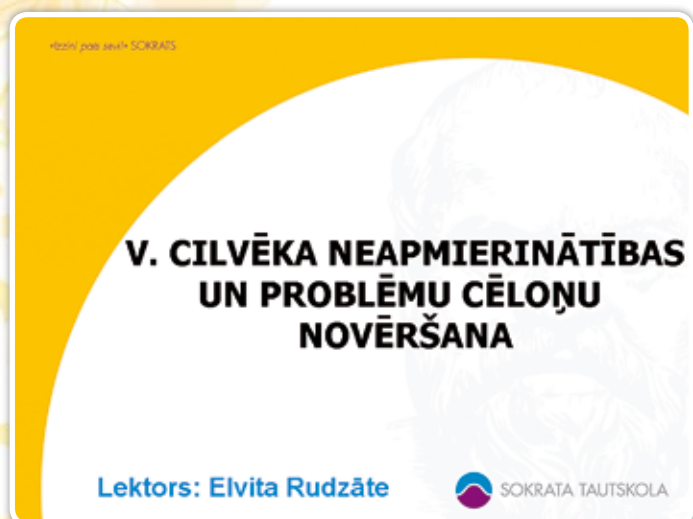


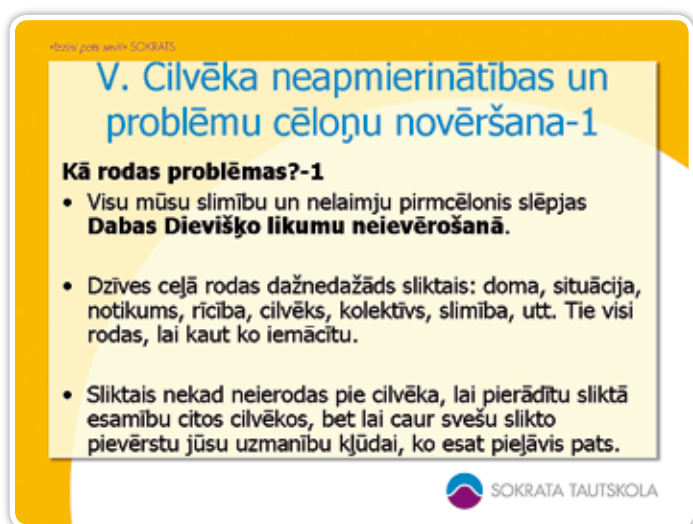
Saturs

Ievads	3	V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana	103
Kas ir piedošanas mācība	4	Kā rodas problēmas	104
Kas ir Vilma Lūle	5	Kā rodas neapmierinātība	107
Garīgā attīstības ceļa izvēle	5	Kas ir ciešanas	108
I. Dabas Dievišķie likumi	7	Atšķirība starp jūtām un emocijām	110
Kāpēc mums ir jāizprot Dabas Dievišķie likumi	8	Kas ir slikti un kas ir labi	112
Kas ir Dievs	8	Liekā svara problēma	113
Dieva trīsvienība – Gars, Dvēsele un Ķermenis	14	Neapmierinātības izpausmes formas	120
Atdzimšanas likums	18	Piedošanas brīnums	125
Mācības likums	19		
Karmas likums	20	VI. Ģimene, mīlestība, greizsirdība un sekss	131
Polaritātes likums	22	Atšķirības starp vīrieti un sievieti	132
Piesaistes likums	23	Kas ir uzticība	136
Piedošanas likums	24	Kas ir laulība	138
Dzīves likumi	25	Kas ir greizsirdība	141
II. Dzīves jēga un cilvēka misija	33	Atšķirība starp seksu un mīlestību	143
Kāpēc cilvēks piedzimst	34	Kā attīstīt mīlestības jūtas	145
Vai ir liktenis	39	Vecāku neauglības problēma	147
Radošie enerģiju veidi	40	Vecāku ietekme un bērnu veselību un dzīvi	149
Dzīves ceļa izvēle	41	Vecāku kļūdas	155
Kas ir mīlestība	42	VII. Materiālā labklājība	159
Kas ir doma	44	Kas ir materiālā pasaule	160
Kas ir lūgšana	46	Kāpēc cilvēki kļūst par materiālistiem	163
Dzīves spirāle	47	Došanas un ņemšanas likums	164
Kā iegūt sirdsgudrību	48	Naudas maģija	164
III. Slimību cēloņi un ārstēšanās	53	Ekonomisko problēmu risināšana	166
Tradicionālā medicīna	54	Principi, kas jāievēro darbā	168
Alternatīvā medicīna	55	Apmierinātība ar darbu un dzīvi	170
Ārstēšana ar domu spēku	57	Pielikumi	175
Kas ir slimība	59	1. pielikums: Skriemeļu enerģētiskā ietekme uz orgāniem	176
Cilvēka ķermeņa filosofija	62	2. pielikums: Stresi, kas bloķē čakras	177
Ķermeņa simboliskās atbilstības	69	3. pielikums: Slimību cēloņi	179
IV. Stresu rašanās cēloņi un to ietekme uz veselību	77	4. pielikums: Stresu saistība ar jūtām	197
Kas ir stress	78	5. pielikums: Baiļu ietekme uz veselību	197
Vainas izjūta un tās ietekme uz veselību	82	6. pielikums: Dusmu veidi	198
Bailes un to ietekme uz veselību	84	Ieteicamās literatūras saraksts	199
Dusmas/naids un to ietekme uz veselību	92		
Dusmu attīstības stadijas	95		
Dusmu raksturs	96		
Stresu atbrīvošana	101		

