

**MELITA ZUPANČIČ,
TERAPEVTKA
SRCA**

»Pot do srca je

pot izkušenj!«

MELITA ZUPANČIČ JE TERAPEVTKA, KI LJUDI SPOMINJA, NAJ PRISLUHNEJO ŠEPETU SVOJEGA SRCA IN MU SLEDIJO, SAJ SRCE POZNA POT DO DARU, KI GA NOSIMO V SEBI, DO NAŠEGA POSLANSTVA. PRED LETI JE V TIBETU PRISEGLA, DA NE BO MIROVALA, DOKLER SVET NE BO DIŠAL PO SRCU. SEDAJ DAN ZA DNEM IZPOLNJUJE DANO OBLJUBO.

Doma je na Dolenjskem, v vasi Rakovnik pri Šentrupertu, kjer je že okoliška pokrajina mehkejša, dišeča in bolj žarečih barv. Na dvorišču pred hišo, kjer si je uredila svoje prostore, obiskovalce pričaka družinski čuvaj, črni ovčar Ron, na vrhu stopnic pa nasmejana Melita. Objameva se in začutim srčno toplino, ki obljublja varnost. Ko prideš k Meliti, je, kot bi prišel domov. Začutiš srce, njenega, in kmalu tudi svojega. Dve leti se poznavata in obe sta se v tem času spremenili tako navznoter kot navzven. Ona vedno bolj žari, vame pa sta se, tudi po njeni zaslugi, naselila nekoč nepredstavljen mir in nekakšna mehkoča. V ogledalu danes vidim milejše poteze svojega obraza in žar v očeh. Ona, ki vidi tudi naša energetska polja, vidi še veliko več. Ljubezen se začne pri sebi. Bolj jo čutimo, bolj se raztapljajo zidovi, ki smo jih zgradili okoli srca, ker smo bili v življenju ranjeni. Melita pa s terapijami, ki jih je razvila, kaže in olajša pot iz glave nazaj v srce.

KO GREMO NA POT IZ GLAVE V SRCE

»Jaz pravim, da se rodimo dvakrat. Prvič nas rodi mama. Takrat smo povsem osrediščeni v svojem srcu. Potem se začnejo nabirati strahovi, nehaš verjeti temu, kar te vodi od znotraj. Več je strahov, bolj se

»TERAPIJA,
KI SEM JO RAZVILA, JE
POPOLNOMA DRUGACNA
OD DOSEDANJIH
TERAPEVTSKIH METOD.
Je povsem nova in moja
naloga je bila, da jo predam
kot darilo svetu.«

Vse o Meliti, njenih predavanjih, terapijah in delavnicah najdete na njeni strani sepetsrca.net.

pomikaš proti glavi. Začenjaš poslušati druge in poskušaj doseči vse, kar je v družbi razumljeno kot uspeh – izobrazbo, položaj, materialne dobrine ... Ko imaš vse to, ugotoviš, da ti še vedno manjka bistveno – notranji mir in sreča. Takrat je čas, da se obrneš navznoter in preходиš pot iz glave v srce. Soočiš se s svojimi strahovi. Ta pot ti da notranjo moč, zaupanje, pomaga ti odkriti, zakaj si tukaj. Ponovno se osrediš v srcu – rodiš se drugič, v tisto, kar v resnici si. Vsi veliki izumitelji, umetniki, modreci, ki so prinesli novo vedenje v ta svet, so prehodili to pot,« pojasni.

»Prvi koraki so najtežji. Učiš se prisluškovati šepetu svojega srca, ne zaupaš si še. Glava, s tem mislim tisoče misli in strahov, so še zelo glasni. Bliže si srcu, bolj imaš perspektivo orla. Razumeš vsak posamezen korak, ki si ga moral prehoditi v življenju. Vse se osmisli. Da ne bo pomote, nič nimam proti glavi, je naše vrhunsko orodje, a če jo znamo upravljati,« še doda.

