



*Tik visiškoje tyloje galima išgirsti skrendant laumžirgį,
nurimk ir tau atsiskleis visos paslaptys.*

www.laumzirgis.com

„Žmogus neturi teisės būti negražus, ligotas ir nuskurdęs“.

M. Norbekovas

Anksčiau dažniau, dabar retkarčiais Vilniaus centre galime pamatyti tvarkingai apsirengusį, protingo veido solidaus amžiaus vyriškį. Jis gerokai išsiskiria iš kitų, tokio ūgio žmones mes vadiname „liliputais“. Be to, jis neturi rankų. Tai Vytautas Vitkūnas. Ar žinote, kad šis žmogus – vienas iš geriausių savo srities specialistų? Jis yra puikus knygų redaktorius. Rašo rašiklį laikydamas dantimis, tekstus spausdina kojomis. Aš mačiau, kaip šis žmogus valgo kavinėje (pabandykite įsivaizduoti). Ar žinote, kiek dar sunkumų jam tenka pakelti? Bet, nepaisydamas visų šių, švelniai tariant, nepatogumų, šis žmogus sugeba sėkmingai įgyvendinti savo siekius ir puikiai savimi pasirūpinti, taip pat ir materialine prasme.

Gal nežinojote, kad Seime dirba visiškai aklas tautos atstovas, kuris po miestą ir Seimą vaikšto be aklyjų lazdelės. Praradęs regėjimą, šis žmogus sugebėjo ne tik nepalūžti, bet sukurti šeimą ir tapti Seimo nariu. Tai Edvardas Žakaris. Beje,

kaip pasakojo pažįstamas Seimo narys, Edvardas yra vienas iš produktyviausiai dirbančių seimūnų. Taip pat visi gerai žino aklą rusų estrados dainininkę Aną Gurskąją, kuriai šlovė, pinigai ir gerbėjai jau tapo kasdienybe. Kitas mano geras bičiulis Aleksandras Pacevičius jau dešimt metų gyvena prikaustytas prie vežimėlio, tačiau vairuoja automobilį, dirba įmonėje, vadovauja neįgaliųjų asociacijai, žaidžia lauko (pabrėžiu – lauko) tenisą ir net giriasi man, kad neklausydamas skeptiškos gydytojų nuomonės jau pradėjo valdyti vieną koją, o ateityje tikisi visiškai pasveikti. Atkreipiu Jūsų dėmesį, kad pridėdamame kompaktiniame diske muziką pratimui „Oktava“ sukūrė žmogus, kurį medikai buvo „nurašę“ kaip turėjusį apakti. Tada jį pašalino iš Muzikos akademijos kaip „profesiškai netinkamą“... Šiuo metu jis yra visiškai sveikas žmogus, vienas iš žymiausių Azijos kompozitorių. Gal todėl jo sukurta muzika „Oktavos“ pratimui daro tokį stiprų poveikį, kad viskas buvo išgyventa asmeniškai? Gal atsimenate tokį Nelsoną Mandelą? Priminsiu – tai 27 metus kalėjęs žmogus, kuris sugebėjo tapti valstybės vadovu. Paklaustas, kaip jam tai pavyko, jis su šypsena atsakydavo, kad turėjo daug laiko pasiruošti.

Ar bent įsivaizduojate, kaip šiems žmonėms buvo nelengva įgyvendinti savo norus ir tikslus? Vis dėlto jie sugebėjo įveikti sunkumus, svajoti ir kelti sau užduotis, gyventi visavertį ir labai įdomų gyvenimą. Jie dar kartą įrodė paprastą tiesą,

kad žmogaus galimybės neribotos ir nėra kliūčių, kurios sustabdytų pakeliui į tikslą.

