



ALEKSEJS MEREDOVŠ (Atma Svarup) ir vēdisko un tantrisko aizsargmantru, hiromantijas un ājurvēdas speciālists. Vēdiskais psihologs, Reiki ritumu un austrumu sistēmas meistars un Aštanga jogas pasniedzējs. Dzimis 1974. gadā Krievijā, Maskavā. Divpadsmit gadus sāka nodarboties ar cīņas sporta veidu sambo, vēlāk pievērsās japāņu cīņas mākslām: džudo un kiokušinkai karatē. Apgūstot Austrumu divcīņu principus, sāka izprast indiešu filozofiju. Vairāk nekā 14 gadus Aleksejs Meredovš piekopus mūka dzīvesveidu, uzturoties dažādos Indijas un Krievijas tempļos (ašramos), kur padziļināti apguva senos Vēdu rakstus. Saņēmis iesvētību vienā no senākajām indiešu tradīcijām.

Jau vairākus gadus ik pavasari Aleksejs Meredovš viesojas Latvijā, un viņa skolniekiem ir iespēja apmeklēt viņa organizētos seminārus vai vienkārši satikties un aprunāties par savā dzīvē tik būtisko. Arī šogad pavasaris Latvijā ir garīgs. Lai kāda sauja garīguma ar šī dialoga starpniecību tiek tiem, kas klātienē skolotāju nesastop.

– Ko nozīmē jēdziens „garīgais skolotājs”?

– Sanskritā garīgais skolotājs tiek dēvēts par guru, ko tulko kā „smags, ar palielinātu svaru”. Smags no zināšanām, pasaules izpratnes un izpratnes par mūsu attiecībām ar dabu, Visumu un Dievu. Cilvēks ir kā aklais, viņš nezina, kurp doties. Bet guru ir tas, kurš kaut ko jau sasniedzis un ieguvis zināšanas,

tādēļ katram cilvēkam ir nepieciešams skolotājs, kurš viņu vedīs gan garīgā, gan cilvēka misijas izpratnē.

Patlaban Latvijā var vērot lielu lektoru skaitu, veidojas ar informāciju pārpildīta telpa un nepastāv vienas neatkarīgas garīgas zināšanas, kas ļaužu prātos iezīmētu noteiktu virzību. Daudzi apjūk piedāvājumā. Vēdās viss ir gaužām vienkārši – ikvienam vajadzīgs savs skolotājs, kurš rāda ejamo ceļu. Citādi visu mūžu var iet pa apli.

Guru palīdz tuvināties Dievam un atver ceļu pie viņa. Tātad skolotāja uzdevums ir visdziļākajā, garīgajā nozīmē atklāt Dievu, nevis parādīt, ka „es esmu Dievs”. Skolotāja uzdevums ir ne tikai rādīt ceļu pie Dieva, bet arī atklāt praksi, ar kuras palīdzību Dievam tuvināties. Tādējādi cilvēks iegūst pilnīgu līdzsvaru.

Skolotājs palīdz iegūt saskaņu garīgā plānā, taču arī materiālā ziņā nepieciešams skolotājs! Mācoties pie viena, otra, trešā, trūkst noteiktības. Tādēļ ir jāizjūt līdzsvars četros līmeņos: garīgā plānā, intelektuālā (attīstoties un mācoties), fiziskā (citādi ķermeņa un veselības problēmas pārņems prātu, un to visbeidzot nespēs kontrolēt) un sociālā plānā. Sociālā – tas nozīmē dzīvot, nevis noslēgties no sabiedrības.

Esot harmonijā visos līmeņos, cilvēks jutīsies laimīgs. Kādēļ mēdz sacīt, ka līdzsvars sniedz laimi? Esot līdzsvarā, cilvēks iemanto apmierinātību it visās jomās. Ļaudis, kuri nupat uzsākuši garīgo praksi, attālinās no visa materiālā – tās ir sava veida lamas, jo attālināties vajadzētu no savas muļķības. Jāatbrīvojas no saviem prāta pinekļiem, nevis no sabiedrības. Gluži pretēji – sabiedrība var palīdzēt iegūt tik ļoti nepieciešamo pieredzi.

