

Agnė Kazakevičiūtė de Velázquez

# Angelystė

Kai apie gyvenimo tikslą  
prabyla širdis

## ĮVADAS

### *Kai angelas tampa bičiuliu*

Tai buvo viena ankstyvo pavasario dienų. Po šiokios tokios pertraukos pagaliau pavyko susikaupti ir pasinerti į meditaciją. Įdomu ir netikėta buvo tai, kad tąsyk meditacija atrodė kitokia. Išvydau viziją, kuri išplėtė mano pačios sąmoningumo ribas ir pakoregavo požiūrį į žmogaus galimybes, suteikė naują profesinės srities kryptį ir dar ką. Toje vizijoje pamačiau įspūdingo grožio angelišką būtybę. Angelo išvaizda kaipmat patraukė dėmesį. Tai buvo didinga, spindinti, aukšta būtybė dideliais baltais, žemę beveik siekiančiais sparnais. Renesansui būdingi veido bruožai, ilgi šviesiai rausvi banguoti plaukai suteikė jam švelnumo, baltas apdaras, panašus į abitą, papildė besiskleidžiančią didybę ir sukėlė atimančią žadą nuostabą. Vizijoje jis pasitiko mane prie skaisčiai švytinčios šventyklos, į kurią vėliau ir palydėjo, durų. Joje buvo erdvu ir visiškai tuščia, jokių suolų, altoriaus ar kitų tokiems pastatams būdingų atributų. Grindys buvo išklotos šviesios spalvos

marmuru, jutau malonią jų vėšą. Netoliese, dešinėje, pamačiau keletą laiptų pakopų, ant jų drauge prisėdome. Būtybė prisistatė Gabrieliumi ir pasakė esanti prasmingo gyvenimo angelas. Ji įdavė man didelį žėrintį kristalą, panašų į lotoso žiedą, ir tarusi: „Turėk jį šalia ir žinok, kad jis padės tau su manimi susisiekti“, dingo.

Vadinasi, kai turėsiu klausimų ar norėsiu pasikalbėti, mintyse pagalvosiu apie kristalą ir taip angelą pasikviesiu.

Po šios neįprastos, teigiamai nuteikusios meditacijos pani-  
rau į angelų studijas. Peržvelgiau nemažai informacijos internete, skaičiau užsienio autorių, rašančių apie angelus, knygas, vėliau įsi-  
traukiau į angelų mokslo studijas, mat knietėjo išsiaiškinti, kas yra mane aplankęs angelas Gabrielius.

Gabrielius – vienas iš dažniausiai religiniuose tekstuose mi-  
nimų arkangelų. Šio vardo, kildinamo iš semitų kalbų, reikšmė  
yra *Dievo stiprybė*. Žodis „arkangelas“ kilo iš graikų kalbos – *archi*  
reiškia pirmasis, vyriausiasis, pagrindinis; angelas – Dievo žinios  
nešėjas. Taigi arkangelas Gabrielius galėtų būti vadinamas *pagrin-  
diniu Dievo žinios nešėju*. Biblijoje šis arkangelas dar vadinamas  
Dievo angelu, kuris pranašui Danieliui padėjo suprasti jo regėji-  
mus. Vėliau arkangelo Gabrieliaus vaidmuo atsiskleidžia Zacharijo  
istorijoje: išvydęs angelą jis sužino, kad jų šeima susilauks sūnaus,  
kurį pavadins Jonu. Netrukus panašią žinią arkangelas Gabrie-  
lius paskelbė ir Marijai, kad ši pagimdysianti sūnų, kurį turėsianti  
pavadinti Jėzumi. Religinių tekstų tyrinėtojai teigia, kad kaip tik  
arkangelą Gabrielių išvydo pranašas Mahometas, meditavęs kal-  
nuose. Jis priėmė angelo apreiškimus, kurie vėliau virto islamo  
šventuoju raštu – Koranu. Be to, Gabrieliaus funkcijos atsisklei-  
džia ir senovės žydų religiniuose tekstuose (angl. *Books of Enoch*).  
Kalbama, kad kaip tik jis drauge su arkangelu Mykolu lydėjo Eno-

