

VEŽBE GLEDANJA UNATRAG

Martina Maria Sam

Vežbe gledanja unatrag I: Dnevno gledanje unatrag

Od sećajućeg do gledajućeg pamćenja

Na antropozofskom saznajnom putu je „gledanje unatrag“ osnovni element školovanja. Te vežbe gledanja unatrag koje je dao Rudolf Štajner, čija delovanja sežu od preoblikovanja pamćenja preko saznanja karne do intuicije, mogu se podeliti u tri oblasti – *Dnevno gledanje unatrag*, *životno gledanje unatrag* i *povratno predstavljanje*. Ove će biti prikazane u tri članka u kratkom pregledu.

Već u Theosophical Society bilo je dnevno gledanje unatrag poznato kao važan element školovanja. Tako se kaže u 'Pravilima Esoteric School of Theosophy': „Svaki pripadnik škole (...) mora, pre nego što ode u krevet, (...) da pogleda natrag na svoj dan i da podvrgne суду своје sopstveno držanje.“

Pogled unatrag na to što je doživljeno i učinjeno i vrednovanje istih su ovde bitni elementi. U tim svaki put lično datim uputstvima Rudolfa Štajnera za svoje ezoterične učenike nalazi se u odnosu na dnevno gledanje unatrag gotovo neprekidno još jedan dalji aspekt, koji još nije bio sadržan u ovim opštim uputstvima 'Esoteric School': obaveštenje, da se gledanje unatrag *obavlja u povratnom sledu događaja*, dakle početi (sa gledanjem) od sadašnjeg momenta i završiti kod ustajanja ujutru.

Danas, bez ličnih uputstava nekog učitelja, svaki pojedinac mora iz sebe da nađe, kako on treba da izvrši ovu vežbu. Pri tome može da bude od velike pomoći, predstaviti sebi u celosti, na koje aspekte je ukazao Rudolf Štajner (pogledaj pregled na kraju). Jer mnogi ljudi su nesigurni, kako bi trebalo tačno sprovesti dnevno gledanje unatrag: Da li sebi treba predstaviti celokupan tok dana unatrag? Da li treba da se uzme u obzir svaka pojedinost – ako da, zar tada nisu potrebni sati za gledanje unatrag? Da li se treba zadržati kod važnih stvari? Da li se tu radi o vrednovanju sopstvenih dela?

Prošlo očigledno predstaviti

Iscrpan opis te vežbe daje Rudolf Štajner u jednom ranom predavanju 'Objašnjenja osnovnih uslova za samostalno postizanje viših saznanja', koje je održano u malom krugu i od kojeg su doduše sačuvane samo beleške. 21. februara 1904. radi se primerice o tome, koja pitanja se mogu sebi postaviti pri gledanju unatrag na dan: „Šta mi je pričinilo zadovoljstvo i bol? Šta mi je stvorilo ugodnost, a šta neugodnost? Da li je bilo opravdano ovo zadovoljstvo, ovaj bol? Zar ovo ne bi moglo biti drugačije, ako bih ja ovu misao posmatrao nešto drugačije? Da li bih ja mogao da pobudim ugodnost i neugodnost na neki drugi način? Zar ne bih mogao da imam uticaj na tok događaja? Da li sam delao tako, kao što uvek hoću da delam? Jesam li delao tako, da to mogu da

dovedem u sklad sa čitavom harmonijom svetskog reda? – Ukratko, to je podizanje dnevnog života na jedno više stanovište.“

U ezoteričnim časovima za uži krug učenika Rudolf Štajner češće ukazuje na vežbu dnevnog gledanja unatrag i skreće pažnju na posebno delovanje iste: na preobražaj pamćenja. Već u gore pomenutom predavanju od 21. februara 1904. govori on o „negovanju pamćenja“, o preoblikovanju i uređenju astralnog tela, koje se postiže time, što učenik uz pomoć dnevnog gledanja unatrag „od svog života pravi školu učenja“. U ezoteričnom času od 20. januara 1907. on napominje, da se pamćenje postepeno preobražava – od sećanja do gledanja: „Kod posvećenog postepeno nestaje pamćenje i na njegovo mesto stupa direktno gledanje onoga, čega on hoće da se seti. Pred sebe se mora postaviti slika dnevnih događaja, sasvim tačno i jasno o svim pojedinostima, odeći, licu, vrsti et cetera (i drugo), sve sasvim tačno, i tako pogledati događaj u slici, kako se govorilo, kako se radilo et cetera. Veoma je važno, da se mali doživljaji, koji nekome nisu toliko interesantni, prizovu natrag u pamćenje, oni događaji kod kojih se ima muke da se njih seti, jer se time pokreću unutrašnje snage.“ Time što pušta da dan u slikama prođe pred njegovim očima, taj ko vežba stvara „duhovne slike, koje on kao ekstrakt nosi sa sobom preko u duhovne svetove“. Uobičajeno pamćenje biva potom vremenom lošije, ipak može *neposredno gledanje prošlog* da stupi na njegovo mesto.

Ovo preobražavanje pamćenja je istovremeno uvežbavanje u čitanje u Akaša-hronici: To „gledanje unazad, koje mi poznajemo samo prostorno, moguće je takođe u vremenu, i mi to učimo time što se potrudimo, da protekli dan pustimo da prođe pred nama koliko je moguće jasno, slikovito i očigledno. Nijedan događaj prošlosti nije potpuno otišao, svi su još tu. Oni su tu u tome, što mi nazivamo Akaša-hronika. Nju čovek uči da čita samo na ovom putu. On najpre iz toga spoznaje jedino to, što se tiče njega samog, postepeno takođe dolazi i drugo. Zato je večernje gledanje unatrag toliko važna, obavezna vežba.“

Imaginativno postajanje pamćenja

Prvo ’javno’ opisivanje vežbe dnevnog gledanja unatrag od strane Rudolfa Štajnera nalazi se u njegovoj „Tajnoj nauci u skici“ 1910. Tamo se kaže: „Dospeva se do izvesne prakse u takvom samoposmatranju, ako se počne sa predstavljanjem pojedinih malih delova ovog dnevnog života. Zatim se postaje sve veštiji i spretniji u takvom gledanju unatrag, tako da će ono posle dužeg vežbanja moći u potpunosti da se oblikuje u kraćem vremenskom rasponu.“