O dabar, gerbiamieji, prašau atsistoti, priėti prie veidrodžio ir atidžiai pasižiūrėti į save. Sakykite, ką matote? Ūgis normalus, kojos, rankos vietoje, akys sveikos, žodžiu – viskas gerai. Tada atsakykite man, kodėl net 90 procentų visiškai sveikų žmonių jaučiasi nelaimingi, nepatenkinti savo darbu, mažu atlyginimu, šeimos padėtimi, dažnai (gal net išties) serga įvairiomis depresijomis ir kenčia nuo stresų? Visus galimus atsakymus (dažniausiai – tiesiog pasiteisinimus) žinau atmintinai. Jiems nesiseka, nes kaltos tokios ir anokios aplinkybės, valdžia, įtakingų draugų stygius, prasta sveikata ir pan. Nieko nauja, net nuobodu. Gal tada ir Jūs pasirinkite, ar užversti šią knygelę ir toliau ką nors kaltinti („kaltųjų“ sąrašas begalinis), ar nuo šiol pradėti stengtis keisti savo gyvenimą ir būti už jį atsakingam? Tegul aukščiau išvardyti pavyzdžiai tampa įrodytu, kad mes patys kuriame savo gyvenimą, o ne aplinkybės jį kuria už mus. Nuoširdžiai tikiu, tiesiog žinau, kad Jūs galite gyventi taip, kaip svajojate, svarbiausia – Jūs tuo patikėkite.

Praktika

Žmogus nuolat iš Visatos gauna nenutrūkstamą gyvybinės energijos srautą, reikalingą jo fizinei ir dvasinei būklei palaikyti, gerai savijautai, sėkmingam likimui formuoti. Tačiau daugelis žmonių užsiblokuoja taip, kad tas srautas jų nepasiekia. Pagrindiniai, galingiausi blokai, trukdantys pajusti visą gyvenimo įvairovę ir džiaugsmą, tai:

Tikslo neturėjimas.

Nepasitenkinimas savimi ir savo likimu.

Tinginystė.

Baimė (arba nuolatinis sekinantis nerimas).

Šie blokai – tarsi šaltinėlio kelyje pūpsantys keturi didžiuliai akmenys, kurie trukdo vandeniui laisvai tekėti. Panauginėkime kiekvieną iš jų atskirai.

1. Tikslo neturėjimas

Visada pavydėjau tiems, kurie vos ne nuo vaikystės žinojo būsią aktorai, politikai, verslininkai ar kt. Man, kaip ir

daugumai, reikėjo nemažai laiko suprasti, į kurią pusę noriu pasukti gyvenimo kelyje. Deja, vos ne 90 procentų žmonių ne tik neturi gyvenimo (ar bent jo etapų) tikslo, bet ir nesistenčia jo ieškoti. Toks betikslisumas yra vienas iš pagrindinių trukdžių tobulėti ir judėti į priekį. Jeigu nesiseka susigaudyti savyje ir suprasti, ko norite iš gyvenimo, tačiau aiškiai suvokiame, kad dabartinė padėtis Jūsų netenkina, atlikite štai tokius veiksmus.

☞ Vieną kartą per dieną ramiai atsisėdę ir atsipalaidavę pasistenkite įsivaizduoti, kad turite tiek pinigų, kad dėl jų niekada nebereikės rūpintis. Įsijautę į šią būseną paklauskite savęs, ką dabar labiausiai norėtumėte veikti. Nuolat taip darydami aiškiai pajusite savo pašaukimą.

☞ Atradę širdžiai mielą sritį, pradėkite kurti planą, kurių veiksmų reikėtų imtis, norint įgyvendinti svajonę. Užrašykite savo tikslą ir jo siekimo būdus ant popieriaus.

☞ Konkrečiai aprašinėti nereikia, numatykite tik pagrindines kryptis, gaires ir palikite vietos improvizuoti. Nenustebkite, kad laikui bėgant Jūsų numatytas tikslas siek tiek keisis.

☞ Atminkite, pinigai negali būti jūsų galutinis tikslas. Pinigai ir kitos materialinės vertybės pasirinkus tinkamą tikslą atsiranda savaime, kaip pasekmė.

Garsus pozityvaus mąstymo teorijos populiarintojas Normanas Vincentas Peale'as atskleidžia pačią esmę tvirtindamas, kad dauguma žmonių net nenori patikėti turį visas galimybes įgyvendinti savo svajones. Dabartinės sąlygos ir aplinkybės nėra esminis dalykas, vienintelis ir svarbiausias klausimas – kuo norite tapti ateityje. Visiškai nesvarbu, ar Jūs jaunas, ar jau pusamžis. Tūkstančiai pavyzdžių, kai žmonės sugebėdavo įgyvendinti savo tikslus ir svajones sulaukę gana brandaus amžiaus. Ir jau visai nesvarbu, ką pagalvos aplinkiniai, nes pats svarbiausias žmogus, kurio nuomonės jūs turite besąlygiškai paisyti siekdamas savo gyvenimo tikslo, esate Jūs pats.