chą apžiūrėti dangaus, kuriame šis regėjo Dievą ir jo angelus. O Dievui įsakius, Gabrieliui teko susidoroti su puolusiais angelais ir kitais nusidėjėliais. Manoma, kad šis arkangelas yra vienas tų, kurie saugo Edeno sodą. Kaip matyti iš šių pavyzdžių, Dievo galia atsiskleidžia per arkangelą Gabrielių kaip pranašysčių aiškintoją, žinios apie būsimą nėštumą nešėją, Dievo žodžio skleidėją, Viešpaties valios vykdytoją.

Ezoterinėje literatūroje arkangelo Gabrieliaus vaidmuo siejasi su šventuosiuose raštuose minimomis jo funkcijomis, bet čia atsiskleidžia kur kas subtiliau. Pirmiausia jis pristatomas kaip besilaukiančiųjų ir norinčiųjų tapti tėvais globėjas. Moterų liudijimai atskleidžia, kaip joms pavyko pastoti, sėkmingai išnešioti ir lengvai pagimdyti, vos tik paprašius Gabrieliaus pagalbos. Taip pat nurodoma, kad angelas padeda ir vaikų tėvams, kai šie susiduria su tėvystės sunkumais ir vaikų auklėjimu. Be to, Gabrielius globoja ir tuos, kurių hobis ar profesinė karjera vienaip ar kitaip susiję su komunikacija: tai gali būti rašytojai, žurnalistai, radijo ir televizijos laidų vedėjai, viešojo kalbėjimo specialistai, mokytojai ar vaizduojamojo meno atstovai. Arkangelas padeda žmonėms, kurie nori aiškiai ir suprantamai išsakyti savo tiesą, ypač iškilus sudėtingoms stresinėms ir konfliktinėms situacijoms. Jis gali suteikti pagalbą ir rengiantis verslo susitikimams ar pristatymams. O prireikus gali inspiruoti, motyvuoti, padėti išsivaduoti iš baimių ar atidėliojimo. Arkangelas padeda ir tiems, kurių misija – veikti plačiai. Menininkams Gabrielius suteikia įkvėpimo imantis naujų kūrybinių projektų, o scenos žmonėms – drąsos ir pasitikėjimo savimi. Man asmeniškai arkangelas padėjo atpažinti užslėptus talentus, atrasti tikrąjį gyvenimo pašaukimą ir suteikė visokeriopą pagalbą visa tai priimant, suvokiant ir kuriant naują profesinio gyvenimo kelią, kuris turi mažai

ką bendra su mokslininko karjera ir labai daug su kūrybiškumu, rašymu ir dvasingumu. Akivaizdu, kad Gabrieliaus kompetencijos yra kur kas platesnės, nei gali pasirodyti iš pirmo žvilgsnio.

Nors perskaičius ir išanalizavus daugybę informacijos, susijusios su arkangelu Gabrieliumi, pasidarė aiškiau, niekaip negalėjau patikėti, kad jis mane aplankė. Ką jau kalbėti apie tai, kad ne tik jį regėjau, bet ir kalbėjausi su juo! „Gal mane kamuoja haliucinacijos?“ – pagalvodavau kaskart baigusi medituoti. Per penkerius meditavimo metus buvau pratusi prie įvairių labai įdomių potyrių, kurių pasitaikydavo panirus į atsipalaidavimo ir susitelkimo būseną. Išvysdavau tai, kas ateityje nutiks man ir kitiems, – ir tai vėliau išsipildydavo, – susisiekdavau su savo aukštesniuoju aš ir paprašydavau pagalbos, regėdavau mirusių žmonių arba dar neįsikūnijusias sielas ir su jomis pasikalbėdavau. Tačiau dar niekada neteko išvysti angelo ar bendrauti su juo! Įsižiebusi vidinė kibirkštis paskatino ieškoti daugiau informacijos apie kitus žmones, kurie galbūt tai patyrė. Savo džiaugsmui, tokių žmonių radau ne vieną! Kai kurie jų kasdien priima tai, ką jiems sako angelai, ir skleidžia tą žodį kitiems. Ir visa tai tam, kad mes, žmonės, būtume laimingesni, mylintys ir mylimi, lydimi sėkmės, sveiki ir sąmoningi. Kad gyventume išsivadavę iš baimių, įkvėpti besąlyginės meilės ir vidinio žinojimo, jog gyvenimas turi prasmę ir misiją, o mes esame didingi jo kūrėjai. Gal ir tau ką nors panašaus teko patirti?

