

# TURINYS

RAŠYTOJO PRATARMĖ	9
PSICHOTERAPEUTO ĮVADAS	15
ĮŽANGA. STICHIJŲ TEORIJOS ĮVAIRIOSE TRADICIJOSE	17
PENKIŲ MEILĖS STICHIJŲ TEORIJA	20
STICHIJŲ KOKYBĖS IR MEILĖS RAIŠKA PER JAS	22
<b>Žemė</b>	23
<b>Oras</b>	24
<b>Vanduo</b>	26
<b>Ugnis</b>	29
<b>Šviesa</b>	30
STICHIJŲ LYGMENYS	32
ŽMOGAUS ASMENINIS STICHIJŲ BALANSAS	44
<b>Stichijų disbalansai, jų simptomai ir priežastys</b>	50
Auklėjimo problema	56
Oro stygiaus problema	65
Žemės stichijos disbalansas	79
Vandens stichijos stygiaus problema	82
Ugnies stygiaus problema	85
Šviesos trūkumas	86

<b>Stichijos ir psichinės problemos</b>	89
Priklausomybės	89
Depresija	90
Pyktis	93
Narcisistinis sutrikimas	96
Valgymo sutrikimai	98
Neurotinis nerimas ir įtampos	100
Godumas	102
Destruktyvios mintys	103
<b>Stichijos ir fizinės ligos</b>	104
Onkologinės ligos	106
Mirties tema	107
<b>Stichijos ir visuotinės žmonijos problemos</b>	113
Pandemija	113
Kova su blogiu	115
ASMENINIO STICHIJŲ BALANSO PAŽINIMAS	117
STICHIJŲ ATKŪRIMO IR SUBALANSAVIMO BŪDAI	127
Emigracija	132
Šokis	136
Muzika	139
Pokyčiai	141
Savos vertės susigrąžinimas	145
Asmeninis gyvenimas	154
Stichijų stiprinimo pavyzdžiai	156
Šviesos atkūrimas	161

STICHIJOS IR ŽMONIŲ VEIKLOS	162
Gamtos gelbėjimas	176
Politika	176
Švietimo sistema	177
Psichologinė pagalba	179
Didysis sportas	182
Meninė veikla	183
Stichijos ir pinigai	183
Dvasinė veikla	186
PENKIOS MEILĖS STICHIJOS SANTYKIUOSE	187
<b>Situacijos apžvalga</b>	190
<b>Stichijų dalyvavimas kuriant santykius</b>	194
Žemė	194
Oras	199
Vanduo	201
Ugnis	203
Šviesos stichija santykiuose	203
<b>Santykių problemos</b>	205
Partnerių pasirinkimas	212
Lyčių skirtumai	217
Stichijų lygmenys santykiuose	220
Stichijų mainų problemos	224
Vienišumo problema	241
Oro užblokavimo problema	244
Melo problema	249

<b>Santuoka</b>	252
<b>Skyrybos</b>	257
<b>Lytiniai santykiai</b>	261
<b>Pasitikėjimas</b>	264
<b>Vaikai šeimoje</b>	267
PENKIŲ MEILĖS STICHIJŲ TEORIJA PRAKTIKOJE	270
Cituoti rašytiniai šaltiniai	279

# RAŠYTOJO PRATARMĖ

Penkių meilės stichijų teorija įsiveržė į mano gyvenimą kaip tikrą tikriausia stichija, nušluodama viską, kas buvo nereikšminga, kažkieno kadaise sugalvota ir netikra. Palikdama tik tai, kas nepajudinamai tūnojo pačiuose pasaulėžiūros pamatuose kaip intuityviai jaučiamos tiesos. Tai, ką tik nedrąsiai įtariau, smalsiai stebėdama įvairiausių dalykus, tapo akivaizdu ir pagrįsta. Pagrįsta pačios Gamtos tiesa. Tokia tiesa, su kuria nepasiginčysi, kuri, iškilusi tiesiai prieš akis, nusmelkia iki kaulų smegenų ir tolimiausias proto kerteles nušviečia akinama Šviesa.

