

**GA-16**

**РУДОЛФ ЩАЙНЕР**

**П Ъ Т**

**КЪМ**

**СЕБЕПОЗНАНИЕТО**

**НА ЧОВЕК**

**В осем медитации**

**превод от немски: д-р ДИМИТЪР ДИМЧЕВ**

# С Ъ Д Ъ Р Ж А Н И Е

	СТР.
1. ВЪВЕДЕНИЕ.....	3
2. ПЪРВА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за физическото тяло.....	4
3. ВТОРА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради точна представа за елементарното или етерно тяло.....	10
4. ТРЕТА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за ясновиждащото познание на елементарния свят.....	14
5. ЧЕТВЪРТА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за "Пазачът на прага".....	20
6. ПЕТА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за "астралното тяло".....	25
7. ШЕСТА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за "Азът" или "мисловното тяло".....	28
8. СЕДМА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за начина на изживяване в свръхсетивните светове .....	34
9. ОСМА МЕДИТАЦИЯ Медитирацията се опитва да изгради представа за съзерцанието в повтарящите се земни съществувания на човека.....	40
10. ПОСЛЕСЛОВ към изданието от 1918 г.....	43

## ВЪВЕДЕНИЕ

Целта на тази книга е да разшири духовнонаучните познания за човешкото същество. Нейното изложение е замислено така, че докато читателят я изучава, да започне един вид разговор със самия себе си. И ако този разговор протича така, че да пробуди онези скрити сили, които могат да бъдат намерени у всеки човек, тогава четенето действително се превръща в истинска душевна активност. Тя на свой ред постепенно тласка душата към едно пътешествие, което накрая я отвежда до непосредственото виждане в духовния свят. Описанията на този свят са предадени под формата на осем медитации, които са по силите на всеки човек. Ако бъдат проведени, те могат да пренесат в душата с помощта на собствената вътрешна съсредоточеност това, за което се говори в тях.

От една страна, аз исках да предложа нещо на онези читатели, които вече са запознати с литературата, посветена на свръхсетивните области. Може би изследователят на свръхсетивния свят ще открие тук чрез самото изложение и чрез непосредствено свързаните с душевната опитност подробни описания нещо важно. От друга страна, подобно изложение може да е от полза на онези, които все още са далеч от резултатите на Духовната Наука.

Предлаганата книга идва като допълнение и разширение на другите ми духовнонаучни съчинения, но и сама по себе си представлява едно завършено цяло.

В моите книги "Теософия" и "Въведение в Тайната Наука" нещата са представени според наблюдението в духовния свят. При тях изложението е предимно описателно и следва закономерностите, проявяващи се в самите свръхсетивни факти.

Изложението в "Път към себепознание" е съвсем друго. Тук става дума за изживяванията на душата, когато тя вече е поела по определен начин пътя към Духа. Ето защо книгата може да се приеме като възпроизвеждане на душевни изживявания. Не трябва обаче да се забравя, че изживяванията според начина, по който са описани тук могат да приемат строго индивидуална форма, според особеностите на всяка човешка душа. Аз не изпусках този факт от вниманието си и всеки може да си представи, че следващите описания са дело на точно определен човек. (Ето защо и пълното заглавие е: "Един път към себепознание", "Ein Weg zur Selbsterkenntnis"). Именно по тази причина книгата може да улесни и други човешки души в стремежа им да вникнат в моите описания. Тя е също едно допълнение и разширение на всичко, което се съдържа в "Как се постигат познания за висшите светове?".

Тук са описани само някои основни духовнонаучни изживявания и налице е временен отказ от аналогично предаване на съобщения, свързани с по-висшите области на "Духовната Наука".

*Мюнхен, август 1912г. Рудолф Щайнер*

### *ПЪРВА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради представа за физическото тяло.*

Когато чрез своите сетива и представи душата е отдадена на външния свят и неговите явления, тогава дори и в истински размисъл, тя не е сигурна, дали възприема съответните явления, или изживява нещата от външния свят. Защото в действителност, докато е обърната към външния свят, тя не знае нищо за себе си. Практически слънчевата светлина, чиито разнообразни цветни проявления се наблюдават в пространството, бива изживявана в самата душа. Когато душата изпитва една или друга радост, в мига на усещането доколкото има съзнание за нещата тя самата е радост. Радостта бива изживявана в нея. Душата е едно цяло със своите изживявания; тя изживява себе си не като нещо, което изпитва радост, удивление, наслада или страх. Тя е радост, удивление, наслада, страх. Едва ако душата би искала да признае този факт, периодите, по време на които тя се отдръпва от изживяванията на външния свят, застават пред нея в своята истинска светлина. Те застават пред нея като един особен вид живот, който първоначално е абсолютно несравним с обикновения душевен живот. С него се доближават до съзнанието и загадките на душевното съществуване. Всъщност тези загадки са и изворът на всички останали световни загадки.

Когато за по-кратко или по-продължително време душата престава да е едно цяло с външния свят и се оттегля в самотността на собственото битие, външният и вътрешният свят застават пред човешкия Дух.

Това оттегляне съвсем не е един обикновен процес, който настъпва в определено време и след това би могъл да бъде повторен по същия начин. Той представлява началото на едно пътуване в напълно непознати светове. Когато то започне, всяка направена стъпка е повод но също и подготовка за нови стъпки по пътя.

И с всяка от тях човек научава все повече за отговора на основния въпрос: Какво всъщност представлява човекът? Сега се откриват нови светове, които остават скрити пред обикновеното разглеждане на живота.

И все пак истините, до които може да стигне това разглеждане, са скрити единствено в тях.

Макар и нито един отговор да не е всеобхватен и окончателен, отговорите, до които душата стига по време на своя вътрешен път, са

все пак такава, че надхвърлят всичко, на което са способни външните сетива и свързаният с тях разум. Човекът се нуждае от истинските отговори. Той забелязва това, когато започне действително да размишлява върху себе си.

Преди всичко за това пътуване са необходими ясни и трезви преценки. Те дават сигурната изходна точка за по-нататъшното проникване в свръхсетивните области, което е истинската цел на душата. Някои души биха желали да си спестят тази изходна точка и да проникнат веднага в свръхсетивния свят. Но една здрава душа, дори и когато изпитва антипатия към подобни преценки и се стреми да ги избягва, по-късно сама ще се върне към тях. Защото колкото и много неща да научава човек за свръхсетивния свят, идващи от друга изходна точка, здрава почва под себе си той ще има единствено чрез размишления от рода на тези, които се съдържат в следващите страници.

В живота често идват моменти, когато душата се обръща към себе си и казва: Ако не искаш да бъдеш принудена да направиш признанието, с което не може да се живее, а именно, че ти си само едно персонифицирано безсмислие, трябва да се откъснеш от всичко, което външният свят може да ти даде.

Това, което възприемаш там навън, то съществува и без теб; то е било там без теб и ще продължи да е там без теб. Защо цветовете чувствуват себе си в теб, ако твоето усещане би могло да бъде без значение за тях? Защо веществата и силите на външния свят образуват твоето тяло? То се изпълва с живот, само за да се изявиш ти. Външният свят формира себе си според твоето предназначение. Ти забелязваш, че се нуждаеш от това тяло. Защото без твоите сетива, които може да ти осигури самото, ти не би могъл да изживееш в себе си абсолютно нищо. Без тялото, ти би бил празен. То ти дава вътрешна пълнота и съдържание.

Едва след това могат да възникнат онези размишления, без които в определени и неизбежни за всеки човек моменти бихме изпаднали в непоносимо вътрешно противоречие. Това тяло живее по такъв начин, че се превръща в израз на душевните изживявания. Неговите процеси са от такова естество, че душата живее чрез него и в него изживява самата себе си. Занапред това няма да е така. След време това, което живее в тялото, ще бъде подложено на съвършено различни закони, а не на тези, по които протича то в моя сегашен душевен живот. То ще бъде подложено на законите, които вече нямат нищо общо с мен и с моя живот. Тялото, на което дължа моите душевни опитности, ще бъде включено в общата еволюция на света по такъв начин, че то няма да има вече нищо общо с моите душевни изживявания.

Подобна констатация може да породи в душата всички познати ужаси на мисълта за смъртта, без да се намесват чисто личните усещания,

които обикновено са свързани с тази мисъл. Подобни усещания водят дотам, че спрямо тази мисъл не може да се постигне лесно онова спокойно настроение, което е необходимо за истинското познание.

Напълно разбираемо е, че човек се стреми да постигне едно познание за смъртта и за живота на душата, независимо от разлагането на тялото. Начинът, по който той застава пред разглежданите тук въпроси, е в състояние както почти нищо друго на света да размъти неговия поглед и да приеме за верни отговори, които са продиктувани от желанието. Обаче в духовните области човек не може да постигне знание за нещата, ако не е напълно неутрален както спрямо едно "да", така и спрямо едно "не". Достатъчно е само да погледне честно в своите мисли, за да му стане напълно ясно: той съвсем не е равнодушен към твърдението, че с телесната смърт угасва и душевният живот, както към твърдението, че душата продължава да живее и след смъртта.

Несъмнено, има много хора, които искрено вярват, че с разпадането на тялото настъпва и краят на душевния живот, така че те подреждат съществуването си с оглед на това убеждение. И все пак подобни хора съвсем не са безпристрастни спрямо тази мисъл. Само че те не позволяват ужасите на унищожението да ги повлекат след себе си и да заглушат гласа на познанието; те не се оставят да бъдат заглушени от желанието, насочено към продължаването на живота след смъртта. Ето защо представите на подобни хора са често по-обективни от представите на другите, които макар и да не го съзнават си въобразяват едни или други основания за живота след смъртта, понеже в тайните дълбини на душата им гори тъкмо такова желание за живот на душата след телесната смърт. Все пак при отрицателите на безсмъртието, пристрастието е не по-малко. Само че то е изградено по друг начин. Всред тези хора има такива, които си изработват определени представи за същността на живота и съществуването. Тези представи ги водят до съответните условия, правещи живота изобщо възможен, а логично стигат до извода, че след отстраняването на тялото се прекратява и целият душевен живот. Такива хора не забелязват, че те вече са изградили определена представа за живота и не могат да повярват в един живот след смъртта, само защото представата им не допуска подобна възможност. Тяхната предубеденост се корени не в желанията им, а именно в представата, от която те не могат да се освободят. В тази област съществуват изключително много предразсъдъци и винаги могат да бъдат посочени отделни примери.

Мисълта, че тялото в чиито процеси душата изживява себе си някога ще попадне под властта на външния свят и ще се подчинява на закони, които нямат никаква връзка с вътрешните изживявания, ни приближава до изживяването на смъртта по такъв начин, че в размишлението няма

нужда да се намесва никакво желание, никакъв личен интерес; сега вече, изживяването отваря пътя към един чист и свръхличен познавателен акт. Обаче много скоро се поражда усещането, че мисълта за смъртта е важна не само за себе си, а поради обстоятелството, че може да хвърли светлина върху живота. Рано или късно човек трябва да стигне до извода, че само смъртта може да хвърли светлина върху загадката на живота.

Фактът, че душата се стреми към един живот отвъд смъртта, трябва при всички обстоятелства да я изпълва с недоверие спрямо всевъзможните мнения за безсмъртието, на които тя може да попадне и които е в състояние да си изгради сама. Нима светът е загрижен за нейните усещания? Според своите предпочитания, тя може да почувствува самата себе си като нещо напълно безсмислено, ако би трябвало да смята, че би била в състояние подобно на пламък, издигащ се от един горящ предмет да проблесне от материята на своето тяло и после отново да угасне.

Когато душата насочва поглед към тялото, тя трябва да се съобразява най-вече с това, което то може да и покаже. От определен момент нататък нещата изглеждат така, сякаш в природата действуват закони, които вплитат веществата и силите едно в друго; сякаш те се разпореждат с тялото, за да го включат за известно време в общата еволюция на света.

Както и да обърнем тази мисъл, от естественонаучна гледна точка, тя е напълно валидна, макар и по отношение на истинската действителност тя да е явно несъстоятелна. Даден човек може да смята, че единствено той мисли научно и ясно, докато всичко друго е само вяра и субективизъм; това съвсем не е изключено. Обаче при истинската непредубеденост нещата не стоят така.

Важното е не това, което душата усеща като своя вътрешна необходимост, а проявленията на външния свят, от който е взето тялото. След смъртта външният свят прибира в себе си неговите вещества и сили. И тогава в него те се подчиняват на закони, на които е напълно безразлично какво става в човешкото тяло по време на живота. Тези закони, (които са от физическо и химическо естество) имат към човешкото тяло същото отношение, каквото имат към другите неживи предмети на външния свят. Невъзможно е да мислим друго, освен че безразличното отношение на външния свят към човешкото тяло съвсем не се проявява след смъртта, а съществува и по време на живота. Представа за участието на външния сетивен свят в изграждането на човешкото тяло можем да получим не от живота, а единствено от съждението: Всичко, което имаме като субстрат за сетивата, като посредник на процесите, чрез които живее нашата душа, се осигурява от

външния свят; а него можем да обхванем благодарение на такива представи, които се издигат над твоя живот.

Тези представи са съобразени с това, че приближава време, когато няма да разполагаме с нищо от това, в което протичат нашите сегашни изживявания. Всяка друга представа за отношенията на външния сетивен свят към тялото поради самото си съдържание не издържа пред действителността. Обаче представата, че реалното участие на външния свят в изграждането на тялото се проявява едва след смъртта, не се конфронтира с нищо, което бива действително изживяно в условията на външния и вътрешен свят. Душата далеч не усеща непоносима мисълта, че нейните субстанции и сили се включват в процесите на външния свят, които нямат нищо общо с нейния собствен живот. При съвършено непредубеденото си отдаване на живота, дори и в своите дълбини, тя не открива никакво надигащо се от тялото желание, което да превръща мисълта за разлагането на тялото след смъртта в нещо неприятно. Непоносимото идва после когато човек си представи, че субстанциите и силите, нахлуващи обратно във външния свят увличат душата със себе си. Подобна представа би изглеждала непоносима, както всяка друга, която не идва по естествен път като резултат от вглъбяването в откровенията на външния свят.

