

VAIRĀKUS GADUS LITA RUBENE MAN BIJA ZINĀMA KĀ CILVĒKS, KURŠ VIENMĒR BIJIS KLĀT MEDITĀCIJAS RETRĪTOS JURA UN INGAS RUBEŅU IZVEIDOTAJĀ ELIJAS NAMĀ. ŠOVASAR VIŅU IEPAZINU VAIRĀK, JO CIEMOJOS LŪŽŅAS STACIJĀ, KUR LITA UN VIŅAS VĪRS FILIPS ATTĪSTA GARĪGO PRAKŠU CENTRU. IZRĀDĀS, KA COVID-19 IEROBEŽOJUMU DĒĻ STACIJA IR VIENĪGĀ VIETA PASAULĒ, KUR ŠOGAD NOTICIS JAUDĪGS VĪZIJAS MEKLĒJUMU JEB *VISION QUEST* RETRĪTS DABĀ UN PATI STACIJAS SAIMNIECE TAJĀ IR PIEDALĪJUSIES. LITA ARĪ IR PIRMĀ SIEVIETE NO LATVIJAS, KURA IR PIEDALĪJUSIES PAZĪSTAMĀ DZĪĻU PSIHOLOGA BILA PLOTKINA *ANIMAS VISION QUEST*.

Teksts Dace Akule

# LAUT DABAI SEVI ATVĒRT


## ATGŪTIES NO IZDEĢŠANAS UN ATTEIKTIES NO ĒRTĀS DZĪVES

– Jau vairāk nekā gadu tu Kurzemes neskartās dabas vidū, Lūžņā, darbini Staciju, kur notiek meditācijas un dabas retrīti, kā arī ir iespējams padzīvot klusumā. Kā tu nonāci līdz tās izveidošanai?

– Tas bija liels pagrieziena punkts manā dzīvē, zināmā mērā kā ceturtais bērns. Šis projekts neauga tikai no manis – tas ir mūsu abu ar vīru projekts, kam jānotiek caur mums. Stacija ir zināms objekts Lūžņas vai Elijas nama viesiem. Laiku pa laikam, ejot garām, piezagās doma – te varētu kaut ko veidot. Ļoti īpaša, meža ieskauda, skaista un klusa vieta. Teritorija likās tik plaša – kam gan citam tā varētu kalpot? Bet apslāpēju šīs domas, jo visa dzīve bija Rīgā, šādas teritorijas attīstīšana un projekta izveide likās pārāk tālu no realitātes – neticami un neiespējami. Tad nāca

dziļāks impulss, kas uzrunāja un mērķtiecīgi norādīja, ka tomēr šī būs tā īstā vieta, šis ir pareizais ceļš un ir jādara. Zināmā mērā tāds dvēseles aicinājums vai pat kliedziens... Zīmīgi, ka domas, lēmums un aicinājums nāca vienlaicīgi – burtiski mēneša laikā – gan man, gan vīram. Noticēju un saklausīju dziļu aicinājumu, kuru nekādā veidā nemēģinājām ielikt biznesa shēmās un analizēs, jo tas nav iespējams. Saprātu mērķi, pieņēmu aicinājumu, piekritu un metos iekšā. Sākotnēji bija plāns to attīstīt, lai varētu rīkot dabas jeb *SoulCraft* retrītus – vieta ir izcili klusa, ļoti autentiski spēcīga un piesātināta ar tīru dabas enerģiju. No viena stūra sākām iekopt teritoriju, ar laiku visa stacija sevi sāka izgaismot aizvien skaidrāk. Pati vieta bija izslāpusi pēc transformācijas. Sākām ar Klusuma staciju, kas bija manis lolotais projekts. Jo caur šādu praksi pati atguvos, kad saskāros ar tik ļoti populāro izdeģšanas





"Sapratu, ka negūstu prieku un gandarījumu, lai gan esmu sasniegusi visus izvirzītos augstos mērķus."





