

רודולף שטיינר

## נתיב לידיעה עצמית

[הוצאת בדולח](#) מקדישה, ללא תמורה, את התרגום לעברית של ספר זה לקהל קוראות וקוראי ספרות אנתרופוסופית על מדע הרוח מייסודו של רודולף שטיינר.

אפשר להעבירו הלאה, ללא תמורה.

פניות באימייל לכתובת [bdolah.books@gmail.com](mailto:bdolah.books@gmail.com)

קובץ זה אינו למכירה ו/או למסחר בכל דרך שהיא.



"...אנו עשויים לגלות לעתים קרובות שאותן סימפטיות ואנטיפתיות... שעלה בידינו לסלק, נעלמו רק מתודעתנו המיידית. הן נסוגו אל תוך הרובד העמוק יותר של הטבע האנושי והן מתגלות כהלכי-נפש מסוימים או כתחושת רפיון או תחושות אחרות כאלה, בגוף. שלווח ממשית ביחס לגורל נרכשת רק כאשר אנו מתנהגים בעניין זה בדיוק באותה דרך כמו התמסרות מרוכזת וחוזרת-ונשנית למחשבות או לרגשות למען חיזוק הנפש באופן כללי. חשיבה המובילה רק להבנה אינטלקטואלית אינה מספיקה. יש לחיות באופן נמרץ עם מחשבה כזאת ולהמשיך בה לפרק זמן מסוים תוך הרחקת כל ההתנסויות הקשורות לחושים או לזיכרונות אחרים של החיים הרגילים. על-ידי תרגילים כאלה, אנו מגיעים לגישת-נפש יסודית מסוימת כלפי הגורל..."

מתוך: נתיב לידיעה עצמית, GA-16, מדיטציה שישית.

— רודולף שטיינר —

# A ROAD TO SELF-KNOWLEDGE

By Rudolf Steiner

GA-16

ברלין, 1912

תרגום מאנגלית ועריכה: מוריס איטה

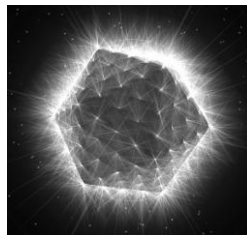
מהדורה ראשונה 2023

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לשדר או לקלוט בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי או מכני או אחר – כל חלק שהוא מהחומר שבספר זה. שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בספר זה אסור בהחלט אלא ברשות מפורשת בכתב מהמו"ל.

© כל הזכויות למהדורה העברית שמורות 2023 לבדולח הוצאה לאור

ת.ד. 558 פתח-תקווה 4910402

email: [bdolah.books@gmail.com](mailto:bdolah.books@gmail.com)



# תוכן עניינים

## [הקדמה](#)

## [מדיטציה ראשונה](#)

בה נעשה ניסיון לקבל אידיאה נכונה על הגוף הפיסי

## [מדיטציה שנייה](#)

בה נעשה ניסיון ליצור מושג נכון של הגוף האלמנטרי או האתרי

## [מדיטציה שלישית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של ההכרה העל-חושית של העולם האלמנטרי

## [מדיטציה רביעית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור מושג על שומר הסף

## [מדיטציה חמישית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של הגוף האסטרלי

## [מדיטציה שישית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור מושג על גוף-ה'אני' או גוף-המחשבות

## [מדיטציה שביעית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של אופייה של התנסות בעולמות העל-חושיים

## [מדיטציה שמינית](#)

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של הדרך שבה האדם רואה את המחוזרים החוזרים-ונשנים של חייו הארציים

## הקדמה

בחיבור זה נעשה מאמץ למסור ידיעה רוחנית-מדעית על ישות האדם. שיטת ההצגה בנויה בדרך כזו שהקורא יכול להתפתח עם מה שמתואר, כך שבמהלך הקריאה היא נעשית עבורו לסוג של ועידה-עצמית. אם חד-שיח זה ילבש צורה כזו שבה יתגלו כוחות נסתרים היכולים להתעורר בכל נפש אנושית, אז הקריאה תוביל לעבודה פנימית ממשית של הנפש; והאחרונה יכולה לראות את עצמה מומרצת למסע זה של הנפש, שבאמת מקדם את ראיית עולם הרוח. לכן, מה שיש למסור נמסר בצורה של שמונה מדיטציות שלמעשה אפשר לתרגלן. אם זה נעשה, הן יכולות להיות מותאמות לכך שהן תמסורנה לנפש, על-ידי העמקה פנימית שלה, את אשר הן מדברות עליו.

מטרתי הייתה, מצד אחד, למסור משהו לאותם קוראים שנעשו בקיאים בספרות העוסקת בתחום העל-חושי, כפי שהוא מובן כאן. כך, דרך סגנון התיאור, דרך המסר המתחבר ישירות להתנסות הנפש, אולי אלה שיש להם ידיעה על חיים על-חושיים ימצאו כאן משהו אשר עשוי להיראות להם בעל חשיבות. מצד שני, רבים יוכלו למצוא שרק דרך שיטת הצגה זו, הדברים יועילו לאלה שעדיין רחוקים מהישגיו של מדע הרוח.

אף על פי שיצירה זו נועדה להיות הרחבה של כתבי האחרים בתחומו של מדע הרוח, אפשר בכל זאת לקרואה באופן עצמאי.

בספריי, תיאוסופיה<sup>1</sup> ו-מדע הנסתר בקווים כלליים<sup>2</sup>, השתדלתי להציג את הדברים כפי שהם מתגלים להתבוננות, בהתעלותה אל הרוחי. ביצירות אלה, שיטת ההצגה תיאורית וכיוונה מוכתב על-ידי תאימות לחוק המתגלה מתוך הדברים עצמם. בספר זה, נתיב לידיעה עצמית, שיטת ההצגה שונה. כאן מתואר מה שיכול להיחוו על-ידי נפש העולה על נתיב המוביל אל הרוח באופן מסוים. לכן, אפשר להתייחס לחיבור זה כתיאור התנסויותיה של הנפש; אלא, יש לקחת בחשבון שההתנסויות היכולות להירכש בדרך כזו, כפי שהן מתוארות כאן, מוכרחות ללבוש צורה אינדיבידואלית בכל נפש בהתאם לייחודיותה. השתדלתי לדבוק בעובדה זו כך שאדם יוכל גם לחשוב שמה שמתואר כאן נחוה למעשה על-ידי נפש אינדיבידואלית, בדיוק כפי שמוצג. לכן, הכותרת של חיבור זה היא נתיב לידיעה עצמית. בהקשר זה, הוא עשוי לשרת את המטרה של מתן עזרה לנפשות אחרות לחיות את התיאור הזה ולהגשים מטרות תואמות, והוא מהווה הרחבה של ספרי ידיעת העולמות העילאיים והדרכים לרכישתה<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> GA-9. הוצאת בדולח.  
<sup>2</sup> GA-13. הוצאת בדולח.  
<sup>3</sup> GA-10. הוצאת בדולח.

מוצגות כאן התנסויות בסיסיות בודדות בלבד. מסירת מידע באופן הזה על תחומים נוספים של 'מדע הרוח' מושהית לעת עתה.

רודולף שטיינר

## מדיטציה ראשונה

בה נעשה ניסיון לקבל אידיאה נכונה על הגוף הפיסי

כאשר הנפש מתמסרת לתופעות העולם החיצוני דרך תפיסה חושית, בלתי-אפשרי לומר – לאחר בחינה-עצמית אמיתית – שהנפש קולטת את התופעות הללו או שהיא למעשה חווה את הדברים של העולם החיצוני. כי, במהלך ההתמסרות לעולם החיצוני, הנפש אינה יודעת באמת דבר על עצמה. דווקא, העובדה היא שאור-השמש עצמו, הקורן מדברים מבעד למרחב בצבעים שונים, חי או חווה את עצמו בתוך הנפש. כאשר הנפש נהנית ממאורע כלשהו, הרי שברגע ההנאה היא מהווה למעשה הנאה בה במידה שהיא מודעת לכך שהיא מהווה דבר כלשהו. ההנאה חווה את עצמה בנפש. הנפש מתאחדת עם התנסותה את העולם. היא אינה חווה את עצמה כמשהו נפרד אשר חש הנאה, התפעלות, שמחה, סיפוק ופחד. אילו הנפש הייתה מודה תמיד בעובדה זו, אז ורק אז יופיעו באור הנכון המקרים שבהם היא נסוגה מן ההתנסות של העולם החיצוני ובהיותה מתבוננת בעצמה. רגעים אלה יופיעו כמעצבי חיים בעלי אופי מיוחד, שמיד יתגלו שונים לגמרי מן החיים הרגילים של הנפש. עם סוג מיוחד זה של חיים שהחידות של הוויית-קיומה של הנפש מתחילות לעלות בתודעתנו. וחידות אלה הן למעשה המקור של כל חידות העולם האחרות. כי, שני עולמות – חיצוני ופנימי – מתייצבים בפני רוחו של האדם, ישירות בפני הנפש שלפרק זמן קצר או ארוך יותר, מפסיקה להיות אחת עם העולם החיצוני ונסוגה אל הבדידות של הוויית-קיומה.

עתה, נסיגה זו אינה כלל תהליך פשוט שברגע שהוגשם, אפשר לחזור עליו שוב באותה דרך. זה הרבה יותר כמו תחילתה של עלייה לרגל אל תוך עולמות שלא היו ידועים קודם לכן. ברגע שבו מסע זה מתחיל, כל צעד יגרור צעדים נוספים והוא אף יהווה הכנה לצעדים נוספים אלה. הצעד הראשון הוא אשר מכשיר את הנפש לעשות את הצעד הבא. וכל צעד מביא ידיעה מלאה יותר על התשובה לשאלה: "מהו אדם במובן האמיתי של המילה?" נפתחים עולמות שהינם נסתרים מתפיסת-החיים הרגילה. עם זאת, רק באותם עולמות שיכולות להתגלות העובדות אשר חושפות את האמת על אודות תפיסה זו עצמה. וגם אם אין שום תשובה המוכיחה שהיא מקיפת-כל וסופית, הרי שהתשובות המושגות באמצעות העלייה לרגל הפנימית של הנפש, מרחיקות אל מעבר לכל דבר שהחושים החיצוניים והאינטלקט הכבול להם, יכולים בכלל למסור. כי, 'משהו יותר' זה נחוץ לו לאדם, והוא יגלה שזה כך כאשר ינתח את טבעו שלו באמת וברצינות.

בתחילתו של מסע כזה של עלייה לרגל דרך תחומי נפשנו, נחוצים שכל ישר והיגיון בריא. הם יוצרים נקודת-מוצא בטוחה לקראת הכניסה אל תוך התחומים העל-חושיים, שהנפש, ככלות הכול, משתוקקת להגיע אליהם. נפשות רבות תעדפנה לא לטרוח בשביל נקודת-מוצא כזו, אלא דווקא לחזור ישירות אל תוך התחומים העל-חושיים; אם כי, כל נפש בריאה, גם אם היא נמנעה בהתחלה מהתייחסויות כאלה של שכל

ישר מפאת היותן לא-נעימות, תמיד תשלים עמן מאוחר יותר. כי, לא חשוב כמה ידיעה של העולמות העל-חושיים אדם רכש מנקודת-מוצא אחרת, הרי שהוא ירכוש שם אחיזה איתנה אך ורק באמצעות שיטות של תבונה כמו אלה המתוארות כאן.

בחיי הנפש, עשויים להופיע רגעים שבהם היא אומרת לעצמה: "את מוכרחה להיות מסוגלת להיסוג מכל דבר שעולם חיצוני יכול להעניק לך, אם אין ברצונך שייכפה עלייך להודות בכך שאת רק שטות הסותרת את עצמך; אך, זה יעשה את החיים בלתי-אפשריים, מפני שברור שמה שאת קולטת סביבך, מתקיים באופן בלתי-תלוי בך; הוא מתקיים בלעדייך והוא ימשיך להתקיים בלעדייך. אם כך, מדוע צבעים נקלטים בתוכך, בעוד שלתפיסתך לא תהיה שום השפעה עליהם? חשיבה קפדנית תראה שגוף זה רוכש חיים רק כהתגלות החיצונית שלך. היא מהווה חלק מן העולם החיצוני אשר עובר טרנספורמציה בתוכך ויתר על כן, את נוכחת לדעת שהדבר חיוני עבורך. כי, בהתחלה, לא היו יכולות להיות לך שום התנסויות פנימיות בלי החושים שלך, שהגוף לבדו יכול להעמיד לרשותך. בלי גופך היית נשארת ריקה, כפי שאת בהתחלה. הוא מוסר לך דרך החושים מלאות ומהות פנימיות." ואז תופענה כל אותן מחשבות שהינן חיוניות לכל הוויית-קיום אנושית אם אין ברצונה להגיע לסתירה עצמית בלתי-נסבלת ברגעים מסוימים אשר מופיעים בכל ישות אנושית. גוף זה – כפי שהוא קיים ברגע נוכחי זה – הינו ביטוי של התנסות הנפש. תהליכיו הם כאלה המאפשרים לנפש לחיות בו ולרכוש בתוכו התנסות שלה עצמה.

ברם, יבוא זמן שבו זה לא יהיה כך. באיזשהו יום, החיים בגוף יהיו כפופים לחוקים שונים למדי מאלה שלהם הוא מציית כיום בעודו מתקיים עבורך ולמען התנסות הנפש שלך. הוא ייעשה כפוף לאותם חוקים שעל-פיהם החומרי והכוחות בטבע פועלים, חוקים שאין להם עוד שום קשר לך ולחייך. הגוף שלו את חבה את ההתנסות של נפשך, ייטמע בתהליך-העולם הכללי ויתקיים שם בצורה שאין לה דבר במשותף עם מה שאת חווה בתוכך.

מחשבה כזאת עשויה לעורר בהתנסות הפנימית את האימה כולה של המחשבה על המוות, אך בלי התערובת של הרגשות האישיים גרידא הקשורים בדרך-כלל למחשבה זו. כאשר רגשות אישיים כאלה שולטים, לא קל לייסד את הלך-הרוח השקט והשקול הנחוץ לרכישת ידיעה. טבעי שהאדם ירצה לדעת על המוות ועל חיי הנפש באופן בלתי-תלוי בהתפרקות הגוף. אבל, הקשר הקיים בין האדם עצמו והשאלות הללו עלול – אולי יותר מכל דבר אחר בעולם – לבלבל את שיפוטו האובייקטיבי ולגרום לו לקבל כתשובות אמינות רק את אותן תשובות אשר מושפעות מתשוקותיו ומשאלותיו. כי, בלתי-אפשרי לקבל ידיעה אמיתית מדבר כלשהו בתחומים הרוחניים בלי להיות מסוגל לקבל ברצון ובשוויון-נפש מלא 'לא' או 'כן' כתשובה. ועלינו רק להתבונן בעצמנו באופן מצפוני כדי להיעשות מודעים במפורש לעובדה שאיננו מקבלים את הידיעה על הכחדתם של חיי הנפש יחד עם מות הגוף באותה שלוה כמו הידיעה המנוגדת המורה על המשך הוויית-קיומה של הנפש מעבר למוות. אין ספק שישנם בני-אדם המאמינים בכנות



בהכחדתה של הנפש עם הכחדתם של חיי הגוף ואשר מארגנים את חייהם בהתאם לכך. אך, גם אלה אינם בלתי-משוחדים ביחס לאמונה כזו. נכון שהם אינם מאפשרים לפחד ההכחדה והרצון להמשכיות הקיום, לקבל את הסיבות הטובות ביותר שהינן במפורש בעד הכחדה כזאת. עד כה, התפיסה של בני-האדם הללו הגיונית יותר מזו של בני-אדם אחרים המחברים או מקבלים באופן לא-מודע טענות בעד המשכיות הקיום, כי ישנה תשוקה נלהבת במעמקים הנסתרים של נפשם להמשכיות כזו של הוויית-הקיום. עם זאת, ההשקפה של אלה המתכחשים לאלמותיות אינה מוטית פחות, אם כי בדרך שונה. בקרבם ישנם אחדים היוצרים אידיאה מסוימת על מה שהחיים והוויית-הקיום מהווים. אידיאה זו כופה עליהם לחשוב על תנאים מסוימים שבלעדיהם החיים בלתי-אפשריים. השקפתם על הוויית-הקיום מובילה אותם למסקנה שהתנאים של חיי-הנפש אינם יכולים עוד להתקיים לאחר שהגוף מתפרק. בני-אדם כאלה אינם שמים לב לכך שהם עצמם, מן ההתחלה, קבעו אידיאה על התנאים הנחוצים לקיום החיים והם אינם יכולים להאמין בהמשכיות החיים לאחר המוות מן הסיבה הפשוטה שעל-פי האידיאה שלהם אשר נהגתה מראש, אין שום אפשרות לחשוב על קיום בלי גוף. גם אם הם אינם מוטים על-ידי המשאלות שלהם, הם מוטים על-ידי האידיאות שלהם, מהן הם אינם יכולים להשתחרר. בנושאים האלה עדיין שורר בלבול רב ויש צורך להציג דוגמאות ספורות של הקיים בכיוון זה. למשל, המחשבה שהגוף, שדרך תהליכיו הנפש מנהלת את חייה, יימסר בסופו של דבר לעולם החיצוני ויהיה כפוף לחוקים שאין להם שום קשר לחיים הפנימיים – המחשבה הזאת מציבה בפני הנפש את התנסות המוות בדרך כזו ששום רצון, שום התייחסות אישית, צריכים בהכרח להיכנס לתודעה; ועל-ידי מחשבה כזאת אנו מובלים אל שאלה פשוטה, לא-אישית, של הכרה. אז, תופיע במהרה בתודעה גם המחשבה שהאידיאה של המוות אינה חשובה לכשעצמה, אלא דווקא מפני שהיא עשויה לשפוך אור על החיים. ועלינו להגיע למסקנה שאפשר להבין את חידת החיים דרך הבנת טבעו של המוות.

העובדה שהנפש משתוקקת להמשך קיומה צריכה לעשותנו, בכל הנסיבות, חשדניים ביחס לכל דעה שהנפש יוצרת על האלמותיות שלה. כי, מדוע צריכות עובדות העולם להקדיש תשומת-לב כלשהי לרגשותיה של הנפש? תיתכן המחשבה שהנפש, כמו להבה אשר הופקה מדלק, לוהבת מהחומר של הגוף ולאחר מכן מוכחדת. אכן, הצורך בגיבוש דעה כלשהי על טבעה עשוי אולי להוביל את הנפש בדיוק אל מחשבה זו, עם התוצאה שהיא תחוש את עצמה ריקה ממשמעות. אבל, אף-על-פי-כן, מחשבה זו עשויה להיות האמת הממשית של הנושא, גם אם היא גרמה לנפש לחוש את עצמה חסרת-משמעות.

