

OLI LUKNER, OSEBNO SVETOVANJE IN DUHOVNO MENTORSTVO



Vse stvari so rešljive!

ŽE 30 LET SE UKVARJA Z NARAVNIM ZDRAVLJENJEM, OD REFLEKSOTERAPIJE STOPAL, KI JO ŠE VEDNO UČI, DO IZPOPOLNJEVANJA V MNOGIH DRUGIH ZDRAVILSKIH TEHNIKAH. MED NJIMI JE TUDI ŠTIRILETNO IZOBRAŽEVANJE NA ZDRAVILSKI ŠOLI BARBARE BRENNAN V ZDA, KI VKLJUČUJE INTENZIVNO OZAVEŠČANJE VZORCEV IN DELO NA SEBI. Z OSEBNIM SVETOVANJEM POMAGA LJUDEM ODKRITI VZROK IN IZVOR NJIHOVIH TEŽAV, Z RAZUMEVANJEM IN ODPUŠČANJEM OZAVESTITI SITUACIJO TER SE POVEZATI Z LJUBEZNIJO V SEBI.

Vse življenje je raziskovala duhovne zakone. Že od zgodnjega otroštva je namreč vedela, da je vse eno, povezano in prežeto z neuničljivo ljubeznijo. »Ljubezen in sočutje pomenita odsotnost sodbe, ljudje pa večino- ma trpijo zaradi močnih občutkov krivde in samoobsojanja,« pravi. »Sama sem od mladih nog težko prenašala občutek zamere v sebi. Čutila sem, da me to boli in straši. Občutenje je bilo neznosno, zato sem iskreno iskala

vzroke v sebi. Šokantno, a neskončno pomirjujoče je bilo spoznanje, da je vse, kar čutim, moj lastni miselni konstrukt, da stvari, ki sem jih mislila o sebi in drugih, sploh niso bile resnične. To me je osvobodilo in mi dalo moč, svoja spoznanja pa zdaj uporabljam pri delu z ljudmi,« pojasni.

EGO JE VIR TEŽAV

»Vedno bolj sem odkrivala, da ega ne moreš zdraviti z egom. Če to počneš, je enako, kot če bi poskušal prestavljati pahištvo na Titaniku. Ljudje se vse življenje trudijo in delajo na napačnem delu sebe –

na ega, čeprav z njim ne moreš priti do trajne rešitve težave. Ego je namreč mojster težav: v umu jih ustvari, potem pa ti svetuje, kako naj bi jih rešil. Zato se ljudje izgubljajo v polresnicah in kljub kupu prebranih duhovnih knjig ne morejo iz začaranega kroga,« nadaljuje in poudarja, da lahko človek izkusi trajne spremembe, le če se loti iskanja dejanskih vzrokov težav. »Tako jih reši pri izvoru, ne da bi se ukvarjal z zapletenimi posledicami, hkrati pa se ljudje začnejo zavedati, da imajo škarje in platno življenja v svojih rokah in niso odvisni od različnih tehnik in terapevtov.«

TRPLJENJE JE IZBIRA

Vzrok za naš nemir in trpljenje v resnici

»Naša razmerja z drugimi vedno IZVIRAJO IZ ODNOSA, KI GA IMAMO DO SEBE.«

»VSAKA ŽIVLJENJSKA TEŽAVA JE LE PRILOŽNOST, da izberemo drugače.«

torej nikoli ne prihaja od zunaj. »Smo bitja ljubezni, a razmišljamo z egom, ki ljubezni ne pozna. Čeprav smo veličastna bitja, nas ego prikazuje kot šibke žrtve zunanjih dogodkov. V duhu smo vsi eno, ego pa nam prikazuje, da smo ločeni, vsak v svojem telesu. Ti paradoksi ustvarjajo konflikt v umu, zato nas je strah. Ves čas smo zaposleni z medosebnimi dramami in množicami težav, zato pozabimo na to, kdo v resnici smo. Pri tem pa se ne zavedamo, da si težave nevede ustvarjamo sami, v umu, ker uporabljamo egov način razmišljanja.« Oli pojasni, zakaj se zapletamo v življenje in odnosih.

»Pogosto trpimo, ker od ljudi zahtevamo nekaj, česar nam niso sposobni dati, ker tega nimajo, npr. da nas imajo radi. Če ne dobimo ljubezni, se počutimo zavržene, tovrstni občutki pa vodijo v samosovraštvo in strah pred drugimi. A v resnici nas nihče ne zavrača, zavračamo lahko le sami sebe. Nihče nam ničesar ne počne nalašč, le izraža stanje, v katerem je. Njegovo stanje moramo spoštovati, a tisto, kar počne, nima v resnici nobene zveze z nami,« poudari. »Ker je vse eno in povezano, pogosto čutimo tudi energijo misli, ki jih drugi mislijo o nas. Če so te negativne, se zagotovo ne bomo dobro počutili. Pa vendar nikakor nismo žrtve zunanjih dogodkov in situacij, kajti vsak trenutek se sami odločamo, kaj bomo naredili s tem, kar občutimo.«

