

ALAN COHEN

STEBUKLŲ KURSAS



ĮVEIKITE KELIĄ
IŠ BAIMĖS Į MEILĘ

ALAN COHEN

STEBUKLŲ KURSAS

lenigvian



MIJALBA

Kaunas 2023

Originalaus leidinio duomenys:

Alan Cohen
A COURSE IN MIRACLES MADE EASY
Mastering the Journey from Fear to Love

First published and distributed in the United Kingdom by:
Hay House UK Ltd, Astley House, 33 Notting Hill Gate, London W11 3JQ
Tel: +44 (0)20 3675 2450; Fax: +44 (0)20 3675 2451;
www.hayhouse.co.uk
Text © 2015 by Alan Cohen
ISBN: 978-1-78180-631-9

Iš anglų kalbos vertė Živilė Šileikaitė

Šioje knygoje pateikiama informacija nepakeičia profesionalios medicininės priežiūros. Visada pasikonsultuokite su kvalifikuotu sveikatos specialistu. Visą knygoje pateiktą informaciją skaitytojai taiko savo nuožiūra ir patys atsako už visas pasekmes. Knygos autorius ir leidėjai neatsako už jokią galimą žalą, praradimus ar nuostolius, kurie gali atsirasti dėl to, kad buvo nesikreipta į gydytoją, arba taikant ar neteisingai taikant šioje knygoje pateiktą informaciją. Autorius ir leidėjai taip pat neatsako už trečiųjų šalių interneto svetainėse pateikiamą informaciją.

Šį leidinį draudžiama atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, įskaitant padarymą viešai prieinamą kompiuterių tinklais (internete), išleisti ir versti, platinti jo originalą ar kopijas parduodant, nuomojant, teikiant panaudai ar kitaip perduodant nuosavybėn.

Draudžiama šį kūrinį, esantį bibliotekose, mokymo įstaigose, muziejuose arba archyvuose, mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų tikslais atgaminti, viešai skelbti ar padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose.

Bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos integralios bibliotekų informacinės sistemos (LIBIS) portale ibiblioteka.lt

*Skiriu Klifui ir Aldenui,
kurie gyveno pagal šiuos principus*

„Puiki, nuostabi, giliai prasminga knyga, kaip tik tokia, kokios mums reikia! Paprastai parašyta, lengvai skaitoma, pilna trumpų, įdomių istorijų, ši knyga padės visiems studijuojantiems *Stebuklų kursą* geriau suprasti esmines jo koncepcijas ir principus.“

Jon Mundy, knygos „Gyvenimas pagal *Stebuklų kursą*“
(*Living A Course in Miracles*) autorius

„*Stebuklų kursas lengviau*“ yra įspūdinga, reikalinga ir susižavėjimą kelianti knyga. Tikras lobis! Čia rasite nuostabių istorijų ir gilių asmeninių išgyvenimų. Šioje knygoje puikiai atsiskleidžia Alano sugebėjimas mokyti. Gera žinia visiems *Stebuklų kurso* mokytojams ir mokiniams: prie rašančių apie *Stebuklų kursą* autorių būrio prisijungė naujas balsas, ir aš esu už tai labai dėkingas.“

Tony Ponticello, dvasinio centro *Community Miracles Center*
vyriausiasis dvasininkas

„Alanas Koenas *Stebuklų kursą* vadina „žemėlapiu, kuris parodo kelią iš pragaro“ – kelią iš ego mąstysenos, grįstos baime, savęs nuvertinimu, trūkumu ir atsiskyrimu. Ši Alano knyga yra puikus *Stebuklų kurso* komentaras, kuris padeda lengviau suprasti žemėlapi.“

Robert Holden, knygos „Šventas pokytis: 365 kasdienės *Stebuklų kurso* meditacijos“
(*Holy Shift!: 365 Daily Meditations from A Course in Miracles*) autorius

„Alanas Koenas yra gerbiamas autorius, jau daug metų mokantis žmones šioje knygoje aprašytų principų. Neseniai *Stebuklų kursas* jo gyvenime ir darbe pakilo į svarbiausią vietą, ir šioje knygoje, mokydamas kurso pagrindų, jis pateikia skaitytojams savo dvasines įžvalgas, perduoda savo džiaugsmą ir naujai įgytą aiškumą. Dėkoju, Alanai, už šią nuostabią, praktinę ir laiku pasirodžiusią knygą, kurią, esu įsitikinęs, puikiai įvertins ir atsidadę *Stebuklų kurso* pasekėjai, ir naujokai.“