1912. godine Rudolf Štajner je vežbu gledanja unatrag dao jednoj učenici u vezi sa mantričkim rečima. On joj je preporučio da posle gledanja unatrag posebno odvoji jedan od dnevnih doživljaja i predstavi ga u slici, dok se ovaj ne oblikuje „kao imaginacija“: „Zatim se svest koncentriše sasvim na reči: Šta sam doživela po danu / Nalazi se sad duhovno preda mnom / Tako takođe predstavi ti moje Ja / Sebi duhovno tu sliku / Osećaj kako si po danu / Osećalo pred tim / Budi sâmo sa tom slikom.“

U takozvanom ’Ciklusu o omotačima’ iz marta 1913. data je jedna dalja vežba gledanja unatrag, pomoću koje „pamćenje treba da postane sve imaginativnije i imaginativnije“. To je vežba povratnog predstavljanja, ne dnevno gledanje unatrag; upravo po sličnom usmerenju – sistematsko privlačenje „druge vrste pamćenja“ – prepoznaće se ipak unutrašnja srodnost različitih vežbi gledanja unatrag. Rudolf Štajner

preporučuje tamo, da se jedna knjiga, koja se oseća kao dragocena, posle čitanja ponovi – i doduše od pozadi prema napred, pri tome proći „posebne pojedinosti po drugi put“, i sebi možda čak zapisati još nekoliko „kratkih misli iz toga“ i za kraj sebi postaviti pitanje: „Sa koje strane ti možeš posebno da se zainteresuješ za ovaj predmet?“ Ako bi se radile takve vežbe, moglo bi se ustanoviti, kako se preobražava pamćenje, kako bi se moglo gledati unatrag na takve doživljaje, kao kada bi oni „zastali“ u vremenu: „Ne dolazi sećanje: čitava slika se podiže; zatim će moći da se primeti, da se, dok se ranije samo čitalo u knjizi, sada te stvari zaista pojavljuju. One se gledaju kao na nekoj vremenskoj udaljenosti; pamćenje postaje neko gledanje slika, koje se nalaze na vremenskoj udaljenosti.“

Okrenuti tok dana

Vratimo se na dnevno gledanje unatrag: Može se postaviti pitanje, zašto je Rudolf Štajner to smatrao tako važnim, da se dnevni događaji prođu (pregledaju) *u povratnom sledu dešavanja*. U Kaselu on pojašnjava na jednom ezoteričnom času 1907: „Unatrag, jer u višim svetovima sve ide od kraja ka početku, i na taj način se učenik priprema.“

Pripremanje za način posmatranja duhovnog sveta, koji učenik iskusi, time što vežba povratno predstavljanje, naglašava Rudolf Štajner takođe u ezoteričnom času od 15. aprila 1909. Tamo on ukazuje na to, da mi time stvaramo sebi neki prelaz ka višim svetovima, pomoću kojeg oni lakše mogu da se uliju u nas. Obrnuto važi princip: „Kroz uobičajeno mišljenje (unapred), koje prenesemo u duhovne svetove, mi se opiremo protiv istih, udaljavamo ih od sebe i time kočimo sebe i razvoj.“

Ovaj više duševno-istražujući pristup vežbi povratnog gledanja produbljuje Rudolf Štajner u predavanju od 18. septembra 1915. Tamo se kaže: „Formirana je predstava na spoljašnjem svetu; pokuša se nezavisno od spoljašnjeg sveta sa veštačkim proizvođenjem procesa sećanja. (...) Ako se gleda unatrag na dnevne doživljaje, onda se vežba u tome, da se takoreći dođe na puteve, koje stvara sama predstava, time što je zaronila i ponovo se pojavljuje. Dakle čitav proces sećanja unatrag zasniva se na tome, da se slede predstave, koje su potonule ispod praga svesti.“

Važna je pri tome unutrašnja snaga, koju učenik mora da pribavi u strpljivom, ozbiljnog naprezanju – a da vremenom ne popusti u tome – da bi okrenuo uobičajeni tok dana. Time on stiče jednu početnu sposobnost očekivanja za tok predstavljanja ispod praga svesti. Tamo, ispod praga, ova se preobražava: Ona postaje „sasvim u slikama; a ove postaju u potpunosti takve, da mi u njima osećamo život“: „Dakle, uzmite na primer, vi ste u toku dana – ja ću uzeti sasvim običan doživljaj – sedeli za nekim stolom i imali u ruci jednu knjigu. Zatim, u bilo koje vreme uveče, vi živo sebi predstavite, kako je to bilo: sto, knjigu, vas kako tu sedite, kao kada bi bili izvan sebe (...) – Sa stolom i knjigom hoću jednostavno da kažem, predstavite sebi tako živo koliko je to samo moguće bilo koji isečak tekućeg dana. Potom, ako vi stvarno pustite da duševni pogled miruje na ovoj slici, ako to stvarno predstavite intenzivno meditirajući, vi ćete počev od izvesnog momenta drugačije osećati nego inače; štaviše, ja hoću da kažem upoređujući, tako slično, kao kada bi vi u ruku uzeli neko živo biće.“ (R. Štajner, predavanje od 18. septembra 1915.)

U vežbi gledanja unatrag mi sledimo predstavu do ispod praga svesti, da bismo je pronašli tamo gde se ona nalazi u prvobitnom stanju, gde je još živa.

