

I DALIS

NEMELUOKIM BENT SAU!

Egzistuoja du pagrindiniai žmonių tipai. Vieni priima tiesą, kurią skelbia, pvz. kokia nors religija, bet patys jos neieško, kiti neskuba tikėti ir patys ieško tiesos arba tampa ateistais (bedieviais). Aš ne ateistė. Man svarbu buvo išsiaiškinti, kas yra Tiesa. Štai kodėl aš ilgam „įklimpau“ į paieškas atsakymo, *kas yra šviesa*.

Jau rašiau savo knygoje „Šviesos Keliu“, kad Naujajame Testamente ŠVIESOS IDĖJA pakankamai ryški. Šviesos nevalia buvo ištrinti iš Tikėjimo simbolio, bet katalikai ją ištrynė. Jėzus atėjo, kad ją paskelbtų, o kažokie popiežiai ėmė ir ištrynė. Viskas yra surašyta. Prie tos temos dar grįšime. Tačiau krikščionims To buvo maža. Jie ėmė tarpusavyje ginčytis dėl ne pačių svarbiausių dalykų. Ypač juos jaudino *Dievo samprata*. Kaip Jį paaiškinti...Kas Jis? *Vienis* ar *Absoliutas*, filosofų dievas, o gal jo nebėra, gal jis „miręs“...Kai nėra Šviesos, Dievas tikrai miršta.



Pripažinti Jėzaus žodžius, kad **DIEVAS YRA ŠVIESA**, žmogaus protui buvo neįveikiama kliūtis. Tikras vargas. Matė Šviesą, bet jos neregėjo. Girdėjo Jo žodį, bet neišgirdo esmės. Kadangi krikščionybei didelės įtakos turėjo gnostikai, pitagoriečiai, platonikai,

neoplatonikai, vėliau augustinizmas/aristotelizmas, suprantama, kad atskirti pelus nuo grūdų buvo ir tebėra sunku.

Senovės žmonės, vadinami pagoniais intuityviai garbino būtent Saulės šviesą. O kad tiek meilės VISKAM turėtų krikščionys dabar, pasaulis būtų šviesesnis!!! Saulė jiems buvo visokios kūrybos pamatas, demiurgas tarp dangaus ir žmogaus, vienijantis visus žmones. Saulės garbinimas atvedė prie Vieno dievo idėjos. Nors tos senosios religijos išnykę, bet šiandien mokslo žmonės, gerai susipažinę su „materijos“ gelme, neabejoja, kad pavyzdžiui, senovės egiptiečiai, teisingai mąstė. Negi be Saulės įsivaizduojame savo egzistenciją? Argi jos elektromagnetinis spinduliavimas mūsų neveikia? Veikia. Ir dar kaip. Senovėje to nežinojo. Neduok Dieve, jei Saulė išmes ypatingai didelį savo „vėjo“ pliūpsnį, sutrikdys visą mūsų gyvenimą, visus stebuklingus mūsų išradimus, sproginės elektros pastotės ir atominės elektrinės. Ar tai bus ne pragaras? Ar jis neartėja? Kas gi yra klimato kaita? Visa „gamta“ priklauso nuo Saulės šviesos veikimo.

2007m. liepos 27d. rašiau:

Senasis testamentas, Naujasis testamentas...O ką gi reiškia žodis *testamentas*? Kalbininkai aiškina, kad testamentas – tai oficialus dokumentas, kuriame pareiškama kieno nors paskutinė valia. Paprastai žmogus testamentu pareiškia, kad po mirties savo turtą palieka, pvz., vaikams. Kokį turtą? Materialų. Ką reiškia materialus turtas? Negi žmogus daugiau nieko neturėjo, kad paliko tik materialų turtą, kuris su pačiu išėjusiuoju jau nieko bendra neturi? Ar iš tikrųjų žmogus žmogui palieka tik materialų turtą? Kad ir be testamento... Žinoma, kad palieka daug daugiau. Ne tik mielus prisiminimus apie praeitį, santykius, bet ir tą jausmą širdyje, kuris juos siejo. Meilę. Jeigu ji juos siejo. Gali palikti širdyje ir kraujuojančią žaizdą. Toks „testamentas“ lydi žmogų per visą gyvenimą ir skaudina...Visi rašytiniai, materialūs testamentai, sudega, supūva ir pavirsta į nieką. Išlieka tik Meilės Šviesa, kuri šildo širdį.

Yra Testamentas, kuris kaip visraktis atrakina visas slaptas duris, viską paaiškina ir sujungia. Tiems, kurie tiki Jėzaus Kristaus Žodžiu, gal vertėtų dažniau atsiversti Jo Testamentą, kurį tradiciškai vadiname Naujuoju. Tačiau kodėl gi tūkstantmečių bėgyje atsirado daug bažnyčių, o Jėzaus Testamentas buvo interpretuojamas ir papildytas svetimybėmis. Jo Žodis nublanko. Sunku būtų trumpai apibūdinti tas teologinio filosofavimo variacijas. Ir nėra prasmės. Kas leido protui kištis į Dievo Žodį? Tik prisiminkite, kiek buvo religinių karų, kiek žuvo kovotojų už „savo tiesą“? O kiek karų tebevyksta iki šiol? Vienas protas negali susitarti su kitu protu. Šviesa šviečia visiems vienodai, visus vienodai myli, bet žmonių giminė Ją ignoruoja.

Man prireikė daug laiko ir pastangų, kad atskirčiau pelus nuo grūdų: ką sakė JK ir ką su Jo Žodžiu padarė krikščionys. Taip, Dievas mums davė laisvą valią veikti, mąstyti. Tačiau seniai žinoma, kad žmogus savo laisve, laisvu mąstymu nukeliavo taip toli, kad grįžti prie Šaltinio tampa ne tik sunku, bet ir neįmanoma. Atstumas tarp žmogaus žodžio ir Dievo Žodžio yra be galo didelis. Dievo Žodis yra trumpas ir aiškus, skaidrus ir lengvai

suvokiamas. Jis skirtas kiekvienam. Dievo Žodžio nereiktų net aiškinti, analizuoti. Jis tiesiog skelbia Tiesą. Kodėl abejojate Dievo Žodžiu? Juo abejoti buvo **pirmoji nuodėmė**.

Antroji nuodėmė Dievo žodžio aiškinimas *pagal save*. Iš karto po JK Žengimo į Dangų, Jo sekėjai ir mokiniai suskubo skleisti ir aiškinti Dievo Žodį, kurį girdėjo. Tačiau jie nepakankamai Jį suprato ir ėmė komentuoti *pagal save*. Dvylikai buvo duota Šventojo Dvasia tai misijai atlikti. Tačiau į tą darbą įsijungė ir tie, kurie nebuvo pašvęsti. Pastarieji „be įgaliojimų“ ėmė skleisti Gerąją Naujieną *pagal savo supratimą*. Krikščionys siekė mokyti pagonis ir pametė siūlo galą žodžių raizgalynėje...Iš kitos pusės, nelabai išprusę, nelabai gerai supratę Dievo Žodį žmonės klydo ir klaidino kitus. Vienas per kitą, vieni per kitus skleidė pusiau tiesą arba net ir netiesą. Krikščionys pykosi, žudė vieni kitus, grupavosi pagal pažiūras. Ir tai tęsiasi. Kai kas drįso ištarti beprotiškus žodžius: *Dievas mirė*. (vokiečių filosofas J. G. Fichtė) Manote, kad nebuvo jam pritariančių? Buvo. Ir ne mažai. Niekam į galvą neatėjo, kad reikia PATYLĖTI, norint Dievą išgirsti ir Jo Šviesą savyje pamatyti.

Taigi, Bažnyčia, pastatyta ant Šviesos pamato, pamažu ėmė gramzti į tamsą. Atsirado daug mažų bažnyčių. Labai daug teologų. Ir kiekvienas su savo tiesa. Taip yra ir šiandien. Krikščionys nebegali susivienyti prie Šventojo Žodžio, yra susiskaldę ir netgi priešiški. Dievo Bažnyčios skilimas buvo **trečia nuodėmė**. Nutolimas nuo ŠVIESOS arba nuopolis atsispindi ir mūsų kasdieniame gyvenime. Šiuolaikinė krikščionių bažnyčia neturi lyderio. Ji serga, serga ir jos avelės.

Buvau sumaniusi paanalizuoti visų krikščioniškų bažnyčių koncepcijas, bet nutariau to nedaryti. Neverta. Nenoriu prisidėti prie dar didesnių įtampų ir neturiu teisės dalyvauti tokioje veikloje. Mano tikslas vienas – **padėkoti Viešpačiui už Šviesą, kurią radau savo širdyje ir Jo Žodyje**. Man nieko daugiau nereikia. O jūs tikėkite, kuo tikite, pats Dievas jus nuves pas save tinkamiausiu būdu.

Nepamirškite sakralinių žodžių, kurie vadinami Dievo Žodžiu. Iš tiesų, jei žinote Tiesą, – nemeluokite bent sau! Ramybės mums linkėjo Jėzus Kristus. RAMYBĖS.



Skaitykite dar ir dar kartą:

[Jn 8,12](#) Jėzus vėl prabilo: 'Aš - pasaulio **šviesa**. Kas seka manimi, nebevaikščios tamsoje, bet turės gyvenimo **šviesą**'.

[Jn 12,35](#) Jėzus jiems tarė: 'Dar trumpą laiką **šviesa** bus su jumis. Vaikščiokite, kol turite **šviesą**, kad neužkluptų jūsų tamsa. Kas vaikščioja tamsoje, tas nežino, kur eina. [McGee Jn 11,10](#), [1 Jn 2,11](#)

[Jn 9,5](#) Kol esu pasaulyje, esu pasaulio **šviesa**!'

[Job 38,19](#) Kur yra kelias į **šviesą**, kur gyvena tamsa?

[Job 22,28](#) Tu nuspręsi, ir bus tau, **šviesa švies** tau kelyje. [Pat 16,3](#)

[Jn 1,5](#) **Šviesa šviečia** tamsoje, ir tamsa jos neužgožė. [McGee](#)

[Lk 11,35](#) Todėl žiūrėk, kad **tavoji šviesa** nebūtų tamsa!

[Rom 2,19](#) Įsitikinęs, kad esi aklujų vadovas, **šviesa** tamsoje esantiems, [McGee](#)

[Pat 13,9](#) Teisiųjų **šviesa šviečia**, o nedorėlių žibintas užges.

[Ps 36,9](#) Tu turi gyvenimo šaltinį; **Tavo šviesoje matome šviesą**.

[Job 24,13](#) Jie sukykla **prieš šviesą**, nepažįsta jos kelių, neina jos takais. [Jn 3,19](#)

[Mt 5,14](#) Jūs esate **pasaulio šviesa**. Neįmanoma nuslėpti miesto, pastatyto ant kalno.

[Jn 1,7](#) Jis atėjo kaip liudytojas, kad paliudytų **apie šviesą** ir kad visi per jį įtikėtų.

[Jn 3,21](#) O kas vykdo tiesą, tas eina **į šviesą**, kad pasirodytų, jog jo darbai atlikti Dieve.

[Jn 1,9](#) Buvo **tikroji šviesa**, kuri apšviečia kiekvieną žmogų, ateinantį į pasaulį.

[Jn 5,35](#) Jonas buvo degantis ir šviečiantis žiburys, tačiau jūs panorėjote tik valandėlę jo **šviesa** pasidžiaugti. [McGee Mt 3,5](#), [Mk 6,20](#)

[Jn 12,36](#) Kol turite **šviesą**, tikėkite ją, kad taptumėte **šviesos vaikais**'. Tai pasakęs, Jėzus pasišalino ir pasislėpė nuo jų. [Jn 8,59](#), [Jn 11,54](#)

[Jn 12,46](#) Aš atėjau į pasaulį **kaip šviesa**, kad visi, kurie mane tiki, neliktų tamsoje.

[Ef 5,8](#) Juk kadaise buvote tamsa, o dabar **esate šviesa Viešpatyje**. Elkitės kaip **šviesos vaikai**,

[1 Jn 1,5](#) Tai yra žinia, kurią išgirdome iš Jo ir skelbiame jums, kad **Dievas yra šviesa** ir Jame nėra jokios tamsybės.

[Jn 3,20](#) Kiekvienas, kuris daro bloga, **neapkenčia šviesos ir neina į šviesą**, kad jo darbai nebūtų atskleisti.

[Apd 13,47](#) Nes taip mums liepė Viešpats: 'Paskyriau Tave, kad būtum šviesa pagonims, kad būtumei išgelbėjimu iki pat žemės pakraščių'.

[1 Jn 2,8](#) Ir vis dėlto rašau jums naują įsakymą, kuris tikras Jame ir jumoje, nes tamsa traukiasi, o tikroji šviesa jau šviečia. [Jn 13,34](#), [Jn 15,12](#)

[Mt 17,2](#) Ten Jis atsimainė jų akivaizdoje. Jo veidas švietė kaip saulė, o Jo drabužiai tapo balti kaip šviesa.

