondolatokban ért, mondjuk a szavakat, hanem csak érzésben érti őket – úgy él a nyelvben, mint érzésekben, és csak a beszédtanulás után tanulja meg a képzelést és gondolkodást, ha teljesen normálisan fejlődik.”

226, 1923.05.19. 66. old.

„A gyerek nem utánoz mindent, a sorsának megfelelően választ.”

Tudatfeletti + tudatalatti: 1917.03.15, 143. old. 66<sup>147</sup>.

---

<sup>145</sup> Rudolf Steiner, *Der übersinnliche Mensch, anthroposophisch erfaßt*, GA 231

<sup>146</sup> Rudolf Steiner, *Menschenwesen, Menschenschicksal und Welt-Entwicklung*, GA 226

<sup>147</sup> Rudolf Steiner, *Geist und Stoff, Leben und Tod*, GA 66.

Biográfia; 66, 1917.03.01. csak magasabb tudattal

- A figyelem mindig önmagát tapasztalja – általában formákban.
- Egy Buddha nem egyoldalú – soha.
- Csak a jelenlét létezik, de pont ezt nem tapasztaljuk.

Csend – csendül; hall – hallgat

- x Agy és logika
- x Az agy fiziológiája nem tudja eldönteni, hogy mi logikus, evidens, igaz. Még ha ismert is lenne a fiziológiai alap, ennek a tudásnak a tudatból kellene erednie: a tudatnak kell előbb eldönteni, hogy mi logikus, evidens, igaz, ahhoz, hogy aztán az agyban talált jelenséggel azonosítsuk.
- x Ha az értés az agyfiziológia hatása lenne, akkor nehéz lenne megmagyarázni azt a jelenséget, hogy egyes gondolatokat vagy mondatokat nem értünk meg elsőre, csak később, vagy soha, miközben mások meg tudják érteni.
- x Ha egy kis zöld fény gyulladna ki az agyamban, amikor kimondok egy igazságot, honnan tudhatnám, hogy ez azt jelzi, hogy igazság hangzott el?

Amíg hallunk, a jelenben vagyunk, olvasáskor is, az elképzelt hangban is. Ezért nem akarják a diszlexiások elhagyni ezt az állapotot az olvasás-írás tanulásakor, mert ehhez hangzókká-betűkké kell analizálni a szavakat, amelyeket meg kell jegyezni stb.

A HDD gyerekek többet tapasztalnak a tanárból, mint amit mond.

- Ahova a nyelv nem hatolhat el, minden pillanatban ott a szellemed. (Bodhidharma)
- x Nem létezhet nyelvi kifejezéshez kötött explicit logika. A logika független a nyelvtől és megmutatkozik a különböző nyelvekben.
- x A matematika a nyelv alatti szinten van, korlátozott, beszűkült nyelv, gondolkodás és logika. Állandóan keveredik a nem-matematikai logikával.



- x A logika megmondja, hogy valamit hogyan tegyünk, hogyan nem tehetjük, de soha nem mondja meg, hogy hogyan tesszük a jövőben, vagy azt, hogy mit tegyünk.
- x A logika mindig eleve feltételezi, hogy logika létezik. Ez az eleve feltételezett logika a „hogyan” logikus képessége, amely szabályok és törvények nélkül dönti el, hogy mi logikus, és mi nem.

Azt intuitíven meg kell érteni, ahhoz, hogy megnevezhessük.

Ez X: ebben az „ez” és az „X” jelentésének függetlennek kell lennie egymástól.

- x Egy formális rendszer sohase lehet teljes, mert az elemeket összekötő elemeknek eidetikusnak (jelentéssel bírónak) kell lenniük, különben nem adnak irányt a használatukhoz.
  - o Minden hang a csendben csendül fel.
- x Nem lehet olyan logikát kitalálni, amelyik érthetetlen. Akármivé alakul is a *szabad* figyelem, az mindig tapasztalás. Ez nem érvényes a nem szabad figyelemre: azoknak a figyelem-formáknak a hatásait elszenvedjük, amelyeknek fogságába kerülünk.
- x Az agyfiziológia nem tudja eldönteni, hogy mi logikus, vagy mi evidens. Ha ismernénk a fiziológiai hátteret, akkor csak azért, mert az értelmünk „tudja”, hogy mi logikus, mi igaz, mi evidens – függetlenül.
- x Az evidenciát nem lehet tagadni. Minden érvelés feltételezi. Honnan lehet tudni, hogy egy definíció helyes? A definíció alapjának megértéséből, amely megelőzi a definíciót.

GA 58<sup>148</sup>, 1909.10.28. 128. old.

„A logikus gondolkodást nem lehet logikus gondolkodással bebizonyítani, hanem csakis az érzés által; és mindent, ami logika, először az érzés, az emberi lélekben élő csalhatatlan igazság-érzés által bizonyítunk. Így láthatjuk ezen a klasszikus példán, hogy magának a logikának az alapja érzés, hogy a gondolkodás alapja érzés.”

- x Az evidenciában nincs dualitás, mindig az egység, a folytonosság irányában mozog.

---

<sup>148</sup> Rudolf Steiner, *Metamorphosen des Seelenlebens – Pfade der Seelenerlebnisse*, GA 58

## Maja

GA 156<sup>149</sup>, 1914.12.14

„Az ember belép a fizikai síkra, és ezzel valójában a realitások világából az irrealitások világába lép, egy pusztán képi világba.”

o A Magam a magam tapasztalása = Én.

A kisgyerek utánzása. GA 293<sup>150</sup>. 1919.09.02. 154. old.