Да признаем на външния свят по време на живота едно коренно различно участие в съществуването на тялото от това, което той има след смъртта, е мисъл, извлечена от нищото. Като напълно лишена от стойност, тя непрекъснато трябва да отстъпва пред действителността, докато представата, че по време на живота външния свят има същото участие в тялото, както и след смъртта, изглежда като нещо нормално и здраво. Когато се ръководи от последната мисъл, душата усеща себе си в съзвучие с откровението на фактите. Тя усеща, че с тази представа не изпада в разногласие с фактите, които говорят чрез самите себе си и към които не трябва да се прибавя никаква изкуствена мисъл.

Не винаги обръщаме внимание на това, в какво прекрасно съзвучие са естествените и нормални усещания на душата спрямо откровенията на природния свят. Това би могло да изглежда толкова самопонятно, че да не се нуждае от никакво внимание; и все пак този привидно незначителен факт осветлява много неща. В мисълта, че тялото ще се разпадне на своите елементи няма нищо непоносимо, напротив, в мисълта, че това може да се случи с душата, има нещо нелепо. Съществуват много чисто лични основания, според които последната възможност е нелепа и безсмислена; в случая обективното разглеждане изобщо не трябва да ги взема под внимание. Обаче надличната отдаденост към уроците на външния свят показва, че по време на живота не трябва да приписваме на този външен свят едно участие, различно от



това, което той има след смъртта. Показателно е, че тази мисъл идва като нещо необходимо и че тя издържа пред всички възможни възражения. Ако човек прониква в нея напълно съзнателно, усеща една непосредствена сигурност. В действителност, така разсъждават както вярващите в безсмъртието, така и неговите отрицатели. Наистина, последните ще изтъкнат, че законите, които действуват в тялото след смъртта, съдържат също и условията за телесните процеси по време на живота; обаче те се заблуждават, ако вярват, че действително могат да си представят как тези закони по време на живота биха имали спрямо тялото като носител на душата някакво друго отношение, отколкото това след смъртта.

Адекватна е само онази представа, според която дори и особеното съчетание на сили намиращо израз в тялото е по отношение на тялото (като носител на душата) също така безучастно, както и процесите в мъртвото тяло. Тази безучастност обаче съществува не за душата, а за веществата и силите на тялото. Душата изживява себе си чрез тялото; но тялото живее във външния свят заедно и чрез него, и не допуска душевните свойства да се проявят по начин, независещ от процесите на външния свят. Логично стигаме до извода, че за движението на кръвта в тялото, топлината и нейната противоположност във външния свят са толкова решаващи, както страхът и чувството за срам, които се проявяват в душата.

Първоначално човек усеща в себе си законите на външния свят, действащи като едно твърде особено съчетание, намиращо израз в самото изграждане на човешкото тяло. Той усеща това тяло като част от външния свят. Но спрямо неговите вътрешни закономерности, той е напълно чужд. Днес официалната наука обяснява отчасти как законите на външния свят се проявяват в това, което наричаме човешко тяло. Занапред можем да се надяваме, че това познание непрекъснато ще напредва. А как душата трябва да разсъждава върху своето отношение към тялото по този въпрос напредващото познание не може да промени абсолютно нищо. Напротив, то все по-ясно ще показва, че законите на външния свят се проявяват в душата по един и същ начин както по време на живота, така и след смъртта. Истинска илюзия е да очакваме, че с напредването на естествените науки ще можем да извлечем от законите на външния свят, до каква степен телесните процеси са посредници на душевния живот. Все по-категорично и ясно трябва да обхващаме процесите, които се разиграват в тялото по време на живота.

Ето защо сред външния свят тялото трябва да се прояви като съчетание от сили и вещества, което съществува за себе си и е обяснимо в себе си като част от външния свят.

Природата поражда растителния свят и после го унищожава. Тя властвува над човешкото тяло и след време го разтваря в своята собствена същност. Когато човек застане пред природата и я съзерцава по този начин, той може да забрави себе си и всичко, което е в него, и да усети своето тяло като част от външния свят. Ако разсъждава по този начин за природата и за своето отношение към самия себе си, той стига до изживяването на това, което наричаме физическо тяло.

### *ВТОРА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради точна представа за елементарното или етерно тяло.*

Чрез представата, която ни свързва с процесите на смъртта, душата може да бъде доведена до пълна несигурност спрямо нейното собствено съществуване. В този случай тя започва да вярва, че не може да постигне знание за никакъв друг свят, освен за Сетивния и за това, до което разумът се добира в рамките на този сетивен свят. Обикновеният душевен живот често насочва поглед към физическото тяло. Той забелязва как след смъртта то влиза в областта на чието природните взаимодействия, нямащи нищо общо с душевните изживявания след смъртта. Душата може и да знае (благодарение на предишната медитация), че по време на живота физическото тяло е поставено спрямо нея в същото отношение, както и след смъртта: обаче този факт не я довежда по-далеч от осъзнаването на вътрешната самостоятелност, характерна за собствените и изживявания до смъртта. Какво става с физическото тяло след смъртта, тя установява чрез наблюденията си във външния свят. Вътрешните изживявания изобщо не стигат до такива наблюдения. Така както е устроен душевният живот, той не може да отправи поглед отвъд границата на смъртта. След като душата не е в състояние да изгражда представи, които се издигат над света, поемащ физическото тяло след смъртта, тя няма вече никаква възможност да разглежда душевния свят, освен като една празна бездна отвъд смъртта.

Ако това би трябвало да стане по друг начин, душата следва да се научи и да възприема външния свят с помощта на средства, които са различни от сетивата и от свързания с тях разум. Последните са от такова естество, че принадлежат към тялото и се разпадат заедно с него.

Техните изводи се покриват с резултата от първата медитация. А той се свежда до признанието на душата: Ти си свързана с твоето тяло. То е подложено на природните закони, които се отнасят към теб, както всички други природни закони. Чрез тях ти си част от външния свят, а той участва в теб по начина, който най-ясно ти се разкрива, когато размишляваш върху това, което той прави с твоето тяло след смъртта. За целите на живота той си осигурява сетива и разум, чрез които за теб е

невъзможно да видиш как изглеждат нещата с твоите душевни опитности след смъртта.

Този факт поражда два извода. Или всяко по-нататъшно изследване върху загадките на душата трябва да бъде подтиснато, обричайки човека на незнание в тази област; или пък той трябва да положи усилия и чрез вътрешни душевни опитности да постигне това, което външният свят му отказва. В резултат на такива усилия, душевните изживявания стават много по-силни и динамични, отколкото са в условията на обикновения живот.

В условията на обикновения живот човек разполага с определена сила на своите вътрешни изживявания, на своя сетивен и мисловен живот. Той подхранва например дадена мисъл толкова често, колкото му налага съответният външен или вътрешен повод. Но може и друго: да отдели една мисъл от другите и без никакъв повод, редовно да я включва в своето съзнание, да я изживява все по-силно и по-силно. Човек може да превърне подобна мисъл в единствен предмет на вътрешните си изживявания. И докато прави това, той трябва да държи далеч от себе си всички външни впечатления, всички външни спомени. Подобно безрезервно привързване към определена мисъл или определено усещане може да стане една постоянна вътрешна деятелност.

Ако искаме чрез такива вътрешни изживявания да стигнем до действително важни резултати, трябва да ги практикуваме според определени изпитани закони, които са описани в Духовната Наука. Голяма част от тях са обобщени в моята книга "Как се постигат познания за висшите светове?"

Благодарение на такива медитативни упражнения човек постига укрепване на силите на вътрешното изживяване. То, така да се каже, се сгъстява. А последиците човек може да забележи, наблюдавайки самия себе си; стига да е практикувал упражненията достатъчно дълго време. Впрочем в повечето случаи е нужно огромно търпение, докато настъпят съществените резултати. Ако човек не е склонен да упражнява това търпение години наред, едва ли ще постигне нещо особено.

Тук е уместно да посочим един пример за такива резултати, които са от най-разнообразно естество. А посоченият пример има в себе си нещо, с което можем да продължим загатнатия тук медитативен път.

Даден човек може да постоянствува твърде дълго в описаното вътрешно укрепване на своя душевен живот. В себе си той може би няма да изпита нищо, което да го накара да мисли върху света по друг различен от досегашния начин. Но може да се случи и следното. Естествено, следващите описания не могат да са валидни в еднаква степен за двама различни души. Ако обаче човек успее да изгради

представа дори за едно такова изживяване, той ще е наясно за всичко, което разглеждаме тук.

Може да настъпи момент, когато вътрешните изживявания на душата изведнъж се променят из основи. Често се започва с това, че съновиденията изведнъж започват да дават силно отражение върху душата. Обаче веднага се оказва, че тези изживявания не могат да бъдат сравнявани с обикновените сънища. В последния случай човек е напълно откъснат от сетивния и разсъдъчен свят и въпреки това изживява нещата така, както ги изживява в обикновения живот, заставайки буден срещу външния свят. Той се усеща принуден да си изгради представа за своите изживявания и за тази цел си служи с понятия, които му предлага обикновеният живот; но в същото време много добре знае, че изживява неща, различни от тези, за които е нормално да си служим с нашите понятия. Сега човек счита тези понятия само като изразно средство за изживявания, каквито по-рано е имал, и за които е убеден, че в обикновения живот те не са възможни. Той се усеща, като че ли отвсякъде е заобиколен от пристъпите на някаква буря. Чува гръмотевици и вижда светкавици. Той знае, че се намира в една от стаите на един дом; усеща се проникнат от сила, за която преди не е знаел нищо. И тогава започва да му се струва, че вижда пукнатини по стените. Обръща се към себе си или към друго нещо, за което смята, че е до него: сега става дума за нещо тежко и трудно; мълнията минава през къщата и ме обхваща, усещам, че съм обхванат от нея. Тя ме разтапя.

След поредица от подобни представи вътрешното изживяване навлиза в коловоза на обикновения душевен живот. Човек остава със спомена за току-що изживяното. Ако този спомен е устойчив и жив, човек може да изгради определено съждение върху изживяното. Той непосредствено съзнава, че е минал през една опитност, която не може да има чрез нито едно от телесните сетива, нито пък чрез своя обикновен разум. Защото ясно разбира, че подобно описание, което споделя със себе си или с други, е само средство за изразяване на изживяването. Наистина, словесният израз е добро средство за общуване, но той няма нищо общо с нещата, за които говорим.

Ако човек например иска да се произнесе за някакви скрити действия на сетивата или мозъка, той е далеч от истинския образ на изживяването. Той се придържа към описанието за мълнията, гръмотевицата и вярва, че душата не изживява друго освен отзвуци от ежедневието. Той приема изживяното като едно видение в обикновения смисъл на думата. Да мисли по друг начин, за него е невъзможно. Само че той не взема под внимание следното: онзи, който описва подобно изживяване, разбира под думи като "мълния", "гръмотевица",

"пукнатини" само образи от своите необикновени изживявания и никога не смесва образите с изживяванията. Вярно е, че нещата му се явяват така, сякаш той действително възприема образите. Но в този случай той не се отнася към "мълнията" така, както ако тя би блеснала пред очите му. За него видението на мълнията само доизгражда нещо, което се разпростира върху истинското изживяване; през мълнията той вижда нещо съвсем друго, нещо, което не може да бъде постигнато във външния сетивен свят.

За да стигнем до правилни заключения, необходимо е, след като душата е минала през подобно изживяване и след като то е вече приключило, да се държим по напълно здрав и нормален начин спрямо външния свят. Душата трябва да е в състояние да сравнява съвсем точно своите особени изживявания с изживяванията си в обикновения външен свят. Ако човек е склонен и в ежедневието си живот да се разпилява във все възможни фантазии върху нещата, той няма да стигне до съответните заключения. Колкото повече му е присъщ здрав и трезв усет за действителността, толкова по-добре ще може да изгражда верни и точни оценки за нещата. Човек постига доверие в свръхсетивните опитности само тогава, когато е сигурен, че на процесите и нещата от обикновения свят гледа разумно и ясно, че ги приема такива, каквито са.

След като са изпълнени всички необходими условия и са взети мерки, изключващи едни или други лъжливи образи, човек вече знае, че е изживял нещо, за което тялото няма никаква заслуга. Той е постигнал това без непосредственото участие на тялото; той е наблюдавал свръхсетивния свят чрез укрепналата в себе си душа. Той е постигнал представа за едно изживяване извън своето тяло.

Трябва да е напълно ясно: в тази област не могат да се правят точни разлики между фантазии и илюзии от една страна и истинските наблюдения извън тялото от друга иначе, освен както това става в областта на външните сетивни възприятия. Възможно е някой да притежава развита вкусова фантазия и само при обикновената представа за чаша лимонада, да получи усещането, че действително поглъща напитката. Обаче разликата между едното и другото се налага от самите дадености на реалния свят. Същото важи и за изживяванията, които човек има вън от тялото. За да стигнем до напълно достоверни представи в тази област, необходимо е следното: да се вживеем в нея по нормален и здрав начин, да развием истинска наблюдателна способност относно всички аспекти на изживяването и да сме в състояние да ги коригираме и допълваме.

Благодарение на едно изживяване, каквото е описаното, човек има възможност да наблюдава това, което принадлежи към неговия Аз не само чрез сетивата и разума, т.е. чрез инструментите на тялото. Сега

вече човек осъществява познавателния акт не само чрез възможностите на тези инструменти; той може това и по друг начин. Този момент е изключително важен. Една душа, минала през вътрешни преобразувания, все повече разбира, че подтискащите въпроси за съществуването в сетивния свят не намират разреше ние, само защото сетивата и разумът не могат да проникнат достатъчно дълбоко в света. Много по-дълбоко проникват душите, които се променят и преобразяват по такъв начин, че могат да имат изживявания извън тялото. В техните съобщения, засягащи тези изживявания, се намира ключът за разрешаването на душевните загадки.

