

Székely István előadása

Vallástanárok részére

2016.04.09., Magyar Antropozófiai Társaság

Szeretném, ha mai előadásom ahhoz a páli idézethez lyukadna ki, hogy „*nem én, hanem Krisztus énbennem*”,¹ És tulajdonképpen arról szeretnék beszélni, hogy ez miképpen függ össze a szabadság kérdésével és lehetőségeivel. Az előzményekhez azért el valamit el kell mondanom. Előadásomnak az alábbi alcíme van: „új képességek”, ami nem lett meghirdetve, de az előkészületek során közöttünk ez nagyon élt. Ezt tulajdonképpen nem is én találtam ki, hanem a Kati adta ezt a címet. De mind a cím, mind a róla való gondolkodás teljes harmóniában történt. És ezt azért emelem ki, merthogy magának a témának van egy szociális jellege. Vagyis az, hogy bennünk közöttünk és rajtunk kívül is megjelenik egy téma, ez egy szociális kérdés is egyben. Legalábbis én annak tartom. Nem véletlennek. És amikor itt a képességekkel és az új képességekkel való foglalkozást kutattam, akkor ez a karaktere a témának végig megvolt. Hogy Ádámtól és Évától kezdjem, egyáltalán az, hogy képesség, hát ezzel azért körülbelül tisztában vagyunk, hogy micsoda. De egy jó pár olyan jellegzetességet, motívumot sikerült talán összeszednem, ami általánosan igaz a képességekre.

Az egyik ilyen, hogy képességek nem jelennek meg hirtelen, villanásszerűen. És nem realizálódnak, ha nincsenek gyakorolva. Hogy a legegyszerűbb suta példát mondjam, hogy senkinek nem jut eszébe mondjuk fölülni a biciklire és elmenni vásárolni, aki korábban nem ült biciklin, és nem gyakorolta ki magát. Holott maga a biciklizés képessége, vagy a kerékpározás képessége elvben mindenkinben ott van. Csomó ilyen lehetne mondani a mi életünkben, pedagógiai életben. Írás-olvasás, számolás... bármit, a nyelvekre vonatkozóan is. Csomó minden, amiket tanítunk. Amik képességekké is válhatnak. És ez a jelenség, hogy gyakorlás nélkül nem működik, ez kiegészül még egy-két ilyen jellemző karakterrel, hogyha művészi vagy szellemi képességeket tekintünk – legalábbis én így találtam.

Az egyik pontosan ez a szociális jelleg. Ugyanis amikor egy képesség megjelenik – most a megjelenést is beleértve, nemcsak hogy van – akkor már rendelkezik ezzel a szociális jelleggel. Elmondom, hogy mire gondolok. Itt van például Bach, aki zenei újtó, alkotó volt, de bárkire lehet gondolni a nagyok közül. Bármilyen profánnak is tűnik, de semmit sem tudnánk Bachról, Mozarttól, vagy bárkiről, aki valóban egy, mondjuk azt, hogy egy zseni volt, tehát egy nagy talentum volt. Rendkívül sok mindent megújított a zenei életben. Sokan támadták is őt. De hogyha nem lett volna egy-két ember – Bach esetében azért többről is beszélhetünk –, aki ezt a talentumot, ezt a képességet értette volna, hallotta volna, megjelent volna benne, nem mint szerző, hanem mint hallgatóban is, akkor ma nem tudnánk Bachról. Egy csomó mindenkiről nem tudnánk. És ez mindannak köszönhető, hogy egy-két kortársban megjelent az a képesség, ami Bachban is benne volt. Csak természetesen nem mint író képesség, hanem mint olvasó képesség. Tehát fel tudták ismerni, hogy miről van szó. Ha szellemi képességekről beszélünk, akkor ez még talán még fontosabb. Bárki a világ legnagyobb bölcsességét hordozhatja magában, ha azt senki nem érti meg – mert elmondhatatlan, közölhetetlen, akkor az nem bölcsesség, hanem valami egészen más. Minden ilyen új nemcsak hogy szociálisan megjelenik – ez még az általános részéhez tartozik a dolognak. Hanem úgy tűnik, hogy emberiség-szinten, akár Bachról legyen szó, egy előkészítésen megy

¹ Galata 2,20. Élek pedig többé nem én, hanem él bennem a Krisztus

keresztül. Hiszen ezt nem *valaki* készíti elő. Nem a Bach készíti elő, nem a kortársak, hanem úgy megjelenik, mint új képesség, új lehetőség, mint új az emberiség történetében.