Tako dakle dnevni pogled unatrag služi ne samo tome, da mi svoj život učinimo neprestanom školom života i da time školujemo sposobnost duhovne prsebnosti, nego – kroz preobražaj našeg pamćenja od sećajućeg do nekog gledajućeg – takođe tome, da se razvije živo imaginativno mišljenje. ■

ASPEKTI DNEVNOG GLEDANJA UNATRAG (dopuna prethodnog članka)

- Pogled unatrag treba izvršiti u povratnom sledu dešavanja – od večeri do jutra.
- Vlastito ponašanje treba posmatrati tako, da se iz toga što se doživelo uči za budućnost. Pri tome ne treba osećati nikakvo kajanje: „Kajanje je uvek egoistično. Ko se kaje, želi sam da bude bolji, on ima jednu sasvim egoističnu želju. Ne bi trebalo hteti biti bolji, nego hteti *postati* bolji.“
- Taj ko vežba treba da postane posmatrač samog sebe, da bi učio od života i unutrašnje se pripremio za neku sličnu situaciju u budućnosti. Treba pitati sebe, „ukoliko postoji saglasnost sa samim sobom, šta bi se bolje moglo doživeti, šta bi se bolje moglo učiniti“, „kako se može bolje ponašati pri nekom sličnom slučaju u budućnosti“. Ovo predstavljanje samog sebe može da vodi do toga, da čovek posmatra „sebe u svom dnevnom životu kao izvana“, „da vlastite stvari posmatra sa mirom, kao kada bi bile tude“. Trebalo bi „da posmatramo naše osećaje i da ih doživimo još jednom, ali ne tako da imamo isti utisak, nego da se objektivno postavimo prema njima, tako da mi vidimo naše gledanje, da čujemo naše slušanje i da nam budu jasni naš bol i naše zadovoljstvo“.
- Kod gledanja unatrag – barem u prvo vreme – ne treba neizostavno težiti nekakvoj potpunosti: „Kod ovih stvari se ne radi o tome, da mi pred svoju dušu pustimo koliko je moguće više dnevnih doživljaja, nego o tome, da to uradimo sa najvažnijim.“ Može se početi sa jednim doživljajem i zatim malo-pomalo na to uzimati druge: „Dovede se slikovito pred dušu bilo koji određeni doživljaj dnevnog života od večeri (...). Potom se uzima neki takav događaj iz ranijeg perioda dana, neki treći iz još ranijeg, pa do jutra. Zatim se ti događaji povezuju kao sami od sebe, tako da se dobije tablo dana u srazmerno kratkom vremenu.“ „Zatim se postaje sve veštiji i spretniji u takvom gledanju unatrag, tako da će ono posle dužeg vežbanja moći u potpunosti da se oblikuje u kraćem vremenskom rasponu.“
- Taj ko vežba treba takođe da se pomuči u sećanju oko ’sitnica’: „Mnogo je važnije moći se setiti malih pojedinosti nego krupnijih događaja. (...) Mi vidimo sebe na primer kako prelazimo ulicu, pri tome se trudimo da se setimo, kako su prolazili redovi kuća, pored kojih prozora smo prošli, koje ljude smo sreli, kako su oni izgledali, kako smo mi sami izgledali; zatim vidimo sebe da ulazimo u neku radnju i sećamo se, koja prodavačica nam je izašla u susret, kako je bila obučena, kako je govorila, kako se kretala et cetera. Kod takvih malih pojedinosti moramo snažno da se napregnemo, i to jača snage duše.“
- Ceo proces ne bi trebalo da traje duže od cirka 3 do 5 minuta: „Ne sme se misliti, da će za to biti potreban jedan sat. Najpre se treba setiti samo ponečega i zatim postepeno sa velikom mukom sve više i više. Konačno pak može se kroz vežbu doći dotle, da čitav dnevni život jasno prođe kroz dušu kao slike na zidu u svim pojedinostima za pet minuta. Ali mora se strpljivo težiti. Ko dnevne doživljaje ponavlja samo površno brzo, i samo ih bezbojno registruje, njemu ova vežba baš ništa ne koristi.“

– Ako taj ko vežba zaspi pri gledanju unatrag, to nije loše, jer on odlazi u san „sa tendencijom razvoja nabolje“. Važno je ipak, da se posle buđenja bude svestan procesa: Ako „neki meditant misli (zna) da je zaspao u toku gledanja unatrag, ali ako se opet probudi i potrudi se da sledi ono što se u međuvremenu desilo u njemu, tako će često puta moći da nađe, da je gledanje unatrag ipak nastavljeno u tom međuvremenu. Veoma je važno da se to oseti. (...) Jer time što to prizovemo natrag u naše pamćenje, mi to upravo pripajamo našem Ja.“ Dakle važna je svesna povezanost sa dnevnim Ja, iako se ovo dešava tek naknadno.

– U pojedinim uputstvima se preporučuje, da se pogled unatrag završi sa jednom mišlju punom ljubavi za svoje bližnje ili sa jednom mišlju ove vrste „U mene iz duha šta mi je najpotrebnije“. ■

Vežbe gledanja unatrag II: Životno gledanje unatrag

Svest o duhovnom delovanju karme

Na tu u prethodnom članku prikazanu vežbu dnevнog gledanja unatrag tesno se nadovezuju vežbe životnog gledanja unatrag. U njima se radi o tome, da se sebi postave pred oči pojedini događaji iz prošlih odeljaka života – sa uvek različitim fokusom.

Pada u oči, da su vežbe za životno gledanje unatrag – drugačije nego one za dnevno gledanje unatrag – ređe bile davane od strane Rudolfa Štajnera kao lična obaveštenja za školovanje. Takođe u potpunosti nedostaje obaveštenje, da se životni događaji predstave sebi u povratnom sledu dešavanja.

Na ezoteričnom času od 29. marta 1911. nalazi se podsticaj, da se na izvesne odeljke života – najmanje „jednom godišnje, možda na naš rođendan“ ili uoči Nove godine – ispitujući gleda na prošlo sa pitanjem: „Šta mogu da obeležim kao dobra i loša dela u toku ovog odeljka života?“ Nekome će se zatim pokazati, da su dobra dela potekla iz jednog unutrašnjeg impulsa, za koji treba zahvaliti Andželu čuvaru. I time što mi kroz redovno samoispitivanje otkrivamo naše greške, ovo bi moglo da pomogne, da se vremenom oslobođimo od svega što je previše lično.

Na sličan način Rudolf Štajner bodri članove u predavanju od 31. avgusta 1913., da s vremenom na vreme drže pogled unatrag – ovde ipak s finom nijansom, da ne treba obraćati pažnju na svu nepravdu i da ne treba misliti, kako se u posmatranom odeljku (života) propatilo. Naš prirodni čovek je lako sklon tome, da za sve neprijatno pripše odgovornost drugima i da ih u tom smislu kritikuje. U ovoj vežbi pak trebalo bi preduzeti sledeće: „Ja hoću da isključim sve to, što inače tako često kažem, da je drugi kriv, kao izvinjenje za ono što mi se desilo. Ja nikada neću polagati pravo na to, da bi neko drugi mogao biti kriv, a ne ja.“ Ova vežba, ozbiljno izvedena, mogla bi mnogo da promeni u „stvarnom raspoloženju čovekove duše“.