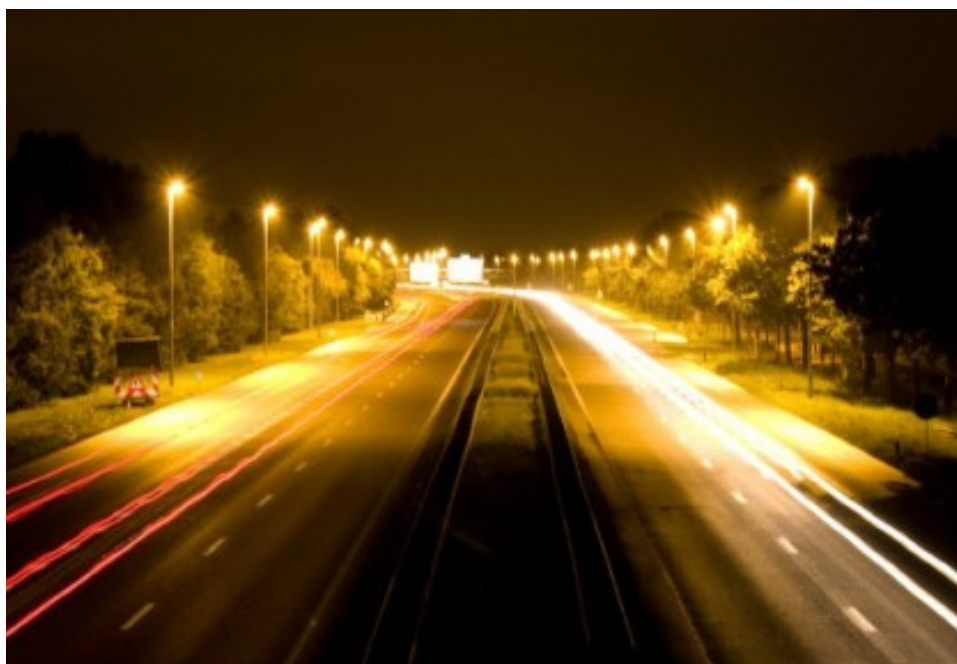
[2 Kor 4,6](#) Nes tai Dievas, kuris įsakė iš tamsos nušvisti šviesai, sušvito mūsų širdyse, kad suteiktų mums Dievo šlovės pažinimo šviesą Kristaus veide.

Amen.

DIRBTINĖS ŠVIESOS TARŠA

Mes džiūgaujame savo techniniais pasiekimais ir net nesusimąstome, kaip jie ardo aplinką, kuri mums turėtų būti šventa. Tenkindami tik savo poreikius, mes žudome gyvybę aplink save.

Tik prieš 100 tūkst. m. pr. m. e. išsivystė homo sapiens, mūsų tiesioginiai protėviai. Šiandien vadinti žmogų protingu, o juo labiau išmintingu yra sunku. Panagrinėkime žmogaus elgesį tik vienu aspektu: požiūriu į dirbtinės šviesos energijos panaudojimą savo komfortui. Šį tekstą radau savo archyvuose (daug metų kolekcionuoju įvairius tekstus apie šviesą). Tai moksliais tyrimais grįstas straipsnis. Mėgstame filosofuoti apie dvasingumą, dievą, jaučiamės daug pasiekę įvairiose mokslo srityse, bet tai, kas brangiausia – ŠVIESA - mūsų gyvybinės energijos šaltinis, liko be dėmesio ir pagarbos?



Gali kilti klausimas, ką galime mes kiekvienas padaryti, kad žemėje būtų daugiau natūralios tamsos? Gal nedegti vakare lemputės? Gal geriau užsidegti žvakę? Ypač bažnyčiose. Gal jų nebeapšviesti galingais prožektoriais, o gal geriau apšviesti savo vidų dvasine šviesa? Gal neberengti tų siaubingų „šviesos festivalių“ arba juos ignoruoti, gal...patys galvokite prieš paspaudžiant ant elektros mygtuko. Juk žmonės gyveno tamsoje, didžiulėse pilyse ir švietėsi tik žvakėmis.

.....

Kai mūsų protėviai tamsiaisiais tiesiogine prasme viduramžiais giedromis naktimis žiūrėdavo į dangų, jie galėjo matyti apie 14 000 žvaigždžių. Šiais laikais daugelyje miestu geriausiu atveju galima išvysti vos 100, o kai kuriose vietovėse civilizacijos šviesų jūra visiškai paskandina žvaigždes. Per dangų besidriekiančios švytinčios Paukščių Tako juostos vaizdą daugelis mena matę tik išvykose į nuošalias vietas.

Šviesos tarša jau seniai kelia rūpesčių astronomams ir tampa vis didesne eilinių žmonių problema. Ji taip pat glumina daugelį mūsų gyvūnų ir neigiamai veikia aplinką. Šviesos taršos sąvoka apima platų nepageidaujamos dirbtinės lauko šviesos sukiamą poveikį. Pavyzdžiui, tamsų vakarą užmiestyje, žiūrint į didmiesčio pusę virš jo matyti neryškus šviesos kupolas, dangaus skliautas nublankęs, o tai apsunkina astronominius stebėjimus. Tokia pašvaistė dar vadinama šviesos smogu, ji atsiranda, kai atmosferoje esančios dulkės ir vandens lašai sklaido šviesą. Kita šviesos taršos forma yra ryškus kontrastas tarp šviesos ir tamsos. Toks kontrastas, pavyzdžiui, galingi šviesos šaltiniai tokie kaip prožektoriai virš statybų aikštelių arba sporto arenų, apsunkina orientavimąsi, nes akys negali greitai prisitaikyti prie staigios visiškos tamsos ir ryškios šviesos kaitos. Šviesos taršai priskiriamas ir vadinamasis šviesos chaosas, kai keli šviesos šaltiniai tarsi varžosi dėl dėmesio ir blaško. Mirksinčios neoninės reklamos, prožektorių skleidžiamos šviesos ar tiesiog pernelyg intensyvus gatvių apšvietimas yra tokio šviesos pavyzdžiai.

Nepasitenkinimą didėjančia šviesos tarša astronomai pradėjo reikšti jau daugiau nei prieš 50 metų. Dėl dirbtinės šviesos pašvaisčių pablogėjus žvaigždžių, kometų ir kitų dangaus reiškinių stebėjimo sąlygoms, observatorijos buvo iškeltos į atokias vietas, kuo toliau nuo miestų. Dėl šviesos taršos šeštajame praėjusio amžiaus dešimtmetyje britų karališkoji Greenwicho observatorija buvo perkelta iš Londono į nuošalesnę Saseksą, o aštuntojo dešimtmečio pabaigoje teleskopai buvo dar kartą perkraustyti – šį kartą į Kanarų salas Ispanijoje. Panašiai buvo perkelta ir daugelis kitų pasaulio observatorių, daugiausia į susitelkę plačiai besidriekiančiose dykvietėse, pavyzdžiui, šiaurinėje Čilės dalyje, kur naktys vis dar labai tamsios, o vaizdas į dangaus skliautą – grynas. Šviesos tarša kelia rūpesčių ne tik astronomams. Šio reiškinio poveikį žmonėms tiriantys psichologai mano, kad galimybė pabūti natūralioje nakties tamsoje ir stebėti gražų žvaigždėtą dangų turi įtakos mūsų gyvenimo kokybei. Tai ypač aktualu poetiškomis sieloms, nes spindintis dangaus skliautas teikia įkvėpimo. Be to, tai, regis, veikia ir mūsų sveikatą: išsamus slaugių sveikatos tyrimas, kuriame dalyvavo daugiau nei 100 000 amerikiečių slaugių, atskleidė, kad moterims, kurios

tamsiuoju paros metu dirba dirbtinai apšviestose patalpose, padidėja rizika susirgti krūties vėžiu. Veikiausiai todėl, kad organizmas gamina mažiau hormono melatonino, o jis, parodė bandymai su gyvūnais, turi priešvėžinių savybių. Melatoninas intensyviausiai gaminamas tamsoje, o šviesai veikiant akis jo gamyba lėtėja.

Vėžlių jaunikliai paklysta

Ryšys tarp šviesos taršos ir įvairių ligų, kol kas mažai ištirtas, todėl negalima vienareikšmiškai įrodyti, kad intensyvus dirbtinis apšvietimas pavojingas žmonių sveikatai.

Kita vertus, neginčijama, kad šviesos tarša, dėl kurios diena susimaišo su naktimi, kai kuriems gyvūnams pražūtinga. Nors mokslininkai nepajėgė iki galo atskleisti, kaip gyvūnai orientuojasi tamsoje, neabejojama, kad lauko apšvietimas gali sutrikdyti jų orientaciją. Manoma, kad migruojantys paukščiai randa kelią orientuodamiesi pagal saulėtekis ir saulėlydžius, o dirbtinė šviesa juos blaško. JAV biologai apskaičiavo, kad nuo keturių iki penkių milijonų paukščių kasmet žūva atsitrenkę į apšviestus bokštus, kaminus ir dangoraižius.

Liūdna JAV Floridos patirtis byloja, kad vėžlių jaunikliai taip pat patiria neigiamą dirbtinės šviesos poveikį. Išsiritę vėžliukai, užuot naktį paplūdimiuose ropoję link vandens, dažnai patraukia į priešingą pusę, nes juos vilioja kita jūra – šviesos. Pasiklydusius jauniklius suvažinėja automobiliai, kartais jie tampa kitų gyvūnų grobiu. Mat vėžlių jaunikliai instinktyviai ieško šviesiausios vietos horizonte, tačiau tokia vieta milijonus metų buvo atvira jūra po žvaigždėtu dangumi, o ne tvieskiantys viešbučiai, paplūdimių takai ar namų kvartalai.

Manoma, kad tokie gyvūnai kaip varlės ir salamandros, kurie maisto ieško naktį, o miega dieną, taip pat nukenčia nuo naktinės tamsos stygiaus. Kadangi miestų ir parduotuvių šviesos prigęsta tik gerokai įnaktėjus, gyvūnai maisto ieškoti išsiruošia taip pat gerokai vėliau, todėl jų medžioklės laikas sutrumpėja keliomis valandomis.

Šviesos tarša yra ypač rimta bėda vabzdžiams. Vokiečių entomologas Erhardas Eisenbeisas įrodė, apšvietimas lauke sutraukia spiečius vabzdžių trijų kilometrų spinduliu lyg dulkių siurblys. Taigi kyla vietinių populiacijų visiško išnykimo pavojus. Vietnamo mokslininkai apskaičiavo, kad net ir silpną šviesą skleidžianti reklama per metus gali sunaikinti 350 000 vabzdžių. Taigi šviesos tarša ilgainiui gali turėti rimtų pasekmių biologinei rūšių įvairovei ir sukelti chaosą mitybos grandinėje.

Į kovą už tamsą

Problema privertė daugelį pavienių asmenų stoti į kovą su dirbtinės šviesos antplūdžiu. Šiuo tikslu įsteigta nemažai organizacijų ir „Tarptautinė tamsaus dangaus asociacija“ (angl. „International Dark-Sky Association“; IDA), ją 1988 metais įkūrė grupelė astronomų. IDA duomenimis, apie 30 procentų dirbtinio apšvietimo lauke yra nereikalinga. Be žalos žmonėms ir gyvūnams, toks perteklinis apšvietimas reikalauja nemažų sąnaudų.

Organizacijos skaičiavimu, vien JAV nebūtinam apšvietimui per metus išleidžiama 10,4 milijardo dolerių/ .../ Be to, šviesos tarša turi įtakos ir pasauliniam atšilimui.

Atsižvelgdami į IDA ir kitų organizacijų reikalavimus bei rekomendacijas, taip pat siekdami taupyti lėšas apkarpe energijos sąnaudas, daugelis JAV miestų ir valstijų ėmėsi iniciatyvos mažinti šviesos taršą. Be kitų įstatymuose numatytų priemonių, daugelyje vietų buvo uždrausta statyti žibintus, šviečiančius į šonus arba aukštyn. Gatvių žibintai turi apšviesti tik būtinas vietas – t. y. važiuojamąją kelio dalį. Be to daugelyje vietovių nebeleidžiama naktimis palikti apšviestų tuščių statybų aikštelių. Apšvietimas turi būti pritaikytas prie aplinkos sąlygų, o šviesos šaltinis negali būti stipresnis nei būtina. Optimaliai parinktas apšvietimas mažiau atsispindi nuo įvairių paviršių.

Šios paprastos iniciatyvos gali duoti neblogų rezultatų. Tai suprato Čekijos ir Slovėnijos vyriausybės. Čekija buvo pirma šalis pasaulyje, 2002 metų vasarį išleidusi šviesos taršą reglamentuojantį veiksmingą įstatymą, o 2007 metų rugpjūtį jos pavyzdžiu pasekė ir Slovėnija. Šių šalių privatūs asmenys, įmonės bei viešosios įstaigos privalo sumažinti nebūtiną dirbtinį lauko apšvietimą.

Nesilaikantiems šio įstatymo skiriamos nuo kelių šimtų iki 20 000 (litų) baudos.