– Kas ir

– Ne tikai

kas es paties

izpratni par

garīgā prakse

– Kā izv

– Noteico

atrod tīru, p

kuri to arī pi

katrs tiek a

drikst pelni

„vadīt cilvē

prakses nev

– Ko no

– Pat sko

tāja norādij

atrod un p

pieņem sko

vienu vai c

Tādējādi ar

teica: „Man

relīģijās.” V

nezināja, k

Bet vai būt

No šīs s

maksājusi

Citiem vār

nestrādā. I

tu nespēs

– Kā jū

– Skolo

lotājs sak

skolotājs n

arī viņam

kārtējiem.

Skolotā

skolotājs

ir sāpīgi d

lomu apk

kādi viltus

Tā ir lid

vestu jau

– Vai

– Cilvē

tavi attei

vēlas gul

Vieglāk i

pieķēruši

zas baud

tomēr ta

bet cits –



lotājs, kurš viņu
aitu, veidojas ar
neatkarīgas
noteiktu virzību.
uzām vienkārši –
jamo ceļu. Citādi

ceļu pie viņa. Tā-
ajā nozīmē atklāt
lotāja uzdevums
t prakti, ar kuras
ks iegūt pilnīgu

ānā, taču arī ma-
es pie viena, otra,
rs četros līmeņos:
mācoties), fiziskā
ārņems prātu, un
ā plānā. Sociālā –
edribas.

ies laimīgs. Kādēļ
dzīvē, cilvēks ie-
urī nupat uzsākuši
ir sava veida lama-
as. Jāatbrīvojas no
as. Gluži pretēji –
amo pieredzi.

– Kas ir garīgā dzīve?

– Ne tikai materiālā dzīve. Tā ir prakse, kura ļauj aptvert, kas es patiesībā esmu, kurp man jādodas. Garīgā dzīve veido izpratni par Dievu un cilvēka uzdevumu dzīvē. No tā izriet, ka garīgā prakse ir saistīta ar dvēseli, Dievu un cilvēka uzdevumu.

– Kā izvēlēties sev piemērotu garīgo praksi?

– Noteicošais – ko katrs pats vēlas. Ja cilvēks ir paties, viņš atrod tīru, patiesu praksi. Ja vada egoisms, viņš atrod cilvēkus, kuri to arī piedāvā. Tādēļ – ja būs skolnieks, skolotājs atradīsies, katrs tiek aprūpēts. Ar garīgo zināšanu nodošanu otram drīkst pelnīt naudu, taču galvenajam uzstādījumam jābūt „vadīt cilvēkus un dot tiem garīgās zināšanas”. Bez garīgās prakses neviens neiegūs pilnīgu laimi, arī bez garīgā līdzsvara.

– Ko nozīmē būt skolniekam?

– Pat skolotāji ir skolnieki. Skolnieks ir tas, kurš seko skolo- tāja norādījumiem. Viņš mācās. Vēdas teic, ka skolnieks sākumā atrod un pieņem skolotāju, bet skolotājs uzmanīgi vēro un pieņem skolnieku, ja viņš ir to pelnījis. Skolotāju neizvēlas uz vienu vai diviem gadiem, jo tā nav izvēle materiālā līmenī. Tādējādi ar skolotāja izvēli nav jāsteidzas. Reiz kāda sieviete teica: „Man ir piecas iniciācijas, esmu iesvētīta piecās dažādās reliģijās.” Viņa ar to lepojās. Es viņai jautāju: „Nu, un?” Viņa nezināja, ko atbildēt. Vaicāju: „Vai jūs praktizējat?” Viņa: „Nē. Bet vai būtu jāpraktizē? Iesvētīšanu esmu jau saņēmusi!”

No šīs situācijas var skaidri noprast, ka viņa kādam ir sa- maksājusi naudu. Nav iespējams samaksāt un tikt iesvētītam. Citiem vārdiem, cilvēkiem tiek dotas zināšanas, kuras praksē nestrādā. Ir būtiski izvēlēties vienu skolotāju, nevis piecus, jo tu nespēsi saprast, kurp doties. Iespējams, ka kļūdās visi pieci.

– Kā jūs atrodat savus skolniekus?

– Skolotājs kalpo Dievam, un skolnieki atnāk paši. Ja skolo- tājs sāk meklēt skolniekus, viņš jau vairs nav skolotājs. Īsts skolotājs neuzskata sevi par skolotāju, bet par kalpu. Dažkārt arī viņam jāuzņemas šāda loma, lai būtu iespēja kalpot ap- kārtējiem. Jo, redzot cilvēku ciešanas, viņam kļūst viņu žēl.