Samog sebe gledati izvana

Moglo bi da iznenadi, da Rudolf Štajner u svojoj osnovnoj knjizi za školovanje 'Kako se postižu saznanja viših svetova?' ne spominje vežbu dnevnog gledanja unatrag, ali svakako u poglavlju 'Razvoj unutrašnjeg života' daje iscrpna uputstva, kako duhovni učenik u odvojenim trenucima života treba da se postavi prema svojim vlastitim doživljajima i delima. I doduše treba sebe u pravom smislu reći 'staviti nasuprot', što znači posmatrati sebe kao stranca: „Ono čemu treba težiti u izdvojenim trenucima je da se vlastiti doživljaji i dela tako posmatraju, tako prosuđuju kao da ih nismo doživeli ili učinili mi sami, već kao da ih je doživeo i učinio neko drugi.“ Ovaj 'pogled izvana' do 'prosudživanja' učinjenog, mi takođe poznajemo iz vežbi dnevnog gledanja unatrag, isto tako i sliku pregleda, koju Rudolf Štajner daje odmah zatim: „To je tako, kao kada bi se čovek ceo dan zadržao u jednom mestu i gledao isto tako izbliza ono najmanje kao i ono najveće; a onda se uveče popne na obližnje brdašce i odjednom osmotri celo mesto.“

Kroz ove vežbe životnog gledanja unatrag odvaja se bitno od nebitnog; kroz snagu, koja je potrebna, da bi se negovala ova unutrašnja prisebnost unatrag, biva probuđen u nama viši, drugi čovek.

Ovo otkrivanje tog „drugog snažnog Sopstva“ u nama povezuje Rudolf Štajner takođe u sledećem spisu, u 'Duhovnom vođstvu čoveka i čovečanstva' sa jednom vežbom životnog gledanja unatrag: Tamo on preporučuje držanje gledanja unatrag na takav način, da se (čovek) pita: „Šta si ti u ovom ili onom vremenu svog života učinio ili rekao?“ Zatim, tako on izvodi, često puta se pokazuje, da su učinjene ili izgovorene stvari, koje se u to vreme nikako nisu mogle razumeti, za koje je tek postepeno moralо da sazri razumevanje. Iz toga čoveku može da izraste sledeći osećaj, koji je iznova povezan sa otkrivanjem višeg čoveka u nama: „Oseća se kao zaštićen nekom dobrom silom, koja vlada u dubinama sopstvenog bića; počinje se sa zadobijanjem sve većeg i većeg poverenja prema činjenici, da u stvari u najvišem smislu reći ipak nismo sami u svetu, i da je sve ono, što se razume i što se svesno može, u osnovi samo mali deo onoga, što se u svetu izvršava.“

Takođe u knjižici 'Jedan put u čovekovoj samospoznaji', koja se pojavljuje jednu godinu kasnije, 1912., vraća se Rudolf Štajner na ovu vežbu, sa jednim nešto drugačijim akcentom: „Može se sa ciljem, da se dalje vodi svoj duševni život, nego što je to slučaj u izvesnom momentu, postaviti pogled unatrag u ono što je dotad doživljeno. Pri tome se može potražiti sve to, što pokazuje, kako smo kasnije sudbinske događaje sami ranije pripremili“. Taj ko vežba treba da se vrati do trenutka u kome je njemu kao detetu probuđena svest: „Time se izboriš da kažeš, kao što si na sebi radio u vremenu, pošto se tvoja svest probudila, tako si takođe već radio na sebi, pre nego što je tvoja sadašnja svest probuđena. Takvo probijanje do nekog nadređenog Ja-bića u običnom Ja ne vodi samo do toga, da sebi može da se kaže, moja misao me dovodi na to, da takvo nadređeno Ja zamisljam teoretski, nego vodi na to, da se oseti u sebi živo biće ovog „Ja“ u njegovoj stvarnosti kao moć, a obično Ja da se oseti u sebi kao tvorevina ovog Drugog. Ovo osećanje je istinski početak gledanja duhovnog suštstva duše.“

Prosuđivati o sebi samom

U predavanju od 22. marta 1913. izvodi Rudolf Štajner, da je sa preobražajem pamćenja, kako se to svakako već težilo sa vežbama dnevnog gledanja unatrag, povezano i nešto drugo: naime, „da se takođe unekoliko pojavljuje neka vrsta novog prosuđivanja našeg unutrašnjeg čoveka“ – postaje se „uistinu oštiriji prosuđivač samog sebe, naime svog proteklog života“. Zašto? Zato što sa preobražajem pamćenja biva primetno vlastito etersko telo. Čovek počinje da ga oseća „kao neki umetak u sebi, kao nešto, što živi u njemu i što čini njegovu vrednost“: „Dabogme, dešava se takva promena sa eterskim telom, da se često oseti poriv za takvim gledanjem unatrag; da se gleda na to ili ono, kako bi se na sasvim priordan način učilo vrednovanje svoje vrednosti kao čoveka. Dok se inače živi i ono se ne opaža, etersko telo se sad takoreći opaža u povratnom pogledu na sopstveni život.“

Po ovome postaje jasna unutrašnja povezanost različitih vežbi gledanja unatrag: Preobražaj pamćenja, koje je svakako jedan cilj između ostalih vežbe dnevnog gledanja unatrag, nije ništa drugo do preobražaj eterskog tela. 'Preobražaj' znači ovde pak i 'Postati svestan eterskog tela', koje čovek – uz pomoć pogleda unatrag, što znači postepenog opažanja oblika sopstvenog vremena života – uči da oseća kao vlastito više Sopstvo. Ovaj viši čovek u nama prisno je povezan na jednoj strani sa duhovnim bićem, koje Rudolf Štajner u gore pomenutom ezoteričnom času od 29. marta 1911. označava kao 'Andeo čuvar', naš Angeloi.

