

# Nebijoti išeiti

„Palikti šį pasaulį – tai gimti iš naujo. Mirtis – žmogiškosios esybės gimimas kitose tikrovėse, – pokalbis apie jautrius dalykus pradeda **Ennea Tess Griffith**, Laisvojo Samadevos universiteto studijų direktorė, tanatosofijos specialistė, jau daug metų lydinti mirštančiuosius į anapusių pasaulį ir mokanti šios praktikos kitus.



PATARIA TANATOSOFIJOS SPECIALISTĖ  
ENNEA TESS GRIFFITH

## KAS NUTINKA MIRUS, YRA DAUGYBĖ TEORIŲ. KURIA TIKĖTI?

Universali tiesa yra ta, jog dvasia nemiršta. Po mirties tik grįžta į savo pasaulį, tarytum paviešėti į tikruosius namus, prieš vėl nuspręsdama dar kartą įsikūnyti Žemėje. Žmogiškoji dvasia keliauja į tą aukščiausiąjį Dvasios pasaulį, kurį sudaro 5 didžiosios Dvasios savybės: Meilė, Atjauta, Džiaugsmas, Ramybė ir Aiškumas. Ten ji gali įeiti tik būdama tyra ir skaidri, apvaliusi nuo visos neigiamos materialaus pasaulio patirties.

## ABEJOJANTIEJI PAKLAUSTŲ: „KAIP BŪTI TIKRIEMS, KAD BŪTENT TAIP IR YRA?“ JUK SAVO PERSIKŪNIJIMŲ NEPRISIMENAME, O MIRUSIEJI PALIUDYTI NEGRĮŽTA...

Tokiais atvejais klausiu: ar prisimenate, ką išgyvenote, kai buvote mamos pilvė? Arba ką prisimenate iš pirmųjų kūdikystės metų? Sunku tikėtis, kad kuris nors galėtų tai prisiminti. Bet juk visi esame tai patyrę, tiesa? Kodėl tuomet taip smarkiai abejojame pomirtiniu gyvenimu? Juolab kad klinikinės mirties liudijimų yra labai daug. Mano pačios gyvenimo dvasinė misija – atrasti būdą per savo sąmonę įeiti į paralelinius pasaulius, ypač – į mirusiųjų, ir padėti atrasti jį kitiems.

## KAIP MIRUSIŲJŲ PASAULIS ATRODO JŪSŲ AKIMIS?

Subtilių anapusių pasaulių negalime nei paliesti, nei vizualiai pamatyti. Galime suvokti ir suprasti tik per vaizduotę. Panašiai kaip suvokiame vaizdinius, kylančius tam tikrų meditacijų metu. O žinias ir išmintį galime gauti per tuos žmones, kuriuos vadiname išminčiais. Tai gilios patirties žmonės. Vienas jų – mano mokytojas ir įkvėpėjas Idris Lahore, kurio artima bendražygė esu jau 30 metų. Jis dabarties pasaulio vyrams ir moterims iš naujo atskleidė tas pačias žinias apie

mirties procesą, kurios visada buvo žinomos žmonijai, kurios sudaro ir Tibeto, ir Egipto Mirusiųjų knygų pagrindą.

## TAD KAS GI YRA TOJI MIRTIS IR KAIP VYKSTA VISAS PROCESAS?

Mirtis yra natūrali gyvenimo tąsa. Po jos niekas nesibaigia, tik pereinama į kitas būties sąlygas, į kitas egzistencijos formas. Mes žinome, kad mirties metu miršta fizinis kūnas. Ką reiškia „miršta“? Po paskutinio atodūso (klinikinės mirties) fizinis kūnas pradeda skaidytis, jis vėl suskyla į elementus, iš kurių sudarytas visas mūsų fizinis pasaulis: žemė, vandenį, ugnį ir orą. Tada pamažu išsiskiria ir kūno gyvybę maitinusios energijos. Jos atsiskiria viena nuo kitos ir galutinai palieka jau irti pradedantį fizinį kūną ir buvusį nematomą, fiziniams kūnui struktūrą ir gyvybę, energiją teikusį eterinį kūną.

