

Slnko prijíma duchovnosť človeka

Meditáciu 28. a 29. decembra 2017 uviedol Heinz Grill tím, že má zmysel ostávať pri jednej téme niekoľko dní. Rovnako ako pri predošlých meditáciách, aj teraz uviedol, že je dôležité prekonať materialistický obraz sveta. V dnešnej materialistickej dobe človek napríklad vychádza z toho, že Slnko vyžaruje svetlo a teplo. V skutočnosti je to však tak, že človek svojím duchom predstavuje počiatok. Tvorivá sila človeka vyživuje Slnko a Slnko v podobe svetla a tepla opäť vysiela tieto sily späť. V tomto zmysle existuje aktívny vzťah medzi človekom a vesmírom.

Prečo sa svetlo mení? Pred mnohými rokmi bolo svetlo celkom iné, než dnes.

Meditácia tu nie je chápaná ako relaxačná technika, pri ktorej sa pomocou sugescie preniesieme do príjemného stavu. Meditácia, ako ju robíme v „Novej jogovej vôli“, spočíva v aktívnom zaoberaní sa myšlienkami alebo prípadne nejakým iným objektom.

Sugescia a jej sugestívne vzorce musia naozaj byť prekonané. Príklad sugescií:

Američan je dobrý, Rus je zlý.
Izraelčania boli vždy obeťami Palestíncov.
Reklama
Telo je ťažké.

Priviesť správny a ozajstný poriadok do týchto informácií nie je jednoduché. Keď porovnáme sugesciu s myšlienkou, ktorá je konkrétna, môžeme zistiť základný rozdiel v nasmerovaní. Sugescia s človekom niečo urobí, pôsobí na človeka zvonku a spôsobuje určitý, zväčša príjemný pocit. Človek vlastne nemusí vôbec nič robiť, ostáva pasívny. Protikladom je aktívny prístup k myšlienke. Myšlienku musíme dostatočne pozorovať, spoznávať, dokonca naozaj si k nej vybudovať vzťah, aby sa po určitom čase rozvinul cit pre pravdu.

Táto aktivita, kedy sa myšlienky nie iba jednoducho preberajú, ale sa nimi človek zaoberá a buduje si vo vzťahu k nim logické obrazy, je aktivitou, ktorá je potrebná pri meditácii. Pokiaľ pri sugescii okamžite vznikne s výpoveďou jednota, pri myšlienke najskôr vznikne dualita. Človek sa postaví zoči voči myšlienke. A udržiavať koncentráciu pri pozorovaní myšlienky nie je v žiadnom prípade nejakým druhom uvoľnenia, ale je veľkou výzvou, aj skutočným zápasom, aby to, čo vyrušuje a odvádza pozornosť, ustúpilo a aby bola udržaná koncentrácia na objekt alebo myšlienku.

Výsledkom je vzrastajúca schopnosť rozlišovania a tiež zvýšené vedomie. Prekonanie sugescií je podstatným cieľom nie iba kvôli meditácii, ale aj pre celý život a pôsobí posilňujúco na nervový systém ako aj na imunitný systém.

Myšlienka, že človek svojím duchom vyživuje Slnko a Slnko posiela svetlo späť, bola obsahom meditácie počas oboch dní.

Caterina (voľné zhrnutie)