Извънтелесното изживяване има съвършено друг характер от вътретелесното. Това се потвърждава от заключението, което човек може да направи относно описаното изживяване, когато отново влезе в своето обикновено будно съзнание и се обърне към спомена, стига той да е достатъчно ясен. Душата усеща сетивното тяло като нещо отделено от останалия свят; тя го възприема като принадлежащо единствено на нея. Не стоят така нещата, свързани с извънтелесните изживявания. Тогава душата е слята с всичко, което означаваме като външен свят. Това, което се намира в околния свят, е свързано с душата, както в сетивния свят човек е свързан със своята ръка. Външният свят съвсем не е безразличен спрямо вътрешния душевен свят. Душата усеща себе си като сраснала, като вплетена във външния свят. Неговите влияния я проникват отвсякъде. Рязка граница между вътрешен и външен свят не съществува. Цялото обкръжение на външния свят принадлежи към съзерцаващата душа, както двете ръце на тялото принадлежат към физическата глава. Въпреки това може да се говори за една част от външния свят, която принадлежи по-скоро на собствения Аз, отколкото на околния свят, както и можем да говорим за главата като за самостоятелна част спрямо ръцете или краката.

Една част от външния сетивен свят душата нарича свое тяло. Душата, изживяваща себе си във от това тяло, може да смята по същия начин, че определена част от външния несетивен свят и принадлежи. И когато човек успее да осъществи наблюдение върху тази достъпна нему област, намираща се отвъд сетивния свят, той може да твърди, че притежава едно сетивно-невъзприемаемо тяло. Можем да го означим като елементарно или етерно тяло; като "етерен" изобщо не трябва да разбираме това, което физиката нарича "етер".

Разсъждавайки върху отношението на човека към външния природен свят, стигаме до съответстващата на фактите представа за физическото тяло, и по аналогичен начин, пътуването на душата в онези области, които могат да бъдат виждани извън сетивното тяло, води до

признаването на едно елементарно или етерно тяло, до едно тяло на строителните сили (Bildekrafteleib).

### *ТРЕТА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитирацията "се опитва да изгради представа за ясновиждащото познание на елементарния свят.*

Сега, когато възприема не чрез сетивното тяло, а вън от него и чрез етерното тяло, човек се докосва до един свят, който остава напълно непознат за сетивното възприятие и разума. Ако искаме да сравним този свят с нещо, което принадлежи на обикновените изживявания, бихме могли да се обърнем към света на спомените, към паметовите представи (Gedachtnis-vorstellungen). Както те се пораждат в най-вътрешните области на душата, така става и със свръхсетивните изживявания на етерното тяло. Само че при една паметова представа душата знае, че тя се отнася до едно предишно изживяване в сетивния свят. Свръхсетивната представа също носи едно отношение в себе си. Както паметовата представа се проявява като нещо, което не може да се разглежда просто като образ на фантазията, така стоят нещата и със свръхсетивната представа. Тя се ражда от душевното изживяване, но в същото време се проявява като едно вътрешно изживяване, което е в определени отношения с външния свят. Чрез паметовата представа душата възпроизвежда свои минали изживявания. Чрез свръхсетивната представа в душевна опитност се превръща нещо, което съществува някъде в свръхсетивния свят (или което някога е съществувало там). Следователно, то се проявява чрез самата същност на свръхсетивната представа, на която може да се гледа като на един вид послание от свръхсетивния свят.

Колко далеч можем да напреднем в свръхсетивния свят по този начин, зависи от енергията, с която укрепваме душевния си живот. Независимо дали човек изгражда определено понятие, например, че растението не е просто това, което той възприема в сетивния свят, и дали изгражда подобно понятие за цялата Земя: и в двата случая понятията принадлежат към една и съща област на свръхсетивното изживяване.

Ако човек е овладял способността да възприема вън от своето сетивно тяло и разглежда например едно растение, той може да долови освен сетивните възприятия и една друга, фина и нежна форма, която прониква цялото растение. Тази форма му се представя като една силова същност и след време той започва да гледа на нея като на самата причина, която формира растението от силите и субстанциите на сетивния свят. Ако иска да си послужи с един приемлив, макар и не много сполучлив израз, той би казал: В растението се намира нещо, което раздвижва неговите сокове по същия начин, както душевните ми

сили повдигат моята ръка. И на тази вътрешна същност на растението той трябва да признае една пълна самостоятелност спрямо всичко, което регистрират сетивата. Той трябва да признае също, че тя съществува преди сетивното растение. Човек вече може да наблюдава как едно растение израства и увяхва, как покарват зародишните му кълнове и как от тях възниква новото растение. Свръхсетивната силова форма е най-отчетлива, когато наблюдението е насочено към семето на растението. Тук сетивната характеристика е в известен смисъл незначителна, но свръхсетивната е многообразна и сложна. Тя съдържа всичко, което допринася за поникването и израстването на растението от свръхсетивния свят.

При свръхсетивното наблюдение на цялата Земя също стигаме до една силова формация, за която можем да сме напълно сигурни: тя е съществувала още преди възникването на всичко онова, което сетивата възприемат на Земята и вътре в нея. Така човек стига до там, че може да изживява, така да се каже пред себе си, онези свръхсетивни сили, които са изграждали предишните планетарни състояния на Земята. Това, което той изживява сега, е идентично с етерните или елементарни тела на растенията, с етерното или елементарното тяло на Земята, както впрочем и с неговото собствено етерно или елементарно тяло, чрез което той осъществява своите извънтелесни възприятия.

Още в началото на свръхсетивната способност за наблюдение, наред със сетивните свойства на външните предмети и явления, човек може да говори и за тяхната етерна характеристика. Той може да говори за етерното тяло на растението, за етерното тяло на Земята. Все пак споменатите етерни характеристики не са единствените, които се предлагат на свръхсетивното изживяване. За етерното тяло на едно растение можем да кажем, че то формира силите и субстанциите на сетивния свят, като по този начин изживява самото себе си в едно сетивно тяло.

Но освен определени силови формации, могат да се наблюдават и Същества, които имат етерен живот, без да разполагат със сетивно тяло. Следователно, за свръхсетивното наблюдение съществуват и чисто етерни (елементарни) Същества. Наред със сетивния свят човек изживява и един друг свят, в който сетивният се проявява като например парчета лед, плуващи във водата. Който може да вижда само парчетата лед, но не и водата, той ще приеме за действителност само леда, а не и водата. Ако човек иска да се придържа само към сетивните възприятия, той отрича свръхсетивния свят, сред който сетивният е само една част, както и намиращите се във водата парчета лед са част от цялата водна маса.



За свръхсетивните описания се употребяват изрази, които са заети от сетивните усещания. Възможно е етерното тяло на дадено същество от сетивния свят или етерното тяло на Същество от елементарния свят да бъде описано като едно цялостно, пъстро обагрено светлинно тяло. Цветовете му играят, то просветва и човек може да констатира, че тези цветни и светлинни явления са самите проявления на неговия живот. Практически наблюдателят говори за нещо невидимо и той напълно съзнава, че светлинните и цветни образи нямат нищо общо с неговите възприятия, както например писменият текст, съобщаващ даден факт, няма нищо общо със самия факт.

И все пак не става дума за това, че свръхсетивните факти се изразяват по произволен начин с помощта на сетивни усещания и представи; по време на наблюдението, човек действително стига до изживяване, кое то е сходно със сетивните впечатления. Това е така, защото при свръхсетивното изживяване освобождава нето от сетивното тяло е непълно. Сетивно тяло продължава да живее заедно с етерното тяло и придава сетивна форма на свръхсетивното изживяване. В този случай описанието на едно етерно Същество е изградено така, че то се проявява като визионерство, като фантастично преплитане на сетивни впечатления. Но независимо от това, подобно описание е едно истинско възпроизвеждане на изживяното. Ясновидецът вижда това, което описва. Евентуалната грешка не се състои в обстоятелството, че се описва образът като такъв. Грешката възниква едва тогава, когато образът се взема за действителност, а не за това, към което той насочва, като към нещо от съответстващата му действителност.

Един човек, който никога не е възприемал цветове един сяпороден след като постигне способността за свръхсетивни възприятия, няма да описва елементарните Същества с помощта на цветове и светлинни явления.

Той ще си служи с онези сетивни представи, с които е свикнал. Обаче за хора с нормално зрение е подходящо такова описание, което прибягва до изрази като че ли тук или там просветва една цветна форма. Така те стигат до усещането за онова, което вижда наблюдателят на етерния свят. Всичко това е валидно не само за съобщенията, които ясновидецът тоест човекът, способен да наблюдава чрез своето етерно тяло предава на не-ясновидеца, а и взаимното разбиране между самите ясновидци. В сетивния свят човек живее именно в своето сетивно тяло и то обвива за него свръхсетивните наблюдения в сетивни форми; ето защо в рамките на човешкия земен живот изразяването на свръхсетивните наблюдения чрез създаваните от тях сетивни образи, е все пак на първо време един напълно подходящ начин на съобщение.

Стига се до там, че всеки, получаващ подобно съобщение, изживява в душата си нещо, което влиза в правилно отношение със съответния факт. Сетивните образи се предлагат на човека, само за да бъдат изживени чрез тях определени процеси. Но в този им вид, те не могат да бъдат срещнати в сетивния свят. Това е характерно за тях. Ето защо те пораждат също и такива изживявания, които нямат нищо общо със сетивния свят.

В началото на своето ясновидство, за човека е много трудно да се освободи от изразяването в сетивни образи. По-късно обаче възниква стремежът към независими, съзнателно избрани изразни средства за описание и предаване на свръхсетивните опитности. Все по-належащо става, да бъдат обяснявани знаците, с които си служи ясновидецът. И колкото повече съвременната наука изисква свръхсетивното познание да се превърне във всеобщо достояние на човечеството, толкова повече ще нараства необходимостта, този вид познание да се третира с обикновените и ежедневни изразни средства на сетивния свят.

Свръхсетивните изживявания могат да настъпят в определен момент и тогава те обземат човека. Сега той има възможност чрез лични опитности да узнае нещо за свръхсетивния свят, доколкото е, така да се каже, малко или много облагодетелствуван от този свят, озаряващ неговия обикновен душевен живот. Следващата по ред и по-висша способност се състои в това, че човек може съзнателно да произвежда свръхсетивни наблюдения, опирайки се на обикновените си душевни изживявания. Пътят към постигането на тази способност минава, общо взето, през едно енергично и продължително вътрешно укрепване на душевния живот. То от своя страна е свързано с постигането на определено душевно настроение. Преди всичко, е необходимо търпеливо и спокойно отношение към свръхсетивния свят. Едно отношение, което е еднакво далеч, както от изгарящото желание да се узнаят все повече и по-конкретни подробности от свръхсетивния свят, така и от личната дезинтересираност към него. Изгарящото желание действа по такъв начин, че то разпръсква пред несвързания с тялото ясновиждащ поглед нещо като невидима мъгла. Незаинтересоваността действа по такъв начин, че свръхсетивните факти действително се откриват пред човека, но просто остават незабелязани. Тази липса на интерес понякога се проявява по твърде особен начин. Има хора, които съвсем честно се стремят към ясновидството. Но те предварително си изграждат точно определена представа за това, как трябва да изглеждат истинските опитности на ясновидеца. И когато действително се появят, те прелитат покрай тях, без да срещнат никакъв интерес, понеже не съвпадат с предварително изработената представа за тях.

При съзнателно насочваното ясновидство се стига до определен момент в хода на вътрешната душевна активност, когато човек знае: сега душата изживява нещо, което по-рано тя не е изживявала. Изживяването е твърде дифузно и се свежда до общото усещане, че сега човек застава не срещу външния сетивен свят, че стои не в него, макар и да не се намира вътре в себе си, както е при обикновения душевен живот. Външното и вътрешното изживяване се сливат в едно цяло, в едно чувство за живота, което досега е било непознато и за което душата знае, че не би стигнала до него, ако би живяла единствено чрез сетивните впечатления и обикновените паметови представи. По-нататък ясновиждащият забелязва, че в това състояние на душата се вмъква от един непознат досега свят. Обаче до точна представа за това "непознато", той не може да стигне. Изживяването е налице, но представа липсва.

Напротив, след като човек има подобни изживявания, той е обзет от усещането, като че ли физическо-сетивното му тяло е пречка, за да си изгради представа, обясняваща това, което прониква в душата му. Но ако не прекратява вътрешните си душевни усилия, след известно време ще почувствува, че е преодолел съпротивата на своето тяло. Досегашният физически понятиен апарат се оказва годен само за образуване на представи, свързани с изживяванията в сетивния свят. Първоначално човек е неспособен да облече откровенията на свръхсетивния свят в каквито и да е представи. Но физическият понятиен апарат трябва да бъде преобразен тъкмо за тази цел. Както например детето е поставено сред външния свят и неговият понятиен апарат трябва да бъде постепенно подготвен в условията на външния свят, за да осигури съответстващите му представи, така и човек общо взето, е неспособен да изгражда представи за свръхсетивния свят.

При своите първи стъпки, ясновиждащият осъществява в своя понятиен апарат същите процеси макар и на по-високо равнище които са налице в детската възраст. Неговите вътрешно укрепнали мисли действуват върху този апарат и бавно го преобразяват. Понятийният апарат става способен да възприема свръхсетивния свят с помощта на представния живот. Човек усеща как душевната активност действа формиращо върху собственото му тяло. То се превръща в едно трудно препятствие за душевния живот; човек го усеща дори като "чуждо тяло" в себе си. Но после забелязва, че то все повече се приспособява към изживяванията на душата; а накрая човек престава да усеща своето тяло, но за сметка на това има пред себе си свръхсетивния свят, също както не усеща окото, чрез което обхваща света на цветовете. Преди душата да усвои виждането на свръхсетивния свят, тялото трябва да стане невъзприемаемо. След като човек стига до там, че съзнателно прави

душата си ясновиждаща, той по правило ще може да възпроизвежда онова състояние. когато се концентрира върху определена мисъл, за да изживее във възможно най-интензивна степен. В резултат на тази концентрация той поддържа своето ясновиждане.