"Daba ļoti spēcīgi atspoguļo to, kas mūsos notiek – īpaši rūpīgi apslēptās lietas –, tāpēc cilvēki nonāk pie dziļiem secinājumiem un atziņām."



sindromu. Vēlējos, lai cilvēkiem šeit būtu vieta, kur var atbraukt un apstāties klusumā – medītēt, rakstīt grāmatu, staigāt pa mežu vai būt citu cilvēku un kairinājumu netraucētam personīgajā telpā. Šāda vieta cilvēkam nepieciešama, lai strādātu ar savu dienasgrāmatu, sapņiem, mērķiem vai gluži vienkārši integrētu dzirdētās lekcijas, kuras ikdienas steigā tik ātri pazūd.

**– Tad tev arī ir izdegšanas pieredze?**

– Jā, es esmu šīs paaudzes cilvēks. (*Smejas.*) Tas vienkārši bija manas dzīves transformācijas brīdis. Sapratu, ka negūstu prieku un gandarījumu, lai gan esmu sasniegusi visus izvirzītos augstos mērķus. Turklāt ar uzviju! Viss likās izcili, kā pēc grāmatas. Bet tik un tā miera nebija.

Pat vēl vairāk – nospiežot iekšējo balsi, tā enerģija tērējas destruktīvi, cilvēks kļūst nelaimīgs ar visu to, kas un kā notiek. Nereti piezogas slimības. Mammās nabassaite ir tik spēcīga, ka slimo arī bērni... Un tad sāk uzdot jautājumus un meklēt. Kas notiek? Vai pareizāk sakot – kāpēc? Bet, lai saklausītu atbildi, ir jāiet cauri tam, ko Bils Plotkins sauc par pazemes posmu. No savas pieredzes varu teikt, ka šis ir ļoti personisks ceļš, kur neviens cits nevar tavā vietā pieņemt lēmumus vai palīdzēt. Tas esi tu pats, un šī ir tava dzīve, kuru pats esi izvēlējis. Tavs personīgais ceļš, kuru ej, un vari to darīt tikai ar atvērtu sirdi. Pat ja tiks ievainots, tas ir tā vērts.

Toreiz man bija īpašs aicinājums pabūt vienai un, meklējot vistālāko pasaules punktu, kurp varētu aizmukt, es aizmuku uz vietu, kas man bija un ir pazīstama vairāk nekā 10 gadu... (*Smejas.*) Savi meži, sava sirds vieta, sava dvēseles vieta. Tur, esot pilnīgā vienatnē, bija iespēja izklāt un caurskatīt savu dzīvi. Apzināties, no kuras vietas ir pieņemti lēmumi un ka laiks pieņemt jaunus. Atlaidu svarīgu savu dzīves daļu – sapņu darbu Rīgā izcilā klīnikā. Biju gatava atdot ierasto, stabilo un ērtu dzīvi, aizvēru tās durvis, lai atvērtu citas – kādai jaunai vietai, idejai un formai. Kamēr nenoslēdz sevī esošo posmu, cilvēks uz visu skatās caur duālistisku prātu, ļoti šauri, nespējot uztvert neko jaunu, kur nu vēl kādus dziļākus aicinājumus sevī. Tās ir kā prāta lamatas, kur visa aktivitāte notiek mentālajā plaknē, bez emocionālas vai garīgas klātbūtnes. Tad šajā vienatnē sev prasīju – vai nu es mainos, vai padodos? Bet šeit un tagad.

**– Tad sanāk, ka Stacijā tu kaut kādā ziņā nodod savā pieredzē iegūto instrumentu kopumu citiem cilvēkiem, kas varbūt iet līdzīgu ceļu?**

– Zināmā mērā es tev piekritu, bet neliekas pareizi to tā saistīt ar sevi. Lai gan šis ir mans stāsts un

pieredze, bet, tā kā man patīk analizēt procesu un rezultātu, tad redzu šo kā efektīvu metodi. Jutu, ka gluži vienkārši ir jānodod tālāk, respektīvi, ir jābūt tādai vietai kā Stacija, kur ir daudz dažādas prakses, un es varu būt vienīgi cilvēks, caur kuru šāds plāns notiek. Mēs daudz runājam par to, kas ir apzinātība, un sākam ar jautājumiem, kas es esmu, kas ir mana dzīves jēga? Bet, kad šī atbilde atnāk, izliekamies, nedzirdam vai nepieņemam to. Tad šādas personīgas garīgas prakses palīdz šķērsot līniju un ļauties pārmaiņām.