Ian Patrick, JK organizacijos *Miracle Network* įkūrėjas ir vadovas

„Ši knyga yra puiki, naudinga dovana visiems „ieškotojams“ – jie tikrai ją įvertins ir skaitys su pasimėgavimu. Ypač žavi Alano sąmojis ir išmintis, kuriuos jis pasitelkia siekdamas aiškiau perteikti *Stebuklų kurso* žinią. Dėkoju, Alanai!“

Tom Carpenter, knygos „Dialogas apie pabudimą“ (*Dialogue on Awakening*) autorius

„Daugeliui žmonių labai sunku suprasti *Stebuklų kursą*, lyg jis būtų parašytas svetima, nesuprantama kalba. Laimei, yra knygų kaip ši. „Stebuklų kursas *lengviau*“ yra įžvalgiai, džiaugsmingai ir iš širdies parašyta knyga, ir geriausi *Stebuklų kurso* pradmenys iš visų, kokius man teko skaityti. Nuoširdžiai rekomenduoju!“

Kenneth Bok, YouTube laidos apie *Stebuklų kursą* vedėjas

Turiny

Pratarmė 11

Kaip iš šios knygos gauti daugiausia naudos 17

Kas yra Stebuklų kursas? 20

1 skyrius. Vienintelis reikšmingas pasirinkimas 23

2 skyrius. Tapatybės vagystė 25

3 skyrius. Atsipeikėkite 31

Kaip Stebuklų kursas atėjo į pasaulį? 38

4 skyrius. Šviesa teatre 40

5 skyrius. Nuodėmė, kuri neturėjo jokių pasekmių 50

6 skyrius. Nuo tavo rankos aš gyvenu 64

Kas yra Stebuklų kurso autorius? 75

7 skyrius. Argi tai nėra ypatinga? 77

8 skyrius. Paveikslas ir rėmai 96

Ar Stebuklų kursas priskiriamas krikščionybei? 106

9 skyrius. Kančios pabaiga 108

10 skyrius. Paskutinė nenaudinga kelionė 119

11 skyrius. Už magijos ribų 132

Kodėl Stebuklų kursas yra parašytas psichologine kalba? 141

12 skyrius. Jūsų nepriekaištingas vedlys 143

13 skyrius. Tykiu vasaros taku 151

Kodėl Stebuklų kursas parašytas patriarchaline kalba? 159

14 skyrius. Blaškantis veiksnys 161

15 skyrius. Amžina meilė	174
16 skyrius. Sveikas, turtingas ir išmintingas	181
<i>Kodėl aš nesuprantu „Teksto“?</i>	189
17 skyrius. Tas, kuris sapnuoja, ir tas, kurį sapnuoja	190
18 skyrius. Laimingas sapnas	194
<i>Kodėl Stebuklų kursas yra toks ilgas?</i>	202
19 skyrius. Kaip būti stebukladariu	203
20 skyrius. Mokykite tik meilės	211
<i>Ar būtina lankyti Stebuklų kurso studijų grupę?</i>	215
21 skyrius. Kaip pasibaigs pasaulis	218
22 skyrius. Studijų baigimo diena	224
 Epilogas	 231
Sužinokite daugiau	233
Padėkos	234
Mokykitės toliau su Alanu Koenu	236
Apie autorių	238

Pratarmė

„Ar norite sužinoti, per kiek laiko žmogus suplėšo *Stebuklų kursą* ir sviedžia jį į vandenyną?“ Ši klausimą vienas skaitytojas atsiuntė Solui Steinbergui (Saul Steinberg) iš *Coleman Graphics* spaustuvės, kuri pirmoji pradėjo spausdinti *Stebuklų kursą*. Solas pasakojo šią istoriją, vedžiodamas mane po spaustuvės sandėlį, kuriame iki lubų buvo prikrauta nedidelių kartoninių dėžių. Kiekvienoje dėžėje buvo po tris storas knygas kietais viršeliais, talpinančias visą *Stebuklų kursą*, pateiktą jo pirmine forma. „Po šešių mėnesių tas pats žmogus atsiuntė man dar vieną laišką, kuriame prašė vėl atsiųsti jam *Stebuklų kurso* knygas.“