Kai pagaliau supratau, kas yra diktavimas (angl. *channeling*), ir ėmiau pasitikėti naujais meditacijų potyriais, nusiraminau. Tačiau galvoje vis kirbėjo klausimas: koku tikslu man skirta tokia patirtis? Tas klausimas šmėžavo galvoje apie metus nuo tos akimirkos, kai pirmą kartą išvydau arkangelą Gabrielių. Netrukus jis ir vėl mane aplankė medituojant. Tačiau, skirtingai nei pirmą kartą,

vizijoje jis nekalbėjo, tik į rankas įdavė kitą dovaną. Šį sykį tai buvo nuostabaus grožio auksu žerintis ir į geometrines figūras panašiais ornamentais išmargintas rašiklis. Prieš jam pranykstant, mintyse spėjau paklausti:

– Kam skirtas šis rašiklis?

Jis trumpai atsakė:

– Labai greitai sužinosi.

Iš tikrųjų po kelių dienų jis ir vėl išnirio man prieš akis, vos tik ėmiau medituoti. Tuomet Gabrielius tarė:

– Noriu tavęs paprašyti, kad užrašytum viską, ką dabar pasakysiu.

Ištempiau ausis, nors ir negirdėjau jo kalbant, tik jčiau užplūstantį žinojimą ir sau nebūdingas mintis. Paklausiau:

– Kaip turėčiau tai užrašyti?

– Įsijunk kompiuterį ir tuoj pradėsim, – atsakė akimirksniu.

Kol ruošiausi pirmajam diktavimui, niekaip negalėjau atsikratyti nuostabos. Viduje kirbėjo nepatiklios ir kritiškos mintys, jos stūmė mane nuo dialogo, kuris iš pirmo žvilgsnio pasirodė beprotiškas. Vis dėlto nusprendžiau leisti tai informacijai tekėti per mane, todėl, būdama atsipalaidavusi, atmerktomis akimis sėdau prie kompiuterio ir užrašiau pirmąjį arkangelo Gabrieliaus man padiktuotą tekstą:

*Gyveno kartą pasiturintis žmogus. Jis ūkininkavo, o jo avys buvo vienos geriausių valsčiuje. Daug kas apie jį kalbėjo: vieni jam pavydėjo, kiti žavėjosi, treči stebėjosi keistu ūkininko gyvenimo būdu. Kas rytą vos tik pabudęs jis eidavo melstis avims. Melsdavo jas būti gražias, riebias ir vaikingas. Ūkininkas tiesiog buvo apsėstas avių ir jų veisimo.*

*Kartą užėjo stipri audra su liūtimi ir užtvindė visą avių aptvarą. Per kelias valandas jos paniro į purvą iki pusės, o per kitas dvi valandas buvo beveik paskandintos purve ir nepajėgė nė pajudėti. Greitai valstietis suprato, kad jeigu ir toliau lauks, kol audra baigsis, užsidaręs savo namuose, visos avys paskęs. Taigi jis pasiėmė reikalingus įrankius, apsilvilko šiltus drabužius, apsiavė guminius batus ir užsimetęs lietaus apsiaustą išbėgo laukan avių gelbėti. Vėjas buvo labai stiprus ir lijo kaip iš kibiro, todėl ūkininkui buvo sunku eiti, tačiau jis lėtai ir užtikrintai slinko aptvaro link. Tolumoje girdėjo beviltišką avių mekenimą – pagalbos šauksmą, ir tai jam plėšė širdį. Jis skubėjo kaip įmanydamas, tačiau stichija buvo žiauri ir negailestinga. Ūkininkas matė, kaip jam artėjant purve nyko baltosios avių galvos ir tilo jų pagalbos šauksmas. Širdis jam plyšo iš skausmo. Po gero pusvalandžio kovos su audra jis pasiekė aptvarą, deja, per vėlai. Visos išpuoselėtos avys paskendo nesulaukusios pagalbos. Apimtas sielvarto, ūkininkas prisiminė Dievą ir sušuko:*

