

RUDOLF STEINER

LAPSE
KASVATAMINE

Tekstide kogumik

PreMark

Original:
Rudolf Steiner
Der pädagogische Wert
der Menschenerkenntnis und
der Kulturwert der Pädagogik
4. Auflage, 1989
GA Bibliographie-Nr. 310

Gegenwärtiges Geistesleben
und Erziehung
5. Auflage, 1986
GA Bibliographie-Nr. 307

Die Kunst des Erziehens
aus dem Erfassen
der Menschenwesenheit
5. Auflage, 1989
GA Bibliographie-Nr. 311

Rudolf Steiner Verlag
Dornach/Schweiz

© PreMark 2018
Tõlkinud Sander Varik
Toimetanud Anneli Püibar
ISBN 978-9949-9910-2-0

SISUKORD

Saatesõna	7
Lapse kasvatamine vaimuteaduse vaatekohast	9
Gümnast, rector, doktor	38
Kasvatamise kunst	57
Rudolf Steineri märkused	131
Väljaandja märkused	133
Rudolf Steineri kogutud teosed	134

SAATESÕNA

Käesolev kogumik sisaldab Rudolf Steineri pedagoogikaalaseid tekste erinevatest ajajärgudest, alates esimesest publikatsioonist kuni viimase õpetajatele peetud kursuseni.

Kui Steiner avaldas 1907. aasta mais ajakirjas „Lucifer-Gnosis“ artikli „Lapse kasvatamine vaimuteaduse vaatekohast“, oli tal seljataga pikk pedagoogiline kogemus. Nooruses oli era- ja järeleaitamistundide andmine talle koguni elatusallikaks ja toeks oma haridustee finantseerimisel. Järgnevatel eluperioodidel tegutses ta samuti pedagoogiliselt mitmekülgsest, ning ka tema arvukad loengud ja kursused antroposoofilise vaimuteaduse selgitamisel ja propageerimisel olid paljuski kantud pedagoogilisest impulsist.

Samal aastal eraldi raamatuna avaldatud „Lapse kasvatamine vaimuteaduse vaatekohast“ on märgiline teos, milles Steiner visandas oma tulevase pedagoogika olulisemad lähtekohad ja põhimõtted. Need õnnestus tal realiseerida alles 12 aastat hiljem koos Emil Moltiga Waldorf-Astoria kooli rajamisel. Veel 1924. a Arnheimis peetud pedagoogilisel kursusel viitas Steiner sellele „väiksele raamatukesele“, mis sisaldab „tegelikult kogu pedagoogilist süsteemi“. Raamatu üks eripära on, et Steiner kasutas antroposoofilises seoses esimest korda väljendit „kasvatuskunst“ (10 aastat varem oli ta selles raamatus korduvalt mainitud Jean Pauli biograafiat kirjutades nimetanud teda „kasvatuskunsti õpetajaks“).

Kogumiku teine osa koosneb 6. augustil 1923 Inglismaal Ilkley'is ja 24. juulil 1924 Hollandis Oosterbeek-Arnheimis õpetajate suvekursustel peetud loengute väljavõtetest. Neis annab Steiner ajaloolise ülevaate erinevate ajastute kasvatusideaalidest ja -meetoditest ning viitab ühtlasi sellele, milliseid nõudmisi esitab pedagoogikale praegune ajajärg ning mil viisil püüab waldorfpedagoogika neile vastu tulla.

Kolmas, kõige mahukam osa sisaldab lühendatult 12.-19. augustini 1924 Inglismaal Torquay`is peetud viimast pedagoogilist kursust, mis kujutab elavalt ja rohkete näidetega, milline sisu ja meelsus on pedagoogikal, mis taotleb olla tõeline kasvatuskunst. Ühtlasi võtab see kursus kokku waldorfpedagoogika viie aasta kogemused ning arvukatel kursustel-loengutel esitatu.