Abu nusijuokėme. Ši istorija mums buvo gerai žinoma. Kiekvienas žmogus, pradėjęs studijuoti *Stebuklų kursą*, patiria sumaištį ir pasipriešinimą. Negaliu suskaičiuoti, kiek kartų jau girdėjau: „Prieš kurį laiką gavau knygą, paskaitinėjau šen bei ten, bet nieko nesupratau. Pradėjau daryti pratimus, pateiktus *Stebuklų kurso* praktinėje dalyje, bet lioviausi. Žinau, kad *Stebuklų kursas* daro galingą poveikį ir gali pakeisti mano gyvenimą, tačiau man sunku taikyti jį praktiškai. Tikiuosi vieną dieną vėl prie jo sugrįžti.“ Vienas mano mokinyš prisipažino: „Kai įsigijęs *Stebuklų kursą* pirmą kartą knygą atsiverčiau, iš jos iškrito pirkimo čekis – pažiūrėjęs pamačiau, kad knygą pirkau prieš dešimt metų!“ Mokytojas ir rašytojas Robertas Holdenas šmaikštauja: „*Stebuklų kursas* yra vienintelė knyga, kurią įsigyja milijonai, bet perskaito tik keletas.“

Kodėl žmonėms taip sunku suprasti šį nuostabų mokymą, kuris gali padėti išgyti ir transformuoti svarbiausius gyvenimo aspektus?

Kodėl paprastos tiesos atrodo tokios sudėtingos, sunkiai suvokiamos ir gluminančios? Ego tvirtina, kad *Stebuklų kursą* sunku suprasti. *Jis – per ilgas ir pernelyg sudėtingas. Pernelyg krikščioniškas. Per mažai krikščioniškas. Jame per daug psichologijos – primena terapiją. Kodėl jame niekur nerašoma „ji“? Neturiu jam laiko. Esu per daug užsiėmęs darbe. Šriftas per mažas. Popieriaus lapai per ploni – primena Bibliją. Jau lankiausi Tonio Robinso (Tony Robbins) seminare. Šuo suėdė Pratiimų knygą. Patiriu per daug streso, todėl negaliu susitelkti. Perskaitysiu Stebuklų kursą, kai vaikai užaugs ir išvažiuos studijuoti. Kai kurie Kurso teiginiai yra tiesiog įžeidžiantys. Palauksiu, kol apie tai bus pastatytas filmas. Iš kur man žinoti, kad psichologė, kuri užrašė Kursą, visko neišsigalvojo? Norėčiau, kad Kursas būtų lengvesnis.*

Kokia ironija! Juk *Stebuklų kursas* jau ir taip yra lengvas. Netgi būtų galima pasakyti, kad tai yra lengviausias dalykas pasaulyje, nes atsirado iš šaltinio, kurio neveikia šio pasaulio vingrybės. Mylėti, išgyti ir nuoširdžiai atleisti iš tikrųjų yra daug lengviau, nei abejoti savimi, nerimauti, grumtis santykiuose, kovoti dėl pinigų ir bandyti išsiaiškinti, kaip sutaisyti viską, kas yra sugadinta. Paleisti yra daug lengviau, nei atkakliai laikytis įsikibus, o pasitikėjimas suteikia daugiau stiprybės nei priešinimasis. *Stebuklų kursas* yra geriausias atsakymas į klausimą: *Koks lengvas galėtų būti mano gyvenimas?*

Jūsų kelionė per gyvenimą neturėtų būti kova. Visi sunkumai yra baimės sukurtas košmaras, užgožiantis meilę. Poetiška ištrauka iš *Stebuklų kurso* 14 skyriaus VI dalies atskleidžia, koks lengvas gali būti mūsų kelias, kai leidžiame, kad taip būtų:

Kai išmokstate priimti sprendimus su Dievu, visi sprendimai pasidaro lengvi ir teisingi kaip kvėpavimas. Nereikia dėti jokių pastangų, ir jūs esate vedami švelniai, lyg kas neštų tykiu vasaros taku.