*– Kodėl tai padarei?! Ar nematei, koks aš laimingas buvau jas augindamas?!*

*Dievas atsakė:*

*– Jeigu būtum buvęs laimingas, dabar man dėkotum, kad ne tu, o avys purve paskendo.*

Visą tą laiką, kol buvo diktuojamas tekstas, mano protas įnirtingai kritikavo, klausinėjo ir bandė visa tai pašiepti, tačiau arangelas Gabrielius ramiai ir švelniai skatino nesustoti. Jis patikino, kad vos tik tekstas bus baigtas, man pasidarys aišku, ką norima juo pasakyti. Tiesą sakant, kai diktavimas baigėsi, o Gabrieliaus bal-

sas išsisklaidė erdvėje, įdėmiai viską perskaičiau, bet suvokti paslėptos minties nepavyko. Nors kuo daugiau mąščiau, tuo aiškiau darėsi, kad Gabrieliaus padiktuotoje istorijoje galima įžvelgti ne vieną mintį. Man atrodė, kad ji tarsi kviečia dar kartą apmąstyti su laime susijusius dalykus ir atsigręžti į tikrąjį jos šaltinį, kuris glūdi ne išorėje, o mumyse!

Nuo tos dienos arkangelas mane nuolat lankė per meditacijas, dalijosi išmintimi ir skatino visa tai užrašyti. Tik vėliau supratau, kad jo diktuojami tekstai skirti ne tik man, o ir kitiems žmonėms, ieškantiems įžvalgų, patarimų, metodų, kurie padėtų siekiant nugyventi laimingesnį, prasmingesnį, sąmoningesnį, besąlyginės meilės ir vidinės laisvės kupiną gyvenimą.

Taip netikėtai ir kiek keistai prasidėjo mudviejų su Gabrieliumi bičiulystė. Ji virto į nuostabią ieškojimą ir atradimą grįstą pažinimo kelione. Ne tik patikėjau, kad angelai egzistuoja, bet ir esu gyvas pavyzdys to, kas nutinka, kai žmogus nuoširdžiai atveria širdį pagalbai iš dangaus. Patyriau fizinį išgijimo stebuklą, kai buvau išvaduota iš ilgą laiką mane kamavusios infekcijos. Pavyko užgydyti ir širdį draskančias vaikystės traumas, kurias patyriau augdama atskirai nuo mamos, iš esmės pakeisti santykius su ja ir atleisti už viską, ką ji man padarė. Be to, sulaukiau neįtikėtino palaikymo ir

---

*Turiu pasakyti, kad žinojimas  
mane sukrėtė, ėmiau abejoti prasme viso to, ką iki tol  
gyvenime veikiau. Kilo daugybė klausimų! Visa tai nemenkai  
baugino, bet pasiryžau kuriam laikui palikti akademinę  
aplinką, atsiriboti nuo profesinių laimėjimų ir susitelkti į dvasinį  
darbą, tiksliau, įgyti papildomą kvalifikaciją – tapti dvasine  
mokytoja ir rašytoja!*

