

OM NAMAḥ ŚIVĀYA / ॐ नमः शिवाय



LINA ŠMATAVIČIŪTĒ

# 4 NE

*Dėkoju Viešpačiui Šyvai.  
Jis be gailesčio sunaikina visą,  
kas ne pakeliui į dvasinį išsilaisvinimą.*

2020





# TURINYS

PROLOGAS .....	4
BETONINĖ SIENA .....	6
Pirmasis „NE“ - NEpriėmimas .....	7
Antrasis „NE“ - NEvertinimas.....	7
Trečiasis „NE“ - NEdėkojimas .....	7
Ketvirtasis „NE“ - NEpasitenkinimas.....	8
Atėjo laikas atsakyti sau į kelis labai svarbius klausimus .....	9
PIRMA ISTORIJA „DAINA“ .....	10
KAIP 4 „NE“ PAVERSTI 4 „TAIP“ .....	11
Nepriėmimas ⇨ Priėmimas .....	11
Nevertinimas ⇨ Įvertinimas .....	11
Nedėkingumas ⇨ Dėkojimas.....	12
Nepasitenkinimas ⇨ Pilnatvė.....	12
ANTRA ISTORIJA „TREČIOS STADIJOS VĖŽYS“ .....	13
FORMULĖ: 3 M + A = PILNATVĖ .....	15
TREČIA ISTORIJA „MILIJONŲ VERTĖS TURTAS“ .....	19
Dažniausiai pasitaikančios kliūtys.....	22
KETVIRTA ISTORIJA „SKRUZDĖLIUKAS“ .....	29
Dažniausiai pasitaikančios iliuzijos .....	30
Kodėl žmonėms taip svarbu tą „aš“ patirti ir išreikšti?.....	32
Kas nulemia ne tokius santykius? .....	39
Kaip nustoti kentėti santykiuose? .....	41
PENKTA ISTORIJA „GELEŽINĖS KLUMPĖS“ .....	45
Svarbiausios moters ir vyro savybės.....	48
Prisipažinimas sau .....	53
ŠEŠTA ISTORIJA „MANO PIRMOJI MALDA“ .....	54
Piktas protas .....	56
SEPTINTA ISTORIJA „VIDINĖ TYLA“ .....	59
Didysis tabu - mirtis .....	61
PASKUTINĖ ISTORIJA „PIEVA, KURIOS NĖRA...“ .....	66

# PROLOGAS

Šios knygos istorija užgimė Indijoje, karantino metu. Tiesiog vieną rytą meditacijos metu, garsiai skambant šventyklų varpams, labai aiškiai pamačiau, kad rašysiu knygą. Pasipylė informacijos srautas, kurį užrašinėju visur, kur tik galima prisėsti. Tai tęsėsi apie gerą savaitę. Turėjau vienos ukrainietės per gimtadienį dovanotą užrašų knygelę, papildomai nusipirkau minkštai rašantį rašiklį ir pradėjau užrašinėti. Ryte eidavau pusryčiauti, būdavau viena pirmųjų kavinėje, virėjams pasakydavau, kad man nesvarbu per kiek laiko pagamins mano pusryčius. Džiaugdavausi, kad turiu stalą ir virš manęs sukasi galingas ventiliatorius. Nes keturis mėnesius per didžiausius karščius gyvenome gerokai pasvirusiame viršutiniame viešbučio kambaryje „popierinėmis“ sienomis be oro kondicionieriaus ir po skardiniu, visą kaitrą sugeriančiu stogu. Bet su užburiančiu vaizdu į Gangos upę, kuri visiškai pakeitė mūsų gyvenimus... Viešbutis vadinosi „Beždžionių namai“. Jis toks ir buvo – dviejų rūšių beždžionių būriavimosi stotelė. Beždžionės ir uodai, kartais šunys, pelės ir žiurkės buvo neatsiejama mūsų gyvenimo šiame viešbučio kambaryje dalis.

Rytais laipteliais nusileisdavau prie Gangos, o vėliau laiminga kavinėje užrašinėdavau visą ateinančią srautą. Man daugiau nieko ir nereikėjo. Gyvendama tokiomis sąlygomis net nesigilinau į jokias smulkmenas, kaip ir koku būdu išleisiu knygą. Tą patį pirmą rytą, kuomet vidiniu regėjimu pamačiau knygos tekstą, suvokiau, kad tai bus kaip užrašų knygelė. Mačiau baltą ir šviesiai violetinę knygos viršelio bei puslapių spalvą. Įdomu tai, kad grįžusi namo į Lietuvą, perklausiau telefone esančius garso įrašus. Ten aptikau prieš pat kelionę į Indiją padarytą garso įrašą apie keturis „ne“, dėl kurių jaučiame didžiulį nepasitenkinimą savimi ir savo gyvenimu. Vadinasi šis įrašas buvo būsimos knygos užuomazga, kuri galutinai atsiskleidė kupinos netikėtumų ir stebuklų kelionės metu.

Grįžus į Lietuvą užgriuvo niekad nesibaigianti namų ruošos ir sodo darbų lavina. Pačių įvairiausių įvykių, susitikimų ir patirčių srautas stipriai nešė tolyn į priekį. Rytą greitai keitė vakaras ir atvirkščiai. Galvoje buvo tik viena – kaip viską suspėti? Vėliau viskas kiek atslūgo ir suvokiau, kad neišvengiamai ateina ta akimirka, kada prisėsiu ir viską tvarkingai surašysiu. Mane pristabdė tik vienas vienintelis giliai manyje glūdintis ir jau daugelį metų drauge per gyvenimą keliaujantis, vis nuviliantis ir niekaip neišsipildantis asmeninis troškimas. Per ne vienerius metus ir daugybę skausmingai išgyventų patirtų nesėkmių, jis buvo beveik išblėšęs, bet vis dar atrasdavo jėgų prasiveržti nors trumpam.

Supratau, kad būtų nesąžininga rašyti knygą galutinai nuo jo neišsivadavus. Neužilgo savaime atėjo ta diena, kai visiškai pasidaviau ir nutariau daugiau nesistengti įgyvendinti to, kas niekaip neateina į mano gyvenimą. Išsilaisvinimas atėjo gilaus fizinio kūno atsipalaidavimo ir beveik nieko neveikimo metu. Mane aplankė taikos jausmas, dingo pasipriešinimas ir jį lydintis nusivylimas. Toliau kaip ir visada pasirinkau būti su Viešpačiu, išsilaisvinau ir nurimau. Kaip pavasarinis sniegas ištirpo tai, dėl ko be proto stengiausi daugybę metų. Suvokiau, kad įvykęs pokytis manyje yra negrįžtamas ir nėra nulemtas vien tik mano asmeninės pastangos nebesipriešinti ir priimti tai, kas duota. Čia įsikišo aukštesniosios jėgos, kurios galutinai nutraukė nepasitenkinimo pančius, trukdančius laisvai tekėti kūrybinei gyvenimo energijai.

Ši knyga apie tai, su kuo dažniausiai susiduriu astrologinių konsultacijų metu – apie gilų vidinį nepasitenkinimą, kuris neleidžia priimti savo gyvenimo ir pilnai juo džiaugtis. Šis gilus vidinis nepasitenkinimas gali būti labai klaidingas. Jis tupi giliai viduje toks nekaltas, kad net kartais jį pamirštame. Iki tos akimirkos, kai eilinį kartą su didžiuliu trenksmu vėl įkrentame į tą pačią duobę. Šis vidinis nepasitenkinimas gyvenimu kyla iš stiprių materialių prisirišimų ir sukelia nuolatinį visur lydintį skausmą ir ilgesį. Kuomet gyvenimas nevyksta pagal mūsų scenarijų, kad ir kaip stengiamės ar einame prieš srovę, tuomet susikuria stiprus nepasitenkinimas iš kurio randasi arogancija ir pretenzija gyvenimui. Tai priekaištai Dievui, kurių nenorime ar nesame pajėgūs pripažinti dėl savo neišmanymo. Dėl to esame akli pamatyti, kas mums iš tikrųjų skirta ir duota.

Gilus vidinis priėmimas to, ko niekaip daugybę metų negalime pakeisti, atnešą išsilaisvinimą ir vidinę ramybę. Nepasitenkinimas gyvenimu gali tapti puikiu atspirties tašku asmeniniame tobulėjimo kelyje. Tai pančiai, iš kurių turime išsivaduoti, jei norime išplėsti savo fizines ir dvasines galimybių ribas. Išsivadavimas ateina priimant gyvenimą tokį, koks jis yra, kai nustojame švaistyti savo energiją tam, kas neskirta arba dar ne laikas. Kaip suprasti, ar pavyko išsivaduoti iš nepasitenkinimo jausmo? Tai nutinka tada, kai aplanko suvokimas, kad mano gyvenimas yra Viešpaties tobulai apgalvotas iki menkiausios smulkmenos. Tai Kūrėjo man paskirtas gyvenimo kelias, kurį aš besąlygiškai priimu ir jis skirtas pačiam svarbiausiam dalykui gyvenime – dvasiniam augimui ir išsivadavimui iš samsaros – gimimo ir mirčių rato.

# BETONINĖ SIENA

Gyvenime būna etapai, kuomet niekas nevyksta arba vyksta ne taip, kaip norime, jaučiamės užstrigę. Mes labai stengiamės, bet vis tiek niekas nesikeičia. Tuomet dar labiau stengiamės, bet ir vėl tas pats. Išgyvename ir jaučiamės beviltiškai, vis nerandame išeities – išėjimo iš labirinto. Netenkina esama padėtis ir tuo pat metu nežinome, ką daryti, nes vis atsimušame į nematomą kliūtį. Atrodo, kad atsidūrėme tarsi prieš storą betoninę sieną, kurią ne mūsų jėgoms įveikti. Ta betoninė siena yra Dievo valia. Jei negalime to pripažinti ir priimti, vadinasi norime palaužti Dievo valią ir patys tapti Dievais. Nors viso labo esame tik mažytės kosminės dalelės visos visatos mastu.

Prisimenu, kai dalykai, kurių labiausiai norėdavau: konkreti darbo vieta, draugystė, kelionė, automobilis, būstas, šuo, meilės santykiai, įvairūs pasiekimai ir net tam tikra įvykių eiga tiesiog neišsipildydavo. Nes visa tai nebuvo man skirta. Bet visada gaudavau tiksliai tai, ko man ir mano dvasiniam augimui labiausiai tuo metu reikėjo. Ir visada gaudavau geriau, nei ko taip troškau, tik reikėjo išlaukti, bet tuo metu dėl savo didaus nusivylimo nebuvo pasiruošusi bei pajėgi priimti ir išlaikyti.

Todėl dabar suvokiu, kad Dievo valia yra aukščiau mano norų ar nenorų. Lenkiuosi Jam ir atsiduodu į Jo rankas. Vadinasi jis geriau žino, kas man naudingiau. Todėl prašau padėti priimti tai, ko niekaip negaliu priimti. Plečiant tokią savimonę, našta pradeda lengvėti. Suprantu, kad man Jo skirtas gyvenimo kelias yra tobulas iki menkiausios detalės, kad ir kas vyktų. Toliau darau tai, ką tą dieną turiu padaryti. Nudirbu visus reikiamus darbus su meile ir kantrybe, susitelkusi tik ties tuo, ką turiu nuveikti artimiausiu metu. Ateities veiklas įgyvendinsiu tada, kai ateis joms tinkamas laikas. Neprivalau visko žinoti, koks toliau turi ar neturi būti mano gyvenimas.

Taip nustoju stabdyti savo kūrybinę energiją. Pradedu jausti begalinę meilę ir atsidavimą Kūrėjui, gaunu daugiau vidinės dvasinės jėgos ir išminties gyventi kitaip nei anksčiau. Suvokiu, kad Dievas yra labai galinga, neišmatuojama, visą apimanti ir persmelkianti jėga. Jaučiu tą galią savyje. Aš nesu daugiau auka ir nebesu kančia. Su Jo pagalba įveikiu visas kliūtis, kurios iš tikrųjų nėra kliūtys, tik Jo mylinti ir rūpestinga ranka mano kelyje. Tampu rami, drąsi ir labiau atsipalaidavusi. Atvira širdimi einu per gyvenimą, nes daugiau nebejaučiu nepasitenkinimo. Betoninė siena staiga išnyksta, kai veikiu išvien tik su Dievo valia, kuri tampa mano valia.

*Kodėl atsiranda betoninė siena?*

## Pirmasis „NE“ – NEpriėmimas

Esminė priežastis, kuri trukdo patirti Dieviškumą, nepasitenkinimas savo gyvenimu. Jis kyla iš gyvenimo nepriėmimo. Nepriimame savo gyvenimo tokio, koks jis yra. Mūsų netenkina tai, ką turime. Esame nepatenkinti, kad negauname to, ko norime ir kad įvykiai klostosi ne taip ar ne tokiu būdu, kaip įsivaizduojame. Šis nepriėmimas kyla iš mūsų ego atskirties. Žmogiškojo ego prigimtis jausti atskirtį nuo Kūrėjo, jausti nuolatinį trūkumą, kurį užpildome žmonėmis, pojūčiais, daiktais. Kaskart įvairiomis priemonėmis siekiame vis labiau save stimuliuoti. Tam tikrą laiką jaučiame pasitenkinimą, o vėliau patiriame tuštumos ar beprasmybės jausmą. Lakstome kaip vištos su nukirstomis galvomis, griebiamės tai šio, tai ano. Blaškomės be reikalo ir dar daugiau susiveliame. Tokioje „vištos su nukirsta galva“ būsenoje priimame netikusius sprendimus, pavyzdžiui, mintyse imame „matuotis“ kitą partnerį, gaištame savo brangų laiką su netikusia draugija, išleidžiame per daug pinigų, apsunkiname save paskolomis, persivalgome ar valgome nesveiką maistą ir pan. Taip netikusiai elgiamės su pačiu savimi, nes juk „mano gyvenimas ne toks, koks turi būti!“, „Viskas jame vyksta ne taip!“. Tokiu būdu nepriimame mums įteiktos gyvenimo dovanos, kurios net nesiteikiame išpakuoti. Prieštaruojame dovanos Teikėjui net nepasigilinę, ko prisidirbome ankstesniuose gyvenimuose. Kad kažkas pradėtų keistis, pradžiai reiktų bent savo galvą užsidėti atgal į vietą. Galva tam ir duota, kad mąstytytume savarankiškai ir gebėtume rasti išeitį patys, nes niekas kitas už jus nepasakys, koks gi turi būti tas jūsų gyvenimas.

*Nepasitenkinimas kyla iš savo gyvenimo nepriėmimo.*

## Antrasis „NE“ – NEvertinimas

Kai net nesiteikiame priimti mums duotos gyvenimo dovanos, parodome, kad jos nevertiname. Mes tampame nematomi gyvenimui. Kaip neregiai klaidžiojame išskėstomis rankomis, apgraibomis ieškodami kito išėjimo, kurio nėra. Būdami nepriėmimo būsenoje, mes niekaip negalime suvokti ir įvertinti, kad tai, ką gavome neišvengiamai reikalinga mūsų dvasiniam augimui. Sunku pripažinti, kad nustojome regėti, kaip viskas iš tiesų yra. Nematymas užveria duris naujoms galimybėms ateiti.

*Je nepriimu ir nevertinu, tai nematau.*

## Trečiasis „NE“ – NEdėkojimas

Je nepriimame savo gyvenimo, tai ir nevertiname to, kas mums duota. Je nevertiname gautos gyvenimo dovanos, tai ir nedėkojame, nes už ką gi čia dėkoti? Neveiks jokios dėkingumo praktikos, je nors giliausioje širdies kertelėje būsite nepatenkinti tuo, kas duota šiame gyvenime ir žūtbūt sieksite įgyti tai, kas neskirta. Būdami nepatenkinti negalėsite nuoširdžiai padėkoti už tai, ką gaunate dabar. Dėkojimas avansu už tai, kad gautumėte ko neturite, nepadės. Kol kažkur sielos kertelėje kirbės kiti trys broliai – Nepriėmimas, Nevertinimas ir Nepasitenkinimas.

*Je nevertinu, tai ir nedėkoju...*

## Ketvirtasis „NE“ – NEpasitenkinimas

Iš visų trijų „NE“ kyla didysis Nepasitenkinimas. Iš didžiojo Nepasitenkinimo kyla arogancija ir pretenzija gyvenimui. Priekaištas Dievui. Ši puikybė gali būti labai gerai užmaskuota po sėkmingo, turtingo ir daug pasiekusio žmogaus įvaizdžiu. Kitiems, kurie nėra pusės tiek neturi, tai gali atrodyti siekiamybė ir akstinas būti dar labiau nepatenkintais savimi, kai nesiseka ir negana to, viskas vyksta atvirkščiai nei buvo norėta. Didžiulis nepasitenkinimas kyla, kai gyvenimas vyksta visiškai ne taip, kaip svajonėse matyta. Prasideda tikras kadrilis: kuo daugiau stengiamės ir siekiame tų svajonių, tuo labiau niekas nevyksta. Nepasitenkinimas auga. Kodėl? Nes esame ne savo rogėse arba dar ne laikas. Čia kaip meilė be atsako, sunku suprasti, kad kitas tavęs tiesiog nemyli ir nenori būti kartu. Tada nepasitenkinimas kyla dar labiau. Jis kaip nuodai apnuodija visą mūsų esybę. Nepasitenkinimas pasireiškia silpnumu, bejėgiškumu, apatija, ašaromis, pykčiu ir kitomis teroro prieš savo gyvenimą priemonėmis.

*Savaime suprantama, kad gyvenime yra tokių aplinkybių, kuomet turime nepasitenkinti esama situacija. Mūsų pareiga ir atsakomybė priešintis, kovoti ir apginti kitų ar savo moralines vertybes. Tai liudija įvairūs istoriniai įvykiai, kuomet žmonės išsivadavo iš priespaudos ir vergystės, iškovojo laisvę ateinančioms kartoms. Vienintelis dalykas, kuriuo galime būti nepasitenkinę, tai vidinė tamsa, kuri sukuria įvairias baimes ir neišmanymą. Todėl visada gyvenime turime palaikyti šviesos ir dvasinės švaros persvarą.*



Atėjo laikas atsakyti sau į kelis labai svarbius klausimus:

*Ar priimu savo gyvenimą toki, koks jis yra?*

.....  
.....  
.....  
.....

*Ar vertinu tai, kas man duota ir ką gaunu kasdien?*

.....  
.....  
.....  
.....

*Ar yra dalykų, už kuriuos neparodžiau tinkamo dėkingumo?*

.....  
.....  
.....  
.....

*Kas yra pagrindinis dalykas, dėl kurio jaučiu amžiną nepasitenkinimą arba svarbiausia neišsipildžiusi svajonė?*

.....  
.....  
.....  
.....

# PIRMA ISTORIJA

## „DAINA“

*Vieną kartą sėdėjau prie Gangos upės. Užrašinėju būsimą knygą dovanotoje užrašų knygelėje su laiminančio Ganešos atvaizdu ant viršelio. Knygelės lapai buvo iš perdirbto popieriaus, stori ir šiurkštūs. Dailyrasčiu niekada nepasižymėjau, o įkvėpimo pagauta greitai keverzėjau besiliejančias mintis. Jei nors kartą buvote Indijoje, tikriausiai žinote, kad vienas prie Gangos ar kur kitur ilgai nepasėdėsi. Taip ir tąkart nutiko... Pakeliu akis: šalia manęs jaunas malonus indas.*

*Dažniausiai, kai kur nors prisėsdavau labai įsitraukdavau į tai, ką darau. Nes niekada nežinojau, kiek tas malonumas būti vienai truks. Kadangi tai stebuklą šalis, neužilgo išgirdau klausimą, – „Ar tu dainą rašai?“. Geras klausimas! Niekada nesu parašiusi dainos, net nežinau, ar sugebėčiau. Nusišypsojau ir atsakiau, kad rašau knygą. Juk nuo vaikystės svajojau tai padaryti. Bet kai perskaičiau gausybę knygų ir įvairios literatūros supratau, kad nieko naujo ir geriau nei parašyta neparašysiu. Bet tik ne tąkart! Įkvėpimas buvo toks ryškus ir šviesus. Savaiame suprantama knyga kažkokiu būdu išvys dienos šviesą. Tai bus mano daina pasauliui☺*

***Kai ateina tinkamas laikas ir yra sukaupta reikiama patirtis, mes įgyvendiname tai, kas skirta tarsi savaiame.***

# KAIP 4 „NE“ PAVERSTI 4 „TAIP“

## Nepriėmimas ⇨ Priėmimas

Priėmimas to, kas duota, reikalingas kaip pagrindas, kad įsivyratų pusiausvyrą ir darną. Visiškas priėmimas įvyksta kuomet nėra jokio vidinio pasipriešinimo. Taika su pačiu savimi reiškia, kad mano gyvenimas yra pakankamas ir pilnas. Priėmus savo gyvenimą tokį, koks jis yra, tarsi didžiulis akmuo nurieda nuo krūtinės. Koks palengvėjimas, kai nesivaržau, nesiteisinu ir niekam nieko neįrodinėju!

Priimti, nereiškia kentėti. Priimti yra suvokti savo gyvenimą geriau nei iki šiol. Kai priimsiu savo gyvenimą nepagražintą, aiškiau suvoksiu, kas iš tikrųjų dabar vyksta. Tuomet galėsiu pasakyti sveiką „ne“ tam, kas mano gyvenime griauna mano vidinę ramybę ir pusiausvyrą. Sakysiu „taip“ tam, kas gydo mano sielą ir kūną. Dėl priėmimo atsiranda daugiau pagarbos sau, pagarbos savo veiklai ir pagaliau pagarbos savo gyvenimui. Mums sekasi, kai esame vidinio susitaikymo ir asmeninio gyvenimo kelio priėmimo būsenoje. Priėmimas yra paties Gyvenimo priėmimas.

Prisiminiau Indijoje sutiktą amerikietę oranžiniais rūbais, reiškiančiais materialaus pasaulio išsižadėjimą. Ji papasakojo, kad neseniai su grupe atliko meditaciją, kurios metu mokėsi, kaip dirbti su savo dieviškąja energija. Priėmimas kaip tik ir yra ta būseną, kurios metu galime priimti savo dieviškumo kibirkštį. Ankstyva rytinė meditacija puikus būdas tai patirti. Tai raktas, padėsiantis keisti įvykių eigą.

## Nevertinimas ⇨ Įvertinimas

Jei savo gyvenimą priimu tokį, koks jis yra, tuomet galiu įvertinti tai, ką gavau. Suprantu, kad gaunu tik tai, kas reikalinga mano augimui. Šis suvokimas suteikia dar daugiau ramybės ir aiškumo. Įvertinimas padeda atskirti kas šiuo metu duota, o kas ne arba dar neatėjo tam tinkamas laikas.

Žmonės iššvaisto daugybę laiko ir energijos veltui vaikydamiesi tai, kas neskirta. Jie nemato ir nenori vertinti to, kas yra čia pat, šalia ir kur kas lengviau įgyvendinama. Jei nuolat nepavyksta įgyvendinti savo norų, vadinasi dar neišmokau labai svarbios pamokos. Pati svarbiausia pamoka yra suprasti savo gyvenimo tikslą. Jei tai, ko siekiu niekaip neišsipildo, tai tėra tik priemonė pakeliui į didįjį tikslą. Pernelyg stiprus įsikibimas ir prisirišimas, kad gyvenimas vyktų pagal mane, nutolina nuo tikrojo šio gyvenimo tikslo.

Blogiausia, kai nenoriu matyti, ką turiu išmokti... Jei nematau, esu nesąžiningas su pačiu savimi. Įvertinimas yra tarsi praregėjimas po ilgo klaidžiojimo tamsoje. Įvertinti, reiškia suteikti savo gyvenimui vertę ir prasmę. Kuo labiau priimu savo gyvenimą, tuo labiau jį branginu ir vertinu.

## Nedėkingumas ⇨ Dėkojimas

Dėkingumas atveria širdį ir vartus į pilnatvę. Lengva dėkoti, kai vertiname. Kai viskas savaime suprantama arba netenkina, dėkingumas tampa tik formalumas. Alkis ir troškulys skatina vertinti ir dėkoti labiau. Kaip nuoširdžiai dėkotume už stiklinę tyro vandens po ilgo klaidžiojimo smėlio dykumoje! Kaip vertintume paprasčiausią vandenį! O jei kažko neturiu arba viskas vyksta ne taip, kaip norisi? Ar tuomet galiu jausti nuoširdų dėkingumą? Jei sukyla nepasitenkinimo jausmas, reikia kartoti nuo pradžių pirmą žingsnį – gyvenimo priėmimą. Kartoju nuo pradžių tiek kartų, kol ištirpsta skausmas ir išsilaisvinu. Priimu, vertinu, dėkoju ir jaučiu pilnatvę. Priimu, vertinu, dėkoju ir jaučiu pilnatvę. Priimu, vertinu, dėkoju ir jaučiu pilnatvę...

## Nepasitenkinimas ⇨ Pilnatvė

Pilnatvė – tai suvokimas, kad viskas, kas vyksta mano gyvenime yra teisingas ir genialus Dievo planas apgalvotas iki menkiausių smulkmenų. Šis akimirkos nušvitimas gali aplankyti gilaus atsipalaidavimo, meditacijos, maldos ar kitos dvasinės praktikos metu. Koks palengvėjimas! Daugiau nebereikia daužyti galvos į betoninę sieną! Rutininės, nuoseklios ir kryptingos dvasinės praktikos pagreitina šį suvokimą. Praktikų metu išsigrūnina pagrindinio gyvenimo tikslo suvokimas bei žinojimas, ką daryti ir ko vengti. Svarbiausia daugiau nesijaučiame beviltiškai užstrigę, net jei iš pirmo žvilgsnio atrodytų, kad niekas nevyksta. Kuo daugiau prabudimo akimirkų, tuo labiau išsilaisviname nuo įvairių prisirišimų, trukdančių patirti pilnatvę.

Savo neišsipildžiusius lūkesčius pavedu Kūrėjui, kad išvysčiau tikrąją šviesą ir patirčiau pilnatvę. Mano valia sutampa su dieviškąja valia. Pasipriešinimas išnyksta. Visada gaunu tiksliai tai, ko labiausiai reikia mano dvasiniam augimui.

# ANTRA ISTORIJA „TREČIOS STADIJOS VĖŽYS“

*Kartą, karantino metu Indijoje nutariau pasivaikščioti kitoje Gangos upės pakrantėje. Prie pat mūsų viešbučio esantis tiltas per Gangą ilgą laiką buvo uždarytas, juo galėjo naudotis tik vietiniai. Budėjo policija ir nepraleisdavo vakariečių. Bet uždraustas vaisius pats skaniausias. Kartą pavyko prasmukti į kitą kranto pusę nepastebėti policijos. Čia tai bent pergalė prieš sistemą buvo! Kaip pašėlusi laksčiau po nematytas vis dar veikiančias parduotuves. Vienoje iš jų dvi labai malonios pardavėjos primygtinai už gerą kainą siūlė nusipirkti tibetietišką varpą. Neatsispyriau ir nusipirkau, nors visai neketinau pirkti jokio varpo. Dabar šis varpas neatsiejama mano namų altoriaus dalis ir laisvės bei pasipriešinimo simbolis.*

*Tai tiek tos priešistorės, grįžtu prie to, ką norėjau papasakoti. Kai tik mintyse pradėjo sukltis vaizdai, ką gero nuveiksiu kitame krante, gavau žinutę iš pažįstamos ukrainietės Kristinos. Ji pasisiūlė prisijungti prie mano pasivaikščiojimo. Labiau norėjau pabūti viena, bet tiek to, pamaniau, eikime dviese. Jei žmogus prašo, reikia skirti jam dėmesio. Juk kitą kartą galėsiu eiti viena. Susitikome prie mano viešbučio. Kristina luktelejo, kol nusimaudžiau Gangoje ir mes patraukėme link beždžionių tilto per upę. Norėjau pasikalbėti apie galimybę grįžti namo. Pasiuočiau, kad man tikrai reikia grįžti į Lietuvą, nes namuose daug darbo, reikia padėti mamai. Bet Kristinai grįžimas namo nebuvo aktualus. Ji ketino pasinaudoti karantino apribojimais ir pasilikti Indijoje ilgiau. Toliau ėjome pėsčiomis ir šnekučiavomės apie šį bei tą. Visai buvau pamiršusi, kad Kristinai trečios stadijos vėžys...*

*Grįžinėjant atgal, stabtelėjome sulčių prie vaisių vežimėlio. Eiliną kartą negalėjau atplėšti akių nuo gana aukštokos, tvirtos, tamsaus gymio ir išraiškingų veido bruožų pardavėjos. Visada sustingdavau prie jos prekių vežimėlio ir stebėdavau šios moters judesius bei elgseną. Apžiūrinėdavau jos ryškią ir spalvotą aprangą. Man tai buvo pati gražiausia ir išpūdingiausia vietinė pardavėja. Spoksojau ir šį kartą. Viskas buvo gerai, išskyrus tai, kad mane sutrikdė Kristinos elgesys. Nustebau, kad ji gana aiškiai ir nepagarbiai elgiasi su pardavėja, kuri kantriai vykdo jos nurodymus. Pardavėja su keturių asmenų šeima gyvena dvylikos kvadratinių metrų kambaryje be tualetų... Kristinos mityba, remiantis gydytojo rekomendacija, buvo griežtai apribota. Pavyzdžiui, ji galėjo gerti šviežio kokoso vandenį, bet negalėjo valgyti jauno kokoso baltymo... Dėl to ji nurodinėjo pardavėjai, ką ši turi daryti.*

*Tada akimirksniu supratau, kodėl ji serga vėžiu ir jai reikia likti Indijoje. Dar ir dabar, praėjus pusmečiui, Kristina vis dar Indijoje. Vakar atsiklausiau, ar galiu ją paminėti savo knygoje nekeisdama vardo. Kristina yra fatališkas vardas lydintis mano gyvenimą. Toliau tą dieną*

mūsų bendro pasivaikščiojimo reikalai ėmė staiga blogėti. Kristina elgėsi vis keisčiau. Pakeliui dar parodžiau jai vieną kokybiškų šalių parduotuvę su itin miela pardavėja. Dusinančiame karštyje net apšalau, kad ta pati pardavėja visiškai kitaip elgiasi su Kristina nei su manimi. Nors Kristina net nespėjo dar pasireikšti...

Kitą dieną Kristina atsiprašė už savo elgesį. Sunkoka ir dviprasmiška buvo visa tai patirti, juo labiau, kad tąkart norėjau pabūti viena. Atsiprašymo visai nelaukiau ir nesitikėjau. Daug labiau norėjau, kad ji tuos atsiprašymo žodžius būtų pasakiusi vaisių pardavėjai...

Įvyko tai, ką stebiu astrologinių konsultacijų metu. Kiekvieno mūsų gyvenimo kelias labai individualus. Dėl to, net esant toms pačioms aplinkybėms ir net iš tų pačių asmenų skirtingi žmonės gauna skirtingas patirtis. Kiekvienas gauname tik mums skirtą atpildą. Remiantis karma ir astrologija, gyvename ne vieną gyvenimą. Dėl to nereikia stebėtis ar užsiimti savigrauža, jei gimsta neįgalūs vaikai, vyksta karas, badauja žmonės ir kt. Taip pat nereikia galvoti, kad šiandien kenčiantis žmogus kažko baisaus prisidirbo praeitame gyvenime. Karma gali būti ne tik asmeninė, bet ir šeimos, šalies ar kita kolektyvinė karma. Tai sudėtingas mechanizmas. Jei nebūtų karmos, egzistuotų visiškas socializmas, visi turėtume lygiai tokias pačias sąlygas ir gautume vienodą atpildą.

Kodėl gyvenimo kelias skleidžiasi vienaip ar kitaip, priklauso nuo mūsų vidinio pasaulio, sudaryto iš mūsų minčių ir jausmų. Jie tarsi antena skleidžia atitinkamas bangas, remiantis mūsų ankstesniais veiksmais bei patirtimis. Todėl kiekvienas iš mūsų gauname tik mums skirtą individualų atsaką. Svarbu išvengti subtiliuosius ryšius, jungiančius priežastis ir pasekmes. Galų gale gyvenimas kupinas išbandymų ir iššūkių, kurie reikalingi mūsų augimui. Visada gauname tiksliai tokią augimo priemonę, kurios padedami galime įgyvendinti esminį pokytį savo gyvenime. Nesvarbu, ar tai būtų vėžys, ar mylimo vyro nenoras tave vesti. Kad ir kas tai būtų, tai yra tai, ko labiausiai reikia mus pažadinti iš letargo miego. Galime rinktis: purkštauti ar priimti ir kažką daryti kitaip, nei ligi šiol. Gyvenimo priėmimas ir vertinimas padeda greičiau pažinti subtilų pasaulį ir jo dėsnius bei suvokti pagrindinį gyvenimo tikslą.

***Ką daryti, jei betoninė siena niekaip neišnyksta?***

# FORMULĖ: 3 M + A = PILNATVĖ

Kai eilinį kartą atsiduriame aklavietėje, suprantame, kad tai ne mūsų jėgoms. Norime, kad viskas pasikeistų, bet niekas nesikeičia. Nepasitenkinimo ir bejėgiškumo jausmas stiprėja. Pasiduodame nepalankiai kitų žmonių įtakai, atsiduriame netinkamoje aplinkoje. Galiausiai perdegame, nes sielojamės be reikalo. Taip nutinka dėl per daug stipraus noro pakeisti tai, kas nėra įmanoma mūsų jėgoms. Tada atsigrežiame į Dievą ar šaukiame pagalbą iš aukščiau.

Tuomet prasideda darbas su dieviškąja energija, kuri gali iš esmės perkeisti visą mūsų gyvenimą. Šios energijos dėka galime patirti aukščiausią įmanomą pilnatvę, kai išnyksta ribos tarp proto ir mus supančio pasaulio. Užsipildę dieviškąja energija galime jaustis kaip milijonieriai, nors uždirbame tik pragyvenimui. Praktikuodami šią energiją įgyjame apsaugą iš aukščiau.

**Malda, meditacija**, dvasinė **muzika** ir namų **altorius** yra praktinės priemonės, atveriančios duris į dvasinę **pilnatvę**. Kasdienė nuosekli, kryptinga ir labai sutelkta maldos ir meditacijos praktika pakeičia gyvenimą neatpažįstamai. Nuolatinės praktikos stiprina dvasią ir atveria duris į gilesnę savęs ir pasaulio pažinimą. Stipri dvasia ne taip greitai palūžta, o palūžus greičiau prisikelia tiek kartu, kiek reikia, tarsi feniksas iš pelenų.

