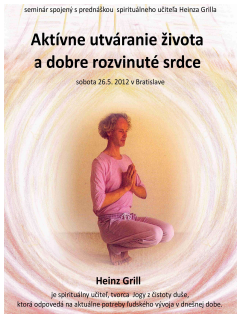
V dňoch 26.-27.5.2012 sa uskutočnil seminár spojený s prednáškou spirituálneho učiteľa

Heinza Grilla

SRDCE

Aktívne utváranie života a dobre rozvinuté srdce



Heinz Grill

je spirituálny učiteľ, tvorca **Jogy z čistoty duše**, ktorá odpovedá na aktuálne potreby ľudského vývoja v dnešnej dobe. Zdôrazňuje duchovno – duševný rozmer jogy spojený s aktívnym rozvíjaním tvorivých síl človeka. Z pohľadu človeka, ktorý preniká k podstate vecí a javov, prináša podnetné impulzy do rôznych oblastí života:

- pedagogika, výchova a medziľudské vzťahy
- umenie, hudba, architektúra
- medicína, liečenie a výživa
- príroda a horolezectvo

Viac o ňom a jeho diele nájdete na stránke www.heinzgrill.de (už aj v slovenčine).

Rozhovor s Heinzom Grillom zo dňa 25.5.2012 uverejnený v časopise Vitalita č. 07/2012 - *tu:*

Zhrnutie z prednášky Heinza Grilla na seminári „Aktívne utváranie života a dobre rozvinuté srdce".

Pre **fyzické aj metafyzické srdce** je významná schopnosť človeka vnímať myšlienku a tvorivo ju ďalej rozvíjať, formovať.

Myšlienka žije vo svetle. Je duchovná, pozostáva z duchovnej „substancionality". Keď človek vidí nejaký jav, vychádza z neho voči človeku myšlienka.

Učíme sa pochopiť niečo, čo sme ešte nikdy nezažili.

Heinz uviedol, ako súvisí srdce so slnkom.

Anahata potrebuje, aby ju človek rozvinul. Pre svoj rozvoj potrebuje neznáme a novo prichádzajúce myšlienkové substancie. Anaháta nesúvisí s emóciami, ale je to duševná oblasť. Ktorá je schopná cítiť pravdu a nepravdu.

V srdci sa stretávajú všetky protipóly života, sily odstredivé aj dostredivé, sily látkovej výmeny aj najjemnejšie substanciálne sily myšlienok. Srdce zjednáva rovnováhu, napríklad medzi prílišnou uzavretosťou, až odštiepenosťou a na druhej strane prílišnou otvorenosťou.

Úlohou pre rozvinutie srdca a aj podporu fyzického zdravia je myšlienky uchopiť a formovať predstavy. Tvorenie predstáv a vedomé nadväzovanie vzťahu k vnímanému, privedie srdce do pokoja.

Heinz Grill uviedol zopár malých pravidiel, ktoré môžeme dodržiavať pre podporu srdca.

V prvom rade je srdce **rytmickou** bytosťou a potrebuje, aby sme v živote citlivo a rozumne striedali protikladné činnosti.

Po druhé je bytosťou, ktorá tvorí neprestajne **rovnováhu** medzi rozličnými protipólmi života.

Po ďalšie, srdce je podporované **myšlienkovými** pochodmi, ktoré sú **logické a usporiadané**.

V poslednej časti prednášky sa Heinz Grill venoval schopnosti človeka **vnímať citom**. Učil nás rozlišovať medzi emóciami a hlbším cítením, ktoré treba školením rozvinúť, a ktoré je súčasťou srdcového stredu.

Slovensko zaujíma strednú pozíciu medzi Východom a Západom a pre srdcové centrum je mimoriadne dôležité nájsť **vlastnú identitu** a rozvinúť vlastnú originalitu, z ktorej je potom možné vstupovať do vzťahov s okolím.

seminare < späť