vedimo sunkiais asmeninio ir profesinio gyvenimo nuokalnių etapais. O svarbiausia – išgyvenau spartų dvasinį augimą, suteikęs visiškai kitokį požiūrį į gyvenimą, dar stipresnę laimės ir pilnatvės jausmą, savęs, kaip neriboto potencialo žmogaus, suvokimą. Daugybę metų ieškojau pašaukimo ir maniau, kad apgynusi disertaciją dirbsiu akademinį darbą, nes man puikiai sekėsi. Tačiau nesi-  
jaučiau laiminga. Tik vėliau, susibičiuliavusi su nematomu angelų pasauliu, po daugybės nemigos, savianalizės, blaškymosi akimirkų pagaliau supratau, kas esu ir koks mano tikrasis pašaukimas. Net dabar visa tai skamba neįtikėtinai! Jei ir tu jauti, kad tavo darbas, asmeniniai santykiai, sveikata ar ryšys su savimi prašosi dėmesio, pokyčių, laisvės, ši knyga – tau.

Knygoje pateikiami arkangelo Gabrieliaus pastebėjimai pa-  
čiomis įvairiausiomis gyvenimo temomis – pradedant tuo, kaip priklausomybę ir baimę paversti mus palaikančiomis draugėmis, rasti gyvenimo pašaukimą, pamilti žmogų, suteikęs daug skausmo, ar išmokyti vaikus besąlygiškai mylėti save ir pasaulį, ir baigiant tuo, kaip vadovautis gausa grįstu požiūriu į gyvenimą ir ką daryti norint išgyventi laimę kasdien, kaip atsikratyti noro viską ir visur kontroliuoti, išsivaduoti iš gniuždančių santykių, žalingų įsitikinimų ir dar daugiau. Tai refleksiją skatinanti ir veikti kviečianti interaktyvi knyga, kurioje, greta įvairiausių arkangelo Gabrieliaus pastebėjimų, pateikiama klausimų ir metodų, padėsiančių pritaikyti naujas žinias siekiant susidoroti su daugybe kasdienių gyvenimo išbandymų. Tad kviečiame leistis drauge į intriguojančią savęs pažinimo kelionę ir atrasti save iš naujo!





## *Nuo ko pradėti, kad suklestėtų iš tiesų?*



**D**vasingumas yra viso ko pradžia. Jis kaip žemė, kurios reikia augalams. Žemėje išauga ir sužydi gėlės. Lygiai toks yra žmogaus gyvenimas. Iš dvasingumo išauga asmeninio ir profesinio gyvenimo gėlės, jos ilgainiui pražysta, gaudamos palaikymą ir energiją iš žemės. Todėl norint klestėti pirmiausia reikia pradėti nuo dvasingumo paieškų, ryšio su juo mezgimo ir sutvirtinimo, o vėliau pereiti prie sąmoningo dvasinio augimo.

Dvasingumo paieškos prasideda žmogui suvokus, kad esame daugiau nei kūnas ir protas. Vieniems tai nutinka natūraliai, nes, kiek leidžia atmintis, jie jaučia ir žino esantys daugiau nei apčiuopiama fizinė materija. Vidinį žinojimą sunku paaiškinti, jis tiesiog YRA. Kitiems vidinį žinojimą sužadina sąmoningą gyvenimą pasirinkę šeimos nariai, giminaičiai, bičiuliai ar kolegos. Savo pavyzdžiu ir patirtimi jie skatina susimąstyti, įkvepia ieškoti tikrosios tiesos, domėtis žmogaus savybėmis ir galimybėmis. Treiems reikalingi