Viskas paprasta, tereikia vidinės pastangos ir šiek tiek valios laikytis nuoseklumo. Taip kaip išmokome skaityti ir rašyti, galime išmokti ir melstis ar kartoti mantrą. Pasirenkame sau tinkančią maldą ar mantrą ir kartojame kiekvieną dieną tuo pačiu laiku. Geriausia ryte ir vakare. Vėliau įprantame kartoti visą dieną mintyse. Tuomet pabundame ir užmiegame kartodami. Kartojame, kai sekasi ir nesiseka. Kartojame vairuodami ir nuobodžių susirinkimų ar sudėtingų pokalbių metu. Kartojame, kai tik pastebime vyraujančias niūrias mintis. Kartojame ir valome savo sielą, širdyje tampa vis lengviau ir lengviau. Neužilgo prasideda stebuklai.

Kad įžiebtume savyje miegančią dvasinę ugnį, galime papildomai pasiskaityti apie maldos galią ir apsaugą. Jei domitės Rytų kultūra, tikriausiai žinote, kad mantros buvo naudojamos religinių ritualų metu ar net kaip ginklas. Mantra yra garsas, kuriam sklindant protas išvaduojamas iš iliuzijų. Maldos ar mantros kartojimo metu mūsų sąmonė iš žemesnių energetinių centrų kyla į aukštesnius. Tai vienas greičiausių būdų pakelti savo dvasinės energetikos lygį. Kuo dažniau įprantame kartoti, tuo lengviau išlaikyti šviesą skleidžiančią pakylėtą būseną ir atsispirti tamsai. Malda padeda atitraukti protą ir jį išvalyti nuo įkyrių norų, minčių, nepasitenkinimo, pykčio ir pan.

Pagalvokite, kad **malda ar mantra yra jūsų asmeninis ginklas, padedantis išsivaduoti iš bet kokių blogybių.**

Puranose „Srimad Bhagavata“ minima, kad reikia nuolat galvoti apie Viešpatį ir Jį medituoti. Šiame šventraštyje nerašoma, kad mintyse reikia melsti svajonių išsipildymo. Dažnai minimas neprisirišimas prie materialaus pasaulio ir tinkamas savo pareigų atlikimas bei gyvenimas pagal prigimtį. Vadinasi maldos tikslas nėra noro išpildymas ar savo sąlygų diktavimas. Maldą kreipiame į Dievą, bet ne į norą. Suprantame, kad iš aukščiau geriau matyti, kas šiuo metu mums geriausia. Nustojame bijoti nežinios, nes išmokstame atsiduoti ir pasitikėti. Maldos metu užsipildome dvasine šviesa, kurios padedami lengviau gauname reikiamą materialinį aprūpinimą savo gyvenime. Nuolatinis šventų tekstų kartojimas padeda palaikyti minčių higieną, pamažu ugdo meilę Kūrėjui ir mus supančiam pasauliui. Tereikia susikurti naują įprotį, kuris vadinasi „nepertraukiamas kartojimas“. **Su malda visada lengviau, nes esu su Dievu.**

Meditacija nepriklauso jokiai religinei konfesijai. Tai universalus būdas sujungti savo asmeninę sąmonę su Aukščiausia Sąmone. Yra įvairių meditacijos technikų, tereikia pasirinkti tinkamą ir išbandyti. Meditacijos kaip ir maldos ar mantras tikslas nėra svajonių pildymas. Pagrindinis dalykas, ko reikia norint pradėti medituoti, tai anksčiau atsikelti. Patartina išsivėdinti kambarį, kad nebūtų pašalinių kvapų, susirasti ramų kampelį, jei reikia pasitiesti kilimėlį ar pasidėti pagalvėlę.

Prieš meditaciją galima nusiprausti, atsigerti šilto vandens. Galima atsisėsti įprasta lotoso poza ar sėdėti ant kėdės, klūpėti ant kilimėlio kojas pasikišus po savimi. Iš pradžių, kad būtų patogiau, galima pasinaudoti pagalvėlėmis ar sulankstytu užtiesalu. Svarbiausia tiesus stuburas, užmerktos akys ir tylą kambarį. Prieš meditaciją galima atlikti kelis kvėpavimo pratimus, padedančius nuraminti protą ir geriau susitelkti.

Visada stenkitės medituoti toje pačioje vietoje ir tuo pačiu laiku. Tokiu būdu susikuria rutina ir meditacija tampa kaip rytinis dantų valymas. Meditacijos vietoje palaikykite švarą. Pradėti galima nuo dešimties minučių ir pamažu ilginti. Geriausia vadovautis taisykle: medituoju dešimt minučių, bet kiekvieną rytą. Meditacija gali būti kaip pasiruošimas ir susikaupimas maldei ar mantras kartojimui. Medituojantis žmogus panašus į kobrą: vienu metu jis suderina pastangą su gebėjimu išlaikyti budrumą ir išlieka giliai atsipalaidavęs. Dėl to svarbu išlaikyti tiesų stuburą, juo energija iš žemesnių centrų kyla aukštyn. Protas nurimsta ir žmogus tampa budriu savo vidinės erdvės stebėtoju.

Šiais laikais nesunku susirasti meditacijos mokytoją. Galima tai padaryti nemokamai internete. Svarbiausia pradėti. Iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti, kad tai labai lėtas, niekur nevedantis vyksmas. Tačiau po vienerių, dvejų ar daugiau metų ateina suvokimas, kad gyvenimas pasikeitė negrįžtamai. Metams bėgant nuolatinis asmeninis augimas įgauna pagreitį: pradeda keistis išorinė aplinka ir net mus supantys žmonės. Paprasčiausia meditacinė technika – tai palaukti kol nurims protas ir žvilgsnį nukreiptus į trečios akies vietą su meile mintyse kartoti savo mantrą ar maldą. Tai geriausia atlikti užsimerkus.

Ką daryti su įkyriomis mintimis? Išmokstame stebėti savo mintis ir anksčiau ar vėliau jos pačios pasitraukia. Kas rytą treniruojamės tarsi būtume profesionalūs sportininkai ir tobulėjame. Meditacija puikiausias būdas išmokyti savo protą ir jausmus per daug nereaguoti į viską, kas vyksta mūsų galvoje ir aplinkoje. Tai nutinka dėl nuoširdžios pastangos, savitvardos ir nuolatinio veiksmų kartojimo. Išmokstame atskirti, kada veikiame mechaniškai ir pasitaisome savo elgesį.

Neįsivaizduoju savo gyvenimo be meditacijos. Medituoju kas rytą daugiau kaip penkerius metus. Net jei keliauju, pramiegu ar esu pervargus, vis tiek randu laiko at-



likti savo kasdienę praktiką. Medituoti pradėjau pati, vedina stipraus vidinio poreikio patirtį vidinę tylą ir amžinybę. Kai buvau pasiruošusi žengti kitą žingsnį, internete aptikau vieno vienuolio meditacijos kursą. Kai mokinys pasiruošęs, visada atsiranda mokytojas! Didelė laimė ir pasisekimas sutikti tikrą mokytoją, kurio dėka viskas pradeda vykti sparčiau ir lengviau.

Dienos metu galima palaikyti rytinę meditacijos nuotaiką klausantis dvasinės muzikos. Klausytis galima gaminant valgyti, tvarkantis namuose ar vairuojant. Klausytis galima per ausinuką. Kai nėra galimybių klausytis garsiai, galima visiškai priltildyti muzikos grotuvą ir nustatyti groti be pertraukos. Taip galima padaryti ir prieš einant miegoti. Miego metu mūsų sąmonė išgirs tai, ko negirdi ausis. Padeda, kai šeimoje sudėtingi santykiai ir artimieji dar nėra pasiruošę klausytis tokios muzikos.

Dvasinė muzika yra ta, kurioje kartojami šventi tekstai ir Dievo vardai. Tai pats paprasčiausias būdas palaikyti savo dvasinės energijos lygį, kai esame užimti dienos darbais. Galime dainuoti kartu su muzika ar tik savo širdyje, kai nėra galimybių. Dvasinė muzika puikus būdas išvalyti savo sąmonę nuo masinės informacijos priemonių skleidžiamo šlamšto. Tinka įvairių dvasinių tradicijų muzika. Tereikia pasirinkti sau patinkančią ir klausytis būtent tos, kuri suteikia didžiausią atgaivą sielai. Laikui bėgant keičiasi mūsų sielos virpesiai ir lavėja muzikinis skonis.

Jei rytais sunku prisiversti mankštintis, galima pradėti nuo dvasinės muzikos ir šokio. Dvasiniai šokiai aptinkami įvairiose tautose, jų paskirtis – šlovinti Dievą. *Sufijų* tradicijoje žinomi *deroišų* šokiai. Indijoje šventyklose atliekami ritualiniai šokiai kilo iš senovinės vedų kultūros. Vedinė vaišnavizmo tradicija pasižymi ekstatiniais kirtanų metu atliekamais šokiais. Pasidomėjus galima aptikti ir mūsų laikais sukurtus dvasinius šokius. Indų filosofas ir dvasinis mokytojas Šri Šri Anandamurti, 1978 m. sukūrė dvasini šokį, pavadinimu „kaoshikii“. Šis šokis sužadina subtiliuosius proto sluoksnius, sutvirtindamas ryšį tarp individualios ir visuotinės Sąmonės, ugdo pasitikėjimą savimi. Dvasinis šokis atveria širdį, išvalo sąmonę ir užpildo ją šviesa. Ekstatinio šokio vedami galime išreikšti džiaugsmą ir dėkingumą, greičiau atsikratyti įvairių vidinių suvaržymų. Šokdami įgyjame daugiau laisvumo, tampame mažiau susireikšminę ir niūrus, atsikratome perdėto rimtumo.

Namų altorius kaip šeimos židinys ir gali būti perduodamas iš kartos į kartą. Jis suteikia apsaugą namams ir jų gyventojams. Altorių susikurti verta – iš karto pasikeičia namų energetika. Kaip susikurti savo namų altorių? Tereikia prisiminti kas mums yra šventa ir brangu bei pasinaudoti savo kūrybiniais gebėjimais.

- **VIETA.** Rekomenduoju altoriui parinkti geriausią ir labiausiai matomą vietą namuose. Pagalvokite, kad tai jūsų asmeninė šventykla, ji nusipelno pačios geriausios vietos. Kuo dažniau dienos metu jūsų žvilgsnis nukryps į altorių, tuo šviesiau taps širdyje. Altorius tarsi gyva būtybė, kuriai reikalingas nuolatinis dėmesys, taip stiprėja jo skleidžiama energija. Neturite jausti jokio nepatogumo dėl svečių nuomonės, tai jūsų šeimos namai. Pastebėsite, kad pradės lankytis nauji žmonės, keisis pokalbių temos, nes daugiau nesinorės beprasmiškai kalbėtis ar net bartis. Kaip nuostabu savo namuose turėti asmeninę šventyklą!

- **ŠVENTUMAS.** Prisiminkite, kas jums nuo vaikystės yra šventa ir brangu, kas svarbu dvasiškai. Susiraskite ar įsigykite šventųjų, dvasinių mokytojų nuotraukas ar paveikslus. Tinka įvairių dvasinių tradicijų paveikslėliai ir statulėlės, akmenukai iš šventų vietų, įvairios rytietiškos malos, močiutės ar dieduko rožančius, ir pan.

- **DYDIS.** Altorius gali būti visai mažas ar vidutinis pagal jūsų asmeninį poreikį. Indijoje teko matyti nedideles pakabinamas ar pastatomas medines dėžutes su durelėmis, kurios primena pakabinamas spinteles. Ten įprasta turėti altorių kiekvienoje parduotuvėje, kavinėje ar įstaigoje. Nedideli altorėliai įkurdinami net automobiliuose.

• **PUOŠYBA.** Pasitelkite savo kūrybingumą: altorių puoškite gėlėmis ir jų puokštėmis, kabinkite dirbtines ar gyvas gėlių girliandas, patieskite nertą servetėlę ir pan. Pastatykite nedidelį vazonėlį su ilgai žydinčiomis gėlėmis. Sukurkite apšvietimą, pasinaudodami pačiomis įvairiausiomis lempučių girliandomis. Laikas nuo laiko uždekite žvakelę.

• **ŠVARA.** Nuolat palaikykite švarą: nuvalykite dulkes, pakeiskite gėlių vandenį, surinkite nukritusius žiedlapius ir žvakių likučius, išplaukite servetėlę, atnaujinkite įvairius papuošimus.

• **RITUALAI.** Tai asmeninis pasirinkimas priklausomai nuo to, kas jums artima. Įvairūs dvasiniai ritualai: aukojama ugnis, skaitomos maldos ar kartojami kiti šventi tekstai sukuria stiprų energetinį lauką ir tampa jūsų dvasinės praktikos dalimi. Prie altoriaus visada galima padėti nuplautų vaisių, taip juos paaukojame ir tik vėliau suvalgome. Ryte galime pasisveikinti nusilenkimu ar mintyse praeidami pro šalį. Vakare eidami miegoti, galime atsisveikinti iki kito ryto. Namų altoriaus nuotrauką galime užsidėti ant telefono ar kompiuterio ekrano.

Jei jaučiate, kad priėjote kritinę ribą savo gyvenime, išbandykite šią praktišką **3 M + A = P** formulę. Juk neturite ką prarasti. Gyvenime patyriau ne vieną akimirką, kuomet rodėsi, kad balansuoju ties beprotybės riba. Atrodo, kad išbandžiau viską ir taip stengiausi, bet veltui. Toks jausmas, kad vėl įkritau į duobę, nes nebežinau kuo tikėti. Ateina laikas, kai supranti, kad niekas ką darei iki šiol, nepadeda. Tiesiog neveikia. Nelaukite, kol taip nutiks. Pradėkite šiandien. Pradėkite nuo maldos, ramaus pasėdėjimo su savimi tyloje, išsijunkite dvasinę muziką, susiraskite ir prieš akis pasidėkite jums šventą paveikslėlį. Tegul tai tampa įpročiu. Tiek padaryti gali net vaikas. Šventi dalykai nieko nekainuoja.



# TREČIA ISTORIJA „MILIJONŲ VERTĖS TURTAŠ“

*Kelionės į užsienį mano gyvenime pasitaiko retai, o juo labiau tolimos kelionės. Gana netikėtai po aštuonerių metų pertraukos nebuvo mano svečioje šalyje išskridau į Indiją. Įdomiausia, kad Indija niekada nebuvo mano svajonių šalis ar traukos taškas. Net dėl astrologijos, nes mano mokytojas gyveno Amerikoje. Išvykimo priežastis buvo visiškai kvaila. Tai mano noras kažkaip išjudinti savo mylimą vyrą, kuriam mano nuomone buvo užsitęsusi tamsioji sielos valanda. Pirma mintis buvo Balis, bet su turimu biudžetu supratau, kad Indija bus pigiau. Pinigų turėjau tik bilietui. Pasakiau, kad pati pasidengsiu visas savo išlaidas, kad tik skristume kartu. Iškilto nesklandumų, bet savojo atkaklumo dėka sumaniai įveikiau visas iškilusias kliūtis ir mes išskridome.*

*Šiandien rašydama įžangą savo trečiai istorijai suprantu, kad tai buvo pats gudriausias, koks tik gali būti man skirtas Viešpaties planas. Skrydis į Delį per Ukrainą oro uostų Lietuvoje uždarymo išvakarėse. Pirmas kultūrinis šokas pačiame prasčiausiame Delio rajone, keturių dienų žygis Himalajuose ir keturi mėnesiai Indijos jogų sostinėje Rišikeše.*

*Kiekviena diena Indijoje buvo kupina įvairių išgyvenimų ir naujų patirčių. Atrodė, kad viskas, kas vyksta yra niekaip nesibaigiantis indiškas kino filmas. Dabar pro langą žiūrėdama į krentantį gruodžio sniegą žinau, kad tai buvo ir vis dar yra geriausias mano gyvenimo filmas. Labiausiai buvau nustebinta nuoširdaus rūpestingumo, paprastumo ir tikroviškumo. Indija sušildė mano širdį kaip dar niekas iki šiol. Keturis mėnesius gyvenome viesbutyje prieš šventyklą, visus aplink pažinojome, jautėmės aprūpinti, mylimi ir gerbiami. Tam tikros patirtys dėl asmeninių santykių, judėjimo laisvės ir prigimtinių teisių suvaržymo bei visuotinės padėties pasaulyje, buvo skausmingos. Praėjus pusmečiui dar nebuvo nė dienos, kad prieš akis nešmėžuotų kadrai iš mano indiško filmo. Kiekvieną dieną galvoju apie Indiją ir kaip ten sugrįžti.*

*Gal iš šalies atrodo juokinga ar naivu, bet man Indija pavirto tikru stebuklų lauku. Kai tik pamanydavau, kad viskas kas įmanoma įvyko, neužilgo prasidėdavo kažkas visiškai naujo. Taip nutiko ir su namų altoriumi, kurio niekada neturėjau savo norų sąrašė. Po gretimo namo balkonu gyveno labai egzotiškos išvaizdos Baba. Jo akys ir veido bruožai labiau priminė mongolą, ant pakaušio pūpsojo didelis dredu kuodas. Keistoko charakterio, kartais rūkydavo lengvus narkotikus ir vakarais kurdavo lauželį pasišildyti. Vieną dieną ant Gangos kranto Baba mums parodė metalinį Šyvos lingamą su išpūdinga jį apjuosusia gyvate raudonomis akimis. Jam patiko mūsų nuoširdus susižavėjimas lingamu, leido nufotografuoti.*

*Nuotrauką parodžiau pažįstamai, greta mūsų prekiauvusiai indų porai, kurią laikėme savo šeima. Vikešas pasakė, kad tokio lingamo dar nėra matęs Rišikeše, bet pasiklaus pažįstamų prekybininkų. Vėliau pati įsitikinau, kad tokio nėra vietinėse parduotuvėse ir dėl įvairių judėji-*

mo apribojimų nerasime. Bet kartą... eilinio pasivaikščiojimo po veikiančias parduotuves metu, pamačiau pardavinėjamus upės akmenukus – Šyvos lingamus. Išgirdusi kainą supratau, kad patys galime susirasti sau artimą akmenuką prie Gangos. Juo labiau, kad mylimasis yra didysis akmenų rinkėjas iš prigimties. Savo planą papasakojau naujai indiškai šeimai Rutikai ir Vikešui, jie entuziastingai pritarė. Mano gimtadienio proga padovanojo nediduką Šyvos lingamą, į kurį galima įstatyti akmenuką. Buvau labai laiminga.

Netikėtai Vikešas pasiūlė akmenuką nunešti priešais dirbančiam dailininkui nutapyti. Taip ir padariau. Dailininkas atsisakė imti pinigų, pasiūlė pirkti jo tapytą nedidelį Šyvos paveikslą. Kaip avelė mekenau, kad kaip ir nereikia man to paveikslėlio ir nuėjau prie Gangos. Bet po penkių minučių tekina atbėgau atgal ir pasakiau, kad perku. Akmenuką dailininkas parsivežė namo. Ryte mačiau, kad mylimojo veidas kiek apsiniaukęs, nes nepaaiškinau, kur dingo akmenukas. Kuomet pamatė, kaip dailininkas jį ištapė, neužilgo nubėgo pas dailininką su visa sauja akmenų. Ta proga nupirkau dar vieną dailininko paveikslą – Ganeša portretą ir pakabinau viešbučio kambaryje kaip apsaugą. Dailininkas užsiminė, kad nesvarbu iš kurios vietos pažiūrėsi į Ganešos paveikslą, jis visada žiūrės man į akis. Taip ir buvo, supratau, kad niekas nepraslys pro Ganešos akis, visada būsime jo globoje.

Altorių kartu su Šyvos paveikslu įkurdinau ant apvalaus, iš vytelių pinto staliuko stikliniu viršumi. Tai buvo gražiausias baldas mūsų viešbučio kambaryje kartu su dviem pintomis kėdėmis. Iš karto pajaučiau, kaip pasikeitė visa kambario atmosfera. Viešbučio kambarys tapo tikra tvirtove ir apsauginiu fortu. Vis dar galiojo griežtos komendanto valandos ir kartais verkdavau, bet gyventi tapo žymiai lengviau. Tai buvo tarsi ašis, savyje talpinanti stiprią energetiką, apie kurią pradėjo suktis mūsų gyvenimas.

Dar kitą rytą tekina pasileidau į įkalnę, kur įsikūrusi parduotuvių virtinė. Pataikiusi į pačią pirmą, šlubam vyresnio amžiaus pardavėjui pasakiau, kad man reikia gyvatės. Intelligentiškas pardavėjas maloniai aprodė visą gyvačių asortimentą. Čiupau pačią gražiausią kobra ir parodžiau pardavėjui savo altoriaus nuotrauką telefone. Jis buvo sužavėtas, laiminga lankščiausi ir dėkojau. Taip jau yra, kad Šyvos lingamą visada saugo kobra, kuri taip pat tupi ant pirmojo pasaulyje jogo (Šyvos) peties. Tuomet Vikešas su Rutika padovanojo mažytį Ganešą iš savo parduotuvės. Jie pasakė, kad būtinai prie gyvatės reikia ir Ganešo, nes jis yra Šyvos sūnus. Tai man nebuvo naujiena, džiugiai priėmiau naują altoriaus narį. Tuo metu jau buvau pastebėjusi, kad Indijoje viskas materializuojasi daug greičiau.

Rytais, siaurais akmeniniais laiptukais pro arkinius vartelius, nusileisdavau prie Gangos. Ant juodos olos išdėliodavau savo turtą: Šyvos lingamus, Ganešą, Kobrą. Rieškučiomis semdavau Gangos vandenį ir liedavau ant jų. Prieš eidama apsirengdavau savo gražiausią ilgą violetinę suknelę. Mane užliedavo ypatingas jausmas. Stengiausi nepraleisti nė vieno ryto. Neužilgo supratau, kad reikia įsigyti specialų varinį indą vandens liejimui. Taip ir padariau, nusipirkau du. Vieną skirtą liejimui, o kitą su dangteliu – vandens laikymui. Nes prie Gangos sutiktas jaunas indas paaiškino, kad Gangos vanduo laikomas variniuose induose įgyja gydančių savybių ir gali būti naudojamas po lašelį kaip vaistai.

Tuo mano pirkiniai nesibaigė. Didžiausia laimė buvo slapčia nematant policijai patekti į kitą krantą ir nusipirkti tibetietišką varpą, naudojamą apeigoms. Vėliau uoliai lankiau parduotuves ir įsigijau porą varinių lėkščių ir du Šyvos trišakius. Tuomet nutariau įsigyti specialų indą, skirtą atlikti ugnies apeigas „arati“. Papildomai reikėjo nusipirkti garstyčių aliejaus ir medvilninės vatos ugnies dagčiai. Viską išsiklausinėjau, susiradau.

Tuomet nusprendžiau paklausti vietinių, kaip atlikti „arati“ apeigas. Vieną vakarą mane užkalbino šviesaus veido senolis. Parodžiau „arati“ indą ir jis mielai paaiškino, kaip reikia laikyti ir sukuti. Laiminga takeliu leidausi namo ir pamačiau savo mylimiausią oranžiniais rūbais apsirengusį Babą. Šis žmogus ilgam išliks mano atmintyje kaip itin nuoširdus ir atsidavęs Viešpačiui Šyvai. Atidžiai stebėdavau jo kruopščius rytinius ritualus prie Gangos. Baba buvo raišas, vaikščiodavo su ramentu. Bet tai jam netrukdė kas rytą nusiprausti, išsiskalbti savo audeklus,



išsitepti kūną balta pelenų pasta, sukalbėti mantrą. Niekada nemačiau rūkančio. Pastebėjau, kad yra ne tik tvarkingas, bet ir pedantiškas. Nesvarbu kiek kartų per dieną mane pamatydavo, visada šypsodavosi ir žemai lenkdavosi, nieko neprašydavo. Tąkart pavėsyje šalia nedirbančios parduotuvės jis buvo įsikūręs vakariniam poilsiui. Sėdėjo jaukiai įsitaisęs ant akmeninio grindinio, išsitiesęs savo oranžinius audeklius, šalia pasidėjęs kuklių mantą ir ramentą. Iš tolo šypsojaisi ir lenkiausi jį matydama, Baba atsakė tuo pačiu. Prisėdau šalia. Jis nekalbėjo angliškai, bet kuo puikiausiai man parodė, kaip atlikti „arati“ ir kokius žodžius tarti jos metu.

Kas vakarą degdavau ugnelę, o ryte skubėdavau prie Gangos. Altorius tapo naujų susirinkimų su ypatingais žmonėmis centru. Kartą mus aplankė jaunas indas, vardu Triloč. Tikras mistikas ir labai panašus į Jėzų. Žinoma jo taip pat paklausiau, kaip atlikti „arati“. Triloč pasakė, kad viskas labai paprasta ir pradėjo rodyti... Pasigirdo nedidelis triukšmas, pro atviras viešbučio kambario duris kaukšėdamas medine lazda įžengė mūsų Baltasis Baba. Labai nustebau, kad tie nematomi dvasiniai dalykai tokie stiprūs ir taip greitai gali pritraukti ypatingus žmones ar įvykius. Ta diena buvo tikra dvasios šventė. Kambaryje toyrojo ypatinga energija. Stebėjau viską atidžiai, išpūtus akis, visa nuščiuvus, bet labai pakylėta ir laiminga.

Baltąjį Babą tarpusavyje lietuviškai vadinome Seneliu. Nedidelio ūgio smulkus senolis net trisdešimt metų gyveno toje pačioje vietoje. Kukli, iš įvairių atliekų suręsta nedidelė pašiūrė, kurioje gyveno Senelis, buvo šalia praėjimo tako, skiriančio didelę šventyklą ir Gangą. Baltasis Baba buvo labai gerbiamas ne tik aplinkinių, bet ir šventykloje gyvenančių šventikų.

Dienos bėgo, mano pirkiniių skaičius augo. Galvojau, kaip reikės viską sutalpinti ir parsivežti. Negana to, visi tie variniai indai ir akmenys nemažai svėrė. Pamažu stengiausi stabdyti savo pirkinius. Bet... vieno pasivaikščiojimo metu, vienoje vitrinoje pamačiau nepaprasto grožio Hanumano skulptūrą. Neleidau sau jos nusipirkti, nes neva netilps į lagaminus ir viršys leidžiamą svorį. Savaitę negalėjau ištrinti Hanumano iš savo galvos. Nuolat žiūrėdavau į skulptūros nuotrauką telefone ir rodydavau draugams. Galiausiai neištovėčiau, išjungiau logiką ir pasakiau sau, kad einu ir nusiperku. Aišku apie šį sprendimą nieko nesakiau savo mylimiausiajam, kurį vietiniai ir Senelis jau seniai vadino Hanumanu... Tą dieną namo parsinešiau ne tik gerai supakuotą Hanumaną, kuprinė sprogo nuo įvairių lauktuvių. Su didžiausiu nekantrumu išpakavau skulptūrą ir pastačiau ant stalo. Spėkit, kas neužilgo atsitiko... Pro duris įžengė Senelis! Baltasis Baba iš karto paėmė į rankas Hanumano skulptūrą, glaudė ją prie savęs ir kažką hindi kalba šnekėjo Hanumanui. Stebint užliejo begalinis švelnumas. Dar po kelių dienų į viešbutį užsuko priešais gyvenantis mūsų globėjas ir draugas, indas Prašantas. Pakviečiau Prašantą užėiti, labai norėjau parodyti Hanumaną. Kadangi mylimojo nebuvo kambaryje, Prašantas tiesiog sprogo iš juoko dėl stulbinančio mano mylimojo panašumo į Hanumano skulptūrą.

Atrodė, kad altorius visiškai sukomplektuotas. Vieną varinę lėkštelę pakeičiau kita, labiau tinkančia pagal spalvą ir gerokai sunkesne. Norėjau, kad visuma būtų nepriekaištinga. Nuolat valiau ir palaikiau švarą, smilkiau įvairius smilkalus. Galvojate, kad jau pabaiga? Ne! Kartą, kai man visiškai nieko nereikėjo, vienas malonus senukas indas pakvietė užėiti į savo parduotuvę. Užėjau iš pagarbos, aiškiai sau sakydama, kad man tikrai nieko nereikia. Iš parduotuvės išėjau su Šyvos jaučiu, vardu Nandis... Malonus pardavėjas papildomai padovanavo Himalajų kalnų krištolo gabaliuką. Nediduką varinį jautį įkurdinau altoriuje. Prabėgo kelios geros dienos, Nandis sau tyliai tupėjo ir liko nepastebėtas. Kai vieną gražų rytą mažakalbis mylimasis nustebęs garsiai ištarė, – „Iš kur šitas? Dar vienas?!“. Būdama Lietuvoje sužinojau, kad jautis Nandis saugo Šyvos lingamą šventyklose. Teko matyti net nuotrauką, kur tikras jautis guli šalia jaučio Nandžio skulptūros. Kartą mačiau vaizdo įrašą, kuriame kobra apsirovijusi Šyvos lingamą, akylai jį saugo ir nieko neprileidžia. Suprantu, kad tai kur kas daugiau nei mums gali atrodyti iš pirmo žvilgsnio. Čia veikia visai kitos ir nežemiškos jėgos.

Pabaigai pagiriamasis žodis dailininkui, vardu Raghu, kuriam šioje istorijoje atiteko itin svarbus vaidmuo. Vakar, skaitydama garsiąsias puranas „Srimad Bhagavata“, sužinojau, kad tai garsaus Indijos karaliaus vardas. Pasirodo šis karalius buvo labai žymaus karaliaus Ramos,

*minimo senoviniame epe „Ramayana“, senelis. Matyt ne veltui dailininkas Raghu ir jo šeima iš vietinių indų išsiskyrė aristokratiškumu. Nesidomėjau jo šeimos linija, bet dailininko elgesys ir kalba kėlė pagarbą. Kartą jis manęs paklausė iš kur gavau paveiksluką, kurį laikau prie altoriaus, nes jis yra iš pietų Indijos. Pasakiau, kad vieną rytą radau jį numestą ir purviną prie Gangos. Man labai pagailo paveiksluko, jį nuploviau ir parsinešiau į viešbučio kambarį. Priėmiau tai kaip dovaną. Mažai kalbantis, išmintingas dailininkas pasakė, kad tai Dattatreya, Viešpaties Višnu įsikūnijimas. Būdama Lietuvoje laikas nuo laiko dailininkui siunčiu altoriaus nuotraukas. Atsimenu Raghu žodžius, kad šis altorius turi labai stiprią energiją. Jaučiu, kad altorius yra gyvas ir stebiu, kaip ši energija veikia nuo pat pradžių.*

*Mano milijonų vertės turtas, saugiai supakuotas dėžutėje nuo datulių, kuo sėkmingiausiai rankiniame bagaže keliavo per visas apsaugos patikras oro uostuose. Dar turiu paminėti, kad net tris dienas išmaniai pakavau lagaminus, kuriuos po to visur tampė mano stipruolis. Štai tokią neįkainojamą patirtį ir dar daugiau atsivežiau iš Indijos. Stebuklai tęsiasi...*

*Ką darau ne taip, jei ir vėl atsitrenkiu į betoninę sieną?*

## Dažniausiai pasitaikančios kliūtys

Lengva pasakyti, bet sunku padaryti. Mano manymu didžiausias kliūtis sukelia nežinojimas bei savarankiško ir kritinio mąstymo nebuvimas. Iš nežinojimo kyla visos baimės, iš baimių – negalėjimas atsispirti vidinei tamsai, iš tamsos – nusivylimas ir pasidavimas kitų žmonių blogai įtakai. Pasidavimas kaip ir pasyvumas savo gyvenimo atžvilgiu, kuria ir palaiko vergystę. Žmogus kitiems į rankas perduoda savo sielos raktą, leidžia manipuliuoti savo fizine sveikata ir intelektualiniais gebėjimais bei dvasine gerove.

Šiais laikais tiek daug lengvai ir greitai prieinamos informacijos, įvairių seminarų ir mokymų. Bet kodėl vis dar tiek daug kenčiančių žmonių visame pasaulyje? Nes nėra taip lengva greitai pakeisti savo gyvenimo būdą ir įpročius. Dvasiniam nušvitimui pasiekti reikia ne vieno gyvenimo. Dvasiniai ieškotojai taip pat klysta ir palūžta. Sukauptų žinių gausa nepadeda įgyti tikrosios vidinės ramybės. Ar esate atsidūrę ties riba, kai suvokėte, kad viskas, ką iki šiol žinojote, neveikia? Toliau apie dažniausiai pasitaikančias kliūtis.

**Nuoseklumo nebuvimas.** Aplankyta daugybė seminarų, perskaityta galybė knygų, peržiūrėti visi įmanomi saviugdos vaizdo įrašai. Tačiau vis dar nėra kryptingos ir kasdienės dvasinės praktikos, vedų filosofijoje vadinamos „sadhana“, skirtos Viešpačiui, o ne asmeninei psichologinei būsenai gerinti. Sadhana vyksta tuomet, kada dvasines praktikas ir įprastus dienos darbus skiriame Dievui. Tikroji kasdienė sadhana natūraliai padeda atsikratyti visų psichologinių kompleksų, išsivaduoti iš skaudžių praeities išgyvenimų, gerina žmogaus sveikatą ir fizinę būklę, suteikia apsaugą.

Kaip pasirinkti tinkamas praktikas? Geriausios praktikos, kurios nukreiptos į dvasinį prabudimą bei išsilaisvinimą iš gimimo ir mirčių rato. Visos kitos dažnai tėra asmeninės psichologinės būsenos gerinimas. Išmanydami žmogaus psichologiją ir save geriau pažinę, galime tapti geresniais tėvais, sutuoktiniais, vaikais, draugais, kolegomis. Psichologinės žinios padeda įsitvirtinti ir prisitaikyti visuomenėje. Jas galima pritaikyti ieškant darbo, parduodant prekes ar paslaugas, siekiant atsikratyti ar susikurti norimą elgesio modelį ir pan. Psichologinio pobūdžio praktikos veikia tam tikrą laiką ir leidžia pasiekti laikinus žemiškus tikslus. Bet jos niekada neatstos to dvasinio nektaro ir skonio, kuriuos suteikia nuoseklios dvasinės praktikos, skirtos sujungti as-

meninę sąmonę su Aukščiausia Sąmone. Dėl to anksčiau ar vėliau prieiname ribą, kuomet atrodo, kad niekas nebeveikia.