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana



Šajā tēmā mēs aplūkosim jautājumus – kāpēc cilvēki ir neapmierināti, kas izraisa neapmierinātību. Pievērsīsim pastiprinātu uzmanību liekā svara problēmai un pārtikas produktu enerģētikai, un – pats galvenais – mēs mācīsimies atbrīvot savas problēmas, apgūstot piedošanas prasmi.



tev pāri, ir tikai instruments, ko izvēlējusies Dvēsele, lai vestu cilvēku pie prāta.

Patiesss gadījums

Darba jautājumu sakarā sazinājos ar kādas organizācijas vadītāju, kuru pazīstu jau vairāk kā sešus gadus un ar kuru mums ir izveidojušās draudzīgas attiecības. Vīrietis sāka mani izvaicāt par manām aktivitātēm Sokrata tautskolā un, lai labāk saprastu Piedošanas mācības teoriju, izstāstīja konkrētu gadījumu no savas dzīves, gaidot manu skaidrojumu. Vīrietis bija aizdevis savu personīgo mašīnas piekabi kādam savam paziņam. Šis cilvēks, lietojot piekabi, bija cietis autoavārijā un radījis piekabei bojājumus. Vīrietis bija ļoti dusmīgs, ka paziņa viņam atdevis piekabi, nenovēršot radītos bojājumus. Tad vīrietis man uzdeva konkrētu jautājumu: kā tu vari pēc piedošanas teorijas izskaidrot šo notikumu? Vai tu gribi teikt, ka man šim cilvēkam ir jāpiedod tāda cūcība? Vai otru reizi, ja šis cilvēks man prasīs piekabi, man viņam atkal ir jādod piekabe? Es sāku skaidrot, ka viņš pats šo cilvēku un nelaimes gadījumu sev ir piesaistījis, jo, acīmredzot, nav sapratis kādu mācību stundu. Tā kā notikums viņam ir radījis finansiālus zaudējumus, tad jautāju vīrietim, vai viņš pats arī kādam ar savu darbību nav radījis finansiālus zaudējumus un nedomā tos atlīdzināt? Vīrietis manu teikto uztvēra ļoti tieši un apgalvoja, ka viņš nekad tā nerīkotos. Es vīrietim skaidroju, ka nevajag to uztvert tik tieši, varbūt viņš nav valstij samaksājis kādus nodokļus vai veicis kādu citu aktivitāti, kas radījusi valstij zaudējumus, par ko vīrietis nav samaksājis. Vīrietis uz mani sadusmojās un pateica, ka viņam šāda teorija nav pieņemama. Es, savukārt, zinu, ka vīrietim ir savi grēciņi, par kuriem viņam būtu vērts padomāt, bet tā jau ir viņa problēma. Es vīrietim skaidroju – ja viņš izprastu savas kļūdas un to, kāpēc piesaistīja sev šo cilvēku, un pats piedotu viņam, turklāt, ja viņš lūgtu piedošanu tam, kuram viņš apzināti vai neapzināti ir

Kā rodas problēmas?

Visu mūsu slimību un nelaimju pirmcēlonis slēpjas Dabas Dievišķo likumu neievērošanā. Dzīves ceļā rodas dažnedažāds sliktais: doma, situācija, notikums, rīcība, cilvēks, kolektīvs, slimība, utt. Tie visi rodas, lai kaut ko iemācītu.