Reikia pripažinti, kad kai kurios išgirstos Meilės stichijų teorijos idėjos sukeldavo lengvus širdies ritmo sutrikimus, todėl prieš rašydama toliau pirmiau turėdavau nurimti ir pakvėpuoti. Į kai kuriuos pranešimus reaguodavau ašaromis, kai kas nuoširdžiai prajuokindavo. Tam tikri Meilės stichijų teorijos teiginiai taip ryškiai nušviesdavo esamas situacijas, kad dabar vyraujanti pasaulėžiūra ar kai kurios išmaniojo intelekto sukurtos sistemos, iškilusios visu savo absurdiškumu, lengvai supykindavo. Viena iš tokių žmonijos itin puoselėjamų ir visaip eskaluojamų sistemų – per amžių amžius gyvuojanti vyriškumo ir moteriškumo

kaip dviejų priešybių koncepcija, kurioje itin daug melo ir bjaurių manipuliacijų. Pati jomis buvau įtikėjusi taip tvirtai, kad net kelis kartus teko perklausti Agnės, kaip tai nesvarbu, kas tu – vyras ar moteris? Kaip kursi santykius, jei savo moteriškumo neaptiksi kažkur savo gimdos gelmėse? Ką tu, moterie, nesuvokdama savo moteriškosios esmės, gali vyriškajam pradui pasiūlyti? Vis išgirsdavau tą patį atsakymą:

– Nėra tokio dalyko kaip vyriška ar moteriška energija, ar juo lab pusė, prigimtis, pradas ar dar kitokia nesąmonė!

– Kaip tai nėra?! – piktinausi aš. – O kur vyriška ir moteriška logika? Kur moteriški ir vyriški principai, elgesys, misijos, prievolės?! Viskas juk skiriasi? Moteris – tai Mėnulis, vyras – tai Saulė; moteris – *in*, vyras – *jang*?! Kiek knygų apie tai prirašyta, kiek paskaitų paskaityta...

Mano surambėjusi, matyt, daugybę šimtmečių formuota ideologija, perduodama iš kartos į kartą kaip tikėjimo dogma, niekaip nepasidavė suvokimui, kad mūsų lytiškumas neturi jokios reikšmės žmogaus gyvenimui žemėje. Piktinausi ir kovojau, pateikiau „protingus“ argumentus, rėmiausi solidžiais šaltiniais, bet atsakymas visuomet buvo toks pat: „Tai nesvarbu, tai nieko nereiškia.“

Po ilgos kovos su savimi ideologinės šiukšlės visgi buvo nušluotos iš žmonių naivumo besijuokiančios Tiesos. Galų gale teko sutikti, kad moteriškumas ir vyriškumas yra *vėjų vėjai*...

Meilės stichijų teorija pateikia ganėtinai unikalius atsakymus ir į kitus žmogaus gyvenimo klausimus. Ir tie atsakymai savo paprastumu ir juose glūdinčia Gamtos tiesa kartais tiesiog pakerta kojas.

„Kai suprasite, kad jūs esate sielos, laikinai tapusios Žemės gamtos dalimi, jums nebereikės visų jūsų cirų: politikų, filosofijų, religijų, ministerijų...“

Nebuvo malonu pažvelgti į savo nesusivokimo platybes ir pamatyti, kad mano pačios gyvenimas yra toli nuo to, ko iš mūsų, žmonių, tikimasi ten, Gamtos tiesos ištakose. Nereikšmingus dalykus laikome reikšmingais. Pačius svarbiausius dalykus ignoruojame ir siekiame kažko, kas nesuteikia nei laimės, nei pilnatvės. Savo ligas gydome mašinų remonto principais. Net ir tas subtiliausias, psichines. Atkakliai atsisakydami pripažinti, jog žmogaus intelektas, kad ir kaip smarkiai išlavintas, vis dar yra nepajėgus pranokti tobulai paprastų Gamtos dėsnių. Ne tik dvasinių, bet net ir fizinių. Nepripažindami, nuvertindami, o gal net ir nepažindami gamtos, kurios dalis esame, mes tampame akademiniiais mechanikais, veržlérakčiais ir plaktukais mojuojančiais ten, kur reikia visai kitų vaistų ir visai kitų gydymo būdų. Pamiršę, jog esame gamtos dalis, mes pasineriame į sudėtingų sistemų kūrimą, išradinėjame grandiozines gyvenimo laimės ir sveikatos užsigarantavimo schemas, tuomet patys jose pasiklystame ir nusivylę dejuojame: „Pažiūrėkite, kas darosi! Nėra šioje žemėje laimės, nelaimė po nelaimės, kančių kančia, daugybė ligų nepagydomos, meilės santykiai neįmanomi...“

Jei tik nususukame nuo gamtos, jei tik pasikeliame į intelektualės puikybės padebesius, – tuomet tikrai kančių kančia, chaosas ir neviltsis garantuoti.