Kai trūksta nuoseklumo, praktikos keičiamos kaip kojinės ir galiausiai visai apeleidžiamos. Tuomet dvasinis gyvenimas tampa paviršutiniškas ir proginis, kai nutinka kažkas nemalonaus. Trūksta žinių, išminties, atkaklumo ir atsidavimo tęsti praktikas, nesvarbu, kas nutinka ar ne. Žmonės sugaišta daug laiko po kaulelį narstydami savo praeities santykius su tėvais, buvusiais sutuoktiniais ar darbdaviais. Nugrimzta į pasąmonės gelmes: rakinėja savo emocijas, pajautas ir išgyvenimus, bando atgaivinti praeitų gyvenimų prisiminimus. Galiausiai susipainioja, nes trūksta praktikos, kur kiekvieną dieną tuo pačiu metu kartotų tą pačią maldą ar mantrą, medituotų ir tai kartotų metų metus.

Viskas gali akimirksniu pasikeisti, jei atkaklios pastangos pirmoje vietoje bus kreipiamos apjungti savo sąmonę su Aukščiausiaja sąmone ir išlaikyti šią būseną kiek galima ilgiau. Susiliejimas su šia pakylėta būseną gali tęstis visą dieną ir net sapno metu. Dėl to po meditacijos ar maldos gerai klausytis dvasinės muzikos ar paskaitų, bendrauti su žmonėmis, kurie yra pažengę dvasiniai ieškotojai ir pan. Taip lengviau išlaikysite nuoseklumą, kuris atsispindės jūsų veiksmuose ir darbuose. Pasitelkus šiuolaikines skaitmenines technologijas viską galima kuo puikiau išgyvendinti, nesvarbu koks būtų jūsų užimtumo laipsnis. Tereikia tik šiek tiek noro ir kūrybiškumo.

**Trūksta susitelkimo.** Tikslingas susitelkimas arba koncentracija yra meditacijos esmė. Nuolat kartodami tuos pačius veiksmus išstobuliname savo pasirinktas dvasines praktikas. Tarsi profesionalūs sportininkai išreniruojame savo protą liautis reagavus į išorinius dirgiklius. Liekame tik mes ir Dievas. Kad ir kaip mus į šalis ištaškytų kasdieniai įvykiai, visada grįžtame į savo ašį ir tęsiame toliau. Iš asmeninės patirties galiu pasakyti – kuo sunkiau psichologiškai, tuo labiau reikia padidinti susitelkimo laipsnį. Kai įprantame susitelkti, visada ateina ženklus palengvėjimas. Tai negrįžtamas procesas, o svarbiausia skatinantis toliau augti ir tobulėti.

Nedarnūs santykiai su aplinkiniais ir chaotiški įvykiai lygioje vietoje rodo susitelkimo į Dievą nebuvimą. Sunkumai meilės ar darbo santykiuose – tai ženklas dar labiau susitelkti į dvasines praktikas, užuot kovojus su vejo malūnais. Į pagalbą pasitelkę diplomatijos ir psichologijos metodus, galime palengvinti tarpusavio susikalbėjimą ir bendravimą. Bet tai nepadės pašalinti kliūčių, kurios yra virš mūsų fizinio ir psichologinio suvokimo. Kuo labiau susitelksite į Dievą maldos ar meditacijos metu, tuo greičiau sudeginsite praeitų santykių ar įvykių karmą. Nustos suktyti užburtas ratas ir kartotis tos pačios situacijos. Sutaupysite begalę laiko ir energijos santykių aiškinimuisi ir vidinių filmų galvoje peržiūrai, kurių daugiau niekas išskyrus jus nežiūri. Galiausiai sustabdysite beprotišką minčių sratą tekantį protu ir atversite širdį, pradėsite matyti pasaulį dvasinėmis akimis. Bet koks išskylantis sunkumas yra ženklas stiprinti dvasines praktikas ir labiau susitelkti. Būnant tarp kitų žmonių galima trumpam atsiriboti ir susitelkti į savo kartojamą maldą. Mažiau prikalbėsime ir pridarysime nesąmonių. Šį susitelkimą įprantame išlaikyti dienos metu, kad ir ką bedarytume.

**Per daug susireikšminimo.** Užstringam vienoje vietoje, kai per daug susitelkiame į save, savo rūpesčius ir vargus. Visa žmogiškoji būtis žemėje nuo pat gimimo iki mirties yra vieni rūpesčiai. Dėl to dvasinių praktikų metu turime susitelkti į Viešpatį. Jų metu turime pakilti virš visų savo skausmų ir vargų, norų ir nenorų, svajonių ir troškimų. Žemiški troškimai įkalina amžiname gimimo ir mirčių cikle, vadinamame samsara. Mūsų stiprūs norai yra šio samsaros rato varomoji jėga, atitolinanti galutinį išsilaisvinimą. Gauname naują kūną ir vėl kaip voverės sukamės rate: vejamės savo svajones, išgyvendiname įvairius žemiškus tikslus, atliekame karmines užduotis.

Per didelis susitelkimas į savo asmenybę yra kelias, vedantis į niekur. Per daug galvojame apie savo rūpesčius ir išgyvename, per daug pasakojame kitiems savo iš-

gyvenimus, per daug kalbame apie save ir savo planus ir t. t. Praktikų metu būtinas sveikas atsitraukimas nuo visų patiriamų išgyvenimų. Kuo stipresnis bus susitelkimas į aukščiausią dvasinį tikslą, tuo greičiau rasime sprendimus savo žemiškiems rūpesčiams. Dar svarbu per daug nesureikšminti pačių praktikų ir jų metu patiriamų būsenų. Net jei atrodo, kad jau pasiekėte nušvitimą ar su jumis kalbasi Jėzus, svarbiausia to nesureikšminti ir ramiai tęsti toliau. Ritualai atliekami praktikų metu yra antraeiliai, daug svarbiau nenukrypstantis susitelkimas į pagrindinį tikslą – Aukščiausią Sąmonę. Būtent jos dėka mes ir egzistuojame šioje žemėje ir viskas, ką įgyjame yra su jos žinia.

**Seni įpročiai.** Kai žmogus pradeda suvokti, ką negerai daro, tomis akimirkomis jis dažnai neturi jėgų ir valios keistis. Įpročius sunku pakeisti, nes tuomet iš esmės keisis ir gyvenimo būdas. Žmogus vengia likti vienas su savimi ir nauja tikrove. Baisu kažko atsisakyti, „netekti“ draugų ar net šeimos narių, „prarasti“ pripažinimą, „nepritapti“ įprastoje aplinkoje. Prasideda stiprios proto atakos, kurių metu visos pajėgos metamos naujos informacijos blokadais. Tarsi senų įpročių atsisakymas reikštų gyvenimo pabaigą. Sumaištis, kurią sukelia ateities nežinomybė tiesiog paralyžiuoja. Visa tai kyla iš noro gyventi įprastą gyvenimą, nieko nekeisti ir patirti daugiau pasitenkinimo, aplenkiant kančią. Tačiau esminiai pasikeitimai nėra patogus dalykas, tai pakankamai ilgas ir skausmingas procesas. Nereikia bijoti kančios, kuri išgrynina. Kartais tereikia priimti iššūkius ir išbūti skausmą, kol jis praeis.

Įdomiausia mano darbo dalis – parodyti žmogui jo unikalų gyvenimo kelią, remiantis gimimo horoskopu. Asmeninis horoskopas yra praeitų gyvenimų gerų ir blogų įpročių rinkinys, formuojantis dabartinį gyvenimą. Kai keičiame įpročius, deginame praeities karmą ir pamažu ateina palengvėjimas. Įpročiams keisti reikalinga pastanga, kuri nėra maloni, nes joje slypi vidinės įtampos dėl nenoro keistis sukeltas konfliktas. Mes negalime pakeisti savo gimimo fakto, bet galime pakeisti savo įpročius. Senų netinkamų įpročių atsisakymas atveria naują, lig šiol nematytą gyvenimą ir gausiai apdovanoja.

**Stiprūs prisirišimai.** Mūsų netinkami įpročiai susiję su prisirišimais. Kuo stipresni prisirišimai, tuo didesnę kančią jie sukelia. Tai, prie ko esame prisirišę yra netikra, nes laikina. Įsikibimas į tai, kas neegzistuoja, trukdo keisti įpročius. Žmogus tiesiog nori išlaikyti viską taip, kaip yra ir gauti daugiau nieko nekeisdamas. Bet tai neįmanoma, nes viskas aplink nuolat kinta. Jei prisirišame prie patogaus gyvenimo ar ydingų įpročių ir netobulėjame, neišvengiamai kas nors nutinka. Įvairūs sukrėtimai ir išbandymai akimirksniu sugriauna visus mūsų išivaizdavimus kaip kortų namelį. Dažnai tai įvyksta skausmingai ir primena danties rovimą be nuskausminamųjų vaistų. Atsiveria tuštuma, kurią paprastai žmonės greitai užpildo ilgesiu ar skausmu to, kas „prarasta“. Stiprus įsikibimas į tai, kas yra arba ko noriu, kad būtų, priartina protą prie pamišimo ribos.

Niekada nesudeginsime praeities karmos, jei kažko laikysimės įsikibę. Visi šeimos ir kiti asmeniniai santykiai, įvairūs mūsų siekiai ir turtai negali tapti gyvenimo tikslu ir stipriu prisirišimu. Tai viso labo tik priemonė pasiekti aukščiausią tikslą – Dvasinį Nušvitimą. Mums reikia šeimos, vaikų, naujo darbo, įvairių asmeninių pasiekimų tik kaip priemonės suvokti tikrąją gyvenimo prasmę ir atlikti karmines užduotis. Neprisirišti padeda pusiausvyros ir tolygumo išlaikymas, kai per daug neįsijaučiame į tai, kas vyksta su mumis ir aplink mus. Galime akimirksniu išsilaisvinti iš prisirišimų ir įpročių vergijos, jei suvoksime, kad pirminė visa ko egzistavimo priežastis yra Dievas, kurio dėka viską įgyjame.

Ar galite prie Dievo prisirišti taip, kaip prie svajonės patirti romantiškus kupinus meilės santykius ar turėti naują automobilį? Ar galite taip verkėti Dievo, kaip verkėte dėl prarasto mylimo žmogaus? Ar galite taip ieškoti Dievo, kaip ieškote savo



dingusio augintinio? Pirmiau įprasta siekti materialinės ir psichologinės gerovės, tik paskiau Dievo. Kai mums kažko labai reikia ar skauda, mes tiesiog pradėdame ne nuo to galo. Norime gauti apeidami Dievą, o kai kenčiame, Jo nepastebime. Materija neatneša ilgalaikio pasitenkinimo ir negarantuoja jokios amžinybės palaimos. Todėl dieną geriau pradėti nuo laiko, skirto Dievui, kuris yra pirminis visų mūsų svajonių ir troškimų Šaltinis. Tokiu būdu sukursime tinkamą prisirišimą.

**Juslių nevaldymas.** Dažnai girdima sąvoka „reikia mėgautis gyvenimu“ gali būti klaidingai suprantama. Kažkam tai gali reikšti nuolatinį norą tenkintis materija ir nuolat stimuliuoti savo pojūčius, norint patirti vis daugiau malonumo ir bet kokia kaina išvengti skausmo. Kuomet protas neramus, malonumų tenkinimui nėra nei pradžios, nei pabaigos, o kai kuriems norisi vis aštresnių pojūčių. Prisirišimas prie pojūčių, kurie teikia laikinus malonumus, trukdo patirti amžinybę. Kenčiame, jei negalime patenkinti savo norų ar negauname norimo atsako iš aplinkos. Proto paskirtis suvaldyti savo jusles, nes protas yra aukščiau mūsų jutiminių malonumų. Mūsų gyvenimas visiškai sutriktų ir mes netobulėtume, jei būtų tenkinamas kiekvienas mūsų noras.

Prieš kelis šimtmečius, dėl sudėtingų gyvenimo sąlygų, vienas svarbiausių dalykų žmonėms buvo kaip nors išgyventi. Dabar turime visokeriopą aprūpinimą ir materialinę gerovę, kuri leidžia išgyventi, tačiau gyvename psichologiniame informaciniame amžiuje, kur svarbiausia kuo daugiau vartoti. Soti ir viskuo aprūpinta žmonija net nepajautė, kaip tapo priklausoma nuo stambių korporacijų valdomos pasaulietinės sistemos. Šiandien kaip niekada svarbu išlaikyti sveiką protą, nebėgti paskui kiekvieną savo norą, netapti juslių vergu tampomu už virvučių. Visi mūsų fiziniai ir psichologiniai pojūčiai yra kaip į vežimą pakinkyti laukiniai žirgai, kuriuos vadeliuoja protas. Jei vadeliotojas nepatyręs ar neramus, tikėtina jog neužilgo apsiversime su visu vežimu. Nukeliausime į niekur ir vėl kentėsime. Nuolatinis nekontroliuojamas malonumų tenkinimas anksčiau ar vėliau sukels kančią. Tai gyvenimas astraliniame lygmenyje, kuomet labiausiai susitelkiama į emocinį ir protinį kūną.

Siela yra aukščiau proto ir intelekto. Mūsų dvasinė prigimtis sutverta patirti dievišką palaimą. Nuolatinė palaimos būseną yra buvimo Dieve būseną. Jokie fiziniai, psichologiniai ar kiti malonumai jai neprilygsta. Ir tai esminis dalykas, kurį turi suvokti žmogus. Tikroji palaima, kurią gali patirti siela, yra virš juslinio suvokimo. Dvasinių praktikų metu ateina suvokimas, kad aš nesu savo kūno, minčių ir jausmų vergas. Atsiranda daugiau pusiausvyros tarp dvasios ir materijos, kuri leidžia sklandžiai apsirūpinti svarbiausiais dalykais, prisitaikyti ir išgyventi visuomenėje. Jogos sistemoje yra praktikos, padedančios treniruoti protą ir atsiriboti nuo sumaištų keliančių jutimų. Atsiribojimas nuo savo norų padeda suprasti, ar tikrai tai, ko trokštame mums reikalinga ir naudinga. Kuo labiau tampame savo minčių ir jausmų stebėtojais, tuo mažiau esame blaškomi savo juslių ir galime patirti daugiau dvasinės pilnatvės.

**Nepagrįstos baimės.** Neprisirišimas prie emocinio ir protinio kūno bei tolygumo savo viduje viskam, kas vyksta išlaikymas, padeda išvengti nepagrįstų nerimą keliančių baimių. Šiame pasaulyje egzistuoja daug mūsų fizine akimi nematomų būtybių, kurios minta mūsų baimėmis, nerimu ir pykčiu. Svarbiausia jų nemaitinti savo baimėmis, tuomet šios būtybės neišgyvens. Jei nutinka kas nors nemalonaus ir blogai jaučiamės, visada geriausias sprendimas galvoti apie Dievą ir prisiminti tą ramybę, kurią patiriame meditacijos metu. Tokiais atvejais greitoji pagalba – mintyse šauktis visų žinomų šventųjų pagalbos, galvoti apie jų teikiamą kasdienę globą ir apsaugą. Tuomet mažiau panikuosime ir greičiau rasime išeitį sprenddami iškilusį sunkumą.

**Nesiklausymas** yra didelė šiuolaikinio egocentriško psichologinio „ieškau sąvęs“ amžiaus bėda. Nemažai žmonių persipildę įvairiomis paviršutiniškomis „dvasinėmis“ žiniomis. Aplankyta tūkstantis mokytojų, perskaityta aibė knygų, perklaustyti

visi įmanomi seminarai. Viskas suplakta į vieną krūvą: populiarusis dvasingumas, šamanizmas, lengva ezoterika ir mėgėjiška psichologija. Daug laiko skiriama sau ir savo patiriamiems išgyvenimams analizuoti. Daug pinigų atiduota savęs paieškom, vedančioms į niekur. Taip yra dėl to, kad žmogus savyje neturi resursų kryptingai sekti viena praktika ir trūksta žinių apie gyvenimą reguliuojančius principus. Galvoti savo galva, ieškoti, tyrinėti, gebėti atsirinkti ir pritaikyti žinias praktiškai būtina. Svarbiausia išsiugdyti savyje nuoseklumą ir gebėjimą klausytis.

Kai skubame smulkiai atpasakoti savo išgyvenimus ir pasidalinti tuo kiek daug žinome, neleidžiame tikrajam mokymui pasiekti savo ausų. Jei norėsime tik dalintis, bet nenorėsime klausytis, niekada negausime slaptų žinių, neišgirsime atsakymo. Išmokti klausytis ir tylėti yra menas. Net jei neturime mokytojo, gera pradžia norint išmokti klausytis yra nustoti galvoti apie save. Jei atėjome pas mokytoją ar konsultantą, pirma užduotis – itin atidžiai klausytis, ką jis kalba ir užduoti tik esminius klausimus. Klausimų kadrilis liudija neramų protą ir ankstyvą dvasinio sąmoningumo stadiją. Mokykimės atidžiai klausyti ir stebėti aplinką, sutaupysime begalę laiko. Kiekvienas turime visas galimybes šiek tiek pasitempti, labiau susitelkti ir dar labiau paaugti savo vidumi.

**Dvasinis turizmas.** Kai mums skauda ir negauname ko norime, pradedame ieškoti atsakymų. Pamažu viskas pradeda aiškėti ir palengvėja arba atsiranda dar daugiau sumaištis, nes keičiasi sąmonės būseną. Kartais galvojame, kad būtent tai yra ko labiausiai reikia šią akimirką ir neužilgo gausime tikslus atsakymus į rūpimus klausimus. Kiek vėliau paaiškėja, kad tai nėra „TAS“ atsakymas. Kuo daugiau sužinome, tuo labiau tolsta tikrasis atsakymas. Jei tik pamanome, kad jau žinome, neužilgo suprantame, kad nieko nežinome. Pažįstama? Tokia dažniausiai būna pati pradžia. Vėliau pritrūksta atkaklumo tapti tikru dvasiniu ieškotoju ir nuoseklumo eiti savo dvasiniu keliu. Vienas žingsnis į priekį, du atgal arba du žingsniai į priekį, trečias atgal, o ketvirtas į duobę ar pan. Pradedame ieškoti ne dėl to, kad norime patirti Dievą ir amžinybę. Ieškome, nes nesusitvarkome su savo gyvenimu, nes daugiau nesame savo gyvenimo šeiminkai. Paieškas skatina įvairios psichologinės ir materialios priežastys, sukeliančios vidinį nepasitenkinimą.

Didelė sėkmė, jei pavyksta sutikti tikrą dvasinį mokytoją, jo dėka gerokai paspartėja mūsų vidinis progresas. Būdami mokytojo globoje galime išvengti daugybės klaidų. Mokytojas neatsiras pamojus burtų lazdele, jo turime nusipelnėti. Tikriausiai girdėjote pasakymą: „kai mokinys pasiruošęs, atsiranda mokytojas“. Žinias gauname tik tada, kai esame pasiruošę priimti aukštesnes tiesas. Jei esame tikri dvasiniai ieškotojai, savo mokytojus matysime visuose sutiktuose žmonėse ir net gyvūnuose. Priimdami jų teikiamas pamokas ugdysimės nuolankumą ir išmintį.

Konsultuojant teko sutikti porą moterų, kurios buvo išleidusios nemažai pinigų įvairiems seminarams, aplankė ne vieną stovyklą, tačiau neslėpė stipraus nepasitenkinimo ir gilaus nusivylimo. Šios moterys buvo psichologiškai išsekusios ir nepasirengusios klausytis, ką pasakysiu. Bet koks bandymas šiek tiek kilstelėti sąmonę aukštyne, susilaukdavo piktokos replikos. Prisiminiau skaitytas Rytų filosofijos istorijas apie dvasinius mokytojus, kurie grubiai apšaukdavo ir net išvarydavo savo mokinius. Visam laikui supratau, kad tokiais atvejais gilesnių žinių perduoti nevalia, bus suteršti dvasiniai įstatymai. Žmogus nusipelno pamokos. Tokiais atvejais visada pabrėžiu, kad atstovauju tik astrologiją ir nesu profesionali psichologė ar psichiatrė. Norint stabilizuoti asmenybės psichologinę būklę, privaloma kreiptis į tos srities specialistus. Kita vertus, tam tikrais atvejais gebėjimas išbūti savo kančią yra geriausias sprendimas siekiant šiame įsikūnijime. Gebėjimas drąsiai priimti savo skausmą yra tikras narsos pavyzdys ir pirmas žingsnis į savęs ir Dievo priėmimą. Tuomet suprantame, kad vyriausias dirigentas yra Kūrėjas ir perleidžiame savo globą ir didžiausius rūpesčius Jam.

Norint kažką įgyvendinti, reikia veikti. Turime išbandyti ir atsirinkti tai, kas geriausiai mums padeda esamomis aplinkybėmis. Svarbiausia netapti dvasiniu turistu, neužkibti ant „dvasingumo“ kabliuko. Šiais laikais nesunku tapti nušvitusiu, tereikia šiek tiek daugiau pasiskaityti, aplankyti vieną kitą seminarą, išgerti ajavaskos su kava ir užsisakyti regresinę kelionę į praeitus gyvenimus. Dvasinį turistą lengva atpažinti pagal kalboje vartojamus žodžius bei išsireiškimus: inspiracija, manifestacija, vizualizacija, vibracija, transformacija, viskas yra Vienis, Dievas yra meilė, tu esi beribis ir pan. Šiek tiek mistikos ir aptaki kalbėsena, taip ir nepasakanti esmės. Visa tai labiau primena komercines gyvenimo būdo televizijos laidas, kuriose pristatomi vietinių įžymybių fasadiniai gyvenimai.

Dažnas reiškinys – erotika, suplakta su „dvasingumu“. Būnant Indijoje ir matant kai kurias vakarietes merginas, norėdavosi iš gėdos nuleisti akis dėl per daug atviros aprangos ir laisvo elgesio. Šiuolaikinei Vakarų kultūrai būdinga iškraipyti įvairias dvasines tiesas ir mokymus, paviršutiniškai juos pritaikant materializmu pasižymintys vakarietiškai sąmonei. Dėl to tikri mokytojai neperduoda slaptų dvasinių žinių. Galų gale jie negali perduoti daugiau nei mokinio sąmonė pajėgi priimti.

Norint patirti dvasinių tiesų gylį, prireiks laiko, kantrybės ir nuolankumo. Dvasingumas nėra vieno vakaro šou programa, kuomet mergina, apsilankiusi pas šamanus, viešai pareiškia, kad patyrė nušvitimą. Tai sudėtingas kelias, kupinas išbandymų, kurių metu pradeda stipriai valytis sukaupta karma. Tuomet kaip lavina užgriūna patys netikėčiausi išbandymai: skrybros, darbo praradimas, artimųjų išsižadėjimas, sveikatos problemos ir pan. Tikrajam prabudimui gali prireikti ne vieno gyvenimo. Svarbiausia gerai susitelkti į savo dvasinį tikslą, turėti ryžto eiti į priekį ir nepasiduoti, kad ir kas benutiktų.

**Fanatizmas** turi daug apraiškų, pasižymi siauru mąstymu ir negebėjimu matyti visumą. Panašu į žvaigždžių ligą, kuria visi daugiau ar mažiau perserga, skiriasi tik stiprumo laipsnis. Pakanka vos prisiliesti prie pažinimo dėsnių ir tuomet protą aplanko nušvitimas, kad tai yra vienintelė tiesa, galinti išgelbėti pasaulį. Tačiau žmonių sąmonės lygmuo skirtingas, pradedant gyvuliška ir baigiant iš tikro nušvitusia sąmone. Neįmanoma neįsisavinus pirmos klasės kurso peršokti į dvyliktą klasę. Dėl to tiek daug nesusipratimų, kuomet dvyliktokas aiškina pirmokui dvasinius dėsnius, ypač jei tai daro vedinas dvasinio susireikšminimo. Kita vertus, šioje žemėje esame vieni dėl kitų ir bendradarbiaudami tobulėjame. Nebūtų jokio progreso ir augimo, jei visi būtume vienodi. Gyvenimo žaidime tarsi išdykę vaikai vieni kitus už rankų tempiamo į priekį.

Egzistuoja ir paslėptas fanatizmas, kai žmogus nesuvokia, kad yra sistemos auka. Vieni tiki mokslu, valdžia, spauda ar medicina, remiama suinteresuotų stambių korporacijų, kurioms nerūpi žmogaus dvasinis išsivystymas. Kiti net nepastebi, kaip tapo religinės sektos nariais ar aršiais savo filosofinių tiesų atstovais. Treti galvoja, kad yra nemirtingi dievai ir jiems priklauso pasaulio valdžia. Fanatizmas kvepia niūrumu ir yra slegiantis, jame mažai tikrosios šviesos, bet pakankamai daug kančios. Nereikia tikėti, nes bet koks aklas tikėjimas nėra Žinojimas. Pirmiausia turime pažinti, kad žinotume ir praktikuoti, kad patirtume ir galiausiai galėtume patikėti. Kiekvienas turi galimybę išsilaisvinti iš sisteminio mąstymo gniaužtų, pradėjęs savarankiškai dirbti su savimi. Išsivadavimas gali būti skausmingas, bet nereikia bijoti. Kad sąmonė pereitų į aukštesnį lygmenį, reikia išmokti gyvenimo pamoką. Fanatizmas užtrenkia duris bet kokiam aukštesniam pažinimui.

**Joga ne man.** Taip sako tie, kurie visiškai nenusimano apie tai, kas iš tikrųjų yra joga ir yra susidarę iškraipytą jogos įvaizdį. Joga – tai ištisa filosofinė sistema su daugybe atšakų, kai kurios iš jų neturi nieko bendro su fiziniais pratimais. Norint iš

tikrųjų pažinti jogą, pirmiausia reikėtų atsiriboti nuo vakarietiškos jogos sampratos ir pasidomėti jos kilme. Pagarba narsiems dvasiniams mokytojams, kurie pirmieji supažindino Vakarų pasaulį su šiuo giliu mokymu. Nepaisant to, kad savo šalyje kartais susilaukdavo nepritario, kad išveža žinias svetur.

Jogos mokymas savyje talpina kūno, proto, emocijų sureguliuojimą ir valingą dėmesio sutelkimą, siekiant aukštesnio pažinimo ir dvasinio išsilaisvinimo. Fizinės jogos pozos, asanos, gerina fizinę ir psichologinę sveikatą. Tačiau jų paskirtis nėra vien tik sveikatos gerinimas. Ištiesas jogos mokslas skirtas suvokimui, kad nesame vien tik fizinis kūnas, mintys ar emocijos. Dažniausiai „joga ne man“ sako žmonės, kurie mėgsta aktyvų sportą ir jų protas itin neramus. Tarsi atrodytų, kad joga tai akrobatiniai lankstumo pratimai arba visiškai sustingimas vienoje pozoje. Sanskrito kalboje žodis „yoga“ yra veiksmas, kurio šaknis „yuj“ reiškia „pakinkyti į jungą, sujungti, kinkyti (arklį)“. Norint geriau suprasti jogą, pravartu suvokti, kad tai yra aktyvi, o ne pasyvi veikla. Pirmiausia labai aktyvi vidinė veikla, nukreipta į minčių, jausmų ir kvėpavimo sureguliuojimą, norint patirti aukštesnį penkis pojūčius pranokstantį pažinimą. Joga yra kelias į dvasinį išsivadavimą, jos metu sužadinama dvasinė ir gyvybinė energija.

**Meditacija migdo.** Dažnai girdžiu: „negaliu sėdėti ir nieko neveikti“, „negaliu apie nieką negalvoti“, „aš užmiegu“, „pamedituoju būdamas gamtoje“, „medituoju užsiimdamas savo mylima veikla“ ir pan. Suaugęs žmogus randa visus įmanomus pateisėjimus, kodėl jam nereikia medituoti. Meditacija nėra nieko neveikimas, atsipalaidavimas ir pagulėjimas ar aktyvus išitraukimas į mylimą veiklą. Tai laikas išskirtinai Dievui.

Meditacija nėra pabėgimas ar atsiribojimas. Tai pastanga ir susitelkimas vienu metu, siekiant susijungti su Aukščiausia Šąmone. Dėl šios pastangos išmokstame tinkamai sėdėti, nuraminti protą, susitelkti ir atsipalaiduoti. Tuomet patiriame gilią proto ir kūno ramybę, mus aplanko aukštesnis suvokimas, pačios savaime ateina įvairios išvalgos. Meditacijos metu tampame laisvi ir beribiai, išsivaduojame iš visų psichologinių kompleksų. Tai kiekvienos dienos pastangos vis labiau pažinti ir pamilti Viešpatį, sustabdyti minčių srautą ir atverti širdį.

Tereikia pasidomėti konkrečiomis meditacijos praktikomis ir pradėti. Geriausia kas dieną anksti ryte ir tuo pačiu metu, toje pačioje vietoje, kad susiformuotų naujas įprotis. Tuomet dienos eigoje pakanka trumpam stabtelėti, prisiminti rytinę meditaciją ir tarsi sugrįžti į savo „ašį“. Meditacija yra visos dienos pamatas.

**Daugybė kitų priežasčių:** nuojautos nesiklausymas, vidinio balso slopinimas, motyvacijos trūkumas, išsiblaškytas, apatija, tinginystė, apsileidimas, svaigalų vartojimas, netinkama mityba, depresija, sveikatos problemos, pasidavimas, pyktis, nenoras, persistengimas ir t. t. Blogiausia iš jų yra negebėjimas būti savarankišku ir savikritišku. Savarankiškas žmogus nėra tiek priklausomas nuo įvairių sistemų ar netinkamų įpročių bei kitų neigiamos įtakos. Dėl savarankiškumo ir atkaklumo greičiau įvyksta pažanga dvasinėse praktikose. Sveikas savęs vertinimas padeda išlaikyti blaivą protą ir nenukrypti nuo tikslo. Būdami savarankiški įgyjame daugiau drąsos veikti remiantis pirma pajauta, kuri visada yra teisinga.

# KETVIRTA ISTORIJA „SKRUZDĖLIUKAS“

*Kartą sėdėjau viešbučio kambarielyje viena ir valgiau. Buvau nusiminusi. Labiausiai dėl šalto, abejingo ir pikto vyro elgesio, kuriam neradau jokie paaiškinimo, nes stengiausi tam neduoti jokio pagrindo. Mačiau kaip jis kenčia viduje ir tamsioji sielos valanda vis nesibaigia... Nuoširdžiai dėl to išgyvenau, kartą net atsiprašiau, kad per mane atsidūrėme tokioje padėtyje. Tada dar nesupratau, kokia brangi ši kelionė mums abiem ir kaip stipriai aš dar pasikeisiu. Buvimas Indijoje karantino metu turėjo labai stiprią įtaką mano dvasinei raidai bei pakitusiam aukštesniųjų tiesų suvokimui. Visa tai labai teigiamai atsiliepė konsultuojant klientus, kurių gretos nuolat auga. Iki šios dienos tai buvo pati geriausia kelionė į savo sielą. Labai ilgiuosi Indijos, jaučiu, kad pusė mano širdies liko ten. Dabar atrodo, kad dėl šios kelionės buvau patekusi į visai kitą išmatavimą.*

*Bet tą akimirką viskas susidėjo į vieną krūvą: jautriai išgyvenau dėl santykių ir pasaulyje vykstančios neteisybės, kartais užplūsdavo tėvynės ilgesys, kurį patyriau pirmą kartą. Buvo mane įkalinti viename viešbučio kambarielyje ir nemažai laiko praleidome tiesiog dviese jame, nebuvo jokios romantikos. Skaudėjo širdį dėl dalykų, kurių aš niekaip negaliu paveikti ar pakeisti, kad ir kokie geri būtų mano ketinimai. Vienu metu buvau pasidavusi tam visuotiniam blogiui, apėmusiam pasaulį. Skaudama širdimi stengiausi užsiimti prasminga veikla ir eiti į priekį. Bet koks paprastas geras nutikimas man atrodė tikriausias stebuklas, įskaitant taip reikalingo valgomo šaukšto radimą gatvės pakraštyje. O ką jau kalbėti apie šiltą, nuoširdų vietinių dėmesį ir moralinę paramą bei visas materialias ir dvasines dovanas. Man prireikė šiek tiek laiko atsipeikėti iš apėmusio niūrumo ir atsistatyti. Labiausiai gelbėjo atsiradusi galimybė skolintis kompiuterį. Pradėjau dirbti, mokytis, o svarbiausia vėl konsultuoti.*

*Tačiau tarpusavio santykių pagerėjimas buvo nežymus. Stengiausi nekurstyti jokių nesutarimų, bet vis tiek buvo dienų, kai ašaros riedėjo upeliais. Neatsimenu kada tiek verkiau būdama Lietuvoje. Viso to reikėjo, kad kančia išdegintų mano sielą, kad vėl atsitiesčiau ir galėčiau pereiti į aukštesnį suvokimo lygį. Tai šiek tiek priminė matytą filmą „Meilė choleros metu“, tik šį kartą žodį „cholera“ pakeitė „pandemija“. Supratau, kad žaidimą „pandemija“ žaidžia pasaulio galingieji ir tikėtina, kad dar ilgai nesužinosime jų tikrųjų ketinimų. Buvo pikta dėl prigimtinės laisvės apribojimų ir skaudu matyti, kaip kenčia paprasti žmonės. Labiausiai buvo gaila tų vietinių, kurių pagrindinis pajamų šaltinis pardavinėti šviežiai keptus užkandžius ar virti arbatą, kasryt išsistumiant specialų vežimėlį į gatvę. Daugybė paprastų žmonių neteko pajamų šaltinio ir kentėjo, bet stengėsi to neparodyti. Jų kalbinama neturėjau jokios teisės skųstis. Šiltas neturtingųjų indų dėmesys dar ir dabar šildo širdį ir sukelia švelnią nostalgiją, kai už lango tikra lietuviška žiema ir koks pusmetris sniego.*



Artėjo liūčių sezonas. Ore toyrojo tvankus karštis, termometras rodydavo apie plius keturiasdešimt laipsnių. Ironiška, bet viešbučio kambaryje neturėjome kondicionieriaus. Atrodė, kad gyvename pirtyje, kartais būdavo baisu per daug pajudėti, nes pritrūks oro kvėpuoti. Į svečius užsukęs Tomas Gudėnas užsiminė, kad pernai tokiu metu buvo gerokai karščiau. Nesu karščio mėgėja, pirtyse dažniausiai nualpstu. Prieš konsultaciją internetu su visais rūbais išsimaudydavau šaltame Gangos vandenyje, sušlapindavau plaukus. Po dviejų valandų konsultacijos rūbai būdavo visiškai sausi. Į darbo sąlygas jau nebekreipiau dėmesio, džiaugiausi, kad yra internetas ir gaunu kompiuterį. Kartais dirbant tekdavo baidyti beždžiones, nes būdavau padariusi skersvėį, atidariusi duris ir langą. Beždžionės įkyriai liūdavo ir vogdavo maistą, šalia savęs laikydavau koki nors pagali, kad galėčiau jas pagąsdinti ir greičiau nuvyti.