Cilvēki bieži teic, ka problēma viņus skārusi nejauši. Ne tikai par problēmām tā saka, arī par patīkamiem notikumiem mēs sakām, ka tas ar mums notika nejauši. Dzīvē nekas nenotiek nejauši. Sliktie notikumi mums ir nepieciešami, lai mēs kļūtu gudrāki, bet labie notikumi ir kā apbalvojums mūsu labajiem darbiem. Dažreiz ir sajūta, ka slikto notikumu ir vairāk nekā labo, bet tā ir mānīga sajūta, jo dabā viss ir līdzsvarā. Cilvēks dažkārt nepamana labos notikumus vai nepievērš tiem uzmanību, jo uzskata tos pašus par sevi saprotamus.

Sliktais nekad neierodas pie cilvēka, lai pierādītu sliktā esamību citos cilvēkos, bet lai caur svešu slikto pievērstu jūsu uzmanību kļūdai, ko esat pieļāvis pats. Īpaši vīrieši nespēj noticēt, ka cilvēki, kas kaut kādā mērā nodarījuši

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana

nodarījis pāri, tad viņš vairāk šādas nepatīkamas situācijas sev nepiesaistītu. Vīrietis, protams, man nenoticēja.

Šis gadījums mums māca, ka vispirms jāmeklē vainu pašam sevī un tikai tad jāskatās uz otru cilvēku.

Atsauce: jēdzis Sokrats

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-2

Kā rodas problēmas?-2

- Cilvēks citus vērtē atbilstoši savam raksturam un pārlicībai. Tas, ko sakām par citu cilvēku, atklāj mūsu būtību.
- **Katrs cilvēks citos redz pats sevi.**
- Jo lielāki paša trūkumi, jo vairāk kļūst acīs otra cilvēka negativitāte.

 SOKRATA TAUTSKOLA

Cilvēks citus vērtē atbilstoši savam raksturam un pārlicībai. Mēs ļoti vadāmies pēc savas radītās vērtību sistēmas, pieņemot, ka mūsu radītā vērtību sistēma ir vienīgā pareizā, un mums ir grūti pieņemt citas vērtību sistēmas.

Tas, ko sakām par citu cilvēku, atklāj mūsu būtību. Katrs cilvēks citos redz pats sevi. Jo lielāki paša trūkumi, jo vairāk kļūst acīs otra cilvēka negativitāte. Parasti lekcijās, kad runāju par šo jautājumu, cilvēki sarosās, jo negrib piekrist tam, ka cilvēks citos redz sevi pašu.

Patiesais gadījums

Reiz kopā ar kādu paziņu devos uz tikšanos, un mēs gājām garām Saeimas ēkai, kas atrodas Jēkaba ielā. Tā bija ceturtdiena, kad Saeimā notiek sēdes, un tieši tajā brīdī bija pārtraukums, un vairāki deputāti atradās uz ielas un savstarpēji sarunājās. Mans paziņa iebakstīja man sānos un teica: paskaties uz viņu (jaunu deputātu), paskaties, cik viņš ir uzpūtīgs un iedomīgs, ka kļuvis par deputātu! Es paskatījos uz deputātu, bet neko īpašu neredzēju – cilvēks vienkārši runāja ar otru cilvēku. Tā kā zināju patiesību – to, ka mēs otrā cilvēkā redzam paši sevi, tad jautāju paziņam, vai viņš pats nav iedomīgs, ka otrā cilvēkā redz iedomību? Viņš, protams, to noliedza, bet pēc pāris mēnešiem man bija jānoklausās monologs par tēmu, ka darba devējs nenovērtējo viņa darba spējas un sniegumu.

Šis gadījums mums māca, ka sevī ir ļoti grūti pamanīt sliktās īpašības, un tāpēc dzīve mums piespēlē tādus notikumus, ka mēs varam par to padomāt. Ja jums ir kādi cilvēki, kas jūs uztrauc un traucē jums dzīvot, tad padomājiet, kādas īpašības jums nepatīk šajos cilvēkos, un meklējiet šīs īpašības sevī pašā. Tās, iespējams, jums neizpaužas uz āru, bet slēptā formā noteikti jums piemīt. Es zinu, ka ir ļoti grūti atzīt sevī negatīvo, bet tā ir mūsu mācību stunda, kas jāapgūst. Atbrīvojiet jebkuru sliktu domu par otru cilvēku – tā attiecas uz jums.

