

Kelionės – nuostabi ir išlaisvinanti patirtis. Kartais keliaujant ir klajojant po pasaulį suprantama, ko iš tikrųjų trokšta širdis. „Turėjau viską, bet laiminga nesijaučiau“, – apie jausmą, skatinusį ryžtis pokyčiams, pasakoja **Akvilė Kaženauskė**.



■ Nuo darbo Šveicarijos banke iki jogos – toks buvo Akvilės kelias

„JAUČIAUSI LYG auksiniame narvelyje“



Kalbėjosi
ASTA KAUSAKIENĖ

Akvilė Kaženauskė šandien moko jogos, tačiau anksčiau jos kelias nebuvo toks lengvas. Moteris ilgai gyveno Šveicarijoje ir dirbo banke, tačiau vėliau kardinaliai pakeitė gyvenimą. „Šiuo metu vedu jogos pamokas Kaune – somatinę ir in. Šios rūšys mažiau žinomos ir įprastos. Joga

susidomėjau dar prieš kelio nes – norėjau tapti lankstesnė, bet išvykusi troškau sužinoti ir išmokti dar daugiau. Iš pradžių mokiausi klasikinės jogos, baigiau kursų ir tapau jogos mokytoja. Tiesa, tai dariau dėl savęs, nemaniau, kad vėliau mokysiu ir kitus. Joga stiprina ryšį su kūnu, tai prasminga. Domiuosi ir somatika, studijuojau somatinę (į kūną orientuotą) kovingą, ateityje planuoju daugiau dirbti su moterimis. Man tai buvo didžiulis pokytis. Jaučiant save ir savo kūną gyvenimas tampa visaverčiškesnis“, – dalijasi Akvilė.

Pašnekovė vėliau susidomėjo intuityviais šokiais, kuriuos norėjo susieti su joga. „Supratau, kad labai svarbu turėti atjautos sau ir savo kūnui. Mano joga ir yra apie tai – švelnumą sau, sulėtėjimą, pajautimą, ko reikia kūnui. Dažnai save labai spaudžiame, išsikiame daug tikslų, bet kartais nesulaukiame rezultatų. Kodėl? Nes neveikiame išvien su kūnu, dažnai jo negirdime, nemylime ir nesuprantame jo siunčiamų signalų. Užtrunka, kol pastebi ir pajunti savo poreikius ir pojūčius“, – tikina moteris.

Nenusėdėjo vietoje

Akvilė vaikystėje svajojo tapti archeologe, tačiau baigus mokyklą traukė ir interjero dizainas, grožis, estetika, sociologija, psichologija. „Labai gerai mokiausi, puikiai išlaikiau egzaminus, tačiau daugelis nesuprato, kodėl noriu mokytis archeologijos. Šeima ir aplinkiniai siūlė studijuoti tai, ką baigusi tikrai rasiu prantame jo siunčiamų signalų. Užtrunka, kol pastebi ir pajunti savo poreikius ir pojūčius“, – tikina moteris.

Asmeninio albumo nuotraukos, 15min.lt

Ji visada mėgo keliauti, todėl baigusi mokslus nenusėdėjo vietoje. „Troškau pamatyti pasaulį, norėjau iš gyvenimo ko nors daugiau. Įstojau į vieną organizaciją, kur galima rasti praktikos vietą užsienio šalyse. Tuo metu labiausiai svajoju apie Aziją, todėl iš pradžių norėjau atlikti praktiką Singapūre, Kvala Lum-pūre, bet vis pasirinkdavo kitus kandidatus. Galiausiai pradėjau kandidatuoti ir į kitas šalis. Didžiausias tos organizacijos partneris – Šveicarijos bankas, tad apėmė azartas. Buvau labai laiminga, kai pasirinko mane“, – prisimena Akvilė.

Gyvenimas tarsi planas

„Dirbdama maniau, kad viskas bus tobula, tačiau šimtmetį veikiančioje organizacijoje neišvengiamai kyla ir chaosas. Laikas buvo ypatingas – pradėjau dirbti 2012-aisiais, po didžiosios krizės, kai bankai pradėjo atsigauti. Ilgainiui viskas keitėsi į gera – pokyčių įvyko labai daug. Būtent ten išmokau daugiausia. Esu labai dėkinga savo kolegoms, kurie man tapo lyg šeima“, – atskleidžia moteris. Nors profesinis gyvenimas klostėsi puikiai ir pašnekovė galėjo gyventi gražiai ir ramiai, ji pradėjo jaustis lyg auksiniame narvelyje. Noras keliauti ir patirti nuotykių niekur nedingo, todėl moteris jautėsi suvaržyta: „Tiesa, galimybių keliauti turėjau, bet to man buvo per mažai. Šveicarijoje vargino ir kai kurie suvaržymai, labai griežtos taisyklės.“

Ji nuo pat paauglystės troško iškelti su bilietu į vieną pusę. „Viskas buvo suplanuota, jokio spontaniškumo. Atrodė, kad mano gyvenimas – planas, kurį vykdu, o ne gyvenu. Atėjusi į darbą jau laukdavau penktadienio, o apie pirmadienį nenorėjau nė pagalvoti. Turėjau viską, bet laiminga nesijaučiau. Galiausiai pasakiau vadovui, kad noriu keliauti, jis mane išleido dviem mėnesiams“, – pasakoja Akvilė.

