

Editori: Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu
Director Editorial: Magdalena Mărculescu
Design: Radu Manelici
Redactor: Elena-Anca Coman
Director Producție: Cristian Claudiu Coban
DTP: Ofelia Coșman
Corectură: Dușa Udrea
Elena Bițu

DESCRIEREA CIP a Bibliotecii Naționale a României
MARINOFF, LOU

Puterea lui Tao: a-ți găsi liniștea în vremuri tulburi /
Lou Marinoff; trad.: Florin Tudose. - București: Editura Trei, 2014
ISBN 978-606-719-164-6

I. Tudose, Florin (trad.)

616.89

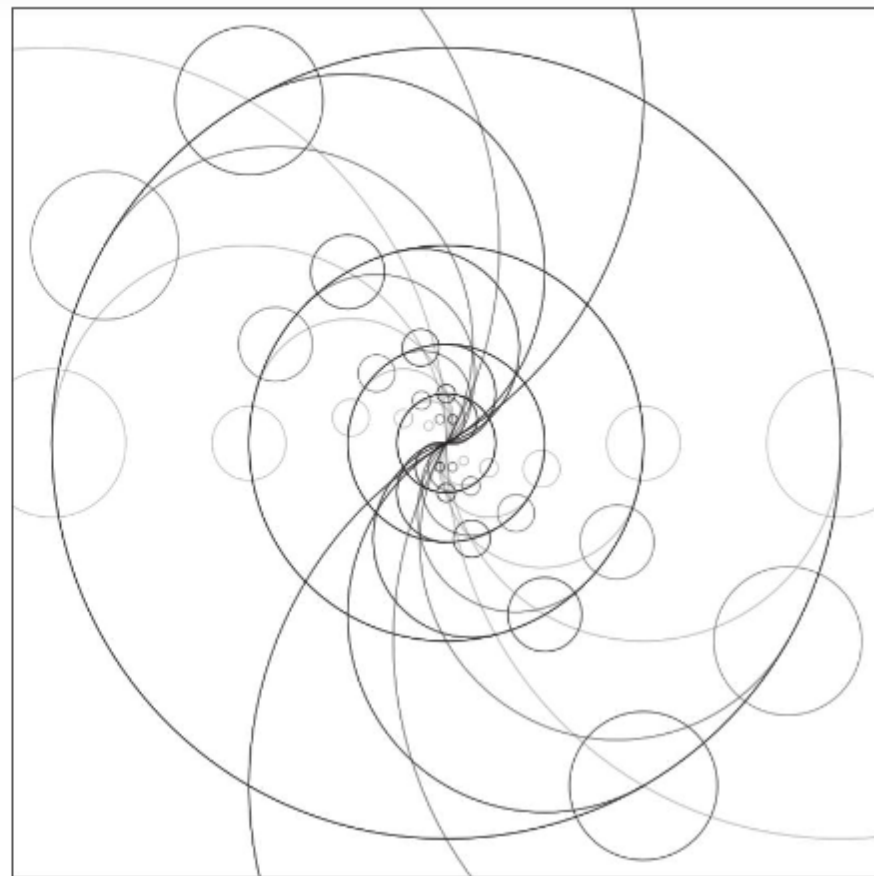
Titlul original: *The Power of Tao. Finding Serenity
in Changing Times*

Autor: Lou Marinoff, Ph.D.

Copyright © 2011 by Lou Marinoff

Copyright © Editura Trei, 2015
pentru prezenta ediție

O.P. 16, ghișeul 1, C.P. 490, București
T: +4 021 300 60 90; F: +4 0732 25 20 20
E: comenzi@edituratrei.ro
W: edituratrei.ro



CAPITOLUL 1 ÎNȚĂLNIREA CU TAO

*Tot ce e mare în lume a pornit cu un pas mic...
Călătoria de o mie de mile începe cu un singur pas.*

TAO TE CHING, VERSETUL 22¹

*Tao pare că suportă orice.
În practică, Tao nu poate fi nicicând epuizat.*

TAO TE CHING, VERSETUL 6

Căutătorul: Prin ce cale pot să obțin fericirea și
împlinirea propriei vieți? Există oare o asemenea cale?

