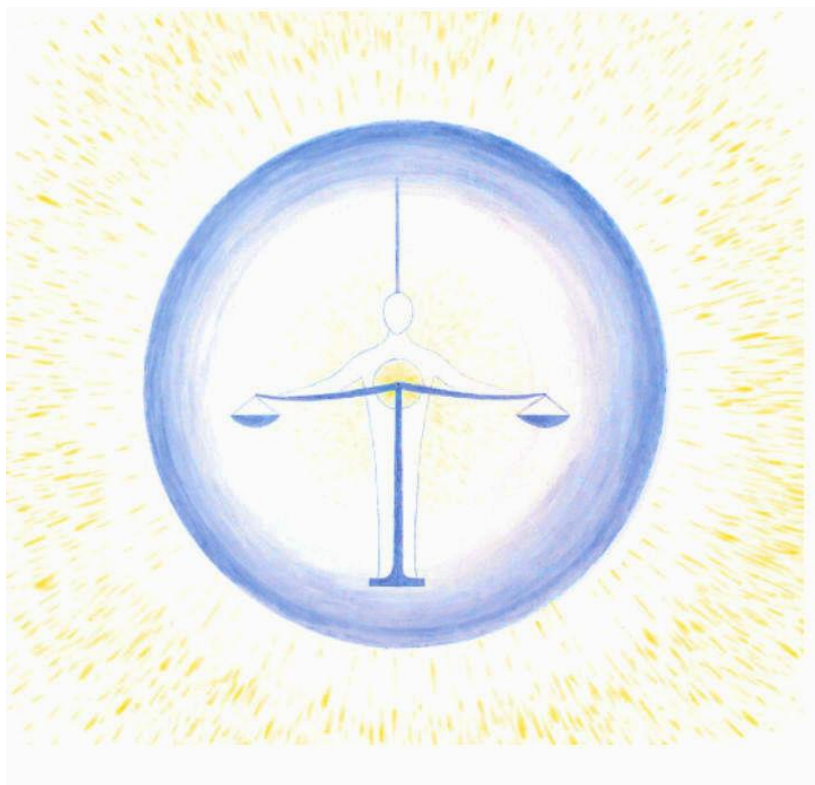


Výhľad na rok 2026 – 4. časť

Zdravie v roku 2026

Článok Heinza Grilla uverejnený 1. januára 2026 na jeho stránke po nemecky: <https://heinz-grill.de/lebenskraft-erschöpfung-entzuendung-ursachen-gesundheit-2026/>



Kresba: Andrea Partheymüller a Angelika Gigauri.

Zdravie sa obrazne javí ako vysoko citlivá váha. Akonáhle je jedna strana neprimerane zaťažená, druhá sa ako pierko vymršťí nahor.

Zdravotné predpoklady pre rok 2026 sú vyladené veľmi jemne. Skoro každý jednotlivec si musí veľmi čo najstarostlivejšie plánovať aktivity, aby zdravotné podmienky ostávali do istej miery stabilné.

V nasledujúcich mesiacoch bude dôležitá vlastná aktivita ja. Rastúcou mierou sa prebudí vedomie, že zdravie nie je len záležitosťou náhody, ale že závisí v značnej miere od vlastného postoja, od myšlienkových hnutí, od progresívneho vývoja, radosti zo životných cieľov a mnohokrát od zdravej dychovej a pohybovej aktivity.

Dychové a pohybové terapie budú preto budúci rok predstavovať centrálny stavebný kameň, ktorý bude sprevádzať opatrenia školskej medicíny. Dôležitý význam nadobudnú kurzy jogy. V športe a pri pohybových aktivitách sa ľudia budú radi zhromažďovať, a to práve kvôli prínosu pre zdravie. Pohybový život získa do budúcnosti veľký podnet.

Čo žije vo vesmíre ako zdravotný potenciál?

Rovnako ako na ostatných úrovniach bytia, aj vo hviezdach alebo v kozmickej realite sa ukazujú dva veľmi veľké silové prúdy. Jednou z týchto jemnejších realít je éterická

svetelná sila, ktorá vo veľkej miere prebúdza radosť zo života vzťahov a motivuje ľudí k záujmu a činorodosti.

Druhá kozmická postava nie je v éteri, ale v astrálnej skutočnosti. Vyzerá ako utlmená, bez komunikácie, príťažlivá, relatívne jasná, ale bez svetla. Spôsobuje nepríjemnú únavu ľudstva. Mnohí budú unavení, budú sa cítiť akoby bez síl a následne chorľavieť.

V nadchádzajúcom roku sa obzvlášť výrazne prejaví nervové podráždenia a všeobecné vyčerpanie nervového systému. Zmyslový život zoslabne, a takisto mnoho ľudí bude trpieť problémami so zrakom a sluchom.

Prognóza vlekých zápalových procesov, žiaľ, nie je veľmi dobrá. Nadchádzajúci rok bude pôsobiť ako neprestajne tlejúca vírusová infekcia. Lymfatický systém bude mimoriadne vyzývaný k obranným funkciám, a preto je preťažený. Lymfómy nebudú zriedkavé. V dôsledku týchto vnútorných, tlejúcich, zápalových stavov sa zvyšuje výskyt rakoviny a vyžaduje si to dlhodobú liečbu, aby bolo vôbec možné zabezpečiť prežitie.

Zdá sa, že obraz určitej choroby, ktorý akoby znovu povstáva, bude v roku 2026 čoraz viac pôsobiť. Ide o určitý druh asociálnosti s nedostatkom vhladu, zatvrdnutosťou a trvaním na vlastnej realite. Ľudské vedomie nadobúda črty zámernej uzavretosti voči objektívnym pravdám a pre človeka zvonku, ktorý by chcel nadviazať vzťah, sa javí ako nedosiahnuteľné. Nie je to však forma schizofrénie, ale skutočne akási psychická uzavretosť, zatvrdnutosť alebo, inými slovami, emocionálna subjektívna strnulosť.