**DABA ATSPUGUĻO, KAS NOTIEK MŪSU IEKŠIENĒ**

**– Pastāsti, lūdzu, vairāk par *SoulCraft* jeb dvēseles mākslas konceptu. Ko tas ietver?**

– Pamatā tā ir saruna ar saviem iekšējiem dziļumiem. Skaidrs, ka mēs nesastāvam tikai no emocijām, ķermeņa vai mentālās inteliģences, bet ir arī garīgā (dziļāka, nezināma) komponente. *SoulCraft* māca caur dabu veidot dialogu ar mūsu dziļāko patību. Redzi, tā ir personiski ļoti

"Nepadevos un ilgi strādāju ar to, kāpēc mežs mani šķietami atgrūda, koki ar mani nerunāja un visi Lūžņas odi koda."

intīma un spēcīga pieredze. Līdzīgi kā bērna ienākšana – nav dabā paredzēts, ka minūti pēc dzemdībām māte skrien pa visu pasauli atrādīt savu mazuli. Ir šī personiskā atziņa vai vēstījums, kuru saņemam, bet, lai līdz tam nonāktu, ir nepieciešamas pareizas metodes un vide. Tā ir daba un skolotājs (*SoulCraft* praksē – gidi jeb pavadoņi) ar konkrētiem impulsiem. Īsumā – dzīvi un vērtību mainoša prakse, ja vien esi tam gatavs.

Uzdevumi vai aicinājumi pirmajā brīdī liekas ļoti vienkārši vai – tieši pretēji – pārāk sarežģīti, bet tomēr stāsts ir par tavu iekšējo daļu un procesu refleksiju caur dabu. Par jautājumiem un atziņām, kuras tev rodas brīdī, kad tik šķietami bezmērķīgi kļīsti pa mežu. Ikdienā mēs neesam gatavi risināt un uzdot sev jautājumus, kas notiek, kāpēc tā jūtos, kāpēc šādi reaģēju?

Šīs nav lekcijas, kuras rūpīgi noklausies un maini savu domāšanu, bet gan prakse, kur pats dodies ceļojumā ar gidu dotajiem instrumentiem un metodēm. Daba ļoti spēcīgi atspoguļo to, kas mūsos notiek – īpaši rūpīgi apslēptās lietas –, tāpēc cilvēki nonāk pie dziļiem secinājumiem un atziņām.

– Šī virziena pamatlicējs ir amerikāņu psihologs Bilis Plotkins, kura jaunākā grāmata **Mežonīgais prāts mani ļoti uzrunāja ar fokusu uz dabas neaizvietojamu lomu personības veseluma veidošanā.**

– Mūsdienu kultūrā ir laikmets, kad cilvēks ir aizgājis tik tālu prom no tā, kas ir paties un īsts... un no sevis. Bet katrā no mums ir daļa, kura sāk izgaismot lielāku vilkmi atgriezties pie pirmsākumiem – pie savas iekšējās autentiskās puses. Patiesa daba nav mākslīgi radīta, tā ir tīra enerģija, tā rezonē un nes sevī gan atbildes, gan dziedināšanu, gan mieru, gan klusumu... Daba ir skolotājs. Redzams un taustāms. Caur vērīgumu un patiesumu var nonākt līdz dziļām atziņām un atbildēm.

