

VĪRYA VARYA

Idejas autors, vīzijas lolotājs, pamatlicējs, vartmapradaršika guru – āčarja Agris Vanags.

RŪNU CĪŅAS JOGA

KAS IR VĪRYA VARYA?

Šis vārdu salikums nav no “gaisa grābts”. Šiem vārdiem ir dziļas saknes sanskrita valodā. “Virja” nozīmē spēcīga cilvēka stāvokli. Tā ir arī vīrišķība un galējās nepieciešamības gadījumā – varonība. Senlatviešu valodā “vīrjs” nozīmēja vīrietis, bet vīrja – apzīmēja vīrišķo enerģiju. Varja nozīmē “vara”. Un vara ir kontroles apzīmējums. Tātad, vīrya varya ir vīra vara un ietver sevī sekojošu nozīmi:

Sava spēka kontrole – spēja enerģiju neizmētāt. Tā ir vīrišķības un gribas spēka kultivēšana vīrietim. Sievieteī tā ir savas sievišķības turēšana. Neizjukšana. Savukārt vīrišķīgām sievietēm nobalansējas pārmēra potenciāls caur pareizi novadītu enerģiju un iestājas miers sirdī, kas automātiski atjauno sievišķību.

Lai praktizētu šo kustību veidu, nav nepieciešamas zināšanas un sagatavots ķermenis. Un tanī pat laikā, tie, kuri pārvalda dažādas kustību un meditāciju disciplīnas, spēs Vīrya varya praksē atrast dažas trūkstošas atslēgas uz vēl augstāku meistarību.

Agris Vanags. Sertificēts hatha jogas pasniedzējs ar ilgdīgu cīņas un jogas instruktora pieredzi. 1989. gadā kopā ar domu biedru grupu tika izveidota nacionālās cīņas skola „Varas māka”. Laikam ritot bija nepieciešama augstāka kvalifikācija. Bija nepieciešami 20 gadi lai „Varas māka” pārtaptu vēl nopietnākā psihofiziskā disciplīnā – „Vīrya varya”. Jaunietis kļūst atbildīgāks un disciplinētāks savā brīvībā. Vīrs kļūst vīrišķīgāks, Sieva kļūst sievišķīgāka.

Ikdienas treniņos tiek pielietoti vairāki paņēmieni, lai cilvēku atraisītu un padarītu fiziski un emocionāli elastīgu. Dinamiskas trajektoriju kustības tiek apturētas mierīgās un stiepijošās stājās, lai pēc brīža pārplūstu dejā un atgrieztos statiskumā.

Šajā praksē svarīgas ir Dainu afirmācijas, kuras es skaitu kā mantras. Piemēram, “TevDieviņispēksvarīteTevgudraisipadomiņš.” Tiek izmantotas skandināvu Rūnas lai iegūtu atbildes uz savu problēmu risināšanu. Tas notiek inkognito. Cilvēkam nav jāstāsta sava problēma, bet viņš uzzin visu, ko vēlēties. Rūnas ir simboli, kuri iedvesmo un palīdz rast pozitīvu risinājumu jebkurā dzīves situācijā. Es pasvītāju pozitīvs lai akcentētu gaišo ideju - pretī sirds siltumam un sapratnei. Jebkura līmeņa savtīgās ego struktūras šai praksē tiek balinātas un pārvērstas Vīrya varyā, jeb patiesā, Cilvēka vārda cienīgā enerģijas plūsmā.

Vīrya varya tika izveidota ņemot vērā tuvojošos globālo pārejas laikmetu, kurš iznīcinās garā un miesā vājos. Virjavara ir disciplīnas skola gan jauniešiem, gan veciešiem vecumā no 13 – 180 gadiem.

NEDAUDZ NO FILOZOFIJAS.

Mēs esam dzīves ceļinieki. Katrs pats par sevi atbildīgi. Katrs pats izdara savu izvēli uz kuru pusi doties un ko ņemt sev par ceļa biedriem. Mūsu ikdiena saistīta ar dzīvi starp cilvēkiem. Palīdzot sev un citiem ar labām domām, vārdiem un darbiem notiek garīga izaugsme kuras rezultāts mērāms pārpasaulīgā un materiālā mērauklā.