כאשר הנפש מפנה את עיניה אל הגוף, היא מוכרחה לקחת בחשבון את מה שהגוף עשוי לגלות לה. אז נראה כאילו חוקים כאלה היו פעילים בטבע כחומר וכוחות מניעים בתהליך מתמשך של שינוי וכאילו חוקים אלה שלטו בגוף ולאחר זמן מה משכו אותו אל תוך אותו תהליך כללי של שינוי הדדי. תוכלו לנסח את האידיאה הזאת בכל דרך שרק תרצו: היא עשויה להיות קבילה מבחינה מדעית, אך ביחס למציאות האמיתית היא מוכיחה שהיא בלתי-אפשרית למדי. אתם עשויים לגלות שהיא האידיאה היחידה הנראית ברורה

והגיונית מבחינה מדעית וכל השאר הן רק אמונות סובייקטיביות. אתם יכולים לדמיין לעצמכם שזה כך, אבל אינכם יכולים לדבוק באידיאה זו עם תודעה בלתי-משוחדת באמת. וזוהי הנקודה. מן ההכרח לקחת בחשבון, לא מה שהנפש על-פי טבעה חשה שהוא כורח, אלא רק מה שהעולם החיצוני, שאליו הגוף משתייך, מבהיר. לאחר המוות, העולם החיצוני סופג את החומר והכוחות של הגוף, שאז כפופים לחוקים שאינם משנים דבר למתרחש בגוף במהלך החיים. לחוקים הללו (שהינם מטבע פסי וכימי) יש בדיוק אותו קשר לגוף כפי שיש להם לכל דבר דומם אחר בעולם החיצוני. בלתי-אפשרי לחשוב שאדישות זו של העולם החיצוני ביחס לגוף האנושי מוכרחה להתחיל ברגע המוות ולא הייתה קיימת במהלך החיים.

בלתי-אפשרי לרכוש מן החיים אידיאה על הקשר בין גופנו והעולם הפיסי, אלא רק על-ידי כך שנטביע בתודעתנו את המחשבה שכל דבר המשתייך לנו ככלי נושא של החושים שלנו וכאמצעי שעמו הנפש ממשיכה לנהל את חייה – אל כל זה העולם הפיסי מתייחס בדרך אשר מתבהרת לנו אך ורק כאשר אנו מביטים אל מעבר לגבולות חיינו הגופניים ולוקחים בחשבון שיבוא זמן שבו לא יהיה עוד ברשותנו הגוף שבו אנו רוכשים עתה התנסות של עצמנו. כל תפיסה אחרת על הקשר בין העולם הפיסי החיצוני והגוף מעבירה בתוכה את התחושה של אי-תאימות למציאות. ברם, האידיאה שרק לאחר המוות שהקשר האמיתי בין הגוף והעולם החיצוני מתגלה, אינה סותרת התנסות ממשית כלשהי של העולם החיצוני או הפנימי.

הנפש אינה חווה את המחשבה שהחומר והכוחות של גופה נמסרים לתהליכים של העולם החיצוני שאין להם שום קשר לחייה שלה, כבלתי-נסבלת. בהתמסרותה לחיים בדרך בלתי-משוחדת וללא דופי, היא אינה יכולה לגלות בתוך מעמקיה כל רצון העולה מן הגוף אשר הופך את המחשבה על התפרקות לאחר המוות, למחשבה לא-נעימה. האידיאה נעשית בלתי-נסבלת רק כאשר היא רומזת שהחומר והכוחות המוחזרים לעולם החיצוני לוקחים עמם את הנפש והתנסויותיה של הוויית-קיומה. אידיאה כזו הייתה נעשית בלתי-נסבלת מאותה סיבה כמו כל אידיאה אחרת **כלשהי**, שאינה צומחת באופן טבעי מהסתמכות על התגלותו של העולם החיצוני.

לייחס לעולם החיצוני קשר שונה לחלוטין להוויית-הקיום של הגוף במהלך החיים ממה שהוא נושא לאחר המוות הינה אידיאה עקרה לגמרי. לכשעצמה, היא תמיד תידחה על-ידי המציאות, בעוד שהאידיאה שהקשר בין העולם החיצוני והגוף נשאר אותו דבר לפני ולאחר המוות, מבוססת למדי. הנפש, כאשר היא דוגלת בהשקפה האחרונה, חשה את עצמה בהרמוניה מלאה עם עדותן של עובדות. אפשרי לחוש שאידיאה זו לא מתנגשת בעובדות המדברות בעד עצמן ולהן אין צורך להוסיף שום מחשבה מלאכותית.

אדם לא תמיד רואה באיזו הרמוניה יפה נמצאים הרגשות הבריאים והטבעיים של הנפש עם התגלויות הטבע. זה עשוי להיראות מובן-מאליו עד כדי כך שאין צורך באיזושהי הערה ועם זאת עובדה חסרת-משמעות לכאורה זו מבהירה מאוד. באידיאה שהגוף מתפרק ליסודות, אין שום דבר בלתי-נסבל, אך,

מצד שני, המחשבה שהנפש שותפה לגורלו של הגוף, חסרת-היגיון. ישנן סיבות אישיות אנושיות רבות המוכיחות זאת, אבל במחקר אובייקטיבי מן ההכרח להשאיר סיבות כאלה מחוץ להתייחסות.

ברם, מלבד הסיבות הללו, תשומת-לב אובייקטיבית ויסודית לתורות של העולם החיצוני מראה שאין השפעה שונה על הנפש היכולה להיות מיוחסת לעולם חיצוני זה לפני המוות מזו שיש לה לאחר המוות. העובדה שאידיאה זו מתייצבת ככורח ונגד כל ההתנגדויות אשר עשויות להיות מועלות נגדה, חד-משמעית. מי שחושב את המחשבה הזאת בהיותו מודע לגמרי לעצמו, חש את אמיתותה הישירה. למעשה, הן אלה המתכחשים לאלמותיות והן אלה המאמינים בה, חושבים בדרך הזאת. קרוב לוודאי שהראשונים יאמרו שתנאי התהליכים הגופניים במהלך החיים עוסקים בחוקים הפועלים על הגוף לאחר המוות; אך, הם טועים אם הם מאמינים שהם באמת מסוגלים לחשוב שהחוקים הללו נמצאים בקשר שונה לגוף במהלך החיים כאשר הוא מהווה כלי נושא של הנפש, ממה ששולט לאחר המוות.

האידיאה היחידה האפשרית לכשעצמה היא ששילוב הכוחות המיוחד המתהווה עם הגוף, נשאר אדיש למדי כלפי הגוף באופיו של כלי נושא עבור הנפש, כמו אותו שילוב של כוחות היוצר את התהליכים בגוף המת. אדישות זו אינה קיימת מצדה של הנפש, אלא מצד החומר והכוחות של הגוף. הנפש חווה את עצמה באמצעות הגוף, אך הגוף חי בתוך ודרך העולם החיצוני ואינו מייחס יותר חשיבות לנפש לכשעצמה מאשר לתהליכי העולם החיצוני. מגיעים למסקנה שלחום ולקור של העולם החיצוני יש השפעה על זרימת הדם בגופנו והיא מקבילה לזו של פחד ובושה הקיימים בנפש.

כך, ראשית כל, אנו חשים בתוכנו את חוקי העולם החיצוני פעילים באותו שילוב חומרים מיוחד המתגלה כצורה של הגוף האנושי. אנו חשים את הגוף הזה כאיבר של העולם החיצוני, אבל נשארים בורים ביחס לפעילויותיו הפנימיות. המדע החיצוני בימינו נותן מידע מסוים על הדרך שבה חוקי העולם החיצוני משתלבים בתוך אותה מהות מיוחדת, המציגה את עצמה כגוף אנושי. אנו יכולים לקוות שמידע זה יורחב ויושלם בעתיד. אך, מידע גדל והולך זה אינו משנה דבר בדרך שבה הנפש צריכה לחשוב על הקשר שלה לגוף. להיפך, היא תביא יותר ויותר ראיות לכך שחוקי העולם החיצוני נשארים באותו קשר עם הנפש לפני המוות ואחריו. זוהי אשליה לצפות שהתקדמות הידיעה של הטבע תראה עד כמה התהליכים הגופניים הם סוכנים של חיי-הנפש. נזהה בצורה יותר ויותר ברורה את אשר מתרחש בגוף במהלך החיים, אך התהליכים הנדונים יורגשו תמיד על-ידי הנפש כנמצאים מחוצה לה, באותה דרך כמו התהליכים בגוף לאחר המוות.

לכן, הגוף מוכרח להופיע בעולם החיצוני כשילוב של כוחות וחומרים, המתקיים בכוחות עצמו ואפשר להסבירו לכשעצמו כאיבר של עולם חיצוני זה. הטבע גורם לצמח לצמוח ולהתפרק. הטבע שולט בגוף האנושי וגורם לו למות בתחומו. אם האדם יישא את עמדתו ביחס לטבע עם אידיאות מן הסוג הזה, הוא יהיה מסוגל לשכוח את עצמו וכל אשר נמצא בתוכו ולחוש את גופו כאיבר של העולם החיצוני. אם יחשוב בדרך זו על קשריו לעצמו ולטבע, הוא יחווה בהקשר עם עצמו מה שאנו יכולים לכנותו, גופו הפיסי.

## מדיטציה שנייה

בה נעשה ניסיון ליצור מושג נכון של הגוף האלמנטרי או האתרי

על-ידי האידיאה שהנפש צריכה ליצור בהקשר עם עובדת המוות, היא עשויה להיות מובלת אל אי-ודאות מוחלטת ביחס לישותה שלה. זהו המקרה כאשר היא מאמינה שאין ביכולתה לרכוש ידיעה על עולם אחר כלשהו, מלבד עולם החושים ועל מה שהאינטלקט מסוגל לאמת ביחס לעולם זה. בחיים הרגילים, הנפש מפנה את תשומת-לבה אל הגוף הפיסי. היא רואה את אותו גוף מוטמע לאחר המוות בבית-המלאכה של הטבע, שאין לו שום קשר למה שהנפש מתנסה בו לפני המוות כהוויית-קיומה. אכן, הנפש עשויה לדעת (באמצעות המדיטציה הקודמת) שלגוף הפיסי במהלך החיים יש את אותו קשר אליה כמו הקשר שלאחר המוות, אך זה לא מקדם אותה רחוק יותר מאשר ההודאה באמיתות העצמאות הפנימית של התנסויותיה עד לרגע המוות. מה שקורה לגוף הפיסי לאחר המוות ניכר מהתבוננות בעולם החיצוני. אבל, התבוננות כזו אינה אפשרית ביחס להתנסותה הפנימית. כל עוד היא קולטת את עצמה דרך החושים, הנפש בחייה הרגילים אינה יכולה לראות מעבר לגבול של המוות. אם הנפש אינה מסוגלת ליצור אידיאות כלשהן המרחיקות אל מעבר לאותו עולם חיצוני אשר מטמיע בתוכו את הגוף לאחר המוות, אז ביחס לכל הנוגע לישותה שלה, בצד השני של המוות, היא אינה מסוגלת לראות דבר מלבד אינות ריקה.

אם זה אמור להיות אחרת, הנפש מוכרחה לתפוס את העולם החיצוני באמצעים שונים מאלה של החושים והאינטלקט הקשור אליהם. אלה משתייכים לגוף והם מרקיבים עמו. מה שהם מוסרים לנו אינו מוביל לדבר מלבד לתוצאתה של המדיטציה הראשונה, ותוצאה זו כרוכה אך ורק ביכולתה של הנפש לומר לעצמה: "אני כבולה לגופי. גוף זה כפוף לחוקי טבע הקשורים אליי באותה דרך כמו כל חוקי הטבע האחרים. דרכם, אני מהווה איבר של העולם החיצוני וחלק מעולם זה בא לידי ביטוי בגופי, עובדה שאני נוכח לדעת באופן ברור ביותר, כאשר אני מתייחס למה שהעולם החיצוני עושה לאותו גוף לאחר המוות. במהלך החיים, הוא מעניק לי חושים ואינטלקט המאפשרים לי לראות היכן חומרים ניצבים ביחס להתנסויותיה של נפשי בצד השני של המוות." טענה כזו יכולה להוביל לשתי תוצאות בלבד. או שכל מחקר נוסף על חידת הנפש מדוכא ומוותרים על כל המאמצים לרכוש ידיעה על נושא זה; או שנעשים מאמצים אחרים כדי להשיג על-ידי התנסותה הפנימית של הנפש את מה שהעולם החיצוני דוחה. מאמצים אלה עשויים להגביר את עוצמת הכוח והאנרגיה ביחס להתנסות פנימית זו לעוצמה שלא הייתה יכולה להיות להם בחיים הרגילים.

בחיים הרגילים, לאדם יש מידה מסוימת של כוח בהתנסויותיו הפנימיות, בחיי הרגש והחשיבה שלו. למשל, הוא חושב מחשבה כל אימת שקיים דחף פנימי או חיצוני לעשות זאת.

ברם, אפשר לבחור מחשבה כלשהי מבין היתר ומרצון לחזור עליה שוב ושוב, בלי איזושהי סיבה חיצונית, ועם אנרגיה נמרצת כזאת לגרום לה לחיות כממשות פנימית. מחשבה כזו עשויה, על-ידי מאמץ חוזר-ונשנה, להיעשות לאובייקט הבלעדי של התנסותנו הפנימית. ובעודנו עושים זאת, אנו יכולים להרחיק את כל הרשמים והזיכרונות החיצוניים העשויים לעלות בנפש. אז, אפשר להפוך התמסרות שלמה כזאת למחשבות או רגשות מסוימים באופן בלעדי, לכדי פעילות פנימית סדירה. ברם, כדי שהתנסות פנימית כזאת תוביל לתוצאות חשובות באמת, יש לבצעה על-פי חוקים מסוימים אשר כבר נוסו. חוקים כאלה מתועדים על-ידי המדע של חיי הרוח. בספרי ידיעת העולמות העילאיים והדרכים לרכישתה, מוזכרים כללים וחוקים רבים. באמצעות שיטות כאלה, אנו מחזקים את כוחותיה של ההתנסות הפנימית. התנסות זו נעשית, בדרך מסוימת, מרוכזת. את מה שנוצר כתוצאה מכך, אנו לומדים דרך אותה התבוננות בעצמנו אשר מתחילה לאחר שהפעילות הפנימית המתוארת נמשכה פרק זמן ארוך במידה מספקת. נכון שנדרשת סבלנות רבה עד שתופענה תוצאות משכנעות. ואם איננו מוכנים לתרגל סבלנות כזאת במשך שנים, לא נשיג דבר בעל חשיבות. כאן, אפשר רק לתת דוגמה אחת של תוצאות כאלה, כי ישנן רבות ומגוונות. ומה שמוזכר כאן מותאם לקידום שיטת המדיטציה המיוחדת שאנו מתארים עתה.

אדם מבצע את החיזוק הפנימי אשר צוין של חיי-הנפש שלו במשך זמן רב, אולי בלי שדבר כלשהו יקרה בחייו הפנימיים היכול לשנות את דרך חשיבתו הרגילה ביחס לעולם. ברם, לפתע הדבר הבא עשוי לקרות. כמובן, יתכן שהמאורע אשר יתואר לא יקרה לשני אנשים שונים בדיוק באותה דרך. אך, אם נגיע לתפיסה של התנסות אחת מסוג זה, נרכוש הבנה של הנושא הנדון כולו. עשוי להופיע רגע שבו הנפש רוכשת התנסות פנימית של עצמה בדרך חדשה למדי. בהתחלה, מה שבדרך-כלל קורה הוא שהנפש, במהלך השינה, מתעוררת כביכול בחלום. אך, מיד אנו חשים שהתנסות זו אינה ברת-השוואה לחלומות רגילים. אנו מנותקים לגמרי מעולם החושים והאינטלקט ועם זאת אנו חשים את ההתנסות באותה דרך שבה אנו עומדים ערים לגמרי בחיים הרגילים בפני העולם החיצוני. אנו חשים שנכפה עלינו לדמיין לעצמנו את ההתנסות בתוכנו. לשם כך, אנו משתמשים באידיאות כמו אלה שיש לנו בחיים הרגילים, אבל אנו בהחלט יודעים שאנו חווים דברים שונים מאלה שאידיאות כמו אלה בדרך-כלל קשורות אליהם. נעשה שימוש באידיאות הללו רק כאמצעי לבטא התנסות שלא הייתה לנו קודם לכן ואנו גם מסוגלים לדעת שבלתי-אפשרי שתהיה לנו בחיים הרגילים.

אנו חשים, למשל, כאילו היו סביבנו סופות רעמים. אנו שומעים רעם ורואים ברק. עם זאת, אנו יודעים שאנו נוכחים בחדרנו. אנו חשים חדורים כוח שלא היה מוכר לנו קודם לכן. לאחר מכן, אנו מדמיינים לעצמנו שאנו רואים סדקים בקירות שמסביבנו ואנו חשים שנכפה עלינו לומר לעצמנו או למישהו שאנו חושבים שנמצא קרוב אלינו. "אני שרוי עתה בקשיים גדולים; הברק חודר את קירות הבית ומשתלט עליי; אני חש שהוא אווז בי וממוסס אותי." בחלוף סדרה כזו של דימויים, ההתנסות הפנימית חוזרת

למצבים נפשיים רגילים. אנו מוצאים את עצמו שוב בתוכנו עם זיכרון ההתנסות שהייתה לנו. אם זיכרון זה חי ומדויק כמו כל זיכרון אחר, מתאפשר לנו לחוות דעה על ההתנסות. אז, יש לנו ידיעה ישירה שהתנסונו במשהו שאינו יכול להיחווה לא על-ידי חוש פיסית כלשהו ולא על-ידי שכל רגיל, כי אנו חשים שהתיאור אשר נמסר עתה והועבר לאחריים או לעצמנו, אינו אלא אמצעי המבטא את ההתנסות. אף על פי שההתנסות מהווה אמצעי להבנת קיומה של ההתנסות, אין לה עמה דבר במשותף. אנו יודעים שאיננו זקוקים לאף לא אחד מן החושים שלנו כדי לחוות התנסות כזאת.