Atceros savu pirmo *SoulCraft* – tas nebija vienkārši. Viens no pirmajiem impulsiem bija doties dabā un sajust punktu, kur satiekas divas pasaules. Es toreiz staigāju, odi kož... Tu redzi: mežs kā mežs, koki – brūni, sūna – zaļa, tu nemaz nespēj atvērties, lai sajustu dziļāk, lai redzētu dziļāk, lai

“Baiļu sajūta bija tik spēcīga, ka tas noveda pie padošanās procesa.”

nomierinātos, apsēstos un vienkārši būtu. Viss sāk kaitināt. Kur ir mana teorija, kur ir mana analīze un secinājums... pilnīga izgāšanās. Dusmas un asaras. Nu, nespēju ar tādu baudu un mirdzošām acīm kā citi dalībnieki stāstīt savu stāstu. Nevārēju un nebiju gatava atvērties jaunai pieredzei un sajūtai. Taču nepadevos un ilgi strādāju ar to, kāpēc mežs mani šķietami atgrūda, koki ar mani nerunāja un visi Lūžņas odi koda. (*Smejas.*) Otrajā gadā biju gatava piedalīties pilnvērtīgi un sapratu, kā šī sistēma man strādā.

– **Šis ir vēstījums, ka dabā un ekosistēmā, kuras sastāvdaļa mēs esam, ir bagātība, kas ir pieejama ikvienam. Tā tad jautājums ir tikai – vai mēs to redzam?**

– Dabas šarms slēpjas tajā, ka tā ir tik dažāda, piesātināta un asimetriska. Tur vienkopus ir gan nomiris koks, gan tikko izspraucies zaļš asns. Aiz vārda *bagātība* slēpjas visas šķautnes, un tajā ir spēcīga dzīvības enerģija, bet kas mūs atgrūž to uztvert? Vai tās ir bailes? Vai drīzāk kontrole – gribam redzēt, kur liekam to soli, un paredzēt, ko redzēsīm, un zināt atbildi, kāpēc to redzam... (*Smejas.*) Tajā pašā laikā, atskatoties uz savām bērnu dienām, – kādu prieku sagādāja ielēkt abām kājām dziļajā peļķē un priecāties par to!

Jūrā ierakties smiltīs, piebērt pilnus matus un peldkostīmu, kas, protams, bija liegts. Peldēties, kamēr trīci no aukstuma. Šie instinkti un vēlme ir bijusi pārāka par racionālo lēmumu, jo caur to arī savienojos ar dabu. Emociju izlāde un piepildījums ar jaunām, dzīvām un skaistām sajūtām. Daba brīnumaini spēj *iztriggerēt* (iekustināt – red.) emocijas un problēmas, ko sevī nes, ko tu pats mēģini apspiest un kontrolēt. Tā vienkārši ir krietni spēcīgāka un efektīvāka par cilvēku. Dziedina dvēseli, pat ja to nenojaušam.

#### VISPERSONISKĀKĀ, TRANSFORMĒJOŠĀKĀ PIEREDZE – VĪZIJAS RETRĪTS

– **Tas, ko tu šovasar esi piedzīvojis, ir padziļināts retrīts – *Vision Quest* (vīzijas meklējumi), kur ir gan iešana dabā uz vairākām dienām un naktīm vienatnē, gavēšana, ceremonijas, dejas, dzeja, darbs ar sapņiem... Pastāsti, lūdzu, cik tu vari izstāstīt, kā tu tam gāji cauri?**

– Gan dzeju, gan dejas, gan bungu rituālus, dziedāšanu ietver arī piecu dienu programma. Tās ir metodes, kuras palīdz cilvēkam vieglāk atvērties. Tā ir izkāpšana ārpus savām robežām, ārpus tā, kas tu ikdienā esi – tas kontrolētais, strukturētais cilvēks –, atverot sevī tā saukto mežonīgo pusi, kas ir ļoti kreatīva un unikāla. *Vision Quest* programma pēc struktūras ir citāda – tā vairs nav piecu dienu, bet 11 dienu programma. Ar intensīvu sagatavošanās posmu, kur būtībā tevi gatavo nomiršanas procesam, tad ir trīs dienas un nakts mežā, kuras tu pavadi viens pats, gavējot, bez telts un ugunsкура. Bet arī tam tevi gatavo. Tā ir ļoti spēcīga, intensīva 11 dienu programma, īsta pieredze, no kuras tu atgriezies jau pilnīgi citā formā un pilnīgi cits cilvēks. Ar savu nokāpšanas pieredzi, kur tavš liecinieks ir bijusi pati dabas māte.

