

## TERAPINĖ KELIONĖ „MANO GYVENIMO UPĖ“

2018 m. ..mėn... d., 10 val.



Psichologas Julius ir gamtininkas Aurelijus, mes vėl kviečiame keliauti į gamtą ir ten ieškoti pamokų gyvenimui. Šįkart kelionės tikslas- UPĖ. Keliausime palei vieną gražiausių Vilniaus krašto upių- Bražuolę. Į kelionę pasiimsime šiuos klausimus:

*Kada plaukti pasroviui, kada- prieš srovę? Kaip plaukiant prieš srovę nepervargti?*

*Kaip mesti viską ir apsigyventi prie upės?*

*Kaip ištekėti? Kaip ištekėti antrą kartą ir ar verta?*

*Ką daryti su kliūtimis, užtvankomis, kurias mums stato kiti?*

*Kaip pastatyti užtvanką ir naudoti upės teikiamą energiją?*

Jeigu tau svarbūs šie ar panašūs klausimai ir jeigu mėgsti žygius gamtoje, prisijunk prie mūsų.

Kelionės trukmė- apie 8 val. Ekskursijos kaina- 15 eurų.

Kelionės pradžia- **mėn. dieną, šeštadienį, 10 val.**, susitinkame automobilių stovėjimo aikštelėje prie „Forum Palace“ (Konstitucijos per. 26, ji yra žemiau pastato, leidžiantis link upės). Vyksime automobiliais.

Būtina išankstinė registracija [Julius.Kvedaruskas@gmail.com](mailto:Julius.Kvedaruskas@gmail.com) arba telefonu 8 687 48870. Registruojantis nurodykite, ar vyksite savo automobiliu ir ar paimtumėte bendrakeleivį. Apsirengimas laisvas, atitinkantis oro sąlygas, bet šiltesnis negu šiaip norėtumėte. Gali keliauti asmenys nuo 14 metų. Rekomenduojame į kelionę pasiimti užkąsti ir atsigerti.

Upės tėkmė- viena gražiausių žmogaus kelionės per gyvenimą metaforų. Kažkada ištrykšti šaltinėliu, vėliau lyg upės vanduo keliauji per gyvenimą. Priklausomai nuo kraštovaizdžio, kartais teki ramiai kaip Nemunas, kartais tampi sraunus ir čiurlenantis kaip Vilnelė, o kartais išvyksti į kalnus ir krenti kriokliu žemyn - kas bus, tas bus... Kartais gyvenimo kelyje pasitaiko didelių akmenų, juos apeini ir keliauji toliau. Kartais tave užtvėnkia, tu sustoji, lauki, kaupiesi ir pratrūksti, kažką užliedamas, kitus paskandindamas... O tenka juk kartais ir išsekti, išdžiūti... Tada lauki lietaus, iš giedro dangaus. Galiausiai juk visai neišnyksti - įteki į kitą, platesnę upę, ežerą ar marias.

Geras jausmas judėti pasroviui. Atsipalaiduoji. Gyvenimo upė tave neša. Tik staiga pastebi, kad neša ne visai ten, kur nori, kur tau reikia. Bandai plaukti atgal. Bet greitai nuvargsti prieš srovę. Ką daryti? Pasiduoti, nuskęsti? Ne, bandai irtis kranto link. Gal pats išsikeberioji, o gal padeda kas. Krante reikia pailsėti. Kas tas krantas tavo gyvenime? Italija, Vytukas, Bažnyčia, o gal SPA Druskininkuose?

Žiauri ir grėsminga kartais tampa net ir maža upelė. Pliaupia lietus, žaibuoja, o tu, kiaurai permirkęs, plauki savo baidare, nes nori pasiekti tikslą. Maža upelė tau pavirsta didele audringa jūra. Apvirsti. Ne, šįsyk jau pats tikrai neišsigelbėsi. Reikia kito. Ir šauki SOS, lauki to laivo -gelbėtojo. Ir nebesvarbu, kas jis, su kokia vėliava tas laivas, kad ir piratų, bele tik ištrauktų...

Kitos upės nebus. Tik ta, prie kurios gyveni šiandien. O galbūt tu gyveni virš jos. Galbūt tu jos net nematai, nes tai mažas požeminis upelis. Bet tai tavo upė.