Mūsų svajonės ir tikslai kaip magnetas pritraukia viską, kas artina jų išsipildymą. Žinau, kad tuo nelengva patikėti, tačiau kiekvienas sėkmės sulaukęs žmogus galėtų daug apie tai papasakoti.

Tiesa, nepakanka tik kartais pasvajoti. Privalome savo tikslus tvirtai užfiksuoti smegenyse, privalome nuolat galvoti apie juos. Gali padėti paprasta gudrybė – įsivaizduokime, kad tikslą jau pasiekėme, taip iš anksto svajonę „prijaukinsime“ ir emocionaliai mėgausimės.

Kaskart, kai sutelkiame dėmesį į savo svajones, sukuriame ryšį tarp dabartinės savo būsenos ir tos, kurią norime pasiekti. Stiprėja įsitikinimas, kad mūsų svajonės įgyvendinamos. Įsitikinimas pavirsta veiksmu, kuris duoda rezultatų. Be

to, toks pasitikėjimas savimi leidžia numatyti veiklos būdus ir galimybes.

Niekas neišsipildo taip užtikrintai, kaip mūsų svajonės, kuriomis jau dabar gyvename. Kita vertus, nėra didesnio nusivylimo, kai išduodame ir atstumiamo savo svajones.

Dėmesio! Pavojai

Atradus sritį, kuriai norėtumėte skirti tolesnį savo gyvenimą, iš karto įsijungs vadinamasis „vidinis kritikas“. Jis tuoj pat pakiš daugybę priežasčių, kodėl negalėsite įgyvendinti užsibrėžto siekio. Tokia yra vidinė žmogaus psichikos struktūra, tad paprasčiausiai į tą pesimizmą nekreipkite dėmesio.

Jokiu būdu apie savo tikslus, svajones nepulkite pasakoti aplinkiniams, net patiems artimiausiems. Jie, kaip ir Jūsų „vidinis kritikas“, būtinai pateiks daugybę argumentų, kad Jūsų tikslai nepasiekiami ar net kvailoki.

Kai aš nusprenddavau palikti kokią nors instituciją, kurioje dirbti man pasidarydavo nebeįdomu, ar norėdavau pradėti kitą veiklą ir apie tai prasarėdavau kolegoms, jų reakcija būdavo netikėta: atkalbinėjimus lydėdavo net slepiama agresija bei pyktis mano atžvilgiu. Tarsi aš jiems būčiau ką nors skolingas. Tik vėliau vienas kitas privačiame pokalbyje prasarėdavau ir pats jau seniai norėjęs kažką keisti savo gyvenime, net žinąs,

kuo galėtų užsiimti, bet vis neišdrįstas, nes (čia galite patys įrašyti priežastis). Mane Dievas apdovanojo stipresne intuicija. Dažnai informacija apie galutinį bet kokio vyksmo rezultatą man paaiškėja tarsi sutraukta į akimirką arba, kaip aš vadinu, į tašką. Kitiems reikia „nueiti“ su tuo vyksmu (ar žmogumi) mėnesius ar metus, kad sužinotų tai, kas man buvo aišku iš pat pradžių (beje, daugiau ar mažiau išreikštą šią savybę turi kiekvienas, ji yra išugdoma specialiais pratimais, ir apie tai vėliau būtinai kalbėsime). Tačiau dar nelabai suvokdamas pojūčių kalbą (Visata su žmogumi bendrauja ne žodžiais, o pojūčiais), nemokėdamas iššifruoti nuolat gaunamos informacijos, kartais priimdamas kokius nors rimtus gyvenimo sprendimus paklausydavau „kompetentingos, protingos“ kolegų, verslo partnerių ar artimųjų nuomonės, nors pats žinojau (jaučiau), kad reikėtų elgtis visiškai kitaip. Rezultatas visada būdavo apgailėtinas. Nukentėdavo visi be išimties, bet labiausiai aš. Ne veltui sakoma, – kam daugiau duota, iš to bus daugiau ir pareikalauta. Gamtai ar Visatai, kad ir kaip pavadintume, visai nerūpi, kad žmogus kažko nežino, kaip ir kelių policininkui visai neįdomu, kad jūs sukėlėte eismo įvykį dėl to, kad nežinojote naujų eismo taisyklių. Tad nedarykite panašių klaidų, taip sutaupysite laiko ir energijos bei nepatirsite nereikalingo išorės pasipriešinimo, kuris labai trukdo, ypač kelio pradžioje. Mano kelyje nebuvo žmogaus, kuris paėmęs už rankos padrą-

