Ako učiteľka jogy, napriek dnes zaužívanému obsahu tohto pojmu, sa cítim skôr ako spolupútnička spolu s ostatnými ľuďmi na ceste jogy, než nejaká učiteľka v tradičnom zmysle, ktorá sa niečo naučí, vie to a potom z tejto pozície to učí a pristupuje k ľuďom akoby bola niečím viac, niečím lepším. Cítim sa byť celkom obyčajným človekom kráčajúcim po ceste vývoja, tak ako všetci ostatní. S týmto postojom som vedome svoje pôsobenie v roku 1993 začínala a nikdy som ho neopustila.

V tejto svojej životnej úlohe mám v úmysle predkladať svetu plnosť jogy v jej vývine, v jej celistvosti, hĺbke a kráse.

Joga je viac ako telesné cvičenie, joga je oveľa viac, než ásana. Chcela by som so svojimi spolupútnikmi zdieľať toto nesmierne bohatstvo jogy.

Pri práci na verejných hodinách jogy používame neprestajne telo. Popri tom sa v každom cviku orientujeme na rozlišovanie toho netelesného od toho telesného. Zaoberáme sa členením svojej bytosti na tie spočiatku tajomné a nepoznané stránky svojej bytosti. Napríklad hneď aj tou prvou netelesnou stránkou človeka, ktorú sa môžeme učiť vnímať a pracovať s ňou, a to sú životné, čiže éterické sily. A práve pri tejto úlohe som objavila drahocennosť knihy Heinza Grilla: Výživa a dávajúca sila človeka.

Očarená éterickým bohatstvom tejto knihy, ktoré sála z každej jej strany, spolu s ďalšími spolupracujúcimi priateľmi predkladáme ju slovenskému čitateľovi. Mimoriadne obohacujúco pôsobí kniha o výžive celkom novým rozmerom chápania najmä pri spoznávaní jednotlivých druhov potravín z pohľadu ich éterických kvalít.

Kniha umožňuje ľahšie členiť vlastné poznávanie, lepšie sa vyznať v dojmoch, ktoré človek získava pri práci v kuchyni, ale aj pri práci napríklad v záhrade a taktiež aj pri cvičení s telom. Čítanie knihy a cvičenie alebo práca podľa nej pomáha rozširovať a diferencovať vnímanie a pozdvihovať ho ďalej k vedomému poznávaniu svetla a jednotlivých éterických síl. Už len keď študujeme túto knihu, zbadáme, že do istého stupňa v našej duši nastáva znovuzrodenie určitých podstatných prvkov v pocitovom organizme.

Práca s touto knihou zapaľuje v človeku rozohrievajúci záujem o hlbšie stránky výživy a o poznávanie sveta okolo seba a aj seba samého. Uskutočňovanie myšlienok z tejto knihy pomáha človeku celkom individuálne začleniť sa nanovo do spoločenstva ľudí, do vzťahov, do súvislostí so svetom, s prírodou a čo je jedinečné aj do súznenia s kozmom. Našim vrúcnym želaním je, aby slnko tejto knihy svietilo na všetkých ľudí.

Knihu Heinza Grilla o výžive považujem za výnimočne cenný príspevok k pozdvihovaniu dnešnej kultúry stravovania. S vďakou sa obraciame k jej autorovi za to, že otvára dnešnému človeku novú perspektívu vývinu a to nielen osobného, ale predovšetkým prostredníctvom vývinu jednotlivcov v ich súčinnosti v rámci pospolitosti aj k vývinu ľudstva ako celku. Kniha je výdatným a výrazným kultúrnym činom pre dnešok, aby vysoké ciele ľudského vývoja mohli byť krok po kroku napĺňané.

Danica Ondrušová

Vydavateľská činnosť < Dielo Heinza Grilla < Výživa a dávajúca sila človeka < naspäť

Heinz Grill
Výživa
a dávajúca sila
človeka
Duchovný význam potravín
Narajana
Heinz Grill Výživa a dávajúca sila človeka