Kozmická modlitba

autor: Heinz Grill

Mantrické cvičenie duše sprevádzané jednoduchými pohybmi, členené do siedmich stuňov, predstavuje v obraznej forme vývoj človeka a jeho vzťah ku kozmu.

1.

Počiatok, iniciácia - *OM arambhah* – predstavuje rozlúčku so starým. Prvý krok znamená stav prítomnosti. Je to stav pokoja, pri ktorom vedomie registruje iba prítomný stav bytia. Vedomie však ešte nie je diferencované. Úlohou v tomto kroku je uvedomovať si, ako kozmos vyživuje človeka.

2.

Druhý krok znamená pripravenosť,- *OM siddhatájám* - charizma. Podporuje trpezlivosť v očakávaní. Na ďalší krok vo vývoji musia byť vhodné podmienky, vhodná kozmická konštelácia, vhodné personálne pole. Rozvíjame disciplínu trpezlivosti a súčasne bdelú, pozorujúcu vnútornú vôľu ku spojeniu sa s vnútornými - kozmickými myšlienkami. Pripravenosť v zmysle kozmickej modlitby je výpoveďou vôle dosiahnuť nasledujúce nové možnosti.

3.

Z druhého postoja sa vyvinie tretie pôvabné gesto „puspa" – púčik. Kvet je zmyslovým obrazom, symbolom beznáročnosti a čistoty. Znamená zrieknutie sa všetkých nárokov na „vlastnú pravdu". Púčik predstavuje krásu nevinnosti. Kvet je bytosťou krásy, farebnosti, je obrazom svetla a vnútornej vzpriamenosti. Tretí krok je výrazom čistoty éterického tela. *OM puspa bhavana pravrddhaje*

4.

Ďalší krok je zmyslovým obrazom rozšírenia - OM puspam prakšasfutam. Lotos sa otvára svetlu, lupienky sa otvárajú do šírky. Rozvíjame schopnosť vytvoriť vzťah ku svetlu a schopnosť prijať ho. Po beznáročnosti nasleduje ďalší krok, ktorý aktívne vzbĺkne zo síl duše. Zacielená a rozhodná aktivita vychádza navonok do vzťahov. Štvrtý krok je obrazom rozširujúceho sa astrálneho tela. Cvičiaci sa prežva ako súčasť kozmu. Duša nežije iba vo fyzických hraniciach tela, ale predstavuje časť celého kozmu.

5.

Zo šírky vznikne návrat do vnútra. Srdce je stredobodom, vnútorným Slnkom. V prostriedku srdca cíti človek vnútorne. Madhjastitam znamená v strede stojaci alebo do stredu prúdiaci. Človek prežíva mnohosť a polarity sveta a vesmíru ako navonok, tak aj zjednotené vo svojom vnútri. *OM madhjasthitam*

6.

Z reálneho pociťovania stredu sa rozvinie vyšší stupeň vedomia. Posilnenie substancie Ja sa prejaví podstatou „uznania". Je to sila, ktorá podporuje všetky archetypické formy v ich čistote. Uznanie prúdi z vnútornej ľudskej podstaty ako produktívne svetelné gesto pre ľudí a všetko tvorstvo Zeme a vytvára pre nich slobodný priestor. *OM ádare*

7.

Z prúdu svetla a zo substancie uznania, utvárajúcej priestor, sa prebúdza ešte intenzívnejšia dimenzia vedomia – oddanosť, schopnosť obete. Svetlo uznania sa stáva ohňom, stáva sa láskou, osamotenosťou v obeti. Človek sám seba prežíva v duchu Krista. Obetuje sa, aby podporil všelásku. *OM bhaktjam ca*

Keď si teraz v tomto cvičení človek uvedomí svoje okolie a svoje ja, opäť viac vytuší živosť kozmu. Predmetom tohto cvičenia duše je preto človek vo vzťahu ku kozmu.

Pri cvičení kozmickej modlitby si v jednotlivých krokoch vytvárame reálne predstavy. Cieľom cvičenia je, aby tých sedem stupňov kozmickej modlitby vošlo do praktického života.

Mantra po slovensky:

1. Počiatok

2. spočíva v pripravenosti

3. rásť ku kvetu,

4. ktorý do široka sa otvára

5. naspäť do stredu vracia sa

6. v uznaní

7. a odovzdanosti.

O joge   < cvičenia jogy < zostavy ásan späť