sintų ir paaiškintų, ką ir kaip daryti, o ko vengti. Todėl dabar, įgijęs žinių bei gyvenimo patirties, šios knygos puslapiuose perteikiu ją Jums.

Pavyzdys: jeigu keturi jaunuoliai prieš keletą dešimtmečių būtų paklausę draugų, artimųjų ir net rimtų ekspertų nuomonės, kad neturint nei finansų, nei patirties neverta imtis verslo, kurį visame pasaulyje kontroliavo ir jame kariavo kompanija „Adidas“, tai šiandien nebūtų garsios firmos „NIKE“. Tačiau jie nusispjovė į visus atkalbinėjimus ir įgyvendino savo svajones.

Kitas tykantis pavojus – „pasigauti virusą“, kitaip tariant, pasirinkti Jums visiškai netinkamą, primestą tikslą. Tai gali atsitikti, pavyzdžiui, televizijos žiūrovams, – visi staiga užsinori tapti dainininkais, aktoriais, šokėjais... Arba nuo vaikystės tėvai diegia mintį, kad turite būti chirurgu, teisininku, išmokti skambinti pianinu. Visos tos svetimos įtakos galima atsikratyti stengiantis dažniau pabūti vienam ramioje, tylioje aplinkoje, apmąstyti savo gyvenimą. Tokiomis minutėmis netikri, primesti norai po truputį atkrinta savaime.

2. Nepasitenkinimas savimi

Labai dažnai žmonės būna nepatenkinti ne tik savo išvaizda. Jie visą gyvenimą kankinasi manydami, kad jiems

labai nepasisekė su tėvais, sutuoktiniais, darbu, net gimimo vieta ir laiku. Tokia nuolatinio nepasitenkinimo būseną labai kenkia ne tik sveikatai, santykiams su žmonėmis, bet ir iškreipia likimą. Todėl privalote kuo skubiau nustoti kaltinti save ir kitus dėl to, ko negalite pakeisti. Tai nereiškia, kad žmogus neturėtų tobulinti savo kūno arba keisti nepatinkamo darbo, bet visa tai darydamas jis turėtų neįsijaukti nuolatinio bejėgiško nepasitenkinimo, kuris sukelia slaptą pyktį, savigraužą ir net agresiją. Supraskite, kad tą būseną jums kaip programą diegia įvairiausi prekybininkai ir manipuliotojai, kurie turi tikslą ką nors jums įsiūlyti ir parduoti. Jie samdo reklamos specialistus, kurie per įvairias žiniasklaidos priemones įtikinamai, nors ir netiesiogiai, aiškina, kad Jūsų telefonas, automobilis, butas, drabužis, profesija ar išvaizda yra niekam tikę ir pasenę, kad neturėdami būtent „reklamą atitinkančio produkto“ esate *lūzeris*. Pakalbėkime skaudesne tema. Prieš keliasdešimt metų manekenės puikavosi normaliomis moteriškomis formomis. Tačiau keletas mados kūrėjų, pagrindiniai šios srities „guru“, dėl tam tikrų priežasčių turėdami „kitokį“ moters įvaizdį (jiems moteris žavi tik tuomet, kai panaši į liekną paauglį berniuką), ėmė ir įteigė visam (neįtikėtinai patikliam) pasauliui, kad graži moteris turi būti panaši į skeletą. Rezultatą matome. Šimtai tūkstančių paauglių merginų, vartančių mados žurnalus, lieka nepatenkintos normalia savo išvaizda, alinasi dieto-

mis, suserga seniau negirdėtomis psichikos ligomis (bulimija, anoreksija) ir kai kurios net miršta. Laikas būtų šiek tiek plačiau atsimerkti ir įsijungti visiems duotą mąstymo bei analizės aparatūrą. Kitaip mūsų dalia – būti nuolat nepatenkintais „klientais aukomis“, kuriais manipuluoti visada atsiras norinčių.