Atsauce: jēdzis Sokrats

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-3

Kā rodas problēmas?-3

- **Cilvēciskais "ego" palielinās**, paaugstinoties izglītības līmenim. Pašcieņas jūtas nemanāmi pāraug egoismā. Tikai retais to apzinās.
- Spriega gatavība aizsargāt sevi no visādiem viedokļiem un vērtējumiem cīņā par cilvēcisku cieņu, īpaša tiecība pierādīt savus labos nodomus un citu cilvēku ļaunās ieceres, spēja sevī sameklēt kaut ko sevi aizvainojošu pat vislabvēlīgākajā situācijā – tas viss liecina par "ego" palielināšanos! **Es un tikai es esmu tas cienījamākais!**

 SOKRATA TAUTSKOLA

Kā nākamais iemesls, kas veido mūsu neapmierinātību un rada problēmas, ir mūsu cilvēciskais ego. Cilvēciskais ego palielinās, paaugstinoties izglītības līmenim. Pašcieņas jūtas nemanāmi pāraug egoismā. Tikai retais to apzinās. Mēs visi cenšamies kaut kur mācīties, iegūstam pat

vairākas augstākās izglītības, mācāmies dažādosursos. Visas šīs aktivitātes ceļ mūsu pašcieņas līmeni, kas, protams, ir pozitīvi, bet negatīvā puse ir tā, ka vienlaikus ceļas arī mūsu ego, un mēs savu viedokli uztveram par vienīgo pareizo.

Spriega gatavība aizsargāt sevi no visādiem viedokļiem un vērtējumiem cīņā par cilvēcisku cieņu, īpaša tiecība pierādīt savus labos nodomus un citu cilvēku ļaunās ieceres, spēja sevī sameklēt kaut ko sevi aizvainojošu pat vislabvēlīgākajā situācijā – tas viss liecina par ego palielināšanos. Es un tikai es esmu tas cienījamākais!

Patiesais gadījums

Jauns vīrietis, kurš sevi uzskatīja par ļoti gudru, visus pārējos cilvēkus uzskatīja par muļķiem (ar atsevišķiem izņēmumiem). Viņš varēja nosaukt tos cilvēkus, kurus uzskatīja par gudriem, bet to nebija pārāk daudz. Kolektīvā ar šo vīrieti bija ļoti grūti sastrādāties, jo viņš nepieņēma un neatzina nevienu citu viedokli, izņemot savējo. Tāpēc kolektīvā bieži veidojās nesaskaņas ar vīrieti. Tad vīrietis nolēma veidot pats savu biznesu

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana

pēc principa, kā tas, viņaprāt, būtu pareizi jādara. Diemžēl šim vīrietim nācās piedzīvot smagus pārbaudījumus, un šie pārbaudījumi bija saistīti ar viņa it kā pareizā viedokļa pārbaudi. Tagad vīrietis ir nedaudz piezemējies savos uzskatos, jo viņa business bankrotēja.

Šis gadījums mums māca, ka, ja mēs esam ietiepīgi savos uzskatos, tad dzīve mums sagādā pārbaudījumus, lai mēs mainītos.

Arī šis ir viens no SOKRATA

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-4

Rakstura ietekme

- Raksturs ir dzīves pieredzes summa. Šī summa ietver visu iepriekšējo mūžu un tagadējās dzīves pieredzi.
- Atbilstoši iepriekšējo dzīvju pieredzei, lai iemantotu pilnīgu gudrību, mums nepieciešama vēl lielāka pieredze, tāpēc meklējam un atrodam vecākus, kas mums piedāvā šos pārbaudījumus. Tāpat arī dzīvesbiedru, draugus, dažādus notikumus.

SOKRATA TAUTSKOLA

Bieži par cilvēkiem, kuriem piemīt liels ego, teic, ka viņam ir nejauks raksturs. Kā tad veidojas cilvēka raksturs? Raksturs ir dzīves pieredzes summa. Šī summa ietver visu iepriekšējo mūžu un tagadējās dzīves pieredzi. Atbilstoši iepriekšējo dzīvju pieredzei, lai iemantotu pilnīgu gudrību, mums nepieciešama vēl lielāka pieredze, tāpēc meklējam un atrodam vecākus, kas mums piedāvā šos pārbaudījumus. Tāpat arī dzīvesbiedru, draugus, dažādus notikumus.

Tātad, raksturs veidojas no dzīves uz dzīvi. Psihologijā māca, ka raksturs veidojas no dzimšanas brīža un to ietekmē apkārtējā vide. Es negribētu piekrist šim viedoklim, jo tad ģimenē visi bērni būtu ar vienādu raksturu, jo vide vismaz bērnībā ir vienāda, bet dzīvē tā nav. Bērni piedzimst vieniem un tiem pašiem vecākiem ar ļoti

dažādiem, pat pretējiem raksturiem. Bērns nepiedzimst kā balta lapa, viņam jau piedzimstot ir savs raksturs, kas, protams, apkārtējās vides ietekmē mainās.