Ghidul: Există multe asemenea căi. Dar, precum
spițele de la roată, toate căile converg spre unul și același
centru. Acolo se găsește ce cauți tu.

Căutătorul: Așadar, ce cale trebuie să urmez?

Ghidul: Cea pe care umbli acum este foarte bună.
Te-a adus până aici; te va duce și mai departe. Cu condiția ca
tu să nu te îndepărtezi prea tare de ea până când vei ajunge la
destinația mult dorită.

Căutătorul: Mi s-a întâmplat deja să mă abat în
câteva ocazii de la calea mea și nu doar o dată am fost pe
punctul de-a mă rătăci.

Ghidul: Este exact așa cum spui. Calea are
porțiuni în care devine *nicio-cale*. Tocmai de aceea și

¹ Traducerea versurilor din *Tao Te Ching* îmi aparține. Dar, cum în limba română există
deja o traducere excepțională realizată de marele sinolog Dinu Luca, am consultat-o
uneori pentru o mai bună înțelegere: Lao Zi, *Cartea despre Dao și Putere*, introducere,

întâlnești ghizi atât de frecvent în calea ta. Ei au rolul de a te ajuta să-ți înțelegi drumul.

Căutătorul: Vorbele astea mă ajută. Ce să fac de acum înainte?

Ghidul: Drumul pe care te afli se va despărți în trei direcții. În Vest este Calea lui Pitagora. În Nord este Calea lui Buddha. În Est se găsește calea lui Lao Zi.

Căutătorul: Ce-mi recomanzi?

Ghidul: Toate duc spre Centru: spre serenitate. Orice drum vei alege te va purta printr-un peisaj minunat, unde vei întâlni, desigur, și provocări, și segmente care te vor încânta. Calea lui Pitagora presupune aflarea serenității prin misticism rațional și manifestare creativă. Pe acest drum au mers Platon, Bach și Einstein. De cumva iubești filosofia, matematicile și muzica, atunci asta e Calea ta. Calea budistă este Calea-celor-opt-pași. Pe ea au pășit foarte mari înțelepți, precum Nagarjuna, Bodhidharma și Padmasambhava. Dacă iubești trăirea conștientă și dorești eliberarea tuturor ființelor conștiente din lanțurile suferinței, atunci îți recomand să-i urmezi lui Buddha. Calea lui Lao Zi este Tao: cu alte cuvinte, Calea tuturor căilor și nicio cale, cea care conduce la serenitate prin intermediul lui Tao în sine. Și pe această cale au umblat mulți înțelepți: Chaung Tzu, Zhang Ling și Ch'ang-ch'un. De iubești poezia, armonia, umorul și vitalitatea și ești atras de drumurile mai puțin umblate, atunci urmează Calea lui Lao Zi.

Căutătorul: Dar ce este mai exact Tao?

Ghidul: Nu poate fi definit.

Căutătorul: Asta înseamnă că este ceva imaginar?

Ghidul: Nu, deoarece se situează dincolo de imaginație.

Căutătorul: Ce se poate spune despre Tao?

Ghidul: Este precum o cheie a tuturor cheilor. Deschide multe uși.

Căutătorul: Ce fel de uși?

Ghidul: Toate ușile bune. Ușa spre fericire. Ușa spre înțelegere. Ușa spre succes. Ușa spre iubire. Ușa spre comuniune. Ușa spre împlinire. Ușa spre serenitate. Ușa spre a face din lumea asta una mai bună, nu una mai rea.

Căutătorul: La cine se află această cheie?

Ghidul: La oricare dintre noi. Dar cei mai mulți nu sunt conștienți că au așa ceva în posesie.

Căutătorul: Mă poți ajuta să fiu mai conștient?