Sa tim procesom, koji vodi do buđenja u eterskom, povezano je još nešto drugo: Kroz vežbe gledanja unatrag na to što je učinjeno čovek takođe školuje sposobnost, da jasnije može da čuje glas svoje savesti. Onome ko vežba mogu da se pojave slike, koje mu u 'jednom karmičkom prethodnom gledanju' pokažu buduće izravnanje njegovih dela. Ovo je pak jedno od obeležja, koje Rudolf Štajner povezuje sa doživljavanjem Hrista u eterskom – Gospodarem karme. (ICD 118, Wort 2007)

Sa svom oštrinom staviti pred dušu

Postati svestan karmičkih povezanosti je takođe bitan cilj lično datog navoda za školovanje iz 1912. godine, koji povezuje vežbu dnevnog i vežbu životnog gledanja unatrag. Rudolf Štajner preporučuje u ovom navodu, da se posle dnevnog gledanja unatrag „pokuša predstaviti sebi jedan doživljaj, koji se imao pre više godina, i kojeg se može toliko dobro setiti, da on sasvim slikovito stoji pred dušom kao neka činjenica. Ako se ova slika sasvim imaginativno stavila pred dušu, pokuša se predstaviti, kakvo bi sada bilo ponašanje u vezi sa ovim doživljajem, i pokuša se, imaginativno stvaranje slike, šta bi nastalo iz doživljaja, ako bi se on iznova mogao probuditi i na koji način bi se postupilo sa njim takvim kakav je sada.“

Na ovu imaginaciju se nadovezuju meditativne reči, koje pripremaju buduće ponašanje u nekoj sličnoj situaciji. Kroz ovu meditaciju, tako Rudolf Štajner, „jednom nastupa trenutak, kada kao u slici iz duše izranja saznanje, da od svih doživljaja preostaju karmički ostaci, koji u budućem životu moraju da se ostvare“. To pak znači, dobija se „svest o duhovnom delovanju karme“.

Koliko tesno su isprepletane vežbe gledanja unatrag sa saznanjem karme, sa stvaranjem svesti o karmičkim povezanostima, na to ukazuje takođe takozvana 'velika

karma-vežba', koju Rudolf Štajner opisuje u dornaškim karma-predavanjima 9. maja 1924. On tu izvodi, da „postoji mogućnost srazmerno brzog sazrevanja za shvatanje karmičkih povezanosti, ako se duže vremena u strpljenju sasvim unutrašnje energično pokuša, da se u svesti sve više i više odigra ono, što se inače odigrava tako da je prisutno tu, ali se valjano ne dohvata i jednostavno ugasne u životu“. On skreće pažnju na to, koliko je ustvari teško, da se ponovo prizovu u svest izvesni dnevni doživljaji do najfinijih detalja.

Po pravilu se dnevni događaji dožive „upola posmatrajući“. Da bi se dospelo do saznanja karme, moralo bi se ipak duhovno napregnuti, da bi se „izradili izvesni događaji sa karakterističnim, jakim linijama“ i jedan doživljaj „sa svom oštrinom (...) stavio pred dušu, kao kada bi se to htelo duhovno naslikati“. Ako se na primer sećamo toga, kako je neko govorio, tada pred dušu sebi jasno stavljamo „jako, energično zvuk njegovog glasa, način kako je on spretno ili nespretno koristio reči i tako dalje“. Ako se „takov dnevni doživljaj doveđe do slike“, tako Rudolf Štajner, „astralno telo se u sledećoj noći bavi ovom slikom“ i oblikuje to „u spoljašnjem eteru“.

Ovaj spoljašnji eter sad „ispuni donekle svojom vlastitom supstancom ono, što je oblikованo tu u astralnom telu kao slika“ – ta slika zadobija supstancu. Kada se astralno telo oko jutra ponovo spoji sa eterškim telom, ono (astralno t.) može da mu utisne tu sliku. Čovek danju primećuje, da se ta duhovno izvajana slika preobražava; on oseća: „Ova slika uzrokuje, da ja danas imam sasvim drugačija osećanja, nego što sam ih dosad ustvari imao; ta slika mi stvara sasvim određena osećanja.“ Posle ovog procesa po danu eterško telo može tu sliku dalje da izrađuje u sledećoj noći.

Posle ove druge noći čovek se budi sa tom slikom, osećajući to kao „veoma realan san“. „Ali to je pretrpelo neku promenu, nije ostalo isto, sada je nešto drugo. To će se odenuti u mnogobrojne slike, dok ne postane drugačije. Vama će se to odenuti u sliku, kao da bi tu bila neka duhovna bića, koja vam od sada donose taj doživljaj. I vi dobijate formalno utisak: Da, ovaj doživljaj, koji sam imao tu, koji sam sebi tako izneo u slici, on mi je takoreći donet.“ U ovom (trećem) danu nosi eterško telo tu sliku dalje dole u fizičko telo, utiskuje je njemu – „stvarno nervnim procesima, krvnim procesima“. U noći koja zatim sledi, biva „ta slika produhovljena u fizičkom telu“. Fizičko telo izrađuje to tako, da „svuda iz fizičkog tela nastaje neko preoblikovanje, neko moćno, uvećano preoblikovanje te slike. I kada se vi probudite, onda se ova slika nalazi tu, u kojoj vi ustvari lebdite unutra, koja je zapravo kao neka vrsta oblaka, u kome ste vi unutra.“

I sada se može primetiti, da u ovoj slici 'sedi' volja, ali u jednom neobičnom obliku: „Tu unutra sedi volja, ali ova volja se ne može iživeti, ona je kao vezana.“ Čovek se oseća, tako Rudolf Štajner, posle ove treće noći kao „u mengelama“. Ova volja, koja ne može da se ispolji kao volja, preobražava se: „Ona postaje duševno oko, i ta slika, sa kojom se tu ustalo (ujutru pri buđenju), ta slika postaje konkretna. I to je potom doživljaj prethodnog zemaljskog života, ili jednog od prethodnih života, kojeg je iznova uzrokovalo to, što se prvog dana zasnovalo u slici. Dobija se pomoću ovog preobražaja kroz osećanje i volju ta slika uzrokovanog događaja iz nekog ranijeg zemaljskog života.“

Tako vežba gledanja unatrag vodi preko različitih stupnjeva do saznanja karme, time što volja biva preobražena u gledanje. Ovo preobražavanje volje ćemo ponovo sresti u malo nijansiranijem obliku kod drugih vežbi gledanja unatrag – ono je bitna karakteristika gledanja unatrag, koja nam može razjasniti njegovo dublje značenje.