Skolotājs vēlas citiem ko iemācīt. Dvēseles dziļumos paties skolo- tājs neuzskatīs sevi par skolotāju. Viņam gluži vienkārši ir sāpīgi dzirdēt to, ka viņš ir skolotājs, tomēr viņš pieņem šo lomu apkārtējo labā, jo redz – ja ne viņš, tad, iespējams, atnāks kādi viltus skolotāji un sāks cilvēkus maldināt.

Tā ir līdzjūtība, kas liek uzņemties skolotāja pienākumu, lai vestu ļaudis pretim patiesībai.

– Vai cilvēks vēlas atbrīvoties no ciešanām?

– Cilvēki vēlas atbrīvoties no ciešanām, bet ne visi ir ga- tavi atteikties no savas muļķības, kaitīgiem ieradumiem – vēlas gulētiešanas, alkohola, smēķēšanas vai gaļas ēšanas utt. Viegļāk ir ciest, jo sāpes nozīmē atteikties no tā, kam viņi ir pieķērušies. Tas būs pat vēl sāpīgāk nekā ciešanas no neparei- zas baudas. Sabiedrībā valda uzskats, ka ciešanas ir nejaūšas, tomēr tas tā nav. Kādēļ gan viens saslimst ar vienu slimību, bet cits – ar citu? Visam ir savs iemesls. Var teikt, ka tie ir gēni,

bet kāds taču šos gēnus sākotnēji ir izdomājis, nodevis tālāk. Cilvēki dzīvo tumsībā, uzskatot, ka darbībai nav seku. Ja kas atgadās, vienmēr var atrast likumsakarības. Pat mūsdienu medicīna teic, ka pastāv likumsakarības.

– Kas cilvēku motivē ko mainīt savā dzīvē?

– Tās ir ciešanas. Motivāciju ko mainīt cilvēks izjūt, kad ir nonācis strupceļā. Dvēsele kliež: „Viss, es tā vairs nespēju dzīvot! Kāda jēga šādai dzīvei?” Tādēļ, jo vairāk cilvēki psihiski cieš, jo spēcīgāk viņi sāk aizdomāties – kādēļ ar mani tā no- tiek, kādēļ citi dzīvo labāk, bet es sliktāk? Viņi sāk meklēt un saprot, ka saule nespīd tāpat vien. Sāk meklēt un nonāk uz garīgā ceļa vairāku iemeslu dēļ. Izplatītākais iemesls ir ciešanas un neapmierinātība. Liela daļa vēlas no materiālās pasaules bēgt, sliktot garīgumā. Bet, kad ciešanas beigušās un viss atkal kļūst labi, tiek aizmirsts par garīgumu. Citi uz garīgā dzīves ceļa nonāk savas zinātkāres dēļ. Arī tādi cilvēki ilgi tur nepa- liek. Līdzko viss ir uzzināts un viņi iemācās spēlēt dažādus mūzikas instrumentus, iepazīst rituālus, var doties prom. Vis- beidzot ir ļaudis, kuri nāk pēc patiesām zināšanām, lai iepazītu pasauli. Viņi necieš, viņiem viss ir labi. Bet tas ir augsts līmenis, parasti šādi motivēts cilvēks ir nodzīvojis jau daudzas dzīves un, iegūstot lielu pieredzi, daudz ko sapratis. Viņš sāk kaut ko meklēt, lai tiktu ārā no šī materiālās pasaules neizprotamā stā- vokļa. Tādi cilvēki meklē patiesas zināšanas un parasti nepār- trauc meklējumus, līdz mērķis nav sasniegts un jēga saprasta. Viņi arī dzīvo garīgumā. Taču šādi cilvēki ir retums.

– Lūdz, miniet piemēru, kas parāda, ka cilvēkam ir nepieciešama garīgā dzīve!

– Reiz kādu jaunu puisi atveda pie manis uz konsultāciju. Viņš cieta no narkomānijas, jo narkotikas lietoja jau 15 gadus, bija sācis to darīt 12 gadu vecumā. Tiklīdz beidzās narkotiku iedarbība, jaunietis atkal izjuta tieksmi pēc tām. Mēs izana- lizējām viņa situāciju, attiecības ģimenē, domu gājienu. Vis- beidzot viņam ieteicu skaitīt mantras, sākt strādāt ar savu dvēseli, jo, kad moka sirdsapziņa un dvēsele kliež, cilvēks mēģina aizmirsties. Šādā situācijā parasti lieto alkoholu vai narkotikas. Bet, kad alkohola iedarbība pāriet, cilvēks dzer atkal. Tas nozīmē, ka dzeršanas un narkomānijas problēma ir tas pats, kas sirdsapziņas moka. Līdz ar to labāk ir strādāt dvēseles līmenī – lūgt, skaitīt mantras, nodarboties ar *prana- jamu* un koncentrēties uz Dievu. Strādājot ar savu dvēseli, pūsis izārstējās.

