

On mi je rekel, pojdi v Tibet. In sem šla.

Zgodba Melite Zupančič bi brez težav lahko postala podlaga za filmski scenarij. Visokoizobražena ženska z dobro službo, stanovanjem in vsem tistim, kar bi jo v predstavah večine ljudi moralo osrečiti, je v sebi prazna in nezadovoljna. Potem jo glas v sanjah usmeri v Tibet. V enajstih mesecih in enajstih dneh opravi pot notranje preobrazbe, za nameček spozna še Kambodžo in Vietnam, se muči z meditacijo na Baliju in danes ljudem po Sloveniji govori o tem, kako prisluhniti svojemu srcu. Pogovori s srcem so namenjeni tistim, ki želijo čutiti, si zaupati in živeti tako, kot so si globoko v sebi vedno želeli.

Sprašuje: **KATJA ŽELJAN**
Foto: **IGOR ZAPLATIL**

Začniva pri pridni punčki, ki se ni imela prav najbolj rada. Imamo pri nas veliko takšnih punčk?

Po mojih izkušnjah terapevtskega dela ogromno. Ker smo bili tako naučeni in vzgojeni: namreč da smo dobri le, če smo pridni.

In potem se tej punčki nekega dne malce »strga«.

Ne vem, ali se ji je »strgalo«, mislim, da je prišla do konca. Da je dosegla vse, za kar je mislila, da jo bo osrečilo. Diplomirala sem, postala višja svetovalka na ministrstvu, ponudili so mi promocijo v direktorico. Skratka, naredila sem vse, kar so mi rekli, da me bo osrečilo. Imela sem status, službo in stanovanje, a v sebi sem bila prazna, žalostna. Začela sem se obračati v notranjost in raziskovati, zakaj sem žalostna, kaj je tisto, kar me ovira, da ne morem čutiti sreče, veselja, radosti ...

Ste našli vzrok?

Ja. Kot danes stvari razumem, smo ljudje tu zato, da prehodimo notranjo pot nazaj vase, da ugotovimo, kdo zares smo in kaj si zares želimo. Ko to pot prehodiš,

prideš do izvira miru, radosti, predvsem pa prideš v stik s svojim darom, s tem, zakaj si v resnici tukaj. In kar naenkrat se vse osmisli, tudi tisto, kar je bilo prej tako težko. Ljudje živimo v kletki strahov in se ne sprejemamo takih, kakršni smo. Zato se skrivamo in se bojimo trenutkov, ki jih imamo samo zase, ker se moramo takrat soočiti s svojimi strahovi in sencami, ki smo jih skrili sami pred sabo. Strah pa je velik samo, dokler ne stopiš vanj.

In potem se vam je sanjalo o Tibetu.

Pravzaprav se mi je že veliko prej. Bilo je leta 2000, ko mi je glas v sanjah rekel: Pojdi v Tibet. In v vsaki celici svojega telesa sem vedela, da bom res šla, da je to zame življenjskega pomena. Ampak takrat na to še nisem bila pripravljena. V resnici nisem še prišla do konca vseh ambicij, želja, vsega tega, kar so mi rekli, naj storim, da bom srečna. Trajalo je še sedem let, da sem se nekega jutra zbudila in rekla, zdaj je čas, da grem.

Kaj je bila tista točka preloma, odločitve?

O tem sem veliko razmišljala. Najbrž sem nekje v sebi razumela, da nisem na

pravi poti, da ne sledim sebi, ampak to je bilo bolj nezavedno. Potem sem se nekega jutra zbudila in vedela, da je prišel čas. Ko me ljudje prosijo, naj jim razložim ta občutek, ga primerjam s stanjem, ko ne veš, ali bi se razšel s partnerjem ali ne. Dokler ne veš čisto točno, kaj bi, so pogajanja še možna. Greš narazen in potem skupaj, pa spet narazen in skupaj. Potem pa se nekega jutra zbudiš in v vsaki celici svojega telesa veš, da je konec. Preprosto veš.

Zdi se tako netipično slovensko. Ste se kdaj spraševali, kako in zakaj se je zgodilo prav vam?

Očitno je bila notranja želja dovolj močna. Sledila sem ji. Ne vem, zakaj je bilo to pri meni drugače, vem pa nekaj: ko sem zares končala notranjo pot, je prišel močan impulz, da moram svojo zgodbo deliti, povedati, da je mogoče. In to je tudi moj namen: da navdihnem ljudi.