Meditācijas pieredze man ir vairāk nekā 10 gadus. Tā ir neatņemama manas ikdienas sastāvdaļa. Pēdējos trīs vai pat četrus gadus paralēli praktizēju arī citas garīgās prakses, kuras saistās gan ar saviem garīgajiem ceļiem, gan arī ar Stacijas attīstīšanu. Visas ir bijušas ļoti intensīvas, piesātinātas ar atziņu virsotnēm, bet šī, iespējams, ir vispersoniskākā pieredze. Mani pārsteidza tas, cik smalki *Vision Quest* ved uz dvēseles telpu – vispersoniskāko garīguma ceļu! Teorija jau visiem ir skaidra, bet praksē mēs neesam spējīgi nekam, jo visu cenšamies kontrolēt. Iespējams, visbiedējošākais bija tas, ka vecajai struktūrai ir jānomirst. Lai tam izietu cauri, ir vajadzīga drosme un mīlestība. Man tā bija īsta un patiesa iniciācija, – ar visām formām, sajūtām un meto-



dēm. Viena pati meitene tumšā mežā... (Smejas.) Gavējot dabā, ķermenis pamatīgi novārdzis...

Mūsu grupa piedzīvoja īstu stihiju pieskārienu – negaisu. Saliju, izmirku, nosalu. Baiļu sajūta bija tik spēcīga, ka tas noveda pie padošanās procesa. Un, tikai atstājot veco čaulu un saplūstot ar visu vienoto sistēmu, aptvēru savas dvēseles un dzīves patiesumu. To milzīgo mīlestību, kura manī mīt. To spēku, kas asinīs plūst. To enerģiju un pateicību par visiem man mīļajiem apkārt. Cik skaistā un varenā pasaulē mēs dzīvojam.

Es domāju, ka nekādā citādā veidā pie šādām atbildēm, impulsiem, tādas laimes vai pateicības par šo dzīvi līdz šim nebiju nonākusi un diez vai tas arī ir iespējams. Šeit tu esi viens ar savām vislielākajām bailēm, kas, protams, esi tu pats. No kā tad tu baidies? No sevis, no tā, ka tu varētu par sevi kaut ko uzzināt. Milzīgs pagrieziena punkts un atziņu kopums – ne tikai informatīvajā līmenī, bet arī pieredzē.

**– Tu saki, ka retrītā notiek vecā konstrukta miršana. Vai tas nozīmē, ka šajās 11 dienās ir arī iebūvēta sērošana par veco pirms pāriešanas uz jauno konstruktu un arī ievainojamība, lai tu būtu tik atvērta iešanai cauri šim procesam?**

– Jā, nāves tēma ir ļoti svarīga *Vision Quest* laikā, bet tā nebūt nav vienīgā. Vairākas dienas tevi ar dažādiem ļoti precīziem uzdevumiem gatavo tam, ar ko saskarsies, esot vienatnē. Arī ar nāvi. Šobrīd, Covid-19 laikā, šķiet, ka nāves tēma vibrē gaisā, bet patiesībā tā vienmēr ir bijusi, tikai citā formā. Labi zinām, ka katru minūti mūsos kas nomirst un arī kāda dvēsele aiziet. Tāds ir tas plāns. Esam šeit vien noteiktu laiku. Taču *Vision Quest* pieskāriemā tēmai, kā uztvert emocijas, kas tev rodas – kuras ir patiesas un nav jāatgrūž, šī situācija tevī kaut ko nes utt. Trīs dienas tevi gatavo šim procesam – tā ir neatņemama sastāvdaļa. Tu esi vistiešākajā saskarsmē ar kādu savu sistēmu vai citu lietu aiziešanu un atlaišanu. Caur to arī notiek U pagrieziena, transformācijas brīdis, kad tu pieņem, atdodies procesam un atdod kontroli, pretējā gadījumā vēl mēģini savu slikstošo kuģi vadīt. Vistīrākais tu pats esi brīdī, kad pilnībā atdod savu kontroli un ļaujies mīlestības spēkam, kurš tevi vada.