Ovde ipak ostanimo pri uverenju, da karma-vežbe nisu ništa drugo već vežbe gledanja unatrag u jednom posebnom obliku. Naravno da važi i obrnuto – kao što se

može spoznati na obe poslednje opisane vežbe – da se takođe već kroz 'uobičajeno' dnevno gledanje unatrag potpomaže i školuje saznanje karme, da je njen takoreći sporedni efekat, postepeno primanje „svesti o duhovnom delovanju karme“. ■

Gledanje unatrag III: Objektivisanje i povratno predstavljanje

Prosvetljavanje volje

Sa trećim i poslednjim prilogom pokazuje Martina Maria Sam, da se ti od Rudolfa Štajnera dati podsticaji za vežbe gledanja unatrag slobodno mogu pridodati višim vrstama saznanja (imaginacija, inspiracija i intuicija). U harmoniji sa takozvanim sporednim vežbama kao i sa negovanjem meditativnog života obrazuje meditant, koji vežba gledanje unatrag, celokupan organizam višeg čoveka.

Jednu posebnu formu vežbe gledanja unatrag dao je Rudolf Štajner članovima Društva u toku Prvog svetskog rata. On u predavanju od 17. decembra 1917. skreće pažnju na to, da je jedna opasnost povezana sa tim, ako se na određeni način prejako upusti u svoja sećanja. Ako se previše koncentriše na lične doživljaje, onda se ovi zgušnjavaju na način, da ne mogu da postanu organ za duhovni svet, nego štaviše sprečavaju opažanje istog.

Sa stanovišta drugih

Tome nasuprot Rudolf Štajner preporučuje drugu vrstu gledanja unatrag na životne događaje: Radi se o tome, „ne sećati se tako mnogo toga, što se doživelo sa svog stanovišta, nego se sve više sećati toga, šta je nekome prišlo izvana. Umesto toga što se naučilo, seća se učitelja, i načina, kako je učitelj govorio, kako je učitelj delovao, šta je učitelj sa nekim uradio.“ Interesovanje i unutrašnja pažnja bi trebalo da budu prošireni preko tog neposredno ličnog, „na ono što nismo mi, na ono što nas je formiralo, iz čega smo mi nastali“.

Kao uzor za ovu vrstu gledanja unatrag Rudolf Štajner navodi Getea, koji je u svojoj autobiografiji gledao na svoj životni put „sa stanovišta drugih i događaja vremena, koji su na njemu radili“. Ova vežba, koja zahteva visok stepen nesebičnosti, vodi čoveka do toga, „da sa svojim Ja dospe u istu sferu, koju mrtvi imaju zajedno sa živima“. Koje eminentno značenje ima ova vežba za socijalni život, pojašnjava jedno kasnije predavanje, u kojem Rudolf Štajner čak kao bitan zadatak pedagogije označava, da se čoveku usadi nagon, „da češće u svom životu gleda unatrag“. Ali i ovde se ponovo radi o „stvarno nesebičnom upražnjavanju gledanja unatrag“. Kao što se u upravo pomenutoj vežbi pre svega s puno ljubavi treba udubiti u to, „šta nam je prišlo izvana“, „tako zatim izranjaju kao iz sivih duhovnih dubina različiti ljudi, koji su u najrazličitijim odnosima uzeli učešća u našem životu. (...) Likovi, koji su vam pristupili, vaspitavajući vas, sa kojima ste se sprijateljili, koji su vas podržali, koji su vam možda takođe štetili, ponekad štetili na veoma koristan način.“

Iz ove vežbe izrasta štimung, da od onoga što je postao, čovek zapravo malo može pripisati samom sebi: „Kako beskrajno bogatiji postaje moj život, ako pustim da mi pogled luta nad tim ili ovim likovima, koji su stupili u ovaj moj život.“ I jedna važna posledica ove vežbe može da bude, da mi sebe takoreći oslobođimo od nas samih. Zatim, tako Rudolf Štajner, „se udaljujemo od užasnog zla našeg vremena, koje obuzima toliko mnogo ljudi, udaljujemo se od mozganja o nama samima. I to je tako beskrajno nužno, da se mi oslobođimo od mozganja o nama samima. Ko je samo jedanput obuzet takvim samoposmatranjem, kako sam ga sada opisao, taj postaje samom sebi neinteresantan, i nema želju da o svom vlastitom životu previše mozga.“

Time čovek izgrađuje jednu sposobnost, koja je nužna za zdravo socijalno udruživanje: Kroz ovu vrstu nesebičnog gledanja unatrag na to, što treba drugima zahvaliti u životu, mogu da nastanu imaginativne snage, koje izdejstvuju, „da nam dođu u susret slike iz čoveka koga sretnemo“. To je pak danas jedna neophodnost. Umesto da se uzajamno kritikujemo, da prosuđujemo prema simpatijama i antipatijama, mi moramo da se pomučimo oko „objektivne slike“, „koja nam skoči u susret iz drugog čoveka“, „slika one posebne vrste stanja ravnoteže, koju individualno izražava svaki čovek“: „Pošto smo se uvežbavali da nađemo slike ličnosti koje su sa nama povezane u prošlosti, tako se odvaja od naše duše neki smisao, da bi se takođe došlo do slike o čoveku, kojeg mi susrećemo u sadašnjosti, naspram kojeg mi tada licem u lice stojimo u sadašnjosti.“ Da bi se obrazovao ovaj smisao, mi moramo u sebi da probudimo „povišeno interesovanje“ za drugog, koje se neguje u opisanoj vežbi životnog gledanja unatrag.

Izgraditi vezu sa anđelom

Ovo „povišeno interesovanje“ za svoje bližnje ima veze sa jednom spiritualnom tajnom našeg vremena, koju je Rudolf Štajner otkrio dva meseca ranije. U predavanju 'Šta čini anđeo u našem astralnom telu?' on izvodi, da anđeli danas u čovekovom astralnom telu tkaju slike, koje na trostruki način pripremaju budućnost čovečanstva, kroz koje će se omogućiti „duhovna nauka za duh, religijska sloboda za dušu, bratstvo za tela“ – ali samo tada, ako ljudi steknu neku svest o radu anđela.