„Erre<sup>151</sup> azért képes [az ember, a kisgyerek, GK], mert fejének szelleme alszik. Ezért a fej szelleme képes a fej testén kívül, a környezetben tartózkodni. Mert, amikor az ember alszik, akkor szellemi-lelki része testén kívül van. A gyerek szellemi-lelki része, alvó szelleme és álmodó lelke a fejen kívül van. Azoknál, akik a környezetében vannak, azokkal él, akik a környezetében vannak. Ezért utánzó lény a gyerek.”

Nem dualisztikus tapasztalás: a „tárgyában” önmagát (is) tapasztalja és mozdul (nem statikus).

GA 306<sup>152</sup>, III. 1923.4.17. 52. old.

„Amikor ugyanis az ember belép a fizikai testbe, akkor testét teljesen átítatják a vallásos szükségletek, és a szeretet később annak a legyengített formája, ami tulajdonképpen vallásos odaadottság érzés... A gyerek a fogváltásig testi vallásosságban él.”

55. old.

„Az állat alakját az asztrálest hozza létre. Mi is létrehozuk ezt az alakot, de mi bizonyos értelemben elveszünk valamit ebből az alakformáló elemből és arra használjuk, hogy kifejlesszük a nyelvet.”

59. old.

„Vegyük figyelembe, hogy a gyereknél az egész gondolkodás még nem logikus, hanem képszerű. És belső természeténél fogva a gyerek eleinte elutasítja a logikusságot; képszerűt akar.”

62. old.

„A gyereknél, aki mindent utánzással sajátít el, amikor szót észlel, létrejön egy belső, finom szokás, és ebből a [szokásból, abból, ami később szokásként jelenik meg, egy] különlegesen kialakított szokásból, amely először még inkább testi tulajdonság, a fogváltás után kialakul egy lelkivé vált szokás, az emlékezés.”

---

<sup>149</sup> Rudolf Steiner, *Okkultes Lesen und okkultes Hören*, GA 156.

<sup>150</sup> Rudolf Steiner, *Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik (I)*, GA 293.

<sup>151</sup> A környezete utánzására.

<sup>152</sup> Rudolf Steiner, *Die pädagogische Praxis vom Gesichtspunkte geisteswissenschaftlicher Menschenerkenntnis*, GA 306.

- Négyszögletes kúp, benne vagyok. Aztán a kúp fölfelé kinyílik.

Ha egy tudati funkció nagyon intenzív, akkor megtapasztalja önmagát.

Nem érezzük, hogy figyelem vagyunk. Rendelkezünk a figyelmünkkel – vagy a világ az, aki rendelkezik vele.

A szellem nem tud belépni a térbe, ezért a test sem. Az elválasztódás pszichésen történik, a magam-érzés következtében, amely egyelőre a testhez tapad.

- Fölről növekszünk. Minden növekedés fölről jön.

*Steiner a csillagról*

*A beavatás kapuja*<sup>153</sup>, 3. kép Benedictus Johannes-hez:

„Teljes ragyogásában látom csillagodat.”

9. kép Maria Johannes-hez:

„Láttam a csillagodat. Erejének teljében áll.”

*A lelkek ébredése*<sup>154</sup>

5. kép, Frau Balde lelke:

„A másik látja csillagfényedet”

6. kép, Johannes lelke:

„Ez a csillag! – az én lélekkörömben”

Mária lelke:

Boldogságot áraszt – kegyelmet sugároz –,

Egy lélekcsillag – lebegve – a világegyetben.

-----

De ott – tompa fényben – egy másik csillag,  
halkan szól felém, de hallani akarom.”

*A lélek vizsgálata*<sup>155</sup>, 13. kép:

„Így elnyert erővel,

Akkor is látni fogja Johannes csillagát,

Amikor kívánságainak kötelékeitől eltérítve

nem azt az utat járja, amelyet a Fény bevilágít”

|| Valami mindig van.

- Az önfeledtségben figyelemnek érezzük magunkat.
- Figyelem vagyunk.

---

<sup>153</sup> Rudolf Steiner, *Die Pforte der Einweihung (Initiation)*, misztériumdráma GA 14.

<sup>154</sup> Ugyanott: *Der Seelen Erwachen*.

<sup>155</sup> Ugyanott: *Die Prüfung der Seele*.

Egy szép madár  
az ablakomra koppan  
s már messze száll.  
Mint kőből készült rózsaszál,  
szívemben olyan mozdulatlan  
egy szép madár.<sup>156</sup>

<i>Beavatás</i> 53	<i>Elmebeteg</i> Gyógypedagógiai Kurzus <sup>157</sup> 81	<i>Gyermeki értés</i> 99
<i>Érzés, akarat a ...ban</i> 83	<i>Emlékezési gyakorlatok az érzéshez</i> 41	
<i>Gondolkodás-érzés</i> 101	<i>Intellektuális figyelem ≠ terápian</i> 85	<i>Rilke a látókról</i> 54

---

<sup>156</sup> Weöres Sándor, *Rongyszőnyeg*, 22, Egybegyűjtött írások I. kötet; Argumentum Kiadó, 2003

<sup>157</sup> Rudolf Steiner, *Heilpädagogischer Kurs*, GA 317

Ein Vögelein  
 stößt gegen mein Fenster  
 und schon fliegt es weit.  
 Wie eine Rose, geschmückt aus Stein,  
 so still steht in meinem Herz  
 ein Vögelein.

Imitation  
 53

Trübsinnigkeit  
 Heilpäd. Kurs 87

Kindliches Verstehen  
 90

Feeling, will in corinth  
 83

Erinnerungsbild zum Fieber

Denken - Fühlen  
 59 101

Intellektuelle Aufn. + therapeutisch  
 85

Reihe über Schule  
 54

~

~



5 992550 143002

offis