



TERAPIJA ZDRAVLJENJE SRCA IN DUŠE, KI JO AMERIŠKA ZDRAVILKA NANCY NESTER RAZVJA IN IZVAJA S SOPROGOM, PRINAŠA ZANIMIVE UVIDE VASE. GRE ZA ZAVEDANJE TEGA, DA SMO USTVARJALCI SVOJEGA TRENTUKA IN DA IMAMO MOŽNOST IZBIRE. PRAV VSAKDO NAMREČ HREPENI PO LJUBEZNI IN OBČUTKU, DA JE NEKAJ VREDEN, VENDAR MNOGI TO POTRDITEV IŠČEMO V IZPOLNJEVANJU DOLOČENIH MERIL, PRAVIL ALI POGOJEV. DOJETI TO, DA LAHKO SAMI ODLOČAMO, ALI BOMO ŽRTVE PRETEKLOSTI ALI PA SI BOMO USTVARILI ŽIVLJENJE, ZA KATERO VEMO, DA SI GA ZASLUŽIMO, JE PRI TEM KLJUČNEGA POMENA.

SLOVENIJA JE BILA NJENA ČUDOVITA UČITELJICA

Piše: Tjaša Artnik Knibbe

Nancy Nester, ki že več let obiskuje Slovenijo, se k nam vrača v kratkem. Naša dežela jo je, kot pravi, veliko naučila, ona pa k nam prinaša sporočilo o ljubezni, sprejetosti in samozavesti. To so naravne danosti, ki pa so pogosto zadušene pod tono balasta preteklih izkušenj.

ZAUPAJTE NAM, KAKO VAS JE ŽIVLJENJE ZAPELJALO V GLOBOKE SVETOVE DUHOVNOSTI TER ONKRAJ INTELEKTUALNIH IN ČUSTVENIH RAZLAG RESNIČNOSTI.

Že od malega sem imela zelo razvito intuicijo in kmalu sem se povezala z arhetipom boginje Quan Yin, ki velja v vzhodnjaški kulturi za boginjo sočutja. Globoka vez, ki se razvije s tem likom

ljubezni, mi v časih, ko je težko, poda roko na poti vase. Tako postane sočutje referenčna točka mojega zavedanja. Iz te točke sem se naučila

ljubezni do sebe in kako pomembno je sprejemanje vsega, kar sem. Izkusnje, ki sem jih nato imela z bolečimi izgubami ljubljenih, pa so mi odprle polje zavedanja, da je realnost, ki jo živimo, v resnici iluzija razuma. Ta pa je nujen prvi pogoj na poti v bolj duhovne aspekte naše narave. Prav smrt uči, da ne moremo okusiti brezmejnega zavedanja, če prej ne sprejmemo svoje fizične in čustvene narave. Tako sčasoma ugotovimo, da je čustvena bolečina pravzaprav

**LJUBIM SLOVENIJO IN V VAŠI
PRELEPI DEŽELI SEM NALETELA NA
LJUDI, S KATERIMI SEM SE TAKOJ
UJELA.**

usmerjevalec na poti, ki opozarja, da ne živimo v skladu s svojo notranjo resnico. Tako sem nehala hrepeneti po življenju, ki naj bi

ga imela, in razumela, da so bile vse izkušnje, ki so mi prišle na pot, nujne za zorenje.

SVOJE TALENTE URESNIČUJETE TUDI V PRAVNIŠKIH VODAH. TE PO SVOJE TEŽKO POVEŽEMO Z DUHOVNIM, SAJ TEMELJIVO NA DELITVI NA DOBRO IN ZLO.

Prav ta polarnost v meni zbudi posebno zanimanje in iskanje srednje poti, ki pa ni

kompromis, ampak sožitje. In prav notranja modrost, ki izhaja iz mojega notranjega jaza, ne pa le razuma ali čustvene intelligence, pripelje do zlate sredine, ki ji kraljuje sočutje.

KOT TERAPEVTKA IN SVETOVALKA ZA DUHOVNO RAST SVOJEZNANJE DELITE TUDI S SOPROGOM KENOM PAGEEM, S KATERIM STA BILA TUDI V SLOVENIJI. SE RADI VRAČATE K NAM?

Ljubim Slovenijo in v vaši prelepi deželi sem naletela na zelo različne ljudi, s katerimi sem se takoj ujela. V posebno veselje mi je vsakič znova deliti svoje izkušnje med tistimi, ki si želijo odkriti delček notranje resnice. Pri predavanjih gre vedno za dvosmerni proces in za to, da smo po njih obogateni vsi.

Slovenija je bila na poti čudovita učiteljica in me je z različnih zornih kotov veliko naučila. Čeprav zgodbe, ki so mi bile zaupane, niso bile vedno lahke, so mi sočasno odpirale srce in sposobnost za sočutje.

NA POTI DO SOČUTJA VERJETNO PRAV KEPICA ČUSTVENEGA BOLEČINSKEGA JEDRA MNOGE »UGRABIK. ALI PO VAŠEM MNENJU ŽIVIMO V ČASIH, KO SE POGUM ZA SOOČANJE S TEM DELOM NAS SAMIH KREPI, ALI SE NAM OBETA ŠE VELIKO KRČEV?