מי שמייחס זאת לפעילות נסתרת של החושים או של המוח, אינו יודע את אופייה האמיתי של ההתנסות. הוא דבק בתיאורים המספרים על ברק, רעם וסדקים בקירות, ולכן הוא מאמין שהתנסות זו של הנפש הינה רק הד של החיים הרגילים. הוא מוכרח להתייחס לדבר כחזיון במובן הרגיל של המילה. הוא אינו יכול לחשוב אחרת. ברם, הוא אינו לוקח בחשבון שכאשר אדם מתאר התנסות כזאת, הוא משתמש במילים ברק, רעם וסדקים בקירות כתמונות של מה שנחוה והוא מוכרח שלא לבלבל בין התמונות וההתנסות עצמה. נכון שהנושא נראה לאדם כאילו הוא באמת ראה את התמונות הללו. אך, במקרה זה הוא לא היה באותו קשר לתופעת הברק כפי שהיה כאשר ראה הבזק אור עם עינו הפיסית. מראה הברק אינו אלא משהו שכביכול מסתיר את ההתנסות עצמה; אדם רואה מבעד לברק משהו מעבר שהינו שונה למדי, משהו שאינו יכול להיחווה בעולם החיצוני של החושים.

כדי שאפשר יהיה ליצור שיפוט נכון, מן ההכרח שלנפש, שיש לה התנסויות מן הסוג הזה, תהיה, לאחר שהן חלפו, עמידה איתנה ביחס לעולם החיצוני הרגיל. היא מוכרחה להיות מסוגלת להבדיל בבירור בין מה שהיא עברה כהתנסות מיוחדת וההתנסות הרגילה שלה בעולם החיצוני. אלה שבחיים הרגילים כבר נוטים להיסחף על-ידי סוגים שונים של דמיונות פרוצים ביחס לדברים, אינם מוכשרים כלל ליצור שיפוט כזה. ככל שיש שלנו חוש בריא – או אפשר לומר שקול – יותר של המציאות, קרוב לוודאי שניצור שיפוט נכון ולכן בעל ערך על דברים כאלה. אדם יכול להגיע לתחושת ביטחון בהתנסויות על-חושיות רק כאשר הוא חש ביחס לעולם הרגיל שהוא קולט בבירור את תהליכיו והאובייקטים כפי שהם באמת.

כך, לאחר שכל התנאים הנחוצים מולאו וכאשר יש לנו סיבה להאמין שלא הוטעינו על-ידי חזיון רגיל, אז אנו יודעים שהייתה לנו התנסות שבה הגוף לא העביר רשמים. הייתה לנו תפיסה ישירה על-ידי הנפש המחוזקת, בלי הגוף. רכשנו את הוודאות של התנסות בהיותנו מחוץ לגוף.

ברור שבתחום זה, ההבדלים הטבעיים בין דמיון או אשליה והתבוננות אמיתית המבוצעת בהיותנו מחוץ לגוף, בלתי-אפשרי לציינה בשום דרך אחרת מאשר בתחום התפיסה החושית החיצונית. יתכן שלאדם כלשהו יש דמיון פעיל מאוד ביחס לטעם ולכן רק עם המחשבה על לימונדה, הוא מקבל את אותה תחושה כאילו באמת שתה אותה. ברם, במקרה כזה, ההבדל מתברר דרך התחברותן של נסיבות חיים ממשיות. וכך הדבר גם עם אותן התנסויות אשר קורות בהיותנו מחוץ לגוף. כדי להגיע לתפיסה משכנעת במלואה בתחום

זה, מן ההכרח שנתוודע אליה בדרך בריאה ללא דופי ונרכוש את הכושר להתבונן בפרטי ההתנסות ונתקן דבר אחד על-ידי דבר אחר.

דרך התנסות כמו זו אשר תוארה, אנו רוכשים את האפשרות להתבונן במה שמשתייך לעצמיותנו לא רק באמצעות החושים והאינטלקט – במילים אחרות, הכלים הגופניים. עתה, לא רק שאנו יודעים על העולם יותר ממה שאותם כלים מאפשרים, אלא אנו יודעים זאת בדרך שונה. זהו דבר חשוב במיוחד. נפש העוברת טרנספורמציה פנימית תבין יותר ויותר בבהירות שהשאלות הבוטאות של הוויית-הקיום אינן יכולות להיפתר בעולם החושים מפני שהחושים והאינטלקט אינם יכולים לחדור עמוק מספיק את העולם ככוליות. הנפשות אשר חודרות עמוק יותר הן אלה אשר משנות את עצמן כדי להיות מסוגלות לחוות התנסויות בהיותן מחוץ לגוף; וזה ברישומים שהן יכולות למסור של התנסויותיהן שאפשר למצוא את האמצעים לפתרון חידות הנפש.

עתה, התנסות אשר מתרחשת בהיות האדם מחוץ לגוף הינה בעלת טבע שונה למדי מזו המתרחשת בהיות האדם בתוך הגוף. זה מוצג מעצם ההשקפה שאפשר לעצב על אודות ההתנסויות המתוארות, כאשר, לאחר שהסתיימה, מצב הערות הרגיל של הנפש חוזר לעצמו והזיכרון נכנס למצב חי ובהיר. הגוף הפיסי מורגש על-ידי הנפש כנפרד מיתר העולם ונראה שיש לו הוויית-קיום ממשית כל עוד הוא משתייך לנפש. ברם, אין זה כך עם מה שאנו חווים בתוכנו וביחס לעצמנו בהיותנו מחוץ לגוף, כי אז אנו חשים את עצמנו קשורים לכל מה שאפשר לכנותו, העולם החיצוני. סביבתנו כולה מורגשת כמשתייכת לנו בדיוק כפי שדינו משתייכות לעולם החושים. אין שום שוויון-נפש כלפי העולם שמחוצה לנו כאשר אנו נכנסים אל תוך עולם-הנפש הפנימי. אנו חשים את עצמנו צומחים וארוגים לכדי אחדות עם מה שאפשר לכנותו כאן, עולם. למעשה, פעילויותיו מורגשות כך שהן זורמות דרך ישותנו. אין שום קו גבול חד בין עולם פנימי ועולם חיצוני. הסביבה כולה משתייכת לנפש המתבוננת בדיוק כפי ששתי ידינו הפיסיים משתייכות לראשנו הפיסי.

ברם, למרות זאת, אנו יכולים לומר שחלק מסוים של עולם חיצוני זה משתייך יותר לעצמנו מאשר יתר הסביבה, באותה דרך שבה אנו מדברים על הראש כבלתי-תלוי בידיים או ברגליים. כפי שהנפש מכנה חלק של העולם החיצוני, הגוף שלה, כך כאשר היא חיה מחוץ לגוף היא עשויה להתייחס לחלק מן העולם העל-חושי החיצוני כמשתייך לה. כאשר אנו חודרים בהתבוננות של התחום הנגיש לנו מעבר לעולם החושים, אנו בהחלט יכולים לומר שמשתייך לנו גוף אשר לא נתפס על-ידי החושים. אנו יכולים לכנות את הגוף הזה, **גוף אלמנטרי** או **גוף אתרי**, אך בשימוש במילה 'אתרי' אל לנו לאפשר קשר כלשהו לאותו חומר עדין שהמדע מכנה 'אתר', להתבסס בתודעתנו.

כפי שחשיבה גרידא על הקשר בין האדם והעולם החיצוני מוביל לתפיסת הגוף הפיסי המקבל עובדות, כך העלייה לרגל של הנפש אל תוך תחומים היכולים להיתפס מחוץ לגוף הפיסי, מובילה להכרה בגוף אלמנטרי או אתרי, או גוף הכוחות-המעצבים.



## מדיטציה שלישית

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של ההכרה העל-חושית של העולם האלמנטרי

כאשר יש לנו התרשמויות דרך הגוף האלמנטרי ולא דרך החושים הפיסיים, אנו חווים עולם הנשאר לא-ידוע לתפיסת החושים ולחשיבה האינטלקטואלית הרגילה. אם ברצוננו להשוות את העולם הזה למשהו המשתייך לחיים הרגילים, לא נמצא דבר הולם יותר מאשר עולם הזיכרון. כפי שהזכרונות עולים מתוך הנפש הפנימית ביותר, כך עולות ממנה גם ההתנסויות העל-חושיות של הגוף האלמנטרי. במקרה של תמונת-זיכרון, הנפש יודעת שהיא קשורה להתנסות מוקדמת יותר בעולם החושים. בדרך דומה, התפיסה העל-חושית רומזת על קשר. כפי שההזכרות מעצם טבעה מציגה את עצמה כמשהו שבלתי-אפשרי לתארו כתמונה גרידא של אימגינציה, כך גם התפיסה העל-חושית. האחרונה מושכת את עצמה בכוח מהתנסות הנפש, אך מתגלה מיד כהתנסות פנימית הקשורה למשהו חיצוני. זה דרך ההזכרות שהתנסות בעבר מתייצבת בפני הנפש. אך, זה דרך תפיסה על-חושית שמשוהו שבזמן מסוים אפשר למצוא היכן-שהוא בעולם העל-חושי, נעשה להתנסות פנימית של הנפש. עצם טבען של תפיסות על-חושיות מטביע בתודעתנו שיש לראותן כמסרים מעולם על-חושי המתגלה בתוך הנפש.

כמה רחוק נרחיק בדרך זו עם ההתנסויות שלנו בעולם העל-חושי, תלוי בכמות האנרגיה שבה אנו משתמשים לחיזוק חיי-הנפש שלנו.

השגת ההכרה שצמח אינו רק מה שאנו קולטים בעולם החושים וכן השגתה של הכרה כזו ביחס לאדמה כולה, משתייכות לאותו תחום של התנסויות על-חושיות. אם מישוהו אשר רכש את כושר התפיסה בהיותו מחוץ לגופו הפיסי, מסתכל בצמח, הרי שהוא יוכל לקלוט – מלבד מה שחושיו מציגים בפניו – צורה עדינה החודרת את הצמח כולו. צורה זו מתייצבת כמהות של כוח; והוא מובל להתייחס למהות זו כמה שבונה את הצמח מן החומרים והכוחות של העולם הפיסי, ומחולל את זרימת הצוף. הוא עשוי לומר – בהשתמשו בדימוי בר-תוקף, אם כי לא לגמרי הולם – שבצמח יש משהו המכניס את הצוף לידי תנועה באותה דרך שבה נפשו שלו מניעה את זרועו. הוא מסתכל במשהו פנימי בצמח ועליו לאפשר עצמאות מסוימת לעיקרון פנימי זה של הצמח בקשר לאותו חלק אשר נקלט על-ידי החושים. עליו גם להודות שעיקרון פנימי זה היה קיים לפני הצמח הפיסי. לאחר מכן, אם ימשיך להתבונן בדרך שבה צמח צומח, נובל ומפיק זרעים וכיצד צמחים חדשים צומחים מהם, הוא יגלה, כאשר הוא יתבונן בזרעים הללו, את הצורה העל-חושית של אנרגיה חזקה במיוחד. בתקופה הזאת, הישות הפיסית חסרת-חשיבות בהיבט מסוים, בעוד שהמהות העל-חושית נבדלת מאוד וכוללת כל מה שתורם, מן העולם העל-חושי, לצמיחת הצמח. עתה, באותה דרך, על-ידי התבוננות על-חושית באדמה כולה, אנו מגלים מהות של כוח שאנו יכולים לדעתו

בוודאות מוחלטת לפני שהתהווה כל מה שהינו בר-תפיסה על-ידי החושים על האדמה ובתוכה. בדרך זו, אנו מגיעים להתנסות של נוכחותם של אותם כוחות על-חושיים אשר שיתפו פעולה בעבר בעיצוב האדמה ובפיתוחה. את מה שנחווה כך אנו יכולים בהחלט לכנותו, מהויות או גופים אתריים או אלמנטריים-בסיסיים של הצמח ושל האדמה, כפי שאנו מכנים את הגוף שבאמצעותו יש לנו תפיסה בהיותנו מחוץ לגוף, הגוף האלמנטרי או האתרי שלנו.

גם כאשר אנו מתחילים להיות מסוגלים להתבונן בדרך על-חושית, אנו יכולים לייחס מהויות אלמנטריות בסיסיות מסוג זה לדברים ולתהליכים מסוימים מלבד תכונותיהם הרגילות שהינן ברות-תפיסה בעולם החושים. אנו יכולים לדבר על גוף אתרי המשתייך לצמח או לאדמה. ברם, הישויות האלמנטריות, הנראות בדרך הזאת, אינן בשום פנים ואופן היחידות אשר נחשפות להתנסות על-חושית. אנו מאפיינים את הגוף האלמנטרי של צמח באמרנו שהוא בונה את צורתו מן החומרים והכוחות של העולם הפיסי ועל-ידי כך הוא מגלה את חייו בגוף פיסי. אבל, אנו אף יכולים לראות ישויות אשר מנהלות קיום אלמנטרי בלי לגלות את חייהן בגוף פיסי. כך, מהויות שהינן אלמנטריות טהורות מתגלות להתבוננות על-חושית. אין זה רק שאנו חווים נספח, כביכול, לעולם הפיסי; אנו חווים עולם נוסף שבו עולם החושים מתייצב כמשהו שאפשר להשוותו לגושי קרח הצפים על המים. אדם היכול לראות רק את הקרח ולא את המים, עשוי לייחס ממשות רק לקרח ולא למים. באופן דומה, אם ניקח בחשבון רק את מה שמתגלה לחושים, אנו עלולים להכחיש את קיומו של העולם העל-חوشي, שבמציאות עולם החושים מהווה רק חלק ממנו, כפי שגושי קרח צפים מהווים חלק מן המים שבהם הם צפים.

עתה, אנו עשויים לגלות שאלה המסוגלים לערוך התבוננויות על-חושיות, מתארים את מה שהם רואים על-ידי שימוש בביטויים אשר הושאלו מתפיסות החושים. כך, אנו עשויים לגלות את הגוף האלמנטרי של ישות בעולם החושים או של ישות אלמנטרית טהורה, מתואר כמתגלה כגוף עצמאי של אור בעל צבעים רבגוניים. צבעים אלה מנצנצים, זוהרים או מבהיקים ונראה שתופעות אלה של אור וצבע הן ההתגלות של חייו. אך, מה שהמתבונן מדבר עליו באמת נסתר לחלוטין והוא לגמרי מודע לכך שלאור או לתמונת-הצבע שהוא מוסר, אין שום קשר למה שהוא למעשה קולט, מאשר, למשל, לכתיבה שבה נמסרת עובדה, יש קשר לעובדה עצמה. עם זאת, ההתנסות העל-חושית לא בוטאה באמצעות התרשמויות חושיות אשר נבחרו באופן שרירותי. למעשה, התמונה הנראית ניצבת בפני המתבונן והיא דומה לרושם חושי. הדבר הוא כך מפני שבמהלכן של התנסויות על-חושיות, ההשתחררות מן הגוף הפיסי אינה שלמה. הגוף הפיסי עדיין קשור לגוף האלמנטרי והוא מביא את ההתנסות העל-חושית בצורה המופקת מעולם החושים. כך, התיאור של ישות אלמנטרית אשר נמסר, ניתן בצורה של שילוב אשלייתי או דמיוני של רשמי-חושים. אך, למרות זאת, כאשר הוא נמסר באופן הזה, זהו תיאור אמיתי של מה שנחווה. כי, באמת ראינו את מה שאנו מתארים. הטעות שאפשר לעשות אינה בתיאור המראה לכשעצמו, אלא בהתייחסות למראה כממשות,

במקום למה שהמראה מצביע עליו, כלומר הממשות המונחת ביסודו. אדם שמעולם לא ראה צבעים – אדם אשר נולד עיוור – לא יתאר, בהגיעו לכושר התפיסה המתאים, ישויות אלמנטריות בדרך כזו המדברת על צבעים מבזיקים. הוא ישתמש בביטויים המוכרים לו. ברם, לבני-אדם המסוגלים לראות מבחינה פיסית, מתאים למדי כאשר הם משתמשים בתיאוריהם באיזשהו ביטוי כמו נצנוץ של תצורת צבע. באמצעותו, הם יכולים למסור רושם של מה שנראה על-ידי מתבונן בעולם האלמנטרי. וזה נכון לא רק ביחס למסרים של רואה רוחי – כלומר, אדם המסוגל לקלוט באמצעות גופו האלמנטרי – אל אדם שאינו רואה רוחי, אלא גם עבור התקשורת בין רואים רוחיים לבין עצמם. בעולם החושים, האדם חי בגופו הפיסי וגוף זה עוטף את ההתבוננויות העל-חושיות בצורות שהינן ברות-תפיסה על-ידי החושים. לכן, הביטוי של התבוננויות על-חושיות על-ידי שימוש בתמונות החושיות שהם מפיקים, הינו, בחיי-האדמה הרגילים, אמצעי תקשורת שימושי.

הנקודה היא שכל אדם הקולט מסר חווה בנפשו משהו בעל קשר נכון לעובדה הנדונה. אכן, התמונות נמסרות רק כדי לעורר התנסות. כפי שהן באמת, אין למוצאן בעולם החיצוני. זהו המאפיין שלהן והסיבה לכך שהן מעוררות התנסויות שאין להן שום קשר לאיזשהו דבר חומרי.

בתחילתה של הראייה הרוחית שלו, התלמיד ימצא קושי להיעשות בלתי-תלוי בתמונה החושית. ברם, כאשר הכושר שלו נעשה מפותח יותר, מופיעה השתוקקות להמציא אמצעים שרירותיים למסירת מה שנראה. אלה יהיו כרוכים בצורך להסביר את הסימנים שבהם הוא משתמש. ככל שדרישות תקופתנו תובעות הפצה כללית של ידיעה על-חושית, כך גדול יותר יהיה הצורך לעטוף ידיעה כזו בביטויים שמשמשים בהם בחיי היומיום במישור הפיסי.

