

Morgan
Scott
Peck

Nepramintuoju taku

Naujoji meilės,
tradicinių vertybių
ir dvasinio tobulėjimo
psichologija



Morgan Scott Peck

Nepramintuoju taku

Naujoji meilės,
tradicinių vertybių
ir dvasinio tobulėjimo
psichologija

Iš anglų kalbos vertė
Marija Rubaževičienė



VILNIUS, 2024

Versta iš:

M. Scott Peck

*The Road Less Traveled:
A New Psychology of Love, Traditional
Values and Spiritual Growth*

The original publisher is *Touchstone*,
an Imprint of *Simon & Schuster, LLC*.

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

Copyright © 1978 by M. Scott Peck
Preface copyright © 1985 by M. Scott Peck
Introduction copyright © 2002 by M. Scott Peck
All rights reserved, including the right of
reproduction in whole or in part in any form.

© Vertimas į lietuvių kalbą, Marija Rubaževičienė, 2004

© Viršelis, Algimanta Sirvydaitė, 2024

© Leidykla VAGA, 2024

ISBN 978-5-415-02802-3

Savo tēvams,
Elizabethai ir Davidui,
kuriņ savidrausmē ir meilē
atvērē man akis
regēti malonē

Turinys

Ižanga 17

PIRMA DALIS

Savidrausmė

| | |
|-------------------------------|----|
| Problemos ir skausmas | 21 |
| Pasitenkinimo nutolinimas | 26 |
| Tėvų neišprusimas | 29 |
| Problemų sprendimas ir laikas | 36 |
| Atsakomybė | 42 |
| Neurozės ir psichopatijos | 45 |
| Bėgimas nuo laisvės | 51 |
| Ištikimybė tikrovei | 57 |
| Perkėlimas: pasenęs žemėlapis | 60 |
| Atvirumas iššūkiams | 66 |
| Tiesos nutylėjimas | 75 |
| Pusiausvyros išlaikymas | 81 |
| Sveikstančiojo depresija | 87 |
| Atsižadėjimas ir atgimimas | 91 |

ANTRA DALIS

Meilė

- Meilės samprata 101
- „Įsimylėjimas“ 105
- Romantiškos meilės mitas 112
- Dar kartą apie „aš“ ribas 116
- Priklausomybė 120
- Kateksis be meilės 129
- „Pasiaukojimas“ 135
- Meilė – ne jausmas 141
- Dėmesio poveikis 145
- Praradimo rizika 157
- Nepriklausomybės rizika 161
- Įsipareigojimo rizika 167
- Konfrontacijos rizika 178
- Meilė yra drausminga 184
- Meilė yra atskirybė 190
- Meilė ir psichoterapija 199
- Meilės paslaptis 210

TREČIA DALIS

Branda ir religija

- Pasaulėžiūra ir religija 215
- Mokslo religija 224
- Keitės atvejis 229

| | |
|-----------------------------|-----|
| Marcijos atvejis | 242 |
| Theodoro atvejis | 245 |
| Kūdikis ir vonios vanduo | 258 |
| „Tunelinis“ mokslo požiūris | 263 |

KETVIRTA DALIS

Malonė

| | |
|--|-----|
| Sveikatos stebuklas | 273 |
| Pasąmonės stebuklas | 282 |
| Sutapimo stebuklas | 293 |
| Malonės samprata | 301 |
| Evoliucijos stebuklas | 305 |
| Alfa ir Omega | 311 |
| Entropija ir paveldimoji nuodėmė | 315 |
| Blogio problema | 322 |
| Sąmoningumo evoliucija | 325 |
| Valdžios prigimtis | 330 |
| Malonė ir psichinė liga: mitas apie Orestą | 336 |
| Priešinimasis malonei | 344 |
| Malonės priėmimas | 355 |
| Pabaigos žodis | 362 |
| Padėka | 366 |

25-OJO JUBILIEJINIO LEIDIMO ĮVADAS

*Rytoj koks prašalaitis su taiklia išmintimi
mums tiksliai pasakys, apie ką mąstėme
ir ką jautėme visą laiką.*

RALPH WALDO EMERSON

Esė apie pasitikėjimą savimi

Vienas būdingiausių atsiliepimų, kuriuos rasdavau skaitytojų laiškuose, pasirodžius *Nepramintuoju taku*, buvo vien dėkojimas man už drąsą, – ne už pasakymą ko nors naujo, bet už parašymą tokių dalykų, apie kuriuos jie galvodavo ir kuriuos visada jausdavo, tačiau bijodavo apie juos prabilti.