Įstatymas šiose abiejose šalyse šviesos taršą apibrėžia kaip „bet kokios formos dirbtinę šviesą, sklindančią iš objekto, kurį reikia apšviesti, ribų“. Ypač daug dėmesio skiriama šviesai, nukreiptai aukščiau horizonto plokštumos. Įsigaliojus įstatymui, visi lauko žibintai turi būti apgaubti, kad šviesa nesklistų aukštyn. Daugelyje gyvenviečių ir miestų, tarp jų ir antrame pagal dydį Čekijos mieste Brno, senieji gatvės žibintai buvo pakeisti naujais, savo šviesa neužgožiančiais žvaigždėto dangaus. Be to buvo įvesti viešųjų vietų apšvietimo apribojimai, todėl dabar tokių istorinių pastatų kaip bažnyčios ir pilys nebegalima apšviesti iš apačios, nukreipus galingus prožektorius į dangų. Slovėnai tikisi, kad šviesos taršos įstatymas padės gerokai sumažinti energijos sąnaudas ir sutaupyti apie 10 milijonų eurų /.../ per metus.

Be įstatymų galią turinčių iniciatyvų, rengiama ir pilietinių akcijų. 2007 metų spalį San Franciske vyko akcija „Išjunk šviesas“ (angl. „Lights Out“), jos metu uostamiesčio gyventojai buvo raginamo valandai išjungti visas nereikalingas šviesas. Panašios akcijos surengtos ir Australijoje, Kanadoje, Irane /.../ Galbūt žmonės, vieną vakarą išvydę žvaigždes, panorės susigražinti nakties tamsą.

**Šaltinis: „mano rinktiniai“, 2009 . Nr 3.*

.....

JŪS DAR MALDAUSITE ŠVIESOS...

Saulė. Kas ji? Dievo įrankis žmones bausti? O gal mokytoja? Šiandien žinome tvirtai: Saulės šviesa yra viso kas gyva Pradžia ir Pabaiga. Meilė ir Mirtis.

FAKTAS: taip nutiko, kad po 20 metų pertraukos Žemę užklupo naujas ir labai galingas Saulės žybsnis. 2024 m. Gegužės 11-12 d. internete pasipylė aibės nuostabaus grožio nuotraukų su elektromagnetinės audros sukeltomis dangaus pašvaistėmis. Radau internete ir šį tekstuką:



„Kadangi jau po truputį baigiam išsiblaivyti po vakarykštės nakties, pastebėjom, kad labai daug kas nenori girdėti tiesos, tad reikia pašnekėti atvirai. Ekstremalios geomagnetinės audros gali ir tikrai sukels kažkada apokalipsę šiuolaikiniam pasauliui, jei nebūsim pasiruošę. Tokia audra buvo 1859-tais metais ir yra vadinama Karingtono įvykių, kurio metu sutriko viso pasaulio telegrafai, o kai kurios stotys net užsidegė. Tuo metu elektrinių prietaisų nebuvo daug, tačiau kiek buvo, jiems baigėsi negerai. Taip yra dėl elektromagnetinės indukcijos sukeltų elektros srovių laidininkuose, o tą indukciją sukelia būtent elektromagnetinis laukas atkeliaujantis kartu su Saulės pliūpsniu. Ar jūs įsivaizduojat kas nutiktų šiuolaikiniam pasauliui, jei net paprasti telegrafai sugedo? Liktume be elektros ir jokio ryšio bent keleriems metams, o be jos - apokalipsė!

/.../Labai įdomu, kodėl visi sąmokslų teoretikai nekalba apie tai? Kodėl visi klieja apie harpus, hemiją, fosforą, apie visiškai niekuo nepagrįstus melus, bet netiki tuo, ką sako žmonės, kurie daug metų studijavo fiziką ar meteorologiją? Neišmanymas yra mūsų kraujyje ir mes niekuo nepasikeitėm nuo viduramžių.

Pašvaistės Babilono tekstuose minimos dar 567 m. prieš Kristų. Kai tais laikais žemėje įvykdavo stiprios magnetinės audros ir vidurio europiečiai pamatydavo pašvaistės, kaip ir mes netekdavo sveiko proto. Kruvinas dangus reiškia karą, epidemijas, kitas nelaimes ar Dievo bausmę. Tuo tarpu šiaurės šalyse, kur šis reiškinys buvo visados dažnas, požiūris buvo visiškai kitoks. Pašvaistės baimės nekėlė ir buvo susipynusios su vietinių tautosaka bei mitologija. /.../

*Taigi, bijoti to, ko nesuprantam ir nežinom yra tik išgyvenimo instinktas. Tie kas žino - nebijo. Paradoksalu tai, kad visi sąmokslininkai yra įsitikinę, kad mes esam neišprusę ir nežinom tiesos. “**

To tekstuko autorius sako, kad *džiaugtųsi*, jei dingtų elektra visame pasaulyje...Tuo džiaugtis nedora. Bet matyt autorius norėjo pasakyti kai ką kita. Jei taip įvyktų, jis tikrai nesidžiaugtų. Kai ims sproginėti elektrinės, tame tarpe ir atominės...džiaugsmo neliks. **Vienas garsus**

fizikas rašė, kad kaskart kai per 11 tūkst. metų *Žemė apsisuka aplink Paukščių taką, prasideda klimato kaita.* Gal todėl, o gal ir ne todėl jis ir kinta, sukeldamas potvynius, uraganus, žemės drebėjimus...Kas žino? Bet padažnėjo Saulės žybsnių...

Ar aš tikiu, kad žmonija pati savaime pasikeis per trumpiausią laikotarpį? Nelabai. Emocinis protas „plasnos“ padebesiais. Filosofai ir toliau kalbės vėjams. Tikintieji ir toliau melsis dievams, o ne Vienam Dievui...nebent pats Dievas ims ir pasigailės mūsų, atiš mums akis į Šviesą. Štai tuo tikiu. Todėl ir rašau. Nuo kiekvieno iš mūsų priklauso, kada JK sugrįš ir kada imsime visi kartu kurti Šviesos karalystę Žemėje.



Uraganas Dubajuje

Nekuriu jokių samokslų teorijų – rašau tik objektyvią tiesą, kurią patvirtina šiuolaikinė fizika. O ką galime padaryti? Ne kažin ką...Daug žus. Jau žuva. Skęsta ir dega. Planeta pasikeis radikaliai. Dangus aptems ir Saulės šviesa dings. Tautų migracijos bus katastrofiškos. Mes kentėsime, jau kenčiame, už kitų ir savo nuodėmes. Duok D., kad ne viskas žūtų, kad pasiektos žinios ir technologijos nedingtų, kad pasaulinis ryšys išliktų. Jei jis išliks, galbūt pamažu žmonija atsistos ant kojų. Gal suvoks klaidas ir ims kurti *kitokias* technologijas, tausojančias žmogų ir Gamtą. Vėl švies Saulė ir džiugins visa, kas gyva.

Ne mūsų valioje valdyti Šviesą. Mūsų valioje valdyti savo protą. Klausyti to, ką sakė ir ko mokė mūsų Viešpats, Mūsų Mokytojas Jėzus Kristus. Jis vienintelis pasakė viską savo Įstatymu:

„Mylėk Viešpatį, savo Dievą, visa širdimi, visa siela ir visu protu. Tai didžiausias ir pirmasis įsakymas. Antrasis – panašus į jį: Mylėk savo artimą kaip save patį. Šiais dviem įsakymais remiasi visas Įstatymas ir Pranašai“ (Mato 22:36–40).

KODĖL JO ĮSTATYMŲ KRIKŠČIONIAI NEVYKDO?

Gal perskaite nuoširdžią Celestinos knygą pagausite IDĖJĄ APIE VIDINĘ ŠVIESĄ, nušviesite protą ir ...pradėsite GYVENTI KITAIP? Kas kuo tiki, tą ir sukuria. Negi jums nerūpi jūsų SIELA?

FILOSOFAS TURI ATVERTI AKIS ŠVIESAI

Kai 2010 metais Vilniuje, knygų mugėje, lankėsi **lietuvių kilmės JAV filosofas ir rašytojas Alfonso Lingis**, pristatydamas savo fotografijų knygą pasakė svarbius žodžius: „**Žmogus, norintis suprasti savo būtį, turi atverti akis šviesai**“.



Fotografijų albumą „Prisilietimas“ kartu su autoriumi pristatęs filosofas Arvydas Šliogeris tada pritarė kolegai, sakydamas, kad „**Vakarai išgyvena intelektualinę degradaciją, nes ten nebeliko filosofų, kad dabartiniai filosofai yra trečiarūšių tekstų komentatoriai, rašantys knygas apie knygas**“, bet A. Lingį jis apibūdino kaip vieną iš rimčiausių filosofų, **rašančių apie savo patirtį**, kas šiais laikais yra itin retas reiškinys filosofijoje. Iš tiesų, A. Lingis prisipažino, kad nemėgsta didmiesčių, kad „bėga“ į senųjų civilizacijų liekanas, apkeliauja viso pasaulio džiungles ir bendrauja su „tikraisiais, nesugadintais žmonėmis“, kuriuos mums įprasta vadinti „laukiniais“. Jis pasakojo, kad keldavosi anksti ryte, kad pamatytų ryto šviesą. Jis dievino miglą, rūką ir liūtų ir teigė, kad „**tik tada, kai žmogus išmoks pamilti kiekvieną savo kūno dalį, jis pajus tikrąjį ryšį su gamta, supras, kad yra tobulas sutvėrimas**“.

A. Šliogeris didmiesčius nedvejodamas pavadino „planetos vėžiu“, kurio metastazės anksčiau ar vėliau suris visą planetą, o A. Lingį įvardijo kaip kosminės bendruomenės, kurioje visi gyvi sutvėrimai yra lygūs vienas kito atžvilgiu, narį.

Reikia pasakyti, kad gal ne viską žinojo mūsų drąsiakalbis profesorius A. Šliogeris, bet per paskutinius du dešimtmečius užaugo ne vienas mąstytojas, o nauja karta „filosofų gamtininkų“, kurie, susibūrę į mokslines bendrijas, ne tik sukūrė naują, savitą filosofiją, ne

tik atgaivino „laukinių“ žmonių pasaulėjautą, įsigilino į praeities epochų Visatos sampratą, bet ir surišo visas tas seniai scientistų „subrokuotas“ žinias pagrįstas mitais į nuoseklią sistemą. Jie įrodė, kad mituose slypi daug mokslo ignoruotų tiesų. Dar daugiau: mitinis mąstymas, anot jų, rodo naują seną kelią į teisingą, harmoningą Visatos ir žmogaus santykį.

Kadangi ir aš šiek tiek filosofė, tai negaliu sakyti, kad visiems minėtų autorių teiginiams pritariu. Juk kritikuoti lengva, kai dideli darbai kitų rankomis atlikti...Čia tokai autoironija.

Iš tiesų, mes visi esame savo sąmonės lauko šeimininkai ir patys negalime vienu ypu to „lauko“ pakeisti. Visi esame riboti. Aš negaliu sakyti, kad grįžimas atgal, į pagoniškus laikus – geras sumanymas. Lietuvoje jau įteisinta pagonybė. Kurgi ji mus kreips? Žinoma, mes neatgaivinsime viso jos turinio. Tas nedidelis būrelis žmonių nepajėgus išspręsti šiuolaikinės civilizacijos problemų, užgulusių ir kaimą, ir miestą. Bet ramiame kontekste, galima kalbėtis ir analizuoti: **„Ką gi mes galėtume pakeisti, kad būtų daugiau Dvasios, o ne proto tironijos?“ Ir tam pokalbiui reikia sukviesti visas Lietuvos pajėgas, be politinio dūmo, švarioje aplinkoje...**

Manau, kad pirmoji tokio *galimo* pokalbio tema būtų švietimas. Ir tada tą temą skaldyti „gabaliukais“ ir juos dalykiškai analizuoti ieškant sprendimo resursų, idėjų ir galimybių.

Kas ne kas, o mokykla vaikui, augančiam jaunimui, daro didžiulę įtaką. Kokius vadovėlius jiems paruosime, – tokią jų pasaulėžiūrą ir pasaulėjautą išugdysime.

Mums reikia atsinaujinti. Kas supranta to atsinaujinimo turinį, – tas turėtų prisidėti prie naujos švietimo programos kūrimo. Čia gali vykti tam tikra kova, tarp scientistų, kurių vis dar apstu senajame pozityvizmo laikų ideologijos lauke, ir dvasininkų, tai yra žmonių, kurie į žmogų žiūri kaip į dvasinę, o ne biologinę būtybę.

Atradus bendrą kalbą, vadinamą konsensusą, galima sukurti daug gėrio ir išvaduoti švietimo sistemą iš sąstingio ir pastūmėti ją dvasios stiprinimo link.

Pagrindinis reikalavimas naujam Programai būtų ne tik protinio (mąstymo) ugdymo programa (žinios), bet ir dvasinio ugdymo patirčių diegimas. Tai sudėtinga, bet išsprendžiama. Reikia tik geraširdiškumo. O jo, deja, įsigyti už pinigus, neįmanoma. Čia reikia įdėti Širdies darbo.

PAŽINK SAVE KAIP ŠVIESĄ

Šiva sakė: Kai būdrauji, kai miegi, kai sapnuoji, pažink save kaip šviesą.