Pripažinti tiesą

Grįžusi vėl pasinėrė į darbą, bet neilgam. Buvo paaugštinta, tačiau ir tai jos nesulaikė – po mėnesio nusprendė iš darbo

išeiti. Tai nebuvo spontaniškas sprendimas – kitokio gyvenimo scenarijų kūrė jau kelerius metus. Nemažai žmonių moterį palaikė, skatino ir gyė už drąsą. „Įstrigo draugės žodžiai. Ji paklausė, ar po 10 metų gailėsiuosi, kad mečiau darbą ir pradėjau keliauti, ar džiaugsiuosi? Supratau, kad labiau gailėsiuosi, jeigu to nepadarysiu“, – prisimena A. Kaženauskė. Kurį laiką ji dar gyveno Šveicarijoje, savanoriavo, tačiau susitikimas su viena moterimi viską pakeitė. „Ji pasakojo, kad su mylimuoju išsiskyrė prieš pat vestuves, metė darbą ir keliaus po pasaulį. Išgirdusi tai pagalvojau, ar tikrai galima išsiskirti, jeigu jauti, kad santykiai nesklosto. Ta moteris man sakė, kad švyčiu, kai kalba pasisuka apie keliones. Man pasidarė labai gera, kai nusprendžiau

„Įstrigo draugės žodžiai. Ji paklausė, ar po 10 metų gailėsiuosi, kad mečiau darbą ir pradėjau keliauti, ar džiaugsiuosi? Supratau, kad labiau gailėsiuosi, jeigu to nepadarysiu.“

pildyti savo svajones. Išsiskyrė su partneriu ir išvykau“, – prisimena Akvilė.

Trauka Indijai

Pirmus kartus keliauti įkvėpė Jurgos Ivanauskaitės knygos. Moteris norėjo aplankyti Katmandu, Nepalą, Himalajus, todėl gavo vizą trims mėnesiams ir pradėjo kelionę be plano – keliauvo po kalnus, mokėsi budizmo, dalyvavo vipasanos tylos stovykloje. „Nebijojau, nes jau turėjau patirties. Patiko keliauti vienai ir labai tuo džiaugiausi“, – pabrėžia pašnekovė. Vėliau ji patraukė į Indiją. „Aš ją įsimylėjau, mokiausi ten jogos. Praleidau šioje šalyje porą mėnesių, paskui grįžau į Europą sutvarkyti reikalų. Trauka Indijai buvo labai stipri, todėl grįžau. Po ypach tvarkingos ir tobulos Šveicarijos man Indija buvo tarsi atgaiva. Ten viskas spalvinga ir tikra. Turbūt to ir buvau pasiilgusi“, – įspūdiškai dalijasi Akvilė ir priduria, kad Indijoje jautėsi ypach saugi. Moteriai netgi atrodydavo, kad ją lydi kažkokia jėga ar visata.

Baimės nebuvo

Kelionę po Indiją Akvilė pradėjo nuo šiaurinės dalies vakarine pakrante ir keliavo link pietinės. „Atradimai per kelionę padėjo atsiverti kitoms gyvenimo galimybėms. Vis dėlto tai, ką patyriau Indijoje, šiandien vertinu kitaip. Visokių patirčių reikia ir šiandien jaučiuosi dėkinga už tai, ką gavau ir kaip mane tai pakeitė“, – dalijasi moteris, ten praleidusi ir pandemijos metus. Per karantiną ji namo grįžo su maišeliu ryžių ir daržovėmis, nes visos parduotuvės buvo iššluotos ir teko sukti galvą, kaip išgyventi. „Visiškai nebijojau, jaučiausi puikiai – tuo metu tikrai buvo daug bendrystės, dalijimosi, pagalbos vienas kitam. Tada netgi pradėjau savanoriauti kačių ir šunų prieglaudoje. Manau, tai

svarstyti, ko ji nori. „Ir tada supratau, kad noriu namų, nors jausmų ir minčių kilo įvairių. Netgi norėjau nusipirkti namus Tenerifėje! Supratau, kad greičiausiai užsidirbiau, jeigu grįžčiau dirbti į banką. Su kolegomis palaikiau puikius ryšius, todėl jie mane priėmė su džiaugsmu – nusprendžiau dar metus padirbėti Šveicarijoje. Įdomiausia tai, kad grįžau į Lietuvą, kol buvo tvarkomi dokumentai, ir ten netikėtai sutikau savo būsimą vyrą“, – juokiasi pašnekovė ir priduria, kad atgal į tėvynę ją parvedė meilė. Šiandien jos gyvenime joga ir meilė savo kūnui užima svarbią vietą, todėl jai sutelkia visas savo jėgas. „Visada yra kelionė,



■ Akvilei labai patiko Indijoje, ten jogos ir mokėsi



■ Be kelionių moteris neišsivaizduoja savo gyvenimo

buvo labai geras laikas“, – neabejoja pašnekovė. Atsinaujinus skrydžiams ir pradedus vasarai, o Indijoje – musoninems liūtimis, ji grįžo į Lietuvą ir čia praleido tris mėnesius. „Rudenį supratau, kad noriu vėl kur nors išvykti, tad pasirinkau Portugaliją, o vėliau – Tenerifę, kur ir užbaigiau savo kelionės metus“, – atvirauja Akvilė.

Namų troškimas

Vieną dieną Tenerifėje moteris, supdamasi ant hamako ir gerėdamasi gražiu vaizdu, ėmė

kai kalbame apie savo siekius, tik anksčiau įsivaizdavau, kad būtinai turiu ką nors pasiekti, kur nors būti. Tačiau labai svarbu būti šiuo momentu. Dabar jaučiuosi gerai ir esu laiminga, darau tai, kas geriausia. Esu rami, nemeluojau sau, kaip būdama Šveicarijoje. Juk ten atrodė viskas gerai, bet kažkodėl jaučiausi nelaiminga. Šiandien galiu drąsiai pasakyti, kas man nepatinka, tai pakeisti ir padaryti save laimingą kiekvieną dieną. Ir visa tai yra kelionė, kuri tęsiasi visą gyvenimą“, – sako A. Kaženauskė.