Kuomet nuliūdusi viešbučio kambaryje valgiau aukotą šventyklos maistą, ant žalios kiliminės dangos, kuri daugybę mėnesių nematė dulkių siurblio, pamačiau mažytį juodą skruzdėliuką. Trumpam žvilgtelėjau, kaip jis susikaupęs neša maisto trupinį ir laikas akimirkai sustingo, aplinkinis pasaulis išnyko. Suvokiau, kad skruzdėliukas taip susitelkęs į savo gyvenimą tarsi aplink niekas daugiau neegzistotų: jokia „pandemija“, jokie išgyvenimai matant, kaip kenčia tavo mylimas žmogus ir net tėvynės ilgesys. Jis praktiškai neturi jokių šansų išgyventi, bet daro tiksliai tai, ko reikalauja jo prigimtis, o aš sėdžiu nusiminusi, kad nieko negaliu pakeisti. Bet juk esmė yra susitelkti ir daryti tai, kas tau priklauso, nepaisant nusiminimo. Kaip viskas paprasta! Koks protingas mažytis ir mielas skruzdėliukas. Širdį užliejo atjauta ir pagarba tokiai mažytei gyvybės formai. Tas trupinys ir žalia kiliminė danga yra visas jo gyvenimas. Bet kurią akimirką skruzdėliukas gali būti paprasčiausiai sutryptas, bet jis į tai net nesigilina. Koks skirtumas visi šitie širdies skauduliai, vieną dieną jie tiesiog pasibaigs, o tai, kas privalu padaryti ar nuveikti gali likti neįgyvendinta. Esmė yra buvimas šalia kitų ir savo žmogaus. Tik to ir tereikia, nebūti na norėti, kad kažkas pasikeistų ir juo labiau dėl to sielotis. Buvimas kartu gali būti šviesus arba niūrus. Tereikia pasirinkti už save, bet ne už kitą ir nepasirinkti kito kančios būties. Juk vieną dieną viskas pasibaigs.

Kartais girdžiu žmones sakant, kad jei galėtų, savo gyvenime pakartotų viską nieko nekeisdami. Vadinasi, taip pat kartotų ir savo klaidas. Niekada nenorėčiau iš naujo išgyventi tas pačias patirtis, kad ir kokios geros ar blogos jos buvo. Tai išbaigta. Aš jau nebe tas žmogus, koks buvau. Gyvenimo kartojimas reikštų, kad siela nė kiek nepatobulėjo. Jei ką nors keisčiau, tai nenusiminčiau ir tiek daug neišgyvenčiau. Visada reikia eiti į priekį, kad ir kas benutiktų. Atsipirti iš paskutiniųjų ir eiti. Nusiminimas praeis pats savaime. Vieną dieną tiesiog pamiršime, kad esame nusiminę.

### *Kodėl vis dar nerandu atsakymų?*

## Dažniausiai pasitaikančios iliuzijos

Mūsų klaidingi įsivaizdavimai susiję su dažniausiai pasitaikančiomis iliuzijomis, kad mes patys viską reguliuojame ir valdome. Kai einasi kaip sviestu patepta, jaučiamės taip, tarsi viskas priklausytų nuo mūsų norų ir veiksmų. Kai nesiseka ir nežinome ką daryti, jaučiamės užstrigę ir bejėgiai ką nors pakeisti. Tiek vienu, tiek kitu atveju norime patys viską valdyti tarsi pasaulis priklausytų tik mums. Ar galime nuolat viską kontroliuoti, jei net negalime pakeisti savo paties gimimo datos, tautybės, tėvų? Akivaizdu, kad šioje srityje nesame pagrindiniai šeimnininkai. Visą gyvybę žemėje palaiko pagrindinė gyvybinė visatos jėga, kurios dalelę turime ir savyje. Ši dalelė yra dieviškumo kibirkštis, kuri visus mus sieja tarpusavyje.

Sunkumai kyla, kai užsiimame ne savo reikalais. Pamirštame, kad yra „mano reikalai“ ir yra „Dievo reikalai“, veikiu ne „aš“, o „per mane“. Tik Kūrėjo dėka esu gyva (-as), gyvenu ir visada gaunu tiksliai tai, ko labiausiai reikia mano vidiniam augimui. Nepasitenkinimas savimi ir gyvenimu kyla, kai suvokiame, kad nieko negalime pakeisti. Nes gyvenimas nešoka vien tik pagal mūsų dūdelę. Taip nutinka dėl to, kad per daug sudėtingai žiūrime į kelyje pasitaikiusias kliūtis arba įsivaizduojame, kad esame dievai.

Tačiau sprendimas gali būti labai paprastas. Nesvarbu, kas šiuo metu vyksta, viskas ką reikia daryti, tai užsiimti savo reikalais ir žiūrėti, ką tikrai galiu pakeisti, o ko ne. Visada galiu keisti savo mintis, jausmus, įpročius, elgseną, galiu ištrenuoti protą taip jautriai nereaguoti į tai kas vyksta ar nevyksta. Visada galiu keisti savo sąmonės būseną. Svarbiausia imtis veiksmų, kurie atneša konkretų rezultatą ir nešvaistyti energijos tam, kas neveikia, kas yra „Dievo reikalai“. Neveltui krikščionys sako, – „Pavesk savo rūpesčius Man“. Dabar tai vadinama „paleidimu“, kuris suteikia psichologinį palengvėjimą, nes nustoja kontroliuoti gyvenimą ir patį Dievą.

Mes nelaimingi dėl to, kad viduje jaučiame nepasitenkinimą savimi ir savo gyvenimu. Pradedame klimpti į liūną, kai žūtbut norime tą nuolatinį nepasitenkinimą kažkaip suvaldyti, užgniaužti ar pamiršti. Kuo labiau norime suvaldyti, tuo labiau jis stiprėja. Daugybę metų gyvenau su stipriu nepasitenkinimu savimi ir savo gyvenimu. Supratau, kad reikia mažiau galvoti apie save kaip apie atskirą „aš“ ir nustoti kentėti. Nepasitenkinimas išnyksta, kai gyvenime dažniau palaikome meditacijos (dvasinių praktikų) metu patirtą būseną – individualios sąmonės susiliejimą su Aukščiausiąja Sąmone, kuri mus palaiko, globoja ir suteikia žinių, kaip priimti savo gyvenimą.

Konsultacijų metu susiduriu su žmonėmis, kurie yra fiziškai sveiki, išsilavinę, dirbantys, turi ką pavalgyti, apsirengti ir kur gyventi, netgi draugų turi, bet atrodo, kad jie gimė kentėti. Kančia – per didelė prabanga, kuri atima gyvenimą. Kenčiančiam atrodo, kad gyvenimas užstrigo vietoje. Viskas ką, reikia padaryti, tiesiog liautis kentėti ir pradėti pagaliau gyventi. Pagrindinės sritys, kur kyla stipriausias vidinis nepasitenkinimas:

1. Nerandu savęs
2. Ne tas darbas
3. Ne tokie santykiai

**Nerandu savęs.** Norint surasti „save“, pirmiausia reikia suprasti, kas „aš“ esu ir pažinti savo individualią žmogiškąją prigimtį. Kad geriau suprastume, turime sau užduoti klausimus ir į juos atsakyti. Jei skaitote šią knygą, vadinasi jau žinote ir nujaučiate, kad esate kur kas daugiau nei fizinis kūnas ar įprasti socialiniai vaidmenys visuomenėje: darbuotoja (-as), sutuoktinė (-is) ir pan. Svarbiausias klausimas į kurį reikia atsakyti yra šis: „Ar mano individualus „aš“ gali pats save susikurti, pats sau vienas egzistuoti ir priklausyti tik nuo savęs?“. Jei atsakymas yra „ne“, tuomet kitas klausimas turėtų būti: „Tai kas tuomet yra manojo „aš“ ir visa ko šioje visatoje pirminis egzistavimo šaltinis?“. Ko gero yra gerokai stipresnė jėga nei mūsų individualus „aš“, nuo kurios priklauso pagrindinė visatos gyvybinė galia, ar ne? Ši Jėga turi gausybę pavadinimų (Kūrėjas, Viešpats, Brahmanas, Aukščiausia Sąmonė ir t. t.), kiekvienas pasirenka sau priimtinausią.

Nagrindama gimimo horoskopus matau, kad kiekvienas žmogus ir jo gyvenimo kelias yra labai individualus. Mūsų individualumas yra mūsų išskirtinumas ir kažkodėl jis sukelia patį didžiausią nepasitenkinimą gyvenime. Jei įsivaizduosime save kaip bangą milžiniškame visatos vandenyne, šalia savęs pastebėsime galybę kitų bangų. Pamatysime, kad kiekviena banga vis kitokia, bet juda išvien su tuo pačiu vandenynu. Tai kokia prasmė būti nepatenkinta (-u) savimi, jei aš kaip ir kitos bangos priklausau vieninteliam Aukščiausios sąmonės vandenynei?

## Kodėl žmonėms taip svarbu tą „aš“ patirti ir išreikšti?

Dažnai vartojamas žodis „savirealizacija“, kilęs iš anglų kalbos (angl. self-realization) ir apibrėžiamas kaip individualių asmenybės galimybių ir talentų atskleidimas, išvystymas bei panaudojimas. Mūsų dienomis sėkminga savirealizacija suprantama kaip galutinė pilnatvė ir pasitenkinimas. Tai susiję su mūsų unikalia individualia prigimtimi, kurią norime išreikšti panaudodami savo žmogiškąjį kūną. Bet asmenybės savirealizacija niekada nebus pilna be Aukštesniojo „Aš“ suvokimo, t. y. – savirealizacijos (angl. Self – realization). Šiuo atveju anglų kalboje žodis „Self“ rašomas iš didžiosios raidės, siekiant pabrėžti savo aukštesniojo „Aš“ dvasinį suvokimą. Tai Dievo kibirkštis savyje realizacija, t. y., suvokimas, kad esu daugiau nei šis kūnas, esu nemirtinga siela. Savirealizacija dar nėra dvasinis prabudimas, greičiau suvokimas, kad nesu pagrindinis veikėjas šioje visatoje. Šis suvokimas išsilaisvinimas iš neišmanymo ir iliuzijų, susijusių su mūsų ego, kuris galvoja, kad yra atskirtas nuo Aukščiausios Sąmonės ir veikia savarankiškai.

Svarbu suvokti, kad vien asmenybės savirealizacija be savo dvasinės prigimties suvokimo yra tik ego poreikų tenkinimas. Jei nesieksime dvasinės savirealizacijos, visada jausime tuštumą ir iš jos kylantį nepasitenkinimą. Galime turėti galybę pomėgių ir veiklų arba nežinoti, kuo užsiimti gyvenime. Jokio skirtumo. Jei nebus aukštesniojo savojo „Aš“ suvokimo, jausimės nelaimingi ir nepatenkinti. Tik suvokę ir patyrę savo aukštesniąją prigimtį, pajausime pilnatvę. Tuomet nebus taip svarbu, kuo užsiimti gyvenime. Mes veiksime labiau iš Aukščiausiojo Šaltinio nei iš savo siauro ego matymo kampo. Mums atsivers Tiesa ir Žinojimas, rašysime ir skanausime Pažinimo, nešančio dvasinį džiaugsmą, vaisius. Tai būtina padaryti pirmiausia – pažinti savo dievišką prigimtį.

Galybę amžių žmonija buvo įkalinta vergijos pančiuose ir daroma viskas, kad tik nepažintume savo aukštesniosios prigimties. Nepaisant to, kad karai beveik išnyko, visa tai tęsiasi tik įgavo kitą formą, kuri pasireiškia žmonijos sąmonės užgrobimu ir pavergimu. Tam naudojamos masinės informavimo priemonės, skleidžiančios bauginimo propogandą, skatinamas perteklinis vartojimas, pasitelkiama visa vyriausybinių, teisinė, finansinė, medicininė, švietimo, religijos, pornografijos ir kt. sistema. Bet tai veikia iki tam tikros ribos, jei žmogus prabunda dvasiškai, viskas staiga keičiasi. Visuomenės demoralizavimo egregoras pasmerktas žūti, kai daugėja kitaip mąstančių ir matančių pasaulį žmonių. Bet kol kenčiame ir jaučiame nepasitenkinimą, esame jam pavaldūs. Tas mažytis nepasitenkinimas savimi užtrenkia duris pažinti savo aukštesniąją prigimtį, dvasiškai prabusti ir išsilaisvinti.

Jei „aš“ tėra tas, kuris nori išpildyti savo norus, kurie yra trumpalaikiai, tuomet niekada ir nerasime „Savęs amžino“. Būsime kažkurios sistemos dalis, veiksime iš ego paskatų. Nesuprasime, kas iš tikrųjų vyksta su mumis, nebent tai išduos pamažu kylantis nepasitenkinimo jausmas. Neįmanoma jausti nuolatinio pasitenkinimo materialiais dalykais, nes materija yra laikina. Nusipirkę sau patinkantį išsvajotą daiktą džiaugiamės pirmas penkiolika minučių. Su santykiiais ar svajonių veikla tai gali tęstis kiek ilgiau. Patiriame tik trumpalaikį pilnatvės jausmą. Bet to niekada nenutiks, jei sieksime pažinti savo Aukštesnįjį pradą, kuris yra amžinas. Prisilietę prie amžinybės, norėsime ją nuolat jausti. Ir tai bus tikroji savirealizacija – gebėjimas jausti amžinybę.

Kartais sako „ieškau savęs“. Bet mes niekada nebuvo pametę savo tikrojo „aš“, kuris mus lydi iš gyvenimo į gyvenimą. Rasti save – tai pažinti savo Aukštesnįjį „Aš“ ir veikti pagal savo individualią prigimtį. Svarbiausia nesilyginti su kitais, nes



kaip minėjau, kiekvieno mūsų prigimtis unikali. Vadinasi ir mūsų patyrimas bei suvokimas yra savaiame skirtingas. Mums labiau reikia jausti savo dvasinį pradą, kuris palaiko mūsų gyvybinę jėgą ir suteikia įkvėpimą gyventi. Tai daug svarbiau nei kažkuo būti ar tapti, įgyvendinus savo norus. Kuo labiau savyje atskleidžiame savo dvasinį pradą, tuo labiau esame savimi. Būti savimi – tai drąsa gyvenime vadovautis vidiniu žinojimu, kurio net negalime paaiškinti. Tai labai svarbu, nes jei pristingame drąsos išsiklausyti ir remtis savo aukštesniąja Dieviškąja prigimtimi, tuomet už mus pasirenka atitinkama Sistema.

Mano nuomone žmogus kenčia ir jaučia didelį nepasitenkinimą savimi, nes nesupranta savo gyvenimo kelio dėl to, kad neišmano dvasinių gyvenimo dėsnių. Tokiam žmogui atrodo, kad jo gyvenimas neatitinka susikurto gražaus atviruko ar norimo įvaizdžio, kuris dažnai susijęs su vakarietišku „sėkmingu“ save realizavusio žmogaus įvaizdžiu. Pavyzdžiui, modelio išvaizdą turintį keturių vaikų mama, puiki namų šeimininkė ir mylimoji, sukūrusi savo verslą, važinėjantį po pasaulį, laisvu laiku tapanti išpūdingus paveikslus, parašiusi ir išleidusi penkias knygas, rengianti įvairius dvasingumo seminarus ir visada laiminga bei pakylėta. Siekiamybės gali būti įvairios, jos randasi dėl to, kad esame socialios būtybės ir nuolat sąveikaujame su kitais bei stebime jų gyvenimus. Kai nepavyksta „kažkuo“ tapti ar kaip madinga sakyti, save realizuoti, tada atrodo, kad esu ne tai, kas esu, esu ne ten, kur noriu būti, užsiimu ne tuo, kuo norėčiau užsiimti ir t. t.

Gyvename psichologiniame amžiuje, aplink pilna žmonių su gerai išplautomis smegenimis dėl savirealizacijos, kuri siejama su sėkmingo žmogaus įvaizdžiu. Norint tapti sėkmingu, reikia būtinai turėti tikslus ir jų siekti. Ištiesi seminarai skelbia, kad suteiks žinias, kaip įgyvendinti savo tikslus. Iš pradžių tai atrodo labai nekaltai ir kartais padeda. O jei nepasiseka arba nepasiseka daug kartų iš eilės? Tai vadinasi nerealizuoju savęs?

Kartais žmonėms atrodo, kad jie dar kažko apie save nežino, juose slypi talentai, kurių jie dar neatrado. Nerimsta, nes galbūt yra kažkoks atsarginis asmeninio gyvenimo variantas, kurį netyčia gali pražiopsoti. Kai kurie nuolat kalba apie gyvenimo misiją – „vadinasi ir man duota kažkokia ypatinga gyvenimo misija, kurią būtina sužinoti ir įgyvendinti“. Tai pajutę astrologai ir kiti ezoterikai vilioja klientus žadėdami jiems atskleisti unikalią gyvenimo misiją. Visa tai labiau primena vidinę psichologinę dramą, kuri neturi nieko bendro su dvasiniu išsilaisvinimu. Žmonės net nesusimąsto, kad visos tos savęs paieškos tik gaišina laiką ir atitraukia nuo tikrojo Pažinimo.

Žmogus iššvaisto visą savo gyvenimą, galvodamas, kad jam skirta ypatinga užduotis tam, kad sužinotų, kad nėra jokios ypatingos užduoties. Vienintelė žmogaus žemiškosios kelionės užduotis prabusti dvasiškai ir išsivaduoti iš *samsaros* – gimimo ir mirčių ciklo. Taip kaip namas pradedamas statyti nuo pamatų, taip ir gyvenimas turi būti statomas remiantis dvasiniais dėsniais. Tai ir yra tikroji Savirealizacija – Dieviškosios kibirkšties savyje pažinimas ir atskleidimas.

**Ne tas darbas.** Kai nežinome, kuo norime užsiimti ir dirbame nemėgstamą ar jau iki gyvo kaulo įgrišusi darbą, kyla nepasitenkinimas. Jaučiamės kaip užburtame rate – norimi pokyčiai nevyksta, nepasitenkinimas auga ir pradedame vis labiau kankintis. Iš nevilties pradedame ieškoti kito darbo. Jei naujas darbas neatneša norimo pokyčio, ratas ir vėl sukasi nuo pradžių. Tačiau darbovietė ar darbas, kurį atliekame neturi nieko bendro su nepasitenkinimu, kuris kyla mūsų viduje. Nes tai yra gyvenimo nepriėmimas ir noras, kad viskas vyktų pagal mūsų įsivaizduojamą planą.

Nepasitenkinimas kyla, kai norai ir svajonės nesutampa su tikrove. Sąvoka „svajonių darbas“ per daug išpūsta, pasaulyje daugybė žmonių dirba darbus, kuriuos vargu ar galime pavadinti mylima veikla, pavyzdžiui: valytojai, morgų ir laidotuvių biuro

darbuotojai, antstoliai, bankrotų administratoriai ir kt. Bandau įsivaizduoti kaip su pasimėgavimu laidotuvių biuro darbuotojas rengia numirėlį arba valytoja po audringo jaunuolių vakarėlio sodyboje viską valo ir dezinfekuoja. Ar apie tai jie svajojo vaikystėje? Tikrovė tokia, kad metų metus daugybė žmonių dirba panašaus pobūdžio darbus, moka mokesčius, kuria šeimas ir gyvena. Daugybė žmonių tiesiog dirba ir tarnauja visuomenės labui. Todėl nėra pasaulyje specialisto, kuris pasakytų, kokia veikla jums labiausiai tinka užsiimti, kad jaustumėte pilnatvę. Tai neįmanoma, nes žmonės dažnai:

- Nedirba pagal išsilavinimą
- Dirba nekvalifikuotą darbą
- Keičia kvalifikaciją
- Dirba tik dėl pinigų, socialinių garantijų ir kt.
- Dažnai keičia darbus ir veiklos sritis
- Laikinais nedarbu ar negali rasti darbo
- Nežino, kokį darbą norėtų ar sugebėtų dirbti
- Nori dirbti sau, bet nežino, kokia veikla užsiimti
- Turi sveikatos ar psichologinių sunkumų
- Tiesiog nenori eiti į darbą
- Netenka darbo dėl ekonominės, socialinės krizės ar kitų priežasčių.

Mūsų darbo ar veiklos pobūdį veikia įvairūs gyvenimo etapai. Vienu etapu geriausia bus dirbti samdomą darbą ar važiuoti dirbti į užsienį, kitu etapu dirbti mažai apmokamą darbą, bet laisvu grafiku. Jauni žmonės, kuriantys šeimas ir perkantys ar statantys būstus, bus suinteresuoti gerai apmokamu darbu, leidžiančiu gerai apsirūpinti materialiai. Vėlesniame amžiuje tikriausiai nebus taip aktualu pasistatyti namą ar įsigyti naują automobilį, išleisti vaikus į mokyklą ir t. t. Įvairiuose gyvenimo etapuose gali skirtis žmonių gyvenimo būdas. Kai kurie žmonės vieni ar su šeimomis pradeda keliauti po pasaulį. Jie daugiau neįsivaizduoja darbo ofise nuo aštuonių ryto iki penkių vakaro.

Pravartu atsižvelgti į daugybę priežasčių, darančių įtaką mūsų veiklai. Galų gale žmogaus gyvenime keičiasi prioritetai. Darbinę veiklą koreguoja įvairios aplinkybės šeimoje: vaikų auginimas, tėvų slauga, įvairios ligos, laisvalaikio pomėgiai ir t. t. Dėl to nei įdarbinimo specialistai, nei aiškiaregiai negali nustatyti vienos geriausiai tinkančios veiklos visam gyvenimui. Nebent tai jūsų dvasinis mokytojas, kuris paskiria asmeninę dvasinę misiją. Niekas už jus nenuspręs ir neparinks svajonių profesijos ir darbo vietos. Tai reikia padaryti savarankiškai, pasitelkus logiką ir nuojautą, atsižvelgiant į konkrečias gyvenimo aplinkybes.

Geriausiai gali padėti blaivus ir praktiškas požiūris į gyvenimą. Astrologija man padėjo suvokti, kad daug svarbiau suprasti, koks etapas jūsų gyvenime dabar, nes nuo jo labai priklauso darbinė veikla. Jei tai etapas tiesiog užsidirbti pinigų būstui, tuomet svarbiausia išsaugoti darbą. Jei stovite ant skyrybų slenkščio, bet turite saugią ir garantuotą darbo vietą, likite ten, kol neišspręsite savo santykių. Jei prasidėjo esminių pokyčių etapas, tuomet neišvengiamai keisis ir veikla. Nereikia būti dideliu aiškiaregiu, norint tai suvokti.

Gyvenimo pilnatvė neturi nieko bendro su atliekamu vaidmeniu darbe. Žmonės per daug prisiriša prie savo pareigų, statuso, gaunamo atlyginimo. Galioja visuomenės nustatyta nerašyta taisyklė, kad reikia turėti gerą darbą. Socialiniai tinklai ir gyvenimo būdo žurnalai akcentuoja, kad darbu reikia mėgautis, darbas turi būti įdomus ir atnešti geras pajamas. Tai dar vienas materialistinės sąmonės išpūstas muilo burbulas, skirtas smegenims plauti. Taip skatinami įvairūs prisirišimai, kurie anksčiau ar vėliau sukelia kančią.

Savo paskutiniame darbe tekdavo susidurti su garbaus amžiaus vyrais, kurie akcentuodavo, kad yra inžinieriai ir savo laiku užėmė aukštą pareigą, dėl to tam

tikrus dalykus išmano geriau. Kartais paaiškėdavo, kad neišmano ☺. Būdavo keista ir graudu stebėti, nes viskas jau seniai praėjo, o žmogus vis dar susitapatinęs su užimamomis pareigomis. Mūsų vyriausia buhalterė sakydavo, kad „nepakeičiamų“ pilnos kapinės. Viskas labai greitai kinta ir joks darbas negali suteikti ilgalaikės pilnatvės. Prasmę veiklai suteikia žmonės.

Jei norite tikros pilnatvės, pradėkite nuo Dievo savyje suvokimo, tuomet bus lengviau suprasti savo paskirtį šiame gyvenime ir kiekviena atliekama veikla turės daugiau prasmės. Remiantis šventraščiais, žmogus neturi prisirišti prie savo veiklos rezultatų. Jei iš tikrųjų esame dvasingi ir atsidavę savo dvasiniam keliui, kiekvienas darbas, kuris nesukelia kančios kitiems, yra geras ir skirtas Viešpačiui. Neutralus požiūris, kuomet per daug neįsijaučiame, nesureikšminame savo pasiekimų ir nesėkmių, yra išminties kelias.

Esminis dalykas, kurį reikia suvokti: „*dabartinis jūsų sąmonės lygmuo tiesiogiai susijęs su darbu, kurį dirbate*“. Jei sąmonės lygmuo keičiasi, neišvengiamai keičiasi ir veikla. Savaimė ateina aiškumas, koks bus kitas žingsnis. Nebūtina matyti galutinio rezultato, svarbiausia žinoti kitą žingsnį. Dievo savyje suvokimas – priėmimas bei dvasinė savirealizacija yra tas reikiamas pokytis sąmonėje. Be jo nepajudėsime į priekį nė centrimetro. Pokyčiai neišvengiami atėjus tinkamam laikui, tereikia išlaukti.

Stebuklai nutinka, kuomet sąmonėje įvyksta tikras dvasinis šuolis. Iš pradžių tai neatrodo kaip stebuklas, greičiau sudėtingas išbandymas. Galiu patvirtinti savo patirtimi, kad iš esmės pasikeitus sąmonės būsenai ir gyvenimo būdai, buvo labai sudėtinga penkerius metus išbūti toje pačioje darbo vietoje. Supratau, kad pakeitus darbovietę, niekaip nepavyks išjungti savo pakitusio vidinio matymo. Dėl to sudėtingiausia buvo kažkaip išdirbti tą likusį laiką, nes tuo metu neturėjau žalio supratimo kuo užsiimti. Juo labiau, kad gyvenimo ir darbinė patirtis parodė, kad nebeoriu užsiimti tuo, apie ką svajojau nuo vaikystės.

Kurį laiką vis tikėjau sulaukti kokio nors stebuklo. Pavyzdžiui, vieną dieną pasirodys mano mylimas vyras ir pasiūlys išeiti iš darbo, padės finansiškai, galėsime kartu kurti savo verslą. Vyras pasirodė, bet trejus metus į jį žiūrėjau kaip į eilinį švaros prekių tiekėją. Prasidėjus romantinei draugystei, jis prasiitarė, kad išeina iš savo darbo, bet man nieko nesiūlė. Sprendimą išeiti iš darbo teko priimti pačiai savarankiškai. Atlaikiau kelias stiprias proto ir panikos atakas. Veiklos, kuriomis išėjusi iš darbo ketinau užsiimti su draugais nepasiteisino net nepradėjus dorai dirbti. Teko imtis visiškos asmeninės ir finansinės atsakomybės už būsimą savo veiklą. Mokiausi ir dirbau kaip išprotėjusi. Kiekvienas klientas buvo aukso vertės. Stebuklui prireikė asmeninės dvasinės pažangos, tinkamo laiko ir konkrečių savarankiškų veiksmų. Kai žiūriu atgal suprantu, kad viskas vyko dėsningai, bet tuo metu man viskas atrodė labai sudėtingai. Juo labiau nebuvo jokių garantijų, ar galėsiu iš to pragyventi. Šiandien esu dėkinga, kad lieka daugiau pajamų nei tikėjau ir laisvu laiku galiu rašyti knyga.

Kartais aplankau savo buvusią darbovietę, matau pokyčius: remontą, naujus darbuotojus, tam tikrus vidinės tvarkos pasikeitimus. Akivaizdu, kad niekas nestovi vietoje, bet aišku kaip niekada, kad jei būčiau likusi ten dirbti, mano sąmonės lygmuo būtų toks pat. Gyvenčiau nerime ir baimėje. Niekada nebūčiau patyrusi tų beprotiškų vidinės laisvės akimirų, nebūčiau pamačiusi tiek daug kaskart atsiveriančių naujų galimybių augti ir tobulėti. Didžiausius pasikeitimus parodo ryškus gyvenimo būdo atotrūkis tarp manęs ir ten likusių dirbti kolegų. Darbai nesikeičia, keičiamės mes. Norite pokyčių? Asmeninė pažanga dvasiniame kelyje yra pats svarbiausias dalykas norint pakeisti darbą ir atrasti mylimą veiklą. Net ir mažytis pokytis sąmonėje atneš tam tikra pokytį susijusį su darbine veikla. Kai pradėdame augti dvasiškai, keičiasi mūsų kasdieniai įpročiai: mityba, judėjimas, sveikatinimasis ir kt. Žmogus supratęs, kad svaiga-

lai nepakeliui, nebegalės daugiau dirbti už baro. Jam atsivers naujas regėjimas, ateis suvokimas, kad nebegali kitiems pilstyti nuodus ir prisidėti prie jų sąmonės apsvaigimo. Skaičiau apie vieną barmeną, kuris atsisakęs alkoholio, savo internetiniame kanale dalijosi gaivinančiais nealkoholinių kokteilių receptais. Gyvenimo būdo pasikeitimas svarbus žingsnis, pagreitinantis naujos veiklos atsiradimą.

Stebuklams vykti reikia drąsos ir ryžto. Nežinomybė yra protą paraližuojanti baimė, kurią reikia įveikti veiksmu ir įsitikinti, kad ji neegzistuoja. Konkretūs praktiški veiksmai padeda peršokti nežinomybės upę ir sužinoti. Išdrįsti sunku, nes nesame tikri, kad pavyks. Nepabandę nesužinosime ir toliau dėl visko sielosimės. Žmonės kaip maro bijo nesėkmės. Tai liga, nuo kurios reikia gydytis. Laikas nuo laiko sulaukiu klausimų, kuria veikla geriau užsiimti iš kelių galimų, o svarbiausia, kuri iš jų leis užsidirbti pragyvenimui. Nevisada atsakymas yra „taip“ arba „ne“, nes galbūt reikia apjungti abi veiklas, o gal ateityje teks imtis įgyvendinti dar šiandien negimusią idėją. Todėl reikia bandyti ir daryti, kad gautume atitinkamą suvokimą, be kurio neįmanomas tolimesnis mūsų kelias. Nėra tokių prognozių, kurios pasakytų – štai tiesiausias kelias iš taško A į tašką B. Dažniausiai į tašką B patenkame įvairiais aplinkkeliais, septyniasdešimt septynis kartus įkrentame į tą pačią duobę, iš kurios prireikia laiko išsikapanoti norint eiti toliau.

Kai kankina nežinomybė, labiausiai netikęs klausimas, kurio klausiamo savęs, – „Kada visa tai pagaliau pasibaigs?“. Tarsi, kai „visa tai“ pasibaigs, tada jau viskas bus aišku. Šis klausimas kyla, kai jaučiamės užstrigę ir nežinome ką daryti. Dešimt ir daugiau metų sėdime darbe, kuriame viskas kaip ir gerai, bet jo daugiau nebegalime pakęsti. Atrodo, kad gyvenimas sustojo arba geriau mirtume nei eitume į darbą. Tai pats blogiausias klausimas, kuriuo žmonės „ėda“ save, užuot susitelkę į savo dvasinį tobulėjimą bei vidinės ramybės palaikymą. Viskas pasibaigs, kai ateis tinkamas laikas. Sodininkas žalių obuolių nuo medžių neraško, sulaukia, kol prinoks. Yra daugybė variantų, kurių nežinomybėje ir nerime paskendusi sąmonė negali numatyti. Stiprus dvasinis pokytis gyvenime gali viską taip sudėlioti, kad daugiau išvis neberekės dirbti. Žinokite, kad jums bus pasirūpinta visais atvejais. Pajauskite, kad jums yra rūpinamasi jau dabar, skaitant šias eilutes.

Tėvai, kurie rūpinasi vaikų ateitimi, nori, kad vaikams nereikėtų patirti to paties kaip ir jiems. Svarbiausia jų užduotimi tampa į kurią sritį nukreipti vaiką, kad jam būtų gerai. Atskleisiu paslaptį, kad čia galioja tas pats dėsnis – kiekvieno gyvenimo kelias labai individualus. Vaikas gimsta toje šeimoje ir aplinkoje, kurioje turi patirti savo individualų gyvenimo kelią. Tėvai negali iš anksto išdėlioti pagalvėlių ties kiekvienu būsimu kluptelėjimu. Individualus gyvenimo kelias nereikia sėkmingas, turtingas ir nuostabus gyvenimo kelias. Svarbiausias dalykas yra sveikas, laimingas ir viduje patenkintas žmogus. Jei nuolat jausime vidinį nepasitenkinimą, bet kokia veikla bus nemiela. Manau geriausia, ką tėvai gali padaryti dėl savo vaikų šiuo klausimu, tai paskatinti įsiklausyti į savo vidinį balsą. Pasakyti, kad jie negimė tam, kad visą gyvenimą dirbtų įmonėje pavadinimu „X“ ar visą savo gyvenimą atiduotų tam, kad įmonės savininkas įsigytų dar vieną vilą Maljorkoje. Vaikai į šį pasaulį atėjo, kad būtų laimingi, iš tikrųjų laimingi. Laimę susikuriame patys. Savo viduje išmokstame sukurti laimės jausmą, nepriklausantį nuo aplinkybių ir jį palaikyti. Jei tėvai nelaimingi ir jaučia vidinį nepasitenkinimą, jie negali būti įkvėpimo šaltinis savo vaikams. Tėvai turi būti tie žmonės, kurie savo vaikams padeda suformuoti moralinį ir dvasinį stuburą. Vaiko profesinis kelias tik antraeilis dalykas.

Gerai, kai vaikai patys tvirtai pasako, kuo jie bus užaugę ir taip nutinka. Viena puiki jauna moteris būdama septynerių metų visiems namiškiams pasakė, kuo bus užaugusi. Ir tapo fizikos mokslų daktare. Taip nutinka, kuomet yra labai ryškūs atsineš-

tiniai tam tikri būdo bruožai ir gebėjimai. Įvairūs talentai ir polinkiai matosi gimimo horoskope, dėl to žmogaus gyvenimo kelias nuo vaikystės susijęs su jo būsima veikla. Niekas negali jo sustabdyti ar sutrukdyti, net jei tėvai yra alkoholikai. Tačiau tai gana reti atvejai. Nemaža dalis žmonių pasižymi vidutiniškais ir netgi tarpusavyje atrodytų nesusijusiais gabumais.