„Būdravimo“ metu, kai judi, kai valgai, kai dirbi, prisimink save kaip šviesą, tarsi tavo širdyje būtų liepsna, o tavo kūnas būtų ją supantis švytėjimas. Įsivaizduok: tavo širdyje yra liepsna, o tavo kūnas yra šviesos aura aplink liepsną; tavo kūnas yra šviesa aplink liepsną. Leisk tam įsiskverbti giliai į tavo protą, į tavo sąmonę. Įsisąmonink tai.

Tam prireiks laiko, bet jei nuolat galvosi, jausi, įsivaizduosi liepsną, po tam tikro laiko galėsi ją prisiminti visą dieną.

Kai būdrauji, judi gatve, tapk judančia liepsna. Iš pradžių niekas to nepastebės, bet tęsk – ir po trijų mėnesių kiti tai pajaus. Tada galėsi būti ramus. Niekam nieko nesakyk. Tiesiog

įsivaizduok liepsną, įsivaizduok, kad tavo kūną supa aura. Tai - ne fizinis kūnas, o elektrinis, šviesos kūnas. Tęsk tai.

Jei atkakliai tęsi, maždaug po trijų mėnesių kiti pradės suprasti, kad kažkas...pasikeitė. Kiti pajus aplink tave subtilią šviesą. Kai priartėsi, jie pajus savotišką šilumą. Jei juos paliesi, jie pajus karštą prisilietimą. Jie supras, kad tau nutiko kažkas neįprasto. Niekam nesakyk. Kai kiti tai supras, tada galėsi atsipalaiduoti, galėsi įžengti į antrąjį etapą, bet ne anksčiau.

Pakilimas į antrąjį etapą yra tame, kad visa tai turi būti perkelta į sapnus. Perkelk šviesą į sapnus. Šviesa taps realybe, ji jau nebe vaizduotė. Per vaizduotę tu atidengei realybę. Dabar šviesa yra tikra. Viskas sudaryta iš šviesos. Nors tu to nesuvoki, tu taip pat esi šviesa, nes kiekviena materijos dalelė yra šviesa.

Mokslininkai sako, kad materija sudaryta iš elektronų, ir tas pats pasakytina apie šviesą. Šviesa yra visko šaltinis. Tu esi šviesos pluoštas: per vaizduotę tu atskleidei realybę. Suprask tai; kai esi visiškai pripildytas, gali visa tai perkelti į sapnus, bet ne anksčiau.

Ir tada, užmigdamas, toliau galvok apie liepsną, toliau ją matyk, jausk, kad esi šviesa. Prisimink ją... prisimink... prisimink... užmik ir toliau tai prisimink. Iš pradžių matysite skirtingus sapnus, kuriuose jausite, kad jumyse dega liepsna, kad jūs esate šviesa. Palaipsniui sapnuose pradėsite judėti su tuo pačiu jausmu. Ir kai tik šis jausmas pateks į sapnus, jie pradės nykti. Sapnų bus vis mažiau ir mažiau, o gilaus miego vis daugiau.

Kai sapnuose suvoksite, kad esate šviesa, liepsna, deganti liepsna, tada visi sapnai išnyks. Tik tada, kai sapnai išnyks, šį jausmą galėsite perkelti į miegą, niekada anksčiau. Dabar esate arti durų. Kai sapnai išnyks ir tu prisiminsi save kaip liepsną, kad esate arti miego durų. Dabar galite įeiti su šiuo jausmu. Ir kai tik įžengsite į miegą, jausdami save kaip liepsną, miegodami išlaikysite sąmoningumą – dabar sapnas ateis tik į jūsų kūną, bet ne į jus.

Joga ir Tantra žmogaus proto gyvenimą skirsto į tris dalis: **budrumą, miegą, sapną**. Tai nėra jūsų sąmonės dalys, visa tai yra protas, o *sąmonė yra ketvirtoji*. Rytai nedavė jai jokio pavadinimo, jie tiesiog vadina ją ketvirtąja - **turią**. Pirmieji trys - tai debesys. Jūs galite pavadinti – pabudimo debesiu, miego debesiu, sapno debesiu. Jie visi yra debesys, o erdvė, kurioje jie juda, yra dangus, jis bevardis, jis yra kaip ketvirtoji.

Ši technika skirta padėti jums peržengti tas tris būsenas. Jei galėsite suvokti, kad esate liepsna, šviesa, *miegoti* nebegalėsite, liksite sąmoningi. Kūnas miegos, jūs - ne.

Štai ką Krišna sako Gitoje: jogai niekada nemiega. Kol kiti miega, jie būdrauja. Ne tai, kad jų kūnas nemiega, kūnas miega, – bet tik kūnas. Kūnui reikia poilsio, sąmonei nereikia jokio poilsio, nes kūnas yra mechanizmas, sąmonė nėra mechanizmas. Kūnui reikia kuro, jam reikia poilsio. Kai kūnas gimsta, jis yra jaunas, tada sensta ir galiausiai miršta. Tačiau **sąmonė niekada negimsta, niekada nesensta, niekada nemiršta**. Jai nereikia kuro, jai nereikia poilsio.

Sąmonė yra gryna energija, begalinė amžina energija. Jei galite įnešti liepsnos ir šviesos vaizdą per miego duris, niekada nemiegosite, ilsėsis tik jūsų kūnas. O kai jūsų kūnas miegos, jūs tai žinosite. Kai tai įvyks, jūs tapsite ketvirtuoju. Dabar būdravimas, sapnavimas ir miegas yra jūsų proto dalys. Jo dalys, o jūs tapote ketvirtuoju – tuo, kuris eina per jas, bet nėra nė vienas iš jų.“

Ošo. „Tantra“

.....

Jėzaus Kristaus „Šviesos metafizika“ yra tokia:

*Tai yra žinia, kurią išgirdome iš Jo ir skelbiame jums,
kad **dievas yra šviesa** ir Jame nėra jokios tamsybės. 1 Jn 1,5 5*

*Juk jūs visi esate **šviesos vaikai**, dienos vaikai.
Mes nepriklausome nakčiai nei tamsai. 1 Tesalonikiečiams 5:5*

*Jėzus vėl prabilo: „**Aš – pasaulio šviesa**. Kas seka manimi,
nebevaikščios tamsoje, bet **turės gyvenimo šviesą**“. Jn 8, 12*

.....

**Dviejų pirmųjų visuotinių Bažnyčios Susirinkimų (325 ir 381 m.) metu buvo priimtas
Nikėjos-Konstantinopolio Simbolis – Symbolum Niceanum. Jis buvo toks:**

1 Tikiu į vieną Dievą, Tėvą, Visagalį, dangaus ir žemės, viso, kas rėgima ir neregima, Kūrėją.

2 Ir į vieną Viešpatį Jėzų Kristų, viengimį Dievo Sūnų, **prieš visus amžius gimusį iš Tėvo: Šviesą iš Šviesos**, tikrą Dievą iš tikro Dievo, gimusį, nesukurtą, vienėsmį su Tėvu. **Per Jį visa yra sukurta.**

3 Dėl mūsų, žmonių, ir dėl mūsų išganymo nužengusį iš dangaus, ir įsikūnijusį iš Šventosios Dvasios ir Mergelės Marijos, ir tapusį žmogumi.

4 Valdant Poncijui Pilotui, dėl mūsų nukryžiuotą, kentėjusį ir palaidotą.

5 Kaip skelbė Raštai, trečiąją dieną prisikėlusį iš mirusiųjų;

6 įžengusį į dangų ir sėdintį Tėvo dešinėje.

7 Ir vėl garbėje ateinantį gyvųjų ir mirusiųjų teisti; Jo Karalystė neturės pabaigos.

8 Ir į Šventąją Dvasią, Viešpatį Gaivintoją, kylančią iš Tėvo, garbinamą ir šlovinamą su Tėvu ir Sūnumi, kalbėjusią per pranašus.

9 Į vieną, Šventą, Visuotinę ir Apaštališką Bažnyčią.

10 Išpažįstu vieną Krikštą nūdėmėms atleisti,

11 laikiu mirusiųjų prisikėlimo

12 ir būsimojo gyvenimo amžinybėje. Amen.

Tačiau katalikų bažnyčia (apie 14 a.) išbraukė ŠVIESĄ iš savo tikėjimo simbolio...Tikėjimo dogmos tapo trumpos, sausos, bedvasės. Tai turi įtakos ir tikinčiųjų sieloms. Jų akys užgęsusios, žvilgsnis niūrus, abejingas...

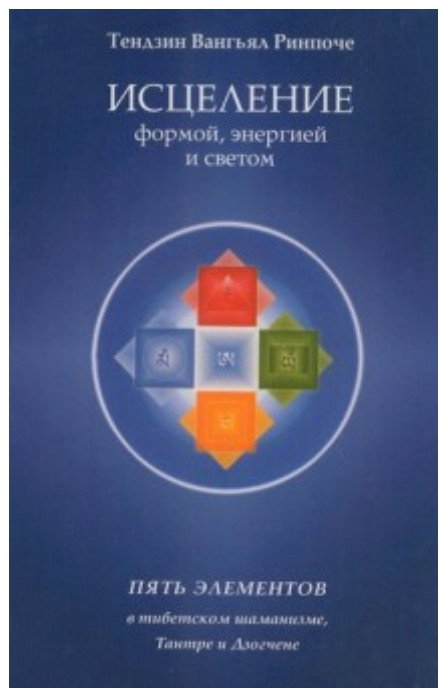


TIKIU DIEVĄ TĖVĄ visagalį, * dangaus ir žemės Sutvėrėją; * ir į Jėzų Kristų, * vienatinį jo Sūnų, mūsų Viešpatį, * kuris prasidėjo iš Šventosios Dvasios, * gimė iš Mergelės Marijos, * kentėjo prie Poncijaus Piloto, * buvo prikaltas prie kryžiaus, * numiręs ir palaidotas; * nužengė į pragarus; * trečiąją dieną kėlėsi iš numirusių; * įžengė į dangų, * sėdi visagalio Dievo Tėvo dešinėje, * iš ten ateis gyvųjų ir mirusiųjų teisti. Tikiu į Šventąją Dvasią, * šventąją visuotinę Bažnyčią, * šventųjų bendravimą, * nuodėmių atleidimą, * kūno iš numirusių prisikėlimą * ir amžinąjį gyvenimą. Amen.

GYDYMAS FORMA, ENERGIJA IR ŠVIESA

TENZIN WANGYAL RINPOCHE

Penki elementai Tibeto šamanizme, Tantrėje ir Dzogčene



Šios knygos turinys, deja, mūsų medikams, ligoniams ir iš dalies mokslinei medicinai nepriimtinas...Sakau „iš dalies“, nes šiuolaikinė aukščiausio lygio medicina *jau žino*, kaip

šviesa bėgioja neuronų kanalais, kaip ji veikia visą nervų sistemą, kaip ją galima panaudoti gydant tam tikrus susirgimus. Tačiau ar apie tą pačią šviesą kalbama? Tai nelengvas klausimas. Kai prieš 20 metų perskaičiau šią garsaus senovės Tibeto Bon tradicijos mokytojo Tenzin Wangyal Rinpoche knygą, patikėjau ją, nes tuomet „gydžiausi“ meditacija ir jos metu išgyventais šviesos blyksniais... Tai buvo laimingas ir įdomus gyvenimo tarpsnis, pilnas „stebuklų“, nepailstamo ieškojimo atsakymų į daugelį klausimų susijusių su Šviesa. Kadangi negalėjau visko sukrauti į savo knygą, temą „gydymas šviesa“ teko nukelti vėlesniam laikotarpiui. Ir štai aš vėl grįžtu prie temos, kuri tada mane labai domino. Tikiu, kad kada nors, kai pasaulyje gyvens sąmoningi žmonės, o ne homo sapiens, jie neturės tiek bėdų su ligomis, visokio pobūdžio fizinėmis ir dvasinėmis negaliomis. Tibeto dvasinė patirtis išliks, net jeigu Žemė verstųsi ir sproginėtų.

Labai rekomenduoju susirasti tą knygą (internete, liet. k. jos nėra) ir paskaityti šią Tenzin Wangyal Rinpoche knygą apie Bon ir Dzogčeno dvasinį palikimą. Šios praktikos skirtos atkurti vidinę ir išorinę individo harmoniją, įgyti sveikatos ir gerovės bei įveikti kliūtis dvasiniame kelyje. Gyva kalba parašyta knyga šiuolaikiniam skaitytojui pateikia unikalius metodus, paremtus tūkstantmečių patirtimi. O gal kas nors ims ir susižavės ne tik anti-bios medicina, bet ir kitokia terapijos praktika...

Autorius šią unikalią knygą dedikavo Jo Šventenybei Dalai Lamai ir savo mokytojams - Jo Šventenybei Lungtogui Tenpai Nyima Rinpočei, Yongdzin Tendzin Namdag Rinpočei ir visiems mokytojams, su kuriais teko jam mokytis.

Autorius pabrėžia, kad visi mokymai yra pagrįsti senovės tekstais, didelė dalis šių mokymų yra paremti jo paties analize ir praktikos patirtimi. Tam buvo skirta penkiolika gyvenimo metų, o vėliau Tenzin Wangyal Rinpoche ėmė mokyti *elementų praktikų* kitus žmones visame pasaulyje. Knygoje daug Bon tradicijos elementų, maldų, kurių turinys mums yra nepasiekiamas. Aš atrinkau kai kurias mintis, kurios, manau, gali ir jus sudominti, tačiau patį *Įvadą* nutariau išversti beveik visą, kad suvoktumėte Autoriaus požiūrį į Gamtą, pasaulį, žmogų.