Ghidul: Pot încerca. S-ar putea să fiu capabil să te ajut să vezi, să auzi sau să simți Calea, dar eu nu am cum să văd, să aud și să simt Calea în locul tău. Pentru a deveni mai conștient trebuie să-ți deschizi ochiul interior, urechea interioară și toate simțurile. Eu te pot ajuta să le deschizi, dar nu o pot face în locul tău. Te pot doar asista.

Căutătorul: Dar ești scriitor. Nu ai putea scrie o carte în care să explici ce presupun toate cele de mai sus?

Ghidul: E o țintă cam înaltă pentru o biată carte. Dar, cum am parte de liniște și de suficient timp pentru mine însumi în părțile astea de lume, aș putea încerca. În jurul anului 500 înaintea epocii noastre, Lao Zi a scris originalul cărții pe care îmi sugerezi tu să o compun acum. Cartea se numește *Tao Te Ching*, ceea ce înseamnă *Calea și Puterea ei*. Poate că tu îmi ceri o cărțuie care să te ajute să o utilizezi pe cea scrisă de Lao Zi.

Căutătorul: Îmi place ideea asta. Până acum, tot ce am aflat despre Cale mă fascinează. Dar am o întrebare: puterea nu ne corupe?

Ghidul: Orice putere corupe, mai puțin puterea lui Tao. Această putere nu poate fi folosită în scopuri malefice. Cum atrage forța gravitațională orice lucru către centrul masei lui fizice, așa și Tao îi atrage pe toți oamenii spre centrul ființei lor, acolo unde se găsește adevărul nostru Sine. Acolo unde se găsește serenitatea.

Căutătorul: Cum rămâne cu cei care-s deja foarte corupți? Au ei acces la puterea lui Tao?

Ghidul: Doar în direcția bună. Tao te părăsește imediat după ce ai încercat o dată să-l folosești într-un scop negativ.

Căutătorul: Te rog, iartă-mi scepticismul, dar toate astea sună un pic prea bine pentru a fi adevărate.

Ghidul: Poate că așa este. Dar dacă, de fapt, toate acestea sună prea frumos pentru a fi false?

Căutătorul: Foarte amuzant. Dar deja mi-ai spus că taoiștii iubesc umorul.

Ghidul: Așa este. Și, de fapt, toată lumea iubeste umorul. Dar unii oameni au nevoie tocmai de puterea lui Tao pentru a trece pragul umorului.

Căutătorul: Aș putea să încep cu ușa spre fericire?

Ghidul: Începi cu ce vrei tu.

Căutătorul: În regulă, dar mai am o ultimă întrebare. De ce ar trebui eu să te cred pe tine?

Ghidul: Nici nu ar trebui. Te felicit pentru exprimarea acestui gând sceptic! Și, pentru că ești atât de dotat cu întrebări, ascultă povestioara asta: cândva, demult,

eu am stat exact în locul în care stai tu acum. Pe atunci eram un tânăr încăpățânat și cam nerod, nici pe departe atât de iscoditor și de isteț cum ești tu. Dar, chiar și așa, un lanț de ghizi pe care i-am întâlnit, începând cu trei femei minunate, m-au ajutat să pășesc pe Cale. Acum a venit rândul meu. Stau în acest punct al voiajului universal și-i ajut pe alții să-și continue călătoria. Tu ești pregătit să-ți începi călătoria? De cumva simți că încă nu ești pregătit, caută să te odihnești ori meditează și revino când te simți pregătit. Aici vei găsi oricând pe cineva de veghe.

Căutătorul: Mă simt pregătit chiar acum. Aș vrea să pornesc pe Calea lui Lao Zi.

Ghidul: Foarte bine, să ne pornim, așadar. După cum a spus Lao Zi însuși, chiar și cele mai lungi călătorii încep cu un singur pas. Un pas poate părea prea mic și insignifiant, dar mulți pași mici laolaltă înseamnă, de fapt, parcurgerea unei distanțe mari. Asta este prima lecție a taoismului: dacă vrei să obții fericirea autentică, fii atent la cele mai mărunte delicii. Și poemele lui Lao Zi tot așa sunt. Poemele acestea amintesc de celebrele *tapas* ale spaniolilor sau *dim sum* ale chinezilor¹, mâncăruri alcătuite din multe elemente foarte mici, dar extrem de gustoase. Îți spun adevărul: ideile lui Lao Zi sunt *tapas* pentru suflet.

