

## PRATARMĖ

Šios knygos pradinį variantą baigiau rašyti 2000-ųjų birželio 15 d. savo namuose Maujyje ir mane apėmė nuostabus gerai atlikto darbo jausmas. Galėjau mėgautis vasara su savo šeima – maudytis, leistis į žygius, žaisti tenisą, pietauti bičiulių draugijoje, žiūrėti kino filmus. Turėjau neįkainojamą galimybę skaityti ir dalintis artimumo valandėlėmis su žmona Marseleine, man taip tobulai padėjusiai rasti dvasinį sprendimą, kai visai netrukus susidūriau su „problema“. Bet tada net nenutuokiau, kad jau po kelių mėnesių man bus suteikta „proga“ pritaikyti viską, ką parašiau ir pačiam savo gyvenime išbandyti tuos „dvasinio sprendimo, išsprendžiančio kiekvieną problemą“, principus.

2000-ųjų rudenį aš, vienas viešbučio kambaryje, buvau tikra to žodžio prasme parklupdydas ant kelių. Vos galėjau kvėpuoti, atrodė, kad mano krūtinę suspaudė gniaužtuvai. Visas šlapias nuo prakaito, aš galop supratau, jog mane ištiko infarktas. Tačiau tai buvo kažkaip bjauriai neteisinga: juk aš nerūkiu, nevarčiau alkoholio, neturėję antsvorio, dvidešimt penkerius metus kiekvieną dieną mankštinausi, sveikai maitinausi, meditavau, be to, dariau tai, ką mėgau, ir mėgau tai, ką dariau. Mano santuoka buvo puiki, o vaikai – nuostabūs. Manęs neturėjo ištikti infarktas! Jis – tiems, kurie savo gyvensena

patys jo prašosi. Tik ne aš! Tik ne daktaras Veinas V. Dajeris (Wayne W. Dayer)! Ir vis dėlto būtent aš gulėjau ligoninės palatoje apraizgytas medicininės aparatūros laidais, o į mano ranką buvo įbesta lašelinės adata. Ir būtent manęs laukė angiografijos procedūra.

Pirmąsias dvidešimt keturias valandas praleidau siaubingai sukrėstas, negalėdamas patikėti tuo, kas įvyko. Tokia būseną vadinama neigimu. Aš prisipildžiau gailėsčio sau ir atsisakiau pripažinti, kad man galėjo atsitikti toks dalykas. Gaudinausi galvodamas apie savo šeimą ir, atvirai sakant, buvau persigandęs. Po pirmosios dienos ligoninėje aš mintyse pradėjau perkrauti tai, ką parašiau knygoje, kurią jūs dabar skaitote. Vis kartojau ir kartojau: „Dvasinis sprendimas išsprendžia kiekvieną problemą“. O aš susidūriau su rimta problema... Tada prisiminiau, jog būdamas čia, šioje palatoje, galiu pasitelkti dvasinę energiją ir jos dėka viską pakeisti. Supratau, kad man daugiausiai negalima skendėti žemų dažnių energijoje, kurią skleidžia savigaila, apmaudas, liūdesys, baimė ir nepasitikėjimas savimi.

Tačiau faktas buvo faktas: mano širdis sunegalavo. Dabar viskas priklausė nuo manęs. Aš nesu šis kūnas; aš esu dvasinė būtybė – amžina, visada susijusi su Dievū. Aš galiu pakeisti savo sąmoningumą ir tapti stebėtoju, užuot buvęs auka, apie ką rašiau daugiau kaip dvidešimt pastarųjų metų. Po tokių minčių man viskas pasikeitė, lyg tamsų kambarį būtų užliejusi šviesa. Kone akimirksniu pajutau aukštesnės, galingesnės gydančios energijos artumą. Niūrią būseną manyje pakeitė šviesi. Pradėjęs vaikščioti, ėjau nuo ligonio prie ligonio, gulinčio širdininkų palatoje, ir stengiausi pralinksinti tuos, kurie jautėsi blogiau už mane. Ligoninę ir jos gausų medicinos profesionalų kolektyvą pradėjau vertinti puoselėdamas pagarbos ir meilės, o ne baimės ir nerimo mintis. Ieškojau teigiamų šios įstaigos aspektų ir jaučiau dėkingumą už viską, ką pastebėdavau. Širdininkų palatą stengiausi pripildyti sąmoningumo, kurį taip nuoširdžiai dėščiau šioje knygoje. Jo esmė: Dievas tikrai yra šioje vietoje. Žinoma, širdies ne-

galavimas magiškai neišnyko, tačiau prote, kuriame glūdėjo „problema“ ir į kurį aš siunčiau greitesnę bei stipresnę dvasinę energiją, „problema“ išnyko visiems laikams.

Angiografija, kuri man buvo atlikta 2000-ųjų gruodžio 4 d., pirmadienį, parodė, jog viena mano arterija užsikimšusi ir kad tai gali būti įgimta anomalija. Kadangi turėjau stiprią širdį, viešbutyje užsikimšusi arterija jai pakenkė visai nedaug, tad aš netrukus grįžau prie ankstesnio mankštinimosi ir darbo režimo.

