Duchovné liečenie a jeho praktické uplatnenie v živote – 4. časť

Článok Heinza Grilla uverejnený 27. júna 2023
na jeho stránke
po nemecky: https://heinz-grill.de/lebenskraft-waerme/
po slovensky: https://heinz-grill.de/sk/vitalita-teplo/

Desať učebných krokov na rozvinutie životnej sily utvárajúcej teplo

Ohnivý alebo tepelný éter je jedinečná kozmická sila a keď začne pôsobiť, účinkuje liečivo proti degeneratívnemu bujneniu buniek, pretože v tejto jemnej éterickej sile žije schopnosť usporadúvať najvnútornejšie metabolické procesy a schopnosť prenikať do nich. Má organizujúci a formotvorný význam. Preniká bez rozpaľovania, oživuje bunky ako jemné olemovanie. Práve pre súčasnú dobu, v ktorej dochádza k mimoriadne veľkému množstvu patologických procesov, ktoré generujú karcinogénny rast, sa zdá dôležité, aby jednotlivec pochopil a aplikoval zákony, podľa ktorých môže byť toto kozmické teplo zmysluplne privedené k tomu, aby fascinujúcim spôsobom zasahovalo. Sú to skutočne zákony, ktoré jednotlivec kvôli svojmu zdraviu môže a dokonca aj musí používať.

Cvičiaci, ktorý si želá uzdravenie a dosahuje ho vlastnou aktivitou, s vedomým plánovaním a vytrvalosťou rozvíja rôzne disciplíny, ktoré prispievajú k najjemnejšej tvorbe tepla s jeho funkciou vyrovnávania.

Existujú veľmi jednoduché metódy a možnosti, ako môže prebiehať táto jemne obklopujúca a vyrovnávajúca tepelná stimulácia.

Liečebné umenie všeobecne hovorí o takzvaných samoliečivých silách. Aký charakter majú tieto skryté silové potenciály, ktoré prebývajú vo vnútri každej ľudskej bytosti? Prvým základom pre aktiváciu týchto samoliečivých síl je rozvoj správnych telesných a duševných tepelných pomerov.

V minulosti sa liečivá sila tepla často prenášala cez ruky.

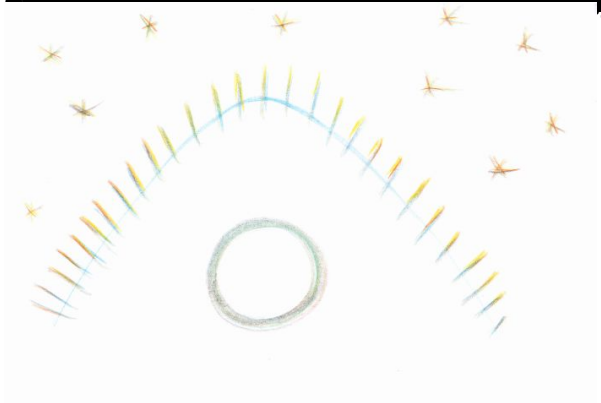
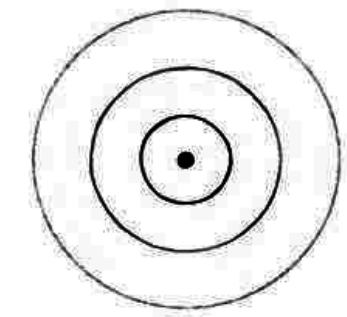
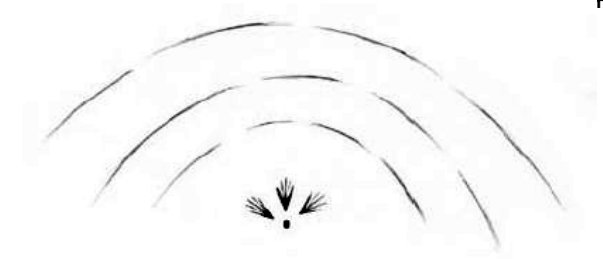
1. Človek by si mal na každý deň naplánovať mentálnu aj fyzickú aktivitu. Jednostrannosť a príliš intelektuálne požiadavky zvyčajne oberajú jednotlivého človeka o veľké množstvo životných síl. Vedie to k ochladzovaniu určitých oblastí tela alebo k tomu, že chýba posilnenie budovania všetkých enzymatických procesov v tele. Telesná, športová alebo dobre zvolená aktivita predstavuje vyváženie intelektuálneho vyčerpávania na veľmi jednoduchej úrovni. Ak sa táto telesná aktivita vykonáva v zmysluplnom nasadení, napríklad pomocou harmonických pohybov a vyvažujúcej dychovej činnosti, pôsobí oslobodzujúco. Mnohé športy ďalej môžu viesť aj k určitému vzťahu k prírode alebo v prípade disciplíny, akou je stolný tenis, k lepšej schopnosti vnímať ostatných. Čím viac sa v rámci telesných aktivít rozvinie vzťah, tým ľahšie sa podnieti kozmické a jemné pôsobenie tepla, pretože teplo prúdi zvonku dovnútra alebo, inak povedané, z väčšieho celku do vlastnej telesnosti a napokon až do bunkového systému. Preto je potrebné venovať pozornosť rovine vzťahov, do ktorej je športová a telesná aktivita integrovaná.