Първоначално той не е в състояние да види точно това, което иска да види. В душевния живот често се намесват свръхсетивни процеси и факти, за които човек изобщо не е подготвен, нито пък е искал да предизвика.

Но постоянствувайки в своите усилия, след време той ще може да насочва духовния поглед върху такива неща, които той възнамерява да изучи и опознае. Както всеки от нас може да извика в паметта си едно забравено изживяване чрез друго, сходно с него, така и ясновиждащият може да се довери на точно определена опитност, за която с право се смята, че има връзка с изживяването, което той търси. И ако се концентрира достатъчно интензивно върху познатото изживяване, към него рано или късно се прибавя и това, което той възнамерява да изживее.

Общо взето, трябва да се има предвид, че за ясновиждащият е най-добре спокойно да изчака благоприятния момент. Той не трябва да се отклонява от основната цел. Ако желаната опитност не бъде постигната, препоръчително е временно да се откажем и да потърсим подходящия момент по-късно. Познавателният апарат на човека се нуждае от спокойно постигната зрелост относно определени изживявания. Ако някому липсва търпението да изчака тази зрелост, той ще осъществи неправилни или неточни наблюдения в свръхсетивния свят.

#### *ЧЕТВЪРТА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради представа за "Пазачът на прага".*

След като душата е способна да извършва наблюдения извън своето тяло, могат да настъпят определени трудности в нейния чувствен живот. Тя може да се види принудена и да се вгледа в себе си по-коренно различен от преди начин. Преди тя е заставала срещу сетивния свят така, че го е третирила като външен свят и е гледала на своите съкровени изживявания като на свое притежание. Но към свръхсетивния външен свят тя не може да се отнася по същия начин. Доколкото възприема този външен свят, тя се слива, така да се каже, с него; тя не може да си представи, че е в състояние да се отдели от него, какъвто е случаят със сетивния външен свят. Ето защо, всичко, което спрямо този свръхсетивен външен свят тя може да окачестви като свой вътрешен свят, добива известно своеобразие и първоначално е доста трудно то да

бъде свързано с представи за един или друг "вътрешен свят". Сега вече човек не може да се изразява, като казва: "Аз мисля", "аз чувствавам" или "аз оформям своите мисли". Той трябва да заяви: "Сякаш нещо мисли в мен, нещо позволява в мен да възникнат определени чувства, нещо изгражда мислите, така че те се проявяват по точно определен начин в моето съзнание".

Това усещане може да се окаже извънредно подтискащо, ако характерът на свръхсетивната опитност не дава известна сигурност, че човек изживява по адекватен начин една действителност, а не се отдава на фантазии или илюзии. Според обстоятелствата на своето възникване, то може да подсказва, че свръхсетивният външен свят иска да бъде усещан, да бъде мислен, но е възпрепятствуван в това, което се стреми да постигне и осъществи. В същото време се поражда и едно друго усещане че всичко, което иска да проникне в душата, е всъщност истинската действителност и че единствено тя може да осветли и обясни това, което до този момент сме приемали за действителност. Горното усещане загатва, че свръхсетивната действителност е нещо, чиято стойност безкрайно превишава това, което душата е приемала до този момент за действителност. А това усещане е подтискащо, защото човек стига да мисълта, че е длъжен да направи следващата стъпка. Самият характер на неговото душевно преобразяване налага тази следваща стъпка. Ако тя не бъде направена, човек би чувствувал този пропуск като отрицание на самия себе си, дори като себеунищожение. Появи ли се усещането, че не може да бъде направена, или пък че може да бъде предприета при определени условия, стъпката става несвършена.

Всичко, описано до тук, се свежда до това, че пред душата, каквато е тя сега, стои една задача, която тя може да разреши, защото свръхсетивният свят не може да я приеме в нейния сегашен вид. Душата започва да се чувствава в противоречие със свръхсетивния свят; има неща, които и пречат да се слее с този свят. Душата чувствава: Ти не си в състояние да постигнеш това! Обаче единствено свръхсетивният свят може да ти покаже истинската действителност и твоето отношение към нея, защото ти си далеч от точното наблюдение на истината. Това усещане означава една опитност, която става решаваща за душата.

Сега, заедно с целия си живот човек се чувствава поставен в едно заблуждение. То значително се различава от другите заблуждения. Докато човек обхваща другите заблуждения по мисловен път, посоченото заблуждение той изживява непосредствено. Когато едно заблуждение, обхванато по мисловен път, бъде коригирано, то изчезва; докато непосредствено изживяното заблуждение се превръща в част от душевния живот. Самият човек е заблуждението; той не може да го промени, защото както и да мисли, то е там, то е част от действителния

свят, към който принадлежи и човекът. В подобно изживяване има нещо унищожително за собствения Аз. Човек усеща, че най-дълбоките му трепети са болезнено отхвърлени от всичко, за което е копнял. Тази болка, възникваща на определена степен от развитието на душата, далеч надхвърля всяка позната болка в сетивния свят. В себе си тя съдържа нещо зашеметяващо. Душата стои пред плахия въпрос: откъде ще взема сили, за да понеса всичко това? Тези сили тя трябва да намери вътре в своя собствен живот. Те се състоят в нещо, което можем да наречем вътрешна смелост, вътрешно безстрашие.

За да напредне още по-нататък в развитието на душата, човек трябва да извлече от своите дълбини такива сили за понасяне на тежките изживявания, които дават вътрешна смелост, вътрешно безстрашие, сили, каквито за живота на сетивното тяло просто не са нужни. Такива сили могат да се получат само в хода на истинското себепознание. Едва на сегашната степен на еволюцията се вижда колко малко знае човек за самия себе си. Досега той се е доверявал на вътрешното изживяване без да го разглежда като част от външния свят. Но след стъпките, довеждащи до възприятия извън тялото, човек се добира до твърде особени средства за себепознание. Той се научава да разглежда себе си от една гледна точка, която може да съществува, само ако човекът е вън от своето сетивно тяло. А описаното подтискащо чувство е вече начало на истинското себепознание. Да изживява себе си спрямо външния свят в едно заблуждение, е обстоятелство, показващо истинската същност на душата.

Но да усеща по мъчителен начин подобно прояснение относно самата себе си, е в природата на човешката душа. Едва след като усети тази болка, тя разбира колко естествен е копнежът някой да смята себе си такъв, какъвто е, като същество, проникнато от смисъл и значение.

Може и да изглежда грозно, че това е така; но човек трябва да се изправи пред тази грозота на своя Аз напълно свободно. По-рано той не е усещал тази грозота, защото никога не е прониквал съзнателно в своята същност. Едва сега той забелязва как обича в себе си това, което в този момент е длъжен да усеща като нещо грозно. Мощта на себелюбието блясва в пълната си сила. Но наред с това става ясно колко малко е склонен днешният човек да се откаже от себелюбието. Дори когато става дума за душевни качества, свързани с обикновения живот и с отношенията към другите, трудността, която възниква, е достатъчно голяма. Истинското себепознание например сочи: възможно е да проявиш благосклонност към някого, и въпреки това в душата си да храниш скрита завист или омраза. Човек разбира, че тези непроявени досега чувства един ден сигурно ще поискат да се проявят. И човек забелязва, че би било съвсем повърхностно да си каже: Добре, сега ти

вече разбра как стоят нещата с теб, следователно можеш да изкорениш и завистта, и омразата. Но човек открива още, че с подобна мисъл ще се окаже твърде уязвим и слаб, когато поривът да се удовлетворят омразата и завистта избухне в душата като една природна сила. Такива нюанси в себепознанието възникват според едни или други качества на душата. Те се проявяват с настъпването на онези изживявания, които протичат във от сетивното тяло, защото себепознанието е вече истинно и не може да бъде помрачено от желанието да гледа на себе си, опирайки се на едни или други предпочитания.

Тези особени степени на себепознание са болезнени и подтискащи за душата. Но онзи, който се стреми към несетивни изживявания, тоест към изживявания във от тялото, не може да ги избегне. Защото те възникват по необходимост, поради особеното отношение, което човек сега изгражда спрямо своята душа. За едно всеобхватно човешко себепознание са необходими най-дълбоките и могъщи душевни сили. Човек започва да се наблюдава от гледна точка, която се намира извън досегашния му душевен живот. Той се обръща към себе си и казва: досега ти си разглеждал нещата и процесите на света и си разсъждавал върху тях според своята човешка същност. Но опитай се да ги разглеждаш и разсъждаваш върху тях по друг начин. Тогава ти изобщо не би бил това, което си. Ти не би имал никакви вътрешни изживявания. Ти би бил едно нищо. Да се обърне към себе си по този начин това трябва да стори не само потопеният в ежедневието човек, който твърде рядко се спира на определени представи за света и живота. Това трябва да стори всеки учен, всеки философ. Защото и философията е само един вид наблюдение и преценка на света, осъществени според качествата на човешкия душевен живот. Но такава преценка не може да съвпадне със свръхсетивния външен свят. Тя ще бъде отхвърлена от него, а по този начин и всичко, което човек е представлявал досега. Той поглежда към своята душа, към своя Аз като към нещо, което трябва да отхвърли, ако иска да проникне в свръхсетивния свят.

Обаче преди да е проникнала в свръхсетивния свят, душата просто не може иначе, освен да смята този "Аз" за своя истинска същност. Тя трябва да признае: Чрез този мой "Аз" аз трябва да си изграждам представи за света; аз не трябва да изгубвам този мой Аз, ако не искам да изгубя самата себе си. И така в душата намира могъщият стремеж да защити Аза отвсякъде, за да не изгуби всякаква почва под нозете си. Навлизайки в свръхсетивния външен свят, душата престава да усеща това, което беше напълно логично да чувствава в обикновения живот. Сега душата трябва да прекрачи един праг, изоставяйки не само едно или друго свое качество, но и всичко, което е представлявала до този момент самата тя. И тя трябва да се обърне към себе си с думите: това,

което досега беше валидно за теб като непоклатима истина, ще се яви пред теб отвъд прага на свръхсетивния свят като възможно най-голямо заблуждение.

Пред подобно изискване душата може да отстъпи с ужас. Тя може да почувствува предстоящите усилия като едно прекомерно изчерпване, като една заплаха за цялата си същност, така че да се признае малко или много за безсилна да изпълни това изискване. Самопризнанието може да приеме всички възможни форми. То може да се прояви напълно инстинктивно и да се стори на човека мислещ и действащ в съответната посока като нещо коренно различно от това, което е в действителност. Човек може например да усети дълбоко отвращение към всички свръхсетивни истини и да ги смята за блънуване и фантазюрство. Но той постъпва така, само защото в своите непознати дори и за себе си душевни дълбини, изпитва таен страх от тези истини. Той усеща, че може да живее само с това, което му откриват сетивата и разумът. Ето защо той не се осмелява да пристъпи към прага на свръхсетивния свят, като мотивира своя отказ, заявявайки пред себе си, че всичко, което се намира отвъд този праг, не може да устои пред разума и науката, доколкото ги познава, само защото са свързани с неговия Аз. Става дума за една общочовешка форма на себелюбие. Обаче то не може да бъде пренесено от човека в свръхсетивния свят.

Но може да се случи и така, че човек да пренебрегне инстинктивното отдръпване пред прага на духовния свят. Тогава той се приближава съзнателно към него, обаче веднага се връща обратно, защото се изпълва със страх пред всичко, което се изправя сега срещу него. В този случай той не може да заличи въздействията, които проникват в обикновения му душевен живот чрез приближаването към прага. Тези въздействия имат като последица това, че разпростират безсилието, което сега усеща, върху цялото му душевно съществуване.

Това, което настъпва сега, се състои в следното: при навлизането в свръхсетивния свят, човек постига тази способност да отхвърля и най-дълбоките истини, които са били валидни за него в обикновения живот; сега той трябва да си изгради нова нагласа и да усеща и съди за нещата по друг начин. Само че трябва да е наясно: След като се изправи отново срещу сетивния свят, той отново трябва да си служи с логиката и сетивата, валидни за този свят. Той трябва да се научи не само да живее в два свята, но и да пребивава в тях по съвършено различен начин. Неговото здраво мислене в обикновения сетивен и разсъдъчен свят не трябва да бъде смушавано поради обстоятелството, че е принуден да си служи с друг начин на мислене спрямо един друг свят.

За човека е много трудно да се справи с тези изисквания. Единствената помощ идва в резултат на продължителното, енергично и



търпеливо укрепване на душевния живот. Който е стигнал до лични опитности пред прага на свръхсетивния свят, той усеща, че за обикновения душевен живот е истинска благодат, ако му бъде спестено приближаването до този праг.

Усещанията, възникващи в душата, са от такова естество, че тя не може друго, освен да свърже тази благодат с една жива сила, с едно живо Същество, което предпазва човека от опасността да изпита ужасите на самоунищожението пред прага на духовния свят.

И така, зад видимия външен свят, където протича обикновеният живот, се намира един друг свят. Пред неговия праг е изправен един строг Пазач който не позволява на човек да узнае нещо от законите на свръхсетивния свят. Защото всички съмнения и всякаква несигурност спрямо този свят могат да бъдат понесени много по-леко, отколкото взирането в това, което трябва да изоставим и отхвърлим, ако искаме да прекратим прага на свръхсетивния свят.

