



Georg Kühlewind Alapítvány

Száztizenhatodik hírlevél

Alapítványunk 116. hírlevelében Georg Kühlewind *A Grál, avagy mire képes a szeretet* című könyvének első részletét olvashatják. Kiadta a *Kláriss Kiadó és Művészeti Műhely* 2004-ben a kétkötetes, első magyar nyelvű teljes *Parzival* második kötetének végén, a tanulmányok között, a 975. oldaltól a kötet végéig. A mű további részeit következő hírleveleinkben közöljük.

Fenyő Ervin

*

Georg Kühlewind

A Grál

avagy mire képes a szeretet

Fordította:

Böszörményi László

I.

Az ajándékozó őserő története

Képzeljük el, hogy egy mai ember, a korunkra jellemző képességekkel, de a kor technikájának legcsekélyebb segítségével nélkül betéved egy őserdőbe – pontosabban egy többezer évvel ezelőtti őserdőbe – hatalmas, azóta kihalt állatfajok és megfelelő növényzettel. Vajon túlélne-e ezt a képzeletbeli emberünk?

Aligha. És már ebből levonhatjuk a következtetést, hogy az archaikus ember másmilyen, akkori viszonyoknak megfelelő képességekkel rendelkezett. Az archaikus ember *participáló tudatban*¹ él, képes együtt élni a természettel, tudomány nélkül is tud bánni az anyagokkal, elemekkel, növényekkel és állatokkal – amiről meggyőzhetnek bennünket az ősi tudás és az etnológia ránk maradt termékei, például a kerámia, az építészet, a metallurgia, a gyógynövény-nemesítés és az állattenyésztés területén. Ezek a képességek *adottak* voltak, analitikus tudomány nélkül. Nem az ember szerezte meg őket, különben nem veszték volna el a történelem során. Őstudás,

¹ Ezt a fogalmat az etnológia a XX. század elején vezette be az archaikus népek tudatának jellemzésére. A világban való szerves részvételt akarja kifejezni, olyan tudatra utal, amely nincs elválasztva a világtól. Helyesebb lenne „participáló tudatlanságnak” nevezni, mert éppen a tapasztalások tudatossá válása az, ami hiányzott. Az ember teljesen beleolvadt a tapasztalásaiba.

ősképeség, nem tudatosan megszerzett és továbbadható tudás volt ez, amely az azóta elveszett megismerő érzésen alapult.

Elképzelhetetlennek tűnik, hogy ezek az archaikus kultúrában élő kisközösségeknél máig fellelhető képességek a semmiből alakultak volna ki fokozatosan, hiszen nélkülük lehetetlen lett volna a túlélés. Eleve adottnak kellett lenniük, az élet egyéb feltételeihez hasonlóan, ugyanúgy, ahogy a víz, a levegő, a növények, az állatok, a meleg stb. adott volt.

Amit ma „gondolkodásnak” nevezünk, a tájékozódás képessége, emberi erőfeszítés nélkül állt rendelkezésre ebben az adott, készen talált világban, a sugallatok, inspirációk formájában, mondhatni ösztönösen. Ez a képesség adott volt, ajándék, amire nem kellett törekedni, mert a lelki-szellemi erőfeszítéshez önálló Énre van szükség, ami egészen bizonyosan nem létezett az ősi időkben. A mai kisgyerekeknek sem kell „törekednie”, hogy „megtanulja” anyanyelvét, hogy felegyenesedjék, hogy fogni tanuljon – noha örömet okoz neki, amikor először sikerül valami, és az elsajátított új mozdulatot örömeiben ismételteti, „gyakorolja”. Ehhez hasonlóan működhetek az ősi ember tudati képességei. Senki sem kérdezte az élet mélyebb értelmét sem, mert sugallatok, belső irányultság révén az is adott volt. Még az adottságok iránti hálaérzet is az emberi tudat fejlődésének valamivel későbbi szakaszához tartozik. Ebben a hálában fejlődött ki, hogy az ember a létet, és minden belső és külső adottságot ajándéknak érzett.² A hálaérzeten keresztül fedezte fel először a számára értelmet hordozó adott dolgok vagy ajándékok forrását, az istenséget.