Gyvenime išmokstame ir įgyjame tuos gebėjimus, kurių reikalauja mūsų darbas. Svarbiausia, kad veikla, kuria užsiimame atitiktų mūsų prigimtį. Kentėsime, jei dirbsime darbą, kuris prieštarauja mūsų prigimčiai. Uždaras ir lėtai žmogui ne vieta aktyviuose pardavimuose. Ne kiekvienas gali tapti verslininku ar ilgamečiu sėkmingu vadovu. Kūrybiškai ir veržliai asmenybei darbas griežtoje valstybės tarnyboje ar banke bus tikras pragaras. Dėl to nereikia rinktis tų profesijų ir darbų, kuriuos primygtinai rekomenduoja tėvai arba kurie yra pelningi, paklausūs ar madingi. Nes gyvenimas nėra profesija ar darbas. Pažįstu moterį, kurią mama paskatino stoti į farmaciją. Praėjo daugybė metų, bet dar ir šiandien šiai moteriai trūksta vidinių resursų ir drąsos pakeisti veiklos sritį. Tikriausiai mama, norėdama „gero“ suprato, kad ši sritis garantuoja pastovią darbo vietą ir „užtikrintą“ gyvenimą. Tačiau nepastebėjo, kad dukra itin savita ir jautri asmenybė, kuri gana greitai susivokė, kad farmacija nėra jos sritis. Žinau tokių istorijų gerokai daugiau. Dėl to tėvai, kurie kreipiasi dėl savo vaikų, pirmiausia turėtų pasistengti suprasti ir pažinti savo vaikus bei suvokti kertinius gyvenimo dėsnius. Tai labai svarbu, nes kalba eina apie jų vaikų ateitį ir laimę.

Būti laimingu paprasta – nebūkime tuo, kuo nesame ir gyvenkime pagal savo prigimtį. Gyventi pagal prigimtį, reiškia išsiklausyti į savo vidinį balsą ir sugebėti atsirinkti kas tinka, o kas ne. Tenka susidurti su atvejais, kai žmonės nepagrįstai save susimažina ir susimenkina, atsižvelgdami į aplinkinių įtaką ar vedami baimės. Kiti nori būti ypatingais, bet net nesusimąsto, kad nuo gimimo neturi tam tikrų ryškiai išreikštų savybių. Tiek vienu, tiek kitu atveju reikia save nuolat ugdyti ir eiti į priekį. Laimės ir vidinės pilnatvės jausmas nepamatuojamas, neturintis nieko bendro su profesija, tačiau atveriantis beribes gyvenimo galimybes. Negerai, kai darbas tampa viršesnis už asmeninį gyvenimą, kuomet laiką skirstome į dvi dalis: čia aš atidirbu, o čia jau galiu gyventi. Dėl to nereikia laukti, kol darbas pasikeis, pirmiausia reikia savyje sužadinti tą pirmą beribį laimės jausmą ir jį išlaikyti.

*Tas darbas, kuriame sėdite nuo aštuonių iki penkių nėra tikrasis jūsų gyvenimo darbas. Pagrindinis darbas, kurį turite atlikti šiame įsikūnyjime yra dvasinės praktikos. Likęs laikas tėra laikas skirtas užsidirbti, kad pragyventumėte ir išlaikytumėte save ar savo šeimą. Pagrindiniu visos dienos darbu turi tapti asmeninė dvasinė praktika, net jei ji trunka tik pusvalandį. Jei sugebėsite šitai pakeisti savo požiūrį, išsivadosite nuo bereikalingų išgyvenimų, kurie yra tik išbandymai, sekantys po jūsų atliktos dvasinės praktikos. Geriau pagalvokite, kaip labiau susitelkti į savo asmeninę praktiką, kad tuos išbandymus įveiktumėte be didelio vargo.*

**Ne tokie santykiai.** Pradėsiu nuo asmeninės patirties, kuri paskatino domėtis santykiais ir ieškoti atsakymų, remiantis astrologija. Man tai buvo savaime suprantama, nes potraukį astrologijai ir ezoterikai turėjau nuo vaikystės. Atsimenu savo mokytojo pasakymą, kad astrologais tapome ne iš gero gyvenimo. Turiu pripažinti, kad tai tiesa. Mano atveju tai buvo neišsipildžiusi romantinių santykių svajonė. Vaikystėje susikūriau savo būsimų santykių modelį, žinojau koks turėtų būti mano svajonių vyras. Bet gana greitai pajaučiau, kad kažkas ne taip su manimi. Mokykloje ir universitete buvau tarsi „nematoma“ vaikinams. Niekaip negalėjau to suprasti, galvojau, kad esu nepakankamai liekna ir graži. Pirmoji santykių patirtis buvo labai sudėtinga, atnešusi nemažą finansinį nuostolį ir suteršusi sielą. Tolimesni santykiai nuo pat pradžių vedė į aklavietę. Tai buvo akivaizdu nuo pirmųjų pasimatymų, tačiau noras, kad išsipildytų didžiausia vaikystės svajonė buvo užgožęs sveiką nuovoką. Padariau labai daug klai-



dų ir išgyvenau daug skausmo, nes mano savivertė buvo žemiau nulio. Labai norėjau mylėti ir būti mylima, patirti abipusę laimę poroje.

Praėjus dvidešimčiai ir daugiau metų puikiai žinau, kad viskas vyko dėsningai. Kitaip ir būti negalėjo, bet tuo metu buvau labai atkakli ir nuolat ieškojau atsakymų. Kuriam laikui pagerėdavo, bet netrukus vėl užlipdavau ant to paties grėblio. Metams bėgant nusivylimas santykiais stiprėjo. Krūtinę slėgdavo stiprus nepasitenkinimo savimi jausmas, kuris sukildavo į gerklės sritį ir sukeldavo į pykinimą panašų jausmą. Giliai viduje jausdavau begalinį ilgesį tam, ko neturiu. Buvo skaudu matyti įsimylėjusias poras susikibusias už rankų. Dabar suprantu, kad pati didžiausia klaida buvo tas stiprus pykinantis nepasitenkinimo jausmas savimi ir gyvenimu. Dėl to mano kelyje pasitaikydavo psichologiškai silpni, palūžę ir įsipareigoti nelinkę vyrai. Begalinis noras turėti santykius buvo taip aptemdęs akis, kad nesugebėjau pamatyti, jog tie vyrai neturi jokių vidinių resursų sukurti tvirtą šeimą. Buvau per daug susitelkusi į savo patiriamą skausmą. Buvo be galo gėda, atrodo, kad galiu pretenduoti į daugiausia kartų paliktos ir atstumtos merginos titulą. Nuolat išgyvenau, kad man taip nesiseka.

Perskaičiau nemažai knygų, išklausiau įvairių seminarų apie tai, kaip pritraukti mylimą vyrą ir sukurti norimus santykius. Domėjausi, kokia turi būti moteris ir koks vyras, kaip elgtis santykiuose. Skyriau dėmesio vidiniam darbui su savimi, tačiau vis tiek buvau vieniša, situacijos kartojosi. Atrodė, kad niekas iš to ką perskaičiau ar išgirdau, neveikia. Gana greitai supratau, kad nė vienas santykių specialistas man neatsakys, kodėl vis dar nesutikau savo mylimo žmogaus. Kai skirta, du žmonės susitinka ir sukuria santykius nepriklausomai nuo grožio, ūgio, svorio, amžiaus, išsilavinimo, turtinės ir šeiminės padėties, fizinės ir protinės sveikatos, laiko, vietos ir įvairių aplinkybių. Du žmonės susitinka ir įsimyli nepriklausomai nuo to, ar jie išklause kursą kaip kurti ilgalaikius meilės kupinus santykius, ar ne. Aiškiai suvokiu, kad čia veikia visiškai kiti dėsniai, nepavaldūs geriems ketinimams turėti gražius santykius.

Patyrusi daug skaudžių nusivylimų ir išliejusi vandenyną ašarų, stačia galva neriau į astrologiją. Neišsipildę santykiai buvo puikus Dievo planas mane sudominti ir priversti labai intensyviai bei atkakliai studijuoti. Jei būtų išsipildžiusios mano svajonės, o svarbiausia svajonė turėti mylimą vyrą, astrologija būtų buvusi tik hobis. Dabar astrologija teka mano venomis ir tai pagrindinė mano gyvenimo užduotis. Tuo metu atsakymai, kuriuos gavau, suteikė daug aiškumo, nes padėjo suvokti savo prigimtį ir šio gyvenimo kelio duotybes. Astrologijos pagalba kruopščiai analizavau visus praeities santykius ir gavau patvirtinimus, kad jiems nebuvo skirta išgyventi. Dabar suprantu, kad po nenusisekusių santykių reikėjo džiaugtis, o ne ašaras lieti ir save peikti, nes buvau apsaugota nuo dar didesnio skausmo ir nusivylimo. Dėl vienatvės turėjau daug laiko ir pačias geriausias sąlygas mokytis ir gilintis.

Dabar turiu progą pasidalinti paslaptimis, kurių neatskleis jokie santykių ekspertai, nes jie dažniausiai dirba su psichologija paremtu oficialiai patvirtintu mokslu. Psichologai remiasi tik dabartiniu gyvenimu, tuo tarpu gimimo horoskopas yra praeitų gyvenimų pasekmės. Jame užkoduotas asmenybės charakteris, šio gyvenimo kelias: patirtys ir kliūtys, kurias žmogus turės išgyventi ir išmokti įveikti. Mes negalime paaiškinti, kodėl vienas žmogus gimsta turtingoje šeimoje, kitas menininkų šeimoje, trečias mokslininkų šeimoje, ketvirtas niekuo per daug neišsiskiriančioje šeimoje, o penktas net nesuvokia, ką reiškia užaugti šeimoje ir t. t. Gimstame sveiki, ligoti, neįgalūs arba net neturime galimybės gimti ir išgyventi. Galime labai stengtis ir daug ką pakeisti savo gyvenimo kelyje, bet niekada nepakeisime savo gimimo fakto ir aplinkybių. Kiekvienas iš mūsų gauna skirtingas galimybes startuoti šiame gyvenime. Mus supanti aplinka ir atsineštos duotybės skirtos asmeniniam tobulėjimui.

Jokiu būdu neneigiu santykių psichologų darbo svarbos, nes ir astrologiniam konsultavimui būtina elementari psichologijos nuovoka. Tačiau geras astrologas visada matys, kas skirta ir kas neskirta. Čia panašiai kaip abipusė meilė ir meilė be atsako. Ko gero kiekvienas iš mūsų yra nors kartą susidūręs su abiem atvejais. Gera, kai du žmonės vienas kitam atsako tuo pačiu jausmu ir nori būti kartu. Kad ir kaip skaudu, bet puikiai žinome, kad negalime kito žmogaus priversti atsakyti į mūsų meilę, jei jis jos neįaučia. Taip pat negalime priversti vykdyti norimus įvykius, jei jie nevyksta ar norėti, kad jie vyktų mums norimu būdu. Tam tikri dalykai vyksta arba ne, nepriklausomai nuo mūsų gerų ketinimų, norų, svajonių ir įgeidžių ar net psichologinių žinių.

## Kas nulemia ne tokius santykius?

**Pirmoji paslaptis - santykių duotybė.** Žmogus atsineša tam tikrą duotybę romantiniams santykiams ir santuokai. Remiantis skirtinga gimimo data ir laiku, galima matyti, ar duota santuoka, skyrybos ar atsiskyrėliškas gyvenimo būdas. Pasitelkus astrologiją galima suprasti, kokia bus santuokos kokybė, netgi sužinoti, kada ji labiausiai tikėtina. Santuoka gali būti ankstyva arba vėlyva, o skyrybos ne vienerios. Kiek retesniais atvejais tenka matyti, jog santuoka neskirta ir tai patvirtina žmogaus gyvenimas. Savaiame suprantama, kad santykių ekspertai negali to žinoti, o ir pačiam astrologui reikia įdėti daug darbo ir įgyti patirties norint tai pasakyti. Kaip minėjau, gimimo horoskopas yra mūsų praeitų gyvenimų derinys, dėl to mes visi atsinešame skirtingą santykių duotybę. Jei visi gimtume tuo pačiu laiku, būtume vienodi ir turėtume tokias pačias galimybes. Dėl savo skirtingų duotybių, galime augti ir tobulėti. Todėl santykių specialistai neturi laiko kada nuobodžiauti. Svarbu nepamiršti, kad kiekvienas atvejis yra konkretus, reikalaujantis atskiro patarimo, atsižvelgiant į mirtas duotybes.

**Antroji paslaptis - meilės arba išbandymų laikotarpis.** Antra paslaptis, kuria noriu pasidalinti susijusi su įvairiais žmogaus gyvenimo etapais. Kiekvienam asmeniškai yra tinkamas laikas vykdyti tam tikriems įvykiams arba ne. Atsidarius laikotarpiui, kuris skirtas meilei ir santuokai, mes neišvengiamai sutinkame savo mylimuosius. Dėl to neįmanoma prasilenkti su sau skirtuoju ir susituokti ne su tuo žmogumi. Viešpaties iliuzijos galios dėka žmogus galvoja, kad čia jis pasirinko savo mylimąjį, todėl ir susituokė. Mano veide visada atsiranda šelmiška šypsenėlė, kai išgirstu panašius pasakymus. Pakanka žmogaus gimimo datos ir laiko, nebūtina žinoti net vardo, norint pasakyti, kada tuoksis, o kada atsidurs ties skyrybų slenksčiu. Kai kuriuose gimimo horoskopuose tai itin aiškiai matyti, su kitais reikia gerokai daugiau padirbėti. Atsidarius laiko kanalui, nepriklausomai nuo mūsų norų, įsimylime arba ne.

Jei dabar tęsiasi laikotarpis, kuris nėra skirtas kurti ir išlaikyti romantinius santykius, meilės srityje vyraus štilis. Galima nors ir ant galvos atsistoti ir labai labai stengtis, bet vis tiek meilė neaplinkys. Norint tai suprasti nereikia būti astrologu. Pagalvokite logiškai, varžybose yra trys prizinės vietos. Retas profesionalus sportininkas užima pirmą vietą du ir daugiau kartų iš eilės. Tai priklauso nuo daugelio veiksnių, kiekvienas sezonas tam pačiam sportininkui skirtingas. Kartais būna prizinių vietų arba netikėtų traumų ir net karjeros nutraukimo sezonas. Lygiai tas pats ir su santykiais. Vyksta tam tikri svyravimai ir dėsningumai, nepaisant natūralios santykių raidos, kuri prasideda švelnia romantika ir perauga į brandos stadiją. Šie laikotarpiai svyravimai kiekvienam labai individualūs, todėl būnant poroje gali išsiskirti požiūris į tarpusavio santykius. Vienam atrodo, kad čia viskas „normaliai“, būna ir blogiau, o kitam atrodo, kad geriau būtų gyventi atskirai. Romantiniai santykiai nevyksta ir negali vykdyti visą gyvenimą arba kada tik panorėsime.

Po sudėtingų santykių išbandymų žmonės nusprendžia, kad laimingi santykiai jiems neskirti ir susitaiko su vienviete arba vienišumu būnant poroje, nes metai bėga ir niekas nesikeičia. Bet dažniausiai tai dar vienas gyvenimo etapas, skirtas išbandymams. Sudėtinga santykių patirtis yra tam, kad geriau suprastume gyvenimą ir tapume geresniais mylimaisiais. Suprastume, kad gyvenimas nėra tik romantiniai santykiai, o meilės santykiai nėra tik poreikių tenkinimas ir buvimas kartu. Kai suvokiame savo klaidas ir išmokstame reikiamą pamoką, patenkame į visiškai naują sąmonės lygmenį, kuriame sukuriame visiškai kitokius santykius nei iki tol. Svarbiausia suprasti, kad kiekvienas santykių etapas laikinas ir skirtas dvasiniam augimui.

**Trečioji paslaptis - mylimosios (-ojo) tipažas.** Septintas būstas gimimo horoskope skirtas gyvenimo partnerei (-iui) ir atspindi, kaip mes suvokiame ir patiriame kitą žmogų savo gyvenime. Remiantis juo galima spręsti apie žmonos ar vyro išvaizdą, charakterį, statusą ir tarpusavio santykius. Todėl atitinkamas žmonos / vyro tipažas kaip ir santykių patirtis suprogramuotas iš anksto. Tai nėra stebuklas, nes giliai viduje mes tiksliai žinome, kokie vyrai ar moterys mums patinka. Kai kurie nuo vaikystės žino, kaip atrodys jų išrinktoji ar išrinktasis. Mūsų gyvenime nepasitaiko atsitiktinių mylimųjų. Jei įvyksta netyčinis susidūrimas, tokie santykiai labai greitai prasideda ir nutrūksta, vėliau visiškai išsitrina iš atminties. Tai gali būti pirmas ir paskutinis pasimatymas, kuomet tik pamatę vienas kitą abu žmonės iš karto suvokia, kad jiems nepakeliui, bet iš mandagumo išgeria kavos ir pašneka apie orą. Nes šie santykiai ir sutiktas tipažas nėra įrašyti į atsineštą programą.

Mūsų mylimaisiais tampa tie žmonės, kurių nusipelnėme ir kurie atitinka mūsų esamą sąmoningumo lygmenį. Pirmos sekundės, kuomet susiduria moters ir vyro žvilgsniai yra tos, kurių metu įvyksta visa reikiama chemija kurti ir tęsti santykius toliau. Tuo metu įsijungia visos juslės ir tarsi čiuptuvai gaudo informaciją ir siunčia ją į centrinę nervų sistemą. Tą magišką akimirką, kai laikas sustoja ir pasaulis išnyksta, vyksta gautų duomenų apdorojimas. Net užduodžiamas kvapas tampa reikiamu patvirtinimu. Visa ši net ir menkiausia informacija užkoduota mūsųse, kad pritrauktume tokį mylimąjį, kokį atspindi septintas horoskopo būstas. Dėl to dažnai pasikartoja panašus santykių scenarijus arba visus partnerius vienija keli tam tikri bendri bruožai.

Laikas nuo laiko priklausomai nuo mūsų sąmoningumo lygmens gali skirtis pritraukto tipo „versija“ ir elgesys santykiuose. Ugningos prigimties partneris gali būti labai aktyvus ir kūrybingas, įkvepiantis kitus arba nevaldantis savo pykčio keikūnas, linkęs pakelti ranką. Ugnies ženklas septintame būste rodys ne tik temperamentingą partnerį, bet ir polinkį turėti nuolat atsinaujinančius santykius, monotonijos vengimą santykiuose. Jei mums skirtas labai žemiškas ir praktiškas partneris, dažniausiai su tokiais ir bendrausime ir labiausiai už viską norėsime pastovių santykių. Vienas žemiškas tipas gali viską vertinti pinigais ir nuolat burbėti, jei nepavyksta sutaupyti, o kitas geranoriškai padėti savo šeimai ir gausinti jos turtą. Tačiau abu „žemiečiai“ bus linkę išlaikyti pastovumą ir turėti tvirtą pagrindą po kojomis.

Septinto būsto kaip ir savo gimimo datos nepakeisime, bet augindami sąmoningumą, koreguodami savo požiūrį ir elgesį, neišvengiamai auginame ir šalia esančio mylimojo sąmoningumą. Negalime pakeisti kito žmogaus prigimties, bet galime paveikti jo elgesį, jei nedarysime spaudimo, neprovokuosime ir neturėsime tuščių lūkesčių. Vienišiai, nepasiduokite skaudiems nusivylimams, geriau išmokite gautas santykių pamokas, kad kitą kartą pritrauktumėte labiau sąmoningą partnerį. Jei moteris į savo gyvenimą pritraukdavo į agresiją daugiau ar mažiau linkusius vyrus, tai dirbdama su savimi kitą kartą gali pritraukti atsidadusį žmonių teisių aktyvistą ir įkvepiančią asmenybę. Tai priklauso nuo jos sąmonės šuolio tobulėjimo kelyje.



Kai labiau stengsimės tapti tokiu žmogumi, be kurio kitas neįsivaizduoja savo gyvenimo, laimėsime daugiau nei būdami nusivylę, reikšdami nepasitenkinimą, reikalaujami ir kentėdami. Tai svarbu, nes partnerio pakeitimas kitu ne visada yra išeitis, ypač jei tuo metu yra laikotarpis skirtas santykių išbandymams. Išsiskyrus paprasčiausiai liksime vieniši ir nesukursime naujų darnių santykių. Taip nutinka, kai mylimieji išsidrasko tarpusavyje audringai aiškindamiesi santykius, mintyse nuolat matuojasi kitą, slapta susirašinėja ar net draugauja, grasina susirasti kitą ir susiranda norėdami atkeršyti. Kladinga manyti, kad gyvename su ne sau „skirtu“ žmogumi, slapta tikintis, kad už kampo laukia geresnis mylimasis. Santykių išbandymų laikotarpyje svarbiausia nesikarščiuoti, nes pakeitus partnerį kitu, labai greitai teks nusiimti rožinius akinius.

Visada perspėju, kad mylimieji gali keistis, bet santykių pamokos kartojasi. Jei žmogus nesimoko, kenčia toliau, tik su kitu partneriu. Kai kuriems galime duoti tobuliausią moterį ar vyrą pasaulyje, bet jie vis tiek kentės, nes taip užkoduota jų atsineštoje programoje. Todėl santykių srityje žmonės sukasi kaip voverės tame pačiame rate, nes nežino, kaip sustabdyti tą ratą ir turėti darnius santykius. Norint sulaužyti nepatinkančią santykių modelį, reikia labai gerai apgalvoti savo pačių elgesį ir pradėti visiškai kitaip reaguoti bei elgtis mylimojo ir pačių santykių atžvilgiu. Tai vienintelis būdas pradėti keisti atsineštas santykių duotybes, savo pastangomis sušvelninti sudėtingus etapus, nepritraukti pasikartojančio modelio.

## Kaip nustoti kentėti santykiuose?

Astrologija tarsi iš paukščios skrydžio leidžia pažvelgti į esmines žmogaus gyvenimo sritis ir matyti labiausiai tikėtinas ateities perspektyvas. Meilės santykių sritis viena svarbiausių ir labiausiai jaudinančių. Nesvarbu, kokias santykių duotybes atsinešėme, visada galime tam tikrus dalykus keisti. Čia praverstų požiūris: „jei jauti, kad pralaimi žaidime, keisk žaidimo taisykles“. Vadinasi, jei negalime pakeisti Dieviško žaidimo, kuriame dalyvaujame, galime keisti savo pačių sukurtas taisykles. Visada galime keisti savo požiūrį į santykius ir susikurti naujas gyvenimo taisykles. Jei šiuo metu kankina vienatvė, galima susikurti taisyklę, kuri vadinasi „neišgyvenu ir išnaudoju šį laiką naujai įkvepiančiai veiklai“. Neišvengsime sau skirtos vienatvės, tačiau nustosime jaustis vieniši, kai tik užpildysime šią spragą kažkuo kilnesniu nei mes patys. Paeiliui aptarsiu nuo ko galime pradėti, jei jaučiame, kad pralaimime arba mūsų taisyklės nebeveikia.

**Asmeniniai įpročiai.** Žmonės manęs klausia, – „Ar galima čia ką nors pakeisti?“. Atsakau, – „Taip, galima, tai vadinama darbu su savimi ir savo įpročių keitimu“. Įpročiai susiformuoja dėl atsineštinių duotybių. Pavyzdžiui, įgimtas perdėtas jautrumas, skatins be reikalo nerimauti ir nervintis. Jei santykiuose iškilus sunkumų, žmogus gali užsisklęsti savyje ir tapti abejingu vietoj to, kad spręstų iškilusius sunkumus. Norint išsiugdyti naujus įpročius, turime juos daug kartų kartoti, kol jie taps kaip antra oda. Todėl tai neapmokamas ir daug savarankiškų pastangų reikalaujantis darbas su savimi visam gyvenimui. Jis itin glaudžiai susijęs su savistaba ir savo elgesio koregavimu, kuomet kyla nepasitenkinimo savimi ir santykiams jausmas.

Praverstų kritiškai peržvelgti savo įpročius ir elgesį. Įrašykite, kokie asmeniniai įpročiai jūsų manymu yra didžiausias stabdis santykiuose: polinkis greitai įsiskaudinti, nepagrįstos baimės, nuolatinės abejonės, amžini išgyvenimai, kategoriškumas, valdingumas, grubi kalba, nesiklausymas.

.....  
*Paklauskite savęs, – „Koks mano mylimo žmogaus elgesys labiausiai skaudina mane?“.*  
.....

*„Ar šis elgesys gali būti susijęs su mano netinkamais įpročiais?  
Jei taip, kokie tai įpročiai?“.*  
.....

Pavyzdys galėtų būti toks: „Mane labiausiai skaudina mylimo žmogaus pyktis. Manau, kad tai susiję su mano neužtikrintumu, polinkiu be reikalo sielotis ir zysti“. Įpročiai susiję su mūsų charakterio duotybėmis, kurias atsinešėme į šį gyvenimą. Kiti žmonės pagal savo atsineštas duotybes atitinkamai reaguoja į mūsų įpročius. Mes atėjome tam, kad tobulėtume, vadinasi galime ugdyti save. Nė vienas iš mūsų nėra dovanėlė mylimam žmogui ir mūsų vidinis magnetas – gimimo horoskopas – pritraukia tiksliai tokį žmogų, kokio mums reikia. Dėl to nereikia kritikuoti tėvų santykio modelio ar galvoti, kad tikrai nenusipelniau tokio „blogo“ mylimojo. Reikia ieškoti išeities, kad panašios situacijos santykiuose nepasikartotų.

**Svajonės ir tikrovė.** Nusivylimas santykiais kyla, kai įsivaizdavimai ir norai nesutampa su tikrove arba tai paaiškėja praėjus pirmajam susižavėjimo stadijai. Esame socialios būtybės ir mūsų svajones dažnai veikia aplinka. Remiantis socialiniuose tinkluose vaizduojamu tobulų santykių modeliu, susidaro įspūdis, kad santykiai labiau demonstruojami nei kuriami. Patikėkite, jų atsineštos santykių duotybės nėra kažkuo kitokios nei jūsų. Reikėtų atskirti vaidybą nuo tikrovės, kurioje negalioja joks tobulų santykių formatas. Pasirinkusieji dvasinį kelią taip pat kankinasi ir skiriasi ne vieną kartą. Astrologija padėjo įsitikinti, kad tai ką matome viešai demonstruojant ir kaip yra iš tikrųjų nebūtinai sutampa. Dažniausiai suformuojamas apgaulingas sėkmingų santykių įvaizdis, kuris pavirsta širdagraužiu tiems, kurie jaučiasi vieniši santykiuose ar išgyvena vienatvę.

Kai svajonės daug kartų sudūžta ir galiausiai subliūkšta, tada mes patiriame tikrą save. Nė vienas nuo mažumės nesvajojome patirti sunkumus meilės santykiuose. Tikrovėje visada gauname tai, kas esame, bet ne tai, ką fantazuojame. Gimimo horoskopas yra sielos DNR – tai, kas mes iš tikrųjų esame. Todėl niekada nevėlu ugdyti dorybes, kurios taptų sielos savastimi. Svajoti niekas nedraudžia, bet jei svajonės atitrūkusios nuo mūsų savasties, neišvengiamai nusivilsime. Jei vien tik pildytusi mūsų norai ir svajonės, mes nė kiek nepatobulėtume. Trūkumai ir kliūtys sukuria reikiamą spaudimą sielai vystytis. Mylimas žmogus mus nesąmoningai auklėja ir ugdo, baksnodamas į trūkstamas savybes.

Alyvos į ugnį įpila new age konsultantai garsiai trimituodami, kad esame Visatos vaikai ir nusipelnėme tobulų santykių. Bet tai yra melas, neįmanoma iš karto gauti tobulus santykius, nebent mes dvasiškai nušvitę. Mes nusipelnėme susikurti gražius santykius, laikydamiesi tam tikrų dvasinių askezių. Konsultacijose matau daugybę žmonių, kurie atsinešė sudėtingas santykių patirtis ir jas išgyvena. Blogos patirtys negali mūsų apriboti, tačiau mes negalime atitrūkti nuo tikrovės. Susikuriame kliūtis, kai nepriimame savęs ir savo mylimo žmogaus, tikėdamiesi, kad kažkur už kampo yra „TAS“ tikras tobulas. Jei liksime su tuo „Netikruoju“, netyčia pražiopsosime tą „Tikrąjį“, nes nusipelnėme savo svajonių santykių. Mes visada esame su tuo žmogumi, kuris atitinka mūsų sąmonės lygmenį. Geriau skaudi akistata su savimi, nei užliūliuojanti saldi iliuzija stabdanti sielos augimą.

Kiekvienas santykių atvejis labai individualus, kartais reikia bėgti, ir kuo greičiau, bet visais atvejais pravartu nusileisti ant žemės.

Tikrovėje geriau aiškiai suformuluoti ir pasakyti, ko tikimės iš mylimo žmogaus, negu laukti kol jis susipras ir išpildys mūsų svajones. Visada galime maloniai paprašy-

ti ko norime ir gyventi labiau dabartimi, nepuoselėjant ypatingų lūkesčių dėl ateities. Nes vieną dieną nepagrįstų lūkesčių energija užgrius kaip cunamis, užtemdydama santykius ir sukeldama stiprų nepasitenkinimą.

Vienas svarbiausių dalykų yra ne svajonėse sukurtas paveikslėlis, kokie turi būti santykiai ar ką norėčiau duoti ir gauti santykiuose, bet gebėjimas kurti ir išlaikyti santykius. Pasitaiko atvejų, kai mylimasis nenori priimti to, ką visa širdimi trokštame duoti ir neatsako taip, kaip norėtume. Galime rinktis išsiskaudinti ir amžinai kentėti arba sukurti naują santykių strategiją, neparemta jokiais įsivaizdavimais.

**Gebėjimas kurti ir išlaikyti santykius.** Anksčiau per daug nesusimąstydavau apie gebėjimą kurti ir išlaikyti santykius, kol neišgirdau savo mokytojo apie tai kalbant ir nepradėjau dirbti su klientais. Man atrodė savaime aišku, jog abu žmonės vienodai suinteresuoti savo santykių gerove ir jų išlaikymu. Vėliau supratau, kad tikrai ne visi turi šią duotybę, kad ir kokie geri jų ketinimai atrodytų iš pirmo žvilgsnio. Dažnai šių žmonių meilės santykiai labiau banguoti nei stabilūs. Gebėjimą išlaikyti santykius užgožia asmeniniai ego poreikiai, siekiant atitinkamo partnerio elgesio, o patys tarpusavio santykiai pastumiami kažkur į šoną. Sunešiojusi ne vienas geležines klumpes, apie kurias papasakosiu kitoje istorijoje, supratau, kad **kantrybė** yra vienas svarbiausių dalykų, norint turėti ilgalaikius santykius.

Domėdamasi psichologija sužinojau, kad porai reikia viską išsiaiškinti, jei kyla nesutarimai santykiuose. Praktikoje supratau, kad kartais tai gali būti neįgyvendinama, jei mylimas žmogus yra užduras, nekalbus ar apatiškas. Išmintinga mažiau aiškintis ir **užsiimti dvasine praktika**. Naudingiau išeiti pasivaikščioti, užsiimti kasdieniais buities darbais, pasirūpinti senoliais, vaikais ar gyvūnais, užsidaryti kambaryje ir paskirti savo laiką Viešpačiui. Įsitarščiau prikaltame ko nereikia ir tuo pat metu provokuojame savo mylimąjį kvailiems poelgiams, vėliau gailimės. Manau, kad retas kuris sugeba pirma nusiraminti ir po to viską diplomatiškai be didelių jausmų išsiaiškinti.

Išmintinga užsiimti dvasine praktika ir pakilti virš savo skausmo, perkelti savo energiją ir dėmesį į Aukščiausią Sąmonę, kuri palaiko visą, kas egzistuoja. Būdami susijungę su Aukščiausiąja Sąmone, negalime nei pykti, nei skirtis su mylimuoju, nes du tampa vienu. Nuolat atsinaujinti santykiuose padeda gebėjimas **nelaikyti nuoskaudų ir visada pradėti iš naujo**, kad ir kas benutiktų. Mums atrodo, kad esame labai geranoriški santykių atžvilgiu, bet kai ateina išbandymų laikas, visa tai kažkur išgaruoja. Sunkiausia išlaikyti darnius santykius, įveikiant kiekvieną išbandymų etapą ir neprarandant tarpusavio pasitikėjimo.

Man visada būdavo skaudu kai sužinodavau, kad pora skiriasi, net jei nepažinodavau tų žmonių asmeniškai. Sunku būdavo stebėti lengvabūdišką draugių elgesį santykiuose, kai be svarios priežasties jos pasukdavo į kairę. Prisikentėjusi vienatvėje galvodavau, kaip vertinčiau tokius vyrus, nes metai bėga ir daugybę dalykų turiu susitvarkyti viena be vyro pagalbos. Panašiose situacijose galioja visi tie patys santykių duotybų dėsniai, kuriuos minėjau anksčiau. Mes visi gauname tai, kas mes esame ir ko nusipelnėme. Bet taip pat noriu paminėti, kad žmogiškoji ego sąmonė linkusi elgtis lengvabūdiškai. Prie gero priprantama, jei neišugdytos pamatinės vertybės, galima greitai paslysti. Kuo labiau žmogus suvoks, kad yra dvasinė būtybė ir telks savo sąmonę amžinybės link, tuo daugiau atsiras **atsakomybės santykių atžvilgiu**, tuo lengviau bus **atsiprašyti**, net jei nesijaučia kaltas. Pakylėta sąmonė neskaudina savęs ir savo mylimojo, neieško vienkartinį nuotykių, nejaučia nepasitenkinimo tam, kas laikina. Pakylėta sąmonė, kad ir kaip būtų sunku, visada mato esmių esmę ir tą Vienatinį, kuris už visko slypi.

Savaime suprantama, kad galime būti labai dvasingi ir pakylėti, bet jei neskirta būti su kitu žmogumi, santykiai nutrūks. Kita vertus galima išvengti lengvabūdiškų

skyrybų. Galbūt skyrybos jau įaugusios į vakariečių kraują, dažnai kartojama, kad skyrybų skaičius Vakarų šalyse nemažėja. Tačiau rytiečių gimimo horoskopai turi tas pačias santuokos ir skyrybų kombinacijas kaip ir vakariečių, bet jų požiūris santuokos išsaugojimo atžvilgiu iš esmės skiriasi. Vadinasi, daugeliu atvejų santuoką galima išlaikyti. Tai labiau mentaliteto ir visuomenės kultūros bei dvasinės sveikatos klausimas. Jei santuoką galima išlaikyti, tai įmanoma ir gyventi, kad santykiai nebūtų našta. Nes kaip minėjau, partnerio pakeitimas kitu, neišsprendžia esminių kliūčių, kurias atsinešėme į šį gyvenimą ir turime įveikti. Mes, vakariečiai, galime pasimokyti iš Rytų šalių gyventojų, kurie skiriasi kur kas rečiau.