Доколкото не пристъпва към този праг, той е защитен от описаните изживявания. Обстоятелството, че е запознат с разкази на хора, които са приближили или прекрачили този праг, не променя нещата. Напротив, те могат да му послужат в добър смисъл, ако той се приближава към прага. В този случай, както и в много други, е валиден принципът, че едно задължение ще бъде изпълнено много по-добре, ако човек има предварителна представа за нещата. Макар че предварителната осведоменост няма да промени нищо от това, което човек иска да постигне като себепознание в свръхсетивния свят. Ето защо, когато ясновидци или личности, запознати с ясновидството, твърдят, че подобни теми изобщо не трябва да се разискват пред хора, които не са взели твърдото решение да се отправят към свръхсетивния свят, това просто не отговаря на фактите. Днес ние живеем в епоха, когато хората все повече и повече трябва да се запознават със същността на свръхсетивния свят, ако искат да се справят с изискванията на живота. Към задачите на нашата съвременност и близкото бъдеще несъмнено спада и разпространяването на свръхсетивните познания, а наред с тях и тези за Пазача на прага.

### *ПЕТА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради представа за "астралното тяло".*

Когато човек изживява чрез етерното или елементарното тяло свръхсетивния външен свят, той не е рязко отделен от него, както при изживяването на своето физическо обкръжение чрез сетивното тяло. Въпреки това той влиза в отношение с този свръхсетивен външен свят, изразяващо се във факта, че свързва определени субстанции на етерния

свят в едно особено етерно тяло, както и от друга страна, веществата и силите на физическия свят са центрирани в неговото физическо тяло. Това се потвърждава, когато човек, намирайки се извън своето сетивно тяло, поиска да се ориентира в свръхсетивния свят. Може да се случи така, че пред човека да застане даден факт или Същество от свръхсетивния свят. Те могат да са там, човек може да гледа в тях, и все пак да не знае какво представляват те. Ако е достатъчно силен, той може да ги прогони, но само чрез енергичен размисъл върху своя опит в сетивния свят и обратно пренасяне в него. Обаче той не може да остане в свръхсетивния свят и да сравнява съответните факти и Същества с други. А той може да се ориентира сред това, което вижда, само по този начин. Следователно, наблюдението в свръхсетивния свят може да се ограничи до възприемането на отделни подробности, изключващо свободното движение между тях. Така човек се чувства прикован към една или друга подробност.

Но човек може да потърси причината за това ограничение. И той ще я намери само тогава, когато в хода на едно продължително вътрешно развитие, което още повече укрепва душевния живот, стигне до там, че в определен момент установява: това ограничение вече не съществува. Но тогава забелязва, че причината, поради която е бил прикован към една или друга подробност на свръхсетивния свят, лежи в собствената му душа. Човек започва да разбира, че виждането в свръхсетивния свят се различава от сетивните възприятия и по това, че в последния случай целият видим свят е такъв, само ако очите са здрави и функционират нормално. Ако с очите виждаме един предмет, с тях ще видим и друг. В свръхсетивния свят не е така. Човек може да развие един или друг свръхсетивен наблюдателен орган на етерното тяло по такъв начин, че да изживява един или друг свръхсетивен факт; ако иска да се насочи към трети свръх сетивен факт, той трябва отново да развие у себе си нов наблюдателен орган. Спрямо подобно развитие човек има усещането, сякаш съответният орган се пробужда за определена част от свръхсетивния свят. Все едно, че етерното тяло е потънало в някакво сънно състояние спрямо свръхсетивния свят и сега започва да се пробужда поотделно за всяка негова част. Действително можем да говорим за сънно и будно състояние в етерния свят. Само че тук сън и будност не са ритмично променящи се състояния, както в сетивния живот. Като състояния те съществуват у човека едновременно. Докато човек не е постигнал опитност чрез своето етерно тяло, това тяло непрекъснато спи. Човек винаги носи в себе си етерното тяло, но той го носи като нещо спящо. Пробуждането започва с укрепването на душевния живот, макар и първоначално само за определена част от

етерното тяло. Пробуждайки все повече своето етерно тяло, човек все повече прониква и се вживява в етерния свят.

В това пробуждане самият етерен свят изобщо не може да помогне на душата. Каквато и подробност от свръхсетивния свят да е видяла душата, нито една от тях не спомага, за да бъде видяна и друга подробност. Душата не може да стигне до свободно придвижване в свръхсетивния свят, ако разчита на своето етерно обкръжение. Но ако упражненията за укрепване на душата продължават, човек придобива една все по-голяма подвижност за определени области от етерния свят. Благодарение на всичко това той забелязва в себе си нещо, което не принадлежи на етерния свят; човек обаче го открива в себе си тъкмо чрез изживяването в този свят. Той вижда себе си като индивидуално Същество в свръхсетивния свят, което се явява като един водач на етерното му тяло, като един господар на това тяло, който постепенно го пробужда за свръхсетивното съзнание.

След постигането на тази степен, едно ужасно чувство за самотност обзема душата. Тя се вижда поставена всред един необозрим етерен свят; и единствено себе си тя вижда всред безкрайните етерни простори, но се вижда като едно Същество, което никъде не може да срещне Същество, подобно на себе си.

Не става дума, че всяко развитие в посока на ясновидство е съпроводено с тази ужасна самотност; и все пак онзи, който чрез собствени сили съзнателно укрепва душата си, ще стигне до този момент. Дори ако даден човек следва стъпка по стъпка указанията на един духовен учител, ще забележи рано или късно, че е изоставен от него. Учителят го напуска и сега той потъва в една неимоверна самотност всред етерния свят. Едва по-късно той разбира колко мъдро е постъпил учителят, оставяйки го да разчита единствено на себе си, след като пръв е доловил необходимостта от подобна самостоятелност.

На тази степен от странствването на душата, човек вижда себе си като един изгнаник в етерния свят. Но след като събере достатъчно душевни сили чрез своите вътрешни упражнения, той може да напредне и по -нататък. Постепенно той вижда как в него не в етерния свят, а в самия него възниква един нов свят, който не е идентичен нито със сетивния, нито с етерния свят. За такъв човек към първия свръхсетивен свят се прибавя и втори. Първоначално вторият свръхсетивен свят е един изцяло вътрешен свят. Човек чувствава, че го носи със себе си и че е сам с него. Ако искаме да сравним това състояние с нещо от сетивния свят, бихме казали следното: Да си представим, че някой става свидетел на това, как умират всичките му близки и носи в душата си спомена за тях. Те продължават да живеят за него единствено под формата на мисли.

Така стоят нещата във втория свръхсетивен свят. Човек го носи в себе си, но в същото време знае, че действителността на този свят е недостъпна за него. Това, което живее в него от тази действителност, се различава от обикновените паметови представи, валидни за сетивния свят. В душата този свръхсетивен свят води едно самостоятелно съществуване. Всичко, което е там, иска да излезе от душата, стреми се да смени своето място. В себе си човек чувства един свят, който не иска да остане в душата. Това поражда усещането, сякаш всяка отделна част от този свят иска да го разкъса. И човек може да стигне до там, че тези отделни части да се освободят и сякаш разкъсвайки една душевна обвивка отлитат от душата. И тогава той се усеща като обеднял откъм всичко, което се е откъснало по този начин от душата му.

Сега човек започва да разбира: онова, което той може да обича от свръхсетивното съдържание на душата заради самото него, а не заради себе си, има определени свойства. Ако човек всеотдайно обича нещо, то не се откъсва от душата; то напуска душата, но така да се каже, я отнася със себе си. То я отвежда в своя действителен свят. Става един вид съединение с действителната същност, докато по-рано човек е носел в себе си само нейното копие.

Любовта, за която става дума тук, е такава, че може да бъде изживяна само в свръхсетивния свят. В сетивния свят човек може само да се подготви за нея. И той се подготвя като в сетивния свят непрекъснато усилва способността си да обича. Колкото повече е способен да обича в сетивния свят, толкова по-голяма част от тази способност пренася той в свръхсетивния свят. Този факт се отнася към отделните подробности на свръхсетивния свят така, че ако например човек не обича растенията в сетивния свят, той няма да стигне до онези свръхсетивни Същества, които са свързани с тези растения. Впрочем тук лесно може да се изпадне в известно заблуждение. Може да се случи така, че в сетивния свят даден човек подминава целия растителен свят с пълно безразличие; и все пак в душата си пази едно неосъзнато влечение към растенията. И когато той навлезе в свръхсетивния свят, тази любов към растенията може да се пробуди истински.

Съединението на душата със свръхсетивните Същества може да зависи както от любовта, така и от други душевни качества, като например вниманието или страхопочитанието, които в свръхсетивния свят душата изпитва към определено Същество, след като досега е имала само предварителна представа за него. Тези качества следва да бъдат разглеждани именно като вътрешни качества на душата.

А човек ще се научи да опознава онези свръхсетивни Същества, до които душата намира достъп, тъкмо чрез споменатите качества. Сигурният път за ориентация в свръхсетивния свят се свежда до това, че

благодарение на своето отношение към копията на Съществата, човек се добира до самите Същества. В сетивния свят човек обиква едно същество, след като го опознава; във втория свръхсетивен свят той може да обикне отражението или копието на Съществото още преди срещата си с действителността, защото това отражение се появява преди въпросната среща.

Това, което душата се научава да разпознава в себе си по този начин, не е етерното или елементарното тяло. По-скоро то се явява като нещо, което пробужда етерното тяло. Да, то обитава душата и човек го изживява така, както би изживял себе си, когато по време на сън би се намирал не в безсъзнание, а в съзнание, и то въвн от своето физическо тяло, усещайки, че при събуждането сам той пробужда етерното тяло. Така душата се научава да разпознава в себе си едно същество, което е трето след физическото и етерното тяло. Ще го наречем астрално тяло и засега с тази дума не загатваме нищо друго, освен това, което душата изживява в себе си според описания начин.

### *ШЕСТА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради представа за "Азът" или "мисловното тяло".*

При изживяването на астралното тяло човек има в много по-голяма степен чувството, че се намира въвн от своето сетивно тяло, отколкото при изживяването в етерното тяло. При последното човек се чувства извън областта, в която се намира сетивното тяло, но все пак се чувства заедно с него. Обаче в астралното тяло човек чувства самото сетивно тяло като нещо външно. При прехода в етерното тяло човек усеща един вид разширение на собственото си същество, докато при вживяването в астралното тяло усеща един вид нахлуване в друго същество. В астралните опитности той вниква в действията на определени духовни Същества. По един или друг начин човек се усеща свързан или дори сроден с тези Същества. Постепенно се научава да разбира какви са взаимните отношения на Съществата. Така човешкото съзнание се разширява и включва част от духовния свят. Човек вижда как едни или други духовни Същества определят последователните епохи от развитието на човечеството и как техният характер се определя именно от духовните Същества. Това са Духовете на Времето или прасилите.

Човек разпознава и други Същества, чието битие протича от душевна гледна точка така, че техните мисли са същевременно и природни сили на Земята. Той вече знае, че нещата с природните сили изглеждат така, само поради естеството на сетивното възприятие. И че в действителност навсякъде, където работи една природна сила, се проявяват мислите на

определено духовно Същество, както и в жеста на ръката се проявява характерът на човешката душа.

Всичко това съвсем не означава, че човек теоретично си представя как зад природните процеси се намират различни духовни Същества. Напротив, след като изживява себе си в астралното тяло, човек изгражда живи и конкретни без помощта на никакви понятия отношения с тези Същества, както например в сетивния свят се среща с други живи хора.

Всред Съществата, в чиито области навлиза по този начин, той може да установи известно степенуване и да говори за един свят на висшите Йерархии. Съществата, чиито мисли се откриват на сетивното възприятие като природни сили, наричаме Духове на Формата.

Характерът на изживяването в този свят е такъв, че то се явява като нещо външно, както и в сетивния свят растението е нещо външно. Този начин да съществуваме вън от това, с което през обикновения живот сме длъжни да бъдем свързани, е изключително болезнен, докато не се появи едно друго изживяване. При достатъчно интензивни душевни упражнения, водещи до укрепване и концентриране на душевния живот, болката не е толкова силна. Защото наред с навлизането в астралното тяло, настъпва и другото изживяване.

Другото изживяване се състои в това, че душата може да усети като един вид спомен всичко, което е било нейно притежание досега, а самият човек да се отнася вече към предишния си Аз, както в сетивния свят се отнася към своите спомени. Едва чрез такова изживяване, човек стига до ясното съзнание, че с цялата си същност живее в един друг свят, свършено различен от сетивния. Той разбира, че досегашният му "Аз" коренно се различава от истинската природа на "Аза". Сега той може да се противопостави на самия себе си. Сега човек има представа за всичко, което се изправя пред душата му и за което по-рано е казвал: ето, това съм аз. Сега вече той не казва: "Това съм аз", а: "Аз нося Аза в себе си". Както в обикновения живот Азът е независим от своите спомени, така и сега новият Аз се чувства независим от предишния Аз. Отсега нататък Азът принадлежи към света на духовните Същества.

Тази опитност именно опитност, а не теория позволява да вникнем в това, което досега сме разглеждали като наша Азова същност. Тя се представя като една тъкан от паметови представи, която се поражда от етерното и астралното тяло, както огледалото поражда образа. Както човек не се уеднаквява със своя огледален образ, така и душата в духовния свят не се уеднаквява с нейните сетивни изживявания. Разбира се, това е само сравнение, защото например огледалният образ изчезва веднага, след като човек се отстрани от огледалото. Тъканта, съставена от паметовите представи и изразяваща това, което в сетивния свят приемаме като нашия собствен Аз, има много по-голяма

самостоятелност от огледалния образ. Тя е нещо само по себе си. И все пак спрямо истинското съществуване на душата, тя се отнася както образът към своя първоизточник. В своя истински живот душата усеща, че тя се нуждае от себеразкриването на този образ. Тя знае, че той е нещо съвсем друго, но също и това, че никога не би стигнала до пълно себепознание, ако първоначално не разполагаше със своя собствен образ, който след издигането и в духовната област се превръща за нея в един външен свят.