Ikviens izjūt ciešanas, ja nesaskata dzīves jēgu, savukārt to nosaka garīgā prakse, garīgais mērķis. Ja mērķa nebūs, jēgas arī ne. Nodzīvot dzīvi, iekrāt naudu, laist pasaulē bērnu? Arī bērni reiz nomirs, un arī bērnu bērni. Ko būsīm izdarījuši seviš labā? Patiesajam sev?

Tas, kas sasniegts garīgā plānā, glabājas vairāku paaudžu atmiņās. Mēs zinām Jēzu, lai arī mainās paaudzes, cilvēki ir viņam ļoti pateicīgi, viņš joprojām visiem palīdz. Lūk, tā ir augstākā dzīves jēga. Ja rūpēsīmies paši par savas dvēseles

izpratni, būsīm sevi attīrījuši un spēsim palīdzēt daudziem. Taču parasti cilvēki vēlas citiem palīdzēt ceļa sākumā. Lai kādam varētu palīdzēt, kaut kas ir jāsasniedz. Tādēļ vajadzīgs skolo-tājs un garīgā prakse, kura pamazām attīra mūsu dvēseli, līdz mēs nudien spējam kādam palīdzēt.

– Kādas ir Vēdu priekšrocības?

– Tajās ir rodami jēdzieni „karma”, „gjana” un „joga”. Karma atbild uz jautājumu, kas jādara ģimenes cilvēkam. Gjāna atbild uz visiem jautājumiem, tai skaitā uz tādiem, uz kuriem citas reliģijas pat nevēlas atbildēt, bet visus sarežģītos metafiziskos jautājumus reducē vienīgi uz ticību. Tomēr vairumam cilvēku ir grūti vienkārši ticēt. Ir nepieciešamas atbildes uz jautājumiem, lai spētu stiprināt ticību. Ja uz šiem jautājumiem neatbild, tad ticība Dievam pazūd. Nākamais pieminētais jēdziens ir joga. Tā apzīmē individuālu praksi, ar kuras palīdzību sasniegt noteiktu līmeni un iegūt pieredzi. Tas nav vienkārši „es tīcu”. Kā definēt ticību? Ticības būtība slēpjas tajā, cik cilvēks ir gatavs nodarboties ar garīgo praksi. Kas Vēdās ir labs? Tās runā ne tikai par ticību. Cilvēks praktizējot gūst mistisku pieredzi, un tad viņa ticība nostiprinās. Citās reliģijās tiek teikts: „Cilvēks kaut ko sasniedz, ticēt tam.” Es varu tam ticēt, varu neticēt. Kamēr pats nebūšu sasniedzis, tikmēr mana ticība būs visai svārstīga. Vēdās teikts: „Nav svarīgi, vai tu tīci, vai netīci vispār.” Sāc praktizēt, un tu iegūsi pieredzi, nostiprināsi savu ticību. Citādi ticību var iedragāt. Piemēram: tu tīci Dievam? – jā; tu lūdz? – jā. Brīnišķīgi, un pēc būtības Dievam vajadzētu tev palīdzēt. Tomēr – kāpēc gan tu slimo? Vai tad viņš tev nepalīdz? Viņš tevi pametis? Kādēļ tu kļūsti arvien vecāks? Kādēļ nomirsti? Kur ir tavš Dievs? Cilvēks sāk domāt: „Patiesi, kur gan ir mans Dievs?” un pārstāj ticēt. Tāda ticība ir gana nelīdzsvarota.