Kai mane atvežė į operacinę ir per koją įterpę kateterį mano arterijas pripildė rentgenokontrastinės medžiagos, manoji širdis buvo kupina ramybės. Aš juokavau su slaugėmis bei kardiologais ir spaudžiau žmonos ranką kartodamas, jog ją myliu. Baimė, nerimas, susirūpinimas, abejonės, slogulys – viskas išnyko. Buvau ramus, nes žinojau, kad aš, nepaisant tyrimų rezultatų, amžiams liksiu susijęs su dvasia, kad esu Dievo rankose.

Nusprendžiau jums apie tai papasakoti knygos pradžioje, kad parodyčiau, jog problemos, iš pirmo žvilgsnio tiesiog neįveikiamos, visada turi dvasinį sprendimą, tereikia liautis telktis į „problema“ ir atsigręžti į dvasinę energiją. Aš sugebėjau pasitelkti aukštesnę ir galingesnę dvasios energiją, o tai reiškė: 1) visiškai atsidaviau aukštesniajai jėgai ir patikėjau jai „problemos“ sprendimą; 2) visur mačiau meilę, o ne baimę; 3) priminiau sau, jog esu amžinoji siela laikiname kūne; 4) numaldžiau savo protą ir išgijau iš jo visus neigiamus dalykus; 5) pajutau dėkingumą visiems tiems, kurie man siuntė gydančiąją energiją; 6) mintyse puoselėjau sąsają su Dievu; 7) pradėjau dalyti džiaugsmą esantiems šalia ir šitai kračiausi savigailos. Ir tai buvo veiksminga!

Ir tarsi galutinį šių įžvalgų patvirtinimą, aš gavau nuostabų laišką, kurį man atsiuntė Pegė Bartzokis, mano kardiologo, medicinos daktaro Tomo Bartzokio, žmona. Jis rašė apie tai, kiek daug laimima, kai visiškai atsiduodama dvasiai. Štai šios moters žodžiai:

Jaučiuosi taip, lyg mūsų (Tomo ir mano) gyvenimuose jūs būtumėte pasirodęs dėl tam tikros priežasties. Mane nepaliauja stebinės faktas, kad kreipėtės į Tomą – ne į joki kitą kardiologą – tuo metu, kai man išties reikėjo jūsų knygų, o Tomui – daugiau žinių apie tai, kaip geriau padėti savo pacientams.

Jūsų kalbų magnetofoniniai įrašai mane nukreipė nauju keliu. Aš dedu daug pastangų stengdamasi save išgydyti. Mano sveikata vis prastėjo, bet niekada nepagalvodavau, kad dėl to kalbas manasis mąstymas. Jūsų dėka aš supratau, koks svarbus yra proto ir kūno ryšys.

Be to, viską, ką perskaitau ar išgirstu, aš pasakoju Tomui (nori jis to ar ne) ir jį, laimė, tos idėjos žavi. Aš tuo be galo džiaugiuosi, kadangi mano vyras turi daugiau kaip tūkstantį pacientų, tad dalindamasis šiomis idėjomis jis gali užkirsti kelią daugybei širdies ligų ir kitų negalavimų.

Aš taip pat džiaugiuosi, kad jūs visiškai pasveikote ir vėl bėgiojate. Galbūt mums visiems skirta kažko pasimokyti iš šio įvykio. Jūs kartą pasakėte: „Kiekvienas susitikimas mūsų gyvenimuose vienaip ar kitaip nulemtas dieviškos jėgos... ir visi *pašaliečiai*, su kuriais susiduriame, mus gali kai ko išmokyti.“

Negaliu išreikšti žodžiais, kaip branginu tai, kad jus abu sutikau. Savo maldose aš visada minėsiu jus ir Merseleinę. Te-laimina Dievas jus ir jūsų gerus darbus.

Toks tad buvo tas laiškas. Aš jį įdėjau čia, kad jūs visi su juo susipažintumėte. Visa kas paremta tobula vidine tvarka. Jūs turite dvasinį sprendimą kiekvienam ir bet kuriam dalykui, kurį vadinate „problema“. Pasitikėkite manimi, nes aš, Veinas Dajeris, tai žinau iš savo patirties.

## ĮVADAS

Šiuo knygos pavadinimu užsimota labai plačiai, tačiau jūs iš tikrųjų galite įveikti kiekvieną gyvenimiškąją situaciją pasitelkdami ir diegdami dvasinius sprendimus. Ką man reiškia tokios sąvokos, kaip *dvasinis*, *problema* ir *sprendimas*, paaiškinau pirmajame knygos skyriuje, tad nėra prasmės to kartoti šiame trumpame įvade. Pagrindinę knygos idėją sudaro dešimt tokių dalykų:

1. Mūsų visatoje viskas yra ne kas kita, kaip energija. Kitaip tariant, pačioje savo esmėje viskas virpa tam tikru dažniu.
2. Žemesnio dažnio virpesiai yra tankesni ir būtent šioje karalystėje kyla mūsų problemas.
3. Aukštesnio dažnio virpesiai, pavyzdžiui, šviesa ar mintis, yra sunkiau įžiūrimi.
4. Aukščiausio dažnio virpesiai yra tai, ką aš vadinu *dvasia*.
5. Kai aukščiausio dažnio, arba greičiausi, virpesiai susiduria su žemesnio dažnio, arba lėtesniais, virpesiais, jie paverčia niekais, išsklaido dalykus, kuriuos mes vadiname problemomis.

