O joge < Články < Joga a kvety < naspäť

O joge < Cvičenia duše < Sily múdrosti v prírode < späť

Liečivá práca s kvetmi

Anglický lekár Edward Bach napísal v roku 1934:

„Určité divoko rastúce kvetiny, stromy a kry vyššieho rádu majú silu zvýšiť svojimi vyššími vibráciami ľudské vibrácie a otvoriť naše kanály pre posolstvo spirituálneho Ja, zaplaviť osobnosť všetkými cnosťami, ktoré potrebuje, a vyplaviť tým charakterové nedostatky, ktoré sú príčinou našich bolestí. Ako krásna hudba alebo ako čokoľvek iné veľkorysé a inšpirujúce, sú aj tieto kvetiny schopné povzniesť celú osobnosť a zaviesť nás bližšie k duši. Tým nám dajú mier a oprostia nás od bolestí. Neliečia tak, že by priamo napadli chorobu, ale tak, že zaplavia telo krásnym chvením nášho vyššieho Ja, v prítomnosti ktorého sa choroba rozpustí ako sneh na slnku. Pravé liečenie nemôže existovať bez zmeny životného stanoviska, bez duševného mieru a bez vnútorného pocitu šťastia."



Sprostredkovanie informácie z rastliny prebieha pri bachovej terapii pomocou užívania preparátu, ktorý je nosičom energetických vibrácií rastliny prenesenej za pomoci slnka, ktoré uvoľní rastlinnú esenciu z rastlinného tela. Pri užívaní preparátu sa liečenie deje v podvedomí.

V integrálnej joge poznáme cvičenia duše, ktoré nám ponúkajú doplnenie a priame, bezprostredné sprístupnenie ušľachtilých vibrácií rastlín pre človeka na vedomejšej úrovni. Heinz Grill v diele „Kozmos a človek" popisuje tento dej:

„Môžeme študovať brezu, a tým, že brezu študujeme, robíme niečo úplne úžasné: tvoríme si myšlienky. Brezu, ani žiadnu inú rastlinu, akýkoľvek iný prírodný jav nepreskúmame bez tvorivého formovania myšlienok. To je to podstatné. Tým je dané ešte vyššie liečebné spolupôsobenie, ako keď človek prijme do svojho vnútra liečebný prostriedok. Teda keď sa učíme porozumieť breze,(...) skoro nikdy nie je nevyhnutné brať ju orálne, lebo takto prijímame liek duševným spôsobom."

Čo to je tvorivé utváranie myšlienok? Myslí sa tým proces neobvyklej koncentrácie so stredobodom na vybranom objekte pozorovania. Základom je tu poznanie, že rastlina nie je iba matériou, ale k rastline vedieme pozornosť ako k duchovnej existencii, ktorá má na duševnej a nakoniec aj na fyzickej úrovni svoj prejav.

Cvičenie jogy ako procesu umeleckého vyjadrenia duševných kvalít pomocou tela nás pobáda k hľadaniu súvislostí medzi rastlinou a človekom. Prostredníctvom integrálnej "Jogy z čistoty duše" nachádzame človeka ako súčasť kozmu fyzického aj duševne-duchovného. Učíme sa tvorbou myšlienok, tvorbou predstáv a prácou s určitými liečivými obrazmi duše, ktoré vedú k citu pre život, prekonávať svoje tiene a vnímaním energetických potenciálov rastlín tam, kde panovala disharmónia a zatuhnutosť, opäť roznecovať život.

Príklad cvičenia s kvetom:

Možno si niektorí uvedomujeme, že príliš často ostávame zajatí vo vlastnom svete fantázií. Možno sa tam dobre cítime, aj keď vieme, že je to svet ilúzií. S realitou sa stretneme naozaj zriedka, celé dni presnívame. A možno niektorí bojujeme o bdelosť, ale sme akosi slabí.

V májových dňoch sa rozličné neudržiavané ploty začínajú zelenať a na dlhých poplazoch s protistojnými listami sa začínajú rozpukávať chocholčeky alebo tryskajúce gejzíriky svetlulinkožltých kvietkov.



Plamienok plotný je divou, mimoriadne mocnou rastlinou. Rastie a kvitne nenápadne, a až na jeseň nás viac zaujme chumáčmi, pripomínajúcimi biele fúzy, alebo chuchvalce chlpov, ktoré obsahujú semiačka. Po celú zimu nás fascinuje námraza, vytvárajúca čarokrásne tvary na chumáčikoch.



Od plamienka plotného sa môžeme veľa naučiť v boji s vlastnou zasnívanosťou, s tým, keď nežijeme dostatočne v realite. Ak sa ho učíme poznávať, jednoducho sa postavíme pred plamienok a učíme sa ho prežívať. V tomto cvičení sa celkom stíšime v duši, v mysli, v subjektívnej emocionalite. Nenecháme sa ovládnuť falošnými špekuláciami, príliš rýchlymi úsudkami, vynárajúcimi sa asociáciami. Necháme rastlinu celkom v tichosti na nás pôsobiť. Aby ona k nám prehovorila, my musíme celkom utíchnuť, aby sme neprojektovali svoju osobu na rastlinu.

Podstatným krokom v cvičení je tvorenie myšlienok. Akoby sme "vyťahovali" z rastliny myšlienky, z ktorých je ona tvorená. Vo svojej duši aktívne nanovo tvoríme tieto myšlienky, a tým sa spájame s rastlinou. Kladieme si otázky, napríklad o liečivých účinkoch, a tým so záujmom tvoríme most obojstranného spojenia.

Po čase pobadáme ako rastlina svieti, ako sa rozlieva, jej svetlo silne tryská voči nám a zaplavuje našu dušu jemnou farbou a pomáha našej duši porozumieť a učiť sa zaobchádzať s potenciálom tvorivého idealizmu. Už ho viac nemusíme premieňať na plané snívanie, ale vlieva sa do nás sila, ktorou sa môžeme chopiť vysokých ideálov a začať ich v živote uskutočňovať.

Obdivujeme toto jemne voňajúce božie stvorenie a pristupujeme k nemu s úctou a pozornosťou, ktorá rastlinku nezasahuje, nevyužíva, nekonzumuje. Necháme ju na pokoji a učíme sa od nej, ako ovládať svoj myšlienkový svet a ako kreativitu zacielenú ku zmysluplnému cieľu doviesť až do materiálnej reality. Plamienok (clematis) nás učí myšlienky skutočne uskutočňovať.

r. 2004


CLEMATIS - plamienok