עתה, התנסויות על-חושיות תגענה מעצמן בזמנים מסוימים אל התלמיד. אז, תהיה לו הזדמנות ללמוד משהו על אודות העולם העל-חושית על-ידי התנסות אישית היות שהוא מועדף פחות או יותר, כפי שאנו יכולים לומר, על-ידי אותו עולם דרך קרינתו אל תוך החיים הרגילים של נפשו. ברם, כושר עילאי יותר הוא הכושר לעורר מרצון תפיסה של ראייה רוחית מתוך חיי-הנפש. הנתיב לרכישת הכושר הזה נובע בדרך-כלל מהמשכיות נמרצת של החיזוק הפנימי של חיי-הנפש, אך הרבה תלוי גם בייסודו של קו מנחה מסוים בנפש. הלך-נפש שליו ושקט נחוץ ביחס לעולם העל-חושית – גישה המרוחקת מאוד מצד אחד מן התשוקה הבווערת לחוות את המרב האפשרי באופן הבהיר ביותר האפשרי כפי שהוא מחוסר עניין אישי באותו עולם. לתשוקה בווערת יש תוצאה של הפצת משהו כמו ערפל בלתי-נראה בפני ראייתו של הרואה הרוחי, בעוד שחוסר עניין פועל בדרך כזו שלמרות שהעובדות העל-חושיות מתגלות באמת, פשוט לא מבחינים בהן. חוסר עניין זה מתגלה עתה ולאחר מכן בצורה מיוחדת מאוד. ישנם בני-אדם שבכנות מייחלים להתנסויות על-חושיות, אך הם יוצרים מראש אידיאה ברורה מסוימת של מה שהתנסויות אלה צריכות

להיות כדי להתקבל כממשיות. אז, כאשר ההתנסויות הממשיות מגיעות, הן חולפות בלי שהן נתקלות באיזשהו עניין, רק מפני שהן אינן כמו אלה שהאדם דמיין לעצמו שהן אמורות להיות.

במקרה של ראייה רוחית אשר הופקה מרצון, מגיע רגע במהלך הפעילות הפנימית של הנפש שבו אנו יודעים: עתה, נפשי חווה משהו שהיא מעולם לא חוותה. ההתנסות אינה התנסות ברורה, אלא תחושה כללית שאיננו עומדים מול העולם החיצוני של החושים, איננו שוהים בו ואף עדיין איננו בתוך עצמנו כמו בחיים הרגילים של הנפש. ההתנסויות החיצוניות והפנימיות מתמוססות לכדי התנסות אחת, לכדי רגש של חיים, עד כה לא מוכר לנפש ביחס למה שהנפש יודעת שהיא לא הייתה יכולה להיות מורגשת אילו הייתה רק בעולם החיצוני באמצעות החושים או על-ידי הרגשות והזיכרונות הרגילים שלה. יתר על כן, אנו חשים שבמהלך מצב זה של הנפש, משהו חודר אל תוכה מעולם שלא היה ידוע עד כה. ברם, איננו יכולים להגיע לתפיסה של משהו לא ידוע זה. יש לנו את ההתנסות, אך איננו יכולים ליצור ממנה שום אידיאה. עתה, נגלה שכאשר יש לנו התנסות כזאת, יש לנו תחושה כאילו היה מעצור בגופנו הפיסי אשר מנע מאתנו ליצור תפיסה של מה שחודר אל תוך הנפש. ברם, אם נמשיך את המאמצים הפנימיים של נפשנו, נחוש, לאחר פרק זמן מסוים, שהתגברנו על ההתנגדות הגופנית שלנו. עד כה, המערכת הפיסית של האינטלקט הייתה מסוגלת רק ליצור אידיאות בהקשר עם התנסויות בעולם החושים. בהתחלה, היא אינה מסוגלת להתעלות אל תמונה שהייתה רוצה להתגלות מתוך העולם העל-חושי. בהתחלה, היא מוכרחה לעבור הכנה כדי להיות מסוגלת לעשות זאת. באותה דרך שבה ילד מוקף על-ידי העולם החיצוני, אבל מערכת האינטלקט שלו מוכרחה לעבור הכנה מתוך ניסיון באותו עולם לפני שביכולתו ליצור אידיאות מתוך סביבתו, כך המין האנושי באופן כללי אינו מסוגל ליצור אידיאה על העולם העל-חושי. רואה רוחי הרוצה להתקדם מכין את מערכת יצירת האידיאות שלו כך שתפעל ברמה גבוהה יותר בדיוק באותה דרך שבה ילד מוכן לפעול בעולם החושים. הוא גורם למחשבותיו המחוזקות לפעול על מערכת זו וכתוצאה מכך האחרונה מתעצבת מחדש בהדרגה. הוא נעשה מסוגל לכלול את העולם העל-חושי בתחום האידיאות שלו.

כך, אנו חשים כיצד באמצעות פעילות הנפש ביכולתנו להשפיע על גופנו ולעצבו מחדש. בהתחלה, הגוף פועל כמשקל נגדי לחיי-הנפש; אנו חשים אותו כגוף זר בתוכנו. אך, עתה, אנו מבחינים בדרך שבה הוא תמיד מתאים את עצמו במידה גוברת והולכת להתנסויות של הנפש; עד שבסופו של דבר, איננו חשים אותו עוד בכלל, אלא מגלים לפנינו את העולם העל-חושי, כפי שאיננו שמים לב לקיומה של העין שעמה אנו רואים בעולם הצבעים. אז, הגוף מוכרח להיעשות בלתי-נתפס לפני שהנפש תוכל לראות את העולם העל-חושי.

לאחר שהגענו מתוך כוונה, בדרך הזאת, להפיכת הנפש לרואה רוחית, עלינו להיות מסוגלים, ככלל, לשחזר מרצון את המצב הזה אם נתרכז באיזוהי מחשבה שביכולתנו לחוות בתוכנו באופן רב-עוצמה במיוחד. כתוצאה מהתמסרותנו למחשבה כזאת, נגלה שמופיעה ראייה רוחית.

בהתחלה, לא נהיה מסוגלים לראות משהו ברור שברצוננו לראות במיוחד. דברים או התרחשויות על-חושיים, שלהם איננו מוכנים בשום דרך או משתוקקים לעורר, ימלאו תפקיד בחיי-הנפש. עם זאת, בהמשיכנו במאמצינו הפנימיים, נגיע גם לכושר של הכוונת העין הרוחית לדברים כאלה שברצוננו לחקור. כאשר אנו שוכחים התנסות, אנו מנסים להחזירה לזיכרוננו על-ידי העלאת משהו הקשור להתנסות בזיכרון; ובאותה דרך נוכל להתחיל, כרואים רוחיים, מהתנסות שנחשוב בצדק שהיא קשורה למה שברצוננו לגלות. בהתמסרותנו בעוצמה להתנסות המוכרת, לעתים קרובות, לאחר פרק זמן ארוך או קצר יותר, נגלה שנוספה לה אותה התנסות שהייתה המטרה שרצינו להגשים. ברם, באופן כללי, יש לשים לב לכך שחשוב ביותר שהרואה הרוחי ימתין בסבלנות לרגע המתאים. אל לנו להשתוקק למשוך אלינו דבר כלשהו. אם התנסות נחשקת אינה מגיעה, הדבר הטוב ביותר הוא לוותר על החיפוש לזמן מה ולנסות בפעם אחרת. מערכת ההכרה האנושית צריכה להתפתח בשקט לרמה של התנסויות ודאיות. אם אין לנו סבלנות להמתין להתפתחות כזאת, הרי שנערוך התבוננויות לא-נכונות או לא-מדויקות.

## מדיטציה רביעית

בה נעשה ניסיון ליצור מושג על שומר הסף

לאחר שהנפש רכשה את הכושר לעריכת התבוננויות בעודה נשארת מחוץ לגוף הפיסי, עשויים לעלות קשיים מסוימים ביחס לחיי הרגש שלה. היא עשויה למצוא את עצמה נאלצת לנקוט כלפי עצמה עמדה שונה מזו שהייתה רגילה אליה. הנפש הייתה רגילה להתייחס לעולם הפיסי כמשהו מחוצה לה, בעוד שהיא התייחסה לכל התנסות פנימית כמשהו השייך לה. ברם, ביחס לסביבה העל-חושית היא אינה יכולה לנקוט באותה עמדה כמו זו ביחס לעולם החיצוני. ברגע בו הנפש קולטת את העולם העל-חושי שמסביבה, היא מוכרחה להתמזג עמו במידה מסוימת; היא אינה יכולה להתייחס לעצמה כנפרדת מן הסביבה הזאת כפי שהיא עושה עם העולם החיצוני. מעצם עובדה זו, כל מה שאפשר לציין כעולמנו הפנימי ביחס לסביבה העל-חושית, מקבל אופי מסוים שאינו משלים בקלות עם האידיאה של פרטיות פנימית. איננו יכולים עוד לומר: "אני חושב", "אני מרגיש" או "יש לי מחשבות משלי ואני מעצב אותן כרצוני". אלא, תחת זאת, מוכרחים אנו לומר: "משהו חושב בי, משהו גורם לרגשות לעלות בתוכי, משהו מעצב מחשבות וכופה עליהן להתייצב בדרך ברורה לחלוטין ולגרום לנוכחותן להיות מורגשת בתודעתי."

עתה, רגש זה עשוי לכלול משהו מדכא מאוד, כאשר האופן שבו ההתנסות העל-חושית מתייצבת הוא כזה שהיא מעבירה את הוודאות שאנו למעשה חווים ממשות ואיננו מאבדים את עצמנו באשליות או בהזיות. לכשעצמה, היא עשויה לציין שהעולם העל-חושי המקיף רוצה להרגיש ולחשוב, אבל הוא מעוכב במימוש כוונתו. באותו זמן, אנו מקבלים תחושה שמה שרוצה לחזור אל תוך הנפש הוא ממשות אמיתית והיחיד היכול לספק הסבר לכל מה שחווינו עד כה כממשי. תחושה זו נותנת גם את הרושם שהממשות העל-חושית מתייצבת כמשהו שבערכו מתעלה לאין שיעור מעל לממשות שהייתה ידועה עד כה לנפש. לכן, תחושה זו מדכאת, מפני שהיא גורמת לנו להרגיש שלמעשה נכפה עלינו לרצות את השלב הבא שיש לעבור. הוא טמון בעצם טבעו של מה שנעשינו על-ידי התנסותנו הפנימית כדי לעבור את השלב הזה. אם לא נעבור אותו, נהיה מוכרחים לחוש זאת כהתכחשות לישותנו שלנו, או אף כהרס-עצמי. עם זאת, עשויה להיות לנו גם התחושה שאיננו יכולים לעבור את השלב הזה, או אם ננסה לעבור אותו עד כמה שאנו יכולים, הרי שהוא מוכרח להישאר לא-מושלם.

כל זה מתפתח לכדי האידיאה הבאה: במצב שהנפש שרויה בו עתה, עומדת לפניה משימה שאין ביכולתה לשלוט בה, מפני שכפי שהיא הינה עתה, היא נדחית על-ידי הסביבה העל-חושית שלה, כי העולם העל-חושי אינו רוצה שהיא תשהה בתחומו. וכך, הנפש מגיעה לתחושה שהיא נמצאת בסתירה עם העולם העל-חושי ועליה לומר לעצמה: "אינני כזו שביכולתי לאפשר לעצמי להתמזג עם אותו עולם, ועם זאת רק

שם שביכולתי ללמוד את הממשות האמיתית ואת הקשר שלי עמה, כי הפרדתי את עצמי מהכרת האמת." תחושה זו משמעה התנסות אשר תהפוך את הערך המדויק של נפשנו, יותר ויותר, ברור ומוחלט. אנו חשים את עצמנו ואת חיינו בכללותם שקועים בטעות. עם זאת, טעות זו נבדלת מטעויות אחרות. על ההתנסויות האחרות חושבים; אך, ההתנסות הזאת חיה. אפשר לסלק טעות שרק חושבים עליה לאחר שהמחשבה השגויה מוחלפת במחשבה נכונה. אך, טעות אשר נחוותה הופכת לחלק מחיי הנפש עצמה שלנו; אנו עצמנו הטעות, איננו יכולים פשוט לתקנה, כי חישבו כרצונכם, היא חלק מן הממשות וזוהי גם הממשות שלנו. התנסות כזאת היא התנסות מוחצת עבור 'העצמיות'. אנו חשים את ישותנו הפנימית ביותר נדחית בכאב על-ידי כל מה שאנו משתוקקים לו. כאב זה, אשר מורגש בשלב מסוים בעלייתה לרגל של הנפש, נמצא רחוק מעבר לכל דבר שאפשר להרגישו ככאב בעולם הפיסי. לכן, הוא עשוי לעלות על כל דבר שעד כה התאפשר לנו לשלוט בו בחיי נפשנו. עשויה להיות לו השפעה מהממת עלינו. הנפש עומדת לפני השאלה המטרידה: מהיכן עליי לאסוף כוח כדי לשאת את הנטל אשר הוטל עליי? והנפש מוכרחה למצוא את אותו כוח בחייה שלה. היא כרוכה במשהו שאפשר לאפיינו כאומץ פנימי, כתעוזה פנימית.

עתה, כדי להיות מסוגל להתקדם הלאה בעלייתה לרגל של הנפש, מוכרחים היינו להתפתח רחוק עד כדי כך שהכוח המאפשר לנו לשאת את התנסויותינו, ינבע מתוכנו ויפיק את האומץ הפנימי והתעוזה הפנימית ברמה כזו שמעולם לא נדרשה עבור החיים בגוף הפיסי. כוח כזה מופק אך ורק על-ידי ידיעה-עצמית. למעשה, רק בשלב זה של התפתחות שאנו נוכחים לדעת כמה מעט גילינו באמת על עצמנו. התמסרנו להתנסויותינו הפנימיות בלי להתבונן בהן כפי שאדם מתבונן בחלק מן העולם החיצוני. ברם, דרך השלבים אשר הובילו אל הכושר של התנסות על-פיסית, אנו מקבלים אמצעי מיוחד של ידיעה-עצמית. אנו לומדים במובן מסוים להתבונן בעצמנו מנקודת-מבט שאפשר למוצאה רק בהיותנו מחוץ לגוף הפיסי. והתחושה המדכאת אשר הוזכרה קודם היא בעצמה התחלתה של ידיעה-עצמית אמיתית. להיווכח בכך שאנו שוגים בקשר שלנו לעולם החיצוני, הינו סימן שאנו מבינים את טבעה האמיתי של נפשנו.

זה בטבעה של הנפש האנושית לחוות הארה כזו ביחס לעצמה ככואבת. רק כאשר אנו חשים את הכאב הזה שאנו לומדים כמה חזקה ההשתוקקות הטבעית לחוש את עצמנו, בדיוק כפי שאנו – להיות ישויות אנוש בעלות חשיבות וערך. זו עשויה להיות עובדה מכוערת שזה כן; אבל, עלינו להתייצב מול כיעור זה של עצמיותנו בלי דעה משוחדת. קודם לכן, לא שמנו לב אליו פשוט מפני שאיננו חודרים, אף לא פעם, באופן מודע עמוק מספיק אל תוך ישותנו. רק כאשר אנו עושים זאת, אנו קולטים באיזו מידה רבה אנו אוהבים את מה שבתוכנו מוכרח להיחווה כמכוער. כוחה של האהבה-העצמית מתגלה במלוא גודלה. ובאותו זמן אנו רואים כמה קטנה הנטייה שיש לנו להיפטר מאהבה-עצמית זו. גם כאשר מדובר רק באותן תכונות של הנפש העוסקות בחיינו הרגילים ובקשרים עם בני-אדם אחרים, יוצא שהקשיים גדולים למדי. אנו לומדים, למשל, באמצעותה של ידיעה-עצמית אמיתית, שלמרות שהאמנו עד כה שהיה לנו רגש נעים כלפי מישהו,

אף-על-פי-כן, אנו שומרים במעמקי נפשנו קנאה או שנאה נסתרות כלפי אותו אדם. אנו נוכחים לדעת שרגשות אלה, שעדיין לא עלו אל פני השטח, לבטח ישתוקקו, ביום מן הימים, לבוא לידי ביטוי. ואנו רואים כמה שטחי יהיה לומר לעצמנו: "עתה, לאחר שלמדת היכן אתה עומד, עקור מן השורש את הקנאה או השנאה שלך." כי, אנו מגלים שבהיותנו מצוידים רק במחשבה כזאת, נחוש בלי ספק חלשים מאוד, כאשר באיזשהו יום ההשתוקקות להציג את הקנאה שלנו או לספק את שנאתנו, תתפרץ כאילו עם כוח אלמנטרי. סוגים מיוחדים כאלה של ידיעה-עצמית מתגלים אצל בני-אדם שונים בהתאם למבנה המיוחד של נפשם. הם מופיעים כאשר מתחילה התנסות מחוץ לגוף, כי אז הידיעה-העצמית שלנו נעשית אמיתית והיא אינה מוטרת עוד מאיזושהי השתוקקות למצוא את עצמנו מעוצבים באיזושהי דרך שהיינו רוצים שתהיה.

ידיעה-עצמית מיוחדת כזו מכאיבה ומדכאת עבור הנפש, אך אם ברצוננו להגיע לכושר ההתנסות מחוץ לגוף, אין להימנע ממנה, כי היא בהכרח מתרחשת על-ידי העמדה המיוחדת שעלינו לקחת על עצמנו ביחס לנפשנו. כי, נדרשים הכוחות החזקים ביותר של הנפש, גם אם מדובר רק בישות אנושית רגילה המגיעה לידיעה-עצמית בדרך כללית. אנו מתבוננים בעצמנו מנקודת-מבט מחוץ לחיינו הפנימיים הקודמים.

עלינו לומר לעצמנו: "התבוננתי בדברים ובהתרחשויות של העולם בהתאם לטבע האנושי שלי ושפטתי אותם. עתה, מוכרח אני לנסות לדמיין לעצמי שאינני יכול להתבונן בהם ולשפוט אותם באותה דרך. אבל, אז, אל לי להיות מה שאני. לא תהיינה לי שום התנסויות פנימיות. אהיה שום דבר." ולא רק אדם בתוך חיי היומיום הרגילים שחושב רק לעתים רחוקות מאוד על אודות העולם או החיים, היה פונה בדרך הזאת. כל אדם העוסק במדע או כל פילוסוף, היו פועלים כך. כי, אפילו הפילוסופיה מהווה התבוננות בעולם ושיפוט שלו על-פי התכונות והמצבים האינדיבידואליים של חיי-הנפש האנושיים. עתה, שיפוט כזה אינו יכול להתערבב עם סביבה על-חושית. הוא נדחה על ידה. עם זאת, כל מה שהיינו עד לאותו רגע, נדחה. אנו מסתכלים לאחור על נפשנו כולה, על ה'אני' עצמו שלנו, כעל משהו שיש לשימו בצד, אם ברצוננו להיכנס אל תוך העולם העל-חושית. ברם, הנפש אינה יכולה לעשות דבר מלבד להתייחס ל'אני' זה כישות הממשית שלה עד שהיא נכנסת אל תוך העולמות העל-חושיים. הנפש מוכרחה להתייחס אליו כישות האנושית האמיתית ומוכרחה היא לומר לעצמה: "באמצעות ה'אני' שלי, עליי ליצור אידיאות על העולם. אל לי לאבד את ה'אני' הזה שלי, אם איני רוצה לוותר על עצמי לגמרי כישות." בנפש, ישנה נטייה חזקה ביותר לשמור על ה'אני' מכל הכיוונים כדי לא לאבד לגמרי את אחיזתו בקרקע. מה שהנפש מרגישה מן ההכרח שהוא נכון בחיים הרגילים, אל לה עוד להרגיש כאשר היא נכנסת אל תוך הסביבה העל-חושית. שם, עליה לחצות סף, היכן שמוכרחה היא להשאיר מאחור לא רק חזקה יקרה זו או אחרת, אלא את אותה ישות שעד כה האמינה שהיא מהווה. הנפש מוכרחה להיות מסוגלת לומר לעצמה: "מה שעד כה נראה לי כאמת הודאית ביותר שלי, מוכרחה אני, בצד השני של סף העולם העל-חושית, להיות מסוגלת להתייחס אליו כטעות הגדולה ביותר שלי."