IVADAS

Aš užaugau glaudžiai bendraudamas su gamtos jėgomis. To reikalavo mūsų gyvenimo būdas. Neturėjome nei tekančio vandens, nei elektrinių viryklių. Vandeni iš netoliese esančio šaltinio nešdavome kibirais, namus šildydavome malkomis ir gamindavome maistą ant atviros ugnies. Turėjome nedidelį sodą, kuriame auginame daržoves – svogūnus ir pomidorus – todėl turėjome kasti žemę. Vasaros lietūs, nors ir sukeldavo potvynius, teikdavo vandens likusiai metų daliai. Gamta nebuvo sala parke, ne vaizdas pro langą, o sąlytis su stichijomis nebuvo malonumas, nors malonumo buvo. Mūsų gyvenimas buvo tiesiogiai susijęs su ugnimi, malkomis, vandeniu, oru. Mūsų išlikimas priklausė nuo stichijų.

Galbūt ši priklausomybė prisidėjo prie to, kad mūsų kultūra, kaip ir dauguma vietinių kultūrų, **gamtos pasaulį laikė šventu ir gyvu, pilnu būtybių ir jėgų, matomų ir**

nematomų. Kai šventėme Losarą, Tibeto Naujuosius metus, negėrėme šampano, o nuėjome prie vietinio šaltinio atlikti padėkos ritualo. Atnašavome aukas nagams – vandens dvasioms, kurios valdo vandens stichiją toje vietovėje. Atnešėme dūmų aukas vietos dvasioms, kurios yra susijusios su mus supančiu gamtos pasauliu.

Panašūs į mūsų įsitikinimai ir ritualai yra labai seni, o Vakaruose dažnai laikomi primityviais. Tačiau jie nėra tiesiog žmonių baimės gamtai atspindys, kaip teigia kai kurie antropologai ir istorikai. Mūsų būdas bendrauti su stichijomis kilo iš tiesioginės mūsų išminčių ir paprastų žmonių patirties apie išorinių ir vidinių stichijų šventąją prigimtį. Šiems stichijoms suteikėme tokius pavadinimus kaip **žemė, vanduo, ugnis, oras ir erdvė.**

Rašydamas šią knygą turėjau tris tikslus:

- 1) skatinti pagarbą gamtinei aplinkai, kurią turime ugdyti, jei norime išvengti žmonių gyvenimo kokybės blogėjimo;
- 2) supažindinti šiuolaikinius vakariečius su tradicine tibetiečių pasaulėžiūra;
- 3) parodyti, kad stichijų supratimas yra vienas iš raktų į dvasinės praktikos supratimą. Žinodami apie elementus ir savo ryšį su jais, dvasiniame kelyje einantys žmonės gali suprasti, kodėl jie atlieka konkrečią praktiką, kokios praktikos jiems reikia ir kada, kokiomis aplinkybėmis tam tikros praktikos gali neveikti ar net tapti kliūtimi.

Šioje knygoje pateikti mokymai yra kilę iš Tibeto Bon tradicijos. Knyga skirta praktikoms, kurios supažindina su trimis dvasinio kelio aspektais. Šios tradicinės Tibeto Bon ir budistinės Dharmos praktikos skirtos taikyti, o ne tik studijuoti teoriškai. Gavę tam tikros informacijos, manome, kad iš tikrųjų turime žinių, kad supratome viską, kas buvo pasakyta. **Jei iš tikrųjų nepraktikuojame, o tik skaitome apie tai, tai tas pats, kas turėti vaistų ir apie juos kalbėti, užuot juos vartoję ir išgydę.**

Dauguma šioje knygoje pateiktų praktikų yra pagalbinės. Jos gerina gyvenimo kokybę, skatina gijimą ir suteikia tam tikrą apsaugą nuo žalingos įtakos ir ligų. Jos padeda mums būti ne nuobodiems, o gyviems, ne įsitempusiems, o atsipalaidavusiems. Jos gali sustiprinti mūsų sveikatą, jėgas ir džiaugsmingą gyvenimo suvokimą. Tai geras ir vertas tikslas. Tačiau svarbiau praktikas naudoti dvasinėms savybėms lavinti. Tokios praktikos keičia mūsų požiūrį į santykį su gamtos pasauliu ir savo patirtimi, jos atveria ir praplečia mūsų akiratį. Be to, jos palaiko mūsų meditacijos praktikas. **Jei elementai nėra subalansuoti, labai sunku praktikuoti meditaciją ir didesnę tikimybę, kad teks įveikti ligas, sujaudinimą, nuobodulį ar išsiblaškymą.** Čia pateiktos praktikos, subalansuodamos elementus žmogaus vidiniame matmenyje, padeda įveikti išorines kliūtis ir sutrikimus proto bei energijos darbe. /.../

Stengiausi įtraukti praktikas, kurias galima atlikti kasdieniame gyvenime. Mums nereikia eiti į rekolekcijas, kad jas atliktume, nors tai įmanoma. /.../ Elementai yra viskas, kas egzistuoja, todėl praktikas su elementais galime atlikti visada, bet kada, kur bebūtume ir ką bedarytume.

Darau prielaidą, kad skaitytojas jau bus susipažinęs su kai kuriais šioje knygoje vartojamais terminais. Pavyzdžiui, žodį dzogčen ir jo vertimą „Didysis tobulumas“ vartoju kaip sinonimus. Taip pat vartoju tokias frazes kaip „pirmapradis sąmoningumas“, „nedualus sąmoningumas“ ir „nedualus buvimas“ kaip lygiaverčius termino rigpa vertimus, o frazes „proto prigimtis“ ir „natūrali būseną“ – kaip sinonimus, žyminčius tuštumos ir aiškumo, Budos prigimties, tai yra mūsų pačių prigimties, neatskiriamumą. /.../

Šioje knygoje yra daug informacijos. Kai pasijusite patenkinti, padėkite ją į šalį. Skirkite laiko apmąstyti tai, ką perskaitėte, palyginkite tai su savo įspūdžiais. Tokiu būdu galite paversti mokymus savo gyvenimo dalimi.

.....

Po šio Įvado, manau, daugelis palingavo galva, prisiminus mūsų senąją pagonišką religiją ir į praeitį nuplaukusias tautos dvasines vertybes. Turiu jus paguosti ir nuraminti: niekas neprarasta, viską galima susigražinti. Viską, kuo buvome ir esame turtingi – šiandien suvokiame kaip Dievo (Kosmoso) dovanas, kurias privalome susigražinti, tausoti ir vertinti. Ir viskas būtų gerai, bet pirmiausia reikia atkurti senąją pasaulėžiūrą ir sąmoningumą. O čia jau kliūtis. Modernus žmogus tokių turtų nebeturi, - jis yra šios dienos gyventojas, vartotojas. Jam nėra laiko gyventi Kosmoso grožiu ir Gamtos stichijų psichologija, kaip moko Tibeto lamos. Ir vis tik, atsiranda jaunų žmonių, vyrų ir moterų, kurie suranda kelią į Šviesą ir ieško savo gyvenimui pamato Dvasioje. Pasaulyje veikia daug budistų vienuolynų, kuriuose galima gauti rimtus dvasinius pagrindus, o toliau tobulėti savarankiškai.

.....

Tenzin Wangyal Rinpoche pasakoja apie Bon ir Dzogčeno religijas ir teigia, kad „yra daug Tibeto budistų, pasauliečių ir vienuolių, paprastų žmonių ir aukštų lamų, kurie „seka nesektantišku judėjimu, kuris klestėjo Tibete XIX amžiuje. Šiandien ryškiausias balsas Tibete, pasisakantis už toleranciją ir supratimą, yra Jo Šventenybė Keturioliktasis Dalai Lama, kuris oficialiai pripažino Boną viena iš penkių pagrindinių Tibeto dvasinių tradicijų“, o vakariečiai, daugiau sužinoję apie tai, jų tekstuose ir tradicijose randa daug vertingų patarimų, įgyja pasitikėjimą per praktiką. Net Vakarų mokslininkai vertina Bono dvasinių tradicijų gilumą ir įvairovę. Kai dvasinio kelio praktikos atliekamos su tinkamu supratimu ir stropumu, jos duoda vaisių. Vaisiai stiprina tikėjimą. Tikėjimas ir praktika kartu veda į išmintį ir laimę.

Pirmąjį knygos skyrių Autorius paskyrė **Tibeto penkių elementų išaiškinimui**: žemė, vanduo, ugnis, oras (arba vėjas) ir erdvė – laikomi visų daiktų ir procesų substancijomis. „Elementų pavadinimai yra simboliniai. Jie nurodo savybes ir veikimo būdus pagal analogiją su pažįstamomis gamtos elementų savybėmis. Tibeto tradicijoje, kaip ir daugumoje kultūrų, gamtos elementai naudojami kaip pagrindinės metaforos, apibūdinančios vidines ir išorines jėgas. Pavyzdžiui, elementams priskiriamos šios fizinės savybės: **žemė – tankis, vanduo – rišamoji jėga, ugnis – temperatūra, oras – judėjimas, erdvė – talpinanti dimensija,**

kurioje tilptų kiti keturi elementai. Be to, elementai siejami su įvairiomis emocijomis, temperamentu, pagrindinėmis kryptimis, spalvų ir skonio įvairove, žmogaus organizmo tipais, ligomis, mentalitetu ir charakteriu. Iš penkių elementų kyla penki pojūčiai ir penkios juslinės patirties sritys, penkios žalingos emocijos ir penkios išminties, penkios kūno „galūnės“. Penki elementai yra penkios pirminės pranos arba gyvybinės energijos. Jos formuoja visus fizinius, jutiminius, protinius ir dvasinius reiškinius“.

Vakaruose tos metaforos irgi žinomos: „žmogus gali būti žemiškas ir nepastovus, permainingas kaip vanduo arba ugingas kaip ugnis. Pyktis yra karštas, liūdesys kupinas ašarų drėgmės. Protas gali būti lengvabūdiškas, kai „vėjas galvoje“, arba žemiškas. Tačiau Tibeto tradicijoje elementai suprantami ne tik kaip metaforos. Elementai yra subtilesnės ir gilesnės penkių pirmapradės būties energijos aspektų klasifikacijos atspindys. /.../ Elementų judėjimai sukuria visatą, palaiko jos gyvybę ir, svarbiausia, ją sunaikina. Tas pats pasakytina ir apie individualias būtybes: gimimo metu elementų žaismas sukuria kūną, protą ir asmenybę. Mirties metu visa tai sunaikinama, elementams ištirpstant vienas kitame. Ir per visą gyvenimą žmogaus santykis su elementais lemia jo suvokimo ypatybes“.

„Mūsų žmogaus kūnas per šimtus tūkstančių metų vystėsi bendraudamas su mus supančiu pasauliu. Atkreipkite dėmesį, kiek džiaugsmo mums teikia gamtos grožis. Kontaktas su elementais gali būti gydantis ir gaivus. Mums patinka tyra dykumos žemė ir derlinga sodo dirva. Atostogų metu einame prie vandenyno, prie upės, prie ežero. Mėgaujamės vonia. Mus žavi liepsnos ir mėgaujamės saulės šiluma ar židinio ugnimi. Giliai įkvepiame, kad nusiramintume. Mes atsidūstame, kad palengvintume savo sielvartą; keliaujame į kalnus pasisemti jėgų iš gryno oro. Mus žavi dangus, išorinis erdvės vaizdas – jos besikeičianti išvaizda, spalva, kuri ją užpildo šviesa. Atsipalaiduojame plačioje, atviroje erdvėje, o uždaroje ir tylioje vietoje jaučiamės patogiai. Taip pat pasitaiko, kad atviroje vietoje jaučiamės neramūs, o uždaramame kambaryje kenčiame nuo klaustrofobijos. Vienaip ar kitaip reaguojame į aplinką“.

„Kai prarandame vieną iš stichijų, jos trokštame. Dykumoje džiaugiamės radę vandens. Jei ilgai buvome jūroje, tai, įžengę į sausumą, norime ją pabučiuoti. Kai šalta, mus traukia ugnis. Penki grubūs elementai daro labai stiprų poveikį giliame, sąmonės lygmenyje, tačiau mes dažniausiai liekame tik patirties paviršiuje, nesuvokdami, kad šios stichijų patirtys gali mus sujungti su šventuoju, mus išgydyti, subalansuoti ir suteikti gilų savęs supratimą.

Gali atrodyti, kad penkių elementų yra per mažai, kad paaiškintų daiktų ir būtybių įvairovę, tačiau penki elementai yra penkios kategorijos, kurios yra suskirstytos į vis subtilesnes“.