Amilyen mértékben értelemmel teli és hozzá szóló volt a lét, olyannyira volt értelmes és beszélő annak forrása is.

Felismerni, megérezni, hogy amit ajándékba kaptunk, az valóban ajándék, ez az öröm eredeti érzése, az „ősöröm”, a létezés öröme.³ A kisgyerekeket gyakran tölti el ez az öröm. Ez az élmény azt is jelenti, hogy az ember már nem teljesen azonos a léttel, hanem eltávolodott tőle, épp olyan mértékben, hogy már örülni képes neki. A létezés iránti hálához és örömhöz hozzátartozik egy kezdődő elszakadás, kilépés az adott világból, hogy érzésben újra találkozassék vele, és az emberrel szemben álljon a világ.

A kettőszakadás kezdete az *Ószövetség*ben a tilalom formájában jelenik meg, amely megtiltja, hogy az ember egyék a Kert közepén lévő fa gyümölcséből (*Mózes I. könyv* 2,16-17). Ez a kettősség vagy megkülönböztetés azonban hatástalan marad mindaddig, amíg az ember „egyedül” van, amíg férfi és nő egyben, amíg a nemek nem váltak szét (*Mózes I. könyv* 1,27). Egyetlen fáról van szó, amely csak a bűnbeesés által válik ketté: a tudás fájává és az élet fájává. Közvetlenül a tilalom után mondja Isten: „Nem jó az embernek egyedül lenni: szerzek néki segítőtársat, hozzá illőt.” (*Mózes I. könyv* 2,18). Először fordul elő, hogy Isten arról beszél, hogy valami nem jó; addig minden teremtményt jónak, sőt „igen jó”-nak talált.

Isten ezek után az emberrel adat nevet a melegvérű állatoknak (*Mózes I. könyv* 2,19-20); de ez még nem a megígért „hozzá illő segítőtárs”. Ezt követi az asszony teremtménye (*Mózes I. könyv* 2,21-22), és ez jelenti a segítséget a vele egyszerre megteremtett férfinak, aki először szólal meg – hogy az ember előzőleg hogyan nevezte meg az állatokat, arról nincs leírás. A történet

² Az ismeretelméleti „adott” fogalmát itt ontológiai értelemben használjuk, ami kapcsolódik a filozófiai gyakorlathoz, vö. F. Schwarzkopf: *The Metamorphosis of the Given*, Frankfurt / Berlin / Bern / New York / Paris / Wien 1995.

³ Vö.: Dante: *Isteni színjáték*, *Paradicsom* XXXIII, 70. idézet a jelen kötet *A rejtett Grál* című fejezetében.

mögötti zsidó legendáról a *Korán* többször és részletesebben számol be (*Korán* 7,19-től, 20,121-től).

A *Korán* ábrázolása szerint az ember Allah tanításából tudja az állatok és dolgok nevét: ez ugyan közvetlen tudás, de már magában hordozza az exodus⁴ csíráját is. Azért tudja megnevezni az állatokat, mert már nincs velük teljes egységben. A megnevezéssel kitagolja őket az egységből, mint ahogy amikor a kisgyerek megnevez valamit, a megnevezésével, illetve fogalmával egyszersmind ki is tagolja azt az egységesen átélt világból.