EPOCA AXIALĂ

Acum mult timp, mai precis în secolul al VI-lea înaintea erei noastre, pe când aburii Antichității încă învăluiau mare parte din istoria umanității, au apărut pe

¹ *Dim sum* în China și *tapas* în Spania fac referire la același lucru (fară a fi identice). Este vorba despre preparate culinare asortate în porții mici, de cele mai multe ori de dimensiunile unei singure înghiturii. Se servesc cu ceai în China, iar în Spania se

lume trei foarte mari înțelepți în leagănul a trei dintre civilizațiile vechi ale Pământului. Din lumea elenă a răsărit Pitagora; din India a răsărit Siddhartha Gautama; din China, Lao Zi. Fiecare dintre ei a adus daruri de preț pentru întreaga omenire: comori neprețuite, comori ce aveau să transforme viețile multor oameni încă nenăscuți și să susțină marile civilizații încă necristalizate. Mentea lui Pitagora a sintetizat misticismul rațional. Din mintea lui Siddhartha Gautama, prințul care a devenit întâiul Buddha, a încolțit budismul. Prin mintea lui Lao Zi a intrat în lume *Tao Te Ching*. Acești trei înțelepți au fost contemporani, dar ei nu s-au întâlnit niciodată. Poate cel mult în visele lor. Împreună, ei au reușit să imprime omenirii cel mai mare salt calitativ din întreaga ei istorie, o evoluție care nu a avut de-a face nici cu codul ADN, nici cu tehnologia, nici cu politica. Această triadă a înțelepților a asigurat omenirii o evoluție în cel mai prețios aspect al ei: în conștiință. Conștiința este bunul nostru cel mai important, cu toate că, în mod ironic, este și cel pe care-l considerăm ca de la sine garantat și pe care adesea nu reușim să-l dezvoltăm la adevăratul său potențial.

Karl Jaspers, filosoful german preocupat de psihiatrie și teologie, numește epoca acestor înțelepți Epoca Axială¹. E inspirat Jaspers când numește astfel acea epocă? Credem că da, deoarece atunci a fost montată o axă uriașă a gândirii, una în jurul căreia au gravitat mai apoi toate speranțele omenirii. Tot ce trebuie să știm despre fericire și împlinire, pace și prosperitate, iubire și familie, creativitate și artă, guvernare și proces al civilizației poate fi învățat prin studiul Epocii Axiale.

¹ Mai precis, Jaspers face referire la perioada cuprinsă între anul 800 și anul 200 înaintea erei noastre.

FUNDAMENTELE LUI TAO

Imaginați-vă o civilizație nepieritoare, o familie fericită, o viață împlinită. Ce au toate acestea în comun? Sunt construite pe o fundație solidă. Înainte de a purcede la examinarea modalităților prin care Tao ne poate ajuta să obținem serenitate în viețile noastre, este important să înțelegem trei idei de bază ale filosofiei taoiste: complementaritatea, armonia și schimbarea.

Complementaritatea: totul în taoism se sprijină pe această idee. Simbolul yin-yang exprimă această idee foarte exact. Două jumătăți ce conțin elemente complementare (regiuni simetrice de alb și negru) se unesc în interiorul unui cerc pentru a forma întregul echilibrat. Așadar, complementaritatea presupune unitate și completitudine (și nu fragmentare și polaritate). Din apropierea până la unitate a lui yin și yang înțelegem că nimic nu poate exista izolat pe lume și nici chiar în opoziție față de orice altceva. Separarea este o iluzie; tot ce există face parte dintr-un întreg.

