

ĪSTA
VĪRIEŠA
CEĻŠ

DAVID DEIDA

THE WAY OF THE SUPERIOR MAN

.....

A Spiritual Guide to Mastering
the Challenges of Women, Work,
and Sexual Desire

DEIVIDS DEIDA

ĪSTA VĪRIEŠA CEĻŠ

.....

Ģarīgā pilnveide
un meistarība attiecībās,
karjerā un seksā



155.333(035)
De 220

David Deida

THE WAY OF THE SUPERIOR MAN

A Spiritual Guide to Mastering the Challenges of Women, Work, and Sexual Desire

Copyright © 1997, 2004, 2017 David Deida. This translation
published by exclusive license from Sounds True, Inc.

Lasītājs pats ir atbildīgs par jebkura veida grāmatā iekļautās informācijas izmantošanu. Par savu individuālo situāciju lasītājam jākonsultējas ar veselības speciālistu. Autors un izdevējs neuzņemas nekādu atbildību par jebkādu nelabvēlīgu ietekmi, kura var rasties, izmantojot grāmatā ietverto informāciju.

Deivids Deida

ĪSTA VĪRIEŠA CEĻŠ

Garīgā pilnveide un meistarība attiecībās, karjerā un seksā

Apgāda Zvaigzne ABC vadītāja *Vija Kūlbloka*
Projekta vadītāja *Meldra Āboliņa*
Redaktore *Ita Ankoriņa*
Mākslinieciskais redaktors *Aigars Truhins*
Grāmatas vāku adaptējis *Aigars Truhins*
Grāmatas vākam izmantots attēls no Pixabay.com

Apgāds Zvaigzne ABC, SIA,
K. Valdemāra ielā 6, LV-1010. Red. nr. R-371.
Jelgavas tipogrāfija

Šis ir ar autortiesībām aizsargāts darbs. Darba reproducēšana vai jebkāda cita neatļauta izmantošana ir autortiesību pārkāpums. Par autortiesību pārkāpšanu ir paredzēta atbildība Krimināllikuma 148. pantā.

© Tulkojums latviešu valodā, Antra Lezdiņa, 2019

© Literārā apdare, mākslinieciskais noformējums, izdevums latviešu valodā,

Apgāds Zvaigzne ABC, 2019

ISBN 978-9934-0-8052-4

*Ar visdziļāko pateicību
maniem skolotājiem un visiem,
ar kuriem man bijušas tuvas attiecības.
Jūs esat piepildījuši manu dzīvi
ar mīlestību un gudrību.*

Priekšvārds 20. gadadienas izdevumam angļu valodā	13
Priekšvārds 2004. gada izdevumam angļu valodā	15
Ievads	17

PIRMĀ DAĻA. VĪRIEŠA CEĻŠ

1. Neceri, ka tas jēlkad beigsies	29
2. Dzīvo ar atvērtu sirdi, pat ja tas ir sāpīgi	31
3. Dzīvo tā, it kā tavš tēvs būtu miris	33
4. Apzinies savu spēju robežas un netēlo to, kā nav	34
5. Ar skatienu uz mūžību	37
6. Nemaini viedokli tikai tādēļ, lai izpatiktu sievietei	39
7. Pirmajā vietā mērķis, tikai tad – attiecības	41
8. Tiecies pārspēt savu spēju robežas	42
9. Iegūsti pasauli tāpat kā sievieti	44
10. Uzklāsi draugu izteikto kritiku	48
11. Noskaidro savas dzīves mērķi – un tūlīt.	50
12. Esi gatavs mainīt visu savu dzīvi	52
13. Neaizbildinies ar ģimeni.	57
14. Nepazaudējies uzdevumos un pienākumos	61
15. Neceri, ka sieviete reiz pārstās tevi pārbaudīt	64

OTRĀ DAĻA. VIENOŠANĀS AR SIEVIETI

16. Sievietes nav meles	71
17. Uzslavē viņu.	74
18. Par ko patiesībā liecina sievietes neapmierinātība.	76
19. Neanalizē sievieti	79
20. Neiesaki, lai sieviete ar savām emocionālajām problēmām tiek galā pati	81

21. Izturi viņas emociju vētras, bet zini robežu. 86
 22. Neliec sievietei izlemt. 89

TREŠĀ DAĻA. DARBS AR POLARITĀTI UN ENERĢIJU

23. Neizbēgamais sievišķās enerģijas valdzinājums 95
 24. Izvēlies sievieti – tevi papildinošu pretstatu 99
 25. Apzinies, kas tev sievietē svarīgs. 105
 26. Reizēm tu gribēsi vairāk nekā vienu sievieti 108
 27. Jaunības īpašā enerģija 110
 28. Sievietes dvēseles temperatūra. 112