Vendarle ste po vrnitvi iz Tibeta potrebovali še pet let, da ste bili pripravljeni izkušnjo deliti med druge.

Res je. Preden sem šla na pot, sem brala Čarovnikovega vajenca Evalda Flisar-

💡 Diplomirala sem, postala višja svetovalka na ministrstvu, ponudili so mi promocijo v direktorico. Skratka, naredila sem vse, kar so mi rekli, da me bo osrečilo. Imela sem status, službo in stanovanje, a v sebi sem bila prazna, žalostna.



ja. In tam sem našla stavek, ki mi je zelo pomagal, ko sem se vrnila. Čarovnik je rekel vajencu: Ko se boš vrnil s svoje poti, boš padel še nižje, kot si bil, preden si šel na pot. Potem boš moral z lastnimi močmi še enkrat narediti notranjo pot in takrat bo potovanje resnično končano. Ko sem se po enajstih mesecih in enajstih dneh vrnila domov, sem mora-

Ali prav od tod izhaja tudi ideja za nastanek centra srca?

To ni moja ideja. Ko sem bila nekoč v Atenah na službenem potovanju – torej še pred Tibetom – se mi je sanjalo, da ga moram ustanoviti. V tistem trenutku sanj sploh nisem razumela, ker še nisem razumela srca, danes pa vem, da bo to center, kjer se bo človek počutil varnega in spre-

☞ Vse v življenju je frekvenca. To je vedel že Nikola Tesla. Bolj ko si občutljiv in senzibilen, bolj čutiš življenje, bolj čutiš človeka, njegove strahove. A ko si v srcu, ni več sodb.

la dejansko še enkrat skozi vse, da sem se zgradila, da sem resnično razumela. Očitno je moralo priti še trpljenje, s katerim brusimo diamant, da postanemo resnični in sočutni.

Že nekaj časa po Sloveniji predavate o tem, kako naj prisluhnemo svojemu srcu. Kateri je izvorni greh, ki današnjega človeka usmerja, naj uporablja glavo, srce pa pomakne na stranski tir?

Ne vem, ali je to izvorni greh, toda z odraščanjem je naše srce večkrat ranjeno, ranjena je naša odprtost. Zaradi ran in strahov srce zapiramo. Včasih ga tako tesno, da ne čutimo več življenja. Po drugi strani z glavo ni treba čutiti, temveč vzpostaviš določena pravila igre in po njih živiš neki koncept. Tako se čutimo varne. Pri srcu pravilnika ni, temveč čutiš in deluješ. Zato se danes vse več in več govori o njem, da se spomnimo, kje je naš center, da lahko povežemo glavo in srce. Z glavo ni nič narobe, je naše izvrstno orodje, a če je ločena od srca, sveda ne čutimo, tako kot tudi ne drugih.

Toda prav dokazovanje je pravzaprav srž današnje družbe. Smo že na točki, ko se mora zgoditi preobrat?

Jaz globoko verjamem, da smo. Rescija kaže prav to: da staro ne deluje več. Prišli smo do konca, ko nič, kar je doslej delovalo, preprosto ne deluje več. Ko prideš do konca, tako kot sem prišla jaz, je čas, da se obrneš vase. Vsi iščemo občutek varnosti. Toda prava varnost je skrita le v srcu.

jetega ter tako začel celiti svoje rane in se spominjati svojega poslanstva. To bo prostor, kjer se bomo ljudje srečevali, sodelovali in ustvarjali nov svet. Osemnajstega junija bo minilo sedem let, odkar sem šla v Tibet. Vem, da je zdaj čas za center, hram srca. Prihajajo ljudje z enako vizijo. Nekje na Krasu bo. Poslušam znake, ki jih daje življenje.

Ali pri vsakem človeku takoj veste, kakšno energijo ima?

Ja. Vse v življenju je frekvenca. To je vedel že Nikola Tesla. Bolj ko si občutljiv in senzibilen, bolj čutiš življenje, bolj čutiš človeka, njegove strahove. A ko si v srcu, ni več sodb. In ko človeka resnično razumeš, mu lahko zrcališ, kje so še njegovi strahovi, ga podpreš, neomajno verjameš vanj. Potem je vse lažje.