Šios knygos paskirtis yra padėti jums žengti pirmą žingsnį šiuo lengvesniu taku. Mes perkelsime *Stebuklų kursą* į tikrovę; išreikšime jo didingus, sunkiai aprėpiamus principus praktinėmis, lengvai suprantamomis priemonėmis; išmokysime taikyti jo tiesas taip, kad jūsų gyvenimas eitų tik gryn. Noriu išlaisvinti jus iš sutrikimo, kurį sukėlė *Stebuklų kursas*, išvesti jus iš jo tariamos tankmės, nutraukti paslapties skraistę nuo jo didingų tiesų ir parodyti, koks iš tikrųjų paprastas jis yra. *Stebuklų kursas*, paprastai tariant, yra žemėlapis, rodantis kelią iš pragaro. *Stebuklų kurso* praktinėje dalyje, 97 pamokoje, rašoma, kad galite apsisaugoti nuo tūkstančio ar dar daugiau metų tolesnių kovų ir vargų, jeigu gerai išmoksite ir taikysite šią pamoką. Jei ši knyga padės jums nors truputį sutrumpinti vargų laikotarpį, mūsų laikas kartu bus praleistas naudingai.

Ši knyga bus naudinga ir tiems, kurie jau studijuoja *Stebuklų kursą* ir nori pagilinti savo žinias, ir tiems, kurie jo dar nestudijavo ir nepraktikavo, ir netgi tiems, kurie neketina jo studijuoti. Žinoma, raginu jus gilintis į *Stebuklų kursą*, tačiau, net jei to nedarysite, *Kurso* esmę suprasite perskaitę šią knygą. Jei pradėsite bent truputį nutuokti, ką jums gali pasiūlyti *Stebuklų kursas*, būsite palaiminti.

Nuotykis, į kurį netrukus leisimės, gali būti svarbiausias jūsų gyvenime. Išsiaiškinkime, kas suteikia jums skausmo ir kaip išsipainioti iš raizgalynės, kurią sukuria pasaulis. Išsklaidykime iliuzijas, kurios vertė jus jaustis mažais ir nereikšmingais, ir atskleiskime tiesą, kuri padeda suvokti savo didingumą. Prisiminkime, kas padaro gyvenimą vertą gyventi, o visa kita paleiskime į nebūtį, iš kurios viskas atėjo.

Mano kelionė su Stebuklų kursu

Šaltą žiemos vakarą sėdėjau prie savo stalo ir žiūrėjau į nedidelę rudą kartoninę dėžę, kurią ką tik gavau paštu. Bandžiau įsivaizduoti jos turinį, bet negalėjau. Tiesiog žinojau, kad tai, kas yra dėžėje, labai

svarbu. Vis dėlto nė nenumaniau, kokią didelę reikšmę tai turės man ir milijonams kitų žmonių.

Jau daug metų vis girdėdavau apie *Stebuklų kursą*, matydavau skelbimus ar nugirdsčiau pokalbių nuotrupas. Buvau nusiteikęs skeptiškai. Seniaiėjau asmeninio augimo keliu ir mačiau daug akių dūmimo ir šarlatanizmo. Pavadinimas manęs netraukė. *Stebuklų kursas*. Kas tai? Dar viena Naujojo amžiaus vilionė? Naivių ieškotojų gundymas stebuklingomis galiomis? O gal tai kultas, masinantis paklydusias sielas, kad neištuštėtų nepasiekiamo guru piniginė? Nenorėjau turėti nieko bendra su žemo lygio magija, ir dar viena niekur nevedanti metafizikos kryptis manęs neviliojo.

Vieną dieną mano dėmesį patraukė straipsnis žurnale „Psichologija šiandien“. Primityvi iliustracija vaizdavo tris auksines knygas, kurios iš dangaus leidosi žmogui, žingsniuojančiam gatve. Nekreipdamas dėmesio į prastą piešinį, perskaičiau straipsnį. Nors man pačiam tai buvo labai netikėta, straipsnis mane suintrigavo. *Stebuklų kursas* buvo ne toks, kokį jį įsivaizdavau. Jame buvo daugiau kalbama apie dvasią, o ne apie materiją, apie sąmonę, o ne apie daiktus. Perskaitęs straipsnį, pajutau norą perskaityti *Stebuklų kursą* – tai buvo veikiau intuityvus paskatinimas, o ne protu priimtas sprendimas. Dabar žinau, kad šis vidinis balsas yra tai, kas *Kurse* vadinama Šventąja Dvasia. Tačiau anuomet dar neturėjau pavadinimo šiam vidiniam vedliui. Žinojau tik tiek, kad noriu perskaityti *Stebuklų kursą*.

