



GAUSA

atmintinė

Šią atmintinę, renginius ir kitą informaciją visuomet galite rasti adresu:

<http://bioenergetikas.lt/gausa>

ŠIOJE ATMINTINĖJE:

- **pakalbėsime apie principus**, kas lemia gausą mūsų gyvenime ir kaip atpažinti bei kaip pakeisti įsisenėjusius principus, kuriais mes ne pritraukiame, o atstumiamo nuo savęs gausą;
- **įsivertinsite** ar esate Stygiaus būsenoje ar Gausos;
- įvardinsime **kelis būdus, kaip "neprilipti"** prie savo tikslų, kaip jų siekiant netapti priklausomais nuo jų sėkmės ar nesėkmės;
- ir žinoma **atliksite pačią Gausos meditaciją**.

Dėkingumo meditacija labai dera su gausa, ji rekomenduotina derinant su Gausos meditacija ir dažnu atveju netgi būtina. Dėkingumo jausmas yra aukšta vibracija, pakelia nuotaiką, sustiprina imunitetą fizinėje ir dvasinėje plotmėje.

Medituojant grupėje, energetinis poveikis stiprėja.

KELI SVARBŪS PRINCIPAI, kuriuos vertėtų žinoti

- Visata mus myli, Kūrėjas mus myli
- Mes esame Dievo dalimi
- Aukštesniuose energetiniuose lygmenyse – pavyzdžiui angelų pasaulyje, nėra nieko, kas mums norėtų pakenkti ar kas mus vertintų neigiamai.
- Visos patirtys yra mokymasis
- Pasaulyje neteisybės nėra, viskas vyksta sielų susitarimu.

Kas yra Gausa? Tai būseną kai jaučiamės pilnatvėje. Kai būdami savy - jaučiamės pilni Visatos meilės ir rūpesčio mumis. Tai **vidinė gausa**. Visokiausiomis formomis. Išorinės gausos manifestacija neįmanoma be vidinės pilnatvės, kuri turi būti pasiekta pirmiausia. Išorinė gausa - tai materialinės gėrybės, santykiai, piniginiai išteklių, ir kt. t.y. visa tai ko mes protu "norime". Visa tai žinoma yra gerai. Išorinė gausa nėra pasaulio esmė, bet visa tai irgi yra gerai.

Išorinė gausa Visatoje mums kuriama tik kaip atsakas iš mūsų vidinės gausos pojūčio. Ir tai yra labai svarbu. Šis mechanizmas gali atrodyti kai kam fantastiškas, bet iš tikrųjų, žinant sielos prigimtį kurti ir Visatos prigimtį materializuoti, yra labai paprastas.

Kol esame be kūno mes esame visiškai laisvi kurti, ir mūsų kūriniai iškart apsupa mus. Dvasinėje erdvėje mes veikiame ketinimų galia. Ir štai ateiname į fizinę Visatą, į Žemę, kurios erdvės struktūrų vibracijos yra žymiai tankesnės, tačiau jos vis tiek pasiduoda tam pačiam principui.



Visata tai milžiniškas veidrodis, skirtas mums atgal atspindėti savo jausmus-būsenas išoriniais fiziniiais pavidalais. Labai supaprastinus - tam, kad patirtume ar ta būseną buvo naudinga ar ne. Kartais daiktais, kartais santykiais, kartais įvykiais, įvairiomis situacijomis.

Čia veikia daugybė energijų ir jėgų, kurios mums padeda patirti tai, ko prašo siela. O ko prašo siela? Pirmiausia dar prieš gimdama paprašo karmos misijų ir kitų misijų Žemėje - patirti tai, kas nebaigta mokintis, taip pat mokintis naujų dalykų. O paskui viso kito, ir visa tai dėl savęs pačios. Su karminėmis misijomis mes šiandien tiesiogiai nedirbsime, bet paliesime tam tikras nuostatas, kurios irgi galėjo ir vis dar gali būti misijų dalimi. Karminės misijos visuomet turės būti įgyvendinamos pirmiau, Visata Gausą gali suteikti tik tuo atveju, kuomet ji netrukdytų sielos misijoms Žemėje.

Taigi žinant, kad mes esame didžiuliame veidrodyje iš keturių matmenų - erdvės ir laiko, t.y. tam tikroje mokymosi ir patyrimų erdvėje, mes galime pasinaudoti šiuo žinojimu ir palengva pereiti prie visai kitokio savęs patyrimo modelio.

