

astroNOVICE

Ljubljana, sreda, 5. maja 2010, leto XVIII, št. 18

Izhajajo vsako sredo kot priloga Slovenskih novic

Zgodba, kakršno piše življenje

MEJA MOŽNEGA JE PREMAKLJIVA



»Biti perfekcionista se dobro sliši, a duša pri takšni življenjski naravnosti hudo trpi,« odstira Saša Tasevski.

Včasih je stremela k popolnosti, hotela je služiti denar in dobiti dobro menedžersko službo, a življenje je imelo s Sašo Tasevski drugačne načrte – Danes predava o igri in smehu, slušateljem odstira, kako naj najdejo pravo radost tam, kjer jih življenje najbolj žuli in preizkuša, kako priključijo navdih in ustvarjalnost, si utrdijo samozavest – Prepričana je, da lahko vsak najde sebe in si izboljša življenje, kako tudi ne, kajti če je uspelo njej, lahko tudi drugim

Saša Tasevski sem nazadnje videla pred skoraj dvema desetletjema, ob koncu srednje šole. Spomnim se je kot odličnjakinje, ki je miselne orehe trla kot za šalo, angleške in nemške besede pa stresala iz rokava. Videti je bila nedotakljiva za težave odrasčanja vrstnikov; ne alkoholne ne nikotinske skušnjave je niso zamikale. Um ji je bil oster kakor britev, vrata ekonomske fakultete so ji bila na stežaj odprta. Domnevala sem, da jo bo ali bleščeč študij ali kariera prej ali slej zvalil v tujino. Pred približno štirimi leti mi je novice o njej povedala nekdanja sošolka. Saša naj bi imela sina, povila naj bi ga brez sredstev za lajšanje bolečin, zlahka, brez muke. Več kot desetletje naj bi živel in delal v Španiji, zdaj pa se je z otrokom vrnila domov. Posveča da se osebnemu razvoju in duhovnosti.

HUDA PREIZKUŠNJA

Znova sva se srečali nedavno, po službeni dolžnosti, da jo predstavim kot voditeljico delavnic o terapiji z igro in smehom. Najprej me je zanimalo, zakaj in kako se je iz menedžerke prelevila v iskalno smisla življenja. »Vedno sem živela zaprta v nekem svojem svetu. Pred seboj sem videla le cilje, kaj se dogaja nasploh okoli mene, mi je bilo malo mar,« je pojasnila. »Bila sem perfekcionista. To se sliši dobro, a duša pri takšnem stremeljenju k popolnosti hudo trpi, kajti človek najde tudi najmanjšo napako, ki jo je treba takoj popraviti. Imela sem zelo samokritičen značaj in značilno menedžersko miselnost: dobiti dobro službo, biti uspešna, služiti denar, pridobiti ugled. Ko sem bila tako vpeta v študij in službo, se nisem nikoli vprašala, zakaj živim,« iskreno pripoveduje o stari Saši.

Rojstvo sina Beneta, plod njene ljubezni s španskim prijateljem, ji je življenje postavilo na glavo. Že med nosečnostjo so ji zdravniki povedali, da bo otrok lahko drugačen, a se je vseeno odločila, da ga donosi. Ob spočetju se ji je utmila tudi misel, da mora biti porod, če vendar obstaja neka višja moč, za žensko največji užitek, kajti na svet pomaga duhovnemu bitju. Vse svoje miselne zmožnosti je za nekaj mesecev vpregla v to, da bi bil njen porod radost in ne trpljenje, kot so ga opisovale druge ženske. »Ker



Ob rojstvu je imel Benet Polares Tasevski med drugim diagnozo mišična hipotonija, hiperaktivnost z avtizmom in luknja v srcu. Po petih letih in pol ne potrebuje invalidskega vozička, skače po trampolinu, veseli se življenja, avtizem pa je zamenjala odprtost do ljudi.

so bile moje vizualizacije tako kakovostne, je medicinsko osebje ob porodu upoštevalo moje želje, kako bom rodila, čeprav v Španiji sicer ženske v porodnišnici rojevajo kot povsod drugje. Partner pa se je zelo potrudil, da me je pred odhodom v porodno sobo s smehom sprostil,« se spominja. Pridobila je eno izmed najdragocenejših izkušenj, kako lahko z notranjo pripravljenostjo in pozitivno naravnostjo, ustvarjeno z miselnimi tehnikami in vajami, tudi največje življenjske preizkušnje, kakršna je porod, spremeni v radostno doživetje, v igro življenja.

Njen naslednji izziv je bil, kako sina s hudimi telesnimi in duševnimi težavami – med drugim z diagnozo mišična hipotonija, hiperaktivnost z avtizmom in luknja v srcu –, ki je dneve in noči kričal, da je paralo ušesa, metal stvari po stanovanju in bil duhovno odsoten, pripraviti do tega, da bi ga življenje začelo zanimati. Povrh je morala z njim delati sama, saj sta se s partnerjem, ko je bilo sinu devet mesecev, razšla.