Knygos kainavo daug: 40 dolerių plus siuntimas. 1980-aisiais 40 dolerių man buvo dideli pinigai. Tuo metu nuomojaisi kambarį draugo palėpėje, užsiimdavau joga, grodavau gitara ir klausydavausi įkvepiančių įrašų. Turėjau keletą darbų, kuriuose dirbdavau po keletą valandų per dieną, kad galėčiau susimokėti 150 dolerių nuomą. Buvau patenkintas. Ar man tikrai reikėjo knygų už 40 dolerių? Dabar, kai prisimenu šias dvejones, juokiuosi. Šie 40 dolerių buvo pati geriausia investicija mano gyvenime.

Atidariau rudą dėžę ir išėmiau pirmą tomą. Ant tekstūruoto tamsiai mėlyno viršelio auksinėmis raidėmis buvo užrašyta „Tekstas“. Perskaičiau įžangą:

Niekas negresia tam, kas yra tikra.

Negyvena nieko, kas būtų netikra.

Čia ir glūdi Dievo ramybė.

Skaitydamas šiuos žodžius, pajutau, kaip mane apgaubė iš puslapio sklindanti jėga, lyg būčiau atvėręs portalą į kitą dimensiją. Nesupratau įžanginių žodžių, tačiau nuo knygos sklindanti energija buvo labai stipri ir sužadino mano sieloje susidomėjimą, kokio dar niekada nebuvau jautęs. Užverčiau knygą, bandydamas sugerti į save šiuos žodžius. Žinojau, kad manęs laukia nepaprasta kelionė.

Nuo tada praėjo daug metų ir per šį laiką *Stebuklų kursas* tapo man dar brangesnis, dar prasmingesnis, išmokau dar geriau taikyti jo principus savo gyvenime. *Kurso* tiesos kasdien man tampa vis gyvesnės. Negaliu pasakyti, kad esu geriausias *Stebuklų curso* mokinys. Mano pasipriešinimas dažnai mane nugali, aš pasiduodu baimei labiau, nei norėtuši pripažinti, ir pernelyg lėtai Pamokas paverčiu veiksmais. Tačiau, kai tai padarau, patiriu gilią sielos ramybę ir mano pasaulyje tiesiogine prasme pradeda vykti stebuklai. *Kurso* gelmė ir aprėptis yra begalinės. Kiekvieną dieną jaučiuosi taip, lyg skaitoma *Kurso* ištrauka ar pamoka būtų buvusi parašyta būtent man. *Stebuklų kursas* yra tikras. Jo principai veikia. Jis iš tiesų yra Dievo dovana.

Praktikuoju *Kursą* 35 metus ir per beveik visą šį laikotarpį nedėščiau jo kitiems ir nerašiau apie jį tiesiogiai, bet įpindavau *Kurso* principus į savo kitus tekstus ir mokymą. Tačiau per keletą pastarųjų metų mano susižavėjimas *Stebuklų kursu*, tikėjimas jo nepajudinama verte dar labiau sustiprėjo. Daugelis asmeninio ir dvasinio augimo metodų laikui bėgant praranda savo poveikį man

ir po truputį pasitraukia iš gyvenimo. *Stebuklų kursas*, bėgant laikui, man tapo dar gyvesnis ir galingesnis. Daug kelių esu išbandęs, daug mokytojų buvo patraukę mano dėmesį, bet galiausiai visada sugrįžtu prie *Stebuklų kurso*. Jo filosofija ir tikslai pranoksta visus kitus man žinomus metodus.

Dabar taip giliai trokštu meistriškai įvaldyti *Kursą*, kad tai tapo prioritetu mano gyvenime ir darbe. *Kurse* teigiama: jei norime ką nors gerai išmokti, turime pradėti to mokyti kitus. Todėl, nors tikiuosi ir tikiu, kad ši knyga bus jums naudinga, rašau ją, norėdamas įtvirtinti ir išplėsti savo paties supratimą apie *Stebuklų kursą*.

Tolesniuose knygos puslapiuose papasakosiu jums daug tikrų istorijų apie tai, kaip *Stebuklų kursas* paveikė mano ar kitų žmonių gyvenimą. Kai kurie studijuojantys *Kursą* skundžiasi, kad jis yra pernelyg nutolęs nuo šio pasaulio realybės, tačiau mano patirtis rodo, kad jis prasiskverbia iki gyvenimo Žemėje esmės, kartais pasiekia tamsiausius mirtingųjų kančios kampelius ir transformuoja mus, kad ir kokie būtume – net ir tada, kai nugrimztame į giliausią žmogiško trapumo bedugnę. Nesvarbu, ar šiuo metu patiriate daug skausmo, ar jūsų gyvenimas klostosi gerai, ir norite dar labiau jį pagerinti, viliuosi, kad ši knyga įkvėps jus žengti į naują išgijimo ir pabudimo lygmenį.