A következő lépés – miután az előzőek nem segítettek az emberen – a nemek szétválasztása. Ez a szétválasztás okozza azt a sebet, amely képessé teszi az embert az *első szeretetre*, amely mindenekelőtt a nemek természetes vonzódásában mutatkozik meg. Ez tereli el az ember „figyelmét” vagy odaadását a természeti világ további területeiről és a szellemi világról, és így növeli a belőlük való kivonulás mértékét. A két hátrahagyott világ mostantól a másik nemben mutatkozik meg, a másik nemnek szóló „Te”-ben. Ez a „Te” képviseli mind az érzékelhető, készre teremtet világot, mind annak szellemi „jelentését” – az ember mindkét világ részese. Az első „Te”, az istenség, fokozatosan háttérbe szorul. Az első szeretet a szétválasztás okozta sebből jön létre, és minden megformálódás elválasztás, elszakadás, és ezért seb. Az első szeretet az integráció, az egység helyreállítására való törekvés ereje, mely az érzékek által vagy szellemileg *adott* világ felé fordul.

Az exodus harmadik, döntő lépése a bűnbeesés, amely csak a nemek szétválasztása révén válik lehetővé – az androgén⁵ ember nem volt megkísérthető, „immunis” volt rá. Így lép be az ember az érzékelhető világba. Fokozatosan jelenik meg számára, abban a mértékben, ahogyan csökken az a képessége, hogy az érzékeket egy értelem jeleként, jelentéseként ismerje meg, és ahogyan az addig megismerésre használt erői a megismerés helyett egyre inkább a kötődést szolgálják ahhoz, amit az ember – aki már nem az igazságnak megfelelően ismer meg – észleleti vagy érzéki világnak nevez. A *Korán* és az *Ótestamentum* utalásai szerint (*Mózes I. könyv* 3,2) az ember ráébred a nemiségre: az érzékiség lényegére – a szó kettős értelmében.

Hogy miért beszél a *Genesis* (*Mózes I. könyv* 2,18) „segítségéről”, azt a fentiek alapján a következőképpen érthetjük: minden korábbi elválasztó mozzanat – az állatok megnevezése, a Fa gyümölcsének megevésére vonatkozó tilalom – ellenére az ember még nem volt képes a *szeretetre*. Ahhoz még túlságosan szerves része volt az egésznek, még sértetlen volt. Az új seb – az *Ótestamentum* meglehetősen drámaian ábrázolja – legsajátabb részétől választja el és teszi egyben őt magát is részlénnyé, elválasztottá attól, akihez tartozónak érzi magát, akihez vonzódik, a „húsomból való húshoz”.⁶ Az új seb ketté szakasztja magát az embert. Így jön létre ebben a lényben a vágy vagy kívánság, a természetes első szeretet. Mostantól adott a rokonság érzése és az állandóság megőrzésének keresése. Az utódok létrehozásában a szerepek immáron megoszlanak.

A nemek szétválasztásával indul a világ és az ember valóságos szétválásának folyamata, mely lépésről lépésre valósul meg. Az archaikus népek máig olyan közel vannak a világhoz, hogy tárgyi tudás és tudomány nélkül hozzák létre kultúrájukat és biztosítják túlélésüket. Ha valamikor egyek voltak is a világgal, részei voltak is a világnak, ma ez egyre kevésbé sikerül nekik, mert a civilizáció egyre inkább kiterjeszti lakóhelyükre hatását. Másrészt a szétválasztás

⁴ kivonulás

⁵ egynemű

⁶ Károli Gáspár fordításában: „csontomból való csont, testemből való test”.

és a szerepek megosztása az utódok létrehozásában többteherőket szabadít fel: a megismerés és az alkotás erőit. Ezek alkotják a specifikusan emberi lét alapjait, és állnak rendelkezésre, mint szabadabbá váló élet- és érzékenység-erők a felnövekvő és eszmélő Én-lény számára. Ezek az első szeretet erői, amely szeretet magába foglal minden adott rokonságot, a mikro- és makrokozmosz közötti hasonlóságot is, amely összeköti az embert az őt körülvevő világ minden dolgával.⁷

Az alapvető szétválás teszi először lehetővé az élethez és a túléléshez szükséges ajándékok – az ajándékozó lények – „megismerését”. A kétneműség által az ember egyszersmind kísérhetővé válik, és meg is kísértetik. Kihajt az elválasztásnak a tilalomban rejlő csírája.

