

ĮŽANGA

Ši knyga – vitaminas C, saugantis nuo kasdienybės bacilų. Kiekvienas jos puslapis persmelktas įkvėpimo, netikėtų išpažinčių, ekstremalių minčių vingių ir nuoširdžių herojų šypsenų. Dabar suvokiu, kad rašiau ją, norėdama pajusti savo pačios gyvenimo tūrį, formą bei tekstūrą. Pavyko. Vis dar vyksta...

Skaityti siūlau intuityviai, smalsiai ir be jokių išankstinių nuostatų – visai kaip ir gyventi.

Monika





APIE AUTOREŲ

MYLĖTIS SU GYVENIMU



Mano gyvenimas pilnas grynaveislės magijos, kuri vienodai reiškiasi tiek šventyklose, tiek troleibusuose ar miesto parkuose. Myliu poeziją, cinamono arbatą, ėjimo inerciją, nenuspėjamus žmones, salose besipildančius norus, adrenalino pliūpsnius žanduose, tylą, keliones, vandenynus, senų knygų kvapą... Kartais pagalvoju, kad apskritai tiesiog myliu mylėti!

Tačiau net ir būnant didžiausia gyvenimo fane, vis vien kartais aplanko kaulus geliančios apatijos ir emocinių pelkių dienos. Savo kailiu išbandžiau, jog tuomet labai pravartu vėl ir vėl paklausti: „*Ką gi daryčiau sužinojusi, kad gyventi man liko tik šios 24 valandos?*“

MENIU

- 10 **NOMEDA MARČĖNAITĖ.** KAD KAILIS BLIZGĖTŲ
- 18 **OLEGAS KOVRIKOVAS.** MIESTO ŠAMANAS
- 24 **GYTIS PAŠKEVIČIUS.** ŽMOGUS – NE GRYBAS
- 30 **JANINA MANŽURINIENĖ.** AUKŠTESNIŲJŲ JĖGŲ KANALAS
- 36 **MANTAS ŽALKAUSKAS.** SLĖPYNĖS SU SAVIMI
- 42 **NEDA MALŪNAVIČIŪTĖ.** TARP DVIEJŲ VANDENŲ
- 46 **DOMINYKAS BUTVILAS.** SIELOS TECHNIKINIS
- 50 **DALIUS MISIŪNAS.** OPTIMISTO ISTORIJA
- 56 **DMITRIJUS RADINAS.** PILOTO BEIEŠKANT
- 64 **JURGA LAGO.** TANGO APOCALYPSO
- 70 **ARIJUS ŽAKAS.** PRAGMATIKAS SU CINKELIU
- 78 **AURELIJUS HAMSA.** KOMPIUTERINIS ŽAIDIMAS
- 86 **AUŠRA ŠTUKYTĖ.** PAJUSTI BEGALYBĘ
- 92 **ARTŪRAS BULOTA.** VISATOS PIRŠTAS
- 100 **ALGIS KRIŠČIŪNAS.** GRYNAS RAUMUO
- 108 **OLEGAS ŠURAJEVAS.** NERVO NUSKAUSMINIMAS
- 114 **ERICA JENNINGS.** MEILĖS KELIONĖ
- 122 **GINTAUTAS MACKONIS.** DEGANTIS KRŪMAS
- 128 **KĘSTUTIS VITKUS.** IŠJAUSTI GAMTĄ
- 136 **AŽUOLAS VILUTIS.** ATGIMTI ANTIMI





NOMEDA MARČĖNAITĖ

Menininkė, TV laidų vedėja (51 m.)

KAD KAILIS BLIZGĖTŲ



● KAIP ● SUVOKI MIRTĮ?

Man labai patinka ši kažkieno išsakyta mintis: „*Yra bloga žinia, kad nėra nieko amžino, ir yra gera žinia, kad nieko amžino nėra.*“ Kaip bevartytume situacijas, visuomet galime įžvelgti abi puses. Tačiau yra žmonių, užstrigusių niūrijoje paauglystėje ir pripratusių į pasaulį žvelgti per skausmo ir cinizmo filtrą „*neprašiau, kad mane gimdytu...*“ OK, bet taip jau atsitiko, ir, beje, vis dar turi pasirinkimą, kaip gyventi: liūdnai, tarsi kokią bausmę, ar kūrybingai ir jaučiant skonį.