Man nelabai aišku, kur čia slypi „drąsa“. Tikslėnis pasakymas būtų „įgimtas užsimiršimas“. Neilgai trukus po knygos pasirodymo viena iš mano klienčių dalyvavo kokteilių vakarėlyje, kur nugirdo mano mamos ir kitos pagyvenusios moters pokalbį. Kalbėdama apie knygą, toji kita moteris pasakė: „Jūs tikrai turite labai didžiutis savo sūnumi Scottu.“ O mano mama į tai atsakė su senoliams kartais būdinga kandžia maniera: „Didžiutis? Ne, nelabai. Tai neturėjo nieko bendra su manimi. Tai jo intelektas, suprantate. Jam dovanotas talentas.“

Aš manau, jog mano mama klydo sakydama, kad ji neturėjo nieko bendra, bet, man regis, ji buvo teisi ta prasme, kad mano autorystė *Nepramintuoju taku* buvo pasekmė gautos įvairiapusės dovanos.

Ir dalis tos dovanos siekia senus laikus. Lili, mano žmona, ir aš buvome susidraugavę su vienu vaikinu, Tomu, kuris augdamas vasarodavo toje pačioje vasarvietėje kaip ir aš. Tuomet vasaromis aš žaisdavau su jo vyresniaisiais broliais, ir jo motina pažinojo mane dar vaiką. Vieną vakarą, keletas metų prieš pasirodant *Nepramintuoju taku*, Tomas buvo pažadėjęs ateiti pas mus vakarienės. Tada jis gyveno pas savo mamą ir dieną prieš tai pasakė jai: „Mama, aš rytoj vakarieniausiu su Scottu Pecku. Ar tu jį prisimeni?“

„O, taip, – atsakė ji, – tai anas mažas berniukas, kuris visada kalbėdavo apie tokius dalykus, apie kuriuos žmonės neturėtų kalbėti.“

Taigi jūs matote, kad to talento užuomazga siekia senus laikus. Be to, jūs galite suprasti, jog aš buvau šiek tiek „svetimas“ mano jaunystėje būdingai tradicinei kultūrai.

* * *

Kadangi buvau nežinomas autorius, *Nepramintuoju taku* buvo išleista be fanfarų. Jos stulbinanti komercinė sėkmė – labai laipsniškai susiklostęs fenomenas. Nacionaliniuose bestsellerių sąrašuose ji pasirodė tik po penkerių metų nuo išleidimo 1978-aisiais, – faktas, dėl kurio esu be galo dėkingas. Jei pasisekimas būtų užklupęs pirmomis dienomis, aš labai abejoju, ar būčiau buvęs pakankamai brandus susidoroti su staigia šlove. Bet kuriuo atveju, tai buvo „miegančioji“, knygų versle garsi-

nama „iš lūpų į lūpas“ knyga. Žinia apie ją iš pradžių sklido žodžiais lėtai, iš lūpų į lūpas įvairiais keliais. Pirmieji buvo „Anoniminiai alkoholikai“. Iš tikrųjų pats pirmasis gerbėjo laiškas, kurį gavau, prasidėjo taip: „Mielas dr. Peckai, jūs turbūt esate alkoholikas!“ Jį siuntusiam žmogui atrodė sunku įsivaizduoti, kad aš galėjau parašyti tokią knygą nebūdamas ilgalaikiu „AA“ nariu ir nesąlygojamas alkoholizmo. Jei *Nepramintuoju taku* būtų buvusi išleista dvidešimt metų anksčiau, abejoju, ar būtų sulaukusi bent mažiausio pasisėkimo. „Anoniminiai alkoholikai“ realiai nepradėjo reikštis iki dvidešimtojo amžiaus penktojo dešimtmečio vidurio (ne dėl to, kad daugelis knygų skaitytojų būtų buvę alkoholikai). Tačiau dar svarbiau, kad taip buvo ir su psichoterapijos praktika. Ir todėl iki 1978-ųjų, kai *Nepramintuoju taku* buvo išleista, Jungtinėse Valstijose jau buvo gana daug psichologiškai ir dvasiškai išlavėjusių moterų ir vyrų, kurie buvo pradėję gilius apmąstymus „visų tų dalykų, apie kuriuos žmonės neturėtų kalbėti“ ir beveik laukė, tikrąja to žodžio prasme, kad juos kas nors pasakytų garsiai.