V predavanju ste omenili, da je elektromagnetno polje srca izredno močno.

Res je. Na inštitutu Hearthmath so izmerili, da je elektromagnetno polje srca 5000-krat močnejše od elektromagnetnega polja glave. Si potem lahko mislite, koliko večjo moč imamo, ko smo v srcu, koliko več naredimo z manj napora, kako nas ljudje bolj čutijo? Vsi veliki ljudje – geniji in kreatorji – so tisti, ki so to bili v svojem srcu. Takrat navdihuješ druge. Kot je nekoč dejal Steve Jobs: »Tvoje življenje je omejeno, zato ga ne meči stran, tako da živiš po pričakovanju drugih. Ne bodi ujet v dogme, kaj je živeti v skladu z mišljenjem drugih ljudi. Privleci na plan svoj notranji glas in kar je najpomembne-

je: imej pogum zaupati svojemu srcu in intuiciji. Onadva vesta, zakaj si resnično tukaj.«

Povejte nam še kaj o Teslovi metamorfozi, metodi zdravljenja, ki temelji na t. i. skalarni frekvenci, ki jo uporabljate tudi sami.

Nikola Tesla je že pred sto leti odkril skalarno frekvenco in delal z njo. Jaz ji rečem kar frekvenca srca. Je izjemno visoka. Tesla je rekel nekako tako: ko je celica zdrava in v ravnotežju, sveti kot žarnica. Ko ni, je zatemnjena. S skalarno frekvenco povzročimo, da spet zasveti, da se telo izjemno hitro vrne v stanje zdravja in ravnotežja. Ali povedano drugače: energija strahu blokira energijo v našem telesu. Ustavljena energija dela mlakužo. Ko jo premaknemo, znova postanemo bistra Soča. Dokler tega ne naredimo, privlačimo vedno ene in iste okoliščine. Ko pa energije, ki so ustavljene, premaknemo, se začne premikati naše življenje.

Toda od kod vsi ti strahovi? Zakaj jih je toliko?

Dobimo jih z odraščanjem, s tisoč in milijon prepovedmi. Ko otrok, ki se uči hoditi, pade po tleh, se bo spet pobral in bo znova in znova poskusil. Sicer ne bi shodil. Odrasli pa si tega večinoma ne upamo več tako. Nas je že preveč strah. Poskusiš enkrat in če padeš, ne boš poskusil več.

Imamo Slovenci več strahov kot drugi narodi?

Vsak narod ima svojo specifiko. Mogoče Slovenci teže zaupamo, a jaz vseeno vidim Slovenijo, ki ima ljubezen v svojem imenu. Ko so me v Tibetu vprašali, ali bi tam ostala, sem rekla ne in da se moram vrniti, saj bo tu nastal center srca. V Slovenijo bodo hodili ljudje z vsega sveta in se spominjali, kako je živeti v srcu. Slovenijo čutim kot posebno deželo. Pod vsemi oklepi in strahovi imamo toplino, mehko, smo zelo senzibilni in zelo čutimo življenje. Toliko ljudi, kot jih srečujem tu in se z njimi lahko pogovarjam o globini življenja, najdeš le malokje.

Niti v Tibetu?

Že, a tam je vseeno drugače. Pri Tibetancih se me je globoko dotaknila njho-

☞ Ko me ljudje prosijo, naj jim razložim ta občutek, ga primerjam s stanjem, ko ne veš, ali bi se razšel s partnerjem ali ne. Dokler ne veš čisto točno, kaj bi, so pogajanja še možna. Potem pa se nekega jutra zbudiš in v vsaki celici svojega telesa veš, da je konec. Preprosto veš.



va ponižnost pred življenjem. Najbrž je tako zato, ker živijo na štiri tisoč metrih in ker vidijo, kako so odvisni od narave in sodelovanja med sabo.

Že Tibetanci so vam menda rekli, da imate zdravilne roke. Kako vaše terapije delujejo na ljudi?

S terapijami ponovno postanejo igrivi, radostni, sproščeni, začutijo se, si zaupajo. Telo se uravnoteži, nisi več utrujen, umiriš se, prideš v stik s svojo močjo. Ko to vidim, si rečem, da je to prava pot, ker si želim svet, kjer se bomo imeli vsi fino. Ko se bo vsak opogumil, da stopi nazaj v svoj center in začne delati, kar ga najbolj na svetu radosti, bo to točno tak svet.