Apie kokį modelį aš kalbu? Apie Stygiaus ir apie Gausos. Mechanika labai paprasta - stygiaus jausmas generuoja Visatoje Stygiaus atsaką mums, o Gausos jausmas - gausos atsaką.

Bendrinis terminas **Meditacija** - yra tiesiog koncentravimasis į kažką, kad ir kas tai bebūtų. Gausos meditacija yra koncentruota praktika, kurią mes atliekame valandą, keletą. Tačiau siekiamybė yra tokia, kad net nebūtų reikalo medituoti, kad vidinė Gausa būtų nuolatinė mūsų būseną.

EILIŠKUMAS KELIAUJANT Į GAUSĄ:

- Savęs, dabarties, šios akimirkos atpažinimas
- Nuostatų identifikavimas ir darbas su jomis
- Įkvepiančios, pakylėjimą nešančios krypties pasirinkimas
- Gausos pojūčio skatinimas kasdienėje eigoje
- Pajudėti pasirinkta linkme

GAUSA AR STYGIUS

Klausimai sau, nustatyti ar aš esu daugiau Stygiuje ar Gausoje, ir kurie aspektai yra mano silpnosios vietos. Atsakymus galite rašyti, arba panaudokite rankas kaip svarstyklės. Vieną ranką priskirkite gausai, kitą stygiui. Atakdami pabandykite pajauti svorį, į kurią pusę svarstyklės labiau nusveria.

- Ar dažniau **+pagiriate** kitą ar -kritikuojate (mintyse taip pat)?
- Ar dažniau **+turite dėkingumo jausmą**, ar -jausmą, kad kiti ar Visata man kažką skolingi? (entitlement)?
- Ar dažniau **+akcentuoju pozityvius dalykus**, ar -dažniau koncentruojuosi į trūkumą (kalbu kaip viskas blogai)?
- Ar tikiu, kad **+galiu būti Gausoje**, ar -manau, kad nesu vertas, maža savivertė, dažnai kartoju "nėra už ką"?
- Ar dažniau **+atleidžiame** kitiems, ar -jaučiame nuoskaudą?
- Ar dažniau **+priskiriu kitiems nuopelnus už jų pergales**, ar -visgi labiau prisiimu sau nuopelnus už jų pergales?
- Ar dažniau **+leidžiu visiems gyventi savo asmeninėje gausoje**, ar -pykstu kad negaliu šiai dienai turėti to ar ano dalyko, gal net pavydžiu kitam jo gausos?
- Ar **+gerbiu ir leidžiu kiekvienam gyventi pasirinktam stygiuje jeigu jis tai renkasi** ar -desperatiškai stengiuosi dėl tų ir bandau tai pakeisti, laikau tai neteisybe?
- Ar **+kitų klaidas priimu su supratimu, nekritikuoju**, ar -kaltinu juos už jų klaidas (duodu pamokslus)?