Taigi įvyko taip, kad *Nepramintuoju taku* populiarumas didėjo tarsi besiridenanti sniego gniūžtė, ir taip tebėra, nes jos populiarumas tęsiasi. Netgi artėjant mano karjeros pabaigai aš, važinėdamas su paskaitomis, sakydavau savo klausytojams: „Jūs nesate vidutinių Amerikos gyventojų atstovai. Tačiau yra nuostabių dalykų, kurie jus vienija. Vienas jų – dėmesio vertas skaičius tų, kurie kada nors gyvenime esate patyrę, – arba vis dar susiję – su rimta psichoterapija arba Dvylikos žingsnių programa, arba su tradicinę akademinę parengimą turinčiais terapeutais. Aš nemanau, kad jums atrodytų, jog pažeidžiu konfidencialumo ribas prašydamas visų čia esančiųjų, kurie dalyvavote arba dalyvaujate tokioje terapijoje, pakelti rankas.“

Po to devyniasdešimt penki procentai auditorijos pakeldavo rankas. „Dabar apsižvalgykite“, – sakydavau jiems.

„Tai reiškia keletą svarbių dalykų, – tęsdavau aš. – Vienas jų, kad jūs esate grupė žmonių, kurie pamėgino peržengti tradicinę kultūrą.“ Sakydamas „peržengti tradicinę kultūrą“, greta kitų dalykų, turėdavau minty, kad jie buvo žmonės, jau seniai pradėję galvoti „apie tokius dalykus, apie kuriuos žmonės neturėtų kalbėti.“ Ir jie pritardavo man, kai išdėstydavau, ką turiu mintyje sakydamas „peržengti tradicinę kultūrą“ bei ypatingą šio fenomeno reikšmę.

Keletas pavadinu mane „pranašu“. Aš galiu sutikti su tokiu, atrodytų, didingu titulu tik todėl, kad daugelis jų paaiškino, jog, jų nuomone, pranašas nėra kažkas, kas gali numatyti ateitį, bet tiesiog tas, kuris moka skaityti laiko ženklus. *Nepramintuotu ju taku* pelnė šlovę visų pirma todėl, kad tai buvo to laiko knyga, ir skaitytojai lėmė jai sėkmę.

Taigi jūs matote, kad to talento užuomazga siekia senus laikus. Be to, jūs galite suprasti, jog aš buvau šiek tiek „svetimas“ mano jaunystėje būdingai tradicinei kultūrai.

* * *

Prieš dvidešimt penkerius metus, pirmą kartą pasirodžius *Nepramintuotu ju taku*, mano naivi svajonė buvo, kad knyga būtų apžvelgta visuose šalies laikraščiuose. Iš tiesų atsitiko taip, kad grynai iš malonės ji gavo vienintelę apžvalgą... bet kokią apžvalgą! Už knygos sėkmę didžia dalimi aš turiu būti dėkingas Phyllie Theroux. Phyllie, pati būdama nuostabi rašytoja, tuo metu dirbo ir knygų apžvalgininke ir visiškai „netyčia“ atrado vieną išankstinį leidinio egzempliorių didelėje knygų krūvoje

Washington Post knygų redaktoriaus ofise. Peržvelgusi turinį, pasiėmė ją su savimi namo; grąžindama po dviejų dienų ji „pareikalavo“, kad būtų leista parašyti apžvalgą. Redaktorius ne itin noriai sutiko, o po to Phyllie ėmėsi, jos pačios žodžiais tariant, „tikslingai kurti tokią apžvalgą, kuri padarytų knygą bestseleriu.“ Ir tą ji įvykdė. Praėjus savaitei po jos apžvalgos *Nepramintuoju taku* buvo Washington'o DC bestselerių sąrašė, dar prieš patekdama į kokius nors nacionalinius sąrašus. To kaip tik ir užteko, kad knygos sėkmė įgytų pradinį pagreitį.