Kdo so tisti, ki prihajajo na terapije k vam?

Prihajajo tisti, ki želijo priti v stik s svojim srcem in ki si resnično želijo slišati njegov glas, ki želijo postati kreatorji svojega življenja. Ljudi zelo prepriča, ko začnejo v telesu dejansko nekaj čutiti. Pri meni namreč teorije ni. Ali stvari delujejo ali ne, ali se življenje začne spreminjati ali ne. Sicer bi bilo vse skupaj brez smisla. Delam celostno: če pridejo k meni ljudje z boleznijo, se ne bomo ukvarjali z njo, temveč z vzrokom, zakaj se je razvila.

O katerih boleznih govoriva?

O različnih. Toda zame je bolezen to, da ne čutiš svojega telesa in opozoril, ki ti jih stalno pošilja. Najprej nežno, po-

tem vse bolj jasno. Če ne slišiš niti tega, zboliš. Skozi bolezen se zaslišimo, sploh če je huda. Ni več drugega izhoda. Takrat se dejansko ustaviš in obrneš vase, ker se pač moraš.

Vedno poiščete vzrok?

Ja. Doslje smo vedno prišli do tja. Pokaže se, kje se je človek ustavil, nehal čutiti.

Ampak pogledjva, denimo, bolezen sodobnega časa – rak. Zakaj se zgodi tudi tistim ljudem, ki po vseh merilih ne bi smeli zboleti?

Videz vara. Ljudje, o katerih mislimo, da imajo stvari pod nadzorom in da jim vse v življenju teče, niso nujno tudi takšni v sebi. Ravno nasprotno, velikokrat so pod močnim stresom. In ko smo ločeni od svojega telesa, ko ne znamo čutiti, ko ne prepoznamo znakov, ki nam jih že zdavnaj daje, nas največkrat strezni šele bolnišnica.

Kateri pa so po vašem mnenju znaki, na katere moramo biti pozorni, da ne zbolimo za rakom?

Bolezni ne bi ločevala. Pri ljudeh se izrazi različno: tam, kjer je telo najbolj šibko, se pojavi. Današnja družba je naravnana tako, da si ves čas v akciji. V bistvu si ljudje niti ne želijo niti ne upajo ustaviti. Ko se ustaviš in imaš čas zase, se moraš s sabo soočiti in se srečati s svojimi strahovi, zato se marsikdo boji biti sam.

Veliko ljudi najbrž ve, da mora kaj spremeniti, ne zmorejo pa tega dejansko uresničiti.

Zato sem prosila za orodje, s katerim mi bo dano pomagati, in to je Teslova skalar na frekvenca. Pomaga, da hitro sprostiš strahove. Da se umiriš, da si upaš stopiti sam vase. Pomaga ti raztopiti tisto, kar ti prepričuje, da bi se umiril in se soočil sam s sabo. Iz nore dirke sveta namreč največkrat izstopimo, ko nam notranji impulz pove, da tega nočemo več, ali pa se ti nekaj zgodi. To je velikokrat bolezen. Medicinska sestra Bonnie Wave, ki je delala z bolniki tik pred smrtjo, je ugotovila, da imajo prav vsi enaka obžalovanja. Da si želijo, da bi imeli pogum živeti tako, kot so čutili. Da ne bi toliko delali, predvsem moški. Da bi imeli pogum izraziti svoja čustva. Da bi si vzeli več časa za stik s prijatelji. Da bi si dovolili biti srečnejši. To so tista osnovna hrepenenja, ki jih imamo vsi. Zato jaz poskušam navdihniti ljudi, da to naredijo prej kot v zadnjem mesecu pred smrtjo.

Pravite tudi, da si je treba upati narediti majhne korake. In da je dobro, ko imaš ob sebi vsaj enega človeka, ki te neomajno podpira. Ste ga vi imeli?

Brat me je ves čas podpiral. Neprecenljivo je, če čutiš, da nekdo verjame vate. Tako so tudi nastali Pogovori s Srcem. Ker neomajno verjamem v ljudi in njihovo notranjo moč. Ni napak, so samo izkušnje. Z izkušnjami rastemo. Če se ustaviš, če se jih bojiš, potem nisi živel.