Sander Varik

LAPSE KASVATAMINE VAIMUTEADUSE VAATEKOHAST

Nüüdisaegne elu peab küsitavaks nii mõndagi esivanematelt päranduseks saadut. Seetõttu ongi esile kerkinud nii palju meie ajale iseloomulikke probleeme ja nõudeid. Ja neid on palju, mis tänasest maailmast läbi vuhisevad: sotsiaalküsimus, naisküsimus, kasvatus- ja kooliküsimused, õigustealuslikud, tervishoiuküsimused jne. Nendega püütakse hakkama saada kõige erinevamate vahenditega. Loendamatult palju on neid, kes soovivad mitmesuguste retseptidega välja ilmudes üht või teist küsimust „lahendada“ või vähemalt lahendamisele kaasa aidata. Ja seejuures pääsevad maksvusele inimliku häälestuse kõikvõimalikud varjundid: radikalism oma revolutsioonilise käitumisega, mõõdukus, mis olemasolevast lugu pidades soovib sellest uut arendada, ning konservatism, mis satub kohe ärevusse, kui puudutakse midagi vanadest korraldustest ja traditsioonidest. Ja nende põhimeeleolude kõrval esineb kõikvõimalikke vaheastmeid.

Kes on võimeline heitma elule sügavamat pilku, see ei pääse kõigi nende nähtuste puhul tundest, et meie ajal lähenetakse inimeste ette seatud nõuetele tihti puudulike vahenditega. Paljud soovivad reformida elu, ilma selle aluspõhju tegelikult tundmata. Kes tahab teha ettepanekuid, missugune peaks olema tulevik, see ei tohi rahulduda üksnes elu pinnapealse tundaõppimisega, vaid peab tungima selle sügavustesse.

Kogu elu on kui taim, mis ei kanna endas üksnes silmale nähtavat, vaid peidab oma varjatud sügavustes veel ka tulevikuseisundit. Kes vaatleb taime, mis kannab alles lehti, teab väga hästi, et mõne aja pärast tekivad lehtikandval varrel ka õied ja viljad. Varjatud kujul sisalduvad taimes juba praegu nende õite ja viljade alged. Kuidas saab keegi öelda, milline on nende organite tulevane kuju, kui ta tahab

uurida taime puhul vaid seda, mis on praegu silmale nähtav. Seda suudab öelda ainult inimene, kes on õppinud tundma taime olemust.

Ka kogu inimelu sisaldab endas tulevikualgeid. Et aga selle tuleviku kohta midagi öelda, tuleb tungida inimese varjatud loomusesse. Ent meie ajal puudub selleks õige kalduvus. Tegeldakse üksnes pinnapealselt ilmnevaga ja usutakse jõudvat ebakindluse, kui tuleb tungida sinna, mis pole välisvaatlusele kättesaadav. Taime puhul on asi mõistagi oluliselt lihtsam, sest teatakse, et sarnased taimed on juba varemgi õisi ja vilju kandnud. Inimelu on aga ainukordne ja õisi, mida ta tulevikus kandma hakkab, pole enne nähtud. Sellegipoolest on need inimeses algetena olemas, samuti nagu õied praeguses lehtikandvas taimes.

Ja tuleviku kohta on võimalik midagi öelda, kui tungida läbi inimloomuse pealispinna kuni tema olemuseni. Tänapäeva erinevad uuendusideed saavad olla ainult siis tõeliselt viljakad ja praktilised, kui nad lähtuvad inimelu sügavamast uurimisest.

Kogu oma kalduvuse kohaselt peab vaimuteaduse ülesanne olema pakkuda inimelu olemust hõlmavat praktilist maailmakäsitlust. Oluline pole, kas sellel, mida tänapäeval tihtilugu vaimuteaduseks nimetatakse, on õigus niisugust nõuet esitada. Küsimus on palju rohkem vaimuteaduse olemuses ja selles, milline ta niisugusest olemusest lähtuvalt saab olla. Vaimuteadus ei pea olema mingi hall teooria, mis rahuldab pelgalt tunnetuslikku uudishimu, ega ka mitte abinõu mõnede inimestele, kes ihkavad egoistlikult endale kõrgemat arenguastet, vaid ta saab olla kaastöötaja tänapäeva inimkonna tähtsaimate ülesannete juures ja tema heaolu arendamisel.¹

Vaimuteadus peab muidugi arvestama, et võttes endale niisuguse missiooni, saab ta kuulda mitmesuguseid vastuväiteid ja kahtlusi. Selliseid kahtlusi toovad esile nii iga eluala radikaalid, mõõdukad kui ka konservatiivid, sest olles oma eeldustega kaugel igasugusest parteilisest askeldamisest, ei saa ta esialgu olla ühegi partei meele järgi.