Esu dėkingas Phyllie dar dėl vienos priežasties. Knygos populiarumui didėjant, norėdama būti tikra, kad nepakilsiu aukščiau žemės ir per daug neužriesiu nosies, ji pasakė man: „Tai ne jūsų knyga, juk jūs žinote.“

Akimirksniu supratau, ką ji turėjo minty. Nė vienas iš mūsų nemanėme, kad *Nepramintuoju taku* buvo pažodžiui perteiktas Dievo žodis ar kaip kitaip „perduota“ medžiaga. Būtent aš buvau tas, kuris ją parašė, ir knygoje yra daug vietų, kur man norėtusi parinkti geresnius žodžius ar sakinius. Ji nėra tobula, ir aš visiškai atsakau už jos trūkumus. Nepaisant visko, ir galbūt todėl, kad žmonėms jos reikėjo, nors ir su trūkumais, mano mintyse nėra nė mažiausios dvejonės, kad tuomet, kai aš rašiau tą knygą mažo, ankšto mano ofiso vienatvėje, man buvo suteikta pagalba. Aš tikrai negaliu apibūdinti tos pagalbos, tačiau jos suteikimas vargu ar buvo vienintelis. Iš tiesų tokia pagalba – tai svarbiausia šios knygos tema.

Šios knygos idėja kilo iš kasdienio darbo patirties klinikoje, dieną dieną stebint ligonių grumtynes: išvengti arba pasiekti vis aukštesnį brandos laipsnį. Todėl knygoje aprašyta nemažai tikrų atvejų. Kadangi konfidencialumas yra esminis psichiatrijos bruožas, visi vardai bei specifiniai aprašymai, siekiant išsaugoti ligonių anonimiškumą, yra pakeisti, neiškreipus tarpusavio santykių esmės.

Iš glaustai pateiktos atvejų analizės gali susidaryti klaidingas vaizdas. Psichoterapija retai būna trumpas procesas, bet, kadangi turėjau sutelkti dėmesį ir išryškinti pavienį atvejį, skaitytojui gali susidaryti įspūdis, kad tai yra dramatiškas ir aiškus procesas. Drama iš tiesų reali ir aiškumo taip pat galima pasiekti, tačiau turiu priminti, jog ilgus sąmyšio ir frustracijos periodus, būdingus daugeliui terapijų, aprašyme praleidau, kad būtų aiškiau skaityti. Taip pat noriu atsiprašyti, kad Dievą knygoje minėjau tradiciškai kaip vyrišką asmenį, tačiau tą dariau veikiau siekdamas paprastumo, o ne laikydamasis griežtojo Dievo, kaip vyriškosios lyties atstovo, sampratos.

Man, kaip psichiatruvi, manau, iš pradžių labai svarbu paminėti dvi pagrindines šios knygos prielaidas. Pirmoji: aš nedarau

skirtumo tarp žmogaus proto ir dvasios, vadinasi, ir tarp dvasinio bei protinio vystymosi proceso. Tai yra visiškai tas pats.

Antroji prielaida: dvasinis ir protinis tobulėjimas yra sudėtingas, daug energijos reikalaujantis procesas, kuris tęsiasi visą gyvenimą. Psichoterapija, jei norima teikti realią pagalbą protinio ir dvasinio vystymosi procese, negali būti nei skubota, nei paprasta. Aš nepriklausau nė vienai konkrečiai psichiatrijos ar psichoterapijos mokyklai, nesu vien Freudu, Jungu ar Adlerio pasekėjas, biheviostas ar geštaltistas. Aš netikiu, kad yra vienintelis ir paprastas atsakymas. Esu įsitikinęs, kad glaustos psichoterapijos formos gali būti efektyvios, ir to nereiktų neigti, tačiau taip teikiama pagalba neišvengiamai yra paviršutiniška.