- Ar dažniau **+skaitau ir domiuosi savarankiškai žiniomis ir laiką leidžiu su šviesiais žmonėmis**, ar -dažniau žiūriu televiziją, klausau radiją ir pasiimu pesimizmo kūrimo nuotaikomis iš visuomenės daugumos?
- Ar **+vedu užrašus, dienoraštį**, ar -sakau kad vedu, bet iš tikro nevedu?
- Ar dažniau **+kalbu apie idėjas, kaip kas vyksta ir kaip sukurti**. Ar -dažniau užsiimu nuogastavimais, priekaištais, apkalbu kitus ir ieškau minusų jų idėjose (kad nesijausti pats toks menkas)?
- Ar dažniau **+kalbu teiginiais** (aš laisvas), ar -neiginiais (aš nesu suvaržytas)?
- Ar dažniau **+noriu, kad kitiems sektųsi**, ar -slapta tikiuosi, kad jiems nepasiseks?
- Ar dažniau **+dalinuosi žiniomis**, ar -dažniau kaupiu informaciją ir saugau ją nuo kitų?
- Ar dažniau **+ramiai priimu pokyčius**, ar dažniau -esu susigūžęs viduje dėl permainų baimės?
- Ar dažniau **+galvoju kad abu galime laimėti**, ar kad -jeigu tu laimėsi, tai aš pralaimėsiu?
- Ar labiau **+žinau kuo noriu pats tapti**, ar -neturiu jausmo kuria kryptimi judėti?
- Ar **+vadovaujosi pakylėjimo jausmu?** -Ar mane sustabdo baimės ir abejonės ir nugesinu pakylėjimą?
- Ar **+Susilaikau nuo veiksmų, kurie turi slėgimo jausmą** (kaip savęs išdavystės), ar -pasiduodu visuomenės normoms, baimėms, darau iš pareigos?
- Ar **+priimu atsakomybę, susidarau planą ir judu pasirinkta kryptimi**, ar -nors mintyse ir turiu, bet, fiziškai nejudu? O gal net kaltinu kitus?
- Ar **+mane daugiau pakili energija** – daugiau laiką leidžiu pozityvių žmonių draugijoje, esu susitvarkęs namus nuo nereikalingų senų daiktų? -Ar viską kaupiu nors ir neneša tai džiugesio – iš serijos „gal dar prireiks“, taip pat ir santykius nuodijančius laikau su savimi.
- Ar **+gerbiu save ir leidžiu sau pailsėti kai esu pavargęs?** -Ar tikiu, kad kančia ir TIK sunkus darbas yra vienintelis receptas laimei pasiekti?
- Ar **+nuolatos mokausi**, ar -tiesiog galvoju, kad viską jau ir taip žinau, ką jau čia besimokyti?
- Ar sunkesnėse situacijose **+dažniau pats keičiuosi**, ar reikalauju, kad Visata keistųsi?
- Ar **+tikiu, kad esu vertas sėkmės?**

Jeigu Jūsų rezultatas – pusė, tai deja nerodo balanso – tai reiškia, kad dar tik pusė darbo padaryta, o kita pusė laukia. Stiprybės!

Meilė sau. Įvertindami save, savo siekius prisiminkite - Žmogaus kūne kyla įvairūs fiziniai poreikiai, ir yra viskas gerai savimi pasirūpinti. Kol tai nekenkia tiesiogiai kitiems - neatimtinėjama jėga ar apgaule, o su meile gyvenama.

Gerai pagalvokite - kas Tau yra gausa? Laisvė? Ar pasitempimas? Smokingas ir vakarinės suknelės? Ar ramūs vakarai su pižama? Ar brangus porcelianas namuose nevers tavęs įsitempti? Kai kam taip, kai kam ne, vienodo atsakymo niekam nėra, tad pajauskite kas teisinga Jums asmeniškai. Nes pasąmonė puikia tai žino, ir dažnai ryžtasi sabotuoti svajonės materializavimą, jeigu įvertina, kad tai sukels įtampą ir nemalonius jausmus.

Gausa - tai nėra sukčiavimas. Tai nėra persivalgymas pakenkiant kūnui. Tai nėra vagystė praturtėjant kito sąskaita, atėmimo būdu. Toks kampų nusukinėjimas rodo, kad žmogus kaip tik vengia, atsisako pats keistis, atsisako nueiti kelią iki vizijos išpildymo. Tarkime atsisako mokytis, kad gautų geresnį darbą ar pareigose pakeltų, tad jis imasi šmeižto, kad sumenkinus bendradarbį iš jo atimti darbą sau. Taip yra negerai. Ir Visatoje yra dėsniai, kurie rūpinasi, kad žmonės neitų ilgam į šias žemas vibracijas.

Gausa būtų subalansuota mityba, ir subalansuotos emocijos, gyvenimo sąlygos, kai net nesinori persivalgyti. Gausa būtų studijavimas universitete vardan išsilavinimo kuris būtinas tavo svajonių darbe.



Įsivaizduokime dar vieną pavyzdį - žmogų, kuris nenori praustis ir niekuomet to nedaro. Bet nori svajonių darbo ofise.

Klausimas - ar Visata gali jį nuprausti?

Yra viena tokia lazda kuri tu du galus, ir abu jie yra blogi.

Tai yra **kaltė** - viename gale. Kitame **gailestis sau**. Kaltė mus verčia daryti dalykus, kurių nedarytume ir kad ir ką bedarytume netampame laimingesni, geriausiu atveju viena problema pakeičia formą ir tampa kitos rūšies problema, o be to, darbai perduodami iš kaltės, perduoda kaltės energiją priimančiam. Ir jam netgi skatina gailestį sau, arba perdėtą savimylą.