Vēdās skaidrots viss, ko Dievs dara, ko viņš nedara, kādēļ to dara un kādi ir mūsu pienākumi. Dota prakse un veidota izpratne par Dievu kā personību. Viņš nav tas, kuram jāpilda visas mūsu pavēles, dvēseles kaprīzes. Dievs nav personība, kura kalpo mums. Mums jākalpo viņam. Tas, ka mēs šeit atrodamies, slimojam, ciešam – ir vien tādēļ, lai mēs iegūtu kādu noteiktu pieredzi un izvēlētos tikai vienu – dievišķo izpratni. Ciešanās un dzīves problēmās mēs rūdamies, un tādējādi mums jāstiprina sava ticība. Dažs labs nodomās – jo vairāk ciešanu, jo labāk. Ne gluži. Ir jāpieņem tas, ko sniedz mums liktenis, un nevis jārada sev problēmas. Ja mēs paši sev radām problēmas un slimības, tad tā vairs nav Dieva roka, tās būs ciešanas pašu muļķības dēļ.

– Kā līdzsvarot materiālo un garīgo dzīvi?

– Ar garīgo dzīvi var nodarboties agri no rīta. Tas ir labvēlīgs laiks garīgumam. Materiālā dzīve sākas dienā, kad dodamies uz darbu. Vakarā sākas ģimenes dzīve. Tāda, lūk, ir pareiza izpratne. Ja vakarā atliek laiks, arī var nodarboties ar garīgo praksi, jo vakarā nekur nav jāsteidzas, cilvēks nomierinās. Miega un atpūtas uzlabošanai palīdz vingrinājumi, kas veicina atslābināšanos, arī elpošanas vingrinājumi, lūgšanas vai mantru skaitīšana. Tādām ir jābūt ikviena cilvēka dienas ritējumam.

Garīgā prakse ir pakāpeniska attīstība. To var salīdzināt ar angļu valodas mācīšanos. Ja reiz esi ko uzsācis, tas jāpabeidz līdz galam. Ja iemācies šodien tikai pāris lietas, rīt vēl nedaudz, pēc gada vēl, situācija būs nemainīga arī pēc diviem gadiem. Tad arī visu dzīvi tikai pa mazumiņam mācīsies, bet pa istam nezināsi.

– Vai ir garīgā prakse, kas piemērojama ikvienam? Nereti zināšanas izmanto jauniem mērķiem.

– *Pranajamas* zināšanas var sniegt ikvienam. Pirmais pakāpiens, *pranajamas* līmenis, ir domāts visiem. Nākamais paredzēts tiem, kuri kaut ko jau sasnieguši. Viss notiek secīgi. Nav nozīmes darboties tālāk, ja nav sperti pirmie soļi. Kāda gan jēga stāstīt par 12. stāvu, ja tu atrodi pirmajā? Cilvēkam rodas interese, viņš ieiet pirmajā stāvā, paveras visapkārt. Viņam kļūst interesanti, kas gan ir otrajā, un iet uz otro stāvu.

It visu iespējams izmantot jaunos nolūkos. Gluži tāpat kā nazi – to var izmantot labiem mērķiem (izgriezti audzēji), bet var rīkoties tieši pretēji un nogalināt cilvēku. Vienu un to pašu lietu var izmantot atšķirīgi. Tādēļ ir nepieciešama *parampara* – zināšanas, kuras nāk no Dieva un kuras pakāpeniski tiek nodotas no skolotāja skolniekam. Citādi būs problēmas. Neko nedrīkst sagrozīt. Sagrozītas zināšanas ir kā saindēta lieta, tā nes ļaunumu. Piemēram, cilvēkam dzīvē ir bijušas materiālas problēmas un, saņemot sagandētas zināšanas, viņam sākas problēmas garīgajā plānā. Tādējādi viņam kļūst divkārt grūti. Šāds cilvēks turpina dzīvot ne īsti materiālā, ne garīgā pasaulē. Viņš dzīvo kaut kur pa vidu, un ciešanas ir lielas. Bieži vērojams – cilvēks ieiet tik dziļi reliģijā, ka kļūst līdzīgs svētajam, bet cits savukārt kļūst pavisam skumjš un nomākts. Jebkurš, pat parasts un vienkāršs psihologs pateiks, ka šādam cilvēkam ir veselā saprāta problēmas. Vieni baznīcās un klosteros izjūt svētumu, citi lielas ciešanas, kas atspoguļojas sejā. Šie cilvēki ir niknuma pilni, sapīkuši, un viss liecina par to, ka viņi nav uz pareizā ceļa. Pat ja cilvēks nes savu krustu un viņam ir smagi, viņam nebūs šādu ciešanu, nodarbojoties ar garīgo praksi. Visu varam izmantot, kā vien vēlamies.