CETURTĀ DAĻA. KO ĪSTI VĒLAS SIEVIETES

29. Izvēlies sievieti, kas izvēlas tevi. 119
 30. Tas, ko sieviete grib, nav tas, ko viņa saka. 121
 31. Sievietes žēlošanās bez iemesla 124
 32. Patiesībā sieviete negrib spēlēt pirmo vijoli. 128
 33. Priekšzīmīgai pagātnei nav nozīmes 131
 34. Sieviete vēlas sajust, ka tu nosaki virzienu. 133

PIEKTĀ DAĻA. TAVA ĒNAS PUSE 137

35. Mūžīgie brīvības meklējumi. 139
 36. Atzīsti savas slepenākās vēlmes. 142
 37. Cīnītājs tevī 146
 38. Viņas enerģija – tava apziņa 149

SESTĀ DAĻA. SIEVIETES VALDZINĀJUMS. 153

39. Sievišķās enerģijas pārpilnība. 155
 40. Brieduma maģija. 157
 41. Ko iesākt ar iekāri. 160
 42. Neapspied iekāri un nevājini pretpolu
 pievilkšanās spēku 162
 43. No acīm redzamā skaistuma pie būtiskā 167

SEPTĪTĀ DAĻA. ĶERMENISKĀS PRAKSES

44. Ejakulācija kā apzināta izvēle	173
45. Elpošana	178
46. Ejakulācija augšup pa mugurkaulu	182

ASTOTĀ DAĻA. KAD POLI SASTOPAS

47. Dažādas prioritātes	191
48. Par izaugsmi attiecībās atbild vīrietis	196
49. Nemitīga praktizēšana un izaugsme	199
50. Mērķa izjūtas atjaunošana vientulībā un citu vīriešu kompānijā	202
51. Ļaušanās saplūsmei	207
Par autoru	208

*Lai šī grāmata iedvesmo tevi
izdzīvot savu potenciālu,
un lai tava dzīve
un mīlestība aplaimo arī citus!*

PRIEKŠVārds 20. GADADIENAS IZDEVUMAM ANĢĻU VALODĀ

Šodien, divdesmit gadus pēc “Īsta vīrieša ceļa” pirmā izdevuma Anġļu valodā, šī grāmata ir vēl nozīmīgāka nekā jebkad agrāk. Strauji izzūdot vecajām vīrieša un sievietes lomām, rodas jauni abu dzimumu pašizpaušmes veidi. Šajā jaunajā pasaulē vadību ir uzņēmušās sievietes. Vīrieši, vairs nebūdami vienīgie ģimenes apgādnieki un tās mērķa noteicēji, cenšas no jauna atklāt savu vērtību kā pasaulē, tā attiecībās.

Kā vīrietim apzināties savu vērtību situācijā, kad viņa vērtību vairs nenosaka ieņemamais amats, finansiālais vai sociālais stāvoklis?

Mūsdienu pasaulē vīrieša vērtīgākais kapitāls ir viņa klātbūtne, proti, viņa apzinātības dziļums. Seklu, nervozu gaisagrābšļi sievietes un pasaule vērtē zemāk nekā vīrieti, kurš spēj būt patiesi klātesošs. Patiesību pauž dziļš un drošs skatiens. Lēnai, dziļai elpošanai ar pilnu krūti uzticas vairāk nekā sekļai, saraus-tītai elpai. Gan sievietes, gan pasaule meklē vīrieti, kurš nelēkā no vienas virspusējas darbības uz nākamo, bet apzinās dzīves neaptveramo noslēpumu un nāves bezgalību.

“Īsta vīrieša ceļš” aicina dzīvot ar dziļu skatienu, elpu un mērķa apziņu. To nav iespējams notēlot. Sirds dziļumos tu zini, vai dzīvo saskaņā ar savu būtību vai no tās izvairies. Tu pats zini, vai īsteno mērķi, ar kādu tava dvēsele ir nākusi uz šīs zemes, vai pretojies savam aicinājumam. Tu zini, vai patiešām esi *šeit un tagad* pat nemitīgi klātesošās nāves mistērijas priekšā vai arī baidies just un dzīvot ar atvērtu sirdi.

Bailes ir neuzticēšanās tagadnei. Baidoties tu dažiem tagad-nes aspektiem saki *nē*. “Īsta vīrieša ceļš” ir grāmata, kas māca

pilnībā uzticēties realitātei – dzīvei šajā mirklī. Lai cik bezgalīga šī realitāte būtu, tā notiek tagad un ietver arī tevi. Sajūti to tādu, kāda tā ir, nepretojoties realitātes veselumam. Pilnībā sacīdams *jā* tagadnei, tu uzzināsi, kas esi, un iepazīsi sevi kā atmodinātu tagadnes mirkļa pilnību, kā pašu esamības spēku.