3. *Tinginystė*

Ką nauja galima pasakyti apie tinginystę? Jūs ją patys puikiai pažįstate. Kai tik galų gale apsisprendžiate ką nors daryti, pavyzdžiui, pradėti sportuoti, ji iš karto pakužda: „Nuo pirmadienio...“ Net jeigu didvyriškai atsilauksite prieš pirmąją jos klastą, žinokite, kad kiekvieną kartą, kiekvieną akimirką ji meiliai patarinės nedaryti šiandien to, ką nusprendėte, nes kaip tyčia pradėjo lyti, dabar esate pavargęs, nėra nuotaikos ir šiaip – juk jūs NETURITE LAIKO. Jūsų tingėjimas, tarp kitko, maitina visą pramonę, kurią sugalvojo nekvaili žmonės, žinantys šią nelemtą savybę. Jums per televiziją rodo stebuklingas kojines ir glaustinukes, kurias užsimovusi tapsite liekna, unikalų aparatą, kurio vibracija užaugina raumenis. Tad kam eiti į sporto salę, jei galima nenulipus nuo sofos ir neatsitraukus nuo televizoriaus turėti puikią figūrą. O kam treniruoti, pavyzdžiui, nugaros raumenis? Padovanokim vieni kitiems *kosmodiską*. Ir taip toliau, ir panašiai...

4. Baimė arba nuolatinis nerimas

Šis blokas yra kone pavojingiausias. Žinoma, nerimas ir agresija yra pačios gamtos žmogui įdiegtos emocijos, net būtinos išgyvenimui. Tačiau kai jos viršija normalų lygį, jau tampa liga, kurią iš pradžių labai sunku nustatyti. Vienoje iš savo knygų psichologijos, teologijos ir filosofijos mokslų daktaras, kunigas Giuseppe Colombero rašo, kad nerimas visiškai suardo protą, nes kamuoja be perstojo ir vargina ne tik vargšą ligonį, bet ir šalia esančius. Iš visų neurozės formų nerimas yra labiausiai užkrečiamas ir labiausiai įtraukia aplinkinius. Baimė pridaro vargšui žmogeliui trejų šunų būdą: jis iš anksto rūpinasi dėl problemų, sukaupia jas į krūvą, tarsi reikėtų visas jas spręsti iš karto, ir išpučia jas taip, kad nebežinodamas kaip jų atsikratyti, tiesiog paskęsta ir uždūsta jose. Vienas iš žymiausių medikų ir filosofų Avicena atliko eksperimentą: į vieną narvą pasodino aviną, o į kitą vilką, ir pastatė narvus netoli vienas nuo kito. Po trijų dienų avinas padvėsė. Štai kaip negailestingai baimė išsiurbia gyvybinę energiją, reikalingą tiek gerai sveikatai, tiek sėkmingam likimui formuoti. Žinoma, reikia spręsti iškilusias problemas, bet tai daryti ramiai, be įtampos ir nuolatinės panikos. Norint išbristi iš klampaus baimės liūno reikalingas gelbėjimosi būdų kompleksas:

1. Sportas

Nuolat nerimaudamas ir stresuodamas žmogus kraujyje kaupia adrenaliną, kurio cheminė formulė labai panaši į cholesterolio, labai kenkiančio sveikatai. Sportuojant šis kenksmingas adrenalinas dingsta iš organizmo, žmogus pasijunta sveikesnis ir žvaliesnis.

2. Mityba

Daugybė šaltinių teikia žinių apie įvairiausias dietas; mano nuomone, pernelyg uoliai jų besilaikantys žmonės dažnai atrodo, švelniai tariant, nelabai sveiki, tad paprasčiausiai patarčiau žiūrėti, ką valgome, ir niekada nepersivalgyti, ypač vakarais, nes maistas vis dėlto daro tiesioginę įtaką mūsų vidinei būsenai.