Dvasinio tobulėjimo kelias ilgas. Aš norėčiau padėkoti savo klientams, kuriuos turėjau garbės ilgėliau lydėti šiame jų kelyje. Nes jų kelionė buvo kartu ir mano, ir daug iš to, kas čia pateikta, mes išmokome kartu. Aš taip pat norėčiau padėkoti daugeliui savo mokytojų ir kolegų. Svarbiausia – savo žmonai Lili. Ji buvo tokia dosni, kad vargu ar būtų įmanoma atskirti jos, kaip su-tuoktinės, globėjos, psichoterapeutės bei žmogaus, išmintį nuo mano paties.

PIRMA DALIS

Savidrausmė

Problemos ir skausmas

Gyvenimas yra sunkus.

Tai didi tiesa, viena didžiausių tiesų.* Tai iš tikrųjų didi tiesa, nes kai tik ją suvokiame, mes pakylame aukščiau jos. Kai mes iš tiesų suvokiame, kad gyvenimas yra sunkus – kai tik mes tą tikrai suprantame ir pripažįstame – gyvenimas pasidaro nebesunkus. Nes vieną kartą tą įsisąmoninus, faktas, kad gyvenimas yra sunkus, tampa nebereikšmingu.

Daugelis žmonių ne visiškai suvokia tiesą, kad gyvenimas yra sunkus. Todėl jie beveik be paliovos, réksmingai ar subtiliai skundžiasi dėl to, kad jų problemos, juos užgulusių rūpesčių našta ir sunkumai bei kliūtys tokios neišmatuojamai didelės, tarsi gyvenimas iš esmės būtų lengvas, tarsi gyvenimas turėtų būti lengvas. Réksmingai ar subtiliai jie skelbia savo įsitikinimą, kad jų sunkumai iš tikrųjų yra ypatinga nelaimės rūšis, kurios neturėtų būti ir kuri buvo skirta išimtinai jiems arba jų šeimoms, jų genčiai, jų klasei, jų tautai, jų rasei ar netgi jų rūšiai, o kitus aplenkė. Man suprantamos šios dejonės, nes savąją dalį esu atsiėmęs.

* Pirmoji iš „Keturių kilniųjų tiesų“, kurių mokė Buda, buvo: „Gyvenimas yra kančia“.

Gyvenimas – tai problemų virtinė. Ar mes norime dėl jų dejuoti, ar jas išspręsti? Ar mes norime išmokyti savo vaikus jas spręsti?

Drausmė yra tas pagrindinis įrankių rinkinys, kurio mums reikia gyvenimo problemoms spręsti. Be jos mes nieko negalime išspręsti. Turėdami mažai drausmės, mes galime įveikti ir mažai problemų. Laikydami griežtos savidrausmės, galime išspręsti visas problemas.

Gyvenimą daro sunkų tai, kad susidūrimo su problemomis ir jų sprendimo procesas yra skausmingas. Problemos, atsižvelgiant į jų prigimtį, mummyse sukelia frustraciją ar širdgėlą, liūdesį ar vienatvę, apgailestavimą ar kaltę, pyktį ar baimę, nerimą, sielvartą ar nevilį. Čia išvardintieji jausmai yra nemalonūs, dažnai – itin nemalonūs, neretai tokie pat skausmingi kaip ir bet kuris fizinis skausmas, kartais – prilygstantys pačiam aštriausiam fiziniam skausmui. Iš tikrųjų būtent dėl to skausmo, kurį mums sukelia įvykiai ar konfliktai, mes juos vadiname problemomis. O kadangi gyvenimas pateikia nesibaigiančią virtinę problemų, jis visuomet yra sunkus ir toks pat kupinas skausmo kaip ir džiaugsmo.

