

sama. Ni bilo lahko priti nazaj v svet ega, a vedela sem, da moram. Da me tukaj čaka še zelo pomembna naloga. Sprva sem mislila, da prinašam vedenje o iskrivosti, a še prej moram pomagati najti mesto ranljivosti.

"Pot mi je podarila izjemno priložnost za odpiranje najbolj skritih delov srca in najbolj zamegljenih delov uma," ste zapisali v knjigi. Kateri so bili najbolj skriti deli vašega srca in najbolj zamegljeni deli uma?

Srce je bilo prej zakrčeno. Tona misli, krčev telesa so ga držali v primežu. Sključeno sem ga branila pred svetom, čeprav ni nikoli nehala biti v svoji pravi moči. Trudila sem se biti močna in trda, a moja ranljiva, mehka in sočutna narava ni nikoli obupala nad menoj. Skozi močne izkušnje bolečine me je vedno vračala skozi kanal ranljivosti v vedno bolj ljubeče in sočutno bitje. Vrline, ki sta ju nosila tudi starša. Za kar sem jima neskončno hvaležna. Tako lahko odpustim bolečino, ki sta mi jo nehote prizadejala, ko sta delovala iz svojih bolečin in nista znala postaviti ranljivosti na svoje mesto, ampak sta se je bala. Ko znova začutim svoje srce, se vse postavi na svoje mesto. Najdem avtentični srčni utrip, ko boli in ko neham nadzorovati. Takrat tudi vsa megla uma v trenutku odide. Pred močjo srca nima nobene možnosti. Srce ima neskončno moč, ki v trenutku razblini laž in iluzijo. A še prej se zdi, da moramo ranljivosti najti pravo mesto. Moramo si stati ob strani na poti, ko jo znova odkrivamo, da se zavemo njene moči in si sočutno pomagamo, ko smo ranljivi, ne pa da to izkoristimo in jo zasramujemo.

Pišete, da je bil Camino vaša pot in da ste morali obračunati s preteklostjo takoj na začetku, če ste želeli živeti v trenutku. Kako vam je uspelo obračunati s preteklostjo?

Tako da ji dovolim, da se integrira nazaj v Trenutek. Z jasno namero in sočutnim srcem ji dovolim, da me obišče. Ko to dovolim, se zgodi čudež. Namišljena osebna zgodovina postane naša zgodovina in zgodovinski zapisi v genih naša kolektiva dota. Zavem se, da smo eno, da so bolečine naše, da smo vsepovezani in en sam organizem, ki diha z istimi pljuči in izhaja iz istega duha: Ljubiti sebe res pomeni ljubiti stvarstvo vsega, kar je. Omejeni del uma težko tako ljubi, saj je ujet v polarnost in nagnjen k sodbi. A tudi to so le misli, ki v celovitosti duha nimajo prave moči. Sama danes preteklosti ne doživljam več linearno in tudi verjamem ne, da smo ljudje le enodimenzionalna bitja. Padli smo v morje omejitev, ki jih

sedaj vir spreminja. Svet, ki ga vidimo kot grdega, je v resnici veliko lepši, ko odpreš svoje srce. Ko zbereš pogum in sprejmeš polno odgovornost za to, da si ranjen in ranljiv hkrati, in si dovoliš na polno živeti. Ob tem naj poudarim, da duša in srce nista nikoli ranjena in se jima zdi ta primerjava po svoje prav zabavna. 'Ranjenost' je le zvok nezavedne bolečine, ki nas s tem, ko zavibrira, opozarja, da v njej leži delček pozabljen izkušnje, ki mora nazaj v celovitost trenutka.

Življenje vas je streslo trikrat. Najprej tri smrti, nato tumor v trebuhu in izguba službe. Kaj vas je privedlo do tega, da ste predelali bolečino, jo vzdržali in preobrazili v izkušnje?

Milost? Sočutje veselja, da me odveže pasti ega? Ljubezen, ki jo znam prepoznati v svoji družini navkljub veliko bolečine? Če pogledam, koliko izkušenj sem dala skozi v svojih kratkih štiridesetih letih, ima prehojen življenjski camino svoj smisel. Brat narkoman, ločitev staršev, oče alkoholik, odvisnosti od odnosov, kopica osebnostnih motenj, odvisnost od hrane ... naj nadaljujem? Nato pa, ko ta del odpustim in jim znova brezpogojno odprem svoje srce, odhod njih v svetlobo in njeno okušanje. Zanimivo pot sem si izbrala in ne čudi me, da sva se s sestro, ki je ravno tako izjemna duša in svetovna reorkorderka ter prvakinja v potapljanju na dih, odločili posegati po zvezdah in za neustrašno potapljanje v globine.

Mnogi se ob preizkušnjah vdajo ali pa ranjenost in trpljenje pretvorijo v jezo, prezir, sovraštvo. Kako vam je uspelo uzreti luč in skozi tunel ranljivosti prinesiti mehko, sočutje in milino? Kako ohranjate ranljivost in pogumno srce?

V resnici ne počnem ničesar več. Ne bojujem se več proti temu, da Sem. Spustila sem svoj meč Amazonke, ki se je po dežju in snegu borila proti ... sebi ... proti najlepšemu delu sebe. Proti mehki, ljubeči in sočutni srčiki biti. Proti tisti meni, ki ji ni vseeno za drugega, ki širi moč srčne koherence vsakič, ko odprto ljubi. Danes le sem in to globoko ljubim. Iz te točke ljubim drugega.

V sodobnem svetu se pogosto srečujemo z dualizmom živeti ali preživeti. Pri tem je boj za preživetje pogosto povezan z odpovedovanjem sebi in zanikanjem svojih resničnih potreb. Eno od poglavij začnete s citatom: "Spusti misel o preživetju in začni polno živeti." Od kod je vzklikla vaša želja, da živite na polno?

Morda iz želje po preseiganju podobe odpovedovanj, ki sem jih bila naučena doma. Ko smo izbirali sram, krivdo in strah pred svojo veličino, namesto tega, da se odpremo in pogumno stopamo v svojih čevljih. Ko si dovolim začutiti moč svojega srca, se zavem, kako neverjetno me je bilo pravzaprav strah te moči. Nek prastrah me je preganjal in greza spomin na čase, ko moč ni bila dobrodošla. Tudi danes se je mnogi bojijo, a naj jih potolažim. Gre le za strah pred spremembo. Ta moč, o kateri govorim, je moč, ki opolnomoči vsakogar. Ki ne diskvalificira nikogar. Je neskončni vrelec, ki nas bo okopal v nežnem sočutju, če mu bomo to dovolili ali pa tudi ne.

"Spraviti v polje zavesti tako veliko sprememb je ogromen zalogaj, saj se obrambni mehanizmi takoj aktivirajo," ste