מול דרישה כזו, הנפש עשויה בהחלט להירתע. התחושה עשויה להיות חזקה כל-כך שהשלבנים ההכרחיים ייראו ככניעה של ישותה שלה והודאה באינות שלה, כך שהיא תודה לגמרי, פחות או יותר, על הסף, בחוסר-האונים שלה להגשים את הדרישות אשר הוצבו בפניה. אישור זה עשוי ללבוש את כל הצורות האפשריות. הוא עשוי להופיע כנטייה טבעית בלבד והוא עשוי להיראות לתלמיד החושב ופועל עליו כמשהו שונה למדי ממה שהוא באמת מהווה. הוא עשוי לחוש, למשל, שנאה כלפי כל האמיתות העל-חושיות. הוא עשוי להתייחס אליהן כחלומות בהקיץ או כאשליות. הוא עושה זאת רק מפני שבאותם מעמקים של נפשו, שעליהם הוא אינו יודע דבר, יש לו פחד נסתר מן האמיתות הללו. הוא חש שהוא יכול לחיות רק עם מה שמתקבל על-ידי החושים והשיפוט האינטלקטואלי שלו. לכן, הוא נמנע מלהתקרב לסף העולם העל-חיוני והוא מסתיר את עובדת ההימנעות שלו באמרו: "מה שאמור להימצא מאחורי אותו סף לא נתמך על-ידי התבונה או המדע." העובדה היא שהוא פשוט אוהב את התבונה ואת המדע כפי שהוא מכיר אותם, מפני שהם כבולים ל'אני' שלו. זוהי צורה שכיחה מאוד של אהבה-עצמית ובלתי-אפשרי להכניסה אל תוך העולם העל-חיוני.

יתכן גם שקיימת לא רק עצירה אינסטינקטיבית זו לפני הסף. התלמיד עשוי להתקדם באופן מודע לעבר הסף ואז לחזור לאחור, מפני שהוא פוחד ממה שעומד לפניו. אז, הוא לא יהיה מסוגל למחוק בקלות מן החיים הרגילים של נפשו את תוצאת ההתקרבות אליו בדרך הזאת. התוצאה תהיה שתתפשט חולשה בחיי-הנפש שלו בכללותם.

מה שמוכרח להתרחש הוא הדבר הבא: שהתלמיד, עם כניסתו לעולם העל-חיוני, צריך להיות מוכן לוותר על מה שבחיים הרגילים הוא מתייחס אליו כאמת העמוקה ביותר ולהתאים את עצמו לדרך שונה של חישת דברים ולחריצת שיפוטם. אך, באותו זמן, עליו לזכור שכאשר הוא ניצב שוב מול העולם הפיסי, עליו להשתמש בדרכי החישה והשיפוט המתאימות לעולם פיסי זה. עליו לא רק ללמוד לחיות בשני עולמות שונים, אלא גם לחיות בכל אחד מהם בדרך שונה למדי, ואל לו לאפשר לשיפוט הבריא שלו, לו הוא זקוק עבור החיים הרגילים בעולם התבונה והחושים, להיות מושפע מן העובדה שהוא מוכרח להשתמש בסוג אחר של הבחנה בהיותו בעולם אחר.

לטבע האנושי קשה לנקוט בעמדה כזאת, והכושר לעשות זאת נרכש רק על-ידי חיזוק מתמשך, נמרץ וסבלני של חיי-הנפש שלנו. מי שעובר את התנסויות הסף נוכח לדעת שזהו יתרון לחיים הרגילים של הנפש שהיא לא תובל רחוק כל-כך. הרגשות אשר מתעוררים הם כאלה שאדם אינו יכול שלא לחשוב שיתרון זה נובע מאיזושהי מהות רבת-עוצמה, המגנה על האדם מפני הסכנה לחוות הרס-עצמי על הסף. מאחורי העולם החיצוני של החיים הרגילים, ישנו עולם נוסף. לפני הסף של עולם זה ניצב שומר חמור-סבר, המונע מן האדם לדעת את חוקי העולם העל-חיוני. כי, את כל הספקות וכל אי-וודאות ביחס לאותו עולם נוח לשאת, ככלות הכול, מאשר המראה של מה שהאדם מוכרח להשאיר מאחור אם ברצונו לחצות את הסף.

התלמיד נשאר מוגן מפני ההתנסות אשר תוארה, כל עוד הוא אינו מתקדם קדימה לעבר הסף עצמו. העובדה שהוא קולט תיאורים של התנסויות מן הסוג הזה מאלה אשר צעדו לעבר הסף הזה או חצו אותו, אינה משנה את העובדה שישותו מוגנת. להיפך, מסרים כאלה יכולים להועיל לו עם התקרבותו לסף. במקרה זה, כמו במקרים רבים אחרים, מוטב שלאדם תהיה מראש אידיאה עליו. אך, ביחס לידיעה-העצמית שאדם מוכרח לרכוש בעולם העל-חושני, דבר לא משתנה על-ידי ידיעה מקדימה כזאת. לכן, אין זה בהרמוניה עם העובדות, כאשר רואים רוחיים רבים או אלה אשר התוודעו לטבעה של ראייה רוחית, טוענים שאת הדברים הללו אין לציין כלל בפני בני-אדם שאינם קרובים להחלטה להיכנס אל תוך העולם העל-חושני. עתה, אנו חיים בתקופה שבה בני-אדם מוכרחים להתוודע יותר ויותר לטבעו של העולם העל-חושני, אם חיי-הנפש שלהם נועדו לעמוד בדרישות שהחיים הרגילים מציבים בפניה. הפצת הידיעה העל-חושנית, כולל הידיעה על שומר-הסף, הינה אחד מצווי-השעה והעתיד הקרוב.

## מדיטציה חמישית

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של הגוף האסטרלי

כאשר אנו חווים, באמצעות הגוף האלמנטרי שלנו, עולם על-חושי מסביבנו, אנו חשים את עצמנו נפרדים פחות מאותו עולם מאשר מן הסביבה הפיסית בהיותנו בגוף פיסי. עם זאת, לסביבה על-חושית זו יש לנו קשר שאפשר לבטאו אם נאמר שקשרנו לעצמנו מהויות מסוימות של העולם האלמנטרי בצורה של גוף אלמנטרי, כפי שבעולם הפיסי-חיצוני אנו נושאים אחדים מן החומרים והכוחות שלו בהיותם קשורים אלינו בצורתו של גופנו הפיסי. אנו רואים שזה כך כאשר ברצוננו לפלס את דרכנו בעולם העל-חושי בהיותנו מחוץ לגוף הפיסי. יתכן שניצבת לפנינו עובדה או ישות מסוימות של העולם העל-חושי. היא עשויה להיות שם, ואנו יכולים לראותה, אבל איננו יודעים מה היא מהווה. אם נהיה חזקים מספיק, נוכל לסלקה, אך רק על-ידי כך שנישא את עצמנו חזרה אל תוך עולם החושים על-ידי התרכזות נמרצת בהתנסויותינו באותו עולם. ברם, איננו מסוגלים להישאר בעולם העל-חושי ולהשוות עם ישויות או עובדות אחרות את הישות או העובדה אשר נקלטה. יתר על כן, רק בעשותנו זאת שנוכל לגבש הערכה נכונה של מה שנראה. כך, 'הראייה' שלנו בעולם העל-חושי עשויה להיות מוגבלת לתפיסתם של דברים בודדים בלי הכושר לנוע באופן חופשי מדבר אחד לאחר. אז, נחוש כבולים אל הדבר הבודד.

עתה, אנו יכולים לחפש אחר הסיבה למגבלה זו. אפשר למוצאה רק לאחר התפתחות פנימית נוספת, שבה חיי-הנפש שלנו התחזקו יותר ואנו מגיעים לנקודה שבה מגבלה זו אינה קיימת עוד שם. אז נגלה שאת הסיבה לכך שלא יכולנו לנוע מדבר אחד לדבר אחר, יש למצוא בתוך נפשנו. אנו לומדים שראייה בעולם העל-חושי שונה בדרך זו מתפיסה בעולם החושים. אדם יכול, למשל, לראות בעולם הפיסי כל דבר גלוי-לעין אם יש לו עיניים בריאות. אם אדם רואה דבר אחד, הוא יכול, עם אותן עיניים, לראות את כל הדברים האחרים. אין זה כך בעולם העל-חושי. ברשות האדם יכול להיות איבר של תפיסה על-חושית אשר התפתח בדרך כזו שביכולתו לחוות עובדה זו או אחרת, אך אם עובדה אחרת צריכה להיקלט, האיבר של האדם מוכרח להתפתח תחילה באופן מיוחד למטרה זו. התפתחות כזאת נותנת לאדם את התחושה שהתעורר איבר עבור תחום מסוים של העולם העל-חושי. האדם חש כאילו גופו האלמנטרי היה שרוי בסוג של שינה ביחס לעולם העל-חושי, וכאילו היה צריך להתעורר ביחס לכל דבר מסוים. למעשה, אפשר לדבר על היות האדם רדום והיותו ער בעולם האלמנטרי; אבל, הם אינם מצבים מתחלפים כמו בעולם הפיסי. הם מצבים המתקיימים באדם בו-זמנית. כל עוד לא השגנו שום כושר להתנסות באמצעות גופנו האלמנטרי, הרי שגוף זה רדום. אנו תמיד נושאים את הגוף הזה עמנו, אך זהו גוף רדום. עם חיזוק חיי-הנפש שלנו, מתחילה

ההתעוררות, אך בהתחלה רק עבור חלק מן הגוף האלמנטרי. ככל שאנו מעוררים את ישותנו האלמנטרית, כך אנו חודרים עמוק יותר אל תוך העולם האלמנטרי.

בעולם האלמנטרי עצמו אין שום דבר היכול לסייע לנפש לבצע את ההתעוררות הזאת. לא חשוב כמה רואים, דבר אחד אשר נתפס אינו מוסיף דבר לאפשרות תפיסתו של דבר אחר. הנפש יכולה לרכוש יכולת תנועה חופשית בעולם העל-חושי בלי משהו אשר נמצא בסביבה האלמנטרית. כאשר אנו ממשיכים לבצע את התרגילים לחיזוק הנפש, אנו רוכשים יותר ויותר את הכוח הזה של תנועה בתחומים מסוימים. על-ידי כך, תשומת-לבנו נמשכת אל משהו בתוכנו שאינו משתייך לעולם האלמנטרי, אלא מתגלה בתוכנו באמצעות התנסותנו באותו עולם. אנו חשים את עצמנו כישויות מיוחדות בעולם העל-חושי, אשר נראות כשליטות, מנהלות ומושלות של גופיהן האלמנטריים, ואשר מעוררות בהדרגה את הגופים הללו לתודעה על-חושית. לאחר שהתקדמנו רחוק כל-כך, תחושה עזה של בדידות מציפה את הנפש. אנו מוצאים את עצמנו בעולם שהינו אלמנטרי מכל הבחינות; אנו רואים רק את עצמנו בתוך מרחב אלמנטרי אינסופי כישויות שאינן יכולות למצוא את השוות להן. לא נטען שכל התפתחות לקראת ראייה רוחית מוכרחה להוביל אל בדידות איומה זו, אלא שכל מי שחיזק, באופן מודע ובמאמציו שלו, את נפשו, ייתקל בה. ואם הוא יעקוב אחר מורה הנותן לו הכוונות שלב אחר שלב כדי לקדם את התפתחותו, יהיה עליו, אולי מאוחר יותר, אך ביום מן הימים, להבין שהמורה שלו עזב אותו כדי שימשיך בכוחות עצמו. הוא יגלה שהמורה שלו עזב אותו ושהוא ננטש לבדידות בעולם האלמנטרי. רק מאוחר יותר הוא יבין שהוא היה מוכרח לתת לו להיות תלוי בעצמו היות שהכורח של הסתמכות-עצמית כזאת התבקש.

בשלב זה של העלייה לרגל של הנפש, התלמיד חש את עצמו כגולה בעולם האלמנטרי. אבל עתה, הוא יכול להתקדם הלאה אם עלה בו מספיק כוח על-ידי התרגילים הפנימיים שביצע. הוא עשוי להתחיל לראות את עלייתו של עולם חדש – לא בעולם האלמנטרי, אלא בתוכו – עולם שאינו מאוחד לא עם העולם הפיסי ולא עם העולם האלמנטרי. עבור תלמיד כזה, עולם על-חושי שני מתווסף לראשון. בהתחלה, עולם על-חושי שני זה הינו עולם פנימי לגמרי. התלמיד חש שהוא נושא אותו בתוכו והוא מאוחד עמו. כדי להשוות את המצב הזה לאיזשהו דבר בעולם החושים, הבה נתייחס למקרה הבא. מישהו איבד את כל קרוביו ועתה הוא נושא בנפשו רק את הזיכרון שלהם. עבורו, הם חיים רק במחשבותיו. כך הדבר בעולם העל-חושי השני. האדם מתייחס לעולם על-חושי שני זה בדרך כזו שהוא נושא אותו בתוכו; אך, הוא יודע שהוא מורחק מממשותו. אף-על-פי-כן, הוא חש שממשותו זו בתוך נפשו, לא חשוב מה היא עשויה להיות, היא משהו ממשי הרבה יותר מאשר זיכרונות גרידא מעולם החושים. עולם על-חושי זה חי חיים עצמאיים בתוך נפשו של האדם. כל אשר קיים שם, משתוקק לצאת מן הנפש ולהגיע למשהו אחר. כך, אדם חש בתוכו עולם, אך עולם שאינו רוצה להישאר שם. דבר זה יוצר תחושה כמו היות האדם קרוע לגזרים על-ידי כל פרט נפרד של אותו עולם. אדם עשוי להגיע לנקודה שבה פרטים אלה משתחררים, היכן שהם פורצים משהו הנראה

כמו קונכייה ונמלטים מן הנפש. אז, האדם עשוי לחוש את עצמו עלוב יותר על-ידי כל מה שנקרע לגזרים מן הנפש באופן הזה.

עתה, אדם לומד שאותו חלק של הממשות העל-חושית בנפש שהוא מסוגל לאהוב לכשעצמו, ולא מפני שהוא פשוט קיים בנפשו של האדם, מתנהג בדרך מיוחדת. מה שאדם יכול לאהוב עמוקות לא נקרע מן הנפש; הוא בהחלט כופה את דרכו אל מחוץ לנפש, אך הוא נושא את הנפש עמו. הוא נושא את הנפש אל אותו אזור שבו היא חיה בממשותה האמיתית. מתרחש סוג של איחוד עם המהות הממשית, כי עד כה האדם רק נשא משהו כמו השתקפות של מהות ממשית זו בתוכו. ברם, האהבה המוזכרת כאן מוכרחה להיות מן הסוג אשר נחוות בעולם העל-חושי. בעולם החושים, אדם יכול רק להכין את עצמו לאהבה כזאת. והכנה זו מתרחשת כאשר האדם מחזק את כושר האהבה שלו בעולם החושים. ככל שגדולה יותר האהבה שאדם מסוגל להפגין בעולם הפיסי, כך נשאר יותר מן הכושר הזה עבור העולם העל-חושי. ביחס למהויות האינדיבידואליות של העולם העל-חושי, זה פועל כדלקמן. אינכם יכולים, למשל, ליצור קשר עם אותן ישויות ממשיות על-חושיות הקשורות לצמחים של העולם הפיסי אם אינכם אוהבים צמחים של עולם החושים, וכן הלאה. ברם, בקלות רבה עלולה להופיע טעות ביחס לדברים כאלה. יתכן שמישהו בעולם הפיסי עובר על-פני ממלכת הצמחים באדישות מוחלטת, ועם זאת חיבה לא-מודעת לאותה ממלכה עשויה להסתתר בנפש. לאחר מכן, כאשר הוא ייכנס אל תוך העולם העל-חושי, יתכן שאהבה זו תתעורר.

אך, האיחוד עם ישויות בעולם העל-חושי אינו תלוי אך ורק באהבה. לרגשות אחרים כמו, למשל, הוקרה ויראת-כבוד, אשר עשויים להיות לנפש כלפי ישות כאשר היא חשה לראשונה את התמונה של ישות זו עולה בתוכה, יש אותה תוצאה. ברם, התכונות הללו תמיד תהיינה כאלה אשר מוכרחות להיחשב כמשתייכות לתכונות הפנימיות של הנפש. בדרך זו, האדם ילמד לדעת את אותן ישויות של העולם העל-חושי שאליו הנפש עצמה פילסה את הדרך באמצעות תכונות פנימיות כאלה. דרך בטוחה להתוודע לעולם העל-חושי כרוכה ברכישת גישה לישויות השונות דרך הקשר של האדם להשתקפויותיהן. בעולם החושים, אנו אוהבים ישות לאחר שלמדנו להכירה; בעולם העל-חושי השני, אנו עשויים לאהוב את תמונתה של ישות לפני שפגשנו את הישות עצמה, כתמונה אשר מתייצבת לפני קיומו של מפגש.

