



Tu spēj sevi atgriest resursā?

Date: 13 aprīlis, 2026 | **Author:** Kristīne Om Shanti

Cik interesanti, tikko cilvēkam parādās brīva enerģija, tā tūdaļ kāds to veiksmīgi cenšas dabūt sev.

Tikko cilvēki bija apraduši ar vienu situāciju, tā "pameta nākamo kumosu"..un visu prāti lido turp. Protams, kopā ar iekšējo resursu, mieru, dzīvi, ikdienu, mīlestību..

Tieši tajos mirkļos, kad cilvēku pārņem bailes un neziņas apjukums, ir svarīgi momentāli atgūt spēku, agriezt sevi savā resursā. Bet resursā spēj būt tikai iekšēji mierīgs cilvēks.

Piebildīšu, – iekšējais miers nelaupa iespēju pie vajadzības būt ārēji aktīvam. Ir svarīgi ieraudzīt, ka turot sevi pastāvīgā trauksmē un iekrītot velmē paredzēt savu drošo nākotni, mēs patstāvīgi zaudējam resursu un esam "materiāls" vai "ēsmā" tam egrogoram, kura varā esam nonākuši. Jā, ir lietas, kuras ir cilvēka spēkos ietekmēt un kuras neatrodas cilvēka ietekmes zonā.

Taču turēt sevi resursā, spēkā, pie skaidra prāta un rīcībspējā – tā ir katra cilvēka atbildība.

Jā, nav iespējams atslēgt izdzīvošanas instinktu un ar to saistītas bailes, taču ir iespējams nevis, piemētam, skatīties TV un uzturēt sevī bailes, bet censties vest iekšējo dialogu ar sevi, būt sev klātesošam, prast sevi atgriezt miera stāvoklī.

Nē, es neaicinu dzīvot savu sajūtu vai emociju noliegumā. Gluži pretēji, akceptē visu, kas Tevī notiek un ienirsti savās sajūtās, lai saprastu – tās ir iedvestas bailes vai pastāv reāls acīm redzams drauds.

Visvieglāk ietekmēt, ievest bailēs un izsist no līdzsvara ir tos cilvēkus, kuri neatrodas ciešā kontaktā ar sevi. Balstoties tikai uz ārējo pasauli cilvēks dzīvo bez orientieriem. Ir jābūt iekšējam orientierim, balstam.

Tikai tas ir vienmēr patiesi spēcīgs, redzīgs un dzirdīgs, kurš sajūt signālus no iekšpuses, no sevis.. Katrā cilvēkā ir dabīgi iebūvēts orientieris, uz kuru būtu jāiemācās balstīties.

Kad ieslēdzas pašsaglabāšanās instinkts, visstiprākie vienmēr ir tie, kas nezaudē paši sevi ne pie kādiem apstākļiem. Lai kas apkārt notiktu, jau tagad:

Mācies sevi vest atpakaļ mierā.

Mācies būt savu emociju un stāvokļu saimnieks. Mācies dzirdēt sevi.

Mācies uzticēties sev. Un Tu vienmēr redzēsi savas durvis.

Mēs taču apzināmies, ka rezultāts vienmēr atrodas tur, kur ir mūsu fokuss.

Kristine OmShanti - Tu sp?j sevi atgriest resurs??

Kristīne Pabērza