Тъканта от паметови представи, на която сега човек гледа като на своя по-раншен "Аз", може да бъде наречена "Азово тяло" (Ich-Leib) или също "мисловно тяло".

В горния смисъл думата "тяло" трябва да се схваща много по-широко от това, което сме свикнали да наричаме "тяло". Тук "тяло" означава именно всичко, което човек изживява в себе си и за което не смята, че е идентично с него, а че го има в себе си.

Едва когато ясновиждащото съзнание стигне до там, да изживява онова, което досега е идентифицирало със себе си като сбор от паметови представи, то може да има една истинска опитност за това, което се крие зад явлението на смъртта. Защото сега то навлиза до сърцевината на един наистина действителен свят, в който се чувства като едно същество, способно да съхрани като в един вид памет това, което изживява в сетивното битие. Изживяното в сетивното битие не угасва, но за тази цел то се нуждае от едно същество, което може да го съхрани, както в сетивния свят паметовите представи биват съхранявани от обикновения Аз. Сврѳхсетивното съзнание разкрива, че човек продължава да съществува в света на духовните Същества, и че той самият е този, който опазва своето сетивно битие в себе си като един спомен. Въпросът, какво остава след смъртта от това, което съм аз сега, получава следния отговор от сврѳхсетивното изследване: Ти ще представляваш това, което си съхранил от самия себе си като едно духовно Същество в сред други духовни Същества.

Човек опознава природата на тези духовни Същества, а в сред тях и своята собствена природа. Този вид познание е едно непосредствено изживяване. Благодарение на него човек знае, че духовните Същества, както и собствената му душа, имат едно съществуване, спрямо което сетивното битие е нещо преходно.

Ако за обикновеното съзнание в смисъла на първата медитация е ясно, че тялото принадлежи на един свят, чието участие в него се изразява в разрушаването му след смъртта, то сврѳхсетивното съзнание установява, че човешката Азова същност принадлежи на един свят, с който тя е свързана чрез коренно различни връзки от тези, които свързват тялото с природните закони. Връзките между Аза и

свръхсетивните Същества в тяхната вътрешна същност не се засягат нито от раждането, нито от смъртта. В сетивния телесен живот тези връзки се проявяват по твърде особен начин. Всички външни проявления в сетивния свят са израз на различни зависимости от свръхсетивно естество. Понеже човекът, като такъв, е свръхсетивно Същество и това се потвърждава от свръхсетивното наблюдение то в свръхсетивния свят връзките между една човешка душа и друга, не се засягат от смъртта. Пред душата и нейното обикновено съзнание възниква плахият въпрос в приблизително следната примитивна форма: а ще мога ли след смъртта отново да видя онези, с които съм бил свързан през живота си в сетивния свят? Категоричният отговор, получен в резултат на точни изследвания в тази област, чиято преценка се опира на непосредствен опит, гласи "Да".

Всичко, което споменахме тук за изживяването на душевното същество като духовна действителност всред света на други духовни Същества, може да бъде наблюдавано благодарение на споменатото вече укрепване на душевния живот.

При обикновеното изживяване в сетивния свят, човек застава пред това, което усеща като своя съдба, така че изпитва симпатия или антипатия спрямо отделните неща от живота. Един напълно безкористен разми съл следва да признае, че симпатиите и антипатиите, за които става дума тук, са едни от най-силните човешки усещания. Ежедневното припомняне, че всичко в живота има своя смисъл и че е напълно необходимо, че съдбата трябва да се понася с търпение и т.н., може да ни осигури една спокойна увереност в живота.

Но за да вникнем в истинската същност на човека, е необходимо много повече. Посочените размишления несъмнено подпомагат душевния живот; но човек лесно може да забележи, че отстранените от него симпатии и антипатии изчезват само от обикновеното съзнание. Те потъват в по-дълбоките пластове на човешкото същество и се проявяват там като умора, изтощение и други телесни признаци. Човек постига истинско спокойствие пред съдбата, само ако и в тази област се отнася по същия начин, както с редовното и интензивно съсредоточаване върху определени мисли и чувства. Не са достатъчни само размисли и интелектуално разбиране на нещата, а интензивен и съвместен живот с подобни размишления, както и трайното им проникване в душата, наред с известно игнориране на сетивните изживявания и останалите житейски спомени. Чрез такива упражнения човек стига до едно основно душевно настроение спрямо своята съдба. Сега той може да отхвърли от себе си всякакви симпатии и антипатии и накрая да погледне на всичко, което му се случва, както един напълно страничен наблюдател гледа падащата върху скалата водна струя.



Това съвсем не означава безразличие към собствената съдба. Ако човек гледа с безразличие на всичко, той не е избрал добър път. По отношение на външния свят, човек не е безучастен дори спрямо онези факти, които съвсем не засягат душата му. Той наблюдава с радост или огорчение това, което се разиграва пред неговия поглед. Устременият към свръхсетивното познание не трябва да търси безучастие в живота, а могъщо преобразяване на "Азовото" участие в неговата съдба. Благодарение на това преобразяване чувственият живот става по-живен, а не по-слаб. В обикновения живот ударите на съдбата често водят до сълзи в очите. Но човек може да се издигне и до там, да изпитва спрямо нещастieto на друг същото остро чувство, което изпитва, ако нещастieto засяга самия него. До подобни изживявания той стига по-лесно при събития, които го нараняват, отколкото ако например размишлява върху своите способности. И все пак радостната мисъл, че някой притежава качества, каквито бихме желали да са наши, далеч не е толкова лесно постижима. След като медитирането върху нашата собствена същност проникне до най-дълбоките пластове на душата, можем да открием известна егоистична радост от неща, които сме в състояние да извършваме сами. Интензивното и медитативно потапяне в мисълта, че в много случаи за хода на човешкия живот е все едно, дали определено действие е "мое" или "чуждо", осигурява истинско спокойствие пред съдбата.

Подобно медитативно укрепване на душевния живот, ако то се провежда правилно, никога не може да притъпи чувството за собствените качества на човека. Сега той усеща необходимостта да се отнася спрямо тях по съответстващ начин.

С това се загатва и посоката, която приема подобно медитативно укрепване на душевния живот. В себе си човек се научава да разпознава една втора същност. Тя се проявява с особена сила, която се свързва с мислите, показващи как в обикновения живот човек често сам провокира подобни удари на съдбата. Той лесно може да установи, че едни или други неща не биха му се случили, ако в предишен период от време не би постъпил по определен начин. Това, което се случва на човека днес, често пъти произлиза от това, което е вършил вчера. С цел да усъвършенствува душевния си живот, той може да се обръща назад към своите досегашни изживявания и да търси всичко, което показва как по-късните удари на съдбата са подготвени от самия него. С подобна ретроспекция върху живота той може да се опита да достигне онзи моменти от действието, когато съзнанието се пробужда и човек може да запаметява своите изживявания. Ако с тази ретроспекция бъде свързано и душевното настроение което изключва обикновените егоистични симпатии и антипатии, с които човек е свикнал на приема съдбата,

тогава, връщайки се назад в спомените до посочения момент от действието, той застава пред себе си и казва: Едва сега аз имам възможност да се почувствувам в себе си и да работя съзнателно върху моя душевен живот; наистина този мой "Аз" е съществувал и по-рано, но без неговото съзнателно участие, докато сега единствено той ме прави знаещ. Моят нов поглед върху съдбата ми дава нещо, което обикновеният разум никога не може да ми даде. Човек се научава да разбира знаците на съдбата, да ги изчаква спокойно и безпристрастно, но в тях той разпознава и себе си. И когато гледа на себе си по този начин, тогава изискванията на собствената му съдба, подсказани още с раждането, се проявяват като нещо свързано с неговия собствен Аз. А после човек стига до там, че си казва: Както съм работил върху себе си след пробуждането на моето съзнание, така съм работил и преди този момент. Подобно вътрешно извисяване до един по-висш Аз, намиращ се в обикновения Аз, ме кара не само да твърдя, че с мислите си стигам до теоретичното откритие на висшия Аз, но и до непосредственото усещане на живата същност на този "Аз". до неговото живо и мощно присъствие. Сега зная: Моят обикновен Аз е творение на моя висш Аз.

Това чувство е истинското начало, когато човек започва да вижда духовните измерения на душата. И ако то не те довежда до никъде, причината е само в това, че с настъпването на този момент, той е спрял да работи върху себе си. Споменатото начало може да представлява едно трудно доловимо, смътно усещане. И то може да остане такова дълго време. Но ако човек продължава енергичните си и непрекъснати усилия, които са го довели до това начало, накрая стига до там, че съзерцава и вижда душата като духовно Същество. Който е стигнал до това виждане, намира за съвсем понятно, когато човек, лишен от всякакви опитности в тази област, твърди, че в случая "висшият Аз" е плод на въображение и самовнушение. Все пак въоръженият с такова виждане знае, че подобно възражение се корени само в липсата на съответните опитности. Защото ако някой сериозно премине през такова обучение, той постига в същото време и способността да различава въображение от действителност. Вътрешните опитности и вътрешната активност, необходими за развитието на душата ако искаме то да върви в правилна посока налагат най-строга предпазливост спрямо евентуално смесване на въображение и действителност. Ако целенасочено се стремим да изживеем себе си като духовно Същество в по-висшия "Аз", ще търсим главното изживяване в това, което охарактеризирахме в началото на тази медитация, а описаното на второ място ще имаме като една допълнителна помощ за развитието на душата.

## СЕДМА МЕДИТАЦИЯ

*Медитирацията се опитва да изгради представи за начина на изживяване в свръхсетивните светове.*

Изживяванията, които са необходими за проникването на душата в свръхсетивните светове, могат да се сторят някому отблъскващи. Такъв човек може да възрази, че съвсем не е сигурен какво ще се случи с него, ако се осмели да се докосне до подобни процеси и дали изобщо би могъл да ги понесе. Като резултат възниква мисълта, че ще е по-добре да не се намесва изкуствено в развитието на душата, а спокойно да се довери на едно неосъзнато от него ръководство и да изчака докде ще го отведе то в хода на времето. Подобна мисъл винаги трябва да бъде отхвърляна от всеки, който може да породи в себе си една по-друга мисъл: че в самата природа на човешкото същество е да върви напред, а това би означавало ако човек пренебрегне задълженията си спрямо своята истинска природа пълен крах на самите еволюционни импулси.

Силите на саморазвитието лежат във всяка човешка душа; не съществува нито една човешка душа, която не би искала да се вслуша в шепота на тези сили, след като е състояние да изпита върху себе си тяхното въздействие.

В издигането си към по-висшите светове нито един човек не може да срещне пречки, стига той сам да не се намесва по неправилен начин в процесите, през които трябва да мине. Тези процеси вече бяха описани в предишните медитации. Ако трябва да ги изразим с думи, взети само от обикновения човешки живот, ние можем да сторим това единствено по този начин. Защото изживяванията, съпровождащи свръхсетивния път на познание, са такива, че наподобяват например едно изострено чувство на самотност, едно чувство, като че ли човек виси над бездна и други подобни усещания. Тъкмо в такива усещания се раждат силите за себепознание. Те са зародишите, семената за бъдещите плодове на свръхсетивното познание. Описаните изживявания носят в себе си нещо скрито, което след като те са вече факт води до едно нарастващо напрежение; сякаш определени сили взривяват чувството на самотност, което е като една обвивка около тези "сили" и проникват в душевния живот като средство на познанието.

Трябва да се има предвид, че когато човек следва правилния път, зад всяко подобно изживяване, веднага възниква и друго. Става така, че ако едно е налице, другото не може да липсва. Към това, което човек трябва да понесе, веднага се прибавя и силата, чрез която той действително ще може да го понесе, стига да размисли спокойно върху нея и стига да вникне в това, което иска да се прояви в душата му. Ако възникне някакво мъчително усещане, в душата веднага се пробуждат нови сили и чувство на сигурност, че тя ще се справи с мъчителното усещане; и ако

човек може да се свърже с тези сили, стига се до там, той да се отнася към изживяванията, които биха били крайно мъчителни в обикновения живот, като един страничен наблюдател. Ето защо хора, които са поели по пътя на свръхсетивното познание, въпреки че са в сред водовъртежа на могъщи чувствени потоци, постигат съвършено спокойствие и равновесие в своето ежедневие.

Съществува и друга възможност: Вътрешните изживявания да повлияят на външния свят, така че временно човек да не може да се справи с живота и със самия себе си, както е можел преди да поеме пътя на познанието. Ето как човек е принуден да черпи сили от вътрешните постижения на душата, за да се справя с изискванията на живота и съдбата.

Най-добрият път на познание винаги се оказва този, който води към свръхсетивния свят чрез укрепване и "сгъстяване" на душевния живот посредством медитиране върху определени мисли и чувства. Тук същественото е да не си послужим с мислите и чувствата, както правим това в сетивния свят, а да живеем със мислите и чувствата, да съсредоточим във тях всичките си душевни сили. По време на медитациите те трябва да изпълнят цялото съзнание. Човек трябва например да се спре на една мисъл, която обогатява душата му с някаква увереност, да изключи нейната външна страна и да се вживее в тази мисъл така, че да стане едно цяло с нея. Няма нужда тази мисъл да се отнася за висшия миров ред, макар че може да е във висша степен полезна. За целите на медитирането може да се вземе една мисъл, която отразява едно обикновено изживяване. Особено плодотворни са усилията, свързани с любовта и нейните подвизи, които възпламеняват в човека най-топли и искрени чувства. Но когато преди всичко става дума за познание, най-действени са символните представи, извоювани в живота или взети от хора, които са, така да се каже, компетентни в тази област, защото от личен опит добре познават, доколко надеждни са прилаганите средства.