מה שהנפש לומדת להכיר בתוכה בדרך הזאת אינו הגוף האלמנטרי. הוא ניצב בקשר עם אותו גוף כ'מעורר' שלו. זוהי ישות השוכנת בתוך הנפש אשר נחוות באותה דרך שבה הייתם חווים את עצמכם במהלך השינה אלמלא הייתם לא-מודעים, אך חשים את עצמכם מודעים בהיותכם מחוץ לגופכם הפיסי ובתפקיד ה'מעורר' ברגע עלייתה מן השינה. כך, הנפש לומדת לדעת ישות בתוכה שהינה משהו שלישי לצד הגוף הפיסי והגוף האלמנטרי. הבה נכנה את המשהו הזה **גוף אסטרילי**, וביטוי זה, לעת עתה, אינו צריך לרמוז על דבר, מלבד מה שנחוה, בדרך אשר תוארה, בתוך ישות הנפש.

## מדיטציה שישית

בה נעשה ניסיון ליצור מושג על גוף-ה'אני' או גוף-המחשבות

תחושת ההימצאות מחוץ לגופנו הפיסי חזקה יותר במהלכן של התנסויות בגוף האסטרלי מאשר אלה שבגוף האלמנטרי. במקרהו של הגוף האלמנטרי, אנו חשים את עצמנו מחוץ לתחום שבו הגוף הפיסי מתקיים ועם זאת אנו חשים קשורים לגוף המוזכר אחרון. בגוף האסטרלי, אנו חשים משהו כמו התפשטות של ישותנו; אך, בהזדהות תודעתנו עם הגוף האסטרלי, הדבר הוא כאילו קפצנו אל תוך ישות אחרת. ואנו חווים עולם של ישויות רוחיות אשר שולחות את פעילויותיהן אל תוך אותה ישות. אנו חשים את עצמנו, בדרך זו או אחרת, מחוברים או קשורים לישויות הללו. בהדרגה, אנו לומדים לדעת כיצד ישויות אלה קשורות בינן לבין עצמן. עבור תודעתנו האנושית, העולם מתרחב לכיוון הרוח. למשל, אנו רואים ישויות רוחיות הדואגות לרצף בתקופות בהתפתחות המין האנושי כך שאנו נוכחים לדעת שהאופי השונה של התקופות השונות מוטבע, כביכול, על-ידי מהויות רוחיות ממשיות. אלו הן **רוחות-הזמן** או **הכוחות הבראשיתיים (ארכאי)**. אנו לומדים להכיר ישויות אחרות שחיי-הנפש שלהן הם כאלה שמחשבותיהן מהוות באותו זמן כוחות-טבע פעילים. אנו מובלים להבנה שרק בפני תפיסה פיסית מופיעים כוחות-הטבע כבנויים כפי שהתפיסה הפיסית מדמינת אותם לעצמה. למעשה, היכן שכוח-טבע פועל, המחשבה של איזושהי ישות מתבטאת בדיוק כפי שנפש אנושית מתבטאת בתנועתה של יד. כל זה אינו כאילו האדם בעזרתה של תורה כלשהי מסוגל למקם במחשבה ישויות חיות ברקע של תהליכי-טבע; כאשר אנו מבינים את עצמנו בגופנו האסטרלי, אנו יוצרים קשר מוחשי וממשי למדי עם אותן ישויות כמו הקשר בין אינדיבידואלים אנושיים בעולם הפיסי. בקרב הרוחות שלתוך ממלכתן אנו חודרים, אנו מגלים סדרה של דרגות ולכן אנו יכולים לדבר על עולם של היררכיות עילאיות. את אותן ישויות שמחשבותיהן מתגלות לתפיסה פיסית ככוחות-טבע, אנו יכולים לכנות **רוחות-הצורה**.

התנסות באותו עולם מניחה שאנו חשים את ישותנו הפיסית כמשהו מחוצה לנו, באותה דרך שבהוויית-קיום פיסית אנו מסתכלים על צמח כמשהו מחוצה לנו. נחוש את המצב הזה של הימצאות מחוץ לכל מה שבחיים הרגילים מוכרח להיות מורגש כתחום כולו של ישותנו, כתחום מייגע מאוד, כל עוד הוא אינו מלווה על-ידי התנסות מסוימת אחרת. אם הפעילות הפנימית של הנפש נמשכה באופן נמרץ והובילה להעמקה ולחיזוק נכונים של חיי-הנפש שלנו, אין צורך שסבל זה יהיה בולט מאוד. כי, כניסה איטית והדרגתית אל תוך אותה התנסות שנייה, יכולה להתממש בו-זמנית עם כניסתנו אל תוך הגוף האסטרלי ככלי-הנושא הטבעי שלנו.

התנסות שנייה זו תהיה כרוכה ברכישת הכושר להתייחס לכל מה שקודם לכן מילא את נפשנו והיה קשור אליה, כסוג של זיכרון, כך שאנו עומדים באותו קשר ל'אני' הקודם שלנו כפי שאנו עומדים כלפי זיכרונותינו בעולם הפיסי. רק דרך התנסות כזאת שאנו רוכשים תודעה מלאה של עצמנו כחיים באמת עם ישותנו הממשית בעולם שונה למדי מזה של החושים. עתה, ברשותנו הידיעה שמה שאנו נושאים עמנו ועד כה התייחסנו אליו כ'אני' שלנו הינו משהו שונה ממה שאנו מהווים באמת. עתה, ביכולתנו לעמוד מול עצמנו וליצור אידיאה ביחס למה שעומד אל מול נפשנו ועליו היא אמרה: "זה אני". עתה, הנפש אינה אומרת עוד "זה אני", אלא "אני נושאת עמי את אותו משהו". כפי שה'אני' בחיים הרגילים חש בלתי-תלוי בזיכרונותיו, כך ה'אני' שלנו אשר נתגלה לאחרונה חש את עצמו בלתי-תלוי ב'אני' הקודם שלנו. הוא חש שהוא משתייך לעולם של ישויות רוחיות טהורות. וכאשר התנסות זו – התנסות ממשית, לא תיאורית גרידא – מגיעה אלינו, אנו נוכחים לדעת מה באמת מהווה מה שהתייחסנו אליו עד כה כ'אני' שלנו. הוא מציג את עצמו כמארג של זיכרונות, המופק על-ידי הגוף הפיסי, הגוף האלמנטרי והגוף האסטרלי, באותה דרך שבה בבואה נוצרת על-ידי ראי. באותה מידה מועטה שבה אדם מזדהה עם דמותו המשתקפת, הנפש, בחוותה את עצמה בעולם הרוח, מזדהה עם מה שהיא חווה מעצמה בעולם החושים. להשוואה עם הדמות המשתקפת יש להתייחס, כמובן, כהשוואה בלבד.

כי, הדמות המשתקפת נעלמת כאשר אנו משנים את מיקומנו ביחס לראי. למארג הזיכרונות שנארג ומייצג את מה שאנו בעולם הפיסי מתייחסים אליו כישותנו שלנו, יש דרגה גבוהה יותר של עצמאות מאשר הבבואה בראי. בדרך מסוימת, יש לה הוויה משלה. עם זאת, לישות הממשית של הנפש, היא מהווה רק בבואה של עצמיותנו הממשית. הישות הממשית של הנפש חשה שבבואה זו נחוצה עבור ההתגלויות של עצמיותה הממשית. ישות ממשית זו יודעת שהיא משהו שונה, אך גם שהיא כלל לא הייתה מגיעה לידיעה ממשית כלשהי על עצמה, אלמלא הבינה את עצמה בהתחלה כבבואה שלה באותו עולם שלאחר עלייתו אל תוך עולם הרוח, נעשה לעולם חיצוני. את מארג הזיכרונות שאנו מתייחסים אליו עתה כ'אני' הקודם שלנו, אפשר לכנות **גוף-ה'אני'** או **גוף-המחשבות**. למילה 'גוף' מוכרחים אנו להתייחס בהקשר זה במובן רחב יותר מזה שבדרך-כלל מכונה 'גוף'. כאן, במילה 'גוף', הכוונה לכל מה שאנו חווים כמשתייך לנו ועליו איננו אומרים "אנחנו מהווים אותו", אלא "הוא ברשותנו".

רק לאחר שתודעה של ראייה רוחית הגיעה לנקודה שבה היא חווה, כסך של זיכרונות, מה שהיא התייחסה אליו קודם לכן כעצמה, מתאפשר לרכוש התנסות ממשית של מה שנסתר מאחורי תופעת המוות. כי, אז הגענו לעולם ממשי באמת שבו אנו חשים את עצמנו כישויות המסוגלות לשמור, כאילו בזיכרון, את אשר נחווה בעולם החושים. סך כל ההתנסויות בעולם הפיסי זקוק – כדי להמשיך את קיומו – לישות המסוגלת לשמור עליהן באותה דרך שבה ה'אני' הרגיל שומר על זיכרונותיו. ידיעה על-חושית מגלה שלאדם יש קיום בעולם של ישויות רוחיות והוא מי ששומר בתוכו על קיומו הפיסי כזיכרון. השאלה מה

ייעשה, לאחר המוות, מכל מה שאני מהווה עתה, מקבלת ממחקר רוחי את התשובה הבאה: "תמשיך להיות עצמך בדיוק באותה מידה שבה אתה נוכח לדעת שאותה עצמיות מהווה ישות רוחית בקרב ישויות רוחיות אחרות."

אנו מבינים את טבען של ישויות רוחיות אלה ובקרבתן את הטבע שלנו. וידעיה זו הינה התנסות ישירה. באמצעותה, אנו יודעים שלישויות רוחיות ועמן, לנפשנו שלנו יש קיום שעבורן הקיום הפיסי אינו אלא התגלות חולפת. אם לתודעה הרגילה מתגלה – כפי שהוצג במדיטציה הראשונה – שהגוף משתייך לעולם שחלקו הממשי מוכח על-ידי התפרקותו לאחר המוות, הרי שמחקר רוחי מורה לנו שה'אני' האנושי הממשי משתייך לעולם שאליו הוא קשור בקשרים שונים למדי מאלה אשר קושרים את הגוף אל חוקי-טבע. הקשרים הקושרים את ה'אני' לישויות הרוחיות של העולם העל-חوشي אינם מושפעים באופיים הפנימי ביותר לא מן הלידה ולא מן המוות. בקיום הפיסי, קשרים אלה מתגלים רק בדרך מיוחדת. מה שמופיע בעולם זה הינו ביטוי של ממשויות של טבע על-חوشي. עתה, היות שהאדם לכשעצמו הינו ישות על-חושית ואף מופיע כך בפני מחקר על-חوشي, הרי שהקשרים בין נפשות בעולם העל-חوشي אינם מושפעים מן המוות. ואותה שאלה מדאיגה המופיעה בפני התודעה הרגילה של הנפש בצורה הפשוטה הבאה: "האם אפגוש לאחר המוות את אלה שעמם אני יודע שהייתי קשור במהלכו של קיום פיסי?", מוכרחה לקבל בצורה נחרצת מכל חוקר ממשי הרשאי ליצור שיפוט המבוסס על התנסות, תשובה חיובית.

כל דבר שנאמר על ישות הנפש אשר חווה את עצמה כממשות רוחית בתוך עולמן של ישויות רוחיות אחרות, אפשר לראותו ולאשרו אם מחזקים את חיי-הנפש שלנו בדרך אשר הוזכרה קודם לכן. אדם יכול להקל על עצמו ולעזור לעצמו על-ידי פיתוחם של רגשות מיוחדים. בחיים הרגילים בעולם הפיסי, אנו תופסים עמדה כזו כלפי כל מה שאנו חשים כגורלנו, באשר לחוש סימפטיה או אנטיפטיה כלפי התרחשויות שונות. אדם המבצע התבוננות-עצמית, המסוגל להישאר בלתי-משוחד למדי, מוכרח לקבל שסימפטיות ואנטיפטייות אלה הינן חלק מהחזקות ביותר שאדם יכול לחוש. התבוננות רגילה בעובדה שהכול בחיים הינו תוצאה של כורח ועלינו לשאת את גורלנו, עשוי לבטח לקחת אותנו בדרך ארוכה לקראת גישת-נפש שקולה בחיים. אבל, כדי להיות מסוגל לתפוס משהו מן הישות הממשית של האדם, נדרש הרבה יותר. המחשבה המתוארת תעשה שירות מצוין לחיי-הנפש שלנו. ברם, אנו עשויים לגלות לעתים קרובות שאותן סימפטיות ואנטיפטייות מן הסוג אשר הוזכר, שעלה בידינו לסלק, נעלמו רק מתודעתנו המיידית. הן נסוגו אל תוך הרובד העמוק יותר של הטבע האנושי והן מתגלות כהלכי-נפש מסוימים או כתחושת רפיון או תחושות אחרות כאלה, בגוף. שלוה ממשית ביחס לגורל נרכשת רק כאשר אנו מתנהגים בעניין זה בדיוק באותה דרך כמו התמסרות מרוכזת וחוזרת-ונשנית למחשבות או לרגשות למען חיזוק הנפש באופן כללי. חשיבה המובילה רק להבנה אינטלקטואלית אינה מספיקה. יש לחיות באופן נמרץ עם מחשבה כזאת ולהמשיך בה לפרק זמן מסוים תוך הרחקת כל ההתנסויות הקשורות לחושים או לזיכרונות אחרים של החיים הרגילים.



על-ידי תרגילים כאלה, אנו מגיעים לגישת-נפש יסודית מסוימת כלפי הגורל. ביסודו של דבר, בהיבט זה אפשר להסתדר עם סימפטיות ואנטיפיות ולבסוף להתייחס לכל דבר אשר קורה לנו באותה מידה של חוסר-עניין כמו אדם המתבונן במים הניתזים ממפל מים בצלע-הר. הכוונה אינה שאנו מוכרחים להגיע, בדרך זו, להתייצבות מול גורלנו בלי כל רגשות. אדם אשר נעשה אדיש לכל דבר אשר קורה לו, לבטח נמצא על מסלול חסר-תועלת. אנו לבטח לא נשארים אדישים כלפי העולם החיצוני ביחס לדברים שאינם נוגעים בנפשנו כחלק מגורלנו. אנו מסתכלים בדברים אשר קורים לנו עינינו בהנאה או בכאב. אין לחפש אחר אדישות בחיים כאשר אנו שואפים לידיעה על-חושית, אלא אחר טרנספורמציה של ההתעניינות הישירה שה'אני' מכניס לגורלו. יתכן שעל-ידי טרנספורמציה כזאת החיות של חיי-הרגש מתחזקת ולא נחלשת. בחיים הרגילים, דמעות זולגות על דברים רבים הקורים לנפשנו בדרך של גורל. ברם, אנו מסוגלים להגיע לנקודת-מבט שבה גורלם המר של אחרים מעורר בנפשנו התעניינות ורגש להוטים כפי שהם נגרמים על-ידי התנסויותינו העצובות. קל יותר להגיע לנקודת-מבט כזו ביחס לאסונות שהגורל מביא לנו מאשר, למשל, ביחס ליכולות המנטליות שלנו. ככלות הכול, לא כל-כך קל לחוות שמחה גדולה כאשר אתם מגלים כושר אצל אדם אחר, באותה מידה שבה אתם מגלים שיש ברשותכם את הכושר הזה. כאשר ההתבוננות-העצמית שואפת לחדור אל תוך מעמקי הנפש, עלול להתגלות סיפוק אנוכי רב עם דברים רבים שביכולתנו לעשות בעצמנו. איחוד מדיטטיבי נמרץ וחוזר-ונשנה עם המחשבה, שבמקרים רבים לא משנה הרבה, עשויה להובילנו בדרך ארוכה לקראת שלוה אמיתית ביחס למה שאנו חשים כפעילות גורל פנימית ביותר בחיינו. חיזוק פנימי כזה של חיי-הנפש שלנו, על-ידי השתקעות במחשבה, כאשר עושים זאת נכון, לעולם לא תוביל להתקוות גרידא של הרגש שלנו עבור הכשרים שלנו. תחת זאת, הם עוברים טרנספורמציה ואנו נוכחים לדעת את הכורח להתנהג בהתאמה עם הכשרים הללו.

וכאן, כבר הצבענו על הכיוון אשר נלקח על-ידי חיזוק זה של חיי-הנפש באמצעות החשיבה. אנו לומדים להבין משהו בתוכנו אשר מופיע בפני הנפש כישות שנייה בתוכה. היא מתגלה במיוחד כאשר אנו קושרים עמה מחשבות אשר מציגות כיצד בחיים הרגילים אנו מחוללים מאורע זה או אחר בגורלנו. אנו יכולים לראות שדבר זה או אחר לא היה קורה לנו, אלמלא היינו מתנהגים בדרך מסוימת בתקופה מוקדמת יותר בחיינו. מה שקורה לנו היום הוא באמת, בדרכים רבות, תוצאה של מה שעשינו אתמול. עתה, אנו יכולים להסתכל לאחור, עם כוונה לקדם את התנסות נפשנו רחוק יותר מאשר איזושהי נקודה שאליה הגענו בהתנסות העבר שלנו. אז, נוכל לחפש אחר כל מה שמראה כיצד אנו עצמנו הכנו את הגורלות המאוחרים יותר. אנו יכולים לנסות, בעשותנו זאת, להרחיק לאחור עד שנגיע לנקודה שבה התודעה של הילד מתעוררת, אשר מאפשרת לו מאוחר יותר בחיים להיזכר במה שהוא חווה. אם נאמץ את המבט הזה לאחור בדרך כזו שנשלב עמו גישת-נפש אשר מחסלת את הסימפטיות והאנטיפיות האנוכיות הרגילות ביחס להתרחשויות בגורלנו, אז בהגיענו בזיכרון לנקודה בילדותנו אשר הוזכרה לעיל, אנו מתייצבים בפני עצמנו

בדרך כזו שבה אנו יכולים לומר לעצמנו: באותו זמן, האפשרות לחוש את עצמנו בתוכנו ושל עבודה מודעת על חיי-הנפש שלנו התגלתה לראשונה; אבל, 'אני' זה שלנו היה שם לפני כן, והוא, גם אם לא פעל באופן מודע בתוכנו, הביא לנו את כושר הידיעה שלנו וכן כל דבר שאנו יודעים עתה. הגישה כלפי גורלנו אשר תוארה עתה, מחוללת את מה שכל חשיבה אינטלקטואלית אינה מסוגלת להפיק. אנו לומדים להסתכל במאורעות הגורל בשלוות-נפש; אנו מתמודדים עמם בתודעה בלתי-משוחדת; אך, אנו רואים בישות אשר מביאה לנו את המאורעות הללו, את עצמיותנו שלנו. וכאשר אנו מסתכלים על עצמנו בדרך הזאת, אנו מגלים שתנאי גורלנו, אשר ניתנו לנו כבר בלידה, קשורים לעצמיותנו. אנו מגיעים להכרה שכפי שפעלנו על עצמנו מאז התעוררות תודעתנו, כך פעלנו כבר לפני שתודעתנו הנוכחית התעוררה. עתה, פעילות כזו שלנו עד להתממשותה של ישות-'אני' עילאית יותר בתוך ה'אני' הרגיל, מובילה אותנו לא רק לקבל שמחשבותינו הביאו אותנו לטענה תיאורטית של הוויית-קיומו של 'אני' עילאי יותר כזה, אלא גם גורם לנו להיווכח בפעילות החיה של ה'אני' הזה בכל ממשותו ככוח בתוכנו ולחוש את ה'אני' הרגיל כפרי בריאתו של ה'אני' האחר. למעשה, תחושה זו מהווה את השלב הראשון לקראת ראיית הישות הרוחית של הנפש. ואם היא אינה מובילה לדבר, הרי שזה מפני שאנו מסתפקים רק בהתחלתה של הדרך. התחלה זו עשויה להיות תחושה עמומה ברת-תפיסה. היא עשויה להישאר כך אולי במשך זמן רב. אך, אם נתמיד בעוצמה ובנמרצות במהלך אשר הוביל אותנו להתחלה זו, נגיע בסופו של דבר לראיית הנפש כישות רוחית. ובהביאנו את עצמנו רחוק כל-כך, אנו יכולים להבין בקלות מדוע מישהו, בלי שום ניסיון בנושאים הללו, עשוי לומר שבהאמיננו שאנו רואים דברים כאלה, רק יצרנו תמונה דמיונית של 'אני' עילאי על-ידי השאה עצמית. אך, מי שהייתה לו ההתנסות יודע שהתנגדות כזו יכולה להיות מופקת כתוצאה מהעדרה של התנסות זו. כי, אלה אשר עוברים ברצינות את ההתפתחות הזאת, רוכשים באותו זמן את הכושר להבדיל בין ממשויות ובין תמונות שהן פרי דמיונם. הפעילויות וההתנסויות הפנימיות אשר נחוצות במהלכה של עלייה לרגל כזו של הנפש, אם היא נכונה, מניעה אותנו לנקוט בזהירות המרבית כלפי עצמנו ביחס לדמיון ולממשות. כאשר אנו שואפים באופן שיטתי להגיע להתנסות של עצמנו ב'אני' העילאי כישויות רוחיות, עלינו להתייחס, כהתנסות העיקרית, למה שמתואר בתחילתה של מדיטציה זו ולהסתכל על היתר כעזרה לנפש בעלייתה לרגל.