„Pagal tradicinį požiūrį, kūnas yra žemė; kraujas ir kiti kūno skysčiai – vanduo; elektros ir cheminė energija, virškinimo šiluma – ugnis; įkvėptos ir iškvepiamos dujos: deguonis ir kitos – oras; kūno užimama erdvė ir kūno ertmių erdvė, taip pat sąmonė – erdvės elementas. Elementų požiūriu kiekvieną iš šių penkių galima toliau suskirstyti: pavyzdžiui, kūne galima išskirti tankį (žemė), sanglaudą (vanduo), temperatūrą (ugnis), judrumą (oras) ir imlumą (erdvė). Tą patį galima padaryti ir su krauju: jame galima išskirti tankius komponentus,

skystus komponentus, temperatūrą, judrumą, erdvę. Žinoma, kiekvieną iš šių aspektų galima suskirstyti į dar penkias kategorijas, kol galiausiai pasieksime pirmines penkias elementų energijas“, - rašo Tenzin Wangyal Rinpoche. Jis teigia, kad penkių elementų dinamiškumas yra visos sudėtingos visumos, kuri egzistuoja, pagrindas.

Vidiniai elementai veikia yra elementų energijos, o ne jų formos. Mūsų kūne jie yra kaip fizinės energijos, kurios pumpuoja mūsų kraują, virškina maistą, sužadina neuronus, taip pat kaip subtilesnės energijos, nuo kurių priklauso mūsų sveikata ir gebėjimai. Kai kurios iš šių subtilių energijų dabar yra tiriamos Vakaruose, naudojama akupunktūra, įvairios vibracijos terapijos. Bet yra daug subtilesnių energijų, kurių negalima aptikti fiziniaisiais prietaisais, bet kurias galima tiesiogiai suvokti per jogos ir kontempliacijos praktikas. Tos pačios energijos visada yra tokiuose kolektyviniuose reiškiniuose kaip minios elgesys, patriotizmas ir kt. Tantra naudoja šias energijas, manipuliudama jomis žmogaus kūne konkrečioms užduotims atlikti, naudodama tiesioginius jogos metodus: kūno laikyseną, kvėpavimą, vizualizaciją ir mantrą. Tenzin Wangyal Rinpoche pasakoja apie „slaptąjį elementų matmenį esantį anapus dualumo ir todėl sunkiai apibūdinamas žodžiais. **„Subtiliausias elementų matmuo yra būties spindesys, „penkios grynios šviesos“, nuo tuštumos neatsiejami šviesumo aspektai**, - visa tai yra VISKO PAGRINDAS. Su šiuo elementų lygmeniu susijusios praktikos ir mokymai priklauso Dzogčenui, Didžiajam Tobulumui. Ar neprimena jums šie Autoriaus žodžiai Jėzaus Kristaus teiginio, kad Dievas yra Šviesa? Tai kas tikra – visada sutampa.

Tenzin Wangyal Rinpoche teigia, kad „klaidinga manyti, kad išorinį, vidinį ir slaptąjį matmenius galima atskirti“. Klaidingi supratimai šiuo klausimu labai dažnai veda prie barjerų tarp skirtingų įsitikinimų: religijų, kurios neteikia svarbos kūniškam gyvenimui; pasaulietinės kultūros, kuri nepripažįsta šventos žemės prigimties; arba per didelio susirūpinimo materialine gerove, ignoruojančio dvasinį vystymąsi. Visi gyvenimo aspektai yra svarbūs, ir viskas kyla iš šventų elementų“.

„Šamanizme, tantroje ir dzogčene elementai laikomi šventomis pirmapradėmis būties priežastimis. Kadangi jie yra šventi, viskas, kas iš jų kyla – tai yra viskas be išimties – taip pat yra šventa. Supanti gamta yra šventa, kūnas irgi šventas. Išoriniai ir vidiniai elementai kyla kartu, iš to paties šaltinio. Saulės šiluma ir širdies šiluma skiriasi laipsniu, bet ne esme. Vandenyso vandenys nesiskiria nuo mūsų kūnų drėgmės. Mūsų kūnas yra sudarytas iš žemės elemento ir ištirps žemėje. Oras mūsų plaučiuose yra tas pats oras, kuriame sklendo vanagas. Erdvė, kurioje kyla visata, erdvė, kurią užima sofa svetainėje, ir erdvė, kurioje kyla mūsų mintys, yra viena ir ta pati erdvė, ir ji yra šventa. Ir viskas, kas yra erdvėje, materialu ir nematerialu, materialu ir dvasinga, yra elementai“. Autorius dar priduria, kad ir „kūno elementai yra šventi, iš jų kylanti sąmonė taip pat yra šventa“.

Subtiliausias penkių elementų matmuo vadinamas „penkiomis tyromis šviesomis“. /.../ Penkios šviesos yra pirmapradžio šviesumo aspektai. Penkios šviesos yra subtiliausias elementų lygmuo. Kalbame apie penkių gryną šviesų spindesį ir spalvą, tačiau tai tik

simboliai. Penkios grynos šviesos priklauso lygmeniui, subtilesniam už matomą šviesą, subtilesniam už viską, kas suvokiama akimi, subtilesniam už bet kokią energiją, kurią galima išmatuoti ar pajusti koku nors būdu. Penkios grynos šviesos yra energijos, iš kurių kyla visos kitos energijos, įskaitant matomą šviesą. Balta arba bespalvė šviesa yra erdvė, žalia šviesa – oras, raudona šviesa – ugnis, mėlyna šviesa – vanduo, o geltona šviesa – žemė“.

Autorius paaiškina: „Priklausomai nuo to, ar savo tiesioginę patirtį sujungiame su nedualiu rigpa, ar esame prisirišę prie klaidingo savęs, kaip subjekto, suvokiančio išorinius objektus ir gyvas būtybes, skirtumo, atitinkamai būsime nedualioje natūralioje būsenoje arba klaidinamo mąstymo būsenoje“. „Problemos dažnai prasideda nuo nesutarimų, religinių ar politinių, - tai sukelia konfliktus, priešiškus ir net karą. /.../ Karminiai polinkiai ir sąlygos lemia pasaulio, kuriame gyvename, prigimtį. **Tai, ką suvokiame kaip išorę, yra vidinio pasaulio projekcija.** Kai kuriems žmonėms mūsų pasaulis yra pragaras, o kitiems – rojus. Bono ir budistų filosofija teigia, kad už tokių skirtumų visi daiktai ir būtybės yra tušti, laisvi nuo savo būties ir galiausiai visiškai nematerialūs. Šiuolaikinė fizika sutinka, kad materija sudaryta iš energijos ir erdvės. **Galime sakyti, kad viskas yra nematerialu arba tuščia,** bet, žinoma, mūsų patirtyje daiktai yra materialūs ir atskirti nuo mūsų. Jei stovėsite priešais atvažiuojantį sunkvežimį ir sakysite sau, kad tai tik nematerialus reiškiny, jis jus pervažiuos. Tačiau būtina pradėti keisti savo nuomonę apie reiškinį būseną. Toliau reaguodami į tai, ką suvokiame, tarsi tai būtų sudaryta iš materialių dalykų, taip pat iš atskirų būtybių, turinčių nepriklausomą egzistavimą, užtikriname įprasto pasaulio tolesnį egzistavimą. Ir tai ne tik filosofija. **Kol reaguojame į savo problemas taip, tarsi jos būtų tikros ir tvirtos, mūsų patirtyje jos tokios ir lieka. Tačiau jei suvokiame, kad jos yra trumpalaikės ir panašios į mirazą, kad jos yra šventųjų elementų energijų pasireiškimas erdvės platybėse, tuomet jos nebėra problemos“.**

Kadangi mokymas apie penkias grynas šviesas nesutampa su moksliniais postulatais, jį galima palaikyti fantazija, kažkuo nepatikimu – tuo, kas paprastai nelaikoma „faktu“. Penkių grynų šviesų negalima išmatuoti ar pasverti; Jie nėra faktas ta prasme, kaip automobilis ar uraganas. Tačiau faktai nėra tiesa. To nuolat mokoma dvasiniuose mokymuose. Nors mes priimame kaip faktą, kad gyvename apsupti negyvų materialių daiktų ir gyvų būtybių, turinčių nepriklausomą egzistavimą, Dharma mums sako, kad nėra materialių daiktų ir atskirų, nepriklausomų gyvų būtybių. Niekas negali mums parodyti meilės kaip fakto, bet kai esame įsimylėję, nėra abejonių, kad meilė yra tikra.

Penki elementai yra tokie pat tikri, kaip meilė yra tiesa ir kaip automobilis yra tikras. Automobilis sudarytas iš elementų: kietos žemės – metalo, vandens – benzino ir alyvos, ugnies – degalų degimo, oro – kuris padeda benzinui degti, ir erdvės – kuri leidžia automobiliui egzistuoti. Akimirka nustokite galvoti apie jį kaip apie „automobilį“ ir pažvelkite į jį kaip į penkių elementų sąveiką. Štai kaip reikia galvoti apie elementus“.

„Penkių elementų istorija ir toliau pateiktas pasakojimas nėra skirti pramogai, bet jie taip pat nėra sausi faktai. Tiesą sakant, tai, kas čia pasakyta, yra daugiau nei faktas, ir teisingas jo

supratimas gali pakeisti visą mūsų pasaulėžiūrą. Jei giliai suprantama, kad nekontingencinis pasaulis iš tiesų yra grynos elementų šviesos žaismas, net ir mūsų neramiame pasaulyje galima rasti ramybę, pašalinti problemas dar joms nepasireiškus ir galiausiai iki galo suprasti proto prigimtį. Yra tam tikra seka, tvarka, iš kurių viskas kyla. Žinodami tai, žinome, kaip sustabdyti nepalankius procesus ir palaikyti palankius“.

Tikiu, kad jus įtikino Tenzin Wangyal Rinpoche teiginiai ir jūs imsite „koreguoti“ savo jausmus, emocijas ar veiksmus, prisiminę Autoriaus pamokas. Tai ne žaidimai – tai mūsų gyvenimas, jo kokybė. Tai mūsų atsakomybė prieš savo sielą, Dievą ir Pasaulį.

MOKSLININKAI ATLIEKA TIBETO BUDISTŲ SMEGENŲ TYRIMUS POMIRTINĖS MEDITACIJOS METU

Trumpas pokalbis su žurnalistu ir Sankt Peterburgo mokslininku fiziologu Sviatoslavu Medvedevu*. Jis gavo iš Dalai Lamos prieigą prie vienuolynų ir tyrinėja pomirtinę meditaciją – thukdamo būseną.

Taigi, vienas mokslininkas iš Sankt Peterburgo, fiziologas ir Rusijos mokslų akademijos akademikas iš Dalai Lamos XIV gavo prieigą prie seniausių budistų vienuolynų ir ten studijavo pomirtinę meditaciją, kurios metu išsaugomas patyrusio specialisto kūnas. Kokios žmogaus smegenų paslaptys buvo atskleistos atliekant tyrimą?





Psichofiziologinių meditacijos tyrimų rezultatų aptarimas 2019 m. vasario mėn. Čia matote Žmogaus smegenų instituto tyrinėtojus. Ant sienos kabo instituto įkūrėjos Natalijos Petrovnos portretas! 2019 m. rugsėjo mėn.

27 metus Sviatoslavas Medvedevas yra Žmogaus smegenų instituto vadovas, daugiausia dėmesio skyrė sąmonės paslapčių studijoms. Mokslinis susidomėjimas neatpažintais ir, iš pirmo žvilgsnio, nepaaiškinamais reiškiniais jam yra paveldėtas. Taigi, Medvedevo prosenelis, garsus sovietų psichiatras Vladimiras Michailovičius Bekhterevas, pirmasis Rusijoje pradėjo studijuoti hipnozę, o Natalija Petrovna Bechtereva nepaprastai domėjosi „patirties po mirties“ fenomenu ir nebijojo kalbėti apie paranormalius dalykus Rusijos mokslininkams.

Meditaciją tyrinėjo šimtai mokslininkų, tačiau daugiausia budistų vienuolynuose, esančiuose Vakaruose, arba universitetų laboratorijose. Ir jiems buvo suteikta prieiga prie seniausių Indijos vienuolynų, gavus paties 14-ojo Dalai Lamos leidimą. Kaip tai atsitiko?

S. Medvedevas pasakoja:

- Su Dalai Lama susipažinome dar 2009 m. Tada aš vadovavau Žmogaus smegenų institutui. Dalai Lama pasakė, kad jei budizmo dogma prieštarauja moksliniams duomenims, tuomet dogmą reikia keisti. Ir tada jis pridūrė, kad mokslininkų žodžiai yra svarbesni nei religinių veikėjų žodžiai. Jis tai žino ir yra suinteresuotas užtikrinti, kad reiškiniai, kuriuos budistų vienuoliai stebi vienuolynuose, būtų patvirtinti mokliškai. Nejprasti žodžiai religiniam lyderiui. Tai mane sužavėjo. Nedirbčiau su žmogumi, kuris būtų tik įsitikinęs, kad yra teisus. Dėl to 2019 metais mūsų laboratorijos atsirado dviejuose Pietų Indijos vienuolynuose – budistiniame pasaulyje jos yra kažkas panašaus į Oksfordą ir Kembridžą. Vaikystėje svajojau apie kosmosą ir Andromedos ūką. Ir taip mūsų komanda buvo įleista į „kitą planetą“, kurioje gyvena

12 tūkst. žmonių (tiek vienuolių gyvena dviejų vienuolynų teritorijoje) – kurioje daugiausia dėmesio skyriama sąmonės tyrimams. Ištyrėme dešimt pomirtinės meditacijos atvejų, du pasitvirtino. Dalai Lama pasiūlė ištirti **thukdam**. Kas tai yra? Tai pomirtinės meditacijos būseną, kai patyrusio specialisto (budisto) kūnas nesuyra daug dienų ar net kelias savaites. Paskutinis tukdamas truko 36 dienas (Indijoje ryte ant stalo paliktas mėsos gabalas iki vakaro supūtų).