Egyébként a legnagyobb eseményekkel is pontosan így vagyunk. Egy messiás sem születhet meg anélkül, hogy az emberiség elő ne legyen készítve. Hát nem csak azt értem ez alatt, hogy Jeremiásnál, vagy Ézsaiásnál történik meg ez az előkészítés, mint intuíció, hanem teljesen konkrétan megvannak azok a személyek, akik föl vannak készítve a messiás megjelenésére a Keresztelőtől Máriáig, a Lukács-evangélium pásztoraig. Van, aki erre nincs fölkészítve, Zakariás, de nem ez a téma. Hanem hogy elő van készítve a dolog. Mert még egy messiás sem lehet messiás, hogyha azt senki föl nem ismerné.

Ezt általánosságban szerettem volna előre bocsájtani. Hogyha itt a szabadsággal, mint lehetőséggel, mint képességgel találkozunk, vagy foglalkozunk, akkor ezek a vonások, azt gondolom, hogy meg kell, hogy jelenjenek. Hogy elő van készítve. Azt is mondhatnám, hogy az ember vezetve van erre. És a mostani, nekem nagyon szűkre szabott időben arról szeretnék beszélni, hogy hogy vehetjük észre a szabadság mint képesség megjelenését egészen a praktikumig, mind a pedagógiai életben, mind a mindennapi életünkben. Lehet, hogy szeretnék egy gyakorlatot is, hogy az akadályainkat is megismerjük. És hogy ennek milyen kifutása van jelenre és jövőre nézve, hogy ezzel a szabadsággal élni tudjunk. Ez egy hosszú ív lenne. Én csak egy-két momentumát próbálnám megjeleníteni. Példaként mondom csak, amit mondok, nem, mert a témát ki szeretném meríteni. Ha valaki józan, elfogulatlan, mai értelemmel, mai tudattal – és nem áll rendelkezésünkre más –, mondjuk az Ótestamentumot elkezdi olvasni, akkor hamar olyan kérdések özönéhez jut, hogy tulajdonképpen alig-alig tud vele mit kezdeni, illetve további kutatásokat igényel. *Kezdetben teremté Isten eget és a Földet.* És ha ezt megvizsgáljuk, ezt a kijelentést, vagy ezt a közlést, akkor arra kell rájönnünk, hogy ez lehetetlenség. Azért lehetetlenség a szövegben olvasott, mert hiszen itt még benne vagyunk a teremtésben. Tehát nem lehet Föld az, ami itt a teremtés alatt van, hiszen ez már a teremtettől van elnevezve. Nem lehet ég – és most nem is szeretnék tovább menni ebben a kérdésben. Csak arra szeretném fölhívni a figyelmet, hogy ez egy teljes lehetetlenség. Már csak azért is, mert amikor a teremtés történik, akkor nincs ember, aki jelen legyen, és nincs nyelv sem – hiszen tudjuk, hogy az sokkal később lett megteremtve. Tehát az nem lehet Föld. Ha ebben nemiattán bizonytalanok lennénk, akkor egy kis továbbolvasással kiderül, hogy a kétségeink helyesek. Ami nem azt jelenti, hogy megoldjuk a kétségeinket. Károli úgy fordítja a második sort ugye, hogy *kietlen és puszta vala* – az, ami még nem Föld. Az első görög fordításokban ez még nem kietlen és puszta, hanem *láthatatlan és üres*. És van is, és nincs is ... neve is van – nem valami *izé* még. És ha még tovább olvasunk – ezt most csak a teljesség kedvéért: hogy mi a „dolog”, és mi a „dolog”-nak a neve, a 8. versben azt olvassuk, ugye *teremté a mennyeztetet, alsó és felső vizek között*. Rácsodálkozhatunk, hogy a víz nincs megteremtve. Nem áll teremtés alatt. Egyébként a sötétség sem, különböző okokból. És a 8. versben azt látjuk, hogy *És nevezé a mennyeztetet égnek*, a 10.-ben *a szárazat Földnek*. Nem kívánnám megoldani ezt a kérdést. Ez egy életmű lenne. De a kérdésfeltevéssel kapcsolatosan egyetlen dologra szeretnék rávilágítani. Arra, hogy ezt az egész problematikát, ezeket a kérdéseket, ezeket nem lehetett mindenkor föltenni. És ezeket azért lehet föltenni, és azért lehet még értelemmel is követni ezeket a kérdéseket, mert a mai ember tudata el van szakadva, különvált magától a nyelvtől. Ez egy szabadság irányába tett lépés. Ami azt is jelenti, hogy amikor, mondjuk, ezt a szöveget olvassuk, hogy megjelenik a tudatban az ég és a Föld – ez azt is jelenti, hogy a mai tudat ennél egy picit többre vágyik, vagy több lehetőségre vágyik. Ugyanis nemcsak a megjelentben szeretne tájékozódni, nemcsak a megjelentet szeretné észrevenni, hanem szeretne részt venni a megjelenésben, sőt, abban is, hogy mi és hogyan jelenjen meg. Ezért tudja ezeket a kérdéseket egyáltalán föltenni, én csak a kérdések jellegét szeretném ebből kiemelni, és nem mást. És ez azt is jelenti, hogy a mai ember megfogalmazhatja azt az igényt, hogy miután azt is meg tudja fogalmazni, hogy szeretne úrrá lenni azon, kezébe venni azt, hogy mi jelenjen meg a tudatban és hogyan, hogy egy kvázi *teremtőként* is színre lépjen. És ez akkor lehetséges, és akkor