## מדיטציה שביעית

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של אופייה של התנסות בעולמות העל-חושיים

ההתנסויות אשר נראו הכרחיות עבור הנפש, אם ברצונה לחדור אל תוך העולמות העל-חושיים, עשויות להיראות מרתיעות עבור בני-אדם רבים. הם עשויים לומר שהם אינם יודעים מה היה עולה בגורלם אילו היו מסתכנים בתהליכים כאלה או כיצד היו יכולים לעמוד בהם. תחת השפעתו של רגש כזה, מתגבשת בקלות רבה הדעה שמוטב שלא להתערב באופן מלאכותי בהתפתחותה של הנפש, אלא להתמסר בשקט להנחיה של מה שהנפש נשארת לא מודעת לו ולהמתין להשפעתה בעתיד על חייו הפנימיים של האדם. ברם, מחשבה כזאת מוכרחה תמיד להידחק על-ידי אדם המסוגל להפוך מחשבה אחרת לכוח חי בתוכו; כלומר, שטבעי שהטבע האנושי יתקדם ואם לא מוקדשת שום תשומת-לב לדברים הללו, משמעות הדבר תהיה להתמסר בחוסר נאמנות לכוחות בנפש שאינם פעילים, הממתינים להתגלות. כוחות של התפתחות-עצמית קיימים בכל נפש אנושית ולא תיתכן נפש אחת שלא תקשיב לקריאה לפתחם, אם בדרך זו או אחרת, היא הייתה יכולה ללמוד משהו על הכוחות הללו ועל חשיבותם.

יתר על כן, איש לא היה מאפשר לעצמו להירתע מהעלייה אל עולמות עילאיים אלא אם כן תפס מראש עמדה שגויה כלפי התהליכים שעליו לעבור. תהליכים אלה מתוארים במדיטציות הקודמות. ואם יש לבטאן במילים שבאופן טבעי מוכרחות להילקח מן הקיום האנושי הרגיל, הרי שהן מבטאות באופן נכון רק באותה דרך. כי, התנסויות בנתיב הידיעה העל-חושית קשורות לנפש האנושית בדרך כזו שהן זהות, למשל, למה שרגש מתוח מאוד של בדידות, תחושת ריחוף מעל לתהום וכדומה, עשויים לציין לנפש האדם. דרך ההתנסות של רגשות ותחושות כאלה, מופקים הכוחות הנחוצים לצעידה בנתיב הידיעה. הם הנבטים של פירותיה של ידיעה על-חושית. כל ההתנסויות הללו נושאות בדרך מסוימת משהו אשר נסתר עמוק בתוכן. כאשר הן נחוות ויסוד נסתר זה מובא למצב של מתח מרבי, משהו מנפץ את תחושת הבדידות אשר מקיפה את 'המשהו' הנסתר הזה כמו מעטפת ואז הוא מתפתח בחיי-הנפש כאמצעי לרכישת ידיעה.

ברם, אדם מוכרח לקחת בחשבון שכאשר עולים על הנתיב הנכון, משהו אחר מתייצב מיד מאחורי כל התנסות כזאת. כאשר התנסות אחת התרחשה, השנייה אינה יכולה שלא להופיע. כאשר דבר כלשהו צריך להופיע שם, מיד מתווסף לו הכוח לשאתו ביציבות, אם רק נהגה בשקט בכוח הזה ונקדיש זמן לשים לב למה שרוצה להתגלות בנפש. כאשר משהו מכאיב מופיע וכאשר באותו זמן קיים רגש ודאי בנפש, שיימצאו כוחות אשר יהפכו את הכאב לנסבל ועמם נהיה מסוגלים להתחבר, אז נהיה מסוגלים לנקוט עמדה כלפי התנסויות, שהיו בלתי-נסבלות במהלך חיינו הרגילים, כך שנראה שאנו צופים בעצמנו בהתנסויות הללו. ולכן, בני-אדם הנמצאים בדרכם אל ידיעה על-חושית, עוברים דרך מצבים רבים של גאות ושפל של גלי-רגש גדולים, ומציגים, אף-על-פי-כן, שלוות-נפש מושלמת בחיים הרגילים. כמובן, יתכן שהתנסויות

פנימיות משפיעות גם על מצב התודעה בחיים החיצוניים בעולם הפיסי, כך שלזמן מה איננו מגיעים להרמוניה עם עצמנו ועם החיים בדרך אשר הייתה אפשרית בטרם עלינו על נתיב הידיעה. אז, נהיה מחויבים להוציא ממה שכבר הושג בתוכנו כוחות כאלה אשר יאפשרו למצוא שוב את האיזון. ואם נצעד בנתיב הידיעה באופן הנכון, לא יופיע שום מצב שבו זה לא יהיה אפשרי.

נתיב הידיעה הטוב ביותר יהיה תמיד זה אשר מוביל אל העולם העל-חושי על-ידי חיזוק או ריכוז חיי-הנפש תוך התרכזות במדיטציות פנימיות שבמהלכן מחשבות או רגשות מסוימים נשמרים בתודעה. במקרה זה, אין מדובר בלחוות מחשבה או רגש כפי שאנו עושים כדי למצוא את דרכנו בעולם הפיסי, אלא הנקודה היא לחיות לגמרי עם המחשבה והרגש ובתוכם, תוך כדי כך שמרכזים בו את כל כוחות נפשנו, כך שימלא לגמרי את התודעה במהלך ההתכנסות בתוך עצמנו. למשל, אנו חושבים על מחשבה אשר העניקה לנפש הכרה מאיזשהו סוג; בהתחלה, אנו עוזבים בצד אחד כל כוח של הכרה שעשוי להיות לו רק חיים עמה ובתוכה שוב ושוב כדי להתאחר עמה. אין צורך שזו תהיה מחשבה על דברים המשתייכים לעולמות העילאיים, אף על פי שמחשבה כזו יעילה יותר. בשביל מדיטציה פנימית, אנו אף יכולים להשתמש במחשבה אשר מתארת התנסות רגילה. למשל, רגשות המניבים תוצאות הם רגשות המציגים החלטות ביחס למעשים של אהבה שאותם אנו מציתים בתוכנו עד לדרגה הגבוהה ביותר של חום אנושי והתנסות אמיתית. יעילים במיוחד – ככל שהדבר נוגע לידיעה – הדימויים הסמליים אשר נרכשים מן החיים או מתקבלים מעצתם של בני-אדם כאלה שהינם בדרך מסוימת מומחים בנושאים הללו, מפני שהם יודעים את פוריותם של האמצעים אשר הופעלו ממה שהם עצמם רכשו באמצעותם.

דרך המדיטציות הללו, אשר מוכרחות להפוך להרגל, ויותר מכך לכורח בחיים, בדיוק כפי שהנשימה הכרחית עבור חיי הגוף, עלינו לרכז את כוחות הנפש ועל-ידי ריכוזם, לחזקם. אלא שמוכרחים אנו להצליח, במהלך ביצועה של מדיטציה פנימית, להישאר במצב כזה שבו לא יופיעו בנפש לא רשמים חיצוניים ואף לא זיכרונות כלשהם.

גם זיכרונות של כל מה שחווינו בחיים הרגילים, כל מה שמסב לנפש הנאה או כאב, מוכרח להישאר שקט כך שהנפש תוכל להתמסר באופן בלעדי למה שאנו קובעים לעצמנו שיעסיק אותה. הכשרים של ידיעה על-חושית מתפתחים כהלכה רק מתוך מה שרכשנו בדרך הזאת עם מדיטציות פנימיות, שאת תוכנן וצורתן קבע הכוח של נפשנו. הנקודה החשובה אינה המקור שממנו אנו מפיקים את אובייקט המדיטציה; אנו יכולים לקחת אותו ממומחה בנושאים הללו או מהספרות של מדע הרוח; הנקודה החשובה היא להפוך את מהותו להתנסות פנימית של חיינו ולא רק לבחור אותו מתוך מחשבות העשויות להופיע בנפשנו או מדברים שאנו חשים נטייה להתייחס אליהם כאובייקטים הטובים ביותר למדיטציה. לאובייקט כזה יש מעט כוח מפני שהנפש כבר התוודעה לו והיא אינה יכולה, כתוצאה מכך, להשקיע את המאמץ הנחוץ כדי להתאחד עמו.

ברם, במאמץ הזה אפשר למצוא את האמצעים היעילים ביותר לרכישת כשרים לידיעה על-חושית, ולא רק בעובדה גרידא של איחוד עם מהות המדיטציה לכשעצמה.

אנו אף יכולים להגיע לראייה על-חושית גם בדרכים אחרות. בני-אדם עשויים להגיע למדיטציה מלהיבה ולהתנסות פנימית על-ידי התבונה של המבנה שלהם בכללותו. כך, הם עשויים להיות מסוגלים לשחרר כוחות לרכישת ידיעה על-חושית בנפשם. כוחות כאלה יכולים להתגלות פתאום בנפשות שלא נראו כלל שהן נועדו מראש להתנסויות כאלה. החיים העל-חושיים של הנפש יכולים להתעורר בדרכים המגוונות ביותר; אך, אנו יכולים להגיע להתנסות שאנו האדונים שלה כפי שאנו האדונים של עצמנו בחיים הרגילים, רק אם נצמד בנתיב הידיעה המתואר כאן. כל פלישה של העולם העל-חושי אל תוך התנסויות הנפש, משמעותה תהיה שהתנסויות כאלה חודרות כביכול בכפייה והאדם הנדון או שיאבד את עצמו בהן או יפתח לכל סוג של הולכת-שולל שאפשר להעלות על הדעת ביחס לערכן, משמעותן האמיתית וחשיבותן בעולם העל-חושי הממשי.

חשוב ביותר לזכור שצעידה בנתיב הידיעה העל-חושית, הנפש משתנה. זה עשוי להיות המקרה שבחיים הרגילים בעולם הפיסי איננו נוטים כלל ליפול לכל סוג של אשליה או הולכת-שולל, אך בכניסה אל תוך העולם העל-חושי אנו נופלים קורבנות לרמאויות ואשליות כאלה באופן תמים ביותר. יתכן גם שבעולם הפיסי יש לנו חוש טוב ובריא מאוד לאמת ואנו מבינים שאל לנו לחשוב רק בדרך הזאת על דבר או התרחשות אשר יספקו את האנוכיות שלנו כדי לשפוט אותם באופן הנכון; עם זאת ועל אף זאת, אנו עשויים להצליח לראות בעולם העל-חושי רק את מה שמהנה את האנוכיות שלנו. עלינו לזכור כיצד אנוכיות זו צובעת את כל מה שאנו רואים. אנו מבחינים רק במה שהאנוכיות שלנו מפנה אליו את מבטה בהתאמה עם נטיותיה, אם כי יתכן שלא נבין שהאנוכיות היא זו אשר מכוונת את ראייתנו הרוחית. ואז, טבעי למדי שנתייחס למה שאנו רואים כאמת. אפשר להתגונן מפני דבר זה רק אם, בנתיב אל ידיעה על-חושית על-ידי התבוננות-עצמית קפדנית ועל-ידי שאיפה נמרצת לידיעה-עצמית בהירה יותר, נפתח יותר ויותר את הכושר שלנו להבחין באמת עד כמה אפשר למצוא אנוכיות בנפשנו והיכן בא הדבר לידי ביטוי. רק אז נהיה מסוגלים לשחרר את עצמנו בהדרגה מן ההנהגה של אנוכיות זו אם במדיטציות שלנו נציב לפנינו בכוח ובאכזריות את האפשרות של ישות-הנפש שלנו בהיבט זה או אחר תחת שליטתה.

שהנפש צריכה להבהיר לעצמה כיצד תכונות מסוימות שלה משפיעות על עולם הרוח באופן שונה מזה בעולם הפיסי, משתייך לניידות חסרת עיכובים של הנפש בעולמות העילאיים. הדבר ניכר במיוחד כאשר אנו מכווינים את תשומת-לבנו לתכונות המוסריות של הנפש. בעולם הפיסי, אנו מבדילים בין חוקי-טבע וחוקי מוסר. כאשר ברצוננו להסביר תהליכי-טבע, איננו יכולים להשתמש באידיאות מוסריות. אנו מסבירים צמח רעיל על-פי חוק טבע ואיננו מגנים אותו מבחינה מוסרית על היותו רעיל. אנו מבינים בבירור שביחס לממלכת בעלי-החיים, תיתכן, לכל היותר, שאלה של משהו הדומה למוסריות ושיפוט מוסרי במוכן

קפדני יכול רק להפריע לנושא המרכזי. זה בנסיבות של החיים האנושיים ששיפוט מוסרי על ערכו של הקיום מתחיל להיות בעל חשיבות. האדם עצמו קובע את ערכו כך שיהיה תלוי בשיפוט זה, כאשר הוא מרחיק עד כדי כך שהוא מסוגל לשיפוט את עצמו ללא משוא-פנים. ברם, איש לא היה חולם להתייחס לחוקי-טבע כזהים או אפילו דומים לחוקי מוסר, אם הוא מתייחס להוויית-הקיום הפיסית בדרך הנכונה.

ברגע בו אנו נכנסים אל תוך העולמות העילאיים, זה משתנה. ככל שהעולמות שאנו נכנסים אל תוכם רוחיים יותר, כך חוקי מוסר ומה שאפשר לכנותם חוקי-טבע בעולמות אלה, חופפים יותר. בעולם הפיסי, אנו יודעים שאנו מדברים בהשאלה כאשר אנו אומרים על מעשה רע שהוא בוער בנפש. אנו יודעים שאש טבעית מהווה דבר שונה למדי. אך, הבחנה כזאת אינה קיימת בעולמות העל-חושיים; כי, שם, שנאה וקנאה הן כוחות הפועלים בדרך כזו שאנו יכולים לכנות את השפעותיהם, 'חוקי-הטבע' של אותו עולם. שנאה וקנאה פועלות שם כך שהישות שאותה שונאים או בה מקנאים, משפיעה על השונא או המקנא באופן מכלה, חזק ועמוק במיוחד, כך שנוסדים תהליכים של הרס שהינם פוגעניים לישות הרוחית. האהבה פועלת בעולמות הרוחיים בדרך כזו שתוצאתה היא קרינה של חום שהינה פורה ומועילה. אפשר להבחין בזה כבר בגוף היסודי של האדם. בעולם החושים, היד המבצעת מעשה בלתי-מוסרי, מוכרח בפעילותו להיות מוסבר על-פי חוק-טבע באותה דרך שבה יד משרתת מוסריות. אבל, חלקים אלמנטריים מסוימים של האדם נשארים לא-מפותחים, כאשר לא קיימים שום רגשות מוסריים תואמים. ומוכרחים אנו לקחת בחשבון את העיצוב הלא-מושלם של האיברים האלמנטריים על-ידי תכונות מוסריות לא-מושלמות באותה דרך שבה תהליכי-טבע מוסברים על-פי חוק-טבע. לעומת זאת, אל לנו לעולם להסיק מן ההתפתחות הלא-מושלמת של איבר פיסי שהחלק התואם של הגוף האלמנטרי התפתח בהכרח באופן לא-מושלם. עלינו לזכור תמיד שבעולמות שונים, שולטים סוגים שונים של חוקים. לאדם יכול להיות איבר פיסי המפותח באופן לא-מושלם, אך באותו זמן האיבר האלמנטרי התואם יכול להיות לא רק מושלם באופן רגיל, אלא מושלם יותר בה במידה שהאיבר הפיסי אינו מושלם. בדרך רבת-משמעות, ההבדל בין העולם העל-חושי והעולם הפיסי מתגלה בכל הקשור לאידיאות של יופי וכיעור. הדרך שבה משתמשים באידיאות הללו בהוויית-קיום פיסית מאבדת כל משמעות ברגע בו אנו נכנסים אל תוך העולמות העל-חושיים. יפה, למשל – אפשר לומר רק על אותה ישות המצליחה למסור את כל התנסויותיה הפנימיות לישויות האחרות בעולמה, כך שהן תוכלנה לקחת חלק בסך כל התנסויותיה. הכושר להראות את כל מה שחי בתוך האדם, בלי צורך להסתיר דבר, עשוי בעולמות העילאיים להיות מכונה 'יפה'. ובעולמות הללו, תפיסה זו של יופי חופפת לגמרי עם זו של יושר בלתי-מסויג, של התגלות כנה של מה שישות נושאת בתוכה. באופן דומה, אותה ישות שאינה רוצה להראות באופן חיצוני את התוכן הפנימי שלה, שומרת על התנסויותיה ומסתירה מפני ישויות אחרות תכונות מסוימות, עשויה להיקרא מכווערת. ישות כזו נסוגה מסביבתה הרוחית. מושג זה של כיעור חופף

למושג של חשיפה עצמית לא-ישרה. לשקר ולהיות מכוער הם ממשויות שבעולם הרוח הינן זהות, כך שישות מכוערת, היא ישות מוליכה-שולל.