A kereszténység megjelenéséig – beleértve a kiválasztott előfutárokat is – a szociális és a megismerési élet az első szeretet erőire épül. A mózesi törvény összefoglalja az első szeretet alapjait, és ennek megfelelően rendezi el az emberek együttélését. Az archaikus megismerés, a technikai, gyógyászati és államalkotási-szociális vívmányokkal együtt a világ elválasztott részeinek egymáshoz való affinitásából jön létre.

Az elválasztáshoz vezető erő azonban tovább működik a szétválasztott részekben. Maga az emberi tudat kettéhasad, valósággal atomizálódik, elveszti egységét és integritását. Már Buddha is beszélt a „résztudat”-ról.⁸

Isten szava: „Nem jó az embernek egyedül lenni: szerzek néki segítő társat, hozzá illőt” (Mózes I. könyv 2,18) – ezek szerint kettős jelentést hordoz. Van egy harmadik jelentése is, mely csak később érik be. Az első jelentés abban áll, hogy az ember egyedüllétében⁹ még nem teljesen ember, még nem teljesen Isten „képe és hasonlatossága” (Mózes I. könyv 1,27), mert még nem képes szeretetre, se az első, természetes, se a második, egyéni-alkotó szeretetre. Az első a szétválasztás okozta sebből fakad, a második a seb gyógyításából, a szétválasztás individuálisan teremtő legyőzéséből. Isten szavának második jelentése, hogy a szétválasztásban élő embernek közösségre van szüksége az emberi léthez. Ezért vannak a bibliai imák többes számban, akárcsak a közösségformálás alapmeditációja a *Máté evangélium* 18. fejezet 19-20. versében. A kettő vagy három ereje nem az egyéni erők összege, annál sokkal nagyobb. Az Én csak egy másik Énen, egy „Te”-n keresztül tud magára ébredni. Az első Te túlságosan hatalmas ahhoz, hogy az ember Énje el tudná viselni – már amennyiben valóban tapasztalja az istenséget.

Az ajándékozó őserő, amelynek a vallásos felfogás szerint minden köszönhető, megszólítja az emberi közösséget. Keresztény metamorfózisát¹⁰, a tápláló, gyógyító, üdvözítő,

⁷ Vö.: Rudolf Steiner: *Das christliche Mysticism, GA* (Összes Művei – a továbbiakban: GA) 97, 1906. január 30-i előadás.

⁸ „Ha a látás belülről töretlen, testvérek, és kívülről nem lépnek formák a látókörbe, akkor nem is jön létre megfelelő egymásba-kapcsolódás, és nem kerül sor a megfelelő résztudat kialakulására. Ha a látás belülről töretlen, testvérek, és kívülről belépnek a látókörbe a formák, és nem jön létre megfelelő egymásba-kapcsolódás, akkor nem is kerül sor a megfelelő résztudat kialakulására. De mihelyt, testvérek, a látás belülről töretlen és kívülről belépnek a látókörbe a formák, és létrejön egy megfelelő egymásba-kapcsolódás, akkor így sor kerül a megfelelő résztudat kialakulására. A forma, mely az így alakultnak sajátja, az érzéshez való tapadás-rész szerint áll be, az észlelet, mely az így alakult sajátja, az észlelethez való tapadás-rész szerint áll be, a különbségtevések, mely az így alakultnak sajátja, a különbségtevésekhez való tapadás-rész szerint áll be, a tudat, mely az így alakultnak sajátja, a tudathoz való tapadás-rész szerint áll be.” *Buddha beszédei*; Mittlere Sammlung, a szerző fordítása K. E. Neumann német fordítása alapján, München, 1922.)

⁹ Figyelemre méltó, hogy az *egyedül* szó gyökere a mindent átfogó *egy-ségre* utal.

¹⁰ átalakult formáját

halhatatlanságot adó Grált egy különleges közösség óvja és gondozza, amely a tőle származó útmutatásokat is átveszi.