## *Kai apie gyvenimo tikslą prabyla širdis*



Gyvenimo tikslas – tai sielos kelias, kurį ji renkasi įsikūnydama į konkrečias aplinkybes šiame pasaulyje. Sielos, kai ji konkrečiai į ką nors įsikūnija, ir žmogaus, kaip asmenybės, tikslas gyvenime dažnai skiriasi. Pavyzdžiui, žmogus siekia patenkinti savo ego poreikius, pavyzdžiui, būti pripažintas, didžiai gerbiamas ir turtingas. Jis sąmoningai ar ne ieško galimybių, kaip tai patenkinti dirbdamas gerai atlyginamą, bet nemėgstamą darbą, ar tokį, kuriame pati aplinka verčia varžytis, kovoti dėl išlikimo, atlikti užduotis, prieštaraujančias žmogaus įsitikinimams ir vertybėms. Galimos pačios įvairiausios situacijos ir skirtingi motyvai, tačiau kad ir ką žmogus veiktų, galutinis rezultatas – tuštuma širdyje ir dirbtinai sukurta laimės iliuzija. O sielos tikslas – atlikti unikalią misiją ir mėgautis gyvenimu. Unikalią misiją užčiuopti gali būti nelengva, ypač jei žmogus nepratęs klausytis širdies balso. Vis dėlto jei ne kiekvienas, tai bent didžioji dalis žmonių turi veiklos, kuria mėgau-

---

*Jeigu žmogui pavyksta suderinti sielos ir proto balsus  
bei atrasti prasmingą saviraiškos formą,  
jis užčiuopia tikrąją laimės giją.*

---

jasi. Tai gali būti paprasčiausias hobis, priverčiantis „širdį dainuoti“. Priešingu atveju padariniai būna liūdni. Sielos ir žmogaus ego poreikių konfliktas sukelia įvairiausių bėdų, išprovokuoja nepasitenkinimą gyvenimu, nusivylimą viskuo ir visais, liūdesį, depresiją, nesibaigiantį blaškymąsi nuo vienos veiklos prie kitos, laimės ieškojimą materialiniuose dalykuose. Visa tai liudija, kad žmogaus ego ir sielos poreikiai yra nesuderinami. Todėl jeigu žmogus ištis trokšta būti laimingas, siekia, kad tas jausmas būtų tvarus ir nepavaldus jokioms aplinkybėms ar bėgančiam laikui, jis turėtų skirti pakankamai dėmesio savęs pažinimui ir sielos gyvenimo tikslo suvokimui.

Kaipgi atrasti gyvenimo tikslą? Tam neabejotinai padės gyvenimo analizė ir refleksija. Praktikuojantieji meditaciją ar kitus dvasinius savęs pažinimo būdus žino, kad gyvenimo tikslą priminti gali ir angelai sargai, dvasiniai mokytojai, mentoriai ar kitos dvasinės būtybės, globojančios žmogų. Reikia tik jų paklausti.

Be dvasinių praktikų, ieškant gyvenimo tikslo padeda mokėjimas **klausytis savo širdies**. Tai nesudėtinga trijų žingsnių refleksija, kuri skatina pažvelgti į praeitį konstruktyviai ją apmąstant.

---

*Tik supratus tikrąsias sielos intencijas ir ego potencialą  
galima susikurti laimingą, prasmingą, gausos ir pilnatvės  
kupiną gyvenimą.*

Vėliau ši refleksija nukelia žmogų į tobulo gyvenimo svajonę ir kviečia ją patyrinti. O paskui sugretinami du požiūriai į žmogaus gyvenimą ir ieškoma bendrybių, atsikartojančių elementų, kurie padėtų išsigryninti pagrindines gyvenimo tikslo sudedamąsias dalis. Taigi:

1. Patogiai atsisėsk, užsimerk ir atsipalaiduok. Prisimink tuos gyvenimo momentus ar aplinkybes, kai atrodė, kad viskas, ko ėmeisi, sekėsi, ir širdyje jautei džiugesį. Atsimerkęs sudaryk tų situacijų sąrašą (užpildyk 1-ąją lentelės skiltį).

Vėliau prie kiekvienos situacijos surašyk, ką tuo metu veikei (užpildyk 2-ąją skiltį).

Užsimerk ir mintimis grįžk į surašytas situacijas. Pasisitenk išjausti kiekvieną jų ir suvokti, kodėl tave tai džiugino. Surašyk kilusias mintis trečioje lentelės skiltyje prie kiekvienos anksčiau įvardytos situacijos.