Nors mano gyvenimo faktai galbūt yra unikalūs, jie nėra pagrindinė šios knygos tema. Mes visi buvome paklydę ir visi randame kelią namo. Tai, kad *Stebuklų kursas* pasiekė jūsų sąmonę kaip tik dabar, nėra atsitiktinumas. Taip nutiko ne be priežasties ir nesvarbu, ar ketinate intensyviai studijuoti *Kursą*, ar nusižiūrėsite vieną kitą naudingą koncepciją iš šios knygos, ar tiesiog, išgirdę pavadinimą *Stebuklų kursas*, apsvarstysite galimybę, kad stebuklai išties egzistuoja ir jūs galite patirti vieną jų arba daug.

O dabar išsiaiškinkime, kas yra *Stebuklų kursas*.

Kaip iš šios knygos gauti daugiausia naudos

Cituodamas *Stebuklų kursą*, pateikiu nuorodas į *Stebuklų kurso* leidimą, kuris yra žinomas kaip „Vienintelis pilnas leidimas“ (*The Only Complete Edition*), išleistas Vidinės ramybės fondo (*The Foundation for Inner Peace*). Šiame leidime tekstas numeruojamas taip, kad studijuojantys *Kursą* nesunkiai galėtų rasti reikiamą ištrauką. Naudoju tokius sutrumpinimus: T – Tekstas (*Text*), W – Pratimų knyga mokiniams (*Workbook for Students*), M – Žinynas mokytojams (*Manual for Teachers*), C – Terminų aiškinimas (*Clarification of Terms*). Po raidžių einantys skaičiai nurodo skyrių, poskyrį, paragrafą ir sakinį.

Štai keletas pavyzdžių, kaip iššifruoti sutrumpinimus:

T-2.VI.9:4–7

Tekstas, 2 skyrius, 6 poskyris, 9 paragrafas, 4–7 sakiniai.

W-132.1:4

Pratimų knyga mokiniams, 132 pamoka, 1 paragrafas, 4 sakiny.

M-5.II.2.5–13

Žinynas mokytojams, 5 skyrius, 2 poskyris, 2 paragrafas, 5–13 sakiniai.

(C-Ep. 1:2)

Terminų aiškinimas (Žinyno mokytojams dalis), epilogas, 1 paragrafas, 2 sakiny.

Kaip jau turbūt pastebėjote, *Stebuklų kursą* šioje knygoje vadinu *Stebuklų kursu* arba tiesiog *Kursu*.

Mano knyga susideda iš dviejų dalių. Pirmą ir pagrindinę knygos dalį nušviečia *Kurso* principus ir aiškina, kaip juos taikyti, kad išgytume ir rastume vidinę ramybę. Antroje dalyje pateikiu atsakymus į dažnai užduodamus klausimus apie specifinius *Kurso* elementus ir jo taikymą. Antrą knygos dalį nusprendžiau ne įdėti visą po pirmos dalies, kaip yra įprasta, o suskirstyti į mažesnes dalis ir pateikti pirmoje knygos dalyje, todėl po kai kurių skyrių rasite po vieną klausimą ir atsakymą.

Knygoje pirmiausia aiškinu pagrindinius *Kurso* elementus ir tik tada pereinu prie sudėtingesnių koncepcijų ir subtilybių, kurias tikrai norės patyrinėti skaitytojai, pasiryžę gerai įsisavinti mokymą. Galite perskaityti šią knygą, prieš pradėdami studijuoti *Kursą*, arba galite vienu metu skaityti ir *Stebuklų kursą*, ir šią knygą. Taip pat galite tiesiog perskaityti šią knygą ir neskaityti viso *Stebuklų kurso*. Viena svarbiausių *Kurso* pamokų yra visada klausyti savo vidinio balso, todėl, jei *Stebuklų kursą* studijuosite taip, kaip pataria jūsų intuicija, nuo pat pradžių praktiškai taikysite *Kurso* principus.