Odlično vprašanje, ki poseže v jedro težav, ki nas danes žulijo. Pri tem se mi zdi ključno vprašanje, od kod ti strahovi. So del nas ali okolja, v katerem živimo? Po izkušnjah pri svojem dolgoletnem terapevtskem delu verjamem, da gre za mešanico obojega. Prav zunanje okolje namreč lahko v nas sproži dolgo »pozabljen« ali nikoli predelane čustvene resonance, ki ostanejo ujete v našem čustvenem telesu. Ti pozabljeni strahovi nas lahko podzavestno sabotirajo in v želji, da bi jim ušli, ponavljamo vedno iste korake. Do trenutka, ko čustvo ozavestimo in mu posvetimo namesto bega vsaj malo pozornosti. Pri tem je pomembno razumeti, da so ljudje, ki nam pridejo nasproti, pomembna zrcala in da so čustva del izkušnje, ki jo okušamo. Pri vsem pa je najbolj pomembno dojeti, da smo za svoj del ustvarjanja življenja odgovorni sami, in posvetiti kanček pozornosti svojemu notranjemu glasku, ki natančno ve, kaj je prav. Tako vzamemo moč nazaj v svoje roke.



POSVETIMO KANČEK POZORNOSTI SVOJEMU NOTRANJIEMU GLASKU, KI NATANČNO VE, KAJ JE PRAV.

VRNIVA SE ŠE ZA TRENUTEK K SLOVENIJI. KAKŠEN VTIS PUSTIMO?

Veseli me, da sva vedno znova povabljen, da deliva svoja vedenja. Poleg tega imava zelo rada Slovence in vašo deželo. O stoletnem kruhu ne bom govorila, ker je postal prava odvisnost. (smeh) Pri ljudeh sva opazila veliko raziskovalnega duha in željo po spremembah. Kljub močni podobi kritičnosti in ljubosumja je na drugi strani močna želja po spremembah vzorcev, ki nas vodijo in takšne občutke in misli, odlična odskočna deska za preseganje ovir. Med tisočimi, ki so naju obiskali, smo opazili zelo podobne vzorce in čustvene naboje, ki nato soustvarjajo resničnost, v kateri živimo. Če pri tem ni sprememb, se ti energijski vzorci le ponavljajo. A kot sem že omenila, je prav lakota po spremembah ključ, ki omogoča spremembo tako na individualni kot tudi kolektivni ravni. Ko se spremeni energijska matrica posameznika, se avtomatično spremenijo odnosi, v katere ta vstopa. Slovenija ima v teh časih veliko priložnost, da gostoto svoje kolektivne vibracije dvigne na višjo, lažjo raven in odpusti čustveno prtljago preteklika.

LAHKO DELITE KAKŠEN KONKRETN NASVET, KAKO SE ČIM LAHKOTNEJE PODATI NA POT SPREMEMB?

Vsekakor je prisotnost v trenutku točka, kjer se začne iskati novo in resnično. Mnogi posamezniki, ki jih teža življenja brez potrebnega zavedanja sili v zapuščanje trenutka, se ujamejo v mrežah preteklih mrež in strahu pred tem, kar prihaja. Tako pa povsem izgubijo vrednost doživljanja trenutka, v katerem lahko vzklikajo resnične spremembe. V

trenutku ni strahu pred tem, kar bo, ker se zavedamo, da smo sposobni manifestirati svoje življenje mi in nihče drug. Gre za polje čudežev, a tudi soočanja s pristno bolečino, ki jo je treba integrirati v zrelega sebe. Soočanje z bolečino, ki smo jo preživel, je korak, ki sporoča, kako močni pravzaprav smo in kaj vse smo uspeli preživeti. Zavedanje tega in vseh darov, ki jih nosimo v sebi, zaneti v nas samozavest, ki ne terja truda, ciljev, delovanja, ampak preprosto je.

LETU 2012 SO MNOGI OZNAČILI KOT PRELOMNO. NEKATERIM TO ZBUDI GLOBOKE STRAHOVE, SAJ IMAMO TAKO RADI NADZOR. KAJ SE DOGAJAJ?

Kolektivni strah, ki se dviguje in ustvarja dodatne nevšečnosti, je močna sila, ki se ji je treba z zavedanjem postaviti po robu. Mnogi se namreč prilagodijo kolektivnim splošno sprejetim »resnicam« brez predhodne analize, ali je to splošno tudi najbolje za nas. S Kenom tej temi posvetiva kar nekaj besed, ki jih lahko v daljši različici najdete tudi na najini internetni strani www.kenpage.com. Ohranjanje v vibraciji strahu nas okameni in ujame v primež. Iz te perspektive dobi posameznik občutek, da nima upanja in moči za boljši jutri, kar logično še poglobi obup. Je pa res, da tudi upanje in popolna predanost »svetlobi«, ki jo mnogi danes

KOLEKTIVNI STRAH JE MOČNA SILA, KI SE JI JE TREBA POSTAVITI PO ROBU.

promovirajo, po mojem nista najboljša rešitev. Sama svetujem prisotnost v trenutku in učenje umetnosti sprejemanja vsega, kar trenutek ponuja. Mnogi boste presenečeni, kako drugačna je resničnost, ko nanjo pogledamo s te perspektive.

KEN PAGE IN NANCY NESTER V SLOVENIJI

Ken Page in Nancy Nester bosta predavala in izvajala osebna zdravljenja od 28. februarja do 24. marca 2012. Več na www.spirala.si.