1 lentelė. Pirmo žingsnio refleksija

| Eil.<br>nr. | Praeities situacija | Ką tuo metu<br>gyvenime veikei? | Kodėl jauteisi<br>laimingas? |
|-------------|---------------------|---------------------------------|------------------------------|
|             |                     | VEIKLOS                         | MOTYVAI                      |
| 1.          |                     |                                 |                              |
| 2.          |                     |                                 |                              |
| 3.          |                     |                                 |                              |
| ...         |                     |                                 |                              |

2. Dabar įsivaizduok, kad esi viskuo aprūpintas. Viską turi, tave supantys žmonės taip pat nieko nestokoja. Esi laisvas rinktis ir gali daryti ką tik panorėjęs. Kokioms aplinkybėms ar situacijoms esant leistum sau imtis svajonių veiklos? (Užpildyk 1-ąją lentelės skiltį.)

Kuo užsiimtum? (Užpildyk 2-ąją lentelės skiltį.)

Kodėl? (Motyvus nurodyk 3-iojoje skiltyje.)

2 lentelė. Antro žingsnio refleksija

| Eil. nr. | Svajonių situacija | Ką veiktum, jei nevaržomai galėtum rinktis? | Kodėl?  |
|----------|--------------------|---------------------------------------------|---------|
|          |                    | VEIKLOS                                     | MOTYVAI |
| 1.       |                    |                                             |         |
| 2.       |                    |                                             |         |
| 3.       |                    |                                             |         |
| ...      |                    |                                             |         |

3. Dar kartą pasižiūrėk į savianalizės rezultatus ir pagalvok, ar pirmoji ir antroji refleksija turi panašumų. Panaši gali būti veikla ir jos motyvai. Įrašyk juos į pirmąją toliau pateiktos lentelės skiltį.

Ar gali rasti veiklą ar profesiją, kuri apimtų tuos panašumus? (Surašyk tai 2-ojoje skiltyje.)

Įsivaizduok, kad imiesi minėtos profesijos ar darbo. Kaip jautiesi? (Išvardyk visus potyrius 3-iojoje skiltyje.)

3 lentelė. Trečio žingsnio refleksija

| Eil. nr. | Panašumai | Veikla / profesija | Potyriai įsivaizduojant save naujoje veikloje |
|----------|-----------|--------------------|-----------------------------------------------|
| 1.       |           |                    |                                               |
| 2.       |           |                    |                                               |
| 3.       |           |                    |                                               |
| ...      |           |                    |                                               |

Jeigu panašumų nėra, verta savęs paklausti kodėl. Galbūt pirmiausia reikės išsiaiškinti priežastis, neleidžiančias būti savimi, ir tik tuomet pasinerti į gilesnę gyvenimo tikslo atradimo kelionę. Kita vertus, abiem atvejais galioja tas pats klausimas: ***gal vis dėlto laikas keisti gyvenimo kryptį?***

*O kas, jeigu baimės yra tavo šansas  
būti iš tiesų?*



**V**isi žmonės turi vienokių ar kitokių baimių. Ne visas jas galima suvokti, bet baimės nepaliaujamai kenkia unikaliu ir savitu būdu.

Suvokiamomis baimėmis galima būtų vadinti tas, kurios bent jau kartą yra parodžiusios savo veidą. Žmogus žino, kaip jos atrodo, nes patyrė akistatą su jomis. Tokia baime galima būtų vadinti tai, ko žmogus labai nori išvengti ir ką ignoruoja. Tai gali būti mirtis, praradimas, vienatvė, pajuoka, fizinis skausmas, negalia ir pan. Kai kurias baimes žmogus įveikia, kitoms pasiduoda ir palieka likimo valiai. O jos neabejotinai tūno sąmonės šešėlyje ir laukia savo laiko. Tas laikas būtinai ateina. Ir štai vėl nauja akistata! Kyla klausimas, kas ką nugalės šįkart: baimė žmogų ar žmogus baimę?

Nesuvokiamos baimės turi visišką laisvę reikštis, joms nereikia slėptis sąmonės šešėlyje. Jos nematomos, dėl to dalyvau-