A szétválasztásban élő ember tapasztalja az adományokat, a Grál talán legnagyobb adományát is: magát a Grál ideáját.

A Grál és Anfortas

*daz was ein dinc, daz, hiez der Grâl,
erden wunsches überwal.¹¹*

*Ez a dolog, a neve Grál,
földi vágyak fölött áll.¹²*

A Grál, a beszélő dolog, a kehely vagy a kő képében az ajándékozó őserő újbóli megjelenése keresztény, átváltoztatott, sűrített, koncentrált és individualizált formában – mintha az emberi lét régi, a bűnbeesés óta működő forrása új működési lehetőségeket keresne a közösség különleges feltételei között. Ez a közösség csak akkor tud megfelelni a vele szemben állított követelményeknek, ha arra törekszik, hogy helyreállítsa az élet elveszett paradicsomi tisztaságát. A tisztaság azt jelenti, hogy kiolt, leküzd vagy átalakít minden, az egoizmus jegyében fogant ösztönös jellegű lelki kényszert, vagyis mindazt, ami a bűnbeesés következtében lehetővé és valósággá vált. Különösen érvényes a tisztaságra törekvés a nemek közötti szeretetre: a Grál-királynak tiszta, szűzies szerelemben kell élnie feleségével, a közösség többi tagjának pedig tartózkodnia kell a nemek közötti szerelemtől. Mert az ősi szétválás, amely a paradicsomi megkísértéshez vezetett, a nemek szétválasztása volt, és a kísértés minden jel szerint a nemek közötti szerelem területén játszódott le.

A Grál ugyanazokkal a tulajdonságokkal rendelkezik, mint a paradicsomi őserő képességei: halhatatlanság – vagy legalábbis hosszú élet –, gyógyító hatás bármely betegségre, a feltámadás ereje, miképpen azt a fénymadár megtestesíti, és hogy minden eledellel megajándékozz, amit csak kívánnak tőle. Az egész emberi életet a Grál táplálja – mint egykor az őserő a Paradicsomban, ahol nincs szükség emberi munkára, nem léteznek a szülés fájdalmai, nincs halál.

A Grál közösség – Wolfram von Eschenbach ábrázolásában – válságban van. Anfortas király nem tudta megőrizni az első szeretet erőiből a szerelem tisztaságát, és olyan ágyéksebben szenved, amit sem a Grál, sem a világ egész orvostudománya nem tud meggyógyítani. Ez a gyógyíthatatlan seb a nemek szétválasztásából és az azt követő kísértésből eredő ősi seb, a kettészakadás, amely fokozatosan terjedő betegséggé válva egyre több szenvedéssel jár. Anfortas a Grál-király, az emberi nem dísz, kendőzetlen, enyhítetlen formában szenved el az emberiség sebeit. Az ismeretes, tudatosan vagy megsejtéseken alapuló akkoriban szokásos gyógy módok az ő esetében kilátástalanok. Fájdalmai követik a csillagok járását, különösen a Szaturnusz állásától függenek: a seb nem más, mint a régi erők, az első szeretet elégtelensége. Az első szeretet, amely maga is sebből, az elválasztás sebéből keletkezett. Az egységből kivált részek közötti kapcsolat tisztátalanná vált, és az első szeretet nem tudja helyreállítani a tisztaságot, mert a kapcsolathoz hasonlóan ő maga is elvesztette tisztaságát. Az ősi seb ezért

¹¹ Wolfgang von Eschenbach: *Parzival*; 5. könyv, 235,23-24.

¹² Böszörményi László fordítása.

enyhíthetetlenül szakad fel. A bűnbeesés abban áll, hogy a tudat, az emberi lélek „illegális” módon olyasmihhez is hozzáfér, amit megfelelő módon egyáltalán nem, vagy csak részlegesen és torzítva tud megismerni. Így jön létre az ember számára az egész érzéki világ, az érzéki szerelemmel együtt. „Érzéki”-nek azt a lelkiállapotot vagy tudati mozdulatot nevezhetjük, amely a valóságnak csak kis részét fogja át – ezt nevezzük „érezéki”-nek –, de ezt egésznek tartja, miközben ki nem használt megismerési erői vágyak alakjában a részvalósághoz láncolják. Ez az érzékiségez való ragaszkodás eredete.