Pamenu, vaikystėje, šokdama per balą, pastebėjau ramų savo atspindį, kuris, įmerkus koją, susidrumstė. Tuomet ir nutvieskė mintis, jog viskas yra iliuzija ir daugybė žmonių, deja, negyvena... Tai, kad ant antkapio užrašome gimimo bei mirties datas, tiesiog reikia, jog išėjusysis egzistavo. Ir čia, mano galva, slypi didžiausia tragedija, galinti ištikti žmogų. Norint jos išvengti, svarbu įsiklausyti į save ir daryti tai, ko išties norisi, o ne tai, ko iš mūsų tikimasi. Kitu atveju, nerealizuojant savęs, liaunasi blizgėjęs kailis ir nebešvyti akys: tampame vis

liūdnesni, nekantresni ir labiau suirzę... Gyvenant nuolatinės panikos ir isterijos fone paprasčiausiai nebelieka vietos ir erdvės kuriančioms mintims: tik bėgam iškišę liežuvius, o iš kompiuterių ir telefonų nepaliaujamai plaukia įvairūs įpareigojimai.

O juk pasaulis yra tarsi veidrodis ir tik nuo mūsų priklauso, ką jame matome. Priešindamiesi ir darydami ne tai, kas džiugina, tik eikvojame energiją. Įsitikinau, kad veiksmingiau yra tiesiog banguoti su gyvenimu ir priimti visa ko laikinumą kaip neišvengiamybę. Tuomet supranti, jog niekas tavęs nebaudžia ir viskas tėra pamokos, skirtos išmokti reaguoti ir suvokti, kad patirtis ir yra savaiminis tikslas. Deja, šio suvokimo negaliu perduoti net patiems mylimiausiems, nes viską turime *išgyventi patys.*

●● AR TAVO PASAULĖŽIŪROJE YRA VIETOS LIKIMO SĄVOKAI?

Labai atsargiai kalbu apie šiuos dalykus, nes kuo toliau, tuo aiškiau suprantu, kad nieko nežinau. Tačiau mane žavi žmonės, kurie tokiomis temomis diskutuoja užtikrintai ir laisvai – man jie atrodo *dvyų dvyva!* Svarstau, jog galbūt tą žinojimą jie gauna per kažkokius man uždarus kanalus... Tuo tarpu aš tik jaučiu, jog viskas pasaulyje yra susiję minčių ir energijos siūlais – visai kaip filme „Isikūnijimas“. Taip pat tikiu, kad žmonijos išmintis jau seniausiai užrašyta tautosakoj: šitieki visko slypi patarlėse, pasakose ir dainose... Štai skaitydami C. P. Estes knygą „Bėgančios su vilkais“ turime galimybę remtis daugybės prieš mus gyvenusių moterų patirtimi, tarsi atsistoti joms visoms ant pečių. Belieka nesusireikšminti ir patiems savęs neatskirti nuo supančio pasaulio.

O jame juk nėra nesvarbių dalykų: vienodai reikšmingas santykis tiek su artimaisiais, tiek su nepažįstamais, tiek elgesys savo kieme, tiek laukinėje gamtoje. Lygiai taip pat nepakanka

mylėti tik savo vaikus, nes, pažvelgus giliau, juk visi vaikai yra tavo... Tačiau šito nesuvokę mes vis lipame ant to paties grėblio. Pamenu, neseniai lankantis kūdikių namuose, prie manęs priropojo nerealaus grožio ir mielumo *dauniukė*. Jos tėvai iš vadinamosios normalios šeimos paliko mergaitę dėl įgimto sutrikimo. Beprasmiška būtų kaltinti tuos jaunos žmones, tačiau man yra baisu, kad savo dukrytę jie laiko *broku*. Ką mes padarėme su pasauliu?.. Tokių dalykų tiesiog neįmanoma pamiršti ar nusiūpti: jie persiduos iš kartos į kartą, ir jei ne tu, tai tavo vaikų vaikai turės spręsti paliktas problemas. Juk nerealu ką nors numegzti iš susiraizgiusių siūlų: tik ramiai ir kantriai juos išnarpliojus – priėmus tau skirtas pamokas, įmanoma kurti harmoningo gyvenimo mezinį.

● ● KAIP MANAI, KUR SLYPI ATSAKYMAI Į MUMS RŪPIMUS KLAUSIMUS: VIDUJE AR IŠORĖJE?

O kur slypi atsakymai į ažuolo klausimus? Ogi kiekvienoje gilėje...