אלה שידועות בעולם הפיסי כתשוקות ומשאלות, גם מופיעות במשמעות שונה למדי בעולם הרוח. תשוקות שבעולם הפיסי עולות מתוך הטבע הפנימי של הנפש האנושית, אינן קיימות בעולם הרוח. מה שאפשר לכנות תשוקות באותו עולם, מוצת על-ידי מה שנראה מחוץ לישות הנדונה. ישות אשר מוכרחה לחוש שאין לה תכונה מסוימת, שעל-פי טבעה של אותה ישות צריכה להיות לה, רואה ישות אחרת מחוננת בתכונה הנדונה. והמראה של ישות אחרת זו נעשה להאשמה מתמשכת הפועלת ככוח ממשי, ההופך את הישות אשר מעוכבת על-ידי האשמה, משתוקקת לשפרה. זוהי התנסות שונה למדי מתשוקה בעולם הפיסי; כי, בעולם הרוח, נסיבות כאלה לא מפריעות לרצון חופשי. ישות עשויה להתנגד למה שהמראה של משהו אחר מעורר בה. אז, היא תצליח בהדרגה להיות מורחקת מן הדגם שלה.

ברם, התוצאה תהיה שהישות המתנגדת לדגם שלה תביא את עצמה אל תוך עולמות שבהם תנאי הקיום יהיו גרועים יותר מאלה שהיו קיימים, אשר ניתנו לה בעולם שלו היא נועדה בדרך מסוימת.

כל זה מראה לנפש שעולם המושגים שלה מוכרח לעבור טרנספורמציה עם כניסתה לממלכות העל-חושיות. אידיאות מוכרחות להשתנות, להתרחב ולהתמזג עם אחרות, אם ברצוננו לתאר את העולם העל-חושי באופן הנכון. זוהי הסיבה לכך שתיאורים של עולמות על-חושיים הנתונים במונחים של העולם הפיסי, בלי שום שינוי או טרנספורמציה, הם תמיד לא מספקים. אנו יכולים להבין שזוהי תוצאה של רגש אנושי נכון, כאשר אנו משתמשים בעולם הפיסי – באופן סמלי פחות או יותר או אפילו ישם מיידית – באידיאות אשר נעשות משמעותיות לגמרי רק ביחס לעולמות העל-חושיים. כך, אנו עשויים לחוש באמת ששקר מכוער, אך בהשוואה עם אופייה של האידיאה הזאת בעולם העל-חושי, שימוש כזה במילים בעולם הפיסי הוא רק השתקפות הנובעת מן העובדה שכל העולמות השונים קשורים זה לזה, וקשרים אלה מורגשים באופן עמום ונקלטים באופן לא-מודע בעולם הפיסי. עם זאת, מוכרחים אנו לזכור שבעולם הפיסי שקר, שאנו חשים אותו כמכוער, אינו בהכרח מכוער בהופעתו החיצונית, וזה יהיה בלבול של אידיאות אם נסביר כיעור בטבע הפיסי כתוצאה של שקר. ברם, בעולם העל-חושי, כל דבר שקרי, כאשר הוא נראה באור הנכון, מטביע עצמו בנו כמכוער בהופעתו. כאן, שוב יש לקחת בחשבון הולכות-שולל ולהישמר מפניהן. הנפש עשויה לפגוש ישות בעולם העל-חושי שבצדק אפשר לאפיינה כישות רעה, אף על פי שהיא מתגלה בצורה שמוכרחה להיקרא יפה, אם היא נשפטת על-פי האידיאה של היפה שאנו מביאים עמנו מן העולם הפיסי. במקרה כזה, לא נוכל לשפוט באופן נכון לפני שחדרנו אל תוך לבה של הישות הנדונה. אז, נגלה שההתגלות ה'יפה' הייתה רק מסכה שאינה נמצאת בהרמוניה עם טבעה של הישות, ומה שחשבנו שהוא יפה – על-פי האידיאות אשר הושאלו מן העולם הפיסי – מטביע את עצמו בכוח מסוים בתודעתנו כמכוער. וברגע שזה קורה, הישות ה'רעה' לא תהיה עוד מסוגלת להוליך אותנו שולל עם ה'יופי' שלה. היא

מוכרחה לחשוף את עצמה בפני מתבונן כזה בצורתה האמיתית, היכולה להיות רק ביטוי לא-מושלם של מה שהיא מהווה בפנימיותה. תופעות כאלה של העולם העל-חوشي מבהירות במיוחד כיצד מושגים אנושיים מוכרחים לעבור טרנספורמציה עם הכניסה אל תוך אותו עולם.



## מדיטציה שמינית

בה נעשה ניסיון ליצור אידיאה של הדרך שבה האדם רואה את המחזוריים החוזרים-ונשנים של חיי הארציים

איננו רשאים באמת לדבר על סכנות במהלך עלייתה לרגל של הנפש דרך עולמות על-חושיים, כאשר עלייה זו לרגל מתבצעת בדרך הנכונה. השיטה לא טוביל אל מטרתה אם בין ההוראות הנפשיות אשר ניתנו שם, היו כאלה אשר הציבו סכנות בפני התלמיד. המטרה היא דווקא לחזק את הנפש, לרכז את כוחותיה, כך שהאדם יהיה מסוגל לשאת את ההתנסויות של נפשו, שעליו לעבור אם ברצונו לראות ולהבין עולמות אחרים מלבד הפיסי. יתר על כן, הבדל יסודי בין העולם הפיסי והעולם העל-חושי הוא שראייה, קליטה והבנה קשורות זו לזו בשני העולמות בדרך שונה למדי. כאשר אנו שומעים על אזור מסוים של העולם הפיסי, יש לנו זכות מסוימת לחוש שאנו יכולים להגיע להבנה שלמה שלו על-ידי כך שמתבוננים בו וקולטים אותו. איננו מאמינים שהבנו נוף או תמונה כל עוד לא ראינו אותם. אך, העולמות העל-חושיים יכולים להיות מובנים ביסודיות כאשר אנו מקבלים, בשיפוט בלתי-משוחד, תיאור נכון שלהם. כדי להבין ולחוות את כל הכוחות לחיזוק ולהגשמת החיים המשתייכים לעולמות הרוחיים, אנו זקוקים רק לתיאורים של אלה המסוגלים לראות. ידיעה ממשית ממקור ראשון של אותם עולמות יכולים להשיגה רק אלה המסוגלים לחקור בהיותם מחוץ לגופם הפיסי. תיאורים של עולמות הרוח מוכרחים תמיד לנבוע מן הרואים הרוחיים. אך, ידיעה כזו של העולמות הללו כפי שהיא נחוצה עבור חיי-הנפש, אפשר להשיגה באמצעות הבנה. ובהחלט אדם יכול להיות לא-מסוגל להתבונן בעולמות על-חושיים בעצמו ועם זאת להיות מסוגל להבין אותם ואת מאפייניהם, עם הבנה שביחס אליה לנפש יש בנסיבות מסוימות זכות מלאה לשאול, ואכן מוכרחה לשאול.

לכן, אפשרי גם שעלינו לבחור את האמצעים שלנו לביצוע מדיטציה מתוך מאגר של מושגים אשר רכשנו ביחס לעולמות הרוחיים. אמצעי כזה לביצוע מדיטציה הוא במידה רבה הטוב ביותר והיחיד אשר מוביל אותנו בבטחה רבה אל המטרה.

ברם, אף על פי שציון כזה עשוי להיראות טבעי מאוד, אין זה נכון להאמין שידיעה של העולמות העילאיים אשר מושגת על-ידי הבנה לפני רכישתה של ראייה על-חושית, מהווה מכשול בפני התפתחותה של ראייה כזו. למעשה, ההיפך נכון יותר, כלומר קל יותר ובטוח יותר להגיע לראייה רוחית עם הבנה מקדימה מאשר בלעדיה. בין אם ניעצר בהבנה בלבד ובין אם נמשיך לשאוף לידיעה על-חושית, תלוי בהתעוררות או באי-התעוררות של כמיהה פנימית לידיעה ממקור ראשון. אם כמיהה כזו קיימת, לא נוכל שלא לחפש אחר כל הזדמנות להתחיל עלייה לרגל אישית וממשית אל תוך העולמות העל-חושיים.

השאיפה להבנת העולמות העילאיים תתפשט יותר ויותר בקרב בני-האדם בימינו; כי, התבוננות קרובה באבולוציה האנושית מגלה שמעתה ואילך נפשות אנושיות תתחלנה שלב של התפתחות שבו הן לא תהיינה מסוגלות למצוא את הקשר הנכון לחיים בלי הבנתם של העולמות העל-חושיים.

\*

לאחר שהרחקנו כל-כך בעלייה לרגל של נפשנו שאנו נושאים בתוכנו כזיכרון כל מה שאנו מכנים 'עצמיותנו', כלומר ישותנו שלנו בחיים הפיסיים, וחווים את עצמנו תחת זאת ב'אני' עליון אחר אשר נרכש לאחרונה, אז אנו נעשים מסוגלים לראות את חיינו מתפשטים אל מעבר לגבולות החיים הארציים. בפני ראייתנו הרוחית מופיעה העובדה שהשתתפנו בחיים אחרים, בעולם הרוח, לפני הוויית-קיומנו הנוכחית בעולם החושים ובאותם חיים רוחיים אפשר למצוא את הסיבות הממשיות לעיצוב הוויית-קיומנו הפיסית. אנו מתוודעים לעובדה שלפני שקיבלנו גוף פיסי ונכנסנו אל תוך הוויית-קיום פיסית זו, ניהלנו חיים רוחיים טהורים. אנו רואים שהישות האנושית שאנו מהווים עתה, עם כשריה ונטיותיה, הוכנה במהלכם של חיים שחינו בעולם רוחי טהור לפני הלידה. אנו מסתכלים בעצמנו כעל ישויות אשר חיו באופן רוחי לפני כניסתן אל תוך עולם החושים ועתה שואפות לחיות כישויות פיסיות עם אותם כשרים ומאפיינים נפשיים אשר היו קשורים אליהן מלכתחילה ואשר התפתחו מאז לידתן.

תהיה זו טעות לומר: "הכיצד יתכן שבחיים הרוחיים שאפתי לרכוש כשרים ונטיות, שעתה, בהיותם ברשותי, כלל אינם משביעים את רצוני?" אין זה משנה אם משהו משביע או לא משביע את רצון הנפש בעולם החושים. זו אינה הנקודה. לנפש יש, עבור שאיפותיה בעולם הרוח, נקודות-מבט שונות למדי מאלה שהיא מאמצת בחיי החושים. אופיים של הידיעה והרצון בשני העולמות שונה למדי. בחיים הרוחיים, אנו יודעים שלטובת האבולוציה הכוללת שלנו, אנו זקוקים לסוג מסוים של חיים בעולם הפיסי, שכאשר אנו מגיעים לשם הם עשויים להיראות לנפש לא-נעימים או מדכאים; עם זאת, אנו שואפים אליהם, מפני שבהוויית-הקיום הרוחית, איננו מעדיפים את מה שהינו חביב ונעים, אלא את מה שנחוץ עבור ההתפתחות הנכונה של ישותנו האינדיבידואלית.

הדבר זהה ביחס למאורעות החיים. אנו מתבוננים בהם ורואים כיצד הכנו בעולם הרוח מה שהינו הן לא-סימפטי והן סימפטי, וכיצד אנו עצמנו ליקטנו את הדחפים אשר גורמים להתנסויות המכאיבות והמשמחות בהוויית-הקיום הפיסית. אבל, גם אז אנו עשויים למצוא זאת לא-מובן שאנו עצמנו יצרנו מצב זה או אחר בחיים, כל עוד אנו רק חווים את עצמנו בעולם הפיסי. ברם, בעולם הרוח, הייתה לנו מה שאפשר לכנות תבונה על-חושית אשר הניעה אותנו לומר: "עליך לעבור את אותה התנסות לא-נעימה או מכאיבה, כי רק התנסות כזאת יכולה לקדם אותך צעד נוסף בהתפתחותך הכוללת." מנקודת-המבט של העולם הפיסי בלבד, בלתי-אפשרי להחליט כמה רחוק יכולים חיים מסוימים על-פני האדמה לקדם ישות האנושית באבולוציה הכוללת שלה.

לאחר שהתוודענו להוויית-הקיום הרוחית אשר קדמה להוויית-קיומנו הארצית, אנו רואים את הסיבות לכך שבחינו הרוחיים שאפנו לסוג מסוים של גורל עבור החיים הארציים הבאים. סיבות אלה מובילות חזרה לחיים ארציים מוקדמים יותר אשר התנהלו בעבר. באופיים של אותם חיים מוקדמים יותר, בהתנסויות שהיו והכשרים אשר נרכשו בהם, תלוי הרצון במהלך הוויית-הקיום הרוחית הבאה כדי לתקן התנסויות לא-תקינות ולפתח כשרים אשר הוזנחו, על-ידי חיים חדשים על-פני האדמה. בעולם הרוח אתם חשים עוול שעשיתם לישות אנושית אחרת כהפרעה בהרמוניה של העולם, ואתם מבינים את הצורך לפגוש את אותה ישות אנושית שוב על האדמה בחיים הארציים הבאים, כדי להיות מסוגל לייסד קשר כזה עמה ולתקן את העוול שעשיתם. במהלך ההתפתחות ההדרגתית של הנפש, טווח הראייה מתרחב על-פני סדרה שלמה של מחזורים קודמים של חיים ארציים. בדרך זו, אתם מגיעים באמצעות התבוננות לידיעה על ההיסטוריה האמיתית של חיי ה'אני' העילאי שלכם. אתם רואים שהאדם עובר את הוויית-קיומו הכוללת ברצף של מחזורי חיים על האדמה, ובין מחזורים חוזרים-ונשנים של חיים ארציים אלה, הוא עובר דרך מצבים רוחיים טהורים של קיום, הקשורים לחייו הארציים על-פי חוקים מסוימים.

כך, הידיעה על חיים חוזרים-ונשנים על האדמה מורמת אל תחום ההתבוננות. (כדי להימנע מטעות החוזרת על עצמה לעתים קרובות, תשומת-הלב מופנית לעובדה הבאה, המתוארת בצורה מלאה יותר בכתבים אחרים שלי. הוויית-הקיום כולה של אדם לא מתפתחת בחזרה אינסופית של מחזורי חיים. מתקיים מספר מסוים של חזרות, אך הן לפני התחלתם והן לאחר סיומם של סוגים שונים למדי של קיום מתגלים, וכל זה מתייצב בכוליותו כהתפתחות שחכמה נעלה מעבירה בהשראה.)

את הידיעה על מחזורים חוזרים-ונשנים של חיים ארציים אפשר לרכוש גם על-ידי התבוננות נבונה בהוויית-הקיום הפיסית. בספריי תיאוסופיה ו-מדע הנסתר בקווים כלליים וכן בכתבים מקיפים פחות שלי, נעשה ניסיון להוכיח התגשמות מחדש לאורך קווים כאלה של תבונה כפי שהם אופייניים לתורה המודרנית של האבולוציה במדעי הטבע. שם מוצג כיצד חשיבה ומחקר הגיוניים אשר עוקבים באמת אחר מחקר מדעי (ותוצאותיו) עד להשלכותיו, מוכרחים בהחלט לקבל את האידיאה של אבולוציה, המוצגת בפנינו על-יד מדע מודרני, במובן כזה המתייחס לישות האמיתית, לאינדיבידואליות הנפשית של האדם, כמשהו אשר מתפתח לאורך סדרה של מחזורי קיום פסיים המתחלפים עם מחזורי-ביניים של חיים רוחיים טהורים. ההוכחות המופיעות באותם כתבים יכולות כמובן להתפתח הרבה יותר עד כדי שלמות. אך, הדעה שלהוכחות בנושא זה יש בדיוק את אותו ערך מדעי כמו זה שבדרך-כלל מכונה הוכחה מדעית, אינה נראית לא-מוצדקת. אין שום דבר במדע של דברים רוחיים שבלתי-אפשרי לאשרו באמצעות הוכחות מאותו סוג. אך, כמובן, עלינו להודות בכך שלהוכחות מדעיות מבחינה רוחית שיש לאשרן יש קושי גדול יותר מאשר להוכחות של מדעי הטבע.

אין זה על חשבון ההיגיון המוגבל שלהן, אלא מפני שלנוכח הוכחות כאלה, האדם לא חש את אותן עובדות פיסיות המונחות ביסוד הדברים, אשר עושות את קבלתן של ההוכחות של מדעי הטבע, קלות כל-כך. אין לזה שום קשר להחלטיות התבונה עצמה. ואם אנו מסוגלים להשוות בתודעה בלתי-משוחדת את ההוכחות של מדעי הטבע לאלה אשר ניתנות בקווים מקבילים על-ידי מדע הרוח, ניווכח בקלות בקיומו של הכוח ההחלטי במידה שווה שלהן. כך, את הכוח של הוכחות כאלה אפשר להוסיף לזה שחוקר העולמות הרוחיים צריך למסור כתיאור של מחזורים עוקבים של חיים ארציים הנובעים מראייתו שלו עצמו. צד אחד יכול לתמוך בשני בעיצוב הכרה של אמיתותה של התגשמות מחדש של האדם שפשוט מבוססת על הבנה הגיונית. כאן, נעשה ניסיון להראות את הדרך אשר מובילה, מעבר להבנה מנטלית, אל ראייה על-חושית של התגשמות זו מחדש.

\*



# רשימת ספרים בהוצאת בדולח

רשימת הספרים בהוצאת בדולח מופיעה באתר:

<https://bdolah-books.wixsite.com/bdolah-books>