Чрез медитиране, което трябва да се превърне в един житейски навик, дори в условие за живот, както дишането е едно условие за живота на тялото, душевните сили се концентрират и укрепват. Необходимо е само, по време на медитирането да изключим всякаква намеса на сетивни впечатления в душевния живот, както и всеки спомен за тях. Необходимо е да замлъкнат и спомените за всичко, което носи на душата радост или болка, за да се отдаде единствено на онова, което самата тя иска да присъствува в нея. Силите за свръхсетивното познание израстват правилно само от това, което човек постига чрез медитиране, чиито съдържание и форма са резултат от собствената душевна сила.

Важното е не откъде вземаме съдържанието на медитациите; то може да идва от някой, който има опит в тази област или от антропософската литература; трябва само наистина да го превърнем във вътрешно изживяване и да не се влияем от личните си предпочитания и от това, което те предлагат за съдържание на медитациите. В този случай медитациите пораждаат недостатъчно сила, защото душата предварително се усеща сродна с тяхното съдържание и не се стреми към необходимите усилия да се превърне в едно цяло с това съдържание. А тъкмо в посоченото усилие свръхсетивните познавателни сили стават наистина активни, а не сливайки се със съдържанието на медитациите като такава.

Свръхсетивното виждане може да бъде постигнато и по друг начин. Определени хора стигат до дълбоки и съкровени изживявания, благодарение на своите предразположби, които отварят душата за свръхсетивното познание. Има хора, които далеч не изглеждат предопределени за подобни, внезапно нахлуващи в душата свръхсетивни способности. Свръхсетивният душевен живот може да настъпи по най-неочакван начин; и все пак до една контролирана опитност, както човек се контролира при ежедневието си в сетивния свят, може да се стигне, само ако следваме описания път на познание. Всяко друго нахлуване на свръхсетивния свят в душевните изживявания довежда до там, че човек се вижда заставен да ги приеме и се обърква всред тях или се поддава на всички възможни заблуждения относно истинската им стойност.

Не трябва да забравяме, че по пътя на свръхсетивното познание душата непрекъснато се променя. Често става така, че в рамките на сетивното съществуване човек не се поддава на илюзии и заблуждения; но веднага след навлизането си в свръхсетивния свят по най-лековерен начин да стане жертва на илюзии и заблуждения от друг род. Възможен е и друг случай в сетивния свят човек да има здрав усет за истината и да си казва: Относно даден въпрос ти не трябва да вярваш на това, което задоволява твоя егоизъм. И все пак такъв човек може да стигне до там, че в свръхсетивния свят да вижда това, което съответствува на неговия егоизъм. Нека да се замислим как този егоизъм участва в това, което човек вижда. Той вижда това, към което го тласка неговият егоизъм. Човек не се досеща, че тъкмо егоизмът насочва духовния му поглед. И съвсем естествено той счита видяното за истина. Единствената предпазна мярка се състои в следното: Енергичната воля за себепознание в свръхсетивния свят все повече и повече да вниква в маските на егоизма. Ако човек отчита възможността, собствената му душа да изпадне тук или там в егоизъм и в медитациите води

безпощадна борба срещу него, той постепенно ще се освободи от влиянията на егоизма.

Истинската и несмушавана подвижност на душата в по-висшите светове се подсилва от обстоятелството, че тя си изгражда определен възглед относно различията на отделните душевни качества, когато те се проявяват в сетивния или в духовния свят. Това изпъква особено ясно, когато спрем поглед върху моралните качества на душата. В рамките на сетивния свят природните закони се различават от моралните. Ако искаме да си обясним природните процеси, ние не сме длъжни да прибъгваме до морални представи. Ние изследваме едно отровно растение според природните закони и не го обвиняваме, че е отровно. Трябва да сме наясно и за следното: В животинския свят можем да говорим най-много за далечно подобие на морален живот, защото в случая позоваването на истинска морална преценка означава цялостно обръкване на нещата. В човешкия живот моралната преценка започва с размишлението върху стойността на битието. Тя е нещо, от което човек постоянно извежда своята собствена стойност, стига да е придобил точен и безпристрастен поглед върху самия себе си. Обаче в рамките на сетивния свят никому не би хрумнало да разглежда природните закони наравно с моралните.

След като човек навлезе в свръхсетивния свят положението се променя. Колкото по-духовни са свръхсетивните области, толкова повече моралните закони съвпадат с това, което там може да се нарече природни закони. Когато в сетивния свят казваме, че едно злодеяние просто изгаря душата, ние се изразяваме в преносен смисъл. Ние знаем, че процесите на природното горене са нещо съвсем различно. За свръхсетивните светове подобна разлика не съществува. Там омраза и завист са същевременно и сили, които се проявяват по такъв начин, че можем да определим техните действия като съответстващи на тези светове природни процеси. Там омразата и завистта действуват обратно върху тези, които ги пораждат в себе си по един страшен и разрушаващ начин. Възникват разрушителни процеси, които са пагубни за духовните Същества. В духовните светове любовта се проявява така, сякаш излъчва една стимулираща, съзидателна топлина.

Тези подробности могат да бъдат забелязани и в човешкото етерно тяло. В сетивния свят и неговите природни закони ръката, която върши неморално деяние, се разглежда точно както и ръката, извършваща едно добро дело. Обаче отделни части от човешкото етерно тяло остават неразвити, ако не са налице съответстващите им морални чувства. Несъвършеното изграждане на етерните органи можем да изведем от моралните качества по същия начин, както в сетивния свят обясняваме природните процеси чрез природни закони. Обаче никога не можем да

изведем несъвършенствата на етерното тяло от непълното развитие на един или друг сетивен орган. Не трябва да забравяме, че за различните светове са валидни различни видове закономерност. Даден човек може да има непълно развит телесен орган; съответстващата му част от етерното му тяло обаче може да бъде не само нормално развита, а дори толкова съвършена, колкото не съвършен е телесният орган.

Разликата между свръхсетивните светове и физическата действителност изпква особено отчетливо там, където си служим с представите за "красивото" и "грозното". Начинът, по който употребяваме тези представи в сетивния свят, изгубва всякакво значение, след като пристъпим в свръхсетивните светове. В рамките на сетивния свят "красиво" може да е само едно същество, което съумява да разкрие и на другите същества от своя свят всичко, което то изживява в себе си, така че другите същества да вземат участие в неговото цялостно изживяване.

Способността на едно същество да се изяви с всичко, което е вътре в него и да не остави нищо скрито, би могла да се определи във висшите светове като нещо "красиво". И там това понятие напълно съпада с безрезервната и спонтанна откровеност на това, което едно същество носи в себе си. "Грозно" би могла да се нарече ситуацията, когато дадено същество отказва да прояви своите качества и се крие от другите същества. По този начин подобно същество се оттегля от своето духовно обкръжение. Така това понятие съпада с понятието за една неоткровена, прикрита себеизява. Да лъжеш и да мразиш в духовния свят практически е същото, когато едно грозно същество се появява и започва да лъже.

Също и това, което в сетивния свят срещаме като желаниа и страсти, изцяло променя своето значение в духовния свят. Такива горещи желаниа, които в сетивния свят бликат от вътрешната природа на човешката душа, в духовния свят не съществуват. Там "горещото желание" се възпламенява от това, което наблюдаваме вън от дадено същество. Едно същество, което усеща, че не притежава определени качества, каквито би трябвало да има според своята природа, наблюдава друго същество, което притежава съответните качества. То непрекъснато трябва да бъде пред него. Както в сетивния свят окото вижда само видимите процеси и предмети, така и в свръхсетивния свят липсата на определено качество непрекъснато привлича едно Същество в близост до друго, което притежава съответното качество. Обликът на това Същество се превръща в един постоянен упрек, който действа като реална сила, така, че Съществото с недостатъците, наблюдавайки другото Същество, изпитва силното желание да подобри своите

недостатъци. Това е изживяване, съвършено различно от желанията в сетивния свят.

Тези отношения в духовния свят не накърняват свободната воля. Едно Същество може да се защити от това, което наблюдението предизвиква в него. Тогава постепенно се стига до там, че то се отдалечава от близостта на образцовото Същество. Последицата от това е, че подобно Същество, отхвърлящо своя образец, се пренася в светове, където то има по-лоши условия за съществуване от тези, с които би разполагало, така да се каже, в предопределения за него свят.

Всичко това показва, че с навлизането в свръхсетивните светове, представният свят трябва да се промени. Ако човек иска да направи точни описания на свръхсетивния свят, той трябва да преобрази досегашните си понятия, да ги разшири и слее с други.

Ето защо, свръхсетивните описания, които си служат с неизменните понятия, взети от сетивния свят, вина ги съдържат нещо несполучливо.

Един верен усет за нещата може да ни подсказва как именно да си служим с понятия, които разкриват пълното си значение едва в свръхсетивния свят, докато в сетивния свят те изглеждат малко или много символични. Някой може да почувствува лъжата като нещо наистина грозно. Но как стоят нещата с това понятие в свръхсетивния свят? Там употребата на подобна дума е само един слаб отзвук, защото всички светове са взаимно свързани и дори "долу" в сетивния свят, човек има смътното, несъзнавано усещане за тази взаимни връзки. Изключително важно е, че в сетивния свят усещаме лъжата като нещо грозно, макар че външните ѝ проявления изобщо могат да не са грозни. Дори съвсем непозволено бихме объркали представите, ако в сетивния свят решим да извлечем логически "грозното" от "лъжливото". Обаче в свръхсетивния свят, ако лъжата е наистина видяна, тя се проявява като нещо грозно.

Тук също могат да възникнат грешки и заблуждения, от които трябва да се пазим. В свръхсетивния свят пред душата може да застане едно Същество, което с право би могло да се нарече "зло"; но то се проявява в такава форма, каквато душата би определила като "красива", ако си послужи с представите за "красота", която човек е взаимствувал от сетивния свят. В подобни случаи човек вижда правилно, само ако вникне в най-дълбоките основи на въпросното Същество. И тогава той ще констатира, че "красивата" форма е само една маска, която не отговаря на това Същество; всичко, което според представите на сетивния свят е изглеждало "красиво", сега трябва да бъде изживяно като изключително грозно. И когато този момент настъпи, "злото" Същество вече не е в състояние измамно да се представя като нещо "красиво". За наблюдателя то трябва да се разкрие в своя истински



облик, който може да бъде само несвършеният израз на това, което едно Същество е вътре в себе си. При такива явления на свръхсетивния свят става особено ясно как при навлизането в свръхсетивните светове, човешките представи трябва напълно да се променят.

### *ОСМА МЕДИТАЦИЯ*

*Медитацията се опитва да изгради представа за съзвучанието в повтарящите се земни съществувания на човека.*

Да се говори за опасността при пътешествието на душата в свръхсетивните светове, е всъщност неоправдано, ако то е свързано с определена цел. Но подобно пътешествие не би постигнало целта си, ако препоръките за душевно израстване съдържаха едни или други опасности за човека. А целта е ясна: Укрепване на душата и мобилизиране на всичките и сили, за да бъдат понесени онези тежки изживявания, през които човек трябва да мине, ако иска да види и разбере скритата зад сетивния свят душевна действителност.

Една от съществените разлики между сетивния свят и свръхсетивните светове се свежда до това, че виждането, възприемането и разбирането при свръхсетивните светове са коренно различни взаимоотношения, отколкото тези, които съществуват в условията на сетивния свят. Ако даден човек има само слухови възприятия за част от сетивния свят, той с право ще поиска да получи и зрителни възприятия, за да я обхване напълно. Един пейзаж, една картина могат да бъдат разбрани от нас, само ако сме ги видели. Но човек напълно може да разбере свръхсетивните светове, дори и само с помощта на здравата си разсъдъчна способност, с която би могъл да обхване едно обективно описание на тези светове. За разбирането и изживяването на всички жизнеутвърждаващи духовни сили, човек се нуждае от достоверните описания на тези, които могат да виждат. Действителни познания за тези светове могат да постигнат само хора, които са в състояние да наблюдават, намирайки се вън от сетивното тяло. В крайна сметка тези описания следва да изхождат от сигурни наблюдатели на духовния свят. Обаче всичко, което е необходимо за душевния живот като познания за тези светове, се постигане с друго, а с разбиране. Ето защо е напълно възможно, човек да няма личен поглед в духовните светове и все пак чудесно да ги разбере и да вникне в техните особености; да ги разбере така, както при определени обстоятелства душата изисква с пълно право.

Има и друга възможност: За целите на своето медитиране, човек да прибегне до съкровищницата на такива понятия, които той вече е изградил относно духовните светове. Точно такава "субстанция" за медитирането е най-добрата и най-сигурно води до крайната цел. Не

отговаря на фактите убеждението, според което овладяването на свръхсетивното виждане се затруднява, ако човек предварително е стигнал до познания за тези светове. Напротив, до свръхсетивното виждане се стига по-сигурно и по-лесно, ако човек предварително разполага с такива познания. Дали някой се задоволява с разбирането, или се стреми към непосредствено виждане, зависи от обстоятелството, доколко е пробуден в него поривът към личната опитност, към личното наблюдение. Ако този порив действително е налице, не съществува друга възможност, освен да се предприеме проникването в свръхсетивните светове.

Неоспорим факт е, че след разбирането на тези светове, все повече и повече хора от нашата епоха ще се стремят към лични свръхсетивни опитности, защото точните наблюдения върху живота показват: Отсега нататък човешките души навлизат в такова състояние, че без разбирането на свръхсетивните светове, те изобщо няма да стигат до необходимите отношения спрямо самия живот.

След като човек е дотолкова напреднал в пътешествието на душата, че носи "себе си" и всичко, което нарича своя същност в сетивния свят като един спомен и изживява себе си в един развиващ се и висшестоящ "Аз", тогава той става способен да вижда и протичането на живота извън рамките на физическата Земя. Пред духовния му поглед застава фактът, че сегашното сетивно съществуване се предхожда от друго съществуване в духовния свят. Именно в духовния свят са причините за сетивното съществуване. Постепенно човек вниква в основния факт, че преди сегашното си сетивно съществуване, в което получавайки физическото тяло е влязъл, той вече е живял в духовния свят.