Mai mult, yin și yang conțin fiecare părți din celălalt. Regiunea neagră conține un punct alb și regiunea albă conține un punct negru. Vedem cum dualitățile, precum bărbatul și femeia, ziua și noaptea, ordinea și haosul sunt complemente aflate în relație, și nu poli opuși. Tao este sursa tuturor complementelor, dar Tao însuși nu are complement sau, dacă preferați altă exprimare, își este sieși complement. Tao cuprinde tot ce există, inclusiv bucuria și tristețea, existența și nonexistența, viața și moartea. Tao este etern și omniprezent, dar nu poate fi definit.

Când le spun studenților asta, ei îmi răspund că Tao seamănă cu Dumnezeu. Poate. Dar Tao nu este o entitate divină care veghează asupra vieților noastre, Tao este mai curând o cale ce poate fi urmată.

În calitatea noastră de ființe întrupate, suntem cu toții obligați, dacă nu chiar condamnați la acțiune. Iar acțiunile ne sunt întunecate de motivații ulterioare și confuzii interioare ce ne prind în capcana propriei rețele karmice. La exterior, acțiunile noastre de zi cu zi sunt reglate de legiuni de legislatori și birocrați și influențate de părinți, profesori și alte figuri importante nouă. Calea acțiunii este asemenea unei cărări ce se pierde în ceață. E greu să vezi pe unde mergi și foarte ușor să te rătăcești. Calea nonacțiunii e paralelă primei căi și doar de aici ne putem observa drumul cu claritate și putem păși pe el cu determinare. Metafora apei ce curge apare frecvent în *Tao Te Ching* deoarece ilustrează felul în care Tao ne netezește calea.

Un exemplu practic de funcționare a lui Tao putem identifica în Olanda contemporană. Olandezii au descoperit soluția de a reduce ambuteiajele și accidente din pricina traficului sufocant din orașele lor. Cum toți cei implicați în trafic — autobuze, automobile mici, biciclete, pietoni — se străduiau din răspuț să păstreze drumul corect, olandezii s-au gândit că soluția pentru ei este să înființeze așa-zisele „spații comune”, prin desființarea semnelor de circulație, a trecerilor de pietoni și a intersecțiilor controlate. În mod cu totul paradoxal, a funcționat! Eliminarea traseelor de acțiune predefinite a făcut posibil ca oamenii să se miște prin oraș în

conformitate cu fluxul natural și cu Tao. Fluxul este neregulat, dar tocmai asta îl face funcțional!

Armonia: taoiștii sunt fericiți. De ce? Parțial pentru că trăiesc vieți echilibrate și armonizate. Armonia vine din noi. Thomas Jefferson, filosof, funcționar public și părinte al Statelor Unite ale Americii, a fost foarte atașat de Tao în ceea ce privește câteva puncte esențiale, după cum vom afla. În pofida apropierei de taoism, Jefferson a greșit totuși când a trecut în geniala sa *Declarație de Independență*¹ expresia „căutare a fericirii”. Fericirea nu este o pradă ce trebuie găsită și vânată, ci un simț al serenității care emană din lumea noastră interioară. Acest simț este activat și susținut prin puterea lui Tao.

În general, armonia se realizează prin echilibrarea diversității lumii, și nu prin uniformizare. Armonia muzicală presupune echilibrarea mai multor voci. Armonia politică presupune armonizarea diverselor facțiuni politice. Armonia socială presupune echilibrarea punctelor de vedere diferite. Armonia familială presupune echilibrarea rolurilor. Armonia personală presupune echilibrarea priorităților. Apoi trebuie ținut cont de faptul că unui moment de echilibru îi poate urma unul de instabilitate. Se întâmplă asta deoarece totul se află într-o continuă transformare, de aici importanța armonizării schimbărilor cu propriile intenții, și nu în contra lor.