történhet meg egyáltalán, hogyha az ember minden kötöttségétől meg tud szabadulni, a nyelvhez való kötöttségétől is, azaz: a tudatának teljes múltjától meg tud szabadulni. Ez a kettő együtt jár, és erre szeretnék még más példákat is mondani, mert tudom, hogy ez egy nagyon nehéz ügy. Mondok pozitív, negatív példákat. Nem könnyű ez a téma, én ezt belátom.

Az, hogy nyelv-független gondolkodás létezik, arra a tudományból pontosan eleget lehet látni és tudni. Bár maga a tudomány nem mindig veszi ezt konkrétan észre. Tehát az, hogy 300 évvel ez előtt, mondjuk, nem lehetett holtnyelv-tudomány, összehasonlító nyelvtudomány, ilyen elemzés nem létezhetett. Mert ahhoz, hogy összehasonlító nyelvtudomány létezzen, vagy létre jöjjön, ahhoz kell egy olyan gondolkodás, ami a nyelvtől elválik, független tőle. Anélkül nem lehet összehasonlító nyelvtudományt csinálni. Ezt a tudomány egyébként éppen nem veszi észre, ugyanakkor megcselekszi. Ma már lehet csinálni ilyet. Mondok még egy példát, mondjuk egy negatív példát. Több Nobel-díjat kiosztottak azért, nagy felfedezések születtek abban a témakörben, amit úgy nevezünk, hogy testbeszéd. És itt valóban egy valóságról beszélünk. A testbeszéd, az létezik, így csinálom, mondom, ésátöbbi, ésátöbbi. Ezzel nincs semmi baj. De amikor ezt elkezdjük magyarázni, és elkezdjük megfejtetni, hogy miről szól ez a testbeszéd, akkor egy nagyon érdekes jelenségre figyelhetünk föl. Arra ugyanis, hogy minden magyarázat nem tesz mást, és nem tud mást tenni, mint visszavezeti a testbeszédet a meglévő fogalmiságunkra. Efelé gondolkodik. És ez azt jelenti tudati értelemben, hogy semmi újat nem tud mondani. És gyakorlatilag bármit is mond, bármit is fejt meg, annak az a jelentése, hogy „ezt tulajdonképpen el is tudnám mondani” – hiszen a magyarázatban elmondom –, „... de, mert lusta vagyok, meg lassú, meg nem tudom én, micsoda, ezért nem elmondom, hanem testbeszéddel közlöm”. Nem a testbeszéddel van a probléma, hanem az összes magyarázatával. Mondom, több Nobel-díj ki lett osztva ez ügyben. És nyilván mindegyiknek van egy lételapja. De ezt a megfigyelést, amit én most elmondtam, ezt akkor lehet megtenni, hogy ez nem jó irány a magyarázatnak, hogyha megvan az emberben a nyelv-független gondolkodás képessége. És ez egy szabadság-kérdés, abszolút szabadság-kérdés. És nagyon zárójelben hozzáteszem, hogy a szavak nélküli gondolkodás képessége az emberben, az a meditáció képessége is egyben.