Nepaisant to, pastebiu, kad nėra taip lengva išsiskirti, nes žmonės tiesiog pripranta gyventi kartu nieko nebesitikėdami. Pažįstu poras, kurios iš pripratimo tiesiog „kažkaip“ gyvena ir tiek. Kartą net perskaičiau, kad nėra nieko pastovesnio už santuoką, atsidūrusią ties skyrybų slenksčiu. Taip nutinka, kai pora vis skiriasi, bet neišsiskiria. Minėtas posakis labai tinka moterims, kurios turi nors menkiausią viltį, kad vedęs vyras vieną dieną paliks savo žmoną ir jie laimingai gyvens drauge. Jos dar nežino, kad nėra „blogų“ žmonių, greičiau tas vyras nepakankamai atsakingas už savo gyvenimą. **Kai esame silpni savo dvasia, renkames nepatogius ir sudėtingus santykius.**

Kiekvienas turime savo individualų dvasinį kelią ir užduotis, nepriklausomai nuo to esame vieniši ar poroje. Kuo labiau susitelksite į savo asmeninį dvasinį augimą, tuo dažniau išvengsite įvairių nesusipratimų santykiuose. Kiekvieno mūsų gebėjimas vystytis dvasiškai yra skirtingas, negalime savo dvasinio vystymosi pagreičio primesti kitam, nes gali kilti dar daugiau nesusipratimų ir nesusikalbėjimo. Mes ir taip darome stiprią įtaką vienas kitam, ypač jei ne vienerius metus esame kartu.

Nereikia vienas kito tempti aukštyn, nes tai vyksta savaime, kai bent vienas poroje praktikuoja. Geriau dar kartą susitelkite į savo dvasinį kelią ir tęskite pradėtas praktikas, kol pasieksite atitinkamus lūžio taškus savyje. Įvykus atitinkamam vidiniam virsmui, išsilaisvins taip reikalinga dvasinė energija, skirta esminiams pokyčiams gyvenime. Padedant šiai energijai, keičiasi santykiai, elgesys ir net žmogaus išvaizda. Todėl geriausia ką galite padaryti dėl savo mylimo žmogaus ir santykių išlaikymo, tai labiau susitelkti į savo dvasines praktikas. Mes esame gyvenimo pakeleiviai, atliekantys mylimųjų rolę ir tai trunka tik tam tikrą gyvenimo dalį. Juk daug maloniau keliauti kartu su geranorišku ir jumoro jausmo nepraradusiu mylimuoju, nei su nervingu, nuo gyvenimo per anksti pavargusiu žmogėnu.

# PENKTA ISTORIJA

## „GELEŽINĖS KLUMPĖS“

Vaikystėje labai daug skaičiau, knygas ryte prarydavau. Skaičiau viską, ką įmanoma perskaityti. Tuomet nebuvo interneto, socialinių tinklų ir mūsų mažas televizorius, stovintis ant virtuvinės spintelės, rodė tik keturis kanalus. Todėl didelėje svetainėje pilna spinta knygų buvo durys į slaptą pasaulį, kuriame aš pradingdavau, o laiko sąvoka išvis neegzistavo. Labiausiai domėjausi įvairia ezoterinio pobūdžio literatūra, po nepriklausomybės atkūrimo ji buvo ant bangos. Mane taip pat traukė mistinės lietuvių pasakos apie laumes, raganas, velnius, aitvarus ir nepaprastus gyvūnus. Bet iš visų perskaitytų pasakų geriausiai įsiminė viena turkų pasaka, pavadinimu „Kantrybės akmuo“. Atrodo, kad ją skaitydama tarsi išsibūriau savo gyvenimą. Nė kiek nesistebiu, nes pasakose gausu simbolių ir užkoduotos slaptos žinios. Prabėgus daugeliui metų vieną dieną sėdėdama darbe panorau dar kartą perskaityti šią pasaką ir pasitikrinti. Tą dieną darbovietėje turėjau mažai darbo ir padedant visagaliui internetui ją lengvai aptikau ir ramiai perskaičiau. Baigusi skaityti net atsilošiau kėdėje...

„Kantrybės akmuo“ – pasaka apie vienvotę ir ilgai lauktą meilę, kurią reikia nusipelnyti kantrybe. Viskas prasideda pasakojimu apie tris padišacho dukras, kurioms atėjo laikas tekėti. Kiekviena iš jų paleido po strėlę ir taip išsirinko sau vyrą. Dvi vyresniosios seserys sėkmingai ištekėjo už pasiturinčių vizirų. Na, o jauniausios strėlė nulėkė toli į dykynę, kurioje niekas negyvena ir net prekeiviai nepraeina. Laimingai ištekėjusios seserys iš tėvų gavo po brangakmenį, o jauniausioji, gavusi kantrybės akmenį, iškeliaavo į nežinią. Jauniausiajai dukrai neliko nieko kito, kaip tik laikas nuo laiko pasiguosti savo akmeniui, kuris jai atsakydavo kreipiniu „nekantrioji mergele“. Kartą ji netikėtai pamatė auksinį fazaną, kuris buvo niekas kitas, kaip nežemiškos kilmės jos būsimas mylimasis, gebantis pasiversti įvairiomis būtybėmis. Kurį laiką jie kartu praleido mistiškuose stebuklingai atsiradusiuose rūmuose, kuriuose vienas kitam davė įžadus. Bet kartą jai teko aplankyti tėvus ir jau vaikų susilaukusias seseris. Mylimasis paprašė pasižadėti, kad ji niekam neatskleis jo tapatybės. Tačiau vieną dieną neapsikentusi savo vyresniųjų seserų pažeminimo, jauniausioji prasarė, kad netikėtai rūmuose pasirodęs nežemiškos kilmės džigitas yra jos mylimasis. Mergelė sulaužė duotą pažadą, džigitas pavirto balandžiu ir paplūdo krauju. Tuomet jai teliko apsiauti čarykus (klumpes) su geležiniais puspadžiais, pasiimti geležinę kelionės lazda ir iškeliauti, kad surastų savo mylimąjį ir jį išgydytų...

Nuo tos dienos, kai pradėjau svajoti apie savo Vienintelį, aš daugiau kaip dvidešimt metų avėjau geležines klumpes. Man teko išsiugdyti plieninę kantrybę. Dabar, kai žiūriu atgal, suprantu kad visi keliai vedė link dviejų širdžių susitikimo. Kelionė buvo ilga, paženklinta gilios vienvotės ir skausmo, sulaistyta ašaromis. Vieną dieną jis pasirodė mano darbe kaip vairuotojas pristatantis švaros prekes. Bet mano akys buvo užvertos nuo prieš tai buvusių nevykusių



santykių, o siela skendėjo purve. Darbe buvo pilna vyrų, visiems nuolat ko nors reikėjo, buvau pripratusi prie to ir į Jį neatkreipiau dėmesio. Pastebėjau tik, kad turi daug tatuiruočių ir jų nė kiek nesivaržo. Praėjo treji metai, kuriuos griežtai paskyriau darbui ir namams, nusiteikiau vienatvei. Bet vieną balandžio rytą vairuotojas atvežė prekes, jas iškrovė, išėjo pro duris... ir netikėtai grįžo atgal su žibutėmis! Gėlės ir dėmesys vyriškame kolektyve buvo įprasta, tik šis kartas buvo kitoks... Mažytės mėlynos žibutės po gerų dvidešimties minučių uždegė lempuotę galvoje. Tą akimirką kaip viziją pamačiau mūsų abiejų linksmus veidus vieną šalių kito ir net nusišypsojau. Pagalvojau, kaip puikiai tiktume vienas kitam!

Pirmasis pasimatymas įvyko tik po trijų mėnesių. Visą tą laiką taip norėjau su juo susitikti, bet nežinojau kaip. Įmonės padalinyje, kuriame dirbau, švaros prekių reikėjo retai. Galiausiai perdegiau, bet vieną dieną apie širdžiai artimą vyrą prasitariau draugei, kuri man nežinant paskambino į Jo darbovietę ir paprašė asmeninio telefono numerio... Vos nenumiriau iš gėdos. Galų gale parašiau žinutę ir kitą dieną Jis atvažiavo tiesiai į mano namus su gėlėmis, vynuogėmis ir dar šunį atsivežė!

Po pirmo pasimatymo praėjo beveik penkeri metai, per kuriuos teko apsišarvuoti kantrybe ir galutinai sudėvėti geležines klumpes viešint Indijoje. Apie pažinties ir draugystės istoriją, kurią lydėjo daug nepaprastų nutikimų ir išbandymų, būtų galima parašyti atskirą knygą. Kitaip ir būti negalėjo tiek išlaukus ir iškentėjus. Per visus tuos laukimo metus stipriai pasikeitė mano gyvenimo būdas ir mąstymas. Jei ši vaikystės svajonė būtų išsipildžiusi tuo laiku, kada norėjau, niekada nebūčiau taip pasikeitusi.

Supratau, kad svajonės nesipildo, jei sąmonė dar nėra pasiruošusi pereiti į aukštesnę dvasinį lygmenį, kuriame būtų pajėgi susitvarkyti su nauja patirtimi arba tiesiog neskirta. Sąmonei pasikeisti gali prireikti nemažai laiko, o gal net viso gyvenimo. Dirbdama su klientais suvokiau, kad labai daug kas mūsų gyvenime iš anksto surežisuota, tik mūsų ego sąmonė galvoja, kad ji viską reguliuoja. Taip nėra, norai ir svajonės pildosi, jei mūsų valia sutampa su Kūrėjo valia. Nėra palankaus ar nepalankaus laiko vykti įvykiams, kiekvienam individualiai skirta tam tikra patirtis ir kai ateina tinkamas laikas, tie įvykiai vyksta, patinka jums tai ar ne. Vadinasi nėra pagrindo be reikalo nerimauti ir sielotis. Svarbiausia nustoti per daug viską reguliuoti ir pajusti Dievo vedimą.

Sunkiausia būna susitaikyti, kai santykiai neatitinka vaizduotėje sukurto paveikslėlio ir mylimas žmogus turi kitą išvaizdą, nes jo gyvenimo kelias irgi individualus kaip ir mūsų. Gyvenimas pateikia tokių santykių scenarijų, kokio mažiausiai tikėjomės ir jam buvome visiškai nepasiruošę. Ištinka savotiškas šokas, nes tokių situacijų mintyse nerepetavom ir apie iššūkius romantiškai nesvajojome. Prasiveržia daugelį metų išnešioti neišreikšti jausmai, kuriuos ketinome padovanoti, o išbandymai tik prasideda.

Patyriau, kad įmanoma pradėti viską nuo pradžių, tarsi būtume iš naujo atgimę ir nuolat atsinaujinti, kas padeda kaskart sustiprinti tarpusavio meilės ryšį. Didžiausia pamoka man buvo liautis bijoti ir išdrįsti pasielgti kitaip nei įprasta, neprarandant savęs. Mačiau, kad galiu Jam padėti, tiksliai žinojau ką daryti ir dariau. Kartais atrodydavo, kad elgiuosi beprotiškai, niekada nenorėjau taip elgtis, nes tai neatitiko mano santykių scenarijaus. Su šypsena pagalvoju apie savo drauges, kurios visada turėjo dėl jų iš proto besikraustančius mylimuosius ir daugeliu atvejų nebūtų pasielgusios taip kaip aš. Bet kaip gerai, kad klausiau vidinio vedimo ir nekreipiau dėmesio į racionalų protą, negyvenau pagal visuomenėje įprastą santykių scenarijų. Galų gale tai būtų neįmanoma su tokiu „džiunglių vaiku“ kaip Jis. Tačiau atsivėrė toks santykių pasaulis, apie kokį mažiausiai svajojau! Išsilaisvinau iš proto gnaižtų, įgijau daug drąsos, atlaidumo, nuolankumo ir... nepajudinamo tvirtumo.

Nemainyčiau savo likimo į „normalius“ vyresniųjų seserų santykius, man patinka mano „nenormalūs“ santykiai. Net juokas ima, kiek metų prireikė šitai paikai galvai suprasti, kad tai kas skirta kitiems, neskirta man. Pasakoje vieną dieną kantrybės akmuo sprogo neištvėręs mer-



gelės skausmo. Tuo tarpu aš savo kentėjimu dariau nuolatinį spaudimą gyvenimui, kad išpildytų mano svajonę, kol galų gale sulaukusi keturiasdešimties metų atėjau į protą. Dabar galiu pasakyti, kad gyvenimas mane gausiai apdovanojo aukštesniu suvokimu, kurio kitaip nebūčiau įgijusi. Visada gelbėjo gebėjimas atsigręžti į Dievą, vienintelį ir tikrą prieglobstį.

Santykiuose išmokau palikti vyrą ramybėje ir eiti medituoti, praktikuoti meilę Dievui. Kartą draugė pasakė, – „Jam nereikia tavo pagalbos, jam reikia, kad tu jį suprastum.“. Nėra lengva suprasti mylimą vyrą, kuris skendi apatijoje ir nenori gyventi, bet tuo pat metu iš inercijos atlieka visas savo pareigas. Kritiniais atvejais suvoki, kad nieko, visiškai nieko negali padaryti ir net nežinai, ar jis kada nors sugebės išėiti iš tokios būsenos. Atrodo, kad žmogus keičiasi ir net kartais būna laimingas, bet taip pat matai, kaip jis giliai viduje kenčia. Nelieta nieko kito, kaip tik medituoti ir kartoti mantrą, tai geriausiai padeda suprasti savo mylimąjį. Gilios meditacijos būsenoje visada gauni patvirtinimą, kad šis žmogus tau skirtas ir širdis užsipildo nuoširdžiu meilės jausmu.

Jei norite išgydyti savo mylimąjį, pamirškite apie jo dvasinę negalią, susitelkite į savo asmeninę dvasinę praktiką ir gerovę. Gydykite mylimąjį negalvodama, kad jį gydote ir nieko per daug nesitikėkite. Kai pajausite dvasios jėgą savyje, pradėsite kitaip elgtis nei iki šiol. Būsute užtikrinta, atsipalaidavusi, drąsi, geranoriška ir tyra. Jūsų niekas daugiau taip nebežeis ir nebeskaudins mylimojo elgesyje, kaip anksčiau. Praktikuokite, kol pajausite, kad dvasiniame kelyje daugiau niekas jūsų negali sustabdyti. Šis kelias reikalauja daug kantrybės, bet visada suteikia atpildą. Nežinau geresnės praktikos sudėtingiems santykiams. Visos kitos praktikos veikia kaip laikinas tvarstis ant kraujuojančios žaizdos. Išgijimas kaip ir nušvitimas visada priklauso nuo Viešpaties malonės, todėl logiška eiti tiesiausi keliu. Kartais reikia klausyti nuojautos ir veikti, o kartais tiesiog palikti viską ramybėje ir medituoti.

Asmenine patirtimi galiu paliudyti, kad susitelkimas į asmeninį dvasinį kelią turi eiti pirmiau vyro ir pačių santykių. Tai neturi nieko bendro su atsiribojimu ar fanatizmu. Pats geriausias mano priimtas sprendimas buvo toks – kuo sunkiau santykiuose, tuo labiau susitelkiu ir praktikuoju. Dėl meditacijos ir mantrų mano gyvenime atsirado daugiau šviesos, tapau ramesnė, lengvesnė savo vidumi ir labiau atsipalaidavusi. Mačiau kaip šviesėja mano mylimo žmogaus veidas ir elgesys tampa malonesnis. Supratau, kad galiu rinktis priimti tai, ko negaliu pakeisti santykiuose arba likti viena, nes kito vyro savo gyvenime nematau. Jei būčiau likusi ties savo santykių lūkesčiais, dar daugelį metų nešiočiau tas geležines klumpes. Pasirinkau eiti savo asmeniniu dvasiniu keliu ir visada į priekį, nes tik tokiu būdu galiu išlaikyti šviesius ir šiltus santykius. Galiausiai sąmonei keičiantis suvokiau, kad su mylimuoju viskas gerai, išskyrus jo vidinį kentėjimą, kuris kaip ir visa kita yra Dievo valioje. Žinau, kai bus reikalinga veikti, vidiniu matymu gausiu nurodymus iš Aukščiausio ir juos vykdysiu. Per tuos penkerius metus įvyko daug neįtikėtinų pokyčių ir visa tai iš Dievo vedimo, nes esu tik įrankis Kūrėjo rankose.

Pasakoje mergelė išgydė mylimą Kodžabėjų savo žodžiais ir šaltinio vandeniui. Jie abu įgijo daugiau kantrybės, išmoko juoktis ir mylėti, susituokė ir susilaukė vaikų. Tuo tarpu aš „nutempiau“ savo mylimąjį į Indiją, kur Jis daugybę valandų praleido prie šventos Gangos upės. Ne kartą su būriu vietinių vyrų stebėjau, kaip Jis lengvai perplaukia į kitą Gangos krantą ir grįžta. Neįtikėtina, bet kiekvieną dieną beveik keturis mėnesius mylimasis laiką leisdavo prie upės, kai tuo tarpu aš išnaudodavau laisvą laiką pasivaikščiojimams, apsipirkimams ir bendravimui su naujais draugais. Kartą net nuščiuvau, kuomet prie Gangos beveik trisdešimt metų gyvenantį Baltąjį Babą pavadino Guru. Mylimojo dienos darbas buvo traukti įvairius įstrigusius rąstus, kuriuos Baltasis Baba kūrėdavavo šalia savo iš atliekų suręstos pašūrės. Ten Jis buvo vietinė Gangos įžymybė, visų gerbiamas, net kurdavo laužą ir virdavo savo Guru arbatą.

Kelionė į Indiją buvo ne tik mudrojų kantrybės išbandymas, bet ir susitikimas su draugais iš praeitų gyvenimų. Tarp mūsų ir sutiktų vietinių bei vakariečių užsimezgė ryšys, kuris labiau panašus į ne vieną gyvenimą lydintį draugystę, negu trumpalaikę kelioninę pažintį.

Žinau, kad ten dar grįšime pratęsti įgytą patirtį, kuri bus reikalinga užbaigti šio žemiško įsikūnijimo užduotis. Mėlynos žibutės mus suartino, o Gangos vanduo išgydė, bet ši pasaka dar nebaigta. Laukite tęsinio...

## Ko labiausia trūksta mūsų santykiuose?

# Svarbiausios moters ir vyro savybės

Norint sukurti ir išlaikyti tvirtus santykius, reikia žvelgti kur kas giliau ir plačiau, nes moters ir vyro santykiai yra visuomenės pagrindas. Šie santykiai neapsiriboja meile, aistra ir bendravimo psichologija. Nuo žmonijos atsiradimo gentys, bendruomenės ir ištisos tautos formavosi šeimos pagrindu. Dėka stiprių šeimų, palaikančių pagrindines moralines vertybes, visuomenė klesti ir nedegraduoja. Viena svarbiausių hinduizmo šventųjų tekstų „*Bhagavadgītā*“, kuris yra ištrauka iš senovinės indų epinės poemos „*Mahābhārata*“, sakoma, kad sunaikinus dinastiją, sugriaunamos iš kartos į kartą perduodamos šeimos vertybės. Sulaužius dorybines vertybes, įsigali neteisingumas, moterys praranda dorą ir gimdo netyrus vaikus, kurie pražudo dinastiją.

Šiais laikais galime rasti įvairios literatūros apie moters ir vyro tarpusavio santykius, gausu mokymų ir seminarų, skirtų santykių psichologijai. Pakankamai daug prirašyta, kokia turi būti moteris ir koks vyras santykiuose, bet mažai kas kalba apie moterų dorą ir vyrų drąsą bei gebėjimą imtis atsakomybės. Nesvarbu, kaip keičiasi visuomenė, šios vertybės yra amžinos ir tarpusavyje susijusios bei tiesiogiai proporcingos viena kitai. Moterų dora neturi nieko bendro su davatkiškumu ar perdėtu dievobaimingumu. Vyrų gebėjimas imtis atsakomybės, būti drąsiems kaip senovės kariai ir valdovai, neturi nieko bendro su patriarchaliniu valdymu ar silpnesniųjų išnaudojimu.

Vyriškos giminės sanskrito žodis „*Sūrya*“ reiškia saulę arba saulės dievybę. Senovės *Jyotiṣa* astrologijoje saulė yra vyriškiausia planeta, valdanti vienintelį Liūto ženklą, kai tuo tarpu kitos (išskyrus mėnulį) valdo du ženklus – vieną vyrišką (nelyginį) ir kitą moterišką (lyginį). Liūtas išskirtinai vyriškas ir karališkas ženklas. Išminčius *Parāśara* astrologiniame tekste „*Br̥hat parāśara horā śāstra*“, saulę apibūdina kaip vyrišką, kvadratinės formos ir skaisčiai tyrą. Tai aktyvus vyriškas pradas, pasižymintis ištverme ir minčių nuoseklumu. Saulei būdinga intensyvi šildanti *pitta* energija. Saule apšviečia visą žemę, dėl jos energijos vystosi ir klesti augalija bei kitos gyvybės formos. Nuo seniausių laikų vyrai pirmiausia rūpinasi materialiniu šeimos išlaikymu. Geras karys ir valdovas atsakingas už silpnesniuosius, juos apsaugo ir gina. Remiantis senaisiais *sanskrito* astrologiniais tekstais, mūsų visų siela yra Saulė, kurios geltonai auksinė spalva kilnumo ir karališkumo bruožas. Gera ir stipri Saulė asmeniniame horoskope rodo išskilią asmenybę. Saulė į pirmą vietą iškelia protą, todėl vyriškam pradui būdingas racionalus mąstymas, drąsa, aktyvumas ir gebėjimas varžytis. Stipri Saulė visada susitelkusi į tikslą, mato viziją ir nenukrypsta nuo savo sielos kelio.

Vyriškos giminės sanskrito žodis „*Candra*“, reiškia mėnulį arba mėnulio dievybę. Tai moteriškiausia planeta, valdanti tik vieną iš dvylikos zodiako ženklų – Vėžį. Išminčius *Parāśara*, Mėnulį apibūdina kaip apdovanotą žinojimu, turintį apvalų kūną, pasižymintį malonia kalba, nepastovų ir ištroškusį meilės. Moterys labiau nei vyrai pasižymi nuojauta ir gebėjimu iš anksto matyti baigtį ar žinoti atsakymą. Mėnuliui priskiriama *kapha* energija, linkusi kaupti ir išlaikyti bei *vata* energija, kuriai būdingas lankstumas. Moters kūnas apvalesnių formų, kad galėtų pastoti ir išnešioti vaiką. Jos nuotaikoms ir poreikiams būdingas nepastovumas, nes mėnulis kinta kiekvieną dieną. Menstruacijų ciklas, vandenyno potvyniai ir atoslūgiai susiję su Mėnulio fazijų kaita.

Švelnumas, santykiai, meilė ir prierašumas moterims gerokai svarbesni nei vyrams. Moterys labiau prisitaikančios ir lankstesnės bei žymiai kantresnės skausmo atžvilgiu. Grožis, estetika, kūno lepinimas masažais ir kitomis sveikatinimo priemonėmis – labiau moters stichija. Moteriškas Mėnulio pradas linkęs labiau priimti, o vyriškas Saulės pradas – būti aktyviu. Geras Mėnulis gimimo horoskope reiškia malonią ir visų mėgiamą asmenybę.

Kaip astrologė noriu atkreipti dėmesį, kad visi savo gimimo horoskope turime Saulę ir Mėnulį. Nesvarbu ar esame moteris, ar vyras, savyje turime moterišką ir vyrišką pusę. Pas moteris šiek tiek daugiau moteriškos energijos, o pas vyrus – vyriškos. Jei moteris savyje užgniaužia moterišką pusę, tampa pernelyg savarankiška ir nesudaro vyrui galimybių savimi pasirūpinti, negali priimti vyro meilės ir globos. Kai vyras užspaudžia savo vyrišką pusę, praranda tikslą gyvenime ir vengia prisiimti atsakomybę už moterį, tampa apatiškas arba eina lengviausiu keliu. Kuo labiau išsiderinusi moteriška ir vyriška energija, tuo ryškesni nukrypimai remiantis Saulės ir Mėnulio principu, tuo sudėtingesni moters ir vyro tarpusavio santykiai.

Remiantis *Sāmkhya* filosofija, kurią išvystė vedų išminčius Kapila, dėl vyriško ir moteriško prado susikūrė ir egzistuoja visata. *Puruṣa* (sansk. *vyras, visatos siela*) yra vyriškas pradas, o *prakṛti* (sansk. *gamta, pirminė substancija*) – moteriškas pradas, panašiai kaip *yin* ir *yang* kinų filosofijoje. Žmonijos atsiradimas ir egzistavimas žemėje paremtas šiais dviem vienas kitam priešingais pradais, kurie yra amžini ir nuolat sąveikauja tarpusavyje. Nuo šių prigimtinių pradų sąveikos priklauso ne tik pasaulio, kuriame gyvename susikūrimas, bet vyro ir moters santykiai, kurie yra darnios ir klestinčios visuomenės pagrindas.

Deja, šis pasaulis nėra tobula vieta gyventi. Tūkstančius metų vyko karai, žlugo ištisos imperijos, išnyko tautos, žmonės buvo persekiojami ir išnaudojami, moterys prievartaujamos o vaikai žudomi. Po Antrojo pasaulinio karo pasaulis buvo dar kartą padalintas į įtakos zonas, kurios ėmė slapta konkuruoti tarpusavyje, siekdamos kuo daugiau užvaldyti. Nieko naujo pasaulio istorijoje nenutiko, žmonija ir toliau išnaudojama, o jos likimą sprendžia keli „galingieji“, kurie įsivaizduoja esą pasaulio valdovai. Per daugybę metų pasikeitė ir ištobulėjo įvairūs visuomenės valdymo metodai, kuriems žmonės lengvai paklūsta ir nemato reikalo priešintis. Visa tai daroma sąmoningai, kad žmonės nesužinotų savyje slypinčios galios ir užgniaužtų savo tikrąją dvasinę prigimtį. Turime atgimti dvasiškai, nes žmonijos ateitis priklauso nuo kolektyvinės sąmonės augimo ir susitelkimo į Dvasios Šviesą.

Kaip sukurti tvirtus santykius, jei daugybę metų sistemingai siekiama demoralizuoti visuomenę, aukštyn kojomis apverčiant gėrio ir blogio ašį bei sumaišant esmines moralines vertybes? Visuomenė lengvai priima naujai diegiamas „vertybes“ kaip žmonijos progresą ir pamažu degraduoja. Žmonių skaičiaus mažinimui pasitelkiamos įvairiausios „nekaltos“ priemonės, nuo nemokamos kontracepcijos bei kitų medikamentų iki laisvų santykių propogavimo, kuris paremtas juslių tenkinimu, paminant dvasinį žmogaus pradą. Viešose vietose dalis jaunų moterų su kūdikiais ant rankų apsirengusios taip, kad jų apdarai primena seniausios profesijos atstovių „uniformą“. Senas marketinginis triukas, kuomet moterys apnuogintais pečiais reklamuoja statybos darbų įrankius ar kitas vyriškas prekes. Populiarioje *YouTube* kanalo laidos, kurią vedą vyrai, užsklandoje moterys su bikini raitos joja ant striptizo stulpų. Ar norėtumėte, kad tokia „apranga“ būtų apsirengusi Jūsų vaikų auklė ar mokytoja? Ar įsivaizduojate moterį karę, policininkę, teisėją, gydytoją apsitempusią seksualiais rūbeliais? Tai tik keli iš nedaugelio pavyzdžių, bet blogiausia, kad tai tampa norma ir net siekiamybe. Moterys to nežinodamos sužadina žemiausius vyrų energetinius centrus, todėl jų energija teka žemyn, o jos pačios išnaudojamos.

Tačiau vyras visada turės pasitempti šalia moters, kuri negeria, nerūko, nesikeičia ir turi tvirtą moralinį stuburą. Tai nebus prievarta jo atžvilgiu, nes viskas vyks natūraliai ir dėsningai. Pats geriausias pavyzdys kuomet tas pats vyras skirtingai elgsiasi su savo mama, dukra, pareigūne, gydytoja, vienuole, striptizo šokėja ar tiesiog laisvo elgesio moterimi. Nesakau, kad turite tapti vienuole ar policininke, kad būtumėte labiau gerbiama tarp vyrų. Esmė – tvirtas vertybinis dvasinis stuburas ir atitinkamas savęs pateikimas bei elgesys, neturintis nieko bendro su iškraipytomis dogmomis, dievobaimiškumu ar puritonišku griežtumu. Žavi geranoriška moteris, kurios veidą puošia šypsena, niekada nežiūrės į vyrus iš aukšto ir neužaštrins santykių. Maloni moteris gebės pasakyti tvirtą „ne“, jei kažkoks pasiūlymas ar poelgis prieštarauja jos moraliniams įsitikinimams. Neišvengiamai tą pačią akimirką vyras koreguos savo elgesį, nes tai yra dėsnis.

Moteris nekeičia vyro, ji susitelkia į savo dvasinį stuburą ir vyras esantis šalia ima keistis. Pagalvokite, kas vyro elgesyje ir santykiuose labiausiai nepatinka ir kaip tai susiję su Jūsų elgesiu, vertybėmis ir dvasiniu keliu. Tikrai žinau, jei būčiau turėjusi tvirtą dvasinį stuburą, kai kurių vyrų savo gyvenime net nebūčiau sutikusi. Kai pakeičiau savo vertybines nuostatas ir ėmiau jomis vadovautis, santykiai įgavo naują kokybę, lioviausi lieti ašaras dėl savo klaidų. Visi dėsniai veikia tiksliai, nepaisant to, ar mes juos suvokiame ir jais vadovaujamės ar ne. Nežinojimas neatleidžia nuo pasekmių.

Gerai, kai moteris suvokia, kas jai priimtina ir kas ne, dėl to neįsivelia į santykius, kurie niekur neveda. Tačiau, kai moteris nuolat kenčia, priežastis gali būti negebėjimas pasakyti „ne“ tam, kas ją žlugdo morališkai ir dvasiškai. Šį gebėjimą galima ir reikia išsiugdyti pačiai. Pradėti reikėtų nuo tvirto pasakymo: „nedarysiu to, kas man sukelia vidinį nepatogumą, ką darydama jaučiuosi nejaukiai, jaučiuosi praradusi save, negaunu norimo atsako iš mylimo vyro“. Nebijokite, vyras nepabėgs. Aišku, jei jis tikras pašlemėkas, tokiu būdu išsivaduosite nuo krūvos nemalonumų. Kitu atveju vyras bus priverstas susimąstyti ir imtis atsakomybės. Nieko baisaus, jei iš pirmo karto nepavyks, atkakliai ir kryptingai laikykitės to, ką jaučiate savo vidumi.

Kaip jau minėjau, remiantis šventraščio „*Bhagavadgītā*“ eilutėmis, netiesiogiai galima suprasti, jei moteris išlaikys savo dorą ir vertybes, niekas nepajėgs sužlugdyti dinastijos ar visuomenės, kurioje vyrai užima nemenką dalį. Vadinasi moteris savyje turi didelę galią, jos dėka suklestės ne tik vyras, bet ir visa dinastija. Svarbiausia, kad tam nebūtina tapti armijos generole ar baigti penkis aukštuosius ir parašyti disertaciją. Tam beveik nereikia jokių pastangų, išskyrus valią laikytis aukštų moralinių vertybių ir tausoti savo bei vyro seksualinę energiją. Nes moteris ir vyras nėra skirti vienas kitam vien tik mėgautis ir vartoti. Žmogus negali išgyventi be maisto, vandens, oro, bet dar nėra vienas neatsidūrė reanimacijoje dėl nepatenkintos aistros. Pagrindinis žemiškojo gyvenimo tikslas yra dvasinis prabudimas, o santykiai tik priemonė leidžianti tai pasiekti. Galų gale tobulėjantys dvasiškai išmoksta tikslingai paskirstyti aistros energiją ar panaudoti ją daug svarbesniems gyvenimo atvejams ir tai neturi nieko bendro su užspausta seksualine energija.

Moteriai užtenka palaikyti būseną, kuri vadinasi „du viename“ – švelnumas ir tvirtas dvasinio stuburo išlaikymas. To pilnai pakanka, nes šiame amžiuje moteris ir taip visapusiškai lenktyniauja su vyrais. Moteris labai atsakingos, pareigingos, darbščios, sugeba vienu metu mokytis, dirbti, auginti vaikus, tvarkyti namus, turėti savo pomėgius, domėtis dvasingumu ir dar pasirūpinti vyru bei būti gera meiluže. Moteriai nebūtina tiek daug visko aprėpti ir nuveikti, nes tokiu būdu ji per daug suaktyvina vyrišką pradą ir nuslopina moterišką. Moteris jausis žymiai geriau, jei išmoks tiesiog nieko neveikti kurį laiką ir labiau palaikyti gyvenimo priėmimo būseną. Leisti vyrui veikti ir priimti tai, ką jis duoda, nereikalaujant jokių ypatingų pastangų. Didžiausia

moters paslaptis jos tyrume, kuris neleidžia morališkai susidėvėti ir apsaugo nuo nereikalingo dėmesio.

Pamenu, kaip stengdavausi dėl vyrų ir santykių, nes labai stengtis ir būti atsakinga būdinga mano prigimčiai. Deja, nė vienas iš jų neįvertino tokių mano pastangų. Tai akivaizdus pavyzdys, kai moterys savo energiją eikvoja vyrams, kurie neturi potencialo už jas prisiimti atsakomybę ir vesti. Po paskutinių sulžugusių santykių, kuomet atrodė, kad tuoj tuoj gyvensime santuokoje, nutariau likti viena. Trejus metus mano gyvenimas apsiribojo tik darbu ir namais. Savo energiją nukreipiau į dvasines praktikas. Įsimintiniausias įvykis, patvirtinantis, kad moteris pajėgi pakelti vyro dvasinę energiją nutiko per patį pirmą dabartinės draugystės mėnesį. Pakako tik keletą kartų pavaišinti mylimąjį augaliniu maistu ir vieną dieną atvykęs į svečius garsiai pranešė, – „Aš namie visiems pasakiau, kad esu veganas“. Apsimečiau, kad neišgirdau ir toliau kuičiausi po virtuvines spinteles. Kad nebūtų mažai, tą pačią akimirką suskambo Jo telefonas ir atsiliepęs su džiaugsmu senam pažįstamam aiškino, kad Jo gyvenimo būdas ir mityba visiškai pasikeitė! Nuo tos dienos praėjo penkeri metai, Jis toliau maitinasi tik augaliniu maistu bei palaiko kitoki nei įprastą gyvenimo būdą.