## O KAS LIEKA PO TO?

Siela, kurią iš tiesų sudaro visi žmogaus giminytės ryšiai, santykiai, patirtys ir pati aukščiausia kategorija – sąmonė, kurią kai kurios religijos apibūdina kaip „Dieviškąją kibirkštį“. Sąmonė yra žmogiškoji dvasia. Taigi, žmogaus sąmonė (arba dvasia) sudarė žmogiškąją esybę, kol žmogus buvo gyvas, įsikūnijęs. Žmogiškoji dvasia niekada nemiršta, išlieka ir po fizinio kūno mirties. Ji vystosi, o kartais nesivysto arba netgi regresuoja. Ji yra pavaldi priežasties ir pasekmės (arba Karmos) dėsniai, ir vėl atgimsta, kai ateina laikas, kitame fiziniame kūne, kitoje geografinėje vietoje, kitu (vėlesniu žemės išmatavimais) laiku ir per kitus tėvus.

## KAIP JAUČIAMASI APLEIDUS KŪNĄ? KAS LEMIA POMIRTINIUS IŠGYVENIMUS?

Mirusio žmogaus esybė eina per skirtingus etapus ir pasaulius (eterinį, astralinį, dvasinį). Jos savijauta gali priklausyti nuo žmogaus sąmoningumo lygmens, jo pasiruošimo mirčiai ir nuo to, kaip mirė. Ar buvo prisirišęs prie daiktų, turtų, o gal prie žmonių? Labai didelio prisirišimo atveju žmogaus siela įstringa žemesniajame eteriniame pasaulyje, kuris dar vadinamas tarpiniu, ir mirusysis tampa klajojančia siela arba vaiduokliu. Iš tiesų mirusysis gali jaustis labai įvairiai. Paprastai iš karto po mirties jis jaučiasi sutrikęs, dažniausiai kurį

laiką dar nesuvokia, kad jau yra miręs. Šiuo periodu labai svarbi artimųjų, palydinčių mirusiųjų pozicija ir elgesys.

## KĄ GALI PADARYTI ARTIMIEJI, KAD MIRUSIAJAM IŠKELIAUTI BŪTŲ LENGVAU?

Pirmiausia reikia daug ramybės, rimties ir susikaupimo. Reikia meilės ir atjautos, o ne širdį veriančių raudų, skausmo demonstravimo. Būtina suprasti, kad artimųjų skausmas pririša mirusiojo sielą ir kyla pavojus jam neišeiti laiku. Gal ir primityvu taip palyginti, bet įsivaizduokite, kad taip mylėte, glėbesčiuojate ir laikote apsikabinę jums brangų žmogų, kad šis pavėluoja į lėktuvą ir laiku nenuvyksta į jam itin svarbius tobulinimosi kursus kitame žemyne. Tai labai žemiškas pavyzdys, bet galime lengvai įsivaizduoti, kaip jaustųsi žmogus, patyręs tokį nuostolį. Mirties akivaizdoje viskas daug sudėtingiau, ir nuostoliai taip lengvai nekompensuojami. Nuo aplink tvyrančių neigiamų emocijų – skausmo, liūdesio ir baimės – kartais net sunku kvėpuoti... Bet ar visada tas sielvartas nuoširdus? Ar tikrai sielvartaujame dėl mirusio artimojo, ar labiau gaillimės savęs, likusių vienu, aplesitų, be mirusiojo globos ir paramos.

## VAKARUOSE ĮPRASTAS ELGESYS MIRTIES AKIVAIZDOJE YRA PERNELYG DRAMATIŠKAS IR NEGATYVUS, TIESA?

Taip yra todėl, kad šiuolaikinė visuomenė (nors ir vadinama civilizuota), neturi sąmoningai žingsnis po žingsnio atliekamo ritualo: meilės ir atjautos kupino dialogo su mirusiuoju. Juk meilė išlieka ir po mirties. Žinoma, mums gali atrodyti, kad mirtis neteikia džiaugsmo. Bet taip yra tik žvelgiant iš mūsų, gyvųjų, požiūriu taško. Iš tiesų mirusysis gali patirti – kartais ir patiria – susijungimo su tikrąja savo prigimtimi džiaugsmą. Jaukumo pojūtį, tarsi sugrįžtų namo. Su sąlyga, kad mes jam padėsime palydėdami, apgaubdami savo meile, ramybe, dėkingumu ir atjauta. Kalbu apie sąmoningą, taurų atsisveikinimą, aiškų suvokimą ir žinojimą, kad vyksta natūralus procesas, po kurio mirusiojo būtis nenutrūks, tik persikels į subtilesnes realybes. Sakau, realybes, nes tokios jos iš tiesų egzistuoja, ir ne viena.