U ovoj povezanosti je od posebnog značaja pojam 'religijska sloboda'. Rudolf Štajner time ne misli na zakonski propis, već na neko dešavanje između ljudi: U budućnosti treba „susret svakog čoveka sa svakim čovekom unapred da bude religiozno delo, sakrament“ time što „svaki čovek u svakom čoveku treba da vidi skriveno božansko“. To se pak pojavljuje samo, ako čovek za drugog razvije povišeno interesovanje, jer tada može da mu se ulije „jednim zamahom (...) sa spiritualne strane izvesna tajna, šta je drugi čovek“.

Na ovaj motiv nadovezuje Rudolf Štajner u predavanju od 7. decembra 1918. Tu on govori o tome, da, ako mi razvijemo intenzivno interesovanje za drugog, nešto „iz čovekove unutrašnjosti teži, da sebi pravi slike o ljudima sa kojima mi živimo, koji nas susreću u životu“. Ali, da bi se postalo svesno ovih slika izdejstvovanih od anđela, upravo je od značenja gore navedena vežba životnog gledanja unatrag, koja nam posebno dopušta gledanje onoga, što mi trebamo da zahvalimo drugima. Rudolf Štajner pri tome nagoveštava, da ovo ima veze sa tajnom opažanja Hrista u eterskom. Ovo opažanje nije ništa drugo nego taj „čovekov rast naviše u njegovom saznanju“, neko probuđenje za

duhovno u drugom (ili takođe u prirodi), svesno obrazovanje savesti, tako da se ono što biva potpomognuto vežbama gledanja unatrag, meni „pojavljuje kao paslika mog dela“, koja ukazuje na karmičku posledicu istog.

Samo kroz izgradnju te gore opisane sposobnosti, koju Rudolf Štajner naziva i „svesno obrazovanje mita“, može se na adekvatan način oblikovati „u saobraćanju čoveka sa čovekom socijalno“ i suprotstaviti se antisocijalnom, koje se „sasvim nužno i nesvesno sve više razvija“.

U predavanju od 12. decembra 1918. dopunjuje on ovu vežbu još jednom daljom nijansom: On preporučuje, da gledanje unatrag na nas same u ranijim životnim fazama tako „objektivišemo, da mi sebi tog momka ili tu devojku predstavimo tako, kao kada bi to bilo neko nama strano biće u ranijem životnom dobu, da se sve više potrudimo u oslobođanju od doživljaja“. Ovo objektivisanje nam zatim daje „mogućnost, da direktno razvijemo imaginaciju o nama samima“. Ova imaginacija o nama samima može nas osloboditi od nesvesnih slika prošlosti, koje se inače u nama pojavljuju kao sablasti i potenciraju egoizam. Ovaj egoizam postaje „sve manji i manji, ako vi to što je bilo ranije odelite od sebe, ako vi to objektivišete, ako to postane više predmet“.

Pripremanje za kamaloka-vreme

Jasno je, da mi kroz različite vežbe gledanja unatrag pripremamo takođe naše posmrtno 'veliko gledanje unatrag', kamaloka-vreme, u kojem još jednom prolazimo kroz naš život od kraja prema početku – od smrti do poslednjeg rođenja. Ali nisu samo vežbe gledanja unatrag srodne posmrtnom prolazu kroz duševni svet s obzirom na obrnuto proticanje vremena, već takođe u drugom pogledu: Kao što se u onim vežbama pokuša zauzimanje spoljašnje perspektive u odnosu na to što je učinjeno i doživljeno, i sebi tamo, gde se pogrešilo, predstavi, kako se odgovarajuće u budućnosti može bolje uraditi, mi smo takođe u kamaloka-vremenu u ovoj spoljašnjoj perspektivi, doživljavamo naša dela iz perspektive drugog, koji ih je morao pretrpeti, i time za budući život polazemo klice izravnjanja.

Na to dolazi jedna dalja, interesantna okolnost: Kroz dnevno gledanje unatrag mi uzimamo u izvesnom pogledu odnosno unutra u budnu svest ono, što Ja i astralno telo iz noći u noć prožive izvan tela. Da li je rašireno u satima ili je skupljeno u minutima: „U toku svakog perioda spavanja čovek proživi obrnutim tokom ono, što je prošao tokom poslednjeg budnog perioda.“ I doduše to nije samo puko gledanje doživljenog, nego takođe već ovde mi procenjujemo sami sebe – upliće se „potpuno moralno prosuđivanje“ toga „što se tu proživilo“. I to su naravno ove noći, koje čine otprilike jednu trećinu našeg zemaljskog života, i koje čovek posmrtno proživljava u duševnom svetu, u 'kamaloki'. Pošto je umrli za otprilike tri dana imao pred sobom veliki tablo života ili pošto se njegovo eterško ponovo učlanilo svetskom eteru i on prošao kroz kraću ili dužu svest spavanja, počinje „sećanje na sve ono, što smo mi uvek u noćima spavajući prošli između uspavljivanja i buđenja u povratnom sledu“, – to su naši bivši „Dnevni doživljaji, ali u obrnutom toku i protkani moralnim osećanjem u svakom pojedinačnom detalju“. – Sebi se može predstaviti, da neko gledanje unatrag, koje je upražnjavano strpljivo i brižljivo tokom godina, ne samo da priprema posmrtni prolazak kroz duševni svet, nego da ta vežba svesnog gledanja unatrag takođe obrazuje čulo, koje će nam u budućnosti omogućiti da se konkretno setimo prošlog života.

Misliti suprotno toku vremena

Ovde treba reći nešto i o poslednjem aspektu s obzirom na vežbe gledanja unatrag. Već u predavanju 'Nervoza i Jastvo' 1912. preporučuje Rudolf Štajner vežbe mišljenja unatrag radi konsolidacije eteriskog tela – trebalo bi proći unazad, obrnutim tokom neku pesmu, neku dramu, neku priču, neku melodiju. Kasnije on ukazuje na to, da se kroz „ovo povratno predstavljanje (...) pored nečeg drugog postupno osposobljavaju duhovne snage“, da uđu u duhovni svet, time što se misli suprotno čulnom toku vremena i on se kroz to na izvestan način ukida.

