

20. januára 2024

Meditačný obsah č. 225:

Usporiadanie astrálneho tela je úspešné vo všetkých prípadoch meditácie, keď sa posledná spomínaná meditačná veta dôkladne uplatní v praxi. (meditácia č. 224) Posilnenie psychiky a fyzického tela vzniká prílevom nových a uvoľnených éterických vplyvov tepla. Práve tepelný éter začína svoju aktiváciu ako prvý.¹

Cvičiaci si na jednej strane všimne pokoj, potom lepšie bdelé vnímanie, prirodzený vzťah prostredníctvom vnímania a nakoniec jemné odpútanie sa od predchádzajúceho motoricko-emocionálneho stavu. S nástupom koncentrácie nastáva aj pocit otvorenia priestoru. Cvičiaci by mal byť schopný rozpoznať a pomenovať tieto solídne vnemy a pocity súčasne s usporiadanými predstavami. Umožnia mu ich odlíšiť od bytostí pokušenia alebo vo všeobecnosti od viazaných potenciálov tela. Cvičenie výrazne vnímateľne usporiada astrálne telo alebo všeobecne vnemy a činnosť predstáv. Vôľa získava rozvahu a silu, pretože je zvedomením vedená k pokoji.

Pri každej meditácii musí byť človek schopný rozpoznať a pomenovať rozdiel medzi nízkymi, rušivými motoricky naviazanými vplyvmi a organizujúcimi vplyvmi astrálneho tela alebo všeobecne vedomia. Tým, že veľmi presne zažije priebeh týchto procesov, získava prostredníctvom cvičení dobré vedenie nad svojím vlastným psychickým a fyzickým bytím.

V astrálnom tele však spravidla dochádza k poruchám spôsobeným pripútanosťami, ktoré cvičiaci ešte vôbec nepozná a ktoré môžu určovať život buď polovedome, alebo úplne nevedome. Každé úsilie o počiatočné objektívne vnímanie a poznanie absolvovaním tu spomínaného cvičenia koncentrácie na chvíľu oslobodí vedomie od jeho determinácií zo strany tela a možno ho považovať za otvorenie okna, cez ktoré vstupujú pre dušu nové vnemy a rozšírenia. Podľa toho, ako jednotliviec pokračuje v cvičeniach a študuje duchovné spisy, prípadne vykonáva ďalšie cvičenia, ako sú ásany, a predovšetkým sa snaží o duchovné ciele, sa vzťah tela a duše uvoľňuje a vedomie nadobúda väčší rádius vedenia a konania. Pripútanosti a nižšie časti astrálneho tela, ktoré všestranne osudovo určujú život a často predstierajú subjektívny pocit pohody, možno časom lepšie rozpoznať.

Minulú meditáciu treba teraz doplniť:

Vedomá pozornosť na zvolený objekt pri zadržaní emócií a túžob, s jasným vnímaním, uvoľnenými zmyslami a pevne vytvorenou predstavou vedie k posilneniu psychiky a tela. Toto posilnenie vzniká prostredníctvom usporiadanej činnosti vytvárania vzťahov a predstáv, ktorá je v skutočnosti objektívna a slobodná od vlastných zásahov zmyslov. V astrálnom tele je počas doby cvičenia poriadok, pretože proces cvičenia zodpovedá vývoju individuality človeka. Počas doby cvičenia musí zväzujúci potenciál ustúpiť.

Poznámky:

¹ Posilnenie éterov sa začína spravidla tepelným éterom alebo ohnivým živlom. Pri meditácii to nie sú metabolické sily, ktoré vystreľujú, ale skôr sú to jemné energie z vesmírneho priestoru, ktoré prichádzajú, aby upokojili telo, a ktoré poskytujú najjemnejšie preniknutie do vnútorného priestoru a do srdca. Tieto jemné éterické prúdy tepla môžu byť vtedy účinné, keď sa vytvorí usporiadaný a intenzívny vzťah k objektu bez emócií.

[meditácia č.224](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia č.226](#)