Kalbos stilius, kuriuo parašytas *Stebuklų kursas*, gali priminti religinį ar krikščionišką stilių, todėl iš karto noriu pasakyti, kad *Kursas* yra visiškai nesusijęs su krikščionybe ar kokia kita religija. Jo žinia yra universali ir ją gali priimti bet kokią religiją išpažįstantys žmonės arba neišpažįstantys jokios religijos. Deja, daugelis žmonių turi skausmingų patirčių, susijusių su religija, todėl juos atstumia viskas, kas bent truputį primena religiją. *Stebuklų kursas* yra skirtas ne pažadinti šį skausmą, o nuo jo išlaisvinti.

Jeigu žodis „Dievas“ jums turi negatyvią reikšmę, pakeiskite jį bet kuriuo kitu jums priimtinu terminu: Aukštesnioji jėga, Šaltinio energija, Universalus protas, Gyvybinė jėga, Viskas, kas yra, ir pan. *Kursą* užrašiusi Dr. Helena Šakmen (Helen Schucman) laikė save ateiste. Jei Aukštesnioji jėga rado Heleną ir pakylėjo ją tokią, kokia

ji buvo, vadinasi, Ji gali priimti kiekvieną mūsų tokius, kokie esame šią akimirką. Todėl neprisiriškite prie terminų ir nesigilinkite į juos. Pasistenkite prasiskverbti iki mokymo esmės.

Pradėkime.

Kas yra *Stebuklų kursas*?

Stebuklų kursas yra savarankiško mokymosi sistema, kuri veda į dvasinį pabudimą, moko rasti kelią į vidinę ramybę ir išgijimą, pasitelkiant meilės ir atleidimo galią. *Kursą* sudaro į vieną knygą sudėti trys tomai: „Tekstas“ (*Text*), „Pratimų knyga mokiniams“ (*Workbook for Students*) ir „Žinynas mokytojams“ (*Manual for Teachers*). *Stebuklų kursą* galima įsigyti popieriniu arba elektroniniu formatu per didžiąsias knygų platinimo įmones, mokymo centrus ar internetu.

„Tekste“ pateikiamos universalios tiesos veda mus į prasmingą gyvenimą, išgijimą ir gerovę. Čia nagrinėjamos tokios temos: kaip svarbu visada rinktis meilę, o ne baimę; mūsų amžinoji prigimtis kaip dieviškumo išraiška; mūsų palankus santykis su Dievu; mūsų nepajudinamas nekaltumas; proto galia; tiesos ir iliuzijos atskyrimas; kaip „ypatingus“ santykius paversti „šventais“; valdžios, kurią suteikėme išoriniams šaltiniams, susigrąžinimas ir kt. Tekste paaiškinama, kodėl jaučiame skausmą ir kaip išgyti.

Didžioji „Teksto“ dalis parašyta jambiniu pentametru, klasikine poetine forma, kuria savo didingas idėjas išreiškė Šekspyras ir kiti poezijos meistrai. Tam tikra prasme *Kursas* yra veikiau mistinės poezijos kūrinys nei mokslinis traktatas.

„Pratimų knygoje mokiniams“ 365 dienoms pateikiami pratimai padeda išmokti taikyti *Kurso* principus ir kurti geresnį gyvenimą. Iš pradžių pamokose pateikiami labai paprasti pratimai, kuriems užtenka skirti keletą minučių per dieną, tačiau po truputį užduotys tampa sudėtingesnės, siekiant visiškai atnaujinti žmogaus mąstymo sistemą ir gyvenimą. Pagrindinis *Kurso* tikslas yra padėti žmogui išsilaivinti.

„Žinyne mokytojams“ detaliau tyrinėjamas *Kurso* principų taikymas ir pateikiami atsakymai į specifinius klausimus, pavyzdžiui: Ar egzistuoja reinkarnacija? Kaip pasiekiamas išgijimas? Kaip baigsis pasaulis? Pagal *Stebuklų kursą* visi mokiniai yra mokytojai nuo Dievo, todėl „Žinynas mokytojams“ yra skirtas visiems.

Šias tris *Stebuklų kurso* dalis galite studijuoti bet kokia tvarka. Kadangi praktinė knygos dalis padeda taikyti *Kurso* principus kasdieniame gyvenime, patariu pradėti nuo „Pratimų knygos“ ir pasiskaitinėti atitinkamas vietas kitose *Kurso* dalyse, kai pajusite, kad reikia tai padaryti. Vienu metu studijuodami visas *Kurso* dalis, geriau suprasite esmę.