Need eeldused põhinevad nimelt ainuüksi tegelikul elutunnetusel. Sest kes elu tunneb, püstitab oma ülesanded vaid elust enesest lähtudes ega sea üles ühtki meelevaldset programmi, sest teab, et tulevikus valitsevad samad elu põhiseadused nagu praegugi. Seetõttu jõuab vaimuteadus vältimatult olemasoleva respekteerimiseni. Leidku ta selles kuitahes palju parandamist nõudvat – ta suudab näha olemasolevas tuleviku algeid. Kuid ta teab ka, et kõiges saavas on peidus kasv ja areng, ning seetõttu saavad talle olevikulisel nähtavaks muundumise ja kasvu alged. Ta ei leiuta programme, vaid loeb need välja olemasolevast. Ja väljaloetu muutub selles peituva arenguloomuse tõttu teatud mõttes ise programmiks.

Just seepärast peabki vaimuteaduslik inimolevusse süvenemine pakkuma kõige viljakamaid ja praktilisemaid abinõusid kaasaja oluliste eluküsimuste lahendamiseks.

Selles kirjutises püütakse seda teha kasvatusküsimuse osas, seadmata üles nõudmisi ja programme, vaid kirjeldades lihtsalt lapse loomust. Kasvatuslikud seisukohad tulenevad justkui iseenesest kujuneva inimese olemusest.

Kui tahetakse tunnetada kujuneva inimese olemust, siis tuleb üldse lähtuda inimese varjatud loomuse vaatlusest.

Mida meelelise vaatlusega inimese juures tundma õpitakse ja mida materialistlik elukäsitus ainsana inimese olemuses tunnustab, see on vaimu-uurimisele vaid inimloomuse üks osa, üks liige, nimelt füüsiline keha. Füüsiline keha allub samadele füüsilise elu seadustele, koosneb samadest ainetest ja jõududest nagu kogu ülejäänud niinimetatud elutu maailm. Vaimuteadus ütleb seetõttu, et inimesel on füüsiline keha ühiselt kogu mineraaliriigiga. Ja ta tähistab inimese füüsilise kehana ainult seda, mis samu aineid samasuguste seaduste järgi kokku segab, ühendab, kujundab ja lagundab, ning mis ka mineraalimaailma ainetena samade seaduste järgi toimivad.

Lisaks füüsilisele kehale tunneb vaimuteadus inimeses veel teist olemusliiget, elukeha ehk eeterkeha. Füüsik ärgu põrkugu eemale

nimetusest „eeterkeha”. „Eeter” tähendab siin midagi muud kui füüsika hüpooteetiline eeter. Võetagu seda lihtsalt kui nimetust järgnevalt kirjeldatavale.

Eeterkehast rääkimist peetakse juba mõnda aega ülimalt ebateaduslikuks tegevuseks. 18. sajandi lõpul ja 19. sajandi esimesel poolel polnud see igatahes ebateaduslik. Tollal räägiti, et mineraalides tegutsevad ained ja jõud ei suuda iseenesest end elusolendiks kujundada. Elusolendis peab toimima veel üks eriline jõud, mida nimetati elujõuks. Kujutleti umbes nii, et taimes, loomas, inimeses tegutseb ja põhjustab elunähtusi selline jõud nagu magnetis mõjuv magnetiline külgetõmbejõud. Järgnenud materialistlikul ajal lükati see ettekujutus kõrvale. Siis öeldi, et elusolend ehitab end üles samal viisil kui niinimetatud elutu; et organismis valitsevad samad jõud nagu mineraalis; kuid nad tegutsevad komplitseeritumalt; nad ehitavad üles keerukama vormi. Praegusajal eitavad elujõudu üksnes kõige jäigemad materialistid. Terve rida loodusteadlasi on väljendanud mõtet, et midagi elujõu või eluprintsiibi taolist tuleb siiski aktsepteerida.