6. Jums duotas gebėjimas ir galia didinant savo energijos dažnį siekti aukščiausios, arba greičiausios, energijos lygio tam, kad iš savo gyvenimo su šaknimis išrautumėte visas problemas.
7. Yra tam tikri esminiai pagrindai ir principai, kuriuos jums reikia perprasti ir diegti, jei norite rasti dvasinius sprendimus kiekvienai problemai, su kuria galite susidurti gyvenime.
8. Kai perprantate šiuos principus, jūsų esminis pasirinkimas yra tai, ar vienytis su žemos energijos lauku, ar su aukštos energijos lauku.
9. Kai gerai pažinsite ir perprasite dvasinį pasaulį, aiškiai pamatysite, jog visos problemos yra proto sukurtos iliuzijos. Protas šitaip elgiasi todėl, kad mes įpratome tikėti, jog esame atskirti nuo savo šaltinio, kurį aš vadinu Dievu, o jūs galite vadinti taip, kai jums labiau patinka.
10. Šios iliuzijos tėra mūsų mąstymo klaidos, kurios, kaip kiekvienas apsirikimas, dingsta akis į akį susidūrusios su tiesa.

Šią knygą suskirsčiau į dvi dalis. Pirmą dalį apima šeši skyriai, kuriuose nuodugniai nagrinėjami esminiai principai, leidžiantys suprasti, kad dvasinis sprendimas kiekvienai ir bet kuriai problemai visada yra galimas. Aš tyrinėčiau daugelio dvasinių tradicijų šventraščius, taip pat sritis, vadinamas mokslinėmis ar pragmatiškomis, ir neketinu teigti, kad kuri nors tradicija ar praktika yra pranašesnė už kitas. Aš jas visas stengiausi perprasti būdamas atviras viskam ir neprisirišęs prie nieko. Gilinausi į seniausius ir šiuolaikinius dvasinės literatūros šaltinius, sukurtus įvairiausių žemės kampeliuose, ir jais rėmiausi šioje knygoje, nes žinau, kad jie yra teisingi ir naudingi.

Antroji knygos dalis apima skyrius nuo septinto iki trylikto. Kiekvieno skyriaus pavadinimui pasitelkiau žodžius iš vienos žinomiausių ir labiausiai pripažintų maldų, kada nors parašytų žmonijos istorijoje. Tai švento Pranciškaus Asyžiečio malda, kuri įkūnija pagrindinę šios knygos idėją. Aukštesnių dažnių dvasinės energijos priešpastatymas žemesnių dažnių „problemų“ energijai tas problemas sunaikina.

Rašydamas knygą, aš labai stengiausi pasiūlyti itin konkrečių būdų, kaip šias aukštesnių dažnių energijas jūsų gyvenime būtų galima naudoti kuo praktiškiau, naudingiau ir nedelsiant. Skaitydamas rankraščių aptikau, jog kai kurie dalykai kartojasi. Vienus pasikartojimus išmečiau, tačiau kitus sąmoningai palikau norėdamas, kad mano dėstomos mintys jums labiau įstrigtų.

Knygos rašymas man tapo savimonės vystymo pamoka. Pastebėjau, kad šiuo metu man kur kas geriau sekasi ištrūkti iš žemesnių dažnių energijos laukų ir atsiduoti dieviškajai globai. Kai dabar sprendžiu dalykus, kuriuos anksčiau vadindavau „problemomis“, ir dėl to atsigręžiu į aukštesnių dažnių energiją, jaučiuosi esąs šviesesnis, labiau mylintis, labiau atjaučiantis. Šiuo metu aš mintyse tiesiog atsiesiju nuo problemų pasaulio ir susitelkiu į dvasią. Knygos rašymas mane dar labiau suartino su Dievu ir sustiprino įsitikinimą, jog aš ne tik niekada nebūnu vienas, bet ir tai, kad toks dalykas apskritai neįmanomas. Linkiu jums skaitant mano kūrinį atrasti tokią ramybę, kokią jaučiu aš. Ir tegul išnyksta visos jūsų problemos jums atsiskaitant kaupiant žemesniąsias energijas ir įsisąmoninant, kad dvasinis sprendimas, leidžiantis išspręsti kiekvieną problemą, visada yra čia pat.

Telaimina jus Dievas,  
Wayne Dyer

## PIRMOJI DALIS

# ESMINIAI DVASINIO PROBLEMŲ SPRENDIMO PRINCIPAI



*Dievo kūryboje nėra nieko klaidinga.  
Paslaptys ir kančios egzistuoja tik prote.*

RAMANA MAHARŠIS