ODNOSI SO LEKCIJE

»Izvor vsega je v umu – kajti tako kot misliš, tako občutiš,« pravi Oli. »Ne moreš namreč čutiti nečesa, česar ne misliš. Um je kot krmilna plošča, kjer se vse začne in konča,« doda. »Trpimo, ker verjamemo stvari, ki niso resnične. To pomeni, da lahko drugačen način razmišljanja spremeni vse,« nadaljuje. »Naša razmerja z drugimi vedno izvirajo iz odnosa, ki ga imamo do sebe,« pravi. Ko sam predelaš neko lekcijo, se posledično spremeni tudi odnos. Vsaka življenjska težava je le priložnost, da izberemo drugače. Ko izberemo sočutje namesto napada, se sami počutimo neprimerno bolje, drugim pa damo občutek, da so ljubljene, pravi. Ta izbira pa ozdravi karmo, zamere in bolečine.

ZRCALJENJE

Bolečini v odnosih se lahko izognemo s poznavanjem življenjskih zakonov. »Komu-

nikacija ne teče prek besed, pač pa skozi zaznavanje avričnega polja. Ljudje npr. začutijo prestrašene ali negotovega človeka in ga temu primerno obravnavajo – napadejo ga. Za dotičnega pa je to lekcija, da prepozna

svoje zrcalo in se začne zavedati svojih vzorcev delovanja ter prične poglobljeno delo na sebi,« pravi Oli in opozori, da nam ta zakon pove, da drugi niso krivi za to, kako se odzivajo na nas, pač pa smo mi tisti, ki s svojimi nezavednimi prepričanji kličemo po ustreznem zrcaljenju. »Ko svoje prepričanje predelaš, odpustiš sebi in drugemu, odpreš srce, ne s sabo ne s tem človekom nimaš več težav. Lahko si mu le hvaležen za lekcijo, za zrcaljenje, ki ti je pomagalo napredovati na tvoji življenjski poti. Vse stvari so torej popolnoma drugačne, kot se prikazujejo navzven!«

KONFLIKTI V ODNOSIH

Mnogi konflikti nastajajo, ker ljudem vsiljujemo svojo 'pomoč' in prav. »Vedeti moramo, da niti slučajno nikoli ne vemo, kaj je za nekoga dobro. Zato je bolje, da ozaveščamo lastna prepričanja, kot da se vmešavamo v življenjsko zgodbo nekoga drugega,« opozarja.

»Prav tako moramo prepoznati, da je načrt našega življenja že vnaprej postavljen. Vsi ljudje so natanko takšni, kot morajo biti, in vse je tako, kot mora biti. Sprejemanje situacije človeka sprost, to pa poveča količino njegove življenjske energije. Nasprotno pa mu pritoževanje, zahtevanje, da so ljudje in stvari drugačne, močno zmanjšuje energijo. Manj je energije, večji je ego, večji je miselni kaos, večji je občutek brezupa,« pojasni.

OSEBNO IN DUHOVNO MENTORSTVO

»Moje svetovanje traja dve uri in je precej intenzivno,« pravi. »Klienta prosim, naj natančno opiše svoje težave. Tako namreč izpostavi energijo problema za obravnavo. Pri tem ga zelo pozorno poslušam, dam mu prostor, ki ga potrebuje. Postopoma iz tega nastane zdravilni dialog. Pomagam mu spoznati, kako uporablja misli in energijo. Energijska polja misli in občutkov mu narišem, da vidi problem

z distance, tu pa se v njegovem umu že svetlika rešitev,« pravi.

»Vodim ga nazaj v izvor, v trenutek napačne izbire, ko je situacijo interpretiral z egom in se izgubil v množici problemov. Nato ga spodbudim, naj težavo pogleda skozi ljubezen, s čimer se njegov pogled nanjo korenito spremeni. Spozna moč svoje izbire, pri kateri ni več žrtev, pač pa ustvarjalec svojih dogodkov in izkušenj,« opiše in nadaljuje: »Zdravilni proces neizogibno sproži tudi določena čustva. Krivda, jeza, strah, zapuščenost, prevaranost in osamljenost se najpogosteje razkrijejo. Ni se jih treba bati, saj je zdravilno pogledati vanje in si jih dovoliti. Proces pa usmerjam še s posebno tehniko, s katero priključimo oboje hkrati – čustvo in ljubezen, ki to čustvo opazuje. V navzočnosti ljubezni se čustvo raztopi in izgine. To pa je zelo lep proces, ki klienta vodi v neposredno izkušnjo ljubezni do sebe,« zaključ.

Mateja Blažič Zemljič, FOTO DEJAN JAVORNIK

Oli poudarja, da nikoli nismo žrtve zunanjih dogodkov, saj se vsak trenutek sami odločamo, kaj bomo naredili s tem, kar občutimo.