Nii läheneb uuem teadus teatud mõttes sellele, mida elukeha kohta ütleb vaimuteadus. Siiski on nende vahel tuntav erinevus. Tänapäeva teadus jõuab teatud laadi elujõu tunnistamiseni mõistuslikult meelelise taju tõsiasju kaaludes. See pole aga tegeliku uurimise tee, millest lähtub vaimuteadus ja mille tulemustest pärinevad tema ütlused. – Kunagi pole liigne viidata, kuidas vaimuteadus ses punktis erineb nüüdisaja üldlevinud teadusest. Viimasele on kogu teadmise aluseks meelegogemus, ning kõike, mis ei põhine sellel, ei pea ta teadmise vääriliseks. Ta teeb oma otsused ja järeldused meelemuljete põhjal. Sellest kaugemale mineva lükkab ta tagasi ning ütleb, et see jääb teispoole inimtunnetuse piire. Vaimuteaduse jaoks sarnaneb niisugune vaade pimedaga, kes tahab tunnistada ainult käega katsutatavat ja kompamise põhjal järelduvat, ning kes lükkab nägija ütlused kui väljaspool inimese tunnetusvõimalusi

asuvad tagasi. Sest vaimuteadus näitab, et inimene on arenemisvõimeline, et ta võib uute organite väljaarendamisega saavutada pääsu uutesse maailmadesse. Nii nagu pimedat ümbritsevad värvid ja valgus, mida ta ei saa aga tajuda, sest tal puuduvad selleks organid, nii selgitab vaimuteadus, et inimese ümber on palju maailmu ja ta saab neid tajuda, kui vaid kujundab välja selleks vajalikud organid. Nagu opereeritud pimedale avaneb uus maailm, nii võib inimene kõrgemate organite väljaarendamisega õppida tundma veel täiesti teistsuguseid maailmu kui need, mida tavameeled tal esialgu tajuda võimaldavad. Kas kehaliselt pimedat saab opereerida või mitte, sõltub tema organite seisukorrast; kuid need kõrgemad organid, mille abil inimene võib tungida kõrgematesse maailmadesse, on algenähtavad igas inimeses. Neid võib arendada igaüks, kellel on kannatust, püsivust ja energiat rakendada enda puhul meetodeid, mida on kirjeldatud raamatus „Kõrgema tunnetuse saavutamine”.² Nii ei väida vaimuteadus üldsegi, et inimese organisatsioon seab tunnetusele piirid, vaid ütleb, et inimesele on olemas niisugused maailmad, mille jaoks tal on olemas tajuorganid. Ta räägib ka vahenditest, millega neid piire laiendada. – Nii on see ka elu- ehk eeterkeha uurimisel ja kõigi järgnevalt kirjeldatavate inimloomuse kõrgemate liikmete puhul. Ta nõustub, et füüsiliste meeltega on uuritav üksnes füüsiline keha ning et niisugusest seisukohast saab millegi kõrgema peale tulla parimal juhul vaid järelduste abil. Kuid samas annab vaimuteadus teada, kuidas end avada maailmale, milles need inimloomuse kõrgemad liikmed vaatlejale samamoodi nähtavale ilmuvad nagu värvid ja valgus pimedana sündinule pärast operatsiooni. Neile, kes on oma kõrgemad tajumisorganid välja arendanud, on eeter- ehk elukeha vaatluse ning mitte üksnes mõistusliku tegevuse ja lõppjärelduse objektiks.

Eeterkeha on inimesel ühiselt taimede ja loomadega. Tema mõjul tekivad füüsilise keha ainetest ja jõududest kasvu, soojätkamise, kehamahlade sisemise liikumise ning muud ilmingud. Ta on niisiis

füüsilise keha ülesehitaja ja kujundaja, selle elanik ja arhitekt. Seepärast võib ka füüsilist keha nimetada elukeha jäljendiks või avalduseks. Kuju ja suuruse poolest on need mõlemad inimese puhul ligilähedased, kuid mitte sugugi täiesti sarnased. Loomade ja veel enam taimede eeterkeha erineb aga kujult ja suuruselt füüsilisest kehast märgatavalt.

Inimolevuse kolmas liige on niinimetatud aisting- ehk astraalkeha – valu, rõõmu, tungide, ihade, kirgede jne kandja. Kõik see puudub olevusel, kes koosneb üksnes füüsilisest ja eeterkehast. Kõike eelnimetatud võime võtta kokku sõnaga aisting. Taimel aisting puudub. Kui meie ajal järeldab mõni õpetlane taimede teatud aistinguvõimelisust tõsiasjast, et on taimi, mis reageerivad ärritusele liigutustega või muul viisil, siis ta vaid näitab, et ei tunne aistingu olemust. Oluline pole nimelt, kas olend reageerib välisele ärritusele, vaid eelkõige, kas väline ärritus peegeldub sisemise protsessina nagu rõõm, valu, tung, iha jne. Kui sellest kinni ei peeta, siis oleks õigustatud ka väita, et sinisel lakmuspaberil on aisting teatud ainete suhtes, sest ta muutub kokkupuutel nendega punaseks.³

Aistingkeha on inimesel ühiselt üksnes loomamaailmaga. See keha on niisiis aistinguelu kandja.