3. Savitaiga

Kiekvieną vakarą prieš miegą ar ryte ką tik atsikėlę atsipalaiduokite ir ramiai, įtikinamai pasakykite sau, kad vidinė ramybė bei harmonija jus lydės visur ir visada. Jūs žinote ir jaučiate (patikėkite), kad kažkas iš aukščiau Jumis labai rūpinasi. Padėkokite Jam. Atliekant šiuos pratimus labai svarbi vidinė būseną. Dėkingumą, ramybę ir pasitikėjimą turite pajusti emocijomis, ne tik suvokti protu. Darykite pratimą maždaug 5–10 min. Be to, užplūdus nerimui prisiminkite kurį nors iš šioje knygutėje

minėtų herojų ir palyginkite savo „katastrofišką“ padėtį su jo padėtimi. Atsiminkite posakį: „Jis labai jaudinosi, kad neturi naujų batų, kol nesutiko žmogaus, neturinčio kojų.“

Žinokite, *ne aplinkybės mus veikia, o mūsų požiūris į jas*. Kai prieš keletą metų aš praradau ne tik santaupas, bet ir laisvę (buvo ir tokia gyvenimo patirtis), galėjau rinktis, kaip reaguoti į šią situaciją. Gal kankintis, kad laisvėje liko šeima be pragyvenimo šaltinio, dukra be tėvo, o ir aš, vargšelis, juk ne į sanatoriją pakliuvau, taigi galiu sau leisti susirgti depresija ir visai palūžti. Tačiau pasirinkau kitą požiūrį. Sau ir savo artimiesiems pasakiau, kad žiūrėtų į šią padėtį taip, tarsi būčiau išvykęs į tobulinimosi kursus. Ir iš tiesų mano dienos kalėjime bėgo taip: sportas, užsienio kalbų ir ekonomikos studijos, jogos užsiėmimai, filosofinių bei psichologinių knygų skaitymas. Neturėjau nė minutės laisvo laiko. Šalia daugybė žmonių tiesiog akyse sunykdavo, nes rinkosi kitą požiūrį. Dėl to, kad šiandien esu visapusiškai sėkmingas, taip pat turiu būti dėkingas ir savo pasirinkimui ištikus minėtai problemai. Tai nereiškia, kad nereikia analizuoti klaidų ir daryti išvadų, tai reiškia, kad tai reikia daryti be kaltinimų, savigraužos, nerimo ir pykčio.

Kaip vyksta „stebuklai“

Nusprendę patobulinti savo figūrą, ateinate į sporto salę, treneris paskiria Jums tam tikrą treniruočių metodiką ir jau po kelių mėnesių džiaugiatės pirmaisiais kūno formos pokyčiais. Raumenys stangrėja, riebalai tirpsta, ir joks čia stebuklas, taip ir turi būti. Lygiai tas pats vyksta, kai dirbate tobulindami vidinius, nematomus dalykus, stiprindami savo dvasinį potencialą. Jeigu šiais laikais dar yra manančių, kad žmogus susideda tik iš kaulų ir mėsos, tai toks mąstymas visiškai... atsilikęs (galėčiau pasakyti ir gerokai šiurkščiau). Lavinant kūną ugdoma raumenų struktūra, o lavinant dvasią (šis žodis apima sąmonę, pasąmonę bei visas kitas sielos struktūras), šalinamos įvairios ligos ir gyvenimo nesėkmės, atkurama harmonija. Panaikinus trukdžius gyvybinei energijai laisvai tekėti į žmogų, pradeda vykti vadinamieji „stebuklai“. Tikriausiai nepradėsite levituoti (skraidyti) arba iš oro materializuoti daiktus, – palikime tai iliuzionistams. Bet pamatysite, kad kažkokiu būdu, lyg netyčia aplinkybės ir įvairios situacijos klostysis Jums palankia linkme. Tarsi savaime pranyks įvairios daugelį metų jus kamavusios ligos. Aplinkiniai taip pat jokio stebuklo neišvys. Jie tiesiog pagalvos, kad Jums pradėjo sektis. O kaip kitaip, juk vis atsiduriate „tinkamu laiku tinkamoje vietoje“, tuo sukeldami savo pažįstamiems susierzinimą.

Dėmesio! Tai svarbu!