Taip ir su mumis: tikiu, jog net mažiausiame žmogutyje tūno visos žmonijos išmintis. Tačiau kadaise pasukome ne ta kryptimi ir, nusigręždami nuo intuicijos, už įgimtą vidinį žinojimą sudeginome ant laužo galybę moterų. Nuo tada ignoruojame savo sapnus, nuojautas, nesuvokdami bendros visumos gabalais gydome žmones, mėtome vaikus į sąvartynus... Tačiau neurologijos mokslas jau seniai kalba, kad mūsų gyvenimui diriguoja ne sąmonė, o pasąmonė: smegenų dalis, kurioje ji reiškiasi, yra atsakinga už išlikimą, dauginimąsi ir kitus esminius dalykus. Ir ką jūs manote? Mes, aukštindami logiką, visa tai neigiamo! Kartais tikrai galvoju, jog pasaulis kraustosi iš proto...

● ● KUR ŠIAME BEPROTIŠKAME PASAULYJE ATRANDI GYVENIMO PRASMĘ?

Visą paauglystę prie to prasikankinau ir priėjau išvadą, kad žmogus yra tarsi biologinis robotas su pamesta instrukcija. Kitaip tiesiog negalėjau paaiškinti, kodėl niekas neturi atsakymų į mane kamuojančius klausimus.

Tačiau dabar galvoju, jog visgi ne taip mes ieškome... Intuityviai viską žinome, bet išties esame praradę instrukciją – atsakę vidinio žinojimo. Todėl *nebesiparinu* ir tiesiog gyvenu. Tiesa, ne bet kaip, o smagiai ir žaismingai! Įdomiausia, kad per šį susitaikymą savaime atėjo nemažai atsakymų...

Taigi šiandien manau, jog prasmės yra lygiai tiek, kiek susigalvoji, ir kuo daugiau fantazijos turi, tuo prasmingesnis tavo gyvenimas!



KAIP NORĖTUM PRALEISTI SAVO PASKUTINES 24 VALANDAS?

Manau, jog reikia gyventi taip, kad, atėjus paskutinei dienai ar lėktuvui krentant žemyn, spėtum dar kartą savo artimiausiems pasakyti „*Aš jus žiauriai myliu*“, o ne imtum panikuoti dėl to, kad dar šitiek daug nepajutai, nepasakei ir nepadarei. Paskutinės 24 valandos tiesiog atskleidžia, kaip nugyvenai visą gyvenimą, o ne leidžia jį pakartoti iš naujo...

Kelis kartus yra tekę atsidurti kritinėse situacijose, kuomet tikrai galvojau, kad tuoj mirsiu. Vieną kartą laivas, kuriuo plaukiau, pakliuvo į didžiulę audrą. Buvau tikra, kad jau viskas – mes skęstam. Mėtoma ir svaidoma po kajutę bandžiau parašyti žinutę savo vaikams. Žinojau, jog interneto nėra, bet vyliausi, kad po nelaimės bus surastas bent jau mano telefonas. Pamenu, tenorėjau atsiveikindama jiems ką nors gražaus pasakyti... Taip pat visai neseniai su artimaisiais patekome į avarinę situaciją, skrisdami lėktuvu. Vietoj įprasto nusileidimo netikėtai šovėme į orą. Visiems siaubingai užgulė ausis, žmonės

ėmė panikuoti, priešais sėdinti moteris prapliupo raudoti... Pamenu, atsisukusi į vaikus tuomet pasakiau: „*Jūs tik nesijaudinkit, iš tikrųjų viskas nėra taip jau blogai – jei ir užsiplosim, tai visi trys iš karto! Be to, tai tikrai nebus pati blogiausia mirtis, juk tik viens – ir viskas!*“ Juokdamiesi jie ėmė prašyti, kad bent jau tyliau kalbėčiau, nes mus girdintys aplinkiniai tikrai tuoju numirs iš siaubo.

Taigi šios situacijos atskleidė, kad viskas OK su tuo mano gyvenimu, nes net ir mirties akivaizdoje norisi pasakyti „myliu“, neapleidžia humoro jausmas ir neištinka panika. O visa kita – tik smulkmenos: ne kartą kalbėjome su vaikais, jog turiu donoro kortelę, noriu būti sudeginta ir iš naujo pasodinta drauge su medžiu.

● IR VISAI NELIŪDINA
● MINTIS, JOG
Į ŠĮ GYVENIMĄ
ATEINAME IR
IŠ JO IŠEINAME
VIENI?

Neliūdina, nes mes jokiais būdais nemirštam vieni: visi artimieji tą momentą išgyvena drauge. Štai mano buvusio vyro Mariaus tėvas atsisveikino nepaprastai gražiai ir mokėjo taip mylėti, kad tai mane veikia ligi šiol. Pamenu, išeidamas iš šio pasaulio jis spėjo pasakyti, kad esu pati gražiausia, protingiausia ir talentingiausia, todėl man nebereikia jokio patvirtinimo – tas žinojimas manyje gyvas kasdien.