Tāpēc apzināsimies, ka mūsu rokās ir attīstīt mūsu raksturu. Es pazīstu vairākus cilvēkus, kas dzīves laikā ir ļoti mainījušies, saglabājot savu būtību.

Patiesss gadījums

Vīrietis bērnībā dzīvoja laukos, un vienīgie bērni, ar kuriem viņš spēlējās līdz skolas gaitām, bija viņa māsa un brāļi. Skolā vīrietis bija ļoti kautrīgs un kluss. Viņš maz sarunājās ar vienaudžiem, tikai par pašu nepieciešamāko. Arī augstskolā viņš bija ļoti ieturēts un kluss. Vīrietis iepazinās un apprecējās ar sievieti, kas bija ļoti pļāpīga. Reiz vīrietis aizbrauca uz savas skolas salidojumu. Vīrietis nebija redzējis savus klases biedrus astoņpadsmit gadus. Salidojuma laikā klases biedri atzina, ka vīrietis esot ļoti izmainījies, jo esot kļuvis runīgs. Vīrietis klases biedriem atklāja, ka viņa sieva esot ļoti runīga – laikam viņas ietekmē esot arī pats tāds palicis.

Konkrētajā gadījumā vīrietis arī tagad savā būtībā ir kluss, bet vīrieša sieva viņam ir parādījusi, ka var dzīvot arī savādāk, un tas nebūt nav sliktāk, jo tā rezultātā uz labo pusi ir mainījies arī vīrieša raksturs.

Pieredze līdzīga skolas mācību priekšmetam, ko katrā nākamajā klasē apgūst arvien padziļinātāk, līdz galu galā sasniedz pilnību. Kas dzīves gudrību nav apguvis, to dzīve sitīs vēl un vēl, līdz tiks apgūta mācību stunda un iemantota sirdsgudrība.

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana

filozofijas priekšlekcija SOKRATĒS

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-5

Kā rodas neapmierinātība?

- **Neapmierinātību rada bailes nokavēt.** Kas pārmēru steidzas, kļūst paviršs un sāk kļūdīties. Bailes aptumšo prātu, tāpēc mēs pieļaujam kļūdas.
- Neapmierinātība cilvēkā rodas no neprasmes pasauli skatīt tās vispusībā. Tā ir pārmēra prasīguma protesta izpausme.

 SOKRATA TAUTSKOLA

Kā rodas neapmierinātība?

Kāpēc cilvēki mēdz būt ar kaut ko neapmierināti? Neapmierinātību rada bailes nokavēt. Mēs baidāmies, ka nebūsim pirmie biznesā vai sportā. Mēs baidāmies, ka nepaspēsim laikā izdarīt uzdevumu, utt. Kas pārmērīgi steidzas, kļūst paviršs un sāk kļūdīties. Bailes aptumšo prātu, tāpēc mēs pieļaujam kļūdas.

Neapmierinātība cilvēkā rodas no neprasmes pasauli skatīt tās vispusībā. Mēs vēlamies, lai viss būtu tikai labi, un negribam pieļaut, ka kaut kas ir arī slikti.

Neapmierinātība ir pārmērīga prasīguma protesta izpausme. Neapmierinātība ir nevēlēšanās mīlēt bez nosa-

cījumiem. Neprasme mīlēt bez nosacījumiem ir tad, ja cilvēkam ir bailes, ka viņu nemīl.

Patiesais gadījums

Virietis jau kopš bērnības ir ļoti stingri audzināts. Kā bērns viņš mājās bija paklausīgs, kā skolnieks – priekšzīmīgs. Arī kā tēvs viņš saviem bērniem izvirzīja ļoti augstas prasības. Virietis vērsās pie manis ar jautājumu, kāpēc viņš katru rītu vienā un tajā pašā laikā pamostas no sāpēm plecu daļas kreisajā pusē?

Paskaidroju virietim, ka sāpes plecu daļā jeb sprandas kreisajā pusē liecina, ka viņā ir pārmērīgs prasīgums pret kādu vai kādiem vīriešu dzimuma pārstāvjiem. Kaut arī viņš ir organizācijas vadītājs, viņš noliedza, ka būtu pārāk prasīgs pret saviem darbiniekiem. Tad jautāju, kā ir ar viņa dēlu? Virietis atzina, ka pret dēlu tiešām izvirzot ļoti lielas prasības attiecībā uz sekmēm skolā un kārtību mājās. Tā kā dēls nevēlējās izpildīt tēva prasības, tad virietis tas radīja neapmierinātību un vēl lielāku prasīgumu, kas izsauca sāpes plecu daļā jeb sprandā.