Vis dėlto kaip tik visame šiame problemų pripažinimo bei jų sprendimo procese ir glūdi gyvenimo esmė. Problemos yra ta skiriamoji riba, kuri atidalija sėkmę nuo nesėkmės. Problemos pažadina mūsų drąsą ir mūsų išmintį, iš tikrųjų jos kuria mūsų drąsą ir mūsų išmintį. Juk vien dėl problemų mes vystomės intelektualiai ir dvasiškai. Kai trokštame paakinti žmogaus dvasinį tobulėjimą, mes metame iššūkį ir paskatiname žmogaus gebėjimą spręsti problemas, lygiai kaip mokykloje mes specialiai duodame savo vaikams spręsti užduotis. Mes mokomės būtent per susidūrimo su problemomis ir jų sprendimo skausmą. Ben-

jaminas Franklinas sakė: „Tai, kas skaudina, ugdo“. Kaip tik dėl šios priežasties išmintingi žmonės išmoksta ne baimintis problemų, o realiai priimti ir problemas, ir jas lydintį skausmą.

Daugelis iš mūsų nesame tokie išmintingi. Bijodami sukeliamo skausmo, beveik visi vienaip ar kitaip bandome išvengti problemų. Delsiame tikėdamiesi, kad jos kaip nors pranyks savaime. Mes jas ignoruojame, pamirštame, apsimetame, kad jų visai nėra. Mes netgi geriame vaistų, kad padėtų jas ignoruoti, kad, pasidarę neįjautūs skausmui, galėtume pamiršti jį sukeliančias problemas. Mes bandome apsukti tas problemas lanku, užuot susitikę su jomis akis į akį. Stengiamės nuo jų pabėgti, o ne išspręsti.

Šis polinkis vengti problemų ir jose slypinčių emocinių kančių yra visų psichinių žmogaus susirgimų realiausias pagrindas. Nes ne vienas iš mūsų turime didesnę ar mažesnę polinkį į tai, ne vienas esame daugiau ar mažiau psichiškai negaluojančios, stokojančios psichinės tvirtybės. Kai kurie iš mūsų griebiamės gana kraštutinių priemonių, kad išvengtume savų problemų ir jų keliamo skausmo, nepaisome nieko, kas yra tikrai gera ar protinga ir, užuot pabandę rasti lengvesnę išeitį, pasiduodame pačioms keisčiausioms fantazijoms, visiškai prarasdami realybės jausmą. Kalbant taikliais ir glaustais Karlo G. Jungo žodžiais, „Neurozė visada yra teisėtos kančios pakaitalas.“*

Tačiau šis pakaitalas galiausiai tampa skaudesniu nei teisėtoji kančia, kuriai išvengti jis buvo skirtas. Neurozė pati tampa visų didžiausia problema. Būdami ištikimi savo įpročiams, daugelis tuomet bando išvengti šio skausmo ir šios problemos,

* *The Collected Works of C. G. Jung*, Bollingen Ser., No. 20, 2nd ed. (Princeton, N.Y.: Princeton Univ. Press, 1973), trans. R. F. C. Hull, Vol. II, *Psychology and Religion: West and East*, 75.

vėl kurdami naujus ir naujus neurozės klodus. Laimei, kai kurie vis dėlto turi drąsos susitikti akis į akį su savo neurozėmis ir pradėti – paprastai padedami psichoterapijos – mokytis, kaip išgyventi teisėtąją kančią. Bet kuriuo atveju, kai vengiame teisėtos kančios, kylančios iš problemų sprendimo, mes tuo pačiu vengiame ir tobulėjimo, reikalingo mūsų problemoms. Būtent dėl šios priežasties, sirgdami lėtine psichine liga, mes paliaujame tobulėti, įstringame vienoje vietoje. O negydoma žmogaus dvasia ima nykti.