Abu šie jausmai uždaro mus gana žemoje vibracijoje, iš kurios labai sunku išsikrapšyti, Visatai labai sunku mums ką nors pasiūlyti, nes tokioje būsenoje žmogus yra labai nelinkęs keistis. Arba nenori arba negali. Bet koku atveju, jeigu negalite greitai būdu išspręsti šių jausmų įtakos, bent jau vizijoje nesivadovaukite jais.

Būkite geri - **nedarykite kompromisų vizijoje. Jeigu moteris sako sau - "Man pakaks bent čiut čiut geresnio vyro nei buvęs", Visata būtent taip ir išpildys** - gaus tiksliai „čiut čiut“ geresnį vyrą nei buvęs.

Susikurkite viziją. Skirkite tam bent 10 min. Išjaukite kas Jus **pakylėja**. Baimės gali kilti, tai neturi įtakos pasirinkimui.

Pakylėjimas yra sielos kompasas!

Paklauskite savęs - **ar ši vizija susikurta iš stygiaus ir baimės ar iš gausos ir pilnatvės?** Paprasčiau tariant - ar visi elementai joje tokie, kokių aš iš tikrųjų pageidauju, ar tai tik mano baimės padiktuoti sprendimai? Ir pakeičiam, patikslinam. Ar pvz., noriu vaikų susilaukti tik todėl, kad nebūčiau vieniša ar vienišas? Teoriškai tai nėra labai blogai, bet žymiai sklandžiau Visatai išpildyti, kai mes nesame priklausomi nuo Visatos sprendimo. Kai neprisiriname. O kai bijome, kad liksime pvz., vieniši - linkstame prisirišti. O prisirišti reiškia reikalauti, reiškia liūdėti - tai žema vibracija. Tai mūsų sieloms nepadedą augti, prisirišimai tempia mus žemyn. Todėl reikia mokėti paleisti, ir net vizijoje mes turėtume jaustis laisvai, lyg savo namuose.

Įsivardinkite sau priežastis – kodėl tau patrauklus šios vizijos pavidalas? Kas lemia tavo pasirinkimo motyvus? Ar tai baimės ir troškimai? Ar godulys turėti vis daugiau? Nieko blogo Jums nėra, net jeigu ir ego prašo vis daugiau. Tokiu atveju tiesiog pasakykite sau priežastis dėl kurių Jūs to ar kitko norite. Tai padės suvokti savo ketinimo svarbą. Arba jį galėsite pakeisti kitu ketinimu.

Davimas daugiau. Tipping. Dalindamasis aš atsiveriu priimti. Mainai bus abipusiai. Kai būsite pasiruošę, labai rekomenduoju - šis paprastutis veiksmas, neutralizuoja godumą ir ego troškimą viską laikyti sau. Pavyzdys – paslauga kainuoja 50 vienetų, tačiau atsiskaitydamas pridėdu dar 2. Jeigu lėšos labai ribotos, ar situacija netinkama, galima padėkoti paslaugą suteikusiam, pasakyti jam komplimentą. Žinoma galimas toks atvejis, kuomet Jūs JAU visada tik dalinatės, nepasilikdami sau, tuomet šis pratimas negalios. Geriau tokiu atveju skirkite daugiau dėmesio sau, poilsiui, atsisakykite Jus sekinančių veiklų.

Mokesčiai ir sistema. Dalyvavimas sistemoje yra būdas ir **priimti Gausą** ir dalintis ja su kitais. Pavyzdžiui Lietuvos valstybė yra sistema. Jūsų darbovietė yra sistema. Jūsų miestas yra sistema. Tebūnie sistema „netobula“ ir „nesuderinta“ pagal mūsų supratimą - tai nekeičia esmės. Sistemos yra derinamos pirmiausia sielų misijoms ir tik vėliau žmogiškajam protui. Jeigu nusukinėsime nuo sistemos kažką, tai puoselėsime įtampą savyje tarp mūsų vidaus ir tarp sistemos. Tuo būdu kursime ribą tarp jos ir manęs. Ir galvosime, kad sistema nekenčia manęs, klausime kodėl ji manęs nekenčia. Nenekenčia Jūsų ta sistema. Jokios sistemos negali nekęsti nieko, jos tiesiog yra



egregorai, o egregorai neturi savybės nekęsti. Jie arba ima arba duoda, veikia dar kitaip, bet be emocinio krūvio kuris būdingas žmogaus energijai. Žodžiu įsivėlus į šitą kovos mechanizmą, mes tampame aršesni ar mažiau aršūs, bet nepatenkinti burbekliai, ar kovotojai su sistemomis apskritai, todėl Gausa po truputi užsiveria nuo mūsų. Prisiminkim - Visata juk veidrodis, ji tiesiog atspindės tai, ką mes spinduliuosime jai.

