

## Meditácia 321

Napísal Administrator

Nedeľa, 30 November 2025 09:37 - Posledná úprava Nedeľa, 07 December 2025 08:25

---

29. novembra 2025

### Meditačný obsah č. 321

Predstava, ako jednotlivec smeruje pohľad napríklad na nejakú rastlinu alebo všeobecne na nejaký prírodný jav, je veľmi významná. Prevažuje vnímanie objektu slobodným a prirodzeným spôsobom, či oči žiadostivo hľadajú z pozorovania nejaký zisk? Hoci rozdiely nie sú vidieť vždy tak jednoznačne, treba poznamenať, že pre snahy na duchovnej ceste je nevyhnutné vnímať vonkajší svet a najrozličnejšie objekty celkom reálne.

Čím viac je život vzťahov sprevádzaný žiadostivými a zväzujúcimi vzorcami správania, tým viac vôľa nevedome vysielala do pohľadu utajenú motorickú túžbu a napriek tomu, že človek druhého alebo objekt vonkajšieho sveta vidí, predsa si ho v skutočnosti nevedomuje. Človek sa pozerá bez toho, že by videl, a prežíva bez toho, aby poznal realitu toho druhého.

V meditácii sa ašpirant teraz cvičí vybraný objekt naozaj dostatočne vnímať a v myšlienkach a predstavách ho natoľko uchopovať, aby si o ňom dokázal tvoriť objektívne predstavy. Cvičí sa vidieť, vnímať a vedome objektívne zachytávať zvolený predmet pozorovania. V tomto čase meditácie by mal a musí ustúpiť žiadostivý pud, ktorý berie objekt akoby do zajatia a vyvoláva nepokoj. Ak budeme dvakrát do dňa vykonávať cvičenie objektívneho pozorovania a objektívneho predstavovania si zvoleného meditačného obsahu, zážitok vnímania bude čistejší a vedomejší. Motorické nervy sa stiahnu a senzibilné receptívne nervy posilnia svoju substanciu. Vo všeobecnosti, každá dobre vydarená predmetná meditácia posilní psychiku a nervový systém.

Meditačné vety posledného týždňa ostávajú naďalej rovnaké. Dôležité je, aby cvičiaci získal fundované poznanie, a to bez pochybností alebo jednostrannosti, že oslobodenie a spása sa nenachádza v jednotlivcovi, ale vždy sa týka ako osobného života, tak aj okolitého prostredia a zvolených objektov pozorovania. Kto si preto pre meditáciu volí prírodný jav, dôkladne ho pozoruje a uchopí ho v predstavách, skutočne ho vníma, ba dokonca sa ho učí vnímať jemnejšie, než mu zjavujú zmysly, ten oslobodzuje prírodu, pôsobí obdivuhodne a fascinujúco, harmonizuje, vytvára svetlo vo svojom okolí, ktoré sa opäť odráža naspäť k nemu samému. Subjektívne uzavretá, svojvoľne zvolená meditácia preto v skutočnosti ani neexistuje.

## Meditácia 321

Napísal Administrator

Nedeľa, 30 November 2025 09:37 - Posledná úprava Nedeľa, 07 December 2025 08:25

---

**Objekt, na ktorý cvičiaci použije koncentráciu, odhaľuje sympatické vlastnosti. Sympatia je výsledkom procesu oslobodzovania, ktorý vzniká prostredníctvom človeka a jeho pretrvávajúceho vnímajúceho venovania pozornosti. Keď sa objekt pozorovania pomocou uplatnenia koncentrácie oslobodí, v srdci cvičiaceho sa rozvinie pocit pokoja a vznikne prvé presvetlenie piatej čakry. Svetlo oslobodenia, ktoré sa ohlasuje v objekte meditácie, spätne pôsobí na človeka darujúc mu presvietenie, a to predovšetkým v centre v oblasti hrtana.**

Poznámka k často používaným pojmom:

Pojmy „sebavykúpenie“ alebo „sebaoslobodenie“ môžu viesť k nedorozumeniu. Ja je aktívne v tvorivom zmysle, ale nikdy sa nemôže oslobodiť uzavretým spôsobom pomocou seba samého. Vzťahová rovina je pre akúkoľvek zdravú aktivitu Ja nevyhnutná.

[meditácia č.320](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia č.322](#)