– Cilvēks sāk praktizēt, tiecas pēc zināšanām, attīra savu karmu. Kādas ir tās prakses un izpratne, kas izmaina cilvēka raksturu, vēlmes un īpašības?

– Tā ir pakāpeniska attīrīšanās. Prakse sniedz dvēseles un apziņas attīrīšanos. Tādēļ cilvēks mainās, tomēr šis pārvērtību process nav tik ātrs, kā varētu šķist. Uz mums iedarbojas tas, uz ko esam bijuši noskaņojušies iepriekš. Mums piemīt noteiktas īpašības, tām esam piekērušies un nespējam tik vienkārši no tām atbrīvoties. Tā notiek kā ar labajām, tā sliktajām īpašībām.

No nevēlamām īpašībām ir grūti atbrīvoties, tādēļ nepieciešams laiks un pareiza vadība, lai pamazām mainītos. Dažiem tas padodas ātrāk, bet citiem viss notiek ļoti lēni. Vēdās pastāv dažādas prakses, kuras ļauj tikt galā ar sliktajām īpašībām un dzīves grūtībām. Tāpat pastāv arī daudz filozofiju un piemēru, caur ko māca Vēdu literatūra. Mācīšanās sākas bērnībā. 50 gadu vecumā kaut ko mainīt būs daudz sarežģītāk. Jo jaunāks ir cilvēks, jo tam elastīgāks prāts.

– Kādi ir cilvēks

– Process sākas ar...
– Process sākas ar...
ties ar garīgo praksi...
parādās *uttsaha majā*...
sajūsmināts un dom...
sludināt un uztipt...
anartha nivritti – at...
apziņas tīrīšanas pr...
Gluži tāpat, kā kaut...
apziņas virspusē. Ci...
smaguma sajūta, vi...
praksi, pārtraukt to...
par materiālajām bau...
Tādēļ ir noderīgs sk...
gan citādi? Cilvēks...
nāk nost neirumi. V...
viņš nevēlas to redz...
mazgāties, kamēr bu...
grēki, kuri pamazām...
pietni praktizējot, va...
tik ātri. Ja cilvēks pra...
šajā stadijā un tā arī...
sanāk sasteigt. Nep...
Tomēr arī nepārspil...
līdz pat 60% sliktās...
savstarpējas ķildas...
turē, var secināt, ka...
anartha nivritti. Viņi...
un tā pati kristietība...
filozofi, kuri apgalvo...
bojā gājis vairāk cilv...
nām, ka tika nogalin...
iznīcināja cilvēkus, j...
uzspiests. Šī stadija

Nākamais posms...
seko pēc *anartha ni*...
(grēcīgas pieķeršan...
tāte. Cilvēks ar sev...
nav smagi jācinās p...
linās, parādās *ruči* –
brīvs, kaut arī karm...
liela, un cilvēks gai...
turpināt praktizēt”.

Nākamā stadija...
pēc tās nāk *bhakti* –
seko *prema* – absolū...
attīstības stadijas, c

– Ko uzskatāt

– Garīgā plānā vi...
es varētu ieteikt Lat...
sasniedziet tajā piln

salīdzināt ar
 āpabeidz līdz
 nedaudz, pēc
 ndiem. Tad arī
 m nezinaši.

ikvienam? em.

Pirmais pakā-
 kamais pare-
 ek secīgi. Nav
 oļi. Kāda gan
 jā? Cilvēkam
 visapkārt. Vi-
 otro stāvu.
 tāpat kā nazi-
), bet var riko-
 pašu lietu var
 ra – zināšanas,
 otas no skolo-
 drīkst sagrozīt.
 numu. Piemē-
 s un, saņemot
 garīgajā plānā.
 pina dzīvot ne
 kur pa vidu, un
 dziļi reliģijā, ka
 sam skumjš un
 nologs pateiks,
 Vieni baznīcās
 s atspoguļojas
 ecina par to, ka
 stu un viņam ir
 ar garīgo praksi.

anām, attīra atne, kas iz- bas?

dz dvēseles un
 šis pārvērtību
 darbojas tas, uz
 iemīt noteiktas
 ik vienkārši no
 ajām īpašībām.
 s, tādēļ nepie-
 ainītos. Dažiem
 lēni. Vēdās pa-
 tajām īpašībām
 lozofiju un pie-
 s sākas bērnībā.
 ežģitāk. Jo jau-

– Kādi ir cilvēka garīgās attīstības periodi?