Viskas, kas buvo išdėstyta pirmoje ir antroje knygoje, svarbu ir naudinga. Tačiau noriu atkreipti dėmesį į vieną momentą, apie kurį pirmoje knygoje buvau tik užsiminęs. Siekiant savo užsibrėžtų tikslų (nesvarbu kokioje srityje), labai svarbu taikyti Rytų filosofijoje ir religijoje taip vadinamą neprisirišimo dėsni. Krikščionybėje tai vadinama Dievo valios priėmimu. *Tai reiškia, kad bandydami įgyvendinti savo užsibrėžtus tikslus, Jūs aistringai jų siekiate, tačiau „neprilimpate“ prie laukiamo rezultato.* Todėl kad:

1. Prisirišimas prie rezultato stabdo patį procesą, sukelia nerimą ir alina organizmą, o tikslo nepasiekęs žmogus dažniausiai palūžta.

2. Kūrėjas iš savo gailestingumo matydamas, kad šis noras ar troškimas gali turėti žalingų pasekmių pačiam žmogui, tiesiog jį atitolina, duodamas šansą apsigalvoti. Taip kaip tėvai paslepia nuo mažo vaiko saldinius, atima degtukus ir aštirus daiktus. Tikriausiai tuo metu mažyliui atrodo, kad tėvai – sadistai, o gyvenimas žiaurus ir negailestingas, kuris neleidžia realizuoti jo svajonėms. kažkas juokaudamas pastebėjo, kad yra dvi kančios formos, tai – neišsipildžiusios svajonės ir išsipildžiusios, beje, antroji blogesnė už pirmąją.

Dažnai net liga arba nesėkmė duodama tam, kad žmogus atsitokėtų ir iš naujo įvertintų visus savo norus ir vertybes. Dažniausiai liga ar kita problema – tai tarsi užsidegusi išpėjamoji lemputė automobilio prietaisų skydelyje, kuri rodo esamą ar galimą variklio gedimą. Supraskite, Dievas ne koks sukriošęs senelis, kuriam rūpi, kad tik visiems būtų smagu, – tai mylintis, bet griežtas Tėvas.

Iškyla logiškas klausimas, kaip atskirti elementarią kliūtį, kurią reikia tiesiog įveikti pakeliui į tikslą, nuo signalo, kad kažką darome ne taip. Tai žodžiais paaiškinti neįmanoma. Šis suvokimas įgyjamas tik tuomet, kai bandai pažinti Kūrėją. O jį pažinti gali tik per tikėjimą. Be šio pažinimo jokios psichologijos, modernios sistemos, jogos, joks neurolingvistinis programavimas, pozityvus mąstymas, astrologija, koučingas ir t.t. jums nepadės. Ši pažinimo sritis priklauso teologijai, religijai. Galime (kaip dabar madinga) vykti į Indiją ar Tibetą ieškoti išminties, bet geriau paklausti Tibeto dvasinio lyderio Dalai Lamos, kuris ne kartą teigė, kad labai nepatartina bandyti pažinti Dievą per religijas, kurios išpažįstamos ne tavo krašte, kadangi greičiausiai Jums nepasiseks. Beje, šioje srityje turėdamas nemažą patirtį galiu teigti, kad Krikščionybė yra viena iš moderniausių religijų, nors šiuo metu ir krečiama įvairių skandalų. Tačiau reikia atskirti pačią Krikščionybę nuo neteisingo jos traktavimo arba nuo kai kurių dvasininkų nederamo

elgesio. Bet kiekvienas tegu renkasi savąjį kelią. Kalbant paprasčiau, tikėjimas – tai instrukcija, kuri paaikškina, kaip naudoti labai sudėtingą mechanizmą, kurio pavadinimas – žmogus. Tačiau ši tema labai sunki, man net seminarų ir privačių konsultacijų metu sunkiai pavyksta išaiškinti šią svarbią, sakyčiau, net esminę temą. Tai būtų tas pats, jeigu gimnastas Jums žodžiais bandytų paaikškinti, kaip daromas kūlverstis ore. Vien tik jį išklause, atkartoti šio veiksmo negalėtumėte. Be to, nelabai ką ir suprastumėte. Todėl šiame elektroninės knygos variante tik parodau kryptį. *Pagrindiniai pokyčiai vyks tik tada, kai pažinsit Kūrėją. Pažinti Jį įmanoma tik užmezgus su Juo santykį. Santykį užmezgti įmanoma tik bendraujant su Juo kaip su Asmeniu. Tai yra visa ko pamatas.* Nestatykite savo gyvenimo be pamatų. Pradėkite nuo jų. Todėl daugelio sistemų, ezoterinių ar kitų dvasinių knygų autoriai nors ir gražiai kalba apie harmoniją, sielą, laimę, Dievą, bet dažniausiai tai tik tušti žodžiai, kadangi rašantieji patys nelabai suvokia, apie ką šneka ir norima vertina kaip esama. Žmogus, prisiklausęs tų nesąmonių, pradžioje būna pakylėtas ir susižavėjęs dėl saldaus įsikalbėjimo, vėliau nusivylęs ir palūžęs. Apie tai labai aiškiai pasakyta Šv. Rašte „*Kai aklas veda aklą, abu atsiduria griovyje.*“