Schimbarea: totul se schimbă, se transformă. Paradoxal, schimbarea este singura constantă. Lumea și viața noastră (precum și întreg Universul) se manifestă într-un flux neîncetat. Stările, sentimentele, gândurile și credințele noastre sunt supuse schimbării. Se schimbă relațiile,

¹ Act pecetluit la data de 4 iulie 1776, prin care cele treisprezece colonii americane ale Imperiului Britanic de la acea dată și-au declarat independența.

carierile, regulile, chiar și omul. Lumea oamenilor și restul lumii vii funcționează în cicluri ale nașterii, vieții și morții, iar motorul acestor cicluri este schimbarea. Aceasta generează anotimpurile, clima și întreaga evoluție a planetei pe care trăim.

Vechii taoiști chinezi au fost primii care au înțeles că schimbarea este regula, și nu accidentul acestei lumi. Atunci când individul acționează ținând cont de Tao, forțe însemnate se alătură omului întru îndeplinirea cât mai eficientă a schimbărilor vieții. De ce ne-am mulțumi cu mai puțin de atât? Când o situație negativă se prelungește până în punctul în care pare fără ieșire, Tao își demonstrează adevărata valoare, reușind de fiecare dată să ne lumineze calea care ne scoate din încurcătură. Tao este o resursă liberă și inepuizabilă. Pentru a o activa nu trebuie decât să vă continuați lectura. Fiecare cuvânt e un pas mic înainte și, cu fiecare pas înainte, te apropii de Cale.

CARTEA SCHIMBĂRILOR

„ADN-ul cultural“ al civilizației chineze s-a format pe baza a trei capodopere ale Epocii Esențiale: *Cartea Schimbărilor* (sau *I Ching*), al cărei autor a rămas anonim; apoi *Tao Te Ching*, cartea scrisă de Lao Zi și *Analectele confuciene*, antologie alcătuită de către discipolii lui Confucius. În ordinea asta au apărut și chiar în ordinea asta s-a întâmplat să le întâlnesc și eu. Dar nu este esențial să fie citite în ordinea asta. Se poate începe cu oricare dintre ele. Important e să vă amintiți că *I Ching* a exercitat

o influență capitală atât asupra lui Lao Zi, cât și asupra lui Confucius.

Odată, de mult, un tânăr băiat de șaptesprezece ani a primit un dar cu totul special de la prietena lui în vârstă de șaisprezece ani. Ea era o zeiță blondă, cu ochi verzi, fascinantă și misterioasă, poetică și iubitoare. El era un neobrăzat, un neastâmpărat bun la inimă, un rebel până în adâncul sufletului, întotdeauna în căutare de competiții. Nu avea nici cea mai mică idee despre ce ar trebui să facă cu viața lui. Ea părea să înțeleagă care este scopul ei pe lume, dar el nu se arăta încă pregătit pentru a afla asta. Așa că ea l-a condus cu răbdare și delicatețe prin etapa din drumul său în care se afla, chiar dacă ochiul lui interior era practic închis. Dar și frumusețea ei era orbitoare. Ea uneori se întreba dacă nu cumva îi provoacă întârzieri și abateri de la Calea lui, și asta chiar în momentele în care îl conducea cu grijă.

Băiatul nu era doar orb la toate acestea, dar și surd. Fata încercase să-l inițieze în Calea lui Pitagora, folosind pentru asta muzica lui J.S. Bach. Dar, cu toate că i-a cântat cât a știut ea de frumos din Bach, urechea lui interioară nu era încă pregătită să asculte sunetele divine. Ca un ghid iubitor, ea s-a adaptat ritmului băiatului, realizând că drumul lui este unul lung și anevoios.