Šis gadījums mums māca, ka, ja virietis prastu mīlēt savu dēlu bez nosacījumiem, tad viņā neveidotos tik augstas prasības pret dēlu. Tātad, lai virietis varētu atbrīvot savu prasīgumu pret dēlu, viņam nepieciešams atbrīvot savas bailes, ka viņu nemīlēs, ja viņš nebūs perfekts, un viņam jāiemācās dēlu mīlēt bez nosacījumiem.

filozofijas priekšlekcija SOKRATĒS

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-6

- Neapmierinātība sev piesaista neapmierinātību un arvien pieaug, par spīti tam, ka vienlaikus pieaug arī bailes no neapmierinātības.
- Kas baidās no neapmierinātības, tas to piesaista.
- Neapmierinātība iznīcina gribu dzīvot. Dzīvotgribas vājināšanās veicina slimību rašanos. Ja palīdzība neatnāk ar slimības starpniecību, cilvēks šo pasauli atstāj, izdarot pašnāvību.

 SOKRATA TAUTSKOLA

to piesaista. Īpaši jūs to varat novērot darba vidē. Ja priekšnieks ir neapmierināts, tad viņš noteikti piesaista sev neapmierinātus darbiniekus, kas, savukārt, piesaista neapmierinātus klientus, utt.

Neapmierinātība iznīcina normālu attieksmi pret dzīvi: jo sliktāka attieksme pret dzīves ekonomisko pusi, jo smagākas ķermeņa lejas daļas kaites; jo sliktāka attieksme pret emocionālo dvēseles dzīvi, jo slimāka sirds; jo sliktāka attieksme pret garīgumu un saprātu, jo spēcīgāk tiek skartas smadzenes.

Neapmierinātība iznīcina gribu dzīvot. Dzīvotgribas vājināšanās veicina slimību rašanos. Ja palīdzība neatnāk ar slimības starpniecību, cilvēks šo pasauli atstāj, izdarot pašnāvību.

Latvijā un pasaulē statistikas rādītāji par pašnāvības gadījumiem ir diezgan iespaidīgi. Ļoti bieži pašnāvnieki ir pusaudži vai gados jauni cilvēki. Mums varētu rasties jautājums, kāpēc jauni cilvēki to dara, ja viņiem vēl visa dzīve ir priekšā. Iemesls ir neapmierinātība. Ja jauniešiem visu laiku saskaras ar neapmierinātību, tad viņš vairs nesaprot, kāpēc ir jādzīvo, jo viss, ko viņš dara, ir slikti. Parasti šie jaunieši cenšas kaut ko darīt lietas labā tā, kā viņi prot,

Neapmierinātībai ir neskaitāmi veidoli, piemēram, kaprīzums, riebums, aizvainotība, piekasiģums, ļaunums, atriebtkāre, nelabvēlība, purpināšana, burkšķēšana, kašķīgums, kritizēšana, nemitīga vaimanāšana, u.c.

Neapmierinātība sev piesaista neapmierinātību un arvien pieaug par spīti tam, ka vienlaikus pieaug arī bailes no neapmierinātības. Kas baidās no neapmierinātības, tas

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana

bet, ja atkal saskaras ar vecāku vai citu līdzcilvēku neapmierinātību, tad viņi zaudē it kā pamatu zem kājām.

Patiesss gadījums

Jauna sieviete jau kopš pusaudža gadiem mēģina veikt pašnāvības. Pavisam viņa to jau ir darījusi sešas reizes, bet visas neveiksmīgi. Kad aprunājos ar jaunietai par cēloņiem, kāpēc viņa izšķiras par tik smagu soli, tad jaunieta sāka stāstīt par savu grūto bērnību, par to, ka nekad neesot varējusi neko izdarīt tēvam pa prātam, ka tēvs viņu uzskatījis par muļķi. Brižos, kad veikusi pašnāvības mēģinājumus, jaunieta no mātes saņēmusi pastiprinātu uzmanību un mīlestību, kuras jaunietai vienmēr ir pietrūcis.

Uz manu jautājumu, vai arī tagad viņa apsver pašnāvības iespēju, viņa apstiprinoši pamāja ar galvu. Jautāju – kas tagad viņu neapmierina? Jaunieta atbildēja, ka viņa nere-

dzot jēgu dzīvot. Visu, ko varējusi izbaudīt, esot izbaudījusi. Pusi, ar ko kopā dzīvojot, arī nemīlot. Augstskolā viņai arī neveicoties, jo nespējot tikt līdzī pārējai grupai. Vārdu sakot, neredzot prieku dzīvot.