A fenti okok miatt a Grál éppen ezt a sebet nem tudja meggyógyítani, viszont a szenvedő Anfortas életét akarata ellenére meghosszabbítja. A szenvedés az Én, az érzésben működő figyelem betegsége. Mivel az érzés maga a seb ősokához kötődik, a lélek önmagát tartja fogva ebben a helyzetben, miközben itt az ideje, hogy az ősi sebesülést ne az első szeretet erőiben, az egykori tisztaság helyreállításában keressük –, mely igyekezet ezért csődöt is mond Anfortasnál –, hanem új módon, a *tudati lélek*¹³ mozdulatában.

A Grál, az egyetlen „dolog”, amely *beszél* – írás jelenik meg rajta, amely, miután elolvasták, kialszik –, megadja az útmutatást: egy kérdés tudná a sebet meggyógyítani és ezzel a válságot orvosolni.

3. Az öntudati lélek

A tudati vagy öntudati lélek azáltal jön létre, hogy a test-független, szabad figyelem találkozik önmagával. A figyelem az Én „szubsztanciája”, ő maga az Én, minden elszenvedett sorsával együtt.

A tudati lélek megjelenése a Logosz testté („hússá”) válása¹⁴ révén vált *lehetővé*, azáltal, hogy a Logosz-elem kétféle módon van jelen az emberi lényben: a lélek mennyországában, tudatfölötti, szellemi részében, ahol kezdettől fogva mindig is jelen volt; és a testhez, a „húshoz” kötődő hétköznapi lélek alapján – a „húsban”. A Logosz kétféle jelenlétével a nyiladozó tudati lélek a kettősség jegyében áll. Imádsága a kétely, képessége a kérdés. A tudati lélek *lehetőségének* ismertető jegye a tudatnak az a képessége, hogy rálásson, reflektáljon önmagára, a lélekre, még ha ez adott formájában korlátozódik is a tudati folyamatok múltjára, és nem terjed ki a jelenlét átélésére. Utóbbi éppen a tudati lélekkel jelenik meg, amikor a szabad figyelem megtapasztalja önmagát a jelenben – a múlt azonnal *tárgyává* válik a szabad, jelenléti figyelemnek.

A test-független – nem a testhez kapcsolódó érzésen nyugvó – öntudat a két Logosz-elem önmagával való találkozásában és eggyé válásában jöhet létre, legalább egy pillanatra, egy intuíció felvillanásában vagy egy észlelési képhez való odaadottságban. Az ember mindkét esetben „megfeledkezik magáról” – a hétköznapi énjéről –, mert eggyé válik felső Én-jével. Ha élményéről később számot ad, akkor annál pontosabban tudja, hogy mit tapasztalt, minél inkább „belefeledkezett”. Az ilyen pillanatokban a tudati lélek önmegvalósításának az a feltétele, hogy a figyelem korlátlanul felfokozódjék, és így megtapasztalhassa önmagát: „Amire figyelek, az – az aktív, koncentrált figyelem *tárgya* – én vagyok.” Ez az ember harmadik, szellemi születése.¹⁵

¹³ Lásd a következő fejezetet.

¹⁴ Vö.: Georg Kühlewind: *A Szent Szellem megújítása; A test* című fejezet ((Klárís Kiadó, 2024)

¹⁵ Vö.: Georg Kühlewind: *Karácsony; Az ember három születése* című fejezet; (Székely és Társa Kiadó; Budapest, 1996.)