Būti daugiau ten, kur mes norime būti - "testuoti" daiktus, aplinką, kad pamatytume savyje baimes turėti ir galėtų kūnas tiesiog buvimu toje apsuptyje sau pasakyti - juk viskas gerai, žmogaus nenuždžiau kad tai turėti, tai kodėl turėčiau sau neleisti?

Aš galiu sau leisti būti šioje aplinkoje. Aš leidžiu būti sau šioje aplinkoje. Aš būnu šioje aplinkoje.

Jeigu mūsų tikslas susijęs su santykiais – pagalvokite kaip galėtumėte leisti daugiau laiko su šiomis savybėmis pasižyminčiais žmonėmis?

1. Pajauskime savo viziją - ar tai ką susikūrėme dabar, kuo apsupote save - ar kuklinotės? Ar dar yra jausmas, kad esu nevertas? Ar neklausiate savęs kodėl Visatai švaistyti energiją dėl manęs? Ir papildome viziją, pakoreguojame, kad nekiltų prieštaravimo.
2. Jeigu vizija susijusi su santykiais, pažvelkite kaip save pristatote tiek mintyse, tiek realybėje. Jeigu save pristatysite tarnu – į Jus kaip „pagal skelbimą“ Visatoje kreipsis tas, kuris norės save realizuoti šeimininko rolėje. Jam kaip tik trūks tarno. O jeigu santykiuose norite sau leisti pabūti silpna, būti apsupta švelnumu ir priimti rūpestį – kažį ar daug prasmės prisistatyti Liūte Stipriajai? Prisistatydama Liūte tokiu atveju greičiausiai sulauksite žmogaus su taip pat nepatenkintais poreikiais šilumai, tačiau nebūtinai gebėjimu tai duoti Jums.
3. Pajauskime ar toje vizijoje, kurioje esu - ar kaimynai man nepavydės? Ką draugai ar giminės pasakys? Jeigu reikalinga - perdarome viziją, kad nebūtų šio diskomforto.

KAIP NEPRILIPTI PRIE TIKSLŲ

- **Nusistatyti sau tik kryptį, intenciją.** Tačiau ne griežtą konkretų tikslą, kurį žūtbūt stengsimės pasiekti. Atsipalaiduoti ir leisti Visatai mumis pasirūpinti. Mes JAU esame Visatos glėbyje, mes visi esame Visatai vienodai svarbūs. Ir Visata būtinai mumis pasirūpins, kaip pasirūpindavo ir visuose praėjusiuose gyvenimuose ir tuose kurie dar tik laukia ateityje. Leisti sau priimti netikėtus dalykus, **mėgautis nežinomyste**, leisti gyvenimui mus nustebinti.
- **Domėtis daugiau dvasiniais dalykais**, plėsti savo akiratį. Nėra vieno "teisingo" būdo. Viskas yra patirtys. Kuo daugiau žinosim, tuo mažiau teks tapatintis su savo kūnu ir jo troškimais. Mes reiškinius priimsime kaip patirtis, bet ne kaip būtinybę išgyventi, o tai duoda didelę naudą, kad neprisirišti. Pamažu pamažu eidami šiuo keliu atskleisime ir realiai patirsime (kas taip pat be galo svarbu), kad Visata mumis rūpinasi visada, ne tik tada kai mes tai atpažįstame. Ir nenusotos rūpintis niekada.
- **Stebėti kas praeina pro Visatos filtrą.** Jeigu įsivaizduoti, kad mes norus sukrovėm virš Visatos filtro, sieto ir laukiam kol jie materializuosis, tai norint „nepriulti“ prie savo tikslų, labai svarbu tampa 1) **nestumti** norų į filtrą, 2) nebandyti **paveikti** paties filtro, o - 3) tiesiog sutelkti dėmesį į **stebėjimą kas praeina**. Visą dėmesį sutelkite į tai, kas Jums sekasi, ką pavyksta pasiekti, kas teikia džiaugsmo, ypač į dalykus kurie gaunasi lengvai. Net jeigu tai kas pavyksta dar nėra galutinis tikslas, tačiau gal tai yra pakeliui. Gal tai būtinas tarpinis žingsnelis. Ir to kas praeina pro Visatos „filtrą“ - to pamažu dauginti, plėtoti. Pageidautina pagalvoti kaip tai dauginant viską daryti kuo natūraliau, nepersistengiant ir savęs neišsekinant.



