

Iedvesmo citus vecumdienās

Sasniedzot 50 gadu vecumu, cilvēka fiziskās spējas neizbēgami sāk mazināties, taču tas nenozīmē, ka viņš nevar nodarboties ar fiziskām aktivitātēm. Filozofs un veselīga dzīvesveida entuziasts 75 gadus vecais Šri Činmojs no ASV Latvijā pazīstams kā Pasaules harmonijas skrējiena dibinātājs un iedvesmotājs. Viņam šovasar pievienojās vairāk nekā 1000 Latvijas iedzīvotāju. Viņš nodarbojas ar dažādiem sporta veidiem, aizrāvis ar garo distanču skriešanu. 47 gadu vecumā noskrēja savu pirmo maratonu. 54 gadu vecumā traumas rezultātā viņam nācās pārtraukt skriešanu, tomēr, lai uzturētu sevi formā, sāka nodarboties ar smagatlētiku – celt dažādus smagumus, izmantojot hanteles un trenāžierus, īpaši konstruētus mehānismus, ar kuru palīdzību, lietojot kāju, muguras un plecu muskuļu spēku, var pacelt dažādus uz platformas novietotus priekšmetus – ziloņus, laivas, klavieres, trīs motociklistus ar motocikliem un pat nelielu lidmašīnu ar pasažieriem.

Pavisam nesen Šri Činmojs at-



AR GRIBASSPĒKU. Šri Činmojs ik pa laikam pasauli pārsteidz ar jauniem smagumu celšanas sasniegumiem. Viņš uzskata, ka fiziskajai enerģijai ir tikai viens avots – gribasspēks

kal pārsteidza ar jaunu sasniegumu – pacēla akmenī cirstas lauvas, milzīgus ķirbjus un automobiļus un arī divus no pasaules stiprākajiem cilvēkiem. Smagumu kopējais svars pārsniedza 50 tonnu. Šri

Činmojs pacēla arī trīs vieglās lidmašīnas ar pasažieriem. «Es mēģinu iedvesmot cilvēkus, īpaši vecāko paaudzi, likt uzplaukt saviem sapņiem un tiekties piepildīt tos,» saka viņš.