Atsiminkite: jeigu ieškosite sėkmės, finansinės laisvės, ramybės, harmonijos, galios, – nerasite nieko. Ieškosite Kūrėjo

– atrasite visa kita. Šia tema puikiai pasakė vienas iš įžymiausių dvidešimto amžiaus rašytojų L. Liuisas: „Ieškosite žemės, nerasit nieko, ieškosite Dangaus, gausit ir žemę“. Ir tai jau neįtelpa į tokią sąvoką, kaip „Visatos dėsniai“. Kūrėjas – ne dėsnis, tai Asmuo, ir, duok Dieve, greičiau Jums Jį pažinti. „Pirmiausia ieškokite Dievo karalystės, visa kita bus pridėta.“ (Šv. Raštas ...)

Praktinę dalį norėčiau pabaigti gražiu palinkėjimu, kurį parašė vienas vienuolis daugiau kaip prieš tris šimtus metų, tačiau tai aktualu ir šiais laikais.

Eik ramiai per pasaulio triukšmą ir skubą, prisimink – ramybė egzistuoja tik tyloje.

Nebūk priešiškas, su visais stenkis palaikyti kuo geresnius santykius.

Savo tiesas sakyk ramiai ir aiškiai, bet ir kitus stenkis išklaudyti, net ir tuos, kurie kalba nemokėsiškai.

Venk triukšmingų ir agresyvių žmonių, jie žeidžia tavo dvasią. Nelygink savęs su niekuo – Tu rizikuoji pernelyg nusizeminti arba išpuikti. Visada atsiras didesnis ar mažesnis už Tave.

Su džiaugsmu kurk planus, su džiaugsmu juos įgyvendink. Kad ir koks kuklus būtų tavo darbas, nepamiršk siekti žinių ir tobulėti. Tai vienintelė vertybė permainingoje laiko tėkmėje.

Būk atsargus, nes pasaulis pilnas klastos. Bet nebūk uždaras egzistuojančioms dorybėms; daug žmonių aplinkui siekia aukštų idealų; gyvenimas reikalauja didvyriškumo.

Būk pats savimi, niekada neišduok draugystės.

Nebūk cinikas mylėdamas. Meilė visada vienintelė, nepaisant visų nusivylimų ir sudužusių vilčių, ji amžina kaip žolynai.

Geranoriškai priimk laiko patikrintus patarimus. Stiprink savo dvasines galias, kad nepalūžtum ištiktas staigios nelaimės.

Tik nesikrimsk dėl neįvykdomų svajonių, tai gimdo nuovargį ir vienatvę.

Gyvenimo taisyklės suprask protingai, būk švelnus pats sau. Tu esi Visatos kūdikis, lygus su medžiais ir žvaigždėmis. Tu turi teisę čia būti. Nepaisant visų klastų, varginančio triūso ir sudužusių svajonių, pasaulis yra gražus.

Įsidėmėk tai ir stenkis būti laimingas.

Pirmiausia žmogus turi ieškoti tiesos, o ne galios, sėkmės, savirealizacijos. Atradęs tiesą, atras ir visa kita. Antraip bus tik apgaulingas ir saldus įsikalbėjimas pradžioje ir didelis nusivylimas gale. O tiesa, kaip ir laisvė, atrandama tik pažinus Kūrėją.

Knygą „Laumžirgio istorijos“ galite įsigyti
www.laumziris.com

Norint nemokamai gauti trumpas ištraukas
iš knygos „Laumžirgio istorijos“, registruokis
www.laumziris.com > **Naujienlaiškiai**

Daugiau įdomių istorijų
www.laumziris.com > **Įdomios istorijos**

Persiųsk draugui