MEDITACIJOS EIGA

- Atsipalaiduojame, giliai pakvėpuojame, galime klausyti pakylėjančią, lengvą muziką arba tyloje.
- “Priimu save. Visata priėmė mane. Tėvai, draugai, pažįstami ir nepažįstami žmonės priėmė mane. Visuomenė priėmė mane”. Pakartojame tai 5 kartus ar tiek, kiek prireiks. Kur kyla vidinis prieštaravimas, pastebėti koks iškilis prisiminimas – ir
 - 1) paklausti savęs ar galiu priimti šį jausmą, kad jis toks yra, jeigu taip – priimti, leisti sau tai išjausti,
 - 2) paklausti savęs ar galiu priimti (arba sveikinti, sutikti, priimti, dėkoti) savo norą šį jausmą paleisti
 - 3) paklausti savęs ar galiu priimti tą prisiminimą kaip istoriją kuri yra asmeniška man (tai jaučiasi tikra mano kūnui ir protas tai laiko tikrove, bet už mano asmenybės ribų tie jausmai neegzistuoja),
 - Kartoti šiuos žingsnius tol, kol jausmas palengvės. Jis būtina visuomet palengvėja padarius šiuos žingsnius. Šį principą taikyti ir kitiems susijusiems jausmams
- Dėkojame Visatai už tai, kad esame, dėkojame sau, galime dėkingumą išplėtoti dėkojant tėvams, Žemei ir t.t. Svarbu su dėkingumo energija pabūti ilgiau.
- “Tai, ką vaizduotėje matysiu – tai kryptis, intenciją, tačiau tai nėra griežtas tikslas. Paleidžiu rezultatą gyventi laisvai, kad ir koks jis bus, ar labia panašus ar tik bendrais bruožais”.
- “Laisvai leidžiuosi į nežinomybę, leidžiu gyvenimui pateikti man siurprizus”.
- Kreipiuosi į sielos gidus, angelus, savo aukštesnįjį aš ir prašau, kad mane susietų su mano aukščiausia inkarnacijos versija, aukščiausia gyvenimo linija, kurioje būsiu labiausiai savęs išpildęs, laimingas.
- Juntu kaip **pakylėjimas** manyje gausėja. Leidžiu sau jo įsileisti vis daugiau.
- Patenku į savo viziją.
- Vaizduotėje vaikščiojame po savo viziją, juntame detales, liečiame tekstūras, galime pamėginti įsivaizduoti kvapus, kitus pojūčius.
- Pastebėkite koks tuo metu yra dienos metas, koks apšvietimas.
- Kuo detaliau pamėginkite įsivaizduoti erdvę kurioje esate, pajudėkite erdvėje. Jeigu esate lauke, įieikite vidun, o jeigu viduje, išieikite laukan. Leiskite sau kuo daugiau sąveikauti su vizija.
- Pajuskite ar yra šalimais koks žmogus, galite į viziją įtraukti draugų ar artimųjų, vizijoje bendraukite, šėlkite, džiaukitės – sugalvokite kokią priežastį, gal tai gimtadienio šventė ar pan.
- Vizijoje jauskitės natūraliai – Jūsų aplinka Jums yra savaime suprantama, Jūsų nestebina. Priimkite viską.
- Priimame tą energiją, atsiveriame jai, leidžiame sukurtai vizijos energijai tekėti į mus – taip pabūname kelias minutes.
- Pajuntame kaip šią viziją renkantis, gyvenimo kryptis jau pakito. Kokia tai bus ateitis, kaip iki jos daėita, kokių žingsnių bus imtasi.
- Dėkojame Visatai, dėkojame sau, dėkojame, kad galėjome pabūti vizijoje. Dėkingumo jausmas yra būtina sėkmingos Gausos meditacijos dalis.

*Pagarbiai,
Vygandas Šimkus*