Într-o sâmbătă ploioasă de toamnă, în timp ce traversau cu mașina centrul orașului Montréal, ea i-a cerut brusc să oprească și să tragă pe dreapta. Trebuia să ia ceva dintr-o librărie, i-a spus. El a așteptat-o în mașină, bătând cu degetele pe volan ritmul ploii. Fata a revenit după puțin timp, ținând prin bălțile lăsate de ploaie. A urcat în mașină și i-a înmănat un volum greu învelit în hârtie de împachetat. „E pentru tine“, i-a spus fata cu o urmă de ghidușie în glas, „este un cadou“. Cadoul

era *I Ching*, „Cartea Schimbărilor“. *La fel ca în episodul cu muzica de Bach, nici acum băiatul nu și-a dat seama de importanța momentului.*

I Ching ne explică ce este schimbarea. Așa cum legile științei (cum sunt cele din chimie, fizică, biologie) guvernează evenimentele lumii naturale, tot așa legile metafizicii guvernează evenimentele lumii sociale, economice și politice, adică domeniile Omului. Dacă îți propui să ajungi cu o navă spațială pe Lună, cum au făcut trei astronauți americani în anul 1969, cu siguranță nu vei reuși din întâmplare să ajungi acolo și să te întorci cu bine acasă. Pentru o astfel de călătorie este obligatoriu să ai ceva cunoștințe în prealabil și să acționezi în conformitate cu legile naturii. La fel, nu vei reuși să duci o viață fericită doar în mod întâmplător. Și despre asta va trebui să cunoști câte ceva; și în această privință va trebui să respecti anumite legi, anume pe cele ale educației. Natura și educația sunt, de asemenea, complemente taoiste.

Există o foarte mare diferență între legile naturii fizice și legile blândității umane și această diferență se numește opțiune. O piatră aruncată în aer nu are altă opțiune decât aceea de a cădea înapoi pe pământ. Apa nu are libertatea de a alege să înghețe atunci când fierbe. Procesul de fotosinteză al plantelor nu se poate produce la lumina stelelor în loc de lumina soarelui. Lei și tigri nu au posibilitatea de a deveni vegetarieni prin propria voință. Toată lumea vie se supune unui spectru larg de legi: acestea sunt legile naturii. Noi, oamenii, suntem la rândul nostru supuși acestor legi, dar noi beneficiem de un dar (care uneori e un adevărat blestem), o abilitate cu totul specială: puterea

de a lua decizii. La ce oră să mă trezesc mâine-dimineață? Cu ce să mă îmbrac? Ce să mănânc la micul dejun? Ce să citesc în autobuzul care mă duce la serviciu? Ce meserie să-mi aleg? Cu cine să leg prietenie? Ce să fac azi după ce plec de la serviciu? Unde să mă întâlnesc cu prietenul X? Să mă căsătoresc? Avem zilnic de luat foarte multe decizii, în ceea ce privește toate aspectele existenței noastre, de la detalii aproape lipsite de importanță până la momente esențiale. În sistemele politice democratice, alegem oameni care să ia decizii în numele nostru. O fi bine sau o fi rău, lumea oamenilor e una a deciziilor.

Opțiunea, decizia înseamnă, totodată, o mare putere și o mare responsabilitate. Cum așa? Orice decizie are consecințele sale. O decizie servește un scop. Scopul generează în mod direct un efect. Bun sau rău. Asta este învățătura centrală a cărții *I Ching*. Orice decizie aduce, mai devreme sau mai târziu, o consecință. Ea poate să te ajute sau să te încurce. Stă în puterea noastră să luăm decizia înțeleaptă sau pe cea greșită. Atunci când iei o decizie înțeleaptă, acționezi în conformitate cu Tao și rezultatul nu poate fi decât pozitiv. Iar asta te va face fericit. O decizie greșită înseamnă împotrivire față de Tao, iar rezultatul nu poate fi decât negativ. Asta te va face nefericit. Acestea sunt legile educației umane. La fel ca legile naturii, ele sunt profund implicate în povestea vieții și nu pot fi contrazise.