Pieredze ir dažāda – kādam daba ir bijis kā mātes klēpis, kas sargā, un sajūta bijusi ļoti droša, lai izdzīvotu sevī kādu lielu pagriezienu un atļautos būt tāds, kāds tu esi. Manā gadījumā tas nostrādāja otrādi – es caur bailēm un ķermeņu sabrukumu nonācu līdz savam nokāpšanas procesam, jo ķermenis bija tik spēcīgs, ka kontrolēja līdz pēdējam brīdim un neparko nevēlējās

"Tikai atstājot veco čaulu un saplūstot ar visu vienoto sistēmu, aptvēru savas dvēseles un dzīves patiesumu."



TU LŪDZI  
ES DEVI  
TU ATBILDĒJI, JĀ  
ES ATĻĀVU  
TU NOKĀPI  
ES PIEDEVU UN TEVI PACĒLU  
TU IEMĪLĒJI  
GAN SEVI, GAN VIŅU, GAN VIŅUS

L. RUBENE

"Tu esi viens ar savām vislielākajām bailēm,  
kas, protams, esi tu pats. No kā tad tu  
baidies? No sevis, no tā, ka tu varētu par sevi  
kaut ko uzzināt."

padoties. Bet padevās. Un šeit arī notiek dziedāšana. Tā laikam ir tā dziļākā būtība – pieredzēt! Ir kaut kam sevi jānomirst, lai kaut kas jauns piedzimtu. *Vision Quest* ļauj to praktiski piedzīvot un izdzīvot.

Ir pieejamas daudzas labas lekcijas, izcila literatūra, bet kādā brīdī tu tāpat atdursies pie tā, ka ir nepieciešama prakse. Tu nevari izaugt, ja nepraktizē.

#### – Kāpēc šajā retrīta nosaukumā ir vīzija?

– Ļoti bieži vīzija sasaucas ar jautājumu, kuru esi uzdevis retrīta laikā. Vīzija ataino lielākus dziļumus un skaidrību par dzīves mērķi un nozīmi. Prāts nemaz nav spējīgs tik tālu un patiesi redzēt. Pat ja tu ļoti gribētu, apsēstos un mēģinātu redzēt vīziju – nē, tas tā nenotiek! Tā ir fantāzija. Prāta kastīte. Vīzija ir dziļa un smalka informācija. Ne visi redz vīzijas. Daži piedzīvo teksta formas atziņas, daži – kā dzejoli.

#### – Vai pēdējās retrīta dienās palīdz pārstrādāt to, kam tu esi gājusi cauri?

– Jā, tur būtisku lomu spēlē dalīšanās, kas notiek, gan gatavojoties, gan atgriežoties no būšanas dabā. Pirmkārt, tā tu spēj formulēt vārdos, ko esi redzējis, piedzīvojis, sajūti, – atdzejot, izdziedāt vai izstāstīt savu vīziju vai satraukumu. Otrkārt, tu no tikpat atvērta stāvokļa klausies citos dalībniekos, un ir atziņas, kuras spēj *ietulkot* savā pieredzē, lai atbildētu uz jautājumu, kurš karājas gaisā. Katrā dalībniekā tu nolasi informācijas lauku un vienoto sistēmu, kurā dzīvojam, uztver visu telpu, sajūtu, kas ir starp dalībniekiem. Tie stāsti un sajūtas ir tik skaistas!

Bet, iznākot ārā, pašam ir jāveido savas atziņas, secinājumi par to, ko ar šo pieredzi darīsi. Ko tu mainīsi un ko ienesīsi ikdienā. Tu nemaini dzīvi (ļoti, ļoti retos gadījumos to kāds dara, bet arī tam tad ir mērķis), bet izgaismo citas vērtības, notikumus un aspektus. Mainās vērtību sistēma. Tas ir vesels materiāls, ko esi ieguvis. Tā ir tava personīgākā dvēseles grāmata, ko tu esi izlasījis, kas ir reflektējusi un tajā brīdī savienojusies ar dabu, un tagad ir jādodomā, ko ar to visu darīt. Tas ir nākamais solis.