Ei tohi langeda teatud teosofiilistes ringkondades levinud eksi- arvamuse ohvriks, et eeterkeha ja aistingkeha koosnevad lihtsalt peenematest ainetest, kui on füüsilises kehas olemas. See tähendaks nende inimloomuse kõrgemate liikmete materialiseerimist. Eeterkeha on jõukuju; ta koosneb tegutsevatest jõududest, mitte aga ainetest; ning astraal- ehk aistingkeha koosneb liikuvatest, värvilistest, säravatest piltidest.⁴

Astingkeha erineb füüsilisest kehast vormi ja suuruse poolest. Inimese puhul on ta pikliku muna kujuline ning selle sisse on paigutatud füüsiline ja eeterkeha. Ta ulatub neist mõlemast igas suunas valguspildikujuna väljapoole.

Inimesel on veel neljas, teistel maistel olevustel puuduv liige. See on inimese mina kandja. Sõna „mina“, nagu see on näiteks käibel saksa keeles, on nimi, mis erineb kõikidest teistest nimedest. Kes selle nime olemuse üle kohasel viisil järele mõtleb, sellele avaneb ühtlasi ka juurdepääs inimolemuse tunnetamisele. Iga teist nime võivad kõik inimesed samal viisil vastava asja puhul kasutada. Lauada võib igaüks lauaks, tooli tooliks nimetada. Sõna „mina“ puhul pole see nii. Seda ei saa mitte keegi kasutada kellegi teise nimetamiseks, igaüks saab minaks nimetada ainult iseennast. Nimi „mina“ ei saa mu kõrvu kosta kunagi teisiti, kui iseenda nimetamiseks. Kui inimene ennast minaks nimetab, peab ta endas iseennast nimetama. Olevus, kes võib öelda enda kohta „mina“, on maailm omaette. Vaimuteadusele rajatud religioonid on seda alati tundnud. Seepärast on nad öelnud, et „minaga“ hakkab Jumal, kes madalamate olevuste puhul ilmu- tab end vaid väljastpoolt ümbruse ilmingutes, rääkima sisemuses. Kirjeldatud võime kandja on mina-keha, inimolevuse neljas liige.⁵

See mina-keha on kõrgema inimhinge kandja. Tema läbi on inimene maapealse loomingu kroon. Mina pole aga tänapäeva inimeses sugugi lihtne olevus. Tema loomust saab tunnetada, kui võrrelda erinevatel arenguastmetel olevaid inimesi. Kõrvutagem harimata metsinimest keskmise eurooplasega ning viimast jällegi kõrgeltarenenud idealistiga. Kõigil neil on võime öelda enda kohta „mina“; neil kõigil on olemas mina-keha. Harimata metsinimene kuuletub selle minaga aga oma kirgedele, tungidele ja ihadele pea- aegu nagu loom. Kõrgemalt arenenud inimene lubab endal teatud kalduvustele ja himudele kuuletuda, teisi ta ohjeldab ning hoiab tagasi. Idealist on algsete kalduvuste ja kirgede juurde kujundanud kõrgemad ja nimelt seeläbi, et mina on inimolemuse teiste liikmete kallal töötanud. Ja mina ülesanne seisnebki selles, et ta endast läh- tuvalt õilistab ja puhastab teisi liikmeid.

Nii on inimesel, kes on tõusnud kõrgemale seisundist, kuhu teda on asetanud väline maailm, alamad liikmed mina mõjutusel

rohkem või vähem muudetud. Selles seisundis, kus mina inimeses välgatab ja seetõttu loomast kõrgemale tõuseb, sarnaneb ta oma alamate liikmete poolest veel loomaga. Tema eeter- ehk elukeha on üksnes elavate kujundusjõudude, kasvu ja soojätkamise kandja. Tema aistingkeha väljendab vaid välise looduse poolt esile kutsutud tunde, ihasid ja kirgi. Kui inimene üksteisele järgnevate elude ehk kehastuste jooksul sellelt astmelt ikka kõrgematele arenguastmetele tõuseb, siis töötab mina teised liikmed ümber. Nii muutub aistingkeha puhastatud rõõmu- ja kurbusetunnete, täiustatud soovide ja ihade kandjaks. Ja ka eeter- ehk elukeha kujuneb ümber. Ta muutub harjumuste, püsikalduvuste, temperamendi ja mälu kandjaks. Inimesel, kelle mina pole veel tema elukeha kallal töötanud, puuduvad mälestused kogetud elamustest. Ta elab end välja nii, nagu see looduse poolt on talle sisse pandud.