Az Én önmagára, öntudatra ébredése szellemi tapasztalás, a legalapvetőbb szellemi tapasztalás következménye, és mint ilyen: teremtetési aktus, az újabb kori teremtetések, de úgy is mondhatnánk: a szabadság összes ellentmondásával. Az ilyen jellegű teremtetésnek nincs *ős oka*, maga *válik* *ős okká*, kezdetté, amely semmi egyébre nem vezethető vissza. Míg a kereszténység előtti kultúrák ideái, művészeti vagy etikai alkotásai emberfölötti forrásokból adódó sugallatok, inspirációk, mint az ószövetségi tízparancsolat, kiválasztott egyének közvetítésével, mint Mózes, addig a Logosz testté válását követő keresztény kor alkotásai, különösen a XV-XVI. század után, magukon viselik az alkotó individuum kézjegyét. Nem mintha forrásukat a földi-emberi szinten kellene keresni, de az ember földi lényének először meg kell tennie az utat az ősforráshoz, merítenie kell belőle, majd visszafelé is be kell járnia az utat a földi kifejezés egyéni megformálása érdekében. Ezért sokkal kevésbé egyéniek és könnyebben utánozhatóak a régi kultúrák művészeti alkotásai, mint a nyugati, keresztény kultúrái. Az érzékfeletti szinten lejátszódó teremtetés aktusa éppúgy rejtett marad a hétköznapi tudat számára, mint a teremtető erők működése a nemzésben.

Az öntudat keletkezésének egész folyamata rokon a még androgén ember eredeti szaporodásával, amelyben úgy működött tovább az isteni teremtető erő, ahogy egy először kiváltott hullámból egyre újabb, de egyre kisebb, folyamatosan lecsengő hullámok jönnek létre. Természetesen minden öntudat nélkül, az ember még elválasztatlan tudatban élt az istennel.

Az önmegismerés lehetőségét általában feladjuk. Ami hiányzik hozzá, nem annyira a megismerés – ez a Logosz elem átlátszóságában adva van –, sokkal inkább az Én. „Ismerd meg magad”¹⁶ azt jelenti: „Teremtsd meg magad!” Az Én a felfokozott figyelemben teremtet meg magát, ha az eléggé erőssé válik ahhoz, hogy megtapasztalja önmagát –, addig az átlátszó figyelem annak az énnak – beleértve a hétköznapi ént is – „közvetíti” saját tárgyait, amely az öntapasztaláson létrejön, amelyben a szabad, formától mentes figyelem megtapasztalja a test körüli érzeti burkot. A valódi vagy igazi Én teremtetése a szabad figyelem magasabb régióiban történik. A figyelem a magasabb, igazi Én ajándékba kapott szubsztanciája. Ez gondolatilag azon a tényen keresztül ismerhető fel, hogy minden, amit a figyelem „közvetít”, már magán viseli az Én jegyét, „színét”, jellegét. Anélkül, hogy utána kellene gondolnunk, pontosan „tudjuk” – közvetlenül érezzük –, hogy legyen az tapasztalat, észlelet, gondolat, emlékezés vagy képzet, minden, ami a tudatban megjelenik a *miénk*, a mi tapasztalatunk, a mi észleletünk stb. Ezt nem a tartalmakon ismerjük fel, hanem a kísérő érzés jellegén.

Az Én megteremtetése alulról, a közönséges ego-tudatból, a test körüli érzeti burok élményéből indul ki. A Logosz testté válása óta ebben is lakik egy szikra a Logoszból. Ezért tud az ember a léleknek ebből a részéből is elindulni, „kezdeni”, képes erősíteni a szabad figyelmet gyakorlás révén. A szabad figyelemnek való odaadottságban az ego egyre inkább „megfeledkezik magáról”. A gyakorló már nem érzi se testét, se székét, esetleg fájdalmairól is megfeledkezik: a tudat súlypontja a témára helyeződik át. Mivel a figyelem maga az Én, a gyakorló egyre inkább azonossá válik a témával. Ami homeopátiás mértékben a figyelem minden pillanatában megtörténik; a tárggyal való azonosulás – amely ebben a pillanatban már nem tárgy – a gyakorlásban hosszasan tartó állapottá válik. Ha a figyelem ereje még tovább fokozódik, akkor önmagát is megtapasztalhatja a tárggyal való azonosságban. Ebben az élményben ébred fel először a testtől független *Én-vagyok*.