Penkių meilės stichijų teorija primena: atsisukite į gamtą, jūs esate gamtos dalis, gyvenkite pagal Gamtos dėsnius ir nereikės blaškytis savo sudėtingai neveiksminguose labirintuose,

turėsite į ką atsiremti, žinosite, kaip nesusirgti arba kaip pasveikti, jei apsirgote.

Penkių meilės stichijų teorija netgi populiariusius psichikos sutrikimus paaiškina pačiu paprasčiausiu būdu. Gavusi atsakymą, kodėl žmonės serga depresija (neuroze, šizofrenija, obsesija) ar tampa priklausomi nuo nuodingų medžiagų, kaskart išgyvendavau katarsį „Taip! Kaip tik taip ir yra!“ ir džiaugsmingai modavau vėjo gūsiams, nusinešantiems visas sudėtingas, supainiotas, psichikos ligų priežastis aiškinančias teorijas.

Apskritai šios knygos rašymas man suteikė be galo daug džiaugsmo. Kiekvienas mūsų susėdimas su Agne prie knygos rašymo tapdavo be galo įdomiu ir maloniu nuotykiu. Niekada nežinodavau, koks Gamtos išminties lobis mums bus įteiktas šį kartą. Eidama į susitikimus, pasiruošdavau klausimų ir sulinkusi į žemo starto poziciją skubiai skrebendavau kiekvieną Agnės žodį. Kad tik ko nepraleisčiau ar ne taip užrašyčiau. Kartais į savo klausimus atsakymo mes negaudavome, kartais iš mūsų naivumo pasišaipydavo. Pasitaikė net paliepiamų nepatingėti ir pačioms pamąstyti, ypač kai kalba pasisukdavo apie nereikšmingas žemiškas smulkmenas.

Kiekvienas susiėjimas su Agne palikdavo man ne tik džiaugsmo, bet ir begalinio dėkingumo, sumišusio su pagarbia nuostaba, jausmą. Kaipgi viskas paprasta! Ir kaip sudėtingai ir kvailai mes įpratę matyti visiškai paprastus dalykus. Kaip sugebame sumauti net ir tai, kas neišsenkančiu šaltiniu galėtų teikti mums gyvybinę energiją ir gyvenimo džiaugsmą. Pavyzdžiui, kad ir artimus meilės santykius, neišmanydami dalykų esmės, nuvertiname ir paverčiame ne tuo, kas jie yra.



Norėjau šią knygą rašyti amžinai. Net ir tuomet, kai kokia nors tema mane išmušdavo iš pusiausvyros ne dienai ir ne dviem. Pavyzdžiui, kai buvo kalbama apie santuoką. Kaip jums mintis, kad santuoka yra aukščiausias dvasinis ryšys tarp dviejų Žemės gyventojų? Taip, apie tai byloja ir kitos teologinės ar dvasinės teorijos, bet visai iš kitos pusės, todėl ši mintis atrodo sunkiai suprantama ir dar sunkiau pritaikoma realybėje, tad su ja daugybė žmonių absoliučiai nebesutinka.

Stichijų teorijoje santuoka apibūdinama kaip gėrių gėris, gražiausia ateities žmonijos perspektyva, kuri galbūt realizuosis, jeigu... Ir tie „jeigu“, pasirodo, yra visai ne tie, kuriuos esame įpratę girdėti.