Visa mūsu dzīve ir maģisks ceļojums dievišķās pārpilnības variantu telpā. Tas, kādā variantu laiktelpas punktā mēs piedzimstam ir mūsu pagātnes nopelns. Patīkams, vai nepatīkams - atkarīgs no mums. Es esmu tas, kādu sevi veidoju līdz šodienai sākot ar neatminami tālā pagātnē uzsākto ceļu matērijas pasaulē. Tas, kāda būs mana rītdiena, atkarīgs no tā, kādu veidošu šo dienu. Nākotnes rezultāta atslēga ir tieši šis brīdis – šeit un tagad.

Ja spējam koncentrēties uz šo dzīves brīdi nezaudējot „šeit un tagad” brīža sajūtu, tad pusceļš Rūnu cīņas jogā noiets. Vēl atliek iemācīties saprātīgi rīkoties jebkurā dzīves situācijā, pat viskritiskākajā. Bet tas jau būs katram savs, dzīves izdomāts neatkārtojams scenārijs un eksāmens.

AUGSTĀKAIS IDEĀLS

Es to definēju kā pozitīvu un tālredzīgu apziņas stāvokli – tīru no lepnības, skaudības, kūtruma un nenovīdības. Tas ir labs pamats sabiedrības līderu statusam. Vēl tikai speciālās zināšanas izvēlētajā dzīves jomā un cilvēks gatavs perfekti organizēt dzīvi ap sevi.

Garīgi ētiskā koncepcija balstās Dainu un Vēdu zināšanās. Mūsu senču kultūrā. Dainu dziedāšana nodarbībās ir viena no meditācijas disciplīnām, kura atbrīvo zemapziņu no negatīvām programmām.

KONKRĒTĀKI MĒRĶI. KAS JĀSASNIEDZ

Mentālā un garīgā līmenī – cēloņu un seku likumu zināšana; savas patiesības atrašana; prāta disciplīna domu skaidrībai; vērīgums; situāciju analītiskās spējas; dzīves zīmju pareiza tulkošana; gribas stiprināšana; negāciju likvidēšana; dievišķā ass sevī; pozitīvu rakstura īpašību izkopšana.

Fiziskā līmenī – veselība; pareiza stāja; muskuļu kontrole – māka atslābināties; spēks; elastīgums; kustīgums; paš aizsardzības spējas; izdzīvošanas prasmes.

NODARBĪBAS

Nodarbības sakārtotas tā lai katrs varētu sasniegt savu virsotni pēc iespējas ātrākā laikā. Runāt par konkrētiem termiņiem ir riskanti, jo katrs cilvēks ir ļoti individuāls. Kas vienam nāk ātri, tas citam padodas lēnāk. Laika faktoram nav nozīmes. Svarīgākais ir

tas, ka katra nodarbība ir savādāka un šeit nav rutīnas vai tukšas dogmas. Jau pēc pirmās nodarbības skolnieki jutīs spēku pieaugumu un labu garastāvokli.

P.S.

Vīrya varyas psihofiziskais treniņš – jogas, cīņas simbioze līdzīga *warior arts yoga* kustību stilam. Šie vingrinājumi ir personiski pārbaudīti vairāk nekā 20 gadu praksē.

Un vēlreiz par treniņa metodēm:

- Visas kustības, kuras paplašina enerģētisko lauku;
- Tehniski precīzi sitieni ar rokām un kājām. Lēni, ātri;
- Notiek pakāpeniska atbrīvošanās no bailēm, ilūzijām, rāmjiem;
- Mentālie un fiziskie atjaunošanās mehānismi tiek aktivizēti;
- Apgūti, vai atkārtoti(slīpēti) tiek elementārie paš aizsardzības principi.

Video - VĪRYA VARYA. Cīņas un jogas apvienojums. Īsumā par sevi.