2. Najlepšia aktivita na posilnenie prenikajúcich a účinných ohnivých síl však nevzniká prostredníctvom prebytku športovej a telesnej činnosti. Hoci každá telom dostatočne

praktizovaná aktivita podnecuje teplo látkovej výmeny, je potrebné aj dobré spolupôsobenie myšlienok, obsahových predstáv a praktických telesných následkov. Idea by mala byť dostatočne myslená a zosústredená do intenzívneho pocitu, aby sa následne mohla realizovať v praktickom živote.

Dnes človek menej rozvíja teplo pomocou priameho fyzického kontaktu, ale viac myšlienkovou aktivitou vedomia s usporiadanými obsahmi. Cvičiaci vstupuje slobodne, no intenzívne do vzťahu s ostatnými ľuďmi a s duchovnými pravdami.

Zosilnenie ideí, rozvíjanie predstáv v logickom slede, rozširovanie citovej vnímavosti prostredníctvom tejto jasnej a usporiadanej myšlienkovej práce a napokon praktické vypracovanie tvoria integrálny celok, do ktorého sa potom vlieva kozmické teplo.

Ezoterická pravda si vyžaduje najskôr meditáciu na dané slová, ktorými je formulovaná. Potom sa rozvíja intenzívnejší vzťah a zmysel pre pravdu pre ich duchovne existujúcu realitu. Po určitom čase tejto prípravy sa cvičiaci snaží sformulovať túto pravdu prakticky v živote a premeniť ju na činy.

Cvičiaci sa na tejto ceste učí napríklad spoznať ezoterickú pravdu, že súhrn duševného a duchovného života, a to v prítomnosti a ďalej aj v posmrtnom živote, nezávisí od hmoty, ani od užitočnosti hmoty. Všetky myšlienkové obsahy a aktivita vedomia, ktoré cvičiaci vloží napríklad do jogového cvičenia alebo do eurytmického cvičenia, majú vysokú hodnotu pre životné sily a pre zachovanie morálky, zatiaľ čo všetky nároky, ktoré sa od cvičení očakávajú, majú len fyzický a materiálny význam. Keď človek študuje túto pravdu, ktorá predstavuje veľký rozdiel medzi duševno-duchovnou činnosťou a medzi konzumným postojom k životu, musí sa vydať na takú cestu, kde bude pestovať menšie očakávania od povrchností, ale viac sa bude zaoberať rozvíjaním vedomého vzťahu k cvičeniu, aby sa ho naučil prežívať v rozsiahlejšom zmysle. Postoj, ktorý presahuje konzum a vzplanie do aktívneho zaoberania sa pri venovaní sa aktívnym vzťahom, spôsobuje v človeku nárast tepla.