Kiek pomirtinės meditacijos atvejų jau patvirtinote?

- Dešimt buvo ištirta, bet tik du buvo preliminariai patvirtinti. Kitais atvejais kūnai vis tiek suyra, bet lėčiau. Mes tik įrodėme reiškinio egzistavimo faktą. Bet nėra taip, kad tai kyla dėl budizmo. Mūsų tyrimai neturi nieko bendra su religija, o aš pats nesu budistas.

Kaip patekti į thukdamą ir išsaugoti negendantį kūną?

- Vienuoliai į šią būseną patenka tam tikru būdu medituodami. Šios meditacijos esmė atitolinti nuo išorinio pasaulio ir nustoti jį jausti. Į klausimą, kaip vienuoliai tai atlieka ir kaip kūnas negenda, kol kas atsakyti negaliu. Tikėtina, kad mirties momentu smegenys siunčia **elektrinį ar biocheminį signalą**, ir visos ląstelės išsaugomos. (*Gal fotonų šviesa neleidžia kūnui mirti? – Mano pastaba*). Jie ruošiasi thukdamui visą gyvenimą, o kaip šis pasiruošimas vyksta, mes tiriamo analizuodami psichofiziologinius pokyčius meditacijos metu. Šiuo metu mes ištyrėme 135 vienuolius, iš jų 20 tantrinių – tai yra elitiškiausią ir uždariausią budizmo grupę. Tarptautiniame psichofiziologų kongrese pasidalinsime savo tarpiniais rezultatais.

Ar tiesa, kad tyrimo metu elektroencefalogramas (EEG) fiksuoja patys budistų vienuoliai?

- Taip. Vienuolynuose išlieka daugybė tabu. Ir sunku įsivaizduoti situaciją, kai „baltieji barbarai“ ant vienuolių galvų montuoja jutiklius ir sėdi su jais meditacijos metu. Prieš pandemiją buvau keliose ekspedicijose Indijoje, bet tyrimai vyksta kiekvieną dieną, o juos iš tikrųjų atlieka patys vienuoliai. Budistiniai laikraščiai rašo, kad vyksta istorinis įvykis: pirmą kartą budistai leido eksperimentuoti vienuolynuose, pirmą kartą atsirado nauja vienuolių specialybė – tyrėjas vienuolis. Buvo atrinkti aštuoni savanoriai, kurie šešis mėnesius mokėsi anglų kalbos, o vėliau atvyko mokytis į Sankt Peterburgą ir Maskvą. Jie klausėsi mokslininkų neurobiologų paskaitų. Vienuoliai buvo mokomi daryti elektroencefalogramas ir dirbti su prietaisais. Jie buvo beprotiškai susijaudinę dėl šio projekto! Dabar, pandemijos metu, mokymus internetu organizuojame dar 25 žmonėms.

Kas vyksta budistų vienuolio smegenyse meditacijos metu?

- Smegenys visiškai nustoja suvokti aplinkinį pasaulį. Pas mus studijuojantys budistai vienuoliai maksimaliai nuslopina mąstymą meditacijos metu.

Ar tokia meditacija veda į ilgaamžiškumą. Kaip?

- Natalija Petrovna Bekhtereva taip pat įrodė, kad smegenų neuronai yra daugiafunkciniai, tai yra, tie patys neuronai užtikrina mūsų mąstymą ir, pavyzdžiui, reguliuoja širdies ritmą. EEG rezultatai rodo, kad smegenų veikla meditacijos metu yra labai intensyvi, įtraukiamos visos jos zonos. Spėju, kad dirbant tokį intensyvią darbą, suveikia savotiškas „vidaus organų masažas“ - dėl to žmogus lengviau atsigauna, ilgiau gyvena. Tyrimas galėtų padėti žmonėms, sergantiems ADHD, pilotams ir sunkvežimių vairuotojams

Ar budizmo įrankiai gali būti tinkami psichikos ligoms gydyti?

- Mūsų darbo svarba yra ta, kad mes tyrinėjame **materijos ir sąmonės problemą, santykį tarp medžiagos ir idealo**. Yra materialus pasaulis, kurį matome, ir yra idealus pasaulis, kurio negalima pamatyti ar paliesti. Tačiau dabar kalbame ta pačia kalba ir įsivaizduojame tuos pačius vaizdinius. Mūsų smegenys iš esmės yra idealaus ir materialaus pasaulio sąsaja. Meditacija padeda šiai sąsajai, smegenims, geriau veikti. **Meditacija yra mokymasis valdyti protą**. Galbūt ateityje galėsime panaudoti jo mechanizmus suaugusiųjų ir vaikų dėmesio deficito hiperaktyvumo sutrikimui (ADHD) gydyti. Arba užkirsti kelią vadinamajai monotonijai – tai yra koncentracijos praradimui dirbant nuobodų, monotonišką darbą – pilotams, atliekantiems ilgus skrydžius ir sunkvežimių vairuotojų.

Kodėl meditacijos tyrimai yra tokie prieštaringi? Vieni teigia, kad tai naudinga, kiti tai neigia.

- Pirma, dėl to, kad skirtingi mokslininkai meditaciją supranta kaip visiškai skirtingas technikas. Studijų pradžioje nusprendėme, kad studijuosime tik vieną jos rūšį – vadinamąją vienos krypties koncentracijos meditaciją, taip pat kai kurias tantras technikas. Antra, anksčiau tyrime dalyvaudavo pasauliečiai ir neapmokyti gyventojai, o dabar studijuojame profesionalus – ne tik budistų vienuolius, bet geriausius iš jų. Uždaviau Dalai Lamai daug metodinių klausimų, ginčijomės dėl pasaulio sandaros. Apie pyktį, pavyzdžiui, ar žmogui to reikia. Manau, kad tai būtina, o Dalai Lama įsitikinęs, kad bet koks veiksmas, atliktas veikiant pykčiui, gali virsti rūpesčiu kitais ir užuojauta. Kitas dalykas, dėl kurio negalime susitarti, yra tai, kad budizme tu turi būti laimingas viskuo, ką turi. Mano nuomone, tai paneigia pažangos svarbą. Dalai Lama yra nepaprastai įdomus žmogus. Bendravimas su juo mane daug ko išmokė.

Kaip galime nuraminti savo neramus protą, jei negalite rekomenduoti meditacijos?

- Tik žmogus, turintis tam tikrą valios jėgą ir susivaldymą, gali nuraminti neramus protą.

Ar jūsų kūryba yra duoklė Natalijos Petrovnos Bekhterevos paieškoms, juk šioje srityje kažkas vis dar slepiama nuo žmogaus ir mokslo?

- Be jokios abejonės. Juk ją domino viskas, kas neištirta ir iš pirmo žvilgsnio nepaaiškinama.

Ar manote, kad ji eitų su jumis pas budistų vienuolius?

- Tikrai eitų.

.....

***Sviatoslavas Medvedevas - fiziologas, fizinių ir matematikos mokslų kandidatas, biologijos mokslų daktaras, profesorius, Rusijos mokslų akademijos akademikas, Rusijos mokslų akademijos Fiziologijos mokslų skyriaus biuro narys, daug metų vadovavęs Žmogaus institutui Rusijos mokslų akademijos smegenys.**

Nuotraukose:

Budistų vienuoliai tyrėjai. Psichofiziologinių meditacijos tyrimų rezultatų aptarimas 2019 m. vasario mėn. Čia matote Žmogaus smegenų instituto tyrinėtojus. Ant sienos kabo instituto įkūrėjos Natalijos Petrovnos Bechterevo portretas.

PASKUTINĖS IŠVADOS APIE ŠVIESĄ

2025 m. Liepos 11d. Lietuvoje lietus.

Baigiu savo projektą “ŠVIESOS KELIU“. Parašiau „savo“ ir stabtelėjau ties tuo žodžiu...Ne, jis ne mano. Mes labai linkę viską savintis. Jis Jėzaus Kristaus, nes būtent Jis atėjo mums pranešti, kad Dievas yra Šviesa, o mes – Šviesos vaikai. Būtent šiuos žodžius krikščioniai turėtų (turėjo) kelti į pirmąją Tikėjimo Simbolio eilutę, bet nesuprato, neiškėlė, o katalikai šį brangų Žodį ištrynė. Liko kas? Daug apie tai rašiau, – nesikartosiu ir jūs nesistebėkite, kad pasaulis grimzta į tamsą.

Taigi, pabaigai noriu stabtelėti ties pačia sunkiausia šiuolaikinio mokslo tema, – **kas yra sąmonė?** Per pastaruosius 200 metų daug kas mėgino vienaip ar kitaip apibrėžti sąmonės reiškinį. Nematomą reiškinį, kurio neįmanoma paimti į rankas ir kokiais nors instrumentais iširti. Mokslininko protui ji liko paslaptimi. Tačiau ne budistams, jogams ar dvasios ieškotojams. Jie puikiai žino, kas yra NUŠVITIMAS. Toks vidinės šviesos blyksnis, kai protui tampa aišku, *kas jis yra ir kas yra VISKAS*.

Tai Pabaigai stimulą davė atsitiktinai internete rastas vieno nepažįstamo žmogaus įkeltas vaizdo įrašas, kuris prikaustė mano dėmesį. Tai yra mikroskopinis 85 valandų trukmės pagreitintas vaizdo įrašas*. Galite pamatyti, kaip vienas neuronas embriono hipokampe plečia savo procesus ieškodamas ryšių. Nufilmuotas Grenoblio neurologijos instituto laboratorijoje (autorė – Leticia Peris).



Leticia Peris

Šis vaizdo įrašas rodo tikrąjį smegenų ląstelių elgesį: saviorganizaciją, aplinkos tyrinėjimą, neuroninių tinklų formavimąsi. Taip mūsų smegenys kuria savo sudėtingą architektūrą – milijardai ląstelių randa viena kitą ir jungiasi, kad galėtume mąstyti, prisiminti, sapnuoti. **Taip veikia nematomoji sąmonė su Šviesos (fotonų) pagalba.** Už tokį atradimą galima duoti tris Nobelio premijas. Pasirodo, kad dabar mokslininkai gali jau tam tikru būdu nufilmuoti netgi TAI.

Aš susiradau internete šią neurobiologę, Leticia Peris, dirbančią Grenoblio Neuromokslų institute, radau daugiau informacijos ir vaizdo įrašų. Pasirodo, kad tokius vaizdo įrašus jau įmanoma atlikti su šviesos mikroskopu. Jo pagalba galima stebėti smegenų ląsteles (neuronus) ir jų pagrindines dalis, tokias kaip ląstelės kūnas ir ataugos (aksonai ir dendritai), kurios sudaro neuroninius tinklus. Elektroniniai mikroskopai dėl savo didelės skiriamosios gebos leidžia mums pamatyti daug mažesnes struktūras, įskaitant sinapses – neuronų sąlyčio taškus, kur perduodama informacija. Taip pat yra tokių metodų kaip imunohistochemija ir fluorescencinė mikroskopija, kurie leidžia vizualizuoti tam tikrus baltymus ir molekules, dalyvaujančias neuroninių jungčių formavime ir funkcionavime, todėl jie tampa matomi mikroskopu. Taigi, nors neuroniniai ryšiai nėra matomi įprastu mikroskopu, šiuolaikiniai mikroskopijos metodai ir tinkami dažymo būdai leidžia išsamiai ištirti jų struktūrą ir funkcionavimą.

<https://www.facebook.com/watch/?v=3504837386509750&rdid=9lzivT3cF987Qlk5>

Leticia Peris darbai parodo, kad esame žmonėmis, turinčiais protą, gebančiais mąstyti tik tol, kol gerai veikia neuronai, per kuriuos juda šviesa. Kai ji blokuojama, tai...žmogus susergera Alzheimerio liga. Jis praranda atmintį. Leticija sako, kad „dauguma žmonių linkę daugiau ar mažiau save blokuoti. Yra simptomų, kurie padeda suprasti situacijos rimtumą, pavyzdžiui: nemiga, nesugebėjimas atsijungti, bloga savijauta be aiškos priežasties, liūdesys, nežinojimas, kuria kryptimi eiti gyvenime, išsekimas, nuolatinis kitų kaltinimas arba neigiamos mintys. Blokus (tiksliau jų priežastis) galima šalinti ir tai padėtų išnykti ligoms (pasekmėms).

