

Teplo je kozmický element

Napísal Administrator

Pondelok, 26 Október 2020 09:35 - Posledná úprava Pondelok, 26 Október 2020 13:57

Teplo je kozmický element

Na začiatku meditácie 15. februára 2020 hovoril Heinz Grill o pozícii sedu pri meditácii, ktorá podľa starého indického učenia nemá byť ani príliš vysoko, ani príliš nízko. Rôzne polohy sedu, napríklad na päťach alebo so skríženými nohami alebo v lotose, sprostredkujú rozličné citové vnemy a Indovia ich kedysi dokázali rozlišovať. Lotosový sed je pre meditáciu ideálnou pozíciou, umožňuje vzpriamený chrbát, voľnú hlavu a chodidlá ukazujú nahor k vesmíru, lebo meditácia znamená obrátenie sa ku kozmickému.

Ako objekt meditácie sme zvolili pojem teplo a vykonali sme štyri fázy meditácie, kde každá trvala 2 minúty. Dalo sa zažiť, ako sa v priebehu toho pojem teplo rozšíril. Pri prvej fáze meditácie vychádzali prítomní účastníci zo subjektívnej interpretácie, lebo každý mal svoj vlastný obraz alebo pocit o teple, napríklad Slnko, zdroj energie, oheň atď.

V nasledovnom kroku sme tieto známe asociácie a pocity nechali odísť preč a iba slovo „teplo“ sme vzali do koncentrácie, aby mohlo byť pridané ešte niečo nové zo slova samotného.

Pri 3. meditácii sme k pojmu pribrali ešte otázku. Otázka znela: „Odkiaľ pochádza teplo?“ Normálne takúto otázku nemyslíme. Vo vede je jasné, že teplo pochádza od Slnka alebo od ohňa. Ale tu by sme chceli bližšie preskúmať pôvod fenoménu. „Čo je zdrojom tepla?“

Teplo Slnka alebo ohniska je výsledkom väčšieho procesu. Dom môžeme pociťovať ako teplý aj bez horiaceho ohniska, a síce kvôli atmosfére, ktorá v dome panuje. Tak je to nakoniec človek, ktorý dokáže vytvárať teplé alebo aj chladné prostredie. Z tohto pohľadu teplo nie je napokon fyzickým, ale kozmickým elementom. Veta pre štvrtú meditáciu znela: „Teplo je kozmickým elementom.“ Môžeme povedať, že človek svojou tvorivou silou, alebo inak povedané, svojím duchom dokáže tvoriť teplo a z tohto dôvodu je teplo výsledkom ducha.

[Podujatia s Heinzom Grillom](#) < späť