

Meditácia 330

Napísal Administrator

Nedeľa, 08 Február 2026 08:10 - Posledná úprava Nedeľa, 22 Február 2026 09:46

7. februára 2026

Meditačný obsah č. 330

Pomocou poslednej meditácie sa rozvíja predstava o vonkajšom svete, ktorý stojí vo vzťahu k vnútornému ľudskému strediu a špecificky k srdcovému strediu.

Bolo by chybou, keby sme brali kruh ako ochranný symbol vytvárajúci zahalenie, ktorý môže človeka odcloniť pred takzvanými negatívnymi vplyvmi. Cvičenie by tak bolo bez obsahu, bez obrazu a bez narastajúceho vnímania. Predstavovalo by, žiaľ, presný opak prežívania centra srdca, ktoré súvisí s najrozličnejšími podmienkami okolitého prostredia a vplyvmi.

Správne predstavy skutočne ochraňujú človeka pred zraniteľnosťou. Tým, že sa ochranné mechanizmy vybudujú alegoricky, človek vytvorí presný opak zdravého vonkajšieho a následného citlivého vnútorného vnímania. Ľudská existencia prostredníctvom podmienok ducha vedie k neustálemu pohybu do života vzťahov, a ten je tým, čo je udržiavajúce, ak sa utvára vedome.

Človek je svojím dýchaním v neustálej výmene s vonkajším svetom a so vzdušnými pomermi. Ako je to so životom myšlienok? Aj ten, ba dokonca obzvlášť ten, vedie k cirkulácii svetla, ktorá významne vyživuje nie iba dušu, ale dokonca telo.

Keď budeme v nasledovnom týždni cvičiť znovu raz denne to isté cvičenie, tak si budeme vedomí toho, že každým zmyslovým vnemom, všetkým počutým, videným a cíteným, je daný určitý kruhový pohyb, pohyb z okruhu, ktorý práve prostredníctvom existencie myšlienok obzvlášť podnecuje k zvedomeniu vlastného ja, a tým k jemnej zútornosti srdca.

Preto si ešte znovu budeme predstavovať kruh ako veľký okruh, ktorý pôsobí v živých myšlienkach a celkom prirodzene rozhýbava vedomie. Čím pokojnejšie budú pociťované procesy vnímania a čím usporiadanejšie budú prežívané myšlienky, tým viac pokoja sa ukáže v

Meditácia 330

Napísal Administrator

Nedeľa, 08 Február 2026 08:10 - Posledná úprava Nedeľa, 22 Február 2026 09:46

srdci. Tento pokoj je výsledkom duševného začlenenia. Vonkajší svet sa zosúladuje s vnútornou osobou.

Pomocou tejto meditácie si cvičiaci znovu uvedomí, že duch živo pôsobí a žiari v najrozmanitejších myšlienkach. Svetlo týchto myšlienok je takmer citeľné v procesoch vnímania a v predstavách, ktoré sa vytvárajú o vonkajšom svete, a celkom prirodzene prúdi do vnútrajška človeka bez vonkajšej vôľovej manipulácie.

Poukaz na základnú literatúru:

„Čo je na začiatku - duch alebo hmota?“ – H.Grill: Cvičenia pre dušu, s.46

[meditácia č.329](#) < späť [zoznam meditačných obsahov](#) vpred > [meditácia č.331](#)