24. januára 2026

Meditačný obsah č. 328

Rozvíjanie srdcového centra podporuje vlastné individuálne ja a svetový celok. Ak kruh viac zdôrazňuje svoje centrum v stredobode, možno to zhodnotiť ako individuálne ja. Súčasne sa kruh prostredníctvom tohto mocného stredu rozširuje, avšak ponecháva si svoju harmonickú celistvosť.

Rozvíjanie srdcového centra je pre meditáciu rozhodujúcim základom. Individuálny vývin a konštruktívna podpora vonkajšej reality patria k sebe tak ako kozmos a zem. Oslabenie vlastného ja vedie k disharmónii na periférii a redukuje všeobecné vedomie vo svete. Izolovaná, sebecká existencia, ktorá dbá výlučne na osobné výhody, bez ohľadu na to, aký vplyv to má na ostatných, je nezlučiteľná s rozvojom meditácie a s harmonickým srdcovým centrom. Všeobecne sa hovorí o nižšom ja, ktoré sa izoluje, lebo sa prejavuje egoistickými túžbami svojvoľne a nezávisle na sociálnych záujmoch. Každé meditačné cvičenie, ak je čo len do určitej miery objektívne, však nepodporuje nižšie ja v izolujúcich potrebách tela, ale rozvíja harmonický stred, ktorý zase stojí v usporiadanom vzťahu ku všetkej vonkajšej, a tým dokonca kozmickej skutočnosti.

Tento vývoj je možný, iba ak sa cvičiaci zameriava na obsahovú prácu.

Nasledujúci meditačný obsah sa má pestovať v nadchádzajúcom týždni:

Existuje ja, skutočné, univerzálne ja.

Nie je egoisticky odštiepené, samé pre seba stojace,

v žiadnom prípade nie je ojedinelé.

Je prítomné v duchu alebo v myšlienkach a je to duch samotný.

Je obsahom, je bytím v duchovnej skutočnosti.

Ak si cvičiaci uvedomuje, že jeho život stále dýcha vo vývoji prostredníctvom ducha a tento vývoj v ňom uvádza myšlienky do rozvoja, myšlienky, ktoré sa stávajú jeho ja a tento proces nenastáva iba izolovane v ňom, ale vyžaruje von okolo neho harmonicky ako kruh, môže nadobudnúť predstavu, ako sa idey v človeku stávajú ideálmi a obsahmi. Hore uvedená meditačná veta znázorňuje proces, ako srdcové centrum zosilnieva pomocou obsažných myšlienok a ako tieto v zmysle celého kruhu podporujú vývoj sveta.

meditácia č.327 < späť zoznam meditačných obsahov vpred > meditácia č.329