Žmogus vertinamas kaip visuma, kurioje fizinis, energetinis, emocinis ir protinis kūnai yra tarpusavyje susiję. Daugumą ligų sukelia emociniai poveikiai, kurie tuo metu nėra

išlaisvinami (kai problemos nesprendžiamos). Jie sukuria blokus energijos kanaluose, vadinamuose meridianais. **Taip vyksta energijos (DVASINĖS) blokavimas.** Blokai nustatomi užduodant klausimus ir liečiant fizinį kūną, vadinamą materija. Kūnas yra tarsi koordinačių plokštuma, kurios stulpeliai žymi laiko juostą, leidžiančią mums žinoti, kada įvyko emocinis poveikis. Tokiu būdu nustatomi blokados tipai (šeima, romantiški santykiai, darbas). Štai, mielieji, kas mus žaloja...mes patys save. Tačiau nuodėmė krenta ant visų, nes mes MOKAME blokuoti ir kitus pačiais įmantriausiais būdais. Nevardinsiu. **Manau, kad pati didžiausia nuodėmė blokuoti kito Žmogaus Šviesą.** Todėl NURIMKIME, valdykime savo emocijas, mintis, ypač įkyrias, mylėkime viską, kas mus supa. Blokuoti neuronų darbą – tai žaloti savo SIELĄ. Kai neseniai skaičiau du tekstus skirtus mokslininkų, filosofų kančioms ieškant atsakymo, kas yra sąmonė, – tai Leticia Peris į tas jų kančias atsakytų: „**NURIMKITE, ponai.** Viskas atrasta, nesukite sau galvos, nes susirgsite Alzheimeriu“.

Aš pridėčiau – medituokite. Kunigams patarčiau: nesukite galvų tikintiesiems savo bedvasėmis dogmomis, paverskite bažnyčią Ramybės vieta, nes tik RAMYBĖJE atrandame Kristaus Šviesą.

Pastaruoju metu galvojau, kad „mano“ projektui reikia aiškos pabaigos. Ir štai Nematoma ranka mane nuvedė pas **Leticia Peris**. Džiaugiuos, kad galiu su jumis dalintis ta informacija.*

Nutariau jums išversti iš prancūzų kalbos neuromedicinos dr. Leticijos Peris patarimus. Tai jums ne ezoteriko (savamokslio dvasinio tyrinėtojo), o holistiškai mąstančio mokslininko patarimai:

DAUGUMA FIZINIŲ IR EMOCINIŲ LIGŲ KYLA DĖL ENERGIJOS UŽBLOKAVIMŲ...

Laimei, vis daugiau žmonių supranta, kokią žalą sveikatai gali padaryti emocijos. Tačiau mažiau žinoma, kas vyksta nuo tos akimirkos, kai patiriame neigiamą emocinį poveikį iki susergant. Remiantis holistine medicina, kiekvienas iš mūsų turime keturis tarpusavyje susijusius kūnus: fizinį, energetinį, emocinį ir protinį. Kiekvienas kūnas turi savo misiją ir tik jis gali ją įvykdyti.



Paveikslėlis iš interneto

- + **Fizinis kūnas:** audiniai, sistemos, kaulai ir kt., sudarantys materialiąją žmogaus dalį.
- + **Psichinis kūnas:** smegenys, mintys ir įsitikinimai.
- + **Emocinis kūnas:** emocijos ir jausmai, kuriuos patiriame santykiuose su savimi ir savo bendraamžiais, kurie gali būti sveiki, pagrįsti meile, arba žalingi, pagrįsti neapykanta. Santykiai, kuriuos užmezgame su tėvais, broliais ir seserimis, partneriais, vaikais ir kitais artimais giminaičiais, daro įtaką mūsų gyvenimui ir keičia mūsų jausmus bei emocijas tarp teigiamų ir neigiamų. Šios emocijos arba jausmai yra **saulės rezginyje**: pilve turime drąsos gyventi arba pykstame; skrandyje turime drąsos arba išsigąstame; širdyje mylime arba nekenčiame.
- + **Energijos kūnas:** Tai vadinama aura ir yra sudaryta iš čakrų. Ji yra maždaug dviejų metrų ilgio ir yra gryna energija.

Jei visi kūnai tinkamai atlieka savo funkcijas, žmogus jaučiasi visiškai sveikas. Tačiau jei energetiniame kūne atsiranda blokada, ji sukelia fizinių, emocinių ir psichinių sutrikimų.

KAIP SUSIDARO BLOKADOS?

Kartais žmogus patiria neigiamą emocinį poveikį: ginčus, konfliktus, nusivylimą, netektis... Jei ji nedelsiant nepaleidžiama, ta emocija virsta medžiaga ir sukelia energijos sąstingį, kuris blokuoja meridianus. Tai vadiname **energijos blokada**. (Čia įterpsiu savo trиграšį į šį

mokslinį aiškinimą: **energija yra dvasinė**, kai tai pripažįstame, žmogus save suvokia kaip **dvasinę būtybę susietą su Dievu Tėvu, apie kurį mums kalbėjo Jėzus Kristus.**

Celestina). Ji turi ir fizinių, ir emocinių pasekmių. Fiziškai blokada sukuria spaudimą aplinkiniams organams ir sugeria jų energiją. Šie organai uždegami, susilpnėja ir galiausiai išsivysto ligos. Ląstelės, kurios sudaro blokadą, savo ruožtu auga ir stiprėja iki tokio lygio, kad pakeičia savo DNR, o tai gali sukelti navikus, fibromas ir cistas. Siekdamas išvengti vėžio, organizmas atveria mažus plyšius ten, kur yra blokada. Taip organizmas sukelia energijos nutekėjimą, kad užblokuotos ląstelės negalėtų maitintis ir stiprėti.

Kai yra nutekėjimų, kūno dalys taip pat gauna mažiau energijos ir susilpnėja. Dažniausiai labiausiai nukenčia nervų sistema. Susilpnėjusi nervų sistema sukelia žmogui sustiprintą emocinį poveikį (nerimą, kančią ir kt.), kurio intensyvumas padvigubėja arba patrigubėja. Tokiu būdu fizinis kūnas perkelia problemą į emocinį kūną.

IŠLEISKITE EMOCIJAS

Kad šis procesas neprasidėtų, svarbu nedelsiant paleisti neigiamas emocijas, nes **maždaug po keturių valandų** neigiamas poveikis virsta materija ir užkemša meridianus. Šias emocijas galima išlaisvinti išreiškiant savo jausmus ir juos įžodinant. Kitaip tariant, reikia verkti, rėkti arba tiesiog pasikalbėti su asmeniu, kuris jus įskaudino, ir pasakyti, kaip jis privertė jus jaustis. Taip pat **yra kvėpavimo technikų (meditacijų - Celestina)**, skirtų šiam poveikiui atpalaiduoti, jei individas tam pasiryžęs.

BLOKŲ TIPAI

Yra daugybė energijos blokadų tipų. Paaškinsiu dažniausiai pasitaikančius.

+ **Smegenų blokada.** Ji yra parietalinėse skiltyse ir susidaro dėl to, kad žmogus negali žodžiu išreikšti savo minčių ar jausmų (komunikacijos blokados pasekmė). Fizinio lygmeniu ji sukelia galvos skausmus, migreną ir galvos svaigimą. Kalbant apie emocinius sutrikimus, ji sukelia cirkuliacines ir obsesyvias mintis, išsiblaškymą, susikaupimą, dėl ko sunku sutelkti dėmesį, atsiranda dėmesio deficitas ir hiperaktyvumo sutrikimas (ADHD) ir nemiga.

+ **Komunikacijos blokada:** Ši forma atsiranda kakle ir atsiranda dėl nesugebėjimo žodžiu išreikšti jausmų. Kaip fiziniai sutrikimai, ji veikia imuninę sistemą (skydliaukę ir užkrūčio liauką), taip pat hormonų ir balso stygų problemas. Emociniu lygmeniu socialinės komunikacijos blokados sukelia nesaugumo jausmą ir žemą savivertę. Intymios komunikacijos blokados, susiformavusios vaikystėje, apsunkina sklandų bendravimą ir jausmų reikšmą.

+ **Rezginio blokada:** Ši blokada susidaro saulės rezginyje dėl nerimo ir kančios kaupimosi per visą gyvenimą. Iš tiesų, dalis bet kokios energetinės blokados atsiduria rezginyje. Fizinio lygmeniu ji sukelia kvėpavimo takų problemas (astmą) ir odos problemas (alergijas). Kalbant apie emocinius sutrikimus, ji keičia nervų sistemą (stresą, nerimą, kančią ir kt.).

+ **Santykių blokada:** Ji kyla kepenyse ir tulžies pūslelėje dėl nusivylimų ir frustracijų santykiuose. Ji sukelia kepenų ir tulžies pūslės uždegimą, cholesterolio, tulžies akmenų, transaminazių (fermentų, atliekančių medžiagų apykaitos funkcijas ląstelių viduje) padidėjimą ir virškinimo problemų, taip pat sudėtingus santykius su esamu partneriu.

+ **Tėvo blokada:** Ji susidaro dešiniajame kirkšnyje dėl tėvo nesupratimo ar konfliktų su juo. Ji taip pat gali atsirasti dėl tėvo kančių susijusių su liga ar mirtimi. Ji sukelia hormonų ir reprodukcinę problemų (priešlaikinė ejakuliacija, prostatos problemos ir kt.). Ji taip pat apsunkina gyvenimo ir darbo projektų įgyvendinimą.

+ **Motinos blokada:** Ji kyla kairiajame kirkšnyje ir turi tas pačias priežastis kaip ir tėvo. Fiziniu lygmeniu ji sukelia frigidumą, hormonines problemas ir menstruacijų problemas. Emociniu lygmeniu ji blokuoja kūrybiškumą, entuziazmą ir intuiciją, taip pat sunkumus parodyti meilę.

Tai visų mūsų ligų – kūno ir sielos – priežastys. Tas šmaikštus posakis, kad visos ligos nuo nervų, – pasirodo yra labai teisingas. O kaip mus gydo mokslinė medicina? Ji **blokuoja** mūsų simptomus cheminiais vaistais. Aš neminėsiu visų ligų. Mano širdies tachikardija buvo „gydoma“ lokrenu. Už konsultaciją su tyrimais privačiam medikui, garsiam tos srities specialistui, paklodavau ir po 200 eu. Jam uždarbis, man – įklimpimas į ligą vis giliau ir giliau. Ne iš karto susigaudžiau kame reikalas, kol neprasidėjo limfoedema kojose...O juk džiaugiausi (kvailė!), kai nuo pusės mažos tabletės visą parą širdis nebedundėdavo. Tačiau laikui bėgant to vaisto reikėjo vis daugiau ir daugiau.

Pilnas to vaisto aprašymas: *Lokren (klonidinas) yra vaistas, kuris dažniausiai naudojamas hipertenzijos gydymui. Jis priklauso alfa-2 adrenerginių agonistų grupei, turinčiai centrinius poveikius, slopinančius simpatinę nervų sistemą.*



Paveikslėlis iš interneto

Na ką gi, mielieji, pradėjau nuo aukštų materijų, nusileidau iki kūno ligų. Viskas su viskuo susiję. BŪTENT tai ir vyksta mūsų gyvenime. Mes nesame visų sričių specialistai, mus moko, nurodo, kaip gyventi...kiti. Ir mes jais **tikime**. Negalime būti visąžiniaisiai. Negalime? **GALIME**. Tačiau aš supratau tai tik senatvėje, sulaukusi 80-ies metų. Kai gyvenimo takeliai jau išvaikščioti. Kas man liko? Liko praturtinta žiniomis siela, su kuria neužilgo iškelsiu Šviesos keliu...Visas žinias man davė Šviesa.

Galiu patarti. Nedalyvaukite jokiose įtartinose bendruomenėse, jos jus įklampins į tuščias apeigas, o jūs patys liksite be Dievo pagalbos, be TO Dievo, apie kurį kalbėjo Kristus ir kurį Jis vadino Šviesa. Šviesa ne tik danguje, regima akimis, **TOJI ŠVIESA yra jumoje ir jūs patys turite Ją surasti**. Tam reikia ramybės ir pasitikėjimo Kristaus Žodžiu. **Jokių apeigų, jokių ceremonijų jūsų sielai NEREikia**.

Jeigu jūs dar sveiki, jei norite gyvenimą patobulinti, mokykitės gyventi KITAIP ir pirmas dalykas, išspręskite visas užblokuotas problemas savo širdyje. Jums padės tikėjimas šio pasaulio Šviesa – Jėzumi Kristumi. Jums padės Ramybės praktika, meditacija ir atlaidumas. Jums padės Medis, Paukštis, Katinas ar Šuo..., jei nerasite šalia Žmogaus.

Mokykitės pažinti SAVE savęs neaukštindami ir kitų neapgaudinėdami...**Jūsų sąmonė yra ŠVIESA, o ne knyginė filosofinė metafora.**

Jėzus Kristus sakė Tiesą:

**„Kai pažinsite save, tuomet ir jūs būsite pažinti ir
sužinosite, jog esate gyvojo Tėvo sūnus.
O jei nepažinsite savęs,
tuo metu jūs esate varge ir jūs patys esate vargas“.**

Amen.

.....

*Vaizdo įrašai, kaip dirba neuronas: <https://www.bing.com/videos/search?q=Grenoble+Institute+of+Neuroscience%2c+Leticia+Peris&qvvt=Grenoble+Institute+of+Neuroscience%2c+Leticia+Peris&FORM=VDRE>

**Daugiau apie Leticia Peris ir jos tyrimus rasite čia:

<https://www.researchgate.net/profile/Leticia-Peris>