Hogy ez egy folyamat, és ez nem mindig volt így, az eléggé látható. De összefoglalva magát a jelenséget, amit így nagyon nehezen próbálok körülírni, itt tulajdonképpen arról van szó, amikor nyelv-független gondolkodásról beszélünk, hogy egy olyan gondolkodásról beszélünk, ami teljesen szabad, és teljesen megszabadul magától, saját múltjától is, mindenféle tanultságtól és mindenfajta előzménytől. Mert ha ettől nem tud megszabadulni, akkor nem tud újat gondolni, nem tud újat cselekedni. Mert a fogalmiságban nem tud újat alkotni. Nem tud új fogalmakat sem alkotni – meg is kérdezhetném, hogy mikor találkoztatok új fogalmakkal – nem nagyon. Tehát ahhoz, hogy a gondolkodás szabad legyen, ahhoz az kell, hogy az ember meg tudjon szabadulni a múltjától. Gondolkodásában, tudatában, szellemében. És most szeretnék kicsit ugrani egyet. És majd megpróbálom ezt összekötni az eddig elhangzottakkal.

Nem tudom, hogy ki mennyire olvasott, általában nagyon olvasottak szoktunk lenni. Hogy ki mennyire foglalkozik a karma-tannal. Ki mennyire foglalkozik ezzel? Akár azzal a hat könyvvel, amelyik megjelent, ² akár a Karma megjelenése ³ című könyvekkel. Nem szeretnék belemenni különösebb részletességgel, meg lehet tenni. Egy nagyon fontos jellegzetességére hadd hívjam föl figyelmet. Ha valaki ezeket olvassa, akkor egy nagyon fontos megfigyelést tehet. Ugyanis akármiről is van szó, van az egész tannak egy szempontja. Ami a halál és az újjászületés között történik, az mind arról szól, és abból van, hogy az ember a múltbéli vétkeit, eseményeit az életben hogyan

² Rudolf Steiner: A karmikus összefüggések ezoterikus vizsgálata (Esoterische Betrachtungen karmischer Zusammenhänge, GA 235 - 240). Genius Kiadó, Budapest, 2011.

³ Helyesebben: Rudolf Steiner: A karma megnyilvánulásai. (Die Offenbarungen des Karma, GA 120) Genius kiadó, Budapest, 2019.

tudja akkor a jövőben helyre tenni. Az egész karma-tan arról szól, ilyen értelemben azt kell mondanom, hogy múlt-központú. Olyan értelemben múlt-központú, hogy minden tevékenység és feladat abból van, hogy ezeket a „hibákat” kijavítsuk. Akár egy következő életben. Vagyishogy ezt a múltat föl tudjuk számolni. A jövőnk az határozza meg, hogy a múltunkkal mit tudunk kezdeni. Ami természetesen a tudatunk múltja is egyben. Ez sem volt mindig így. Ha arra gondolunk – és hozzá kell tennem, hogy ez a feladat, ami mindenki előtt áll, ez megint általános érvényű. Ha ez nem volna általános érvényű, ebben az értelemben szociális, akkor nem lehetne belőle tan, egész egyszerűen.