Es sāku jaunietai izskaidrot viņas neapmierinātības cēloņus, kas ir saistīti ar ģimeni, jo ģimene neprata jaunietai mīlēt bez nosacījumiem. Mācīju viņai piedot tēvam un mātei. Jaunieta pievērsās garīgās literatūras lasīšanai un saprata savu neveiksmju cēloņus. Viņa piedeva tēvam, mātei un pārējiem. Jaunieta atmodās dziedniecības spējas, un tagad viņa pati mēģina palīdzēt citiem cilvēkiem. Bet galvenais ir tas, ka viņa vairs nedomā par pašnāvību.

Šis gadījums mums izskaidro to, kā no neprasmes mīlēt bez nosacījumiem rodas prasīgums un neapmierinātība, kas, savukārt, izraisa pašnāvības mēģinājumus.

Atbalsta materiāls SOKRATA

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-7

- Neapmierinātība ir stress, kas iznīcina dzīves garšu un vēlēšanos strādāt.
- Nekā nedarīšana ir viena no visnogurdinošākajām nodarbēm pasaulē, jo tā nesniedz pašapmierinātību.
- Nekā nedarīšana izraisa vainas izjūtu, bet nogurums pauž vainas izjūtu.

SOKRATA TĀUTSKOLA

Neapmierinātība ir stress, kas iznīcina dzīves garšu un

vēlēšanos strādāt. Vai esat ievērojuši sakritību, ka tad, kad esat ar kaut ko ļoti neapmierināti, nav nekādas vēlēšanās kaut ko darīt. Nekā nedarīšana ir viena no visnogurdinošākajām nodarbēm pasaulē, jo tā nesniedz pašapmierinātību. Nekā nedarīšana izraisa vainas izjūtu, bet nogurums pauž vainas izjūtu.

Patiesss gadījums

Jauna sieviete strādāja ļoti labi atalgotā darbā, bet viņa savus pienākumus varēja paveikt vienas stundas laikā. Pārējā laikā viņa garlaikojās. Viņa ik pēc piecpadsmit minūtēm skatījās pulkstenī un vēroja, cik lēni velkas laiks. Sieviete saprata, ka nekā nedarīšana ir ļoti grūts darbs, tāpēc piekrita mainīt darbu uz mazāk atalgotu, taču tādu, kur ir intensīvi jāstrādā visu darba dienu. Sieviete atzina, ka intensīvi strādāt ir vieglāk, nekā garlaikoties.

Atbalsta materiāls SOKRATA

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-8

Kas ir ciešanas?

- Ciešanas ir mācību stunda muļķiem.
- Kas grib kļūt gudrs, tam jāiemācās domāt, tad viņš tiks atbrīvots no ciešanu mācību stundām.
- Kas mācās caur ciešanām, tas katru reizi apgūst dzīves pieredzi.
- No sliktā var atbrīvoties, mainot savu domāšanas veidu.

SOKRATA TĀUTSKOLA

Kas ir ciešanas?

Lai izprastu problēmu cēloņus, nepieciešams izprast, kas ir ciešanas? Ciešanas ir mācību stunda muļķiem. Kas grib kļūt gudrs, tam jāiemācās domāt. Tad viņš tiks atbrīvots no ciešanu mācību stundām. Taču gudrība nenozīmē tikai izglītošanos augstskolās. Ar gudrību mēs saprotam dzīves gudrību, ko diemžēl augstskolās māca minimāli. Kas mācās caur ciešanām, tas katru reizi apgūst dzīves pieredzi. Piemēram, ja cilvēks ir smagi cietis autoavārijā, bet pēc tās sāk domāt, ko pats ir darījis nepareizi, ka piesaistījis sev tādu nelaimi, tad cilvēks pēc šīm ciešanām kļūst dzīves gudrāks. No sliktā vai ciešanām var atbrīvoties, mainot savu domāšanas veidu. Ja nevēlaties, lai jūs piemeklētu ciešanas, sāciet mainīties. Nepietiek tikai ar piedošanu, nepieciešams arī pašam mainīties.

Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana

Atsauce: joma.lv/sokrats

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-9

- Ja sadzīviskās grūtības atkal un atkal ierodas jūs mācīt, tas nozīmē, ka neesat pareizi secinājis un izlabojis savu kļūdu. Dzīves grūtības atkal un atkal ierodas jūs mācīt.
- Grūtajā situācijā sev pavaicāji: **"Kāpēc pār mani nācis šis pārbaudījums, ko tas man māca?"** Jūs droši vien jutīsiet sava ķermeņa atbildi.