## AR GALIME DAR BŪDAMI GYVI TINKAMAI PASIRUOŠTI IŠĖJIMUI?

Žinoma. Nereikėtų ypatingai net ruoštis. Užtenka sąmoningai gyventi ir jaustis savo gyvenimo šeimininkais. Būkime pakantūs ir atlaidūs kitiems, neniurzgėkime ir nekritikuokime, ypač savo tėvų. Gerbkime juos ir mylėkime. Būtina gerbti gyvybę, nežudyti, stengtis neteisti ir nemeluoti, nekenkti gamtai, žemei, nevertoti narkotikų, alkoholio. Neprimesti savo valios, nuomonės, nepiktinaudžiauti seksu, nesiekti užvaldyti nei kito širdies, nei svetimo turto, nei svetimų namų.

## TANATOSOFIJA – KAS TAI?

Tanatosofija (gr. *thanatos* – „mirtis“, *sophia* – „išmintis“) – senosios susistemintos įvairių kultūrų, religijų žinios apie mirtį. Apskritai šiuolaikinėje kultūroje mirtis yra įtraukta į nepageidaujamų temų sąrašą. Iš nežinojimo mirties procesą ir esame mistifikavę, apipynę baimėmis, prietarais. Nemokame

deramai palydėti nei mirštančiųjų, nei mirusiųjų, oriai gedėti ir dėl to kenčiame, nes mirtis anksčiau ar vėliau paliečia mus visus.

## KAIP PALYDIMAS MIRUSYSIS PAGAL TANATOSOFIJĄ?

Giedrai ir oriai. Turėtume padėti mirštančiajam pereiti į savo būtį anapus su smalsumu ir ramybe. Su pasitikėjimu ir netgi tyru, ramiu džiaugsmu suvokdami, kad dvasia pagaliau išsilaisvina ir sugrįžta namo. Turėtume atlikti savo pareigą, kurios galbūt dėl kokių nors priežasčių iki galo neatlikome artimajam gyvam esant. Visos mūsų mintys apie jį ir yra bendravimas su juo. Iš mūsų minčių jis gali gauti labai daug energijos savo tolesnei – nebe šios žemės – brandai ir patirčiai. Juk mintis – tai energija. Kaip ir šviesa, kuri kadaise taip pat nebuvo pripažįstama kaip energija.

## AR VISI GALIME PALAIKYTI RYŠĮ SU MIRUSIAIS ARTIMIAIS?

Taip. Per mintis užmegzti ryšį labai lengva. Kiekvieną kartą, kai galvojame apie mirusį artimą žmogų, mintyse su juo šnekamės, jis girdi ir supranta, jį veikia bet kokia mūsų emocija ir nuotaika, susijusi su prisiminimu apie jį. Tik išgyvena jas dešimteriopai stipriau. Jei tai nuoskauda – jam dar skaudžiau, jei pyktis – jam dar tamsiau. Sunkios mūsų mintys, jausmai apsunkina jo būtį, kelionę per įvairius subtilius anapusių pasaulius, kurie ne visi malonūs ir į kuriuos jis kuriam laikui gali pakliūti dėl mūsų neišmanymo, nenoro galvoti apie jį šviesiai. Užtat labai svarbu, kad sąmoningai valdytume savo mintis ir suteiktume palaikymo bei stiprybės. Tai būtų pati geriausia mūsų dovana iškeliaujančiam į Amžinybę.

## KAIP IŠMOKTI TINKAMAI PALYDĖTI MIRUSIŲJŲ?

- Nustoti bijoti savęs, savo esybės, fakto, kad po mirties anaipol niekas nesibaigia. Reikia peržengti mums įdiegtus ribojančius įsitikinimus ir išdrįsti mąstyti lanksčiai, plačiai.
- Išmokti sąmoningai stebėti pasaulį ir pačiam daryti išvadas.
- Galima ateiti į tanatosofijos mokymus arba susitikti su jau pabaigusiais ar baigiančiais šias studijas (išsamesnė informacija [www.tanatosofija.lt](http://www.tanatosofija.lt)).
- Galima savo mirusiesiems skaityti mirusiųjų palydėjimo knygą „Skaitymai mirusiesiems“, kurią pagal seniausių žemės kultūrų tradicijas ir patirtį yra parengęs ir šių laikų vyrams ir moterims adaptavęs Laisvojo Samadevos universiteto Elzase įkūrėjas ir dvasinis vadovas Idris Lahore.
- Norint lengviau įsivaizduoti, apie ką čia kalbame, galima pasižiūrėti du jau sukurtus filmus apie mirtį iš būsimo Idris Lahore trilogijos mirties tema: „Pirmasis įkvėpimas“ ir „Sielų susitarimas“.