Kogu kultuuri areng on inimestele selline mina töö oma alamate liikmete kallal. See töö ulatub kuni füüsilise kehani. Mina mõjutusel muutub näoilme, muutuvad liigutused, füüsilise keha välimus.

On võimalik vahet teha, kuidas erinevad kultuurilised ja hariduslikud abinõud mõjuvad inimolevuse üksikutele liikmetele ka erinevalt. Harilikud kultuuritegurid mõjutavad aistingkeha; nad lisavad sellele algsega võrreldes teist liiki rõõmu, kurbust, tunde jne. Kunstiteostesse süvenemine mõjutab eeterkeha. Kui inimene saab kunstiteose kaudu aimu millestki kõrgemast ja õilsamast kui see, mida meeleline ümbrus pakub, siis kujundab ta ümber oma elukeha. Eeterkeha puhastamise ja õilistamise võimas abinõu on religioon. Usulistel impulssidel on seetõttu inimkonna arengus suurejooneline missioon.

Südametunnistuseks nimetatav pole muud, kui töö tulemus, mida mina on elukeha kallal kehastuste jooksul teinud. Kui inimene jõuab arusaamiseni, et ta ei pea seda või teist tegema, ja kui see arusaam avaldab talle nii tugevat mõju, et tungib kuni eeterkehani, siis tekib nimelt südametunnistus.

Mina töö alamate liikmete kallal võib olla kas rohkem tervele inimsoole omane või siis täiesti individuaalne, üksiku mina saavutus enda juures. Esimesel juhul töötab inimese ümbermuutmisel teatud mõttes kaasa kogu inimsugu, viimane aga peab põhinema täielikult mina enda tegevusel. Kui mina muutub nii tugevaks, et töötab omaenda jõul ümber aistingkeha, siis võib sel viisil mina poolt aisting- ehk astraalkehast tehtavat nimetada vaimiseks (orientaalse väljendusviisi järgi *Manas*). See ümberkujundamine põhineb peaauglikult õppimisel, sisemise elu rikastamisel kõrgemate ideede ja vaadetega. – Ent inimese mina saab talle omases töös oma olemuse kallal tõusta veel kõrgemale. See toimub siis, kui rikastatakse mitte üksnes astraalkeha, vaid kujundatakse ümber eeter- ehk elukeha. Inimene õpib elus nii mõndagi ja kui ta mingist punktist oma elule tagasi vaatab, võib ta öelda, et on palju õppinud; kuid temperamendi, iseloomu muutmise, mäluomaduste muutmise saab ta rääkida palju vähemal määral. Õppimine mõjutab astraalkeha, eelmainitud muutused mõjutavad seevastu eeter- ehk elukeha. Pole üldsegi vale pilt, kui astraalkeha muutumist elu jooksul võrreldakse kella minutiosuti ja elukeha ümberkujunemist tunniosuti liikumisega.

Kui inimene astub kõrgema ehk niinimetatud salakoolituse teele, siis on eelkõige tähtis, et ta hakkab mina jõududega ümber kujundama elukeha. Ta peab täiesti teadlikult ja individuaalselt töötama oma harjumuste, temperamendi, iseloomu, mälu jne muutmise kallal. Nii palju, kui ta sel viisil oma elukeha ümber töötab, sama palju muundab ta selle vaimuteaduslikus tähenduses eluvaimuks (orientaalse väljendusviisi järgi *Budhi*).

Veel kõrgemal astmel jõuab inimene selleni, et saavutab jõu, mille abil ta saab ümber kujundada oma füüsilist keha (näiteks vereringvoolu, pulssi). Nii palju, kui füüsiline keha on sel viisil ümber kujundatud, nimetatakse teda vaiminimeseks (orientaalses mõistes *Atma*).