Posebno u predavanjima iz 1922. godine nalazi se često opomena na vežbe gledanja unatrag – bilo kao povratno predstavljanje neke drame ili kao dnevno gledanje unatrag. Pored meditacije u ovoj godini Rudolf Štajner uvek iznova ističe pogled unatrag kao drugu osnovnu vežbu školovanja, i različite vežbe gledanja unatrag bivaju opisane s ljubavlju i temeljnošću. Postaje jasno, da je – pored samoposmatranja u vlastitom razvijanju volje i ostavljanja navika – povratno predstavljanje odnosno gledanje unatrag centralna „duševna vežba volje“: „Kroz sva ova sredstva mi jačamo volju, time što je unutrašnje ojačavamo i spoljašnje oslobođamo od njene čulne vezanosti za događaje.“ Mi pojačavamo volju time, što se oslobođamo od spoljašnjeg toka stvari, i tako „razvijamo u nama snagu, da unesemo mišljenje u volju“.

Te „duševne vežbe volje“ – to postajanje svesnim, prosvetljavanje životne-odnosno sudbinske struje – izdejstvuju za današnjeg čoveka isto, što je ranije bivalo dostizano kroz izvesne telesne položaje ili askezu. Kroz vežbe volje biva volja otrgnuta od fizičke telesnosti, koja na ovaj način postaje „duševno-duhovno providna“ – „čitav organizam“ postaje na ovaj način „čulni organ“, kroz koji mi „objektivno možemo da opažamo duhovna bića“. „Kao što se spoljašnji predmeti, koji se vide, kroz oko vide samo time što se kroz oko progledava, tako se ne gleda direktno unutra u duhovni svet, nego time što se kroz samog sebe progledava.“ Tada se gleda ne samo u duhovni svet, nego se uživljava u njega. Postiže se „gledanje besmrtnosti“ – „istinsko intuitivno saznanje“.

Mi u intuitivnom saznanju „nikako ne možemo više da budemo ometani kroz naše sopstveno telo“, već možemo „da uronimo u duhovno stvari (...); gde nam se takođe više ne objavljaju boje biljaka, nego gde mi uranjamo u same boje, gde više ne vidimo obojene biljke, već sebe u procesu bojenja“.

Ovaj motiv od 20. avgusta 1922. izvodi Rudolf Štajner tačno jednu godinu kasnije još jednom preciznije: Da bi se obrazovala intuicija, mora se „produhoviti sposobnost ljubavi“. Može da iznenadi, da kao priprema za to – kao „jedna polovina“ – biva preporučeno redovno vežbanje gledanja unatrag odnosno povratnog predstavljanja. Zatim se mora sposobnost poniranja u drugo biće povećati do jedne tačke, „gde se s mnogo ljubavi prati svaki rast biljke (...), svojom dušom se sam postaje ova biljka, ako se sam raste, cveta, sam nosi plodove biljke, ako se dakle sasvim utone, ako nekome biljka postane toliko vredna, kao što je to čovek sebi samom; ako se potom na isti način podigne do predstave životinjskog, spusti do predstave mineralnog, ako se oseti kako se mineralno oblikuje do kristala (...), ako se na ovaj način saoseća, naravno ne samo saoseća, nego se u duši hoće zajedništvo sa svim dešavanjima u prirodi. – Priroda se neće moći stvarno voleti na opisani način, ako se najpre nije za sebe izborila sposobnost ljubavi za sve ljude. Zatim, ako se na ovaj način izborila sposobnost ljubavi puna

razumevanja za ljude i za čitavu prirodu, tada dolazi ono, da se to, što nam najpre biva vidljivo, recimo, u auričnim bojama, u sferičnim zvucima, da se to zaokružuje, dobija obrise stvarnih duhovnih bića.“ – U ovom smislu se dospeva kroz „duševne vežbe volje“ do „prave intuicije, do zajedničkog života sa bićima duhovnog sveta“.

I tako se može razumeti, kada Rudolf Štajner 1923. god. priča radnicima, šta on odgovara ljudima, koji ga pitaju: „Dobro, kako ja da dođem u duhovni svet?“ Naime: „Učite najpre barem da dnevne doživljaje gledate unatrag; zatim drugo. – I ako ljudi pri mišljenju unatrag ne bi tako često zaspali, onda bi sigurno znali: Ako počnem unazad da mislim, morao bih da pristignem u duhovni svet.“

Meditacija i gledanje unatrag

Pregled raznih vrsta vežbi gledanja unatrag i njihovih ciljeva trebalo bi da pojasni, zašto ih Rudolf Štajner 1922. god. takoreći stavlja u istu ravan sa meditacijom: Kao što mi „kod vežbi meditacije i koncentracije volju unosimo u mišljenje“, kroz vežbe gledanja unatrag mi pojačavamo „volju i razvijamo u nama snagu, da mišljenje unesemo u volju“.

Kod meditacije mi pozajemo trostepeni put od imaginacije preko inspiracije do intuicije, od izgradnje unutrašnje slike preko uklanjanja iste do održavanja prazne svesti. Kod vežbi gledanja unatrag daju se isto tako naći tri aspekta, koji takoreći sve dalje vode od ličnog: Blisko tom neposredno doživljenom je još dnevno gledanje unatrag, dalje potisnute, i opremljene s jasnim nalogom objektivisanja, jesu već vežbe životnog gledanja unatrag. Konačno, ako se predstavi sebi neka drama ili neka melodija unatrag ili ako se baš voljno oslobodi od ukorenjene navike, tada se (neko) odlučujuće udaljava od svega subjektivno-ličnog.

U meditaciji mi negujemo svesno i usredsređeno obrazovanje imaginativnog saznanja. Doduše obrazuje se, kako je upravo napomenuto, u uklanjanju slika takođe inspirativna i u održavanju prazne svesti intuitivna sposobnost, ipak težište meditacije se isprva nalazi u sticanju mišljenja slobodnog od čulnosti, u slikama imaginacije, u doživljavanju živih misli. Nasuprot tome vežbe gledanja unatrag, te „duševne vežbe volje“, jesu u suštini usmerene na obrazovanje intuitivne sposobnosti, to jest „produhovljene sposobnosti ljubavi“... ■

Deo teksta iz knjige „Gledanje unatrag, Vežbe za jačanje volje“ Rudolfa Štajnera, Verlag am Goetheanum, Dornach, CH, 2009.

Objavila i priredila Martina Maria Sam

Preveo Siniša Nikolić