Väčšina ľudí bude v sebe vyciťovať rovnováhu zdravia a veľmi rýchlo si všimne, ako sa im na jednej strane zhoršuje stav, napríklad prostredníctvom nesprávnych predstáv alebo unáhlených vývojových krokov s emocionálnym pozadím, a na druhej strane rozpozna, ako môže budovať svoje zdravie prostredníctvom priaznivej predstavivosti, formovania vedomia a cielených pracovných krokov prekračujúcich hranice.

Pre zdravie a pre to, aby jednotlivec pocítil skutočne povzbudivé budujúce posilnenie svojho tela a psychiky, by boli dôležité pravidelné aktivity prekračovania hranice. Malé výlety, horské túry alebo krátky, studený kúpeľ nemôžu túto požiadavku samy o sebe splniť. Jednotlivec potrebuje pre svoje zdravie a sceľujúce posilnenie veľký cieľ, ktorý mu dodá skutočnú novú silu. Vo vyčerpávajúcich dňoch sa tieto kroky zdajú nemožné, ale napriek tomu by sa kvôli zdraviu mali včas pripraviť.

Veľmi zaťažujúco pôsobia mnohé sugescie, ktoré sú na človeka vrhané. Tvorí sa tým akýsi presun energie. Mediálny systém a všeobecne politický systém sa tak vyživujú na úkor ľudí. Ľudia vynakladajú veľmi veľa energie na rôzne systémy, ktoré sa stali úplne neefektívnymi. Vyčerpanie teda nespočíva len v individuálnej dispozícii, ale aj na vplyvoch, ktoré kolektív vyvíja na človeka.

Veľká zdravotná záťaž vzniká taktiež z množstva machinácií, ktoré sa odohrávajú na Ukrajine. Ľudia už nedokážu ľahko zvládať lži, ktoré prináša konflikt v tejto krajine. Keďže vnútorné udalosti zostávajú takmer u každého človeka nespracované, vyvíjajú sa jemné procesy arteriosklerózy, ktoré vyvolávajú procesy stvrdnutia v srdcovo-cievnom systéme. Tieto ťažkosti môžu byť mnohokrát kompenzované aktiváciou pohybu. Napriek tomu si v roku 2026 mnoho ľudí uvedomí, že musia znovu prehodnotiť svoje názory a stav vedomia, aby sa nezapojili do prúdu príťažlív.

Žiaľ, počasie v Nemecku bude veľmi často škodlivo pôsobiť na zdravie. Svetelná sféra je v dôsledku straty obsahového myslenia preplnená akýmsi zahalením. Meteorologické podmienky už aj v minulom roku veľmi oslabovali životnú silu ľudí.

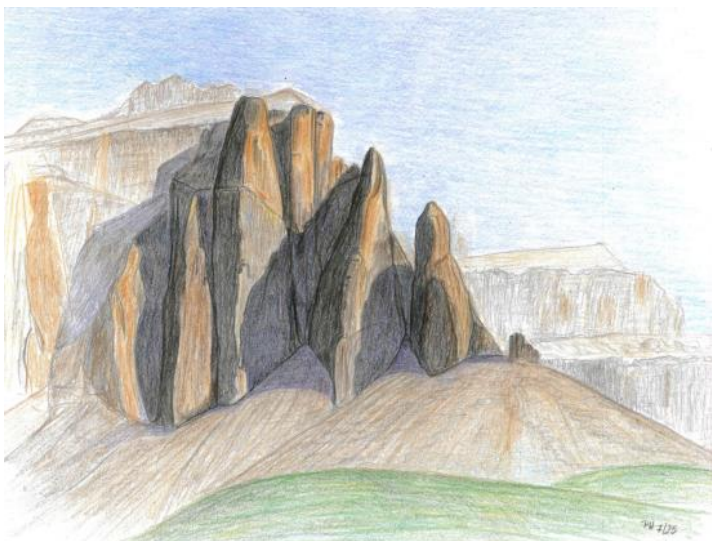


Ráno 27.12.2025 sa pri pohľade z Naone na horský masív Adamello ukázala senzibilná sféra svetla.

Foto: Ulrikka Sinzinger



Vchod do zdravotného strediska v Lunde. V tejto budove sa používajú hypertermia a iné liečebné postupy proti rakovine. Špirála zobrazuje živý pohyb, ktorý harmonicky ladí s klenbou.



Tri veže Sellatürme nad údolím Grödnertal. Horolezectvo v jednoduchých formách podporuje zdravie a rozvíja prirodzený pohybový život. Jednoduchým cvičením predstavivosti by bolo aj študovanie obrysov

*veží a potom ich mentálne skicovanie, aby sa formotvorné sily v človeku mohli lepšie rozvinúť. Samotné hory a zaoberanie sa nimi zvyšujú formotvorné sily.
Kresba od Petry Himmel*



Klíma počas Dní umelcov bola veľmi zdravá, kozmos voľný, životné éterické sily skoncentrované. Neboli žiadne zlé dni. Tajomná mágia medzi človekom a prírodou zvlášťne prejavila nasledovným spôsobom: Počiatočné dni v decembri, keď sa nepracovalo, a dokonca aj prvé úvodné akcie strávili účastníci v hustej hmle. Keď sa vyvinuli prvé poznatky o duchovných súvislostiach sveta, hmla sa okamžite rozplynula a slnko už viac neopustilo seminár.

Foto: Ulrike Sinzinger