PRIVLAČIM ALI DOBRO ALI SLABO

»Spoznanje, da v življenje pritegnemo, kar nosimo v sebi na energijski, vibracijski ravni, je bilo moja rešilna bilka. Jaz torej privlačim ali dobro ali slabo. Če se na ravni svojih vibracij spremenim, se bo z drugačnimi vibracijami uglasil tudi Benet. Ko je nemiren, sem domnevala, se v resnici odziva na mojo notranjo

nemoč, ki je kričala: Zakaj si tukaj, kje je tu radost, kakšna je moja učna lekcija? Benet je postavil ogledalo mojemu notranjemu kritiku, ki je v vsem videl napake in jih je tudi v vsem iskal,« razlaga.

»Spremenila sem način, kako doseči namen,« se spominja. »Začela sem si dopuščati, da sem, kar sem, trudila sem se, da bi v sinu spodbudila izražanje najplemenitejšega, kar je v njem. Vsak dan sem si vztrajno zamišljala, kako hodi, izraža mir in sodeluje z menoj. Sprva mi je bilo težko vizualizirati, naslikati si živo pred očmi, da to sploh zmore, a nisem odnehala. Spodbujala sem ga tudi tako, da sem mu pela, da je v njem moč, da zmore, naj se le spomni želja, s katerimi je prišel na ta svet, zatrjevala sem mu, da ni sam, da sem ob njem in da se lahko

zanese name.« In začeli so se dogajati čudeži. S sinom je delala preproste vaje, skupaj sta se smejala in igrala. Življenje pa se je po jutranjih in večernih obredih s sinom začelo obračati, in to na bolje. Tudi Saša se je spremenila, v vsem in vsakomur je poskušala najprej videti dobro. »Bilo je trdo delo, ki pa je obrodilo sadove. S svojim prerodom sem postala vzor, kako postati takšen magnet, da k sebi pritegneš najboljšo, kar je v sočloveku. Kljub neobetavnim zdravniškim diagnozam je sin pri treh letih shodil in začel uporabljati svoj um,« pravi Saša. »Zdaj je star pet let in pol, ne potrebuje invalidskega vozička, se smeje, veseli se življenja in kaže razumevanje zanj. Vsak dan napreduje, zdaj delava na govoru.« Pristavlja, da se ima prav Benetu zahvaliti za spoznanje, kako pomembni so v življenju preproste ustvarjalne igre in smeh.

»SPOZNAVANJE, DA V ŽIVLJENJE PRITEGNEMO, KAR NOSIMO V SEBI NA ENERGIJSKI, VIBRACIJSKI RAVNI, JE BILO MOJA REŠILNA BILKA.«

DELAVNICE SMEHA IN IGRE

Že res, da naj bi pisala predvsem o njenih delavnicah o igri in smehu, in vendar se nisem mogla ogniti pripovedi o Sašini življenjski zgodbi, kajti brez nje tudi delavnic ne bi bilo. Porodile so se namreč iz njenih življenjskih

(pre)izkušenj. Njena usoda je kakor strela z jasnega prekinila njen dotedanji življenjski stil, ji pomagala izpolniti njeno poslanstvo – sebi in drugim pokazati, da je mogoče s kakovostnimi miselnimi predstavami in pripravami vedno premakniti meje do tedaj mogočega, in to na katerem koli življenjskem področju. Z miselnimi predstavami lahko vplivamo na telo, si pridobimo in utrdimo zdravje, se uspešno izobražujemo in delamo, negujemo in razvijamo partnerske odnose ...

»Delavnice so se porodile iz spoznanja, da zmore to, kar sva naredila jaz in moj sin, vsak, če le ima dovolj hotenja, poguma, notranje moči in vztrajnosti. Za preobrazbo sva namreč uporabila prav vsem dostopne in brezplačne tehnike – smeh, igro, risanje, pisanje, meditacijo, petje, glasbo idr.« Morda vsak z njimi ne bo takoj dosegel vsega želenega in kar tako, zanesljivo pa bo naredil pomemben korak naprej. »Misel-

ne tehnike, s katerimi si olajšamo doseganje ciljev,« razlaga Saša, »same po sebi še ne zagotavljajo življenjske sreče, so orodje, s katerimi si pomagamo, da dosežemo pravo, notranjo radost.« Na delavnicah slušateljem predstavlja, kako naj najdejo radost prav tam, kjer jih življenje najbolj žuli in preizkuša, na področjih, kjer se spoprijemajo z največjimi in najzahtevnejšimi izzivi. Iz svojih izkušenj pove, kako lahko vsak s tehnikami smeha in igre na tisoč in en način – z njimi je tudi, seve, pomagala sebi in sinu – najde sebe in kakovostneje (za)živi. Tehnike med drugim spodbujajo izločanje hormonov dobrega počutja, krepijo intuicijo in navdih, spodbujajo ustvarjalnost, utrjujejo samozavest, gradijo vedenjske vzorce ubranih odnosov, dajejo krila človekovi naravni sposobnosti, da živi optimistično in lahkotno. Sproščajo ga in mu pomagajo doseči in raziskati višje ravni zavedanja.

Tatjana Sveť



»Sinu sem pela, da je v njem moč in da zmore izpolniti želje, s katerimi je prišel na ta svet. Povedala sem mu, da ni sam, da sem ob njem in da se lahko zanese name.«

Misteriji

Človeštvo vodi elite

Zdravilni magnetizem

Duhovni priročnik

Zunaj telesa v laboratoriju

tudi e-Misteriji

www.misteriji.si