Stebuklų kursas turi du trumpus priedus: „Psichoterapija: paskirtis, procesas ir praktika“ (*Psychotherapy: Purpose, Process and Practice*) ir „Maldos daina: malda, atleidimas, gijimas“ (*The Song of Prayer: Prayer, Forgiveness, Healing*).

Stebuklų kursas yra vienas giliausių dvasinių mokymų, kokį yra gavusi žmonija. Švelniai ir kartu energingai *Kursas* palietė milijonų žmonių gyvenimą, išlaisvino sielas iš baimės tironijos, pakeitė aplinkybes, kurioms įveikti reikėjo stebuklo, ir suteikė dvasios ramybę pavargusiems. Galbūt esate tarp tų, kurie jau patyrė *Kurso* naudą arba netrukus ją patirsite.

Jūsų aukso lobynas

Jūs gimėte klestėti, o ne vien stengtis išgyventi. Gera sveikata ir visokeriopa gausa yra jūsų natūrali būseną. Disfunkcija ir trūkumai, kad ir kokie įprasti mums atrodytų, iš tikrųjų yra anomalijos. *Ste-buklų kursas* kviečia išgryninti savo suvokimą apie Dievo valią – Jis visada nori mums tik džiaugsmo ir niekada nelinki skausmo; visada duoda mums gausą, o ne trūkumą. *Kursas* ragina mus pasitikėti Dievo gebėjimu duoti – labiau nei mūsų pasirengimu priimti. Mūsų natūrali būseną yra Dievo malonės būseną. Skurdas ir ligos neturi vietos Danguje ir taip pat neturi vietos Žemėje, kokios ji yra pagal Dievo valią. Jos egzistuoja ne todėl, kad taip nori Dievas. Skurdas ir ligos atsiranda iš žmogaus neišmanymo arba todėl, kad atmetame savo prigimtinę teisę į gerovę. Kai persigalvojame ir priimame mums duodamas dovanas, mūsų aruodai vėl prisipildo ir mes susigražiname karališką statusą, kuris yra mūsų kilmė ir likimas.

Tai yra viena Šventos Dvasios dovana; lobynas, iš kurio drąsiai galite imti viską, ko reikia jūsų laimei. Viskas jame jau sudėta. Viską galima gauti, bet reikia prašyti. Lobyno durys niekada nebūna užrakintos, ir išpildomi kiekvieno net menkiausi prašymai ar skubiausi poreikiai. Nėra jokios ligos, kuri jau nebūtų išgydyta, jokio trūkumo, kuris jau nebūtų pašalintas, jokio poreikio, kuris nebūtų patenkintas šiame Kristaus aukso lobyne.

Apie autorių

Alanas Koenas (Alan Cohen) yra daugelio populiarių, įkvepiančių knygų autorius. Tarp jų – bestseleris „Drakonas čia jau negyvena“ (*The Dragon Doesn't Live Here Anymore*) ir „Gilus gyvybės įkvėpimas“ (*A Deep Breath of Life*), už kurią autorius gavo apdovanojimą. Alanas yra bestselerių serijos „Atgaiva sielai“ (*Chicken Soup for the Soul*) bendraautoris, o jo kasmėnesinė skiltis „Iš širdies“ publikuojama daugelio pasaulio šalių žurnaluose. Apie Alano darbą sukurtą filmą rodė CNN ir Oprah.com, apie jį rašė USA Today, The Washington Post ir jis buvo įtrauktas į knygą „Geriausi ekspertai, padedantys mums pagerinti savo gyvenimą“ (*The Top 101 Experts Who Help Us Improve Our Lives*). Alano Koenos knygos yra išverstos į 24 kalbas.

Alanas yra populiarios Hay House radijo laidos *Get Real* vedėjas, dalyvavo kuriant apdovanojimą pelniusį dokumentinį filmą „Rasti Džo“ (*Finding Joe*) bei dokumentinius filmus „iDievas“ (*iGod*) ir „Gyvenimas šviesoje“ (*Living in Light*). Alanas yra fondo *Holistic Life Coaching* įkūrėjas ir direktorius; jis sako kalbas ir skaito pranešimus seminaruose apie asmeninį augimą, holistinę sveikatą, žmonių tarpusavio santykius ir kitomis įkvepiančiomis temomis. Alanas Koenas su šeima gyvena Havajuose.