TIBET JE BIL USPOSABLJANJE

Pred leti je v sanjah prejela sporočilo: »Pojdi v Tibet!« Vedela je, da to mora storiti. Ko je začutila, da je v zunanjem svetu dosegla vse, je dala odpoved v obetavni službi na ministrstvu in odpotovala. Enajst mesecev in enajst dni se je učila slediti in zaupati glasu svojega srca. »Pot me je usposabljala za moje poslanstvo. Moja naloga je, da ljudem pomagam, da se znova zaslišijo. Razviti sem morala orodja. Pot do srca je pot izkušnje. Najprej jo moraš prehoditi sam, da lahko resnično čutiš drugega in ga opolnomočaš na njegovi poti,« pove z blagim, jasnim glasom. »Ko danes gledam nazaj na svoje življenje, sem popolnoma očarana, s kakšno preciznostjo nas življenje usposablja za naše poslanstvo, če mu le dovolimo, se pravi, če sledimo notranjemu občutku, ki nas vodi. Ne samo mene, vsakega, če mu le sledi.«

KAJ DAJO LJUDEM NJENE TERAPIJE?

»Vem, da so prvi koraki po poti v srce najtežji. Ne vidiš, kje si obtičal. Ne vidiš vzorcev, ki si jih dobil v otroštvu in jih preigravaš v vseh



Melita uživa v naravi in dolgih sprehodih z domačim ovčarjem Ronom. Pogovarjata se (skora) brez besed, saj živali čutijo drugače.

Vsak mora svojo pot
PREHODITI SAM!

odnosih. Veš samo, da se ti vedno znova ponavljajo situacije, ki jih nočeš več. Lahko celo zbolíš. Zame je bolezen samo klic telesa, da se končno začneš poslušati.

Z orodji, ki sem jih razvila, pomagam ljudem, da postavijo trden temelj v življenju, da najdejo svoje mesto. Brez tega se nam stavba vedno znova podira. Temelj, sem ugotovila, je odnos do očeta in mame. Razvila sem vajo, ki pomaga, da na notranji ravni pridobimo varnost, ki jo daje mama, in oporo, ki jo daje oče. Naučimo se jasnosti, odločnosti, znamo postaviti meje.

Terapija, ki sem jo razvila, je popolnoma drugačna od dosedanjih terapevtskih metod. Je povsem nova in moja naloga je bila, da jo predam kot darilo svetu. Ne vodi je terapevt,

ampak človekovo srce. To vedno najbolje ve. Terapevt se samo odziva in pomaga, da srce zažari v bolj polni moči. V srcu nosimo najvišjo frekvenco – in bolj je srce odprto, z večjo močjo žari in raztaplja ustavljene energije v nas, strahove. Najlepše pa je, da človek v telesu sam čuti, kaj se mu dogaja. In ker čutiš v telesu, si začneš zaupati. Travmatične izkušnje namreč povzročijo, da nehamo čutiti svoje telo. In ko nehamo čutiti, ne slišimo notranjega glasu, niti ne čutimo več lepote življenja. Ljudje med terapijo začutijo moč srca in globino miru, ki jo prinaša. Tisto, po čemer globoko in sebi vsi hrepenimo. »Zdravilo je v naših srcih,« je rekel tudi Nikola Tesla že pred več kot stotimi leti.

VSAK MORA SVOJO POT PREHODITI SAM!

Ne dela z vsakim. Tisti, ki prihajajo k njej, morajo sprejeti odgovornost za svoje življenje. »Dokler tega ne narediš, pričakuješ, da te bo rešil nekdo drug, ti pa ostajaš žrtev. Na ta način ne gre. Biti v srcu pomeni, da spoštuješ človeka. Da verjameš, da zmora sam prehoditi pot. Ne delaš ga odvisnega. Svojo pot mora vsak prehoditi sam! Je pa neprecenljivo, če imaš nekoga, ki ti pomaga narediti prve, najtežje korake, ki pozna pot in brezpogojno verjame vate,« zaključuje.

Polona Pirc, FOTO ROBERT OGRAJENŠEK

Moč srca

»Znanost je začela raziskovati srce in potrjevati vse, kar govorim. Osrediščenost v srcu so poimenovali srčna koherenca in ugotovili, da smo takrat v optimalnem stanju zdravja in ravnovesja.«