¹⁶ A delphoi jósda jelmondata.

Ha a figyelmünket *akaratlagosan* öntjük témákba, akkor fokozatosan feloldódnak a lelki szokásformák, melyek maguk is megformált akaratból alakultak ki. A legtöbb hétköznapi tevékenységhez kötődő önérzés is oldódni kezd, a figyelem egyre inkább a tevékenység irányába fordul. A téma iránti odaadás feloldó erejének nagyobbak kell lennie a hétköznapi én, az ego lelki formáit létrehozó erőnél. A feloldó forma-erő, immár forma nélkül, átalakul a magasabb öntudat erejévé: éppen *ezáltal* születik meg a magasabb Én, mely önmaga tudata is, öntudat, tehát önmagát megtapasztaló figyelem. A formákban kötött erő megtanult forma nélkül megmaradni, és formától szabad Énné válik. Így jelenik meg az ember magasabb lény, amely eddig figyelemként élt, magában hordozva a rejtett tanút. Most válik igaz tanúvá, aki nem magafeledten, hanem tudatosan képes tanúskodni a jelenlétben.

Miután az ő seb létrejött, az ember az első szeretet erejével az *adott* világ felé fordult, gyógyulását, részleges mivoltának kiegészítését az észlelhető világ adottságaiban kereste, legyenek azok érzékiek vagy szellemiek. Mindezt öntudatlan tisztánlátás – úgy is mondhatnánk, „tisztán érzés” – segítségével. Ha az ego figyelme *aktívvá válik*, vagyis képes gondolat vagy képzet formájában maga teremteni meg témáját, akkor ez a téma ugyanabból a figyelemből jön létre, mint amely a figyelemre koncentrál. Ezért alkalmas ez a folyamat a leginkább arra, hogy a figyelem találkozhasson önmagával.

Ez azt jelenti, hogy az ego már nem az adottban, hanem a figyelem szabad részében keresi integritását. A szabad figyelem – amely nem más, mint amit az ember magasabb lénytagjainak¹⁷ neveznek – kapcsolatban áll az egész szellemi világgal. A lénytagok aszerint individualizálódnak, kerülnek az ember saját fennhatósága, gondozása alá, hogy melyik szinten játszódik le az Én ébredése, a figyelem találkozása önmagával. Így veheti át az ember az emberfölötti lények által előkészített és idáig az ember helyett gondozott örökségét.

A szabad figyelem ez idáig nem volt öntudatos, ezért az, amit „közvetített”, az ego szintjén, a hétköznapi tudat számára megfelelően átalakítva, letompítva vált tudatossá. Minél magasabb szinten jön léte az új öntudat, annál magasabb szintű szellemi tapasztalásokra és megismerésekre juthat az ember: a „közvetített” azon a szinten válik tudatossá, amelyiken az éppen aktuális legmagasabb szintű Én-élmény létrejön, amelyen az ember öntudatra ébred.

Ez a seb újfajta gyógyítása. Az első szeretetben az ember inkább teremtménynek, a teremtet világ részének élte át magát, semmint „Én”-nek. A második szeretetben részleges mivolta a másik irányban, a teremtő Én lények irányában egészül ki, s így maga is öntudatos módon teremtővé válik.

Az Én a tudatfölöttiben keresi az erőt, amely feloldhatja és a magasabb tudat részévé teheti a lélek homályos, átlátszatlan részét. Így jön létre az az öntudat, amely magasabb megismerésekre képes.

¹⁷ Lásd Rudolf Steiner idevonatkozó írásait, például *A világ és az ember szellemi megismerésének alapelemei* (*Theosophie*) vagy *A szellemtudomány körvonalai* (*Die Geheimpwissenschaft im Umriß*) című könyveit.