Nem volt ez mindig így. Ha az Ótestamentumot lapozgatjuk, akkor azt látjuk – hangsúlyozom, csak példákat mondok –, akkor azt látjuk, hogy voltak olyan alakok az emberiség életében, akik mondjuk 8-900 évig éltek. Most egy más kérdés, hogy ez most a biológiai életre vonatkozik-e. Tudjuk, hogy nem arra vonatkozik, hanem a tudat folytonosságára vonatkozik. Tehát ugyanabban a tudatban élt több generáció. De ez mindegy. Tehát azt lehet csak, és azt szeretném ebből következtetni, vagy levonni, mint tapasztalati jelenséget, hogy az ember karmikus élete nem mindig volt olyan, mint most. Tehát egy ilyen időszakban, amikor valaki 900 évig él, tudat, akkor az nem úgy megy, mint ma. És amikor ma azt látjuk, hogy jönnek ezek az újabb és újabb generációk hihetetlen képességekkel, és sok minden hihetetlen mással, akkor – én egy összefüggést szeretnék itt fölállítani, hogy ez a generáció, és az újabb és újabb generációk, már mi is így, rendkívül sok mindenben túl vagyunk, és rendkívül sok minden áll előttünk, elvégzendő feladatként, amit el kell végezni. És ha nem végezzük el most, nem baj. Idézőjelben „nem baj”. De az elvégzés, az egy szociális gesztus. Hadd meséljek el erről egy személyes történetet is. Én most, ebben az évben tanítok a tanárképzésen. Az a generáció, amely most megjelent a tanárképzésen, ez egy nagyon új generáció. Ennek a generációnak az újdonságára, erre már pár szerző fölfigyelt ez előtt 20-30 évvel. És ezek megjelentek mint jövőbeli tanárok. Miről lehet őket megismerni? Amikor szellemtudományról van szó – én *ezt* próbálom velük csinálni együtt, ugyanis nem lehet tanítani, csak együtt csinálni –, ezek isszák. Abszolút. Olyan módon isszák, ahogyan ezt én még nem láttam. Egyetlenegy más helyen sem. Ez a kenyerük. Most csak zárójelben jegyzem meg, hogy az, hogy steineri gyakorlatokat végeznek, ez nem kérdés számukra, egész egyszerűen. Hihetetlen. Én ilyenkor még nem találkoztam. Ezzel az előkészítő osztállyal. Előkészítő, hangsúlyozom, mert első előtt vagyunk. A minap a következő problémát beszéltük át. Nekem van egy kedves ismerősöm, aki éppen leszokóban van a drogról. Nem tud koncentrálni, ezt ő is észre veszi. A kérdés, amivel ehhez a gyerekekhez fordultam – mit gyerekek, hát 20 és 40 között vannak – hallgatókhoz fordultam: mit tanácsolnának? Mit tanácsolnának ennek az illetőnek? Mind elmondja a saját tanácsát. Ami mind igaz, jó és kipróbált. És aztán rájönnek egy döbbenetes igazságra: hogy húszan húszfélét mondanak, és ennek az az oka, hogy nem tudnak a másikba belehelyezkedni. Mind a húsz tanács igaz, jó. De rájönnek, hogy egy olyan tanácsot kéne adni, ami annak a huszonegyediknek való. És ez a tanács lehet olyan, amit ők nem próbáltak ki, mert nem róluk szól. De érezniük kell ennek a tanácsnak az evidenciáját, ami a másik lényre igaz. És rájuk esetleg nem. És fölismerik ezeket a határaikat is, ezek a hallgatók. Akik, csak zárójelben mondom, a ti kollégáitok lesznek. Ez elég félelmetesen hangzik. És meg tudnak itt állni. És nem kötik össze a dolgot, és nem kezdenek el fantáziálni, hanem megállnak itt, mert tudják, hogy ez az igazság. És itt kezdenek el dolgozni. Namost ez egy általános jelenség, amiről én beszélek. Ahol nem adhatnak tanácsot a múltjukból. És még egyet nagyon tudnak. Hogy itt is egy szabadság-kérdésről van szó, és itt is egy szociális kérdésről van szó. És láthatósági kérdésről van szó. Azt tudják, vagy tapasztalják, amit én is, magam is vallok, hogy ezek a határaink, amiket megfigyelünk, ezek nem másból fakadnak, mint abból, hogy hogyan gyakoroljuk szabadságunkat, vagy, hogy éljük meg szabadságunkat. És tiszta és világos az az összefüggés a számukra, hogy a gyakorlatokkal, amit ők végeznek – hát nem véletlenül végzik veszett módon, tényleg veszett módon és tényleg hihetetlenül kapaszkodni kell –, milyen összefüggésben van a szabadsággal. Mondok egy példát, és akkor ez így, szeretném ezt összekötni. És szeretnék erre az akadályra is rámutatni jobban.