Човек разбира, че такъв, какъвто е днес с едни или други качества и стремежи, е нещо, което той е подготвил в един чисто духовен свят. Той гледа на себе си като на духовно творение, което в мига на раждането влиза във физическото тяло, за да започне сетивното си съществуване със своите душевни качества и способности. Напълно погрешно е да се задава въпросът: как бих могъл да се стремя в духовния свят към такива качества, които сега, носейки ги в себе си, изобщо не ми харесват? Не става дума за това, дали в сетивния свят на душата и харесва нещо или не; в духовния свят тя гледа на тези неща по съвсем друг начин. В двата свята волята и познанието са коренно различни. В духовния свят човек знае, че за своето цялостно развитие се нуждае и от един сетивен живот, протичащ в сетивния свят подтискащо и трудно, но въпреки това желан, защото в духовния свят е важно не приятното, а това, което е необходимо за правилното изграждане на неговата бъдеща съдба.

По същия начин се отнасят и повратните мигове в живота. Ако спрем вниманието си върху тях, виждаме как сами сме подготвили симпатиите

и антипатиите още в духовния свят, как сами сме изковали средствата, предизвикващи радост или скръб в сетивния свят. Доколкото се намира само в сетивния свят, човек може да недоумява как сам би могъл да подготви една или друга ситуация в живота; в духовния свят обаче, той притежава свръхсетивния поглед и може да се обърне към себе си: ти трябва да изпиташ болките и антипатиите, защото само тези изживявания ще издигнат твоето развитие с една степен по-високо. От сетивна гледна точка никога не може да се установи, доколко земният живот тласка напред цялостното развитие на човека.

В духовното съществуване, което предхожда сетивния земен живот, са вложени причините и те могат да бъдат видени поради които човек се стреми към точно определена съдба в сетивния свят. Тези причини ни отвеждат към един предишен земен живот, който сме имали в миналото.

Според неговото протича не, според натрупаните тогава опитности и качества, в последващото духовно съществуване човек се стреми да компенсира незадоволителните си опитности тъкмо в новия земен живот; да развие способности, които е пропуснал да развие.

В духовното съществуване човек усеща една несправедливост, която е допуснал например спрямо друг човек по такъв начин, сякаш чрез тази несправедливост е внесъл истински смут в мировия ред; ето защо в следващия си земен живот той отново трябва да срещне същия човек и с помощта на съдбата да изкупи извършената несправедливост.

В хода на по-нататъшното душевно развитие погледът обхваща вече не един, а поредица от минали земни съществувания. Така човек се издига до познанието за истинския път на висшия "Аз". Той разбира, че между повтарящите се земни съществувания има чисто духовни форми на развитие, които са в закономерна връзка със земните съществувания.

По този начин познанието за повтарящите се земни съществувания става обект на едно действително наблюдение. (За избягване на непрекъснато възникващите недоразумения, тук само споменавам неща, които в другите ми книги са представени много по-точно. Цялостната еволюция на човека не предполага едно вечно повторение на живота. Стига се до определен брой въплъщения, но преди тях и след тях са в сила коренно различни форми на съществуване; и всичко това се проявява като едно пълно с мъдрост развитие.)

Познанието, че човешката еволюция минава през поредни въплъщения, може да бъде постигнато също и с една чисто разсъдъчна оценка на сетивния свят. В моите основни книги "Теософия" и "Въведение в Тайна та Наука", както и в много други мои съчинения са потърсени доказателства за повтарящите се земни въплъщения и тяхната закономерност, и съответно са предадени в такава форма, която е близка до съвременното еволюционно учение. В тези книги трябваше да бъде

показано как едно логично мислене, което наистина довежда естественонаучните си изследвания до край, стига до единствения изход и изгражда идеята за еволюцията по такъв начин, че разглежда истинската същност и душевната индивидуалност на човека като нещо, което се развива през повтарящи се въплъщения и през намиращите се между тях чисто духовни форми на развитие.

Разбира се, посочените там доказателства могат да се разширят и задълбочат. От друга страна има смисъл и възражението, че в тези области доказателствата имат същата познавателна стойност, както всичко, което обикновено наричаме "естественонаучни доказателства".

В науката за Духа не съществува нищо, което да не може да се подкрепи от съответните доказателства. Но трябва да напомним, че духовнонаучните доказателства се признават много по-трудно от естественонаучните. Това е напълно разбираемо. Но то не се дължи на факта, че духовнонаучните доказателства са по-малко точни и строги, а на обстоятелството, че когато човек се изправи пред тях, той веднага губи опората на сетивните факти, която го улеснява да приеме доказателствата на естествената наука. Но това няма нищо общо с доказателствените методи, с тяхната сила и резултатност. Ако някой е в състояние обективно да сравни естественонаучните доказателства с изградените по същия начин духовнонаучни доказателства, той лесно ще се убеди в еднаквата им доказателствена стойност. Така описанието на повтарящите се въплъщения, което ясновидецът дава, ще се подкрепи и от тези доказателства. Едното може да помогне на другото и така човек ще затвърди с помощта на разума убеждението си в смисъла от повтарящите се въплъщения с оглед на цялостната човешка еволюция.

Целта на това изложение беше да посочи пътя, който надхвърля интелектуалното разбиране на повтарящите се въплъщения и води към тяхното свръхсетивно виждане.

### *ПОСЛЕСЛОВ КЪМ ИЗДАНИЕТО ОТ 1918 г.*

Още от съдържанието на втората медитация, както и от следващите, става ясно, че душевният път, за който се говори в тази книга, решително отхвърля всяко така наречено "ясновидство", произтичащо от болестни или абнормни телесни състояния. Всяко визионерство, всякакви медиумистични феномени, възникващи в резултат на такива състояния, тук са напълно изключени. Такива опитности произтичат от една душевна организация, спрямо която сетивните възприятия и опиращото се на тях мислене, представляват една по-висша област. С тези възприятия и с това мислене човек живее повече в свръхсетивната област и с тях той е много по-независим от тялото, отколкото в случая, когато една или друга абнормна телесна организация залъгва душата с

опитности, произтичащи от процеси, които всъщност би трябвало да служат на тялото и които по болестен начин са отклонени от своето естествено предназначение, така че водят до представи, лишени от вътрешни основания както в областта на външните възприятия, така и в областта на волевата активност.

Всред наличните в обикновеното съзнание душевни сили, единствено мисленето може да се освободи от възприятията и да постигне самостоятелни действия, които не зависят от абнормните телесни състояния. Това, което тук разбираме под "ясновидство", не потъва в органичните процеси, а се издига в онези области, които започват с проясненото от душата и контролирано от собствената воля мислене.

Точно от това контролирано и овладяно мислене душата развива ясновидството, за което говорим. Мисленето е образец на ясновидството. Впрочем описаното в медитациите "виждане", съществено се различава от обикновеното мислене. То води към свръхсетивни опитности за светове, в които това мислене не може да проникне. Обаче животът, който душата разгръща в процеса на "виждането" не трябва да бъде различен от този, който се разгръща в мисленето. Тя трябва да изпълни "виждането" и озаренията си със същата степен на съзнание, с която изпълва и мисленето.

Душата съвсем не се отнася по един и същи начин към тези "виждания" и към обикновените мисли. Дори и душевното отношение на едно "виждане" към съответстващата му действителност да има сходство с отношението на една паметова представа към непосредствено изживяната действителност, за която тя на помня, същественото във "виждането" е тъкмо това, че докато то действа, силата на спомените изобщо не присъства в душата. Ако човек си представи нещо, той може и да си го припомни, дори и да става дума за някакъв фантастен образ. Но ако той узнае едни или други подробности в процеса на ясновиждането, те веднага изчезват в мига, когато то престане, след като наред с присъщите му душевни сили, не са развити и другите способности, а именно да се възстановят онези душевни условия, които поначало правят ясновиждането възможно. Човек може да си припомни тези условия и така да повтори "виждането"; обаче не може пряко да си припомни самото "виждане".

След като е изградил необходимото разбиране за тези неща, именно в него човек притежава и едно средство да вникне в действителността, която съответства на "виждането". Както можем да си припомним едно възприятие или изживяване, но без да сме в състояние да ги осъществим повторно чрез спомена, така стоят нещата и с това, което остава в паметта на ясновиждането: то не разполага с действителното съдържание на това ясновиждане. Както в сетивната област

действителното възприятие не е илюзия, по същия начин не представлява илюзия и отговарящата на ясновиждането свръхсетивна действителност. Хора, които не са достатъчно запознати с разглежданото тук ясновидство и съдят за него само според предварителните си становища, неизбежно ще изпаднат в грешка. Те вярват, че всичко, което се появява в ясновиждащото съзнание, би могло да идва от една игра на фантазията или от едно произволно преплитане на представите, напирани от подсъзнателните душевни дълбини под формата на неясни спомени. Подобни критици изобщо не знаят, че истинското ясновиждащо съзнание е възможно само при онези душевни състояния, които като такива не потъват в органичните пластове на тялото и които още в мига на своето възникване, се противопоставят на тенденцията да бъдат обхванати от каквито и да са паметови сили.

Друга особеност на ясновидството е, че по много признаци неговото протичане се отклонява от това на обикновения душевен живот. При последния, навигите и обучението играят значителна роля за човешкия живот. Всеки, който непрекъснато упражнява определена дейност, става все по-ловък и сръчен в нея.

Нима изобщо е възможен напредък в живота, в изкуствата, в образованието, ако човешката ловкост и сръчност не можеха да бъдат култивирани чрез обучението? За ясновидството това не е валидно. Ако човек е минал през една свръхсетивна опитност, той далеч не е станал по-сръчен, за да я повтори. И ако веднъж тази опитност е била факт, това е вече основание, тя да се отдалечи от него. Тя се стреми, така да се каже, да избяга от него. И той трябва да положи особени усилия, за да гарантира на душата много по-могъщи сили за възпроизвеждане на свръхсетивната опитност, отколкото силите, които са осъществили първото появяване на тази опитност. При първите стъпки по пътя на свръхсетивното познание, този факт се превръща за човека в източник на тежки разочарования. Наистина, при съответните упражнения, укрепващи душата в посочения тук смисъл, човек сравнително лесно стига до първите свръхсетивни опитности. Радостта от постигнатия напредък е голяма. Обаче той скоро забелязва, че тези опитности не могат да се повторят. И тогава той започва да се усеща като празен спрямо свръхсетивния факт. Сега важното е човек да разбере съвсем ясно, че първоначалните усилия, довели до резултата, не са достатъчни за повторното му възпроизвеждане; необходими са много по-големи усилия, често пъти от съвсем друго естество.

Постепенно човек стига до убеждението, че в много случаи законите на свръхсетивните изживявания са други и често пъти противоположни на физическите. От друга страна, най-строго трябва да се пазим от извода, че бихме могли да научим нещо за свръхсетивните изживявания,

като ги противопоставяме на сетивните. Как стоят нещата в отделните случаи, това трябва да се установи след конкретно свръхсетивно изследване.

Трети характерен признак на свръхсетивната опитност е, че "вижданията" проблясват пред ясновиждащото съзнание за твърде неопределен отрязък от време. Бихме могли да кажем: В момента, в който се появяват, те вече изчезват. А това означава, че само изключително бързата ориентация, изключително бързото насочване на вниманието, е в състояние да долови свръхсетивните "виждания". Ако човек не е развил такава бърза ориентация и такава бързо насочване на вниманието, той може и да има "виждания", но няма да знае нищо за тях. Тук се крие основната причина за толкова разпространеното отхвърляне на свръхсетивния свят. В действителност свръхсетивните опитности са много по-разпространени, отколкото обикновено се мисли. В основата си общуването на човека със свръхсетивния свят е една характерна общочовешка черта. Обаче способността за бърза, адекватна и познавателна намеса в това общуване, се изгражда бавно и трудно. В обикновения живот тази способност може да бъде постигната, когато при определени житейски ситуации се опитваме да вземем решение, опирайки се на светкавична ориентация. Ако при такива ситуации човек е свикнал непрекъснато да предъква решенията си и да губи време в безкрайни колебания, казвайки: "Трябва, или не трябва да върша това", той няма да се подготви по добър начин за наблюдения в духовния свят. А който стигне до там, че още през този живот постигне един вид присъствие на Духа, той ще внесе тази способност като едно безусловно изискване в свръхсетивните изживявания.

Ако способността за свръхсетивни изживявания би останала такава, каквато е в обикновения живот, човек би се оказал негоден пред задачите си в сетивния свят. Той може да се издигне до свръхсетивни способности по здравословен начин, единствено ако ги развива в рамките на нормалния живот сред физическата действителност. На погрешен път се намира всеки, който вярва, че може да открие достъп в свръхсетивния свят чрез игнориране на физическия земен живот, чрез странни, чудновати интереси и действия. Истинското ясновидство се отнася към нормалните и здрави сили на обикновеното съзнание, както последното се отнася към сънищното съзнание, чието съдържание застава пред душата именно под формата на сънища. Но както обикновеното съзнание може да бъде смутено от един абнормен сънищен живот, така и здравето ясновиждане не може да бъде изградено върху основите на житейската неадекватност, върху реакциите на враждебно спрямо живота поведение. Колкото по-здро стои човек в живота, толкова по-разбиращо се отнася към задачите, произтичащи от

интелектуалното му, емоционално, морално и социално съществуване, толкова по-здравословно ще извлече от такъв стил на живот онези душевни способности, които ще го доведат до изживяването на свръхсетивните светове.

Предложените "медитации" целят постигането на точно такова здравословно ясновидство. Нищо болестно, нищо визионерско и фантастично в лошия смисъл на тези думи, няма да срещнем по пътя, който те описват като път за познание на свръхсетивния свят.