– Process sākas ar kāri pēc zināšanām – cilvēks sāk nodarbo-
 ties ar garīgo praksi un mācās. Tikko viņš sāk mācīties ko jaunu,
 parādās *uttsaha maja* periods – viltus entuziasms. Cilvēks ir ļoti
 sajūsmināts un domā, ka daudz ir sasniedzis, mēģina visiem
 sludināt un uztipt savu praksi. Nākamais attīstības periods ir
anartha nivritti – atbrīvošanās no netīrumiem. Ikkatrā mūsu
 apziņas tīrīšanas procesā sāk nākt ārā dažādas nevēlības.
 Gluži tāpat, kā kaut ko mazgājot. Šī netīrība uzpeld cilvēka
 apziņas virspusē. Cilvēks praktizē, parādās liela grūtuma un
 smaguma sajūta, viņam rodas vēlme beigt nodarboties ar šo
 praksi, pārtraukt to, viņš vēlas vairāk baudīt, parādās interese
 par materiālajām baudām. Viņš var atteikties no garīgās prakses.
 Tādēļ ir noderīgs skolotājs, kurš vadīs un iedvesmos. Jo – kā
 gan citādi? Cilvēks ir iegājis dušā, sācis mazgāties, skatās –
 nāk nost neīrumi. Viņam pašam kļūst slikti no šīs netīrības,
 viņš nevēlas to redzēt un pārtrauc mazgāties. Bet ir jāturpina
 mazgāties, kamēr būsi pilnīgi tīrs. *Anartha nivritti* – tie ir mūsu
 grēki, kuri pamazām iznāk ārpusē. Mūsu karma. Šajā limenī, no-
 pietni praktizējot, var paiet 20 gadi. Redzam, ka viss nenotiek
 tik ātri. Ja cilvēks praktizē vāji, viņš pat 100 gadus var atrasties
 šajā stadijā un tā arī ne pie kā nenonākt. Tālab dažus procesus
 sanāk sasteigt. Nepārprotami, visam ir jāpievēršas nopietni.
 Tomēr arī nepārspilējot. Šajā stadijā cilvēks var atbrīvoties no
 līdz pat 60% sliktās karmas. *Anartha nivritti* stadijā parādās
 savstarpējas ķildas un reliģiju kari. Lūkojoties pasaules vēs-
 turē, var secināt, ka vairums ļaužu atrodas zemā limenī, kas ir
anartha nivritti. Viņi vēl nav attīrījušies, naidojas, strīdas. Viena
 un tā pati kristietības ideja ir izšķīdusi daudzos strāvījumos. Ir
 filozofi, kuri apgalvo, ka reliģisku nesaskaņu un karu rezultātā
 bojā gājis vairāk cilvēku nekā visos pārējos karos kopā. Mēs zi-
 nām, ka tika nogalināti indieši, kuri nepieņēma reliģiju. Krievijā
 iznīcināja cilvēkus, ja viņi nepieņēma ticību. Viss tika ar varu
 uzspiests. Šī stadija ir jādzīvo skolotāja vadībā.

Nākamais posms – *niṣṭha* – stabilitāte garīgajā praksē –
 seko pēc *anartha nivritti*, kad notiek atbrīvošanās no *anarthas*
 (grēcīgas pieķeršanās), kļūst viegli praktizēt. Parādās stabili-
 tāte. Cilvēks ar sevi strādā mierīgi katru dienu, viņam vairs
 nav smagi jācinās pašam ar sevi. Kad stabilitātes izjūta palie-
 linās, parādās *ruči* – tieksme pēc prakses; cilvēks kļūst tīrs un
 brīvs, kaut arī karma vēl, protams, ir. Tieksme pēc prakses ir
 liela, un cilvēks gaida „kad gan pienāks rīts, lai es atkal varētu
 turpināt praktizēt”.

Nākamā stadija – *asakti* – ir stipra pieķeršanās šai praksei,
 pēc tās nāk *bhakti* – mīlestība uz Dievu. Pilnīgi, ne daļēji. Tad
 seko *prema* – absolūta iegremdēšanās Dievā. Izejot šīs garīgās
 attīstības stadijas, cilvēks savā ceļā nonāk pie Dieva.

– Ko uzskatāt par būtisku visiem?