#### – Tā ir tava atbildība, ko no šīs pieredzes turpini savā ceļā – varbūt lietas, kurām jau tagad ir vieta, un lietas, kuras briedīs un izaugs vēlāk.

– Jā, tā ir atbildība. Un tava dzīve. Jebkurā gadījumā pārmaiņas tevī ir notikušas, un ar laiku tu saproti, ka kādas ierastās rīcības pēc šādiem lielākiem garīgiem pārmaiņu brīžiem ir mainījušās. Zemapziņā ir notikušas pārmaiņas, un tu mainies arī pats. Jautājums ir par integrāciju un laiku, jo tas prasa pacietību, – 11 dienās savu dzīvi tu

neatrisināsi, bet vilcienu uz pareizām sliedēm gan var uzlikt.

Atslēgvārds ir *iekļaušana*... Mēs esam tikai cilvēki ar saviem untumiem, ēnām, izdzīvošanu. Pēc laika arī tāda stipra pieredze kļūst aizvien tālāka un tālāka, un es negribu teikt, ka tā mums aizmirstas, taču – sajūtas, kas man bija uzreiz pēc *Vision Quest*, un sajūtas, kas man ir šobrīd, nav tādas pašas. Tā ir kā universitāte, kur esi ieguvis zināšanas un nes sev līdzi, tikai jāspēj tās pienācīgi izmantot. Bet katrā ziņā tas nenotiek tā, ka tu atbrauc uz Rīgu un saki – es pārdošu savu māju, mašīnu, suni, šķiršos, nomainīšu reliģiju un pie viena arī profesiju! (*Smejas*.) Jā, mēdz būt lieli solji, bet šeit ir stāsts par pašu cilvēku un viņa iekšējo aicinājumu, nevis faktoriem, kas to izraisa. Mēs visi esam cilvēki, mūsu dzīvotgriba un izdzīvošanas mehānisms ir sasaistīts ar realitāti un gana spēcīgi.

“Vistīrākais tu pats esi brīdī, kad pilnībā atdod savu kontroli un ļaujies mīlestības spēkam, kurš tevi vada.”

#### LAIME IR MĪLESTĪBAS IZPAUSME

##### – Pēc šīs pieredzes... Kas ir tava laimes recepte?

– Es par to bieži domāju – ko man nozīmē šis vārds un sajūta. Esmu sieviete ar savām emocijām un par to nekaunos. Mēdzu noskumt un būt melanholiska, bet, to apzinoties, nenosodu sevi, un tas nenozīmē, ka neesmu laimīga. Tā ir sajūta vai noskaņa. Turklāt to, kā definēt laimi un laimes recepti, nosaka mūsu attīstības stāvoklis un tā brīža vajadzības. Manī strādā tāds mehānisms – uzdot savam tumšākajam, dziļākajam punktam divus jautājumus: kas ir laime? (kā to redzu vai definēju šajā brīdī) un vai es esmu laimīga? Ir jāspēj veidot ar sevi dialogu. Ja tomēr ir – nē, tad jautāju, kāpēc, un ātri vien saprotu, kura daļa manī ir pateikusi nē. (*Smejas*.) Ir pilnīgi skaidrs, ka es esmu ļoti laimīga, jo jūtu sevi uz pareizā ceļa un esmu kontaktā ar sevi. Zinu, kas es esmu, zinu, kāpēc es esmu. Un es neesmu viena. Ar mani ir kas vairāk, un tā ir mīlestība. Šajā brīdī – šeit un tagad – laime ir apziņa, ka caur tevi var notikt tik skaists, liels projekts. Tu jūti, ka dari to no sirds, jo esi atradis savu centru un ej šo ceļu. Esi mierīgs un harmonijā ar dabu, kas apaug ar skaistu enerģiju un spēku. Laime ir mīlestības izpausme, kas rada gaismu un līdzsvaru starp dvēseli un dzīvi. ●