Ja vīrietis savu vērtību mēra naudā vai panākumos, viņu pārņem mazvērtības izjūta, salīdzinot sevi ar citiem, kuriem viena vai otra ir vairāk. Taču, kad viņš iepazīst sevi kā apzinātu, atmodušos būtņi, tad ir laimīgs, dzīvojot saskaņā ar neaptverami jaudīgo realitātes enerģiju. Viņa spēks un klātbūtne ir bezgalīgais tagadnes spēks.

Īsta vīrieša ceļš – realizēt savu patieso spēku, apzinoties, kas mīt viņa sirds dziļumos. Īsts vīrietis mācās apzināti ieiet tagadnē un iepazīst sevi kā patiesi klātesošu būtņi.

Spēja ik skatienā, elpā un darbībā iemiesot absolūto klātbūtnes spēku nosaka to, kā tavu seksuālo un finansiālo vērtību uztvers citi. Tava sieviete un pasaule ilgojas pēc patiesā spēka, kuru ar visu ķermeni pauž tava atmodinātā sirds. Ļauj izpausties savām slēptākajām dotībām – tāds ir īsta vīrieša ceļš!

PRIEKŠVārds 2004. GADA IZDEVUMAM ANĢĻU VALODĀ

Sākumā “Īsta vīrieša ceļš” sarakstīju kā praktisku rokasgrāmatu vīriešiem un viņu partnerēm. Vēlējos lasītājiem pastāstīt par dažām dzīves laikā gūtām mācībām – jo īpaši par tāda vīrieša garīgo izaugsmi, kurš cīnās ar sieviešu, darba un seksuālās iekāres radītajiem izaicinājumiem.

Nu, kad pagājuši vairāki gadi, kuru gaitā šo grāmatu izlasījuši tūkstošiem vīriešu un sieviešu – heteroseksuāli un homoseksuāli, brīvi un attiecībās esoši –, varu apliecināt, ka grāmatā izklāstītās mācības tiešām dod vēlamu rezultātu. Mūsdienu pasaulē, kurā noris strauja seksuālā un garīgā evolūcija, kas nereti izraisa lielu apmulsumu, tās var izrādīties vēl noderīgākas.

Viena no svarīgākajām mācībām ir šāda: mēs, cilvēki, atrodamies nemitīgā attīstības procesā, un dzīves skolā ir svarīgi sasniegt meistarību spējā mīlēt.

Ar grāmatā aprakstīto paņēmienu palīdzību esmu iemācījies mīlēt sievieti, nopelnīt tik daudz naudas, cik vēlos, darot to, kas man patīk, un pilnveidot seksuālās mīlas mākslu. To vari arī tu.

Pēc tam tu būsi gatavs nākamajām mācībām. Taču vispirms tev sekmīgi jāpāraug līdzšinējo interešu loks.

Tas, kas tev patika bērnībā, pieaugušā vecumā šķiet mazāk saistošs. Un tas, kas tavu uzmanību saista šobrīd, agrāk vai vēlāk tevi vairs nesaistīs. Šāda izaugsme ir laba un dabiska. Mēs esam radīti tā, lai no visa izaugtu – arī no savas vēlmes gūt pieredzi un pilnveidoties naudas, seksa un tuvības jomā.

“Īsta vīrieša ceļš” atklāj, kā vīrietis kopā ar mīļoto var apgūt visu, kas nepieciešams, lai prāts atvērtos līdzīgi maņām. Stāsta, ka arī šo līmeni ir iespējams pāraugt, bet sāk ar pirmo soli!

Dzīvo pilnvērtīgi. Apzinies savu mērķi. Īsteno savu potenciālu, kura dēļ esi nācis šajā pasaulē. Baudi seksu kā kosmiskus vārtus, pa kuriem ieiet mīlestības brīnumā. Palīdzi draugiem viņu izaugsmē.

Īsta vīrieša ceļā pakāpeniski izzūd viss, ko vēl iespējams izziņāt vai pieredzēt. Bet pagaidām sāc ar to, kas atkarīgs no tevis. Es tā darīju. Šajā grāmatā stāstu par to, ko no manis prasīja skolotāji un dzīve, lai es aptvertu, kāds ir mans kā vīrieša ejamais ceļš bezgalīgi daudzo iespēju pasaulē.

Ko es gribu sacīt ar šo priekšvārdu? Pārstāj gaidīt. Sajūti itin visu. Mīli līdz sāpēm. Nemitīgi dod. Nepieķeries zūdošajam.

Un, kamēr vien jūti tādu impulsu, atkārti šīs darbības atkal un atkal no jauna.

Tavā priekšā paveras ceļš – īsta vīrieša ceļš.