– Garīgā plānā visiem ieteikt vienu un to pašu nedrīkst. Ko
 es varētu ieteikt Latvijas cilvēkiem? Izvēlieties kaut ko vienu,
 sasniedziet tajā pilnību. Praktizējiet to regulāri un tiecieties

uz pilnību. Nav vajadzības „šaudīties” zināšanu sistēmā. Ir
 daudz cilvēku, kuri līdzinās guru, un starp viņiem arī *panditi-guru*.
 Viņi visu zina, visu dod, bet nekur neved. Tādi cilvēki ir bez-
 jēdzīgi, viņu zināšanas – liekas. Tās uztrauc prātu, jo cilvēks
 daudz zina garīgā jomā, bet neko nedara. Ir jāzvēlas kaut kas
 viens, jāpaveic līdz galam, un tad būs pareizi.

Uzsākot nodarboties ar garīgo praksi, vienmēr jābūt uz-
 manīgam saskarsmē ar draugiem un tuviniekiem, nedrīkst
 tiem uztipt savus reliģiskos uzskatus un praksi. Tā ir lielākā
 kļūda, ko pieļauj tikko garīgi attīstīties sācis cilvēks – viņš uz-
 trauc visus visapkārt. Tālab viņš zaudē sabiedrības atbalstu,
 bet tieši sabiedrība ir tā, kas uztur cilvēku un ir viņam nepie-
 ciešama. Tādēļ ir jāievēro šie likumi.

Visbeidzot, ja esi kaut ko uzzinājis, pārbaudi to, pirms kādam
 izstāsti. No sākuma izmēģini to savā pieredzē un kaut ko sa-
 sniedz. Tikai tad tev ir tiesības kādam par to stāstīt. Kamēr
 neesi neko sasniedzis, nav vērts par to runāt.

Latvija ir jauka zeme, un tas, ka šeit dzīvo daudz intelek-
 tuālu cilvēku, no vienas puses, ir labi. No otras – garīgā ziņā
 pārlietu intelektuāls cilvēks sāk visam uzreiz ķerties klāt – gan
 viens viņu interesē, gan vēl otrs, gan trešais... Tajā var sapīties.
 Tātad, no vienas puses, tas ir labi, no otras – intelekts var kļūt
 par šķērslī.

– Kādas ir būtiskākās īpašības, lai virzītos uz priekšu garīgajā dzīvē?

– Ir jāzina un jāņem vērā vairāki faktori. Pirmais – regula-
 ritāte. Regulāra prakse nepieciešama, lai kaut ko sasniegtu.
 Otrais – sapratne. Par to, ka praktizēšanas rezultāts ir izstiepts
 laikā. Trešais – mīlestība pret savu garīgo praksi. Ja jūs to ne-
 milat un izpildāt mehāniski, agri vai vēlū no tās atteiksieties.

Šie trīs faktori ir jāzina, pastāvīgi jāattīsta *lauljam* (sanskritā –
 alkatīga tieksme, alkatīgi centieni pēc prakses).

Lūk, kādai īpašībai ir jāpiemīt, citādi tas viss nebūs uz ilgu
 laiku. Šo īpašību dod skolotājs. Cik bieži cilvēki uzsāk praktizēt
 un pēc tam no tā atsakās, jo nav īsta skolotāja. Nevienam nav
 iedevis tieksmi pēc prakses. Tikai skolotājs to var iedot skol-
 niekam, jo viņš pats jūt tieksmi pēc tās.

– Vai tas ir saistīts ar enerģijas vibrācijām?

– Jā, tas ir saistīts ar vibrāciju nodošanu.

*Patlaban Aleksejs Meredovs aktīvi pievēršies akadēmiskām
 nodarbēm, lasot lekcijas dažādās Krievijas, Ukrainas un Baltijas
 valstu pilsētās. Viņš ir informatīvi izglītojošā centra „Vēdiskais
 centrs ATMA” (Latvija) pamatlicējs un Dņeņpropetrovskas jogas
 un meditāciju skolas direktors. 2011. gada pavasarī viņš izvei-
 doja jogas un atpūtas centru (ašramu) Krimā, Eipatorijā, kur
 nepārtraukti noris dažādi jogas semināri un nometnes. ▲*

Paldies intervijas tapšanā Atmas Svarup skolēniem:
 Ievai un Artjomam Čeremisiniem, Indrai Vanagai.

Tulkoja: Ilze Pavasare, Jelena Horste-Pirha