O ar žinojote, kad žmonės kartais miršta todėl, kad išsiskyrė, neteko artimo žmogaus ar mėgstamos veiklos? Aš nežinojau! Taip, skyrybos ar netektys, emigracija, net ir išėjimas į pensiją priskiriami prie stiprių psichologinių krizių, bet kad dėl to žmonės mirtų?.. Dabar jau tai žinau ir su tuo sutinku. Todėl nuo šiol daug atsargiau ruošiuosi bet kokiam didesniai pokyčiui, kuris nuo manęs priklauso, arba atsakingai ir jautriai rūpinuosi likviduoti pasekmes įvykus pokyčiui, kuris nuo manęs nepriklauso. Į gyvenimo krizes dabar nebenuoju ranka: „Ai, čia tik stresas, palauksiu ir praeis.“

Penkių meilės stichijų teorijai esu dėkinga, kad galų gale tvirtai atsistočiau ant žemės, nebeklaidžioju filosofiniuose labirintuose, jaučiuosi apvalyta nuo gausaus teorinio šlamšto ir įkvėpta gyventi kuo paprasčiau.

Suvokiu begalinę atsakomybę ir kartu didžiulę laimę galėdama visas per Agnę gautas žinias surašyti į šią knygą. Ir visai

nesvarbu, kad šios knygos rašymas aukštyn kojomis vertė mūsų su Agne pasaulėžiūrą, paskui save nusinešdamas ne tik įsise-nėjusias nuostatas, bet ir veiklas. Ir net kai kuriuos santykius... Ir visai nesvarbu, kad mūsų abiejų savęs pažinimas panėrė į to-kias gelmes, jog būti ne savimi tapo nebeįmanoma, o būti savi-mi dar šiek tiek nejauku.

Visa tai nesvarbu, nes esu pernelyg laiminga, kad galiu šiuo tekstu dalintis su skaitytojais.

**Penkių meilės stichijų teorija atgręžia mus į gamtą ir sutei-  
kia tvirtą pamatą žmogaus gyvenimui Žemėje.** Tai svarbiausia! Tikiuosi, sutiksite, kad šiandien mums to paprasto ir tvirto pa-mato itin trūksta, nes turėdami daug žinių ir dar daugiau infor-macijos, vis dar klaidžiojame būties patamsiais maloniai apsvai-ginti sisteminio ir technologinio progreso bei tariamos žmonijos pažangos, kuri kuo toliau, tuo mažiau primena pažangą.

Lina Dirmotė

# PSICHOTERAPEUTO ĮVADAS

Šį tekstą galima skaityti įvairiai: kaip grožinę literatūrą, ezoterinę filosofiją arba kaip dar vieną asmenybės teoriją, padedančią suprasti žmogaus prigimtį ir suteikiančią tam tikrą žinių pamatą, kuris padeda spręsti žmogiškas problemas. Psichologijos mokslu labiau besidomintis skaitytojas turbūt žino, kad per porą šio mokslo gyvavimo šimtmečių buvo prikurta begalės asmenybės teorijų, vienu ar kitu kampu žvelgiančių į daugialypę žmogaus prigimtį: nuo grynai biologinių iki ganėtinais mistinių. Buvo bandymų žmogaus charakterį ir būdo bruožus apibrėžti matuojant jo galvos apimtį ir kaktos aukštį; vardinant jo sąmonės, viršsąmonės ir pasąmonės konfliktus ar skaidant žmogišką savastį į transcendentinius archetipus. Visoms iki šiol sukurtoms ir toliau tebekuriamoms asmenybės teorijoms yra vietos po saule, kiekviena jų aprėpia tam tikrus žmogiškumo aspektus ir turi savo gerbėjų auditoriją.

Penkių meilės stichijų teorija taip pat gali būti skaitoma ir pritaikoma praktiškai kaip dar viena asmenybės teorija, nors iš esmės ji tokia nėra. Visgi norėdama rasti pačius paprasčiausius ir natūraliausius psichologinių problemų sprendimus ir sau, ir savo klientams aš kreipiuosi į Penkias meilės stichijas ir prašau jų patarimo.

Penkių meilės stichijų teorijos taikymas išskirtinai asmenybės teorijos kontekste, nors ir labai parankus psichoterapiniame darbe, visgi neatskleidžia viso šios teorijos pritaikymo potencialo. Toliau tekste rasite išsamius paaiškinimus, kodėl ši teorija vis dėlto netelpa į asmenybės teorijos rėmus, nors ir gali būti tam panaudota.