Tad įskiepykime sau ir savo vaikams, kokiais būdais pasiekti psichinės ir dvasinės sveikatos. Tuo aš noriu pasakyti: išmokykime save ir savo vaikus suvokti, jog kančia yra neišvengiama ir kokią ji turi vertę, kai reikia žvelgti tiesiai į problemas ir išgyventi jas lydintį skausmą. Aš pabrėžčiau, kad pagrindinė priemonė, reikalinga mūsų gyvenimo problemoms spręsti, yra drausmė. Išaiškės, jog tie pagrindiniai įrankiai yra kentėjimo metodai, leidžiantys išgyventi problemų skausmą tokiu būdu, kuris padeda mums nuosekliai veikti ir sėkmingai jas spręsti, mokantis bei tobulėjant to vyksmo metu. Kai mes mokomės patys ir mokome savo vaikus drausmės, mes mokome juos ir pačius save kaip kentėti ir tuo pačiu – kaip tobulėti.

Kokie yra šie įrankiai, šie kentėjimo metodai, šios priemonės, padedančios konstruktyviai išgyventi problemų skausmą, kurias aš vadinu drausme? Jų yra keturi: pasitenkinimo nutolinimas, atsakomybės prisiėmimas, ištikimybė tiesai ir pusiausvyros laikymasis. Kaip paaiškės, tai nėra sudėtingi įrankiai, kuriais naudotis reikėtų ilgesnio pasirengimo. Atvirkščiai, tai yra paprasti įrankiai, ir beveik visi vaikai įgunda jais naudotis, kol sulaukia dešimties metų. Tačiau prezidentai ir karaliai, savo pačių pražūčiai, dažnai pamiršta jais naudotis. Problema – ne

šių įrankių sudėtingumas, bet pasiryžimas jais naudotis. Nes tai įrankiai, kurie į skausmą padeda pažvelgti iš arti, o ne aplenkti jį, ir tas, kuris stengiasi išvengti teisėtos kančios, vengs naudotis ir šiais įrankiais. Todėl, išanalizavę kiekvieną tų priemonių, kitoje dalyje mes nagrinėsime šį pasiryžimą, kuris yra meilė.

Itraukta į „The New York Times“ geriausių šimtmečio knygų sąrašą

Garsaus amerikiečių psichiatro Morgano Scotto Pecko knyga „Nepramintuoju taku“ buvo išleista dar 1978 m., tačiau jos turinys yra nepavaldus laikui. Jungtinėse Amerikos Valstijose ir Kanadoje knyga parduota daugiau kaip 7 milijonų egzempliorių tiražu, išversta į daugiau kaip 23 kalbų ir iki šiol yra „The New York Times“ bestselerių sąrašė.

Tai viena svarbiausių ir populiariausių saviugdos bei psichologijos knygų. Knygoje M. S. Peckas nagrinėja įvairias žmogaus gyvenimo sritis, apjungdamas psichologijos, filosofijos ir dvasinio tobulėjimo aspektus taip siekdamas padėti žmonėms suprasti save ir santykius su kitais.

Knyga suskirstyta į keturias pagrindines dalis:

- pirmoje aptariama disciplinos samprata (M. S. Peckas pabrėžia, kad disciplina yra būtina sąlyga norint pagerinti psichologinę sveikatą);
- antroje – meilė (autorius analizuoja meilės sąvokos reikšmę; psichiatras skiria meilę nuo įsimylėjimo, teigdamas, kad tikroji meilė yra ne emocija, o sąmoningas veiksmas, reikalaujantis pastangų ir atsidavimo);
- trečioje – dvasinis augimas (nagrinėjamas žmonių dvasinio tobulėjimo procesas, tikėjimas, ryšys su Dievu);
- ketvirtoje – malonės paslaptis (M. S. Peckas aptaria malonės sampratą; anot autoriaus, tai yra jėga, padedanti žmonėms įveikti sunkumus ir augti dvasiškai).

Knygoje „Nepramintuoju taku“ M. S. Peckas pripažįsta, kad gyvenimas yra sunkus, o kelionė link dvasinės ramybės – ilga. Visgi autorius skaitytojus atsargiai veda per sunkų ir dažnai skausmingą permainų procesą taip parodydamas, kad šie, nors ir gąsdinantys pokyčiai, gali kardinaliai pakeisti gyvenimą į gera.