Nimeni nu este cu totul bun sau cu totul rău. Orice sfânt experimentează tentații cărora vrea să le reziste. Orice păcătos are în sufletul său o lumină mică, oricât de obișnuit ar fi omul să umble prin întuneric. Bine cunoscutul simbol circular al taoismului exprimă chiar această idee

vitală: întotdeauna va exista un punct negru în porțiunea albă și un punct alb în porțiunea neagră. Binele și răul, precum înțelepciunea și stupizenia coexistă în fiecare dintre noi. Dar, cu toate că avem puterea de a lua deciziile bune, viața poate fi suficient de complicată uneori, astfel încât noi nu reușim să înțelegem care e decizia înțeleaptă și care e decizia prostească. Ceea ce pare bun în clipa asta poate să fie un dezastru în următoarea și invers. Asta e momentul în care intervine *I Ching*: înțelepciunea textului este asemenea unei lămpi care ne luminează Calea. Dacă o urmărim, ajungem nu doar la fericire, ci și dincolo de fericire, la serenitatea absolută.

I Ching își expune sfaturile pornind de la aceste principii. Nu există perfecțiune pe lumea asta. Nimic nu poate fi perfect: niciun om, nicio relație, nicio familie, nicio comunitate și niciun guvern. Pot fi mai bune sau mai rele, dar nu perfecte. Atletul, muzicianul sau actorul cunosc foarte bine adevărul acesta. Atunci când acționezi în conformitate cu Tao, atragi efecte pozitive asupra ta și a celor din jurul tău. Dar întotdeauna chiar și cei mai mari sportivi sau interpreți își vor vedea propriile greșeli în rezultatul acțiunilor lor. Glenn Gould, un pianist-legendă din secolul XX, mare interpret de Bach, nu putea suporta să asculte discurile cu înregistrările proprii. Și totuși, acele înregistrări făceau deliciul a milioane și milioane de oameni din întreaga lume. Glenn auzea muzica aceea cu urechea interioară, a minții; o auzea perfect, probabil la fel cum o auzea Bach însuși. Ca interpret, în ciuda imensului său talent, Gould nu reușea totuși să ajungă la perfecțiunea pe care o cunoștea la nivel conceptual. Tao nu-l face pe muzician să cânte perfect. Dar îl poate ajuta să cânte mai bine, nu mai prost. Și, de asemenea,

îl face pe pianist fericit că a reușit să cânte mai bine, în opoziție cu nefericirea de a cânta mai slab. Asta li se aplică tuturor. Absolut oricine poate folosi astfel puterea lui Tao.

Cei care au citit cărțile mele anterioare știu că am folosit cu succes *I Ching* cu mulți pacienți de-a lungul anilor, cum l-am folosit și asupra mea și a altor prieteni de-ai mei vreme de zeci de ani. După ce ajungi să apreciezi textul la adevărata sa valoare, cartea aceasta nu-ți va oferi niciodată un sfat negativ. Și asta pentru că nu-ți oferă, cu adevărat, niciun sfat! Textul îți deschide calea spre vocea ta interioară, vorbindu-ți așa cum ți-ai vorbi și singur dacă ai fi un înțelept. Ceea ce și ești după ce Înțeleptul Interior se trezește.

Fiecare dintre noi conține un sine bun (în sensul de cea mai bună variantă a ta) și un sine prost (în sensul de cea mai jalnică variantă a ta), dimpreună cu toate combinațiile posibile între acestea. Mulți oameni oscilează puternic de-a lungul vieții (fapt observabil și la nivelul unei singure zile) între deciziile înțelepte și cele prostești. Și cum consecințele deciziilor noastre revin inevitabil asupra noastră — efectele gândurilor, cuvintelor și intențiilor noastre sunt adevărate bumeranguri! — oamenii oscilează între momente de fericire și momente de nefericire. Tao ne sfătuiește și ne învață să păstrăm controlul asupra propriei vieți prin exercitarea sinelui mai bun și asta pentru cât mai multe ore din zi. Pornind din Tao, sfaturile pe care ni le dă *I Ching* vor fi întotdeauna irezistibil de atractive pentru sinele nostru mai bun și vor transfera putere Înțeleptului Interior. Dacă-i permitem Înțeleptului Interior să ia deciziile (și nu Nătarăului Interior), consecințele vor fi fericirea durabilă și serenitatea imperturbabilă.