 SOKRATA TAUTSKOLA

Ja sadzīviskās grūtības atkal un atkal atkārtojas, tas nozīmē, ka neesat pareizi secinājis un izlabojis savu

kļūdu. Dzīves grūtības atkal un atkal ierodas jūs mācīt.

Grūtajā situācijā sev pavaicāji: "Kāpēc pār mani nācis šis pārbaudījums, ko tas man māca?" Jūs droši vien jutīsiet sava ķermeņa atbildi. Ķermenis var atbildēt ar islaicīgām sāpēm kādā ķermeņa vietā, un, ja jūs esat apguvis ķermeņa filosofiju, tad jūs sapratisiet, ko ķermenis jums signalizē. Piemēram, ja brīdī, kad jūs ir piemeklējusi kārtējā problēma, kurai jūs nesaprotat cēloni, un jums, pajautājot savam ķermenim, – kāpēc es esmu piesaistījies šo problēmu, ko es daru nepareizi, – atbildes vietā iesāpas pleca labā puse, tas nozīmē, ka esat pārāk prasīgs pret sieviešu dzimuma pārstāvi vai pārstāvēm. Ja nekas neiesāpas, tad pievērsiet uzmanību savām domām – kādas domas uzrodas pirmās, jo tur droši vien arī slēpjas problēmas cēlonis. Ja neprotat atrast problēmas cēloni, tad nepieciešams vērsties pie speciālistiem, piemēram, psihologiem, kas varētu palīdzēt atrast problēmas cēloni.

Atsauce: joma.lv/sokrats

V. Cilvēka neapmierinātības un problēmu cēloņu novēršana-10

- Sirdsgudrība rada dvēseles mieru. Tādam cilvēkam konkrētā problēma vairs nekad nesagādās sāpes.
- Darot labu sev, jūs nesat labumu visai cilvēcei.



 SOKRATA TAUTSKOLA

Brīdī, kad būsiet izpratis problēmas cēloni, jūs kļūsiet sirdsgudrāks. Parasti tad, kad cilvēks saprot savas kļūdas, viņā iestājas dvēseles miers. Tā kā mēs visi ar visu esam enerģētiski saistīti, tad darot labu sev, mēs nesam labumu visai cilvēcei.

Šajā laikā, kad cīņa par materiāliem labumiem visā pasaulē ir kļuvusi pietiekami skaudra, ir dzimuši ļoti daudz cilvēku, kas palīdz līdzcilvēkiem izprast viņu kļūdas un garīgi attīstīties.

Arī es veicu nelielu uzdevumu, palīdzot cilvēkiem izprast dzīvi. Es nezinu, cik daudziem cilvēkiem man izdo-

sies palīdzēt, bet es priecājos par katru, kas man atklāj, ka esmu tam palīdzējusi atrisināt kādu veselības vai sadzīvisku problēmu. Arī jums ir iespēja palīdzēt citiem – dariet to, kā mākat. Katra palīdzība un pozitīva rīcība vairo pozitīvo pasaulē. Tikai neuzspiediet savu palīdzību, palīdzība ir jāsniedz tiem, kas to lūdz.

Patiesss gadījums

Jauna sieviete, kas bija klausījusi manas lekcijas un kurai bija parādījušās gaišredzības spējas, sāka uzbāzties cilvēkiem ar savu palīdzību. Viņa redzēja cilvēku problēmu cēloņus un centās pati iet klāt cilvēkiem, lai piedāvātu savu palīdzību. Viņa bija ieradusies arī pie manis, jo uzskatīja, ka arī man ir nepieciešama palīdzība.

Kad es redzēju, cik viņa ir uzstājīga, es viņai teicu, ka vēlos pati izprast savas kļūdas un šobrīd nevēlos pieņemt viņas palīdzību. Es ieteicu viņai neuzbāzties arī citiem cilvēkiem, jo tas izsauc pretestību. Es brīdināju viņu, ka citi viņas uzbāzību var uztvert savādāk, tas ir, uzskatot, ka viņa ir „sajukusi prātā”, un viņa var nonākt slimnīcā, kur ārstē garīgi slimus cilvēkus. Viņa mani nepaklausīja, un pēc pāris mēnešiem mans paredzējums piepildījās. Kad sieviete iznāca no slimnīcas, viņa atkal meklēja tikšanos ar mani, lai pastāstītu, ka esot zaudējusi savas gaišredzības spējas un sapratusi kļūdu, ko esot pieļāvusi.