Mano patirtis patvirtina, kad moteriai nereikia bijoti būti vienai ir net kurį laiką gyventi kaip vienuolei įsimylėjusiai Jėzų. Vienatvės laikotarpiu visiškai pasikeičia moters energija, dvasinių praktikų metu išsivalo visas sukauptas ankstesnių santykių purvas ir susikuria visiškai naujas energetinis ją supantis laukas. Moteris tampa kaip ką tik išsiskleidusi kvapni gėlė, kuri negali likti nepastebėta. Drąsiausias ir labiausiai išlaisvinantis mano poelgis buvo išsiregistruoti iš visų internetinių pažinčių svetainių ir atsigręžti į Dievą. Tokiu būdu nutariau surizikuoti ir pažiūrėti ar tikrai liksiu viena. Dabar tikrai žinau, kad norint turėti tikrus ir įprastus kasdienybės rėmus perlipančius santykius, verta susitelkti į savo asmeninį dvasinį kelią ir visada laikytis jo vedamos krypties. Nereikia persistengti dėl vyrų, reikia labiau pasistengti dėl Dievo. Tai vienintelis geriausias būdas prikelti vyrus iš depresijos ar moralinio nuopolio ir pažadinti jų dvasią, nes moterys yra daug daugiau nei seksualios pupytės. Moterys gali išjudinti visą pasaulį atsigręždamos į savo prigimtį ir Kūrėją, kuris yra visų priežasčių priežastis.

Šiame gyvenime gavau moters kūną, dėl to negaliu kalbėti už vyrus. Kita vertus man pasisekė, nes šią knygą daugiausia skaitys moterys. Mano astrologijos mokytojas, vokiečių kilmės amerikietis sako, kad padėtis su vyrais kasmet vis prastesnė visame pasaulyje, nes jie praranda savo potencialą. Man asmeniškai teko susidurti su vyrais, kurie silpni psichologiškai ir dvasiškai. Palūžę vyrai nėra pajėgūs imtis atsakomybės kurti šeimą ar išsaugoti byrančią santuoką, nes negali ar nenori pasirūpinti savo vidine dvasine būseną. Vyrams daug lengviau nieko nedaryti arba tiesiog perbėgti į naujus santykius, kurie pradžioje suteikia jaudulio ir kuriam laikui atgaivina. Dėl to moterims siūlau nepalaikyti jokių vyrų silpnybių, bet kelti savo pačių dvasią ir taip įkvėpti vyrus prisikelti naujam gyvenimui. Moteriai nereikia kartu su vyru gerti alų ir klausytis, kaip jam nesiseka. Jai reikia užsiimti savimi ir pačiai liautis vartoti alkoholį, kad vyras turėtų naują iššūkį gyvenime ir savarankiškai keistų įpročius.

Kai moteris užsiimdama dvasinėmis praktikomis ir askezėmis išsiugdys išmintį, jos širdis taps beribės meilės ir švelnumo šaltiniu, tuomet vyras prabus naujam gyvenimui. Tai svarbu, nes moterys, palaikančios vyrų silpnybes, stumia juos ir visą pasaulį į pražūtį. Šiuolaikiniam vyrui nebereikia kautis mūšio lauke su kalaviju už savo šeimą, šalį ir gyvybę. Laimi ne stipriausi ir išmintingiausi, o turtingiausi, turintys daugiausia įtakos bei galintys nusipirkti visuomenės nuomonę ir palankumą. Šiandienos pasaulyje vyrai nebėra pajėgūs pasipriešinti supuvusiai visuomenės sistemai, klusniai vykdo beprotiškiausius valdžios nurodymus, kurie iš tolo prasilenkia su logika ir sveiku protu. Žmonija pamažu degraduoja, nes vyrams trūksta drąsos ir atsakomybės, o mote-



rims tvirto dvasinio stuburo. Galų gale tiek moterims, tiek vyrams galioja tos pačios bendražmogiškos moralinės nuostatos, kurias pravartu prisiminti, atgaivinti ir jų tvirtai laikytis.

Mus visus vienija meilė ir pagarba vienas kitam, tik moterims svarbiau, kad jas mylėtų, o vyrams, kad juos gerbtų. Pirmas moters žingsnis į dvasinę praktiką turėtų būti pagarba savo vyrui, kad ir kas benutiktų. Vyrui pravartu tiesiog apgaubti meile ir švelnumu savo mylimą moterį, trumpam pamirštant savo ego. Moteriai nereikia energetiškai užsikrauti vyro naštos ir ją vilkti ant savo pečių. Vyras pajėgus prisiimti atsakomybę už save ir mylimą moterį, tereikia jam suteikti progą. Žinau, kad moteriai nėra lengva tuo patikėti, lengviau pačiai viską padaryti, bet dabar laikas išleisti vyrus į areną. Šiam pasauliui reikia pokyčio, kuris pirmiausia turi įvykti kolektyvinėje žmonių sąmonėje, o ypač vyrų sąmonėje. Kad įvyktų pasikeitimai, turime pradėti nuo savęs, galime praktikuoti savarankiškai arba jungtis į bendras maldos ar meditacijos grupes. Dvasinė praktika yra atsakymas į visus rūpimus klausimus, jos metu savaime susiderina moteriška ir vyriška energija.

*Moterys, „nepielavokite“ savo vyrų ir palikite juos ramybėje, užsiimkite savimi. Žinokite, kad duotuoju laiku esate su Tuo vyru. Nustokite abejoti, pasikliaukite juo ir išmokite jį gerbti. Būkite tyra ir žaisminga lyg vaikas. Niekada nepasensite! Tęskite savo praktikas, neužilgo pastebėsite, kad šalia Jūsų tobulas vyras.*

*O, Vyrai! Prabuskite, tikrieji valdovai ir kariai! Turėkite tikslą ir susitelkite didiems darbams. Nebijokite moterų, joms daug nereikia. Svarbiausia meilė ir dėmesys. Patikėkite, jos visada mato keliais žingsniais į priekį ir galutinę baigtį. Išmintingos moters dėka galite tapti nauju žmogumi. Laikykitės aukštos moralės standartų ir prisiimkite atsakomybę už savo moterį.*





## Prisipažinimas sau

*Tam, kad pasileistų savigydos procesas, sąmonėje turi įvykti pokytis. Šis pokytis susijęs su aukštesnių tiesų suvokimu. Norint, kad jis įvyktų, reikia atsigręžti į visų priešasčių Priežastį ir pagaliau patikėti, kad egzistuoja tobulas Dievo planas viskam, kas vyksta. Nuolat sau priminti ir nepertraukiamai tikėti, kad gyvename pagal idealiai mums parengtą Dievo planą, kad ir kas benutiktų. Jei atlikome viską, kas mūsų valioje ir niekas nesikeičia, vis tiek turime išlaikyti tvirtą nenutrūkstamą tikėjimą, kad mumis bus pasirūpinta. Neturime teisės nusiminti ir pasiduoti ar būti nepatenkinti, nes kiekvieną akimirką mūsų gyvybė šioje žemėje palaikoma. Viešpats kiekvienam asmeniškai davė geriausius įrankius savarankiškai prabusti ir pasveikti. Galite apsilankyti pas patį geriausią pasaulio sielos ar kūno gydytoją, bet jų gydymas neveiks arba suteiks tik trumpalaikį rezultatą, jei patys nepaspausite saviišgijimo mygtuko. Savigyda prasideda nuo gilaus priėmimo to, kas sukelia luošinantį vidinį nepasitenkinimą. Gyvenimas neteka, jei nepriimame Dievo plano ir nuolat visais įmanomais būdais jam priešinamės\*. Įrašykite ir gerai apgalvokite, kas Jūsų manymu labiausiai trukdo priimti Gyvenimą ir pasveikti. Užtenka tik įvardinti ir pripažinti tai, ką daugelį metų laikėte užspaude ir tiesiog leisti veikti išgijimui.*

**Tai, ko iš tikrųjų niekaip negaliu priimti yra:**

.....  
.....  
.....  
.....

*Tai yra giluminė nepasitenkinimo gyvenimu ir savimi priežastis, trukdanti judėti į priekį, realizuoti savo dieviškumą, kurti ir išlaikyti norimus santykius, vertinti savo darbą, užsimiti norima veikla, gyventi remiantis vidiniu pašaukimu. Kuo nuoširdžiau pripažinkite tai, ko labiausiai negalite priimti, kas neleidžia Jums išgyti. Kas tai bebūtų priimkite ir pasveikite. Įjungimo mygtukas Jūsų rankose. Paspauskite ir pajauskite palengvėjimą.*

*\*Paspriešinimas veikia tik vienu atveju ir priklausomai nuo aplinkybių, teikia konkretų rezultatą, kuris teigiamai paveikia mus ir aplinkinius. Jei nuolat lipame ant to paties grėblio, esame nepriėmimo būsenoje, priešinamės ir eikvojame savo energiją veltui. Krizės, ligos ir įvairūs sunkumai duoti tam, kad augtume dvasiškai.*

# ŠEŠTA ISTORIJA „MANO PIRMOJI MALDA“

*Ryškiai atsimenu du įvykius susijusius su savo babyte – prosenele. Viena, kai dviese nuėjome aplankyti ką tik gimusį pusbrolių, kuris gulėjo pintame krepšyje sename mediniame kitos prosenelės namelyje. Antrą, kuomet babytė parodė, kaip atsiklaupti prie savo lovos ir pasimelsti sudėjus rankas maldai. Tuo metu dar nėjau į mokyklą ir tai buvo metai, kai babytė paliko šį pasaulį.*

*Prisimenu savo tėčio mamą, kurią vadindavome babūne. Paprasta, nedidelio ūgio smulkutė moteris iš Anykščių rajono, septynių vaikų šeimos. Visada šviesi, viską atleidžianti, nemokanti pykti, daug dirbanti ir nuolat besimeldžianti. Net prasidėjus Alzheimerio ligai, ji ir toliau iš rankų nepaleisdavo rožančiaus. Sveikatos būklei prastėjant, babūnė pamažu geso, bet jos veidas visada nušvisdavo, kai pagaliau į rankas paduodavo rožančių. Nesvarbu, kad ji buvo paprasta neraštinga moteris iš kaimo, jos gyvenimą lydėjo tikrų tikriausia dvasinė šviesa, sklindanti iš akių.*

*Tai mano ryškiausi vaikystės prisiminimai susiję su malda. Prieš kelerius metus mačiau vaizdo įrašą, kaip miršta rusų vienuolis kalbėdamas ilgiausią specialiai ant svirties pakabintą rožinį. Senutėlis, apsirengęs vienuolio rūbais, tarp pirštų energingai suko rožančiaus karoliukus ir išėjo iš šio pasaulio kalbėdamas maldą. Pati išėjimo akimirka visiškai užėmė kvapą ir tuo pat metu suteikė patvirtinimą, kaip reikia ruošti mirčiai ir perėjimui į dvasinį pasaulį.*

*Kai buvome užstrigę Indijoje, kiekvieną vakarą tuo pačiu metu šalia gyvenanti indų šeima dainuodavo mantras. Girdėdavome nedarnius vaikų, tėvų ir senelių balsus iš visos širdies traukiančius šventus tekstus, palydimus jų pačių rankų plojimais. Negana to, gyvenome apsupti šventyklų ir kiekvieną rytą ir vakarą klausydavomės iš visų pusių sklindančių varpų skambesio ir brahmanų kartojamų maldų.*

*Grįžus į Lietuvą aiškiai supratau, kad neišsaugojome ir beveik praradome savo senąją kultūrą bei dvasines žinias. Mes, kaip lietuvių tauta, nežinome, kas esame iš tikrųjų. Painiojamės tarp sąvokų pagonys ir baltai, o gal vis tik sarmatai? Mūsų užgrobjai gerai padirbėjo, kad nesuvokiame savo tikrosios tapatybės. Kai mūsų šeimos nariai po visų darbų ir mokslų grįžta namo, jie vakarienauja, žiūri televizorių, leidžia laiką internete, tvarkosi, mokosi ar dirba toliau... Nėra jokių tautinių ir dvasinių tradicijų, kurios suburtų šeimą kiekvieną dieną ir padėtų išlaikyti šeimos dvasinę gerovę. Juk namai pagrindinis šeimos susibūrimo taškas, juose svarbiausia ne buitinė technika ir sukurtas interjeras, o šeimos vieninga dvasia, nukreipta į Aukščiausių Tiesą.*

*Gerai pagalvokime, ar būsime pasiruošę grįžti TENAI, kai ateis tam skirtas laikas. Todėl šiame gyvenime svarbiausia išlaikyti savo sielą švarią ir palikti šį pasaulį be sąžinės graužaties*

ar apmaudo dėl neišsipildžiusių lūkesčių. Negalime pasitikti Dievo su nepasitenkinimo jausmu ar priekaištais. Turime gyventi taip, kad svarbiausią gyvenimo akimirką būtume visiškai blai-vūs ir sąmoningi. Nuolatinis maldos kartojimas yra pasiruošimas susitikimui su Aukščiausiąja Sąmone. Gyventi paprastai ir kuo daugiau melstis yra lengviausiai įvykdoma šio gyvenimo užduotis. Malda visada pakylėja ir neleidžia pamiršti, kad atėjome iš dvasinio pasaulio.

Kartą savo viduje išgirdau žodžius, virtusius asmenine malda. Kai ją sukartoju, grįžtų į ramybės būseną ir mano siela atsigauna:

Viešpats – mano akių šviesa

Mano širdies šiluma, mano ramybė ir sveikata

Viešpats – visas mano gyvenimas...

### *Įrašykite savo maldą*

Žmonės klausia, kokią maldą kartoti. Geriausia tą, kuri atspindi Jūsų dvasinę tradiciją. Jei vis dar nežinote, įrašykite žodžius, kurie virstų Jūsų asmenine malda:

.....  
.....  
.....  
.....

Turime pakylėti savo mintis, kad ateitų įkvėpimas. Malda yra vienas iš būdų tai pasiekti. Jei norime prisikelti naujam gyvenimui, mums reikia to, kas mus įkvepia ir yra aukščiau nei mes patys. Maldos ir meditacijos metu prisijungiame prie Pagrindinio Šaltinio ir gauname tiesioginę prieigą prie Aukščiausiojo informacijos kanalo. Kad įvyktų tai kas matoma, pirma turime patikėti kas yra nematoma. Nereikia tikėti akiai, reikia žinoti, kad nutiks tai, kas tik gali nutikti geriausio esamomis aplinkybėmis. Nepertraukiamas tikėjimas paremtas žinojimu, kuris suteikia aiškumo jausmą ir vidinę ramybę. Toliau seka gebėjimas priimti gyvenimą, kad ir kas benutiktų.



# Piktas protas

Nuolat priekabiuojantis ir kritikuojantis, ieškantis trūkumų, norintis viską racionaliai pagrįsti ir visada pasiteisinti, atmetantis, ko nepajėgus suvokti, fanatiškai įsikibęs į savo paradigmas, niekada nenuylantis, šokinėjantis nuo vienos minties prie kitos, varomas baime ir nepasitikėjimu. Atpažįstate? Tai „piktas“ protas – mūsų didžiausias priešas ir draugas. Žmonės visą gyvenimą nesusitvarko su savo protu, kai kurie net serga protinėmis, o kiti fizinėmis ligomis, nes nepažįsta proto prigimties ir neturi reikiamos išminties.

Žmonės nežino, kad protas Dievo dovanotas įrankis, skirtas dvasiniam prabudimui, kurį kaip ir visus kitus įrankius reikia naudoti pagal paskirtį. Norint išmokti šiuo įrankiu tinkamai naudotis, būtina pažinti proto prigimtį. Remiantis vedantos filosofija, kuri suteikia visas reikalingas žinias dvasiškai prabusti, protas susideda iš keturių sluoksnių:

- *Manas* – gauna ir suvokia informaciją iš išorės per penkis pojūčius (klausa, lytėjimas, rega, skonio pojūtis ir uoslė)
- *Ahaṃkāra* – ego sąmonė, kuri atpažįsta save kaip atskirą asmenybę ir dėl to gali išgyventi.
- *Buddhi* – intelektas, padedantis suvokti priežastis ir pagrįsti priimamus sprendimus.
- *Citta* – atminties bankas, kuriame kaupiamos visų gyvenimų patirtys, išpūdziai ir emocijos.

*Manas* padedami, per pojūčius gauname reikiamą informaciją iš išorinio pasaulio. Ego sąmonė susitapatina su gauta išorine patirtimi ir ją suasmenina, dėl to kiekvienas iš mūsų išsiskiria subjektyviu požiūriu kiekvieno klausimo atžvilgiu. Intelektu pagalba vertiname ir priimame reikiamus sprendimus, pagrįstus atminties banke sukauptą informaciją. Žodžio „buddhi“ šaknis „budh“ reiškia „prabusti dvasiškai“ ir atskleidžia intelekto gebėjimą siekti aukščiausios išminties, kuri leidžia atskirti tiesą nuo melo. Taigi *buddhi* intelektas pasižymi dviem aspektais: gebėjimu priimti racionalius sprendimus ir siekti dvasinės išminties. Aukštesnysis intelekto aspektas yra durys į dvasinį nušvitimą. *Vedantos* filosofijoje proto apibrėžimas iš esmės skiriasi nuo įprasto apibrėžimo, naudojamo Vakarų filosofijoje, kuomet protas įvardinamas kaip asmenybės dalis gebanti mąstyti, jausti emocijas, suvokti ir priimti sprendimus.

Žymi XVII a. pancūzų filosofo R. Descartes frazė lotynų kalba „Cogito, ergo sum“ (Mąstau, vadinasi esu) atspindi vakarietišką proto sampratą į pirmą vietą iškeliančia gebėjimą mąstyti. Šiuo atveju mąstytojas susitapatina su savo mintimis, nes kitaip jis negalėtų egzistuoti. Kad įsitikintume, kaip yra iš tikrųjų, turime sau užduoti klausimą, – „Ar mano protas suvokia, kad Aš esu, ar tai Aš suvokiu, kad gebu protauti?“. Juk praradus atmintį ir gebėjimą protauti, mes vis tiek egzistuosime. Bepročiai gali būti laimingiausi žmonės pasaulyje, nes nebeturi dėl ko sielotis. Neveltui Rytų filosofijoje protas įvardinamas kaip nerimo ir visų kančių šaltinis. Gebėjimas vadovautis aukštesniu intelekto aspektu – išmintimi – kyla iš kur kas svarbesnio intuityvaus proto lygmens.

Protas linkęs susitapatinti su kūnu, kuriam nuolat kas nors negerai arba kažko trūksta. Tai *manas* – fizinis proto lygmuo, jo prigimtis nuolat tenkinti troškimus per patiriamus pojūčius, kurie kartais tampa nevaldomi. Todėl *manas* paskirtis pažaboti jusles ir tapti jų šeimininku, o intelekto – gebėti atskirti dvasią nuo materijos. Remiantis *vedantos* filosofija, siela niekada negimsta ir nemiršta, jai jokios įtakos nedaro kūno amžius, nes ji egzistuoja per amžius. Dvasinių praktikų metu pravartu įsivardinti „aš nesu šitas protas, aš nesu šitas kūnas“ ir tapti nebyliu stebėtoju. Savęs stebėjimas iš šalies padeda nesusitapatinti su protu ir kūnu, per daug neijsijausti, nurimti ir liautis kentėti.

Sanskrito žodis „*ahamkāra*“ sudarytas iš dviejų žodžių: *aham* (aš) ir *kāra* (darytojas), iš kurių pastarojo šaknis *kr* reiškia „daryti“. Tai ego sąmonė – proto lygmuo, leidžiantis suvokti savo individualumą ir atskirumą nuo kitų bei Dievo. Individualaus „aš“ dėka galime išgyventi ir tuo pat metu kentėti dėl pernelyg sureikšminto ego jausmo, kuris trukdo patirti Vienį. Kai dėl neišmanymo (sansk. *avidyā*) susireikšminame bei manome, kad esame pagrindinis veikėjas ir sau priskiriame visus veiklos vaisius, anksčiau ar vėliau patiriame kančią. Aplanko išbandymai, kurie pastato į vietą ir leidžia suprasti, kad dar daug ko nežinome ir ne viskas nuo mūsų priklauso. Mūsų geriausi ketinimai gali bet kada subliūkti, jei manysime, kad tai mes čia viską sprendžiame ir reguliuojame. Galime būti labai protingi ir išsilavinę, bet jei save suvoksime tik kaip atskirą individą su kažkur esančia siela ir neižvelgsime visų priešasčių Priežasties, neišvengiamai kentėsime dėl perdėto susitapatinimo su savo ego.

Dėl to šiame milžiniškos informacinės sklaidos amžiuje, žmonės turi prikaupę labai daug žinių, bet nesusitvarko su savo asmeniniu gyvenimu. Einantys dvasiniu keliu išbando daugybę praktikų, tačiau taip ir nesuranda dvasinės ramybės. Intelektualūs ir mokslinius titulus įgyję žmonės pribloškia savo sugebėjimais, bet taip pat yra stipriai pasiklydę proto labirintuose, nes per daug užsižaidžia savo intelektu. Itin žavūs ir charizmatiški lyderiai lydimi sėkmės ir populiarumo, vieną dieną pajaučia tuštumą, nes iš tikrųjų nesuvokia kaip ją užpildyti. Turtingiausi, galintys viską nusipirkti, nusivažiuoja morališkai, nes nebežino, kaip dar galėtų patenkinti savo troškimus, kylančius iš neramaus proto. Nemaža dalis žmonių primena vaikščiojančius žinių ir informacijos bankus, bet neturi taip reikalingos aukštesniosios išminties, nes yra susitapatinę su savo asmenybe ir pasiekimais.

Būkite nors ir tris klases baigę, necharizmatiški ir visai neintelektualūs, bet nukreipkite savo protą į Dievą ir gausite viską, ko jums reikia, nes protas yra durys į dvasinį išsivadavimą nuo kančių. Išmokite pasikliauti gyvenimu ir išlaikyti nenukrypstamą tikėjimą užuot stengęsi viską racionaliai paaiškinti ar pagrįsti. Akimirkai įsivaizduokite savo protą, kaip strėlę, pasiruošusią iššauti. Kad strėlė pataikytų tiesiai į taikinį, reikia labai tvirtai įtempti lanko tempę – turėti tvirtą ketinimą pažinti Aukščiausią Tiesą. Kuo tvirtesnis ketinimas, tuo toliau strėlė nulėks, tuo stipriau dvasinė energija pradės tekėti mumyse. Tokiu būdu individuali ego sąmonė susilieja su Aukščiausia Sąmone – visų Sielų Siela.

Kaip tai pasiekti? Paprasta! Tereikia treniruotis: visada kreipti savo protą Aukščiausiojo link ir nuolat apie Jį mąstyti. Visą dieną mūsų protas užimtas begaliniu minčių srautu, nes turime pasirūpinti įvairiausiais reikalais. Jei sugebame mąstyti keliomis kryptimis ir tuo pat metu užsiimti kokia nors veikla, tai galime išsiugdyti įproti pakylėti savo mintis ir įprasti matyti Kūrėjo buvimą visame kame. Dvasinė išmintis, meilė ir atsidavimas Dievui išugdomi nuolatinių praktikų, jų metu protas apvalomas nuo aistros, troškimų ir per daug sureikšminto ego. Tuomet protas pagaliau nurimsta ir tampa tyras, jo neveikia nei malonumai, nei skausmas. Kai protas ilsisi ramybėje, patiriame amžinybę, suvokiame egzistuojant Aukščiausią Tiesą. Nuosekliai treniruojantis, sąmonės prabudimas įvyksta akimirksniu ir yra negrižtamas.

Verta kuo dažniau atitraukti protą nuo išorinių dirgiklių ir sutelkti į Viešpatį bei su meile atsiduoti visų sielų Sielai. Tai pats tiesiausias, saugiausias ir praktiškausias kelias, kuriuo einant protas galiausiai liaujasi svyravęs, nes yra visiškai atsidavęs Kūrėjui. Kitu atveju protas gryninamas tol, kol žmogus liaujasi galvoti apie savo troškimus tarsi tai būtų svarbiausias dalykas gyvenime. Tai neišvengiama, nes Aukščiausia Sąmonė yra visų priešasčių Priežastis ir mūsų egzistavimas priklauso nuo Visatos Sielos, bet ne nuo gebėjimo mąstyti, svajoti ar noro būti pagrindiniu veikėju.



Mūsų neišmanymas ir nepasitenkinimas gyvenimu kyla iš proto, kuomet esame nepatenkinti tuo, kas vyksta čia ir dabar. Ar kada nors teko girdėti išsireiškimą „protą reikia mušti su batu“? Ar verta su protu kovoti, jei jo prigimtis nuolat klajoti mintimis ir būti neramiam? Kad ir kiek daug pasieksime meditacijoje ar jogoje, neramus protas visada atras kokią nors skylę išlįsti ir parodyti mums savo liežuvį. Todėl nereikia jo mušti ar stengtis užgniaužti. Geriausia neeikvoti energijos ir protą naudoti pagal paskirtį – nukreipti į Dievą, nes jis yra tiltas tarp kūno ir sielos, tarp žinojimo ir nušvitimo. Tuomet visas kasdienes užduotis įveiksime greičiau ir lengviau, nebereikės daužyti galvos į sieną.

Kategoriškumas ir noras viską pagrįsti logiškai vieną dieną galiausiai atves į aklavietę. Tokiame proto lygmenyje Dievo neaptiksite ir gyvenimo prasmės neatrasite. Piktas protas nuolat ras prie ko prikibti ir visur matys tik trūkumus, nebus pajėgus suvokti reiškinių tarpusavio sąsajų su dvasiniu pasauliu. Todėl nėra jokio tikslo diskutuoti su žmonėmis, kurie gyvena proto lygmenyje. Jiems galima pateikti begales faktų ar net mokslinių įrodymų apie kitokią egzistuojančią tiesą, bet jie vis tiek liks prie savo proto įsitikinimų, nes nėra pajėgūs pereiti į aukštesnį sąmonės lygmenį – intuityvų pasaulio suvokimą. Tikram tikėjimui, atsidavimui ir meilei nereikia mokslinių įrodymų, kurie tėra tik vidinio aukštesniojo žinojimo patvirtinimas.

Negaiškite laiko įvairiems svarstymams, laikas greitai lekia ir viskas pasimiršta. Užmarštin nueina sutikti žmonės, perskaitytos knygos, matyti filmai, aplankytos vietos. Bet tos akimirkos, kuomet sąmonėi atsivėrė naujas matymas, pranokstantis bet koki išprotavimą, niekada nepamiršite. Giliai į atmintį įsirėš patirtis, kuomet sąmonė tapo pakylėta ir perėjo į naują dvasinį išmatavimą. Nuo tos akimirkos pasaulį pradėsite matyti kitomis akimis ir sužadinsite ilgesį tam, kas nematoma plika akimi, negirdima fizine ausimi, nepačiupinėjama, neužuodžiama ir neparagaujama. Širdį užlies troškimas patirti aukščiausią tiesą, nes visi esami skoniai žemėje bus išragauti ir visos gyvenimiškos patirtys, kurios tik laikinai atitraukė nuo esmių esmės, išgyventos.

Kai pavargsite nuo proto keliamo triukšmo, suprasite, kad pagrindinė proto paskirtis kontempliuoti Dievą, pasineriant į vidinę tylą, kas išskiria mus iš gyvūnų tarpo. Tik tylą leidžia atsitraukti nuo juslių veikiamo manas ir pereiti į aukštesnį intuityvų sąmonės lygmenį. Jei vargina įkyrios mintys ar jaučiate, kad susipainiojote dvasinėse praktikose, kitoje istorijoje kviečiu pasinerti į savo vidinę tylą. *Šią istoriją parašiau prieš pat pradėdamas naują svarbų gyvenimo etapą, kuris atvėrė kur kas didesnes galimybes nei kada nors galėjau įsivaizduoti.*



# SEPTINTA ISTORIJA

## „VIDINĖ TYLA“

*Vidinė tyla yra būseną be minčių. Jums tereikia grįžti į ją ir būti joje, tai yra Jūsų duotybė. Jos nereikia susikurti, ji jau yra. Iš pradžių trumpam sugrįškit, vėliau įpraskite tiesiog būti tyloje, nes tai yra durys pas Dievą. Stebėkite pasaulį iš savo vidinės tylos būsenos ir Jums atsivers visiškai naujas matymas. Kartais reikia tiesiog apsisvalyti ir pabūti savo tyloje, norint užsiimti dvasinėmis praktikomis.*

*Vėlyvą 2016 m. pavasarį iš Kauno važiuoau į Vilnių. Eilinį kartą buvau įsmukusi į neigiamą minčių ir jausmų duobę. Vairuodama klausiausi vienos iš Artur Sita paskaitų. Kažkurioje paskaitos vietoje mano vidus surezonavo su girdima informacija, ryžtingai sau pasakiau „STOP!“.*

*Mano esamai situacijai reikėjo sprendimo, todėl aiškiai suvokiau, kad DABAR yra du keliai: pirmas – išprotėti nuo savo slegiančių minčių ir jausmų, antras – paklausti A. Sitos ir tiesiog būti dabarties akimirkoje, kad ir kaip tam priešintųsi protas. Pasirinkau antrą kelią, pradėjau ramiai stebėti, kas vyksta mano viduje ir ten būti. Supratau, kad tam, jog ištrūkčiau iš šio užburto rato yra vienintelis vaistas, pavadinimu „ESU“. Tą akimirką nebuvo jokio stebuklo. Viskas kryptingai ir nuosekliai vyko nuo pat mano atėjimo į šią žemę. Bet TOS akimirkos suvokimas tapo naujais vartais į savo vidinę tylą ir labiau pilnavertišką gyvenimą. Prieš tai nutinkant, daugiau nei metus kasdien kartojau mantrą. Atrodė, kad tai stipriausias ir geriausias sielos vaistas iš visų kažkada vartotų. Kurį laiką tai gelbėjo, bet nenoromis teko prisipažinti, kad eilinį kartą likau su savo senomis vidinėmis bėdomis. Tuo metu labiausiai už viską norėjau nieko nedaryti ir tiesiog pabūti savyje, neatsiribojant nuo gyvenimo.*

*Nuo vaikystės domėjausi ezoterika, perskaičiau daug saviugdų knygų, klausiausi įvairių paskaitų, dalyvavau mokymuose, aplankiau daug būrėjų ir astrologų. Niekaip nesupratau, kodėl vis dar jaučiu didelį nepasitenkinimą savimi, savo gyvenimu ir viskas vyksta atvirkščiai nei rašoma knygose ar diegiama mokymuose, o aš taip stengdavausi....*

*Tam tikrą laiką knygose ar paskaitose nurodytos praktikos veidavo ir duodavo rezultatų, bet ilgainiui pakylėta būseną išblėsdavo. Kaip tyčia tos žinios visiškai neveikdavo asmeniniuose meilės santykiuose. Toje gyvenimo srityje buvo visiška katastrofa arba visiškas štilis. Veidu krisdavau į purvą, kankindavausi, keldavausi ir vėl pradėdavau viską nuo pradžių kokį tūkstantį kartų. Galvoje sukurtas santykių modelis niekada nesutapdavo su kito žmogaus santykių modeliu. Šalia manęs esantiems vyrams net nereikėjo jokių ilgalaikių santykių, o apie santuoką išvis nebuvo kalbos.*

*Prie suskilusios santykių geldos sėdėjau taip ilgai, kad net sugebėjau išmokti atrasti savo vidinę pilnatvę ir būti šioje palaimingoje būsenoje visiškai viena, bet ne vieniša. Kai atradau*

vidinę tylą, atsirado ir antroji pusė... Supratau, kad gyvenimas niekada nebuvo sustojęs, jis toliau tęsiasi per mane. Labiausiai džiugino tai, kad nebesu tiek priklausoma nuo emocinių pakilimų ir nuosmukių, tarsi iš šalies stebiu, kas vyksta ir nesistengiu įvykiams užbėgti už akių. Einu su tėkme. Yra laikas poilsui, yra laikas darbui... yra laikas džiaugsmui... yra laikas rimčiai... Gyvenimo ciklai keičiasi, kartojasi, pereina į kitą lygmenį, bet aš visada išlieku savimi, ESU be pastangų.

Ką konkrečiai aš padariau, kad tai įvyktų? Ogi nieko! Tik nutariau reguliariai grąžinti save į dabarties pojūtį ir laikytis šios nuostatos, kad ir kas aplink vykty. Eilinį kartą užplūdus spazmuojančioms ir griaunančioms emocijoms, chaotiškam minčių srautui galvoje, tiesiog būdavau savyje ir stebėdavau kas vyksta. Taip darydavau daug kartų per dieną. Dėl rytinės jogos ir mantrų buvau įpratusi anksti keltis, todėl rytais tiesiu stuburu ramiai sėdėdavau ant meditacinio suoliuko. Man buvo gera, kai nurimdavo protas ir jausmai, neuždavinėdavau jokių klausimų, negalvodavau apie savo norus, nesvajodavau. Pamažu aptikau vidinę ramybę, vis dažniau norėjosi pabūti savyje, tai buvo gilus vidinis vedimas, kurio paklausiau. Išmokau tiesiog būti ir gyventi, taip paprastai, ir tiek.

Supratau, kad nieko nereikia ieškoti, keisti ar siekti, nes mane ir taip nuolat veda. Dabar. Visos žinios ir patirtys, kurias įgijau per savo gyvenimą tapo viena visuma. Savoime atkrito tai, kas nereikalinga ar nepakeliui. Tuo pat metu toirtai laikiausi tam tikrų nuostatų ir buvau laisva nuo jų. Pajaučiau darnią visumą, kuri pirmiausia kilo iš mano vidaus. Dingo tas beprotiškas neapykantos jausmas sau, jis pats pasitraukė, nieko ypatingo dėl to nedariau. Nesitikėjau ir nelaukiau jokių stebuklų, bet pradėjau juos pastebėti kasdieniuose mažuose dalykuose. Nuširdžiau pradėjau daryti tai, ką tuo metu turėjau padaryti, pradėdant pačiais nešvariausiai buities darbais ir baigiant tuo, kas labiausiai teikia malonumą. Kiek vėliau atėjo suvokimas, kad reikia tiesiog būti ir gyventi, nustoti dairytis į kitus ar laukti patvirtinimo iš aplinkos, kad esu teisingame kelyje, nes ir taip jau ESU.

Iš pradžių ši patirtis prilygsta vaikščiojimui peilio ašmenimis, atrodo bet kada gali nuslysti ir susižeisti, bet ilgainiui tai tampa natūralia būseną ir apie pavojus net nesusimąstai. Tai drąsa būti ir gyventi, atvirumas sau ir kitiems, vidinis tikrumas ir iš to kylanti darna visumoje. Dėl to jaučiu, kad gyvenu ir turiu kuo pasidalinti su Jumis. Gautos išvalgos nėra mano nuopelnas, jos ateina savoime ir nėra mano nuosavybė.