Szeretnék csak fölillantani valamit a pozitivitás gyakorlatából. A pozitivitás gyakorlata ugye arról szól, hogy ha valami negatív történik, próbáljuk benne megtalálni a jót. És van ott egy nagyon „apró betűs” rész. Mert nem mindig lehetséges ez, és vannak események, amiben nem tudunk pozitívat találni. Az az apró betűs rész, hogy ebben az esetben próbáljuk megkeresni a jó *lehetőséget*, a jóra váltás lehetőségét, és hogyha lehet, akkor ezt cselekedjük is meg. Ezt azért emeltem ide ki, mert teljesen világos, számomra legalábbis, hogy a szabadság kérdésében ez a cselekvés a pozitivitás gyakorlatánál, ez nem arról szól mindösszesen, hogy itt jobb emberekké váljunk, hanem ez az egész karmikus létünket összeköti. Merthogy a szabadsághoz az is hozzá tartozik, hogy *egy* életünk van, egy szellemi életünk van, amit nemcsak visszafelé kötünk össze a múltunkkal egy karmikus létben, hanem most is tudunk dolgozni már ezen. Például a pozitivitás gyakorlatában. Az összes gyakorlatról el tudnám mondani – de nem ez a cél –, hogy milyen karmikus következményei vannak, lehetnek. Ami mind szabadságból és szociális kérdésből áll. Ebben a vonatkozásban. Tehát azt is mondhatnám nagyon profánul, hogy a karmán *most* lehet elkezdeni dolgozni.