Vidinė tyla ir ramybė pati savoime nėra tikslas. Tai nėra poreikis atsiriboti, atitolti, tapti abejingu ar atsainiu. Tai ne praktika. Tai savitaba ir buvimas bet kokiaje gyvenimo situacijoje. Tai nėra noras patirti stiprius dvasinius išgyvenimus ar regėjimus. Tai nėra dvasinės klejonės ar fanatikavimas, siekis kitiems primesti savo dvasingumą. Tai nėra būdas realizuoti savo troškimus, įgyvendinti svajones, nes jos ir taip pildosi savo laiku. Tai nėra poreikis žūt būt gauti atsakymus į visus gyvenimo klausimus, jie patys ateina. Tai nėra poreikis paleisti ar atsikratyti neigiamų jausmų ar patirčių, nes jos ir taip gyvena mūsų atmintyje per amžių amžius. Jei galvojate, kad nuo kažko išsilaisvinote, tai geriausia galima patikrinti gyvai „auką“ suvedus su „budeliu“. Jei skaitėte Eckhart Tolle knygą „Šios akimirkos jėga“, turėtumėte atsiminti vieną frazę – „jei galvojate, kad nušvitote, aplankykite savo tėvus“.

Buvimas dabarties akimirkoje nėra pabėgimas nuo tikrovės ar kažkokia pakylėta būseną, tai labiau darnos buvimas visumoje. Tačiau tai mažytis Jūsų stebuklas, kurį galite atrasti tik Jūs patys. Kai neturėsite klausimų, atsakymai ateis neprašyti. Kai neturėsite lūkesčių ir reikalavimų, gims aiškus ir tikslus vedimas, ką daryti, kur eiti, su kuo būti, ką palikti ir t. t. Visada matysite savo kitą žingsnį. Kai asmeniniuose santykiuose nustosite tikėtis, laukti ir reikalauti, nutiks daug malonių staigmenų. Kai atsiras natūrali atjauta artimiesiems, dings noras juos perdarinėti. Suvoksite, kad meilė yra labai plati sąvoka, net jei kitas žmogus nesielgia pagal Jūsų įsivaizduojamą modelį. Kai nustosite planuoti ir projektuoti tolyn į ateitį, pamatysite naujas galimybes, suvoksite, kad nereikia išvažiuoti į Indiją, palikti vyrą / žmoną ar išeiti iš darbo ir pan. Visi šie pokyčiai įvyks reikiamu laiku, jei tai bus reikalinga Jūsų sąmoningumo vystymui-

si. Tuomet tai bus natūrali įvykių eiga. Suvoksite, jog viskas ko Jums reikia yra ŠALIA Jūsų, Jums nereikia pulti ieškoti laimės už jūrų marių. Laimė kaip vedanti ranka, įdėjus atitinkamas pastangas, pati nuves ten, kur labiausiai reikia būti. Kai nustosite svajoti, bus gera tiesiog būti, svajonės pačios pildysis, jei to reikės ir bus Jums palanku.

O kai bus labai sunku, išmoksitė tiesiog išbūti tą laiką, neslopinant savęs ir to kas vyksta aplinkui, nekils noras pabėgti, nekils tokių minčių kaip – „na kada gi tai pasibaigs?“, „noriu numirti“ ir pan. Buvimas dabarties akimirkoje palengva taps natūralia Jūsų būtimi. Kai džiaugsitės, tai džiaugsitės, kai pyksite, tai pyksite, bet daugiau taip stipriai nesitapatinsite su savo jausmais ar mintimis. Atsiras tikra laisvė, gyvensite meilėje, tai nebus atsainus ar be atsakomybės gyvenimas. Palaikysite tam tikrą santykių higieną, kiti žmonės daugiau nebebus Jūsų blogos nuotaikos ar prasto elgesio šiuokšlinės. Suvoksite, kad gyvenimo pakilimai ir nuosmukiai yra savaime suprantamas vyksmas, jie nebebus tokie aštrūs ir taip stipriai neveiks Jūsų kaip anksčiau. Esant pačiai kritiškiausiai gyvenimo situacijai, visada drąsiai kreipsitės pas savo srities specialistus, bet greičiausiai to neprisireiks. Kai nesieksite nušvitimo, tapsite sąmoningesni. Kai tapsite sąmoningesni, neakcentuosite to kitiems. Kai nubusite ar nušvaisite, tiesiog gyvensite eilinį gyvenimą su visais jo pakilimais, nuosmukiais ir sunkumais. Kai pajusite baimę, drąsiai nersite į ją ir ji išgaruos. Netapsite ypatingu žmogumi, paskui kurį seks minios, bet gyvensite gilioje ramybėje ir palaimoje, kad ir kas vyktų aplinkui. Suvoksite, kad Jūsų galia kyla iš vidaus.

Kai išdrįsite TIK BŪTI, pilnai būti dabartinėje akimirkoje, neskubinsite gyvenimo įvykių, malonios patirtys pačios ateis į Jūsų gyvenimą. Pagal esamas aplinkybes tapsite įrankiu arba vykdytoju. Suvoksite, kad pakeitus darbą, gyvenamą vietą, partnerį, šunį, automobilį ir pan., visur su savimi nešiositės save. Įvairūs išoriniai pasikeitimai negali perkeisti tikrosios Jūsų esaties. Kai tiesiog būsite, nesigrežiosite atgal, nesistengsite užbėgti įvykiams už akių. Kai nustosite rakinėti ir analizuoti praeitį, ieškoti problemos sprendimų praeituose gyvenimuose, pradėsite ieškoti būdų, ką galite padaryti dabar, prisiimsite atsakomybę už tai, kas šiuo metu vyksta ar jau įvyko. Jums nereikės nusikapstyti iki levos ir Adomo, kad gautumėte atsakymus į degančius klausimus, kurie pateisintų Jūsų būtį. Jūs tapsite pačia būtimi, nes tai jau yra Jūsų duotybė nuo gimimo. Galų gale sutaupysite krūvą pinigų, kuriuos skiriate įvairiems mokymams. Visada pasikliaukite savo vidine ramybe ir tyła.

Pabaigai noriu pridurti, kad TAI gali nutikti bet kur ir bet kada, tam nereikia sudaryti išskirtinių sąlygų ar atsiriboti nuo aplinkos. Grįžimą į save, savistabą, galite praktikuoti kiekviename gyvenimo situacijoje. Kai TAI įvyks, tai nebus Jūsų valioje, bet tai bus vienas didžiausių stebuklų Jūsų gyvenime. Galiu padrąsinti, kad tas stebuklas jau seniai laukia, kada praversite duris, jis visada ten buvo ir bus, tiesiog tapkite Juo, DABAR.

## Didysis tabu - mirtis

Šiandieniniame pasaulyje tiek daug populiarios psichologijos ar ezoterikos ekspertų, bet mažai kas iš tiesų išmano dvasinius dėsnius. Aplink pilna motyvuojančių „dvasinių atletų“, tačiau neretai klaidinančių žmones. Daug mokymų, kaip tapti laimingu ir įgyvendinti savo troškimus bei mėgautis gyvenimu, pranokstančiu drąsiausias svajones. Tačiau beveik niekas nekalba apie tai, kaip iš tikrųjų reikia gyventi šį gyvenimą, nes vieną dieną viskas bus baigta. Gyvename tokiam nuglaistytos amerikietiškos svajonės paveikslėlyje, kad bet kokia kaina vengiame net pagalvoti apie išėjimą iš šio pasaulio. Tačiau pagrindinė gyvenimo žemėje taisyklė – jei gimei, vadinasi mirsi. Dar neteko girdėti, kad nors vienas gyvas būtų ištrūkęs iš čia.

Dažniausiai paskutinė mirties akimirka siejama su tam tikrais materialiais norais, kuriuos trokštama įgyvendinti. Kai kurie sužinoję, kad liko nedaug gyventi, nori pasimėgauti ir išpildyti paskutinius žemiškus norus, visiškai negalvodami apie tai, kas laukia palikus kūną. Beveik nėra išminčių, kurie paruoštų ir palydėtų į visai kitą

dvasinį išmatavimą. Šiais laikais lengvai galima rasti bet kokią informaciją, net draudžiama pornografija prieinama lengviau nei žinios apie tai, kas iš tikrųjų yra mirtis. Žmonės net nežino, ar turi sielą, o jei tiki amžinu gyvenimu, net nesuvokia, kas vyksta, kuomet siela palieka kūną. Pas mus beveik nėra mirties kultūros: mes neturime žalio supratimo, kaip kalbėti apie mirtį, kaip pasiruošti ir elgtis mirties atveju. Visuomenėje skatinama patirti kuo daugiau malonumų vartojant gyvenimą tarsi paneigiant pačią mirtį. Tuomet ištinka didžiausias šokas netikėtai sužinojus, kad su viskuo teks neužilgo atsisveikinti. Bet jau per vėlu, laiko neatsuksi atgal ir reikiamos patirties neįgysi per vieną dieną. Dažniausiai vengiama kalbėti apie mirtį, nes yra labai stiprūs žemiški prisirišimai ir dauguma kaip išprotėję elgiasi lyg gyvens šioje žemėje amžinai.

Gyvenimas yra daugiau nei bandymas išvengti mirties dėl kokios nors kvailos priežasties ar stipraus prisirišimo. Gyvenimas yra Dąsa gyventi amžiną sielos gyvenimą. Jei peržengiame fizinės mirties baimę ir suvokiame pasaulio laikinumą, tuomet nebelieka ko bijoti. Mirtis yra pati tikriausia ir be jokių pagražinimų, tai išsilaisvinimas iš visų iliuzijų. Remiantis vedantos filosofija, mirtis neegzistuoja, mes tik paliekame kūną kaip rūbą, kurį nusirengiame eidami praustis. Reikia nemažai gyvenimiškosios patirties ir savarankiškai siekti žinių norint įsitikinti, jog iš tiesų esame daugiau nei šis fizinis kūnas. Pradžioje norint pasikliauti žiniomis apie pomirtinį gyvenimą, turime remtis autoritetingais mokytojais ir dvasiniais raštais. Tačiau ne visi pasiruošę eiti šiuo keliu, daug paprasčiau įsisukti į visus gyvenimo žemėje malonumus ir vargus. Nors susitelkimas į amžinybę padeda pakelti bet kokią kančią ir per daug neprisirišti prie laikinų malonumų.

Žmonės kenčia, nes bijo to, kas neapčiuopiama ir plika akimi nepamatoma, bet lengvai patiki politikų ir kitų žymių žmonių melu, nuolat leidžiasi įbauginami ir lengvai paklūsta. Kai kurie dėl neišmanymo susitapatina su kūnu ir mano, kad gyvenimas po mirties neegzistuoja. Kiti nuolat pasiduoda nerimui ar kitų stipresnių, bet nebūtinai išmintingesnių žmonių įtakai. Taip gimsta neteisybė ir žiaurumas pasaulyje bei asmeniniame gyvenime. Pasidavimas irėjimas su srautu, tikintis, kad reikalai kažkaip susitvarkys, tolygus tinginystei, užveriančiai vartus į asmeninį augimą. Tačiau akistata su mirtimi neišvengiama. Kaip mes elgsimės tą akimirką priklausau nuo mūsų šios dienos indėlio į savo gyvenimą. Savo mintimis ir darbais kaupiame nematomą dvasinį krepšelį, kuris bus reikalingas tolimesniam mūsų gyvenimui, palikus fizinį kūną.

Teko pažinoti tokių, kurie gyvena paskendę apatijoje, stumdo dienas bei slapta tikisi, kad mirtis išspręs visas jų bėdas ir užbaigs nevykusį gyvenimą. O kad būtų taip paprasta! Tuomet galėtume gyventi kaip tik norime, neturėtume sąžinės balso, nes juk galiausiai mirties akimirką viskas nuskęs užmarštyje. Tie, kurie vis dar turi vilties ir jų širdyse kažkas kirba, ima ieškoti atsakymų. Jei nebūtų šio kirbėjimo, nebūtų jokio augimo ir žmogaus gyvenimas užsibaigtų mirtimi. Todėl retas kuris kreipiasi į astrologą iš gero gyvenimo ar smalsumo, dažniausiai ateina vedini daugybės neatsakytų klausimų, kodėl vienaip ar kitaip nesiklosto jų gyvenimas. Kiekvienam atsakymas asmenišką, paremtas jo individualiu suvokimu – gimimo horoskopu ir pagal esamas aplinkybes. Tačiau visais atvejais yra vienas bendras atsakymas į visus klausimus – kasdienė dvasinė praktika ir atitinkamas gyvenimo būdas.

Kartais man pasakoja, kaip stengėsi, bet nepavyko ir viską metė. Suprantu, kad žmogui beveik niekas nepakito, jis toliau kenčia ir neranda sprendimo. Deja, šiuo atveju atsakymas bus tas pats – asmeninių dvasinių praktikų sistema ir gyvenimo būdo keitimas. Dar niekas neišrado stebuklingos piliulės nuo patiriamo dvasinio skausmo. Labai svarbu suprasti, kad pačioje pradžioje tos dvasinės praktikos labai kasdienės ir gana nuobodžios. Tačiau jas reikia atlikti be išlygų, nesvarbu kiek metų tai tęsis. Neišvengiamai ateis ta diena, kuomet suvoksime, kad kasdienė sadhana (sansk. sã-

dhana – vedantis tiesiai į tikslą; veiksmingas. Šis žodis naudojamas apibrėžti kasdienės dvasinės praktikos) yra esminė mūsų gyvenimo dalis, be kurios negalime pradėti savo dienos. Būtent kasdienė sadhana padeda geriausiai sukurti ir sutvirtinti dvasinį stuburą, nepalūžti sunkiausiomis akimirkomis bei daug greičiau atsitiesti užklupus sunkumams. Mums nebelieka laiko savęs graužimui ir bereikalingiems išgyvenimams, nes pabudę ryte labiausiai norime atlikti savo praktikas. Jei dėl tam tikrų aplinkybių negalime atlikti savo dvasinės praktikos, pradedame jaustis lyg būtume ryte neišsivalę dantų ir nenusiprausę.

Tol, kol iš esmės esame patenkinti savo gyvenimu, kasdienė sadhana ir panašūs dalykai nerūpi. Net jei iš šalies atrodo, kad kai kurie žmonės ilgą laiką gyvena pakankamai sėkmingai, tai nieko nesako apie jų sąmoningumo lygmenį. Nemaža dalis žmonių vis dar nėra pajėgūs susieti pasekmės su priežastimi. Pavyzdžiui, gamtos niokojimo su įvairiomis stichinėmis nelaimėmis, gyvūnų išnaudojimo maistui su savo sveikata ir žmonių teisių pažeidimais. Atrodytų, kad smegenyse tiesiog nesusidaro atitinkamos jungtys, kad atsirastų naujas suvokimas. Taip jau yra, kad pradedame mąstyti tik tada, kai nebesiseka ir niekaip negalime išbristi iš užklupusių nesėkmių liūno. Tai pirmas prabudimo iš letargo miego etapas, vėliau pradedame ieškoti žinių, ką daryti kitaip, kad nustotume kentėti.

Kai klientai prispausti bėdų klausia ar gali pakeisti savo horoskopą, atsakau – geriausia pradėti nuo kūno ir sąmonės valymo, tai leidžia susikurti ir palaikyti atitinkamą pusiausvyros būseną gyvenime, nepriklausomą nuo horoskopo. Tai labai svarbu, nes ši būseną didina atsparumą įvairiems išbandymams. Labiausiai padeda naujų įpročių susikūrimas, dėl kurių išgaruoja seni įpročiai. Dienos režimas pažadina vidinę ugnį, atsiranda įkvėpimas, kuris atlieka gydomąjį darbą. Net jei iš pirmo žvilgsnio tai atrodytų visiškai nesusiję su rūpimu gyvenimo klausimu, reikia pradėti nuo konkrečių veiksmų.

1. Susikurti naują dienotvarkę: anksčiau keltis ir gultis
2. Mankštinti ir lavinti kūną, praustis kontrastiniu šilto ir šalto vandens dušu
3. Atsisveikinti su žalingais įpročiais ir svaigalais
4. Valgyti kuo daugiau augalinio maisto
5. Laikytis dvasinės ir fizinės švaros
6. Atsirinkti ir susikurti savo asmeninių dvasinių praktikų rinkinį
7. Nesvyruoti, nors ir mažais žingsneliais, bet visada eiti į priekį
8. Gebėti savarankiškai atsirinkti žinias ir jas praktiškai pritaikyti
9. Visada pasikliauti savo asmenine pastanga, einant šviesos keliu
10. Liautis kentėti ir būti nepatenkintu, nustoti prieštarauti, ginčytis ir teisintis

Užtenka pradėti nuo kiekvieno punkto pačių mažiausių žingsnelių ir jų tvirtai laikytis. Tai nėra varžybos, nereikia lenktyniauti ir įrodinėti savo pranašumą. Pradžioje galima skirti tik dvidešimt minučių, bet kiekvieną rytą, kad ir kas benutiktų. Penkios minutės naršymo socialiniuose tinkluose prabėga kaip sekundė. Tai kodėl negalima atrasti papildomų dvidešimties minučių savo pačiai svarbiausiai asmenybės daliai? Jei jūs negalite palaikyti bent didžiosios dalies iš dešimties punktų, tai nesate pajėgūs išspręsti savo bėdas. Neįmanoma gyventi taip kaip esate įpratę ir tikėtis pokyčių. Kartą šunų dresūros pamokoje treneris manęs paklausė, – „Kam tu kartoji tą patį veiksmą, jei matai, kad tai neveikia?“. Kaip galima tikėtis esminių permąnų nepakeitus savo elgesio ir gyvenimo būdo?

Jei žmonės kryptingai ir nuosekliai laikytųsi panašių principų, jais būtų sunku manipuliuoti ir jie niekada netaptų sistemos sraigteliais. Bet žmonės per daug susitelkę į savo kūną, mintis, jausmų ir praeities traumų analizę, santykių peripetijas, darbo



reikalus, ligas ir skausmą, įvairiausias baimes, depresiją, kad nors kiek atkeltų galvą aukščiau. Dvasinių žinių neįmanoma gauti mokymo įstaigose, nes jos ruošia palankius ir paklusnius žmones stambaus verslo ir valdžios sistemai. Bet tiesa ta, kad visada išlieka savarankiškiausi, atspariausi ir išmintingiausi, o panašios sistemos sugriūna. Išlieka tie, kurie eina savo dvasinio įkvėpimo keliu, nesileidžia kvailinami ir nepasiduoda masinei beprotybei. Norint tapti tokiu, reikia drąsiai stoti akistaton su savo sąžine ir didžiausiomis silpnybėmis.

Neišmanymas kyla iš nežinojimo ir sukelia kančią. Dėl to svarbu atsirinkti tokius žinių ir išminties šaltinius, kurie būtų laiko patikrinti ir autoritetingi. Kitas žingsnis – pritaikyti praktiškai įgytas žinias ir patiems savarankiškai įsitikinti jų veiksmingumu. Naudingos tos žinios, kurios perkeičia mūsų gyvenimą į šviesiąją pusę. Jei norite, kad Jūsų kelias būtų tiesesnis, būkite budrūs ir patys visada laikykitės aukščiausių standartų, tuomet sutiksime geriausius mokytojus. Didžiausios klaidos yra dvasinių tiesų iškraipymas ir puikybė, kylanti iš fanatizmo. Todėl viskas, ką reikia padaryti, norint įgyvendinti šiuos dešimt punktų: laikytis atitinkamos disciplinos, būti nuosekliu ir atkakliu, išmokti susitelkti į savo kasdienę veiklą – sadhaną. Atitinkamo režimo laikymasis padeda išlaikyti kryptį ir greičiau įgyti reikiamos patirties.

Konsultuodama klientus pastebėjau, kad labiausiai kenkia kategoriškas ir visai žinis protas, kuris uždaro visus vartus į aukštesnį pažinimą. Puikiai matau kas vyksta ir atjaučiu kiekvieną savo klientą, sergu už jį kaip už mylimą komandą sporto rungtynėse. Bet tiesa ta, kad varžybose kaip ir gyvenime ne visada laimi mylima komanda. Astrologija leidžia matyti asmenybės charakterį ir pagal jį spręsti jo likimą bei matyti ateities perspektyvas. Bet jei žmogus viską nori pagrįsti racionalių protu, visada gauti tikslų atsakymą „taip“ arba „ne“ ir įsivaizduoja, kad nuo jo viskas priklauso, tuomet net ir turėdama pačius geriausius ketinimus dalintis žiniomis, nieko negaliu padaryti. Tada suprantu, kad duotą akimirką padariau viską, kas nuo manęs priklauso, kad padėčiau tam, kuris apsilankė. Tačiau jei žmogus negirdi ar nenori girdėti, vadinasi jis dar nepasiruošęs, tam neatėjo tinkamas laikas arba tiesiog neduota. Jis pats turi savo kailiu patirti ir išmokti tam tikras pamokas. Tuomet akivaizdu, kad atėjusiam į konsultaciją yra atskiras Dievo planas, nepriklausantis nuo mano gerų ketinimų padėti. Viešpats vienodai žiūri į „gerus“ ir į „blogus“ žmones, be Jo žinios nė plaukelis nenukris nuo vieno iš jų. Todėl pagalba kitam įmanoma tik vienu vieninteliu atveju, jei yra leidimas iš aukščiau. Ne mūsų valioje pagreitinti kitų žmonių sąmonės plėtrą.

Vengdami asmeninės pastangos dvasiškai prabusti, kai kurie lekia pas aiškiaregius slapta tikėdamiesi stebuklingo atsakymo, kuris pakeistų jų visą likusį gyvenimą. Taip būna tik pasakose, tikrovėje dažnai užkimbama ant aštraus iliuzijos kabliuko. Jei žmogus nenori padirbėti su savimi ir laikinai nusiimti bei pasidėti į šalį savo ego karūnos, toks atsakymas gali tiesiog sužaloti jo psichiką. Mano mokytojas yra pasakęs, kad yra du tipai astrologų: vieni turi aiškiaregystės galių, bet silpnai išmano teoriją ir patį astrologijos mokslą; antri puikiai išmano astrologiją ir jos padedami ugdo nuojautą. Kaip manote, kurie klysta dažniausiai? Teisingas atsakymas – pirmieji. Jei aiškiaregys yra tikras, jis turėtų pasakyti, kiek saujoje laikote grūdų ir ką veikėte vakar. Tikrasis prognozavimas itin subtilus ir labai sudėtingas, daug pastangų reikalaujantis vyksmas. Galų gale yra Dievo valia ir Dievo planas, kuris aukščiau paties aiškiaregio ar astrologo. Padėti kitam galima tik su Viešpaties valia. Todėl visada verta puoselėti nuoširdų ir tikrą atsidavimą bei pasitikėjimą Kūrėju. Jei Viešpats sukūrė Jus, vadinasi Jis sukūrė visą pasaulį ir tik Jis geriausiai žino, kaip Jumis pasirūpinti.

Per ilgametę asmeninio augimo, meditacijų ir mantrų praktiką nepatyrčiau nė vieno regėjimo, neteko išgirsti jokių mokytojų balsų ar persikelti į kitus išmatavimus (nebent tas keistas įvykis vaikystėje, apie kurį papasakosiu paskutinėje istorijoje). Nė

karto nekilo net menkiausio noro haliucinogenais pagreitinti savo dvasinį augimą. Supratau, kad turiu būti labai atsargi, itin atidi, kaip niekada susitelkusi ir atsidavusi savo kasdienei sadhanai, nes protas gali panardinti į pačias įvairiausias iliuzijas. Gerai žinau, kad įvairūs išbandymai ir patikrinimai neišvengiami. Nesvarbu kiek pasiektum, visada reikia pradėti nuo nulio tarsi nieko nebūtum pasiekęs. Tai yra tikrasis dvasinis nuolankumas, kuris gali būti net nuožmus, jei to reikalauja gyvenimo aplinkybės. Kalbu apie tai, kad kartais tenka pasipriešinti ir kautis, norint išlaikyti dvasinį stuburą.

Ilgametė dvasinė praktika yra daugiabriaunio deimanto, esančio mumyse gludininimas, reikalaujantis labai daug kantrybės ir neturintis nieko bendro su laimėjimu loterijoje. Deimanto grožį pastebės visi, tuo tarpu sėkmė loterijoje greitai pasimirš. Niekada nenorėjau būti tapatinama su dvasiškai „nučiuožusiais“, kurių vis daugiau ir daugiau pastebiu nuo pat savo vaikystės. Galvojau, kad pavyks išvengti profesionalios astrologinės praktikos ir mintyse ją atidėliojau senatvei. Tuo metu man atrodė, kad verslas geriausia išeitis užsidirbti pragyvenimui, nes visada konkrečiu nupirkti ir parduoti arba pagaminti ir parduoti. Tačiau viskas pasisuko kita linkme prieš mano norus, kilusius iš proto. Dabar vis dažniau pastebiu, kaip žmonės eidami dvasingumo keliu, pradeda kalbėti ne savo kalba, tarsi būtų šiek tiek apduję. Nagrinėdama gyvenimo horoskopus matau nepagražintą ir svajonių nenuglaistytą tikrovę. Dėl to tiesiai šviesiai sakau, jei norite, kad kažkas keistųsi, nusileiskite ant žemės ir pradėkite daryti rimtą dvasinę praktiką. Iliuzija yra atitrūkimas nuo tikrovės, kuri anksčiau ar vėliau sudūžta kaip ne vietoje padėta stiklinė. Kiek dar stiklinių ketinate sudaužyti, kad galutinai įsitikintumėte, jog skendėjate migloje?

Savaime suprantama, kad atitinkamų standartų laikymasis nepadaro mūsų tobulais. Tačiau įgytas proto aiškumas ir gebėjimas bliviai viską vertinti leidžia kur kas lengviau atsispirti sunkumams. Neįmanoma visada elgtis tobulai, nes kažkam mūsų netobulas elgesys gali būti kaip pamoka, skirta pagal jo nuopelnus. Svarbu išlikti adekvatiems, tai reiškia veikti priklausomai nuo laiko, vietos ir aplinkybių. Tai, kas vienu atveju gali išgelbėti, kitu atveju gali pražudyti. Kai namas dega, netinkamas laikas melstis ir medituoti, privaloma gelbėtis pačiam ir gelbėti kitus.

Visiems noriu palinkėti išmokti įsilieti į gyvenimą ir netapti sisteminiu visuomenės sraigteliu. Mąstyti giliai ir plačiai, visada matyti gilumines priežastis ir gebėti jas sujungti į tam tikrą seką. Visada kelti klausimus ir ieškoti atsakymų, remiantis nepriklausomais ir nesuinteresuotais šaltiniais. Išlaikyti geranoriškumą ir šviesą savyje, kad ir kas benutiktų. Net apie labai svarbius ar skausmingus dalykus kalbėti paprastai, ramiai ir aiškiai. Kaip sakė vienas pažįstamas švedas, – „Gyvenk paprastai, tikėkis mažai, duok daug, mažiau galvok apie save, bet daugiau apie kitus ir kuo dažniau melskis. Išlaikyk šią veiksmų seką, kuria paremtas amžinas gyvenimo tėkmės principas“. Linkiu gyventi taip, kad mirties akimirką išliktume visiškai sąmoningi ir paskutinė mintis prieš išėjimą, remiantis šventraščiais, būtų mintis apie Dievą.

# PASKUTINĖ ISTORIJA „PIEVA, KURIOS NĖRA...“

*Tai nutiko, kai man buvo vienuolika metų. Mano tėtis vienas pirmųjų tuo metu įsigijo nedidelį žemės sklypą netoli Labanoro regioninio parko būsimai sodybai. Važiudavome ten dažnai visa šeima, pasiimdavome šunį, kaimynų mergaitę, mus lankydavo giminės ir kiti pažįstami. Mano visos vasaros prabėgo pušynuose, basai renkant uogas ir maudantis ežere.*

*Kartą, kai dar gerai nepažinojau mūsų sodybą supančio miško, nusprendžiau trumpam pasivaikščioti priešais esančiame miške. Eidama stabtelėjau ties piktžolės ravinčiomis mama ir močiute, ir paklausiau kiek valandų. Jos atsakė, kad yra lygiai šešta ir toliau sau rėvėjo. Su manim kartu bėgo palaidas mūsų šuo Rikis. Užlipusi ant greta esančio kalniuko ramiai sau vaikštinėjau ir ketinai tuojau grįžti atgal, bet man keistai pasivaideno, kad netoliese kiek žemiau stovi šernas.*

*Dabar žinau, kad ten tikrai nebuvo šernas, bet tuo metu išsigandau ir nutariau apeiti aplink. Rikis buvo laika – medžioklinis šuo – kuriam terūpėjo įvairūs laukiniai gyvūnai, todėl jis nukūrė savo keliais. Likau viena ir pamažu sukau ratą, kad apeičiau man pasirodžiusį šerną. Stipriai suklydau ir nusileidau visiškai į priešingą pusę. Tuomet dar labiau pasimečiau ir to nežinodama pradėjau tolti nuo namų. Priėjau pelkę, netikėtai viena koja įsmuko iki klubų, jau visai nejuokais išsigandau. Išsitraukiau koją iš liūno. Stengiausi būti atsargesnė ir galų gale vargais negalais pavyko išeiti iš pelkės. Blogiausia, kad visiškai nesupratau, kurioje pusėje liko namai.*

*Pradėjau verkti ir panikuoti. Mobilijų telefonų tais laikais dar nebuvo. Neturėjau žalio supratimo, kaip grįžti namo. Puoliau balsu šauktis Dievo, Jėzaus, Marijos ir ištiesai kartoti jų vardus su prašymu padėti. Neleidau sau sustoti nė akimirkai, visą laiką vaikščiojau ieškodama nors kažkokio kelio. Po atkaklių pastangų pavyko rasti retai važiuojamą žolę užžėlusį keliuką, juo pavyko išeiti į rimtesnį miško kelią. Tikrinau kiekvieną kelio atsišakojimą ir jei nieko neradau, grįždavau atgal ir eidavau toliau. Laikas bėgo, nepavyko priėti jokios sodybos ar sutikti žmogaus. Saulė pamažu leidosi, bet nepasidaviau ir ėjau toliau.*

*Dar ir dabar akyse išskyla vaizdas, kai eidama keliu palei mišką pamačiau pievą. Tuo metu pagalvoju, kad jei tas kelias niekur nenuves, grįšiu atgal patikrinti, kur veda ši pieva. Tačiau po kelių minučių pamačiau mūsų sodybą... Manęs nebuvo lygiai tris valandas, namiškai jau buvo susirūpinę ir pasiruošę skelbti paiešką. Šioje istorijoje įdomiausia tai, kad tos pievos, kurią mačiau netoli namų, nėra. Bet aš žinau, kad aiškiai mačiau pievą ir ant jos krentančių besileidžiančios saulės šviesą...*

*Po šio įvykio buvau ne kartą pasiklydusi gyvenimo kelyje, bet visada atkakliai ėjau į priekį, nepaisant polinkio sielotis. Esu pasidavusi stiprioms, visiškai paralyžiuojančiomis mąstymą*

*ir elgesį baimėms. Tačiau visada gelbėjo tas vienas vienintelis gebėjimas atsigręžti į Dievą ir jam atsiduoti. Dėl to žinau, kad yra išeitis iš bet kokios situacijos. Ypač dabar, kai išbandymų ir praktikų padedama išsiugdžiau stiprų atsidavimą Kūrėjui. Žinau, kad galiu visko netekti, prarasti sveikatą, likti viena, neturėti pinigų ar gyvenamosios vietos, bet niekada neprarasiu atsidavimo Viešpačiui, visada jo šauksiuos ir prašysiu pagalbos. Dar nebuvo nė vieno karto, kada Jis būtų mane apleidęs.*

*Todėl visiems, kas kreipiasi konsultacijos ar skaito šias eilutes, galiu drąsiai pasakyti, visada visada šaukitės Dievo, kad ir kas benutiktų. Tuo metu buvau dar vaikas, kai pasiklydau, bet mano vaikiškam protui pakako supratimo, kad reikia prašyti pagalbos iš Dievo. Nebuvo jokios kitos išeities, kaip tik eiti į priekį ir Jam atsiduoti. Nereikia baigti jokių aukštųjų mokslų, kad tai suprastume. Jei gali vaikas, tai galite ir Jūs. Turite labai tikėti ir šauktis pagalbos visu savo vidumi, atiduodami visas jėgas ir stebuklas tikrai įvyks. Tereikia visiškai susitelkti į Vienatinį Kūrėją, tarsi niekas daugiau neegzistuoja. Pamatysite, kad bet koks išgyvenimas ar skausmas išnyks. Tai vienintelis geriausias vaistas, kai suprantame, kad niekas nebepadeda ir nebežinome, ką daryti. Negalvokite ir neišvedžiotkite, tiesiog pasikliaukite ir atsiduokite. Viskas priklauso nuo Jūsų asmeninės pastangos tikėti ir melstis. Tuo metu jokie guru tampa neberekalingi...*

*Pagalvokite, kaip greitai mane būtų atradę, jei būčiau tiesiog sėdėjusi ir verkusi. Greičiausiai būčiau sušalusi, nes buvo dar vasaros pradžia, dėvėjau ilgą aprangą, o viena koja su visu batu jau buvo šlapia. Žinau, tai Dievas davė jėgų eiti ir pačiai surasti namus, tuo pat metu apsaugojo tėvus nuo bereikalingo nervinimosi. Nes jie manęs pasigedo kur kas vėliau, nei išėjau. Juo labiau mes su broliu visada turėjome laisvę būti gamtoje. Todėl, kai prisimenu šią patirtį, sakau Jums, atsakymas visada yra! Niekada neleiskite savęs užvaldyti tamsai. Tai labai labai svarbu.*



## Ačiū, kad skaitote ir domitės!

Jei norite atsidėkoti ir prisidėti prie mano studijų, tai galite padaryti  
PAYPAL sistemoje el.p. [linksm66@gmail.com](mailto:linksm66@gmail.com)  
arba a/s LT24 3250 0996 2618 2487, gavėjas – Lina Šmatavičiūtė

Plačiau apie mano veiklą ir astrologines konsultacijas:  
<https://astrosielai.lt/>

*Knygą redagavo Rasa Banele  
Dizainas ir maketavimas Gerūta Sprindytė*

*© Knygoje pateikta informacija yra intelektinė autorės nuosavybė,  
todėl bet koks neteisėtas informacijos platinimas pažeidžia autorės teises  
ir yra baudžiamas LR įstatymų nustatyta tvarka.*