Namost ez nem ilyen egyszerű kérdés. Tehát nem akarom itt az elméletek számát növelni. De hogy ez nem ilyen egyszerű kérdés. És hogy miért nem ilyen egyszerű kérdés, arra nekem van egy lehetséges válaszom vagy magyarázatom. Még hozzá azért, mert úgy tűnik, hogy az ember ma akaratában, és különösen az erre vonatkozó akaratában meglehetősen gyenge. Hozzáteszem, a második mellékgyakorlat az akaratgyakorlat, de ezt csak így zárójelben említem. Éspedig azért gyenge, mert nem nagyon találja az akaratát. Egész egyszerűen nem találja. A Waldorf-pedagógia az akaratgyakorlatról szól. Meg is jelent egy új kifejezés, hogyha figyelünk, az „akarat” helyett, mellett, amit úgy hívnak, hogy *motiváció*. Most nem mennék bele, hogy belső vagy külső motiváció. Csak föl hívnám a figyelmet, hogy az akarat és a motiváció ellentétes irányú ügyek. Tehát motiválni valakit, az azt jelenti, hogy *kívülről* októzni, érdeklődést kelteni, szítani. Az akarat meg ellentétes irányú, belülről fakadó. Hozzá tartozik a történethez, hogy amit az ember nagy akarat, nagy lendülettel csinál, vagy legalábbis úgy tűnik, ahhoz általában nem kell olyan sok akarat. Merthogy érdeklődésből és lelkesedésből, vagy motivációból teszi. Tehát ez nem akarat kérdése. A mai embernek az akaratgyakorlatával van a legnagyobb problémája. Visszatérnék ezzel kapcsolatban arra, hogy hol fedezhető fel az akarat, és mi módon van használva a mai ember életében. Ami tulajdonképpen ma már, én azt gondolom, hogy meghaladott. Merthogy a mai embernek is van akarat. Páli értelemben ez az én. Tehát nem a nem-én, hanem pontosan az én. Már ego-t se mondanék, inkább magam-érzést. Ami egyébként abban is meggátolja az embert, hogy a másinak olyan tanácsot tudjon adni – én nem akarom ezt kiszélesíteni gyerek-megbeszélésre, és természetesen senkiről se személyesen beszélek, hanem az átlagemberről beszélek. Tehát vannak kiváló pedagógusok közöttünk. De az átlagember nem tud ezzel a problémával mit kezdeni. A magam-érzésével nem tudja ezt áthágni. Nem tud átmenni. Bár maga az, hogy erről már tudunk beszélni – erről nem mindig lehetett beszélni –, ez már jelent valamit. És hogyha beleegyeztek, akkor szeretnék egy kis gyakorlatot csinálni. Hátha tapasztalunk valamit ebből az ügyből, hogy itt miről van szó. Ha lehet. A gyakorlat az eddigiek szellemében történne. Egy nagyon egyszerű megfigyelési gyakorlatot szeretnék. Ami ujjgyakorlat. és valóban nem áll semmi másból, mint hogy az ember ezt a magam-érzést, vagy valamit – tehát nem prejudikálok semmit – megpróbálja egy picit megfigyelni, hogy ez miből is áll. A gyakorlat abból áll, hogy a jobb kezünk mutatóujját kényelmesen, nem kell kinyújtani, semmi, csak megfigyeljük. De ez a megfigyelés, ennek a módszertanáról mondanék valamit. Hogy próbáljuk meg ezt a megfigyelést úgy, mintha semmit nem tudnánk. Tehát nem figyeljük meg a csontokat... Ha valaki nem tanul a csontokról, inakról, akkor fogalma sincs, hogy van ilyen. Tehát ez nem a megfigyelés tárgya, mert ez egy *gondolt* dolog. Valós megfigyelést teszünk. Nem a gondolkodásunkkal. A kérdés az, hogyha mondjuk lecsukott szemmel két percig, három percig figyelek az ujjamra, milyen tapasztalást gyűjtök, vagy mit érzek, már az „érzés”, mint kifejezés is egy kicsit prejudikálás – minden nélkül. Mi a tapasztalás, amit nekem az ujjam nyújtani tud? Mit érzek, mit tapasztalok? Nem a tanultságról van szó. Mondom, tehát mintha nem tanultunk volna biológiát, nem tudnánk. És nem török el az ujjunk. Nem tudjuk,

hogy van inunk, csontunk... semmink. Egy ilyen elfogulatlan – ötödik gyakorlat⁴ – egy elfogulatlan megfigyelést kéne tennünk, előzmény nélkül. És az elfogulatlansághoz persze az is hozzá tartozik, steineri értelemben is, hogy bármilyen meglepő tapasztalást is elfogadjunk. Érthető a gyakorlat? Sokkal bonyolultabb elmondani, mint megtenni. Tehát az egyik ujjunkra... figyelünk. Nem mondom még azt se, hogy koncentrálnunk. Mit tapasztalunk, mi a tapasztalás? Ennyi a kérdés röviden, 2-3 percig. Ameddig lehetséges ez. Nem gondolkodunk, megfigyelünk, tapasztalunk

Sz. I. (Kérdésre válaszolva): – Jobb csukott szemmel, igen. Tehát nem egy észleleti kérdéstről van szó.

⁴ Rudolf Steiner: Hogyan jutunk a magasabb világok megismeréséhez? Meditációs könyv. (GA 10. Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten) Pesti Szalon Kiadó, Budapest, 1992. Ld. még: Georg Kühlewind: Normálistól az egészségesig, Az öt alapgyakorlat c. fejezet. Kláris kiadó, Budapest, 2003.