

Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

# MIC TRATAT DE ÎNȚELEPCIUNE

Învățăturile esențiale  
ale lui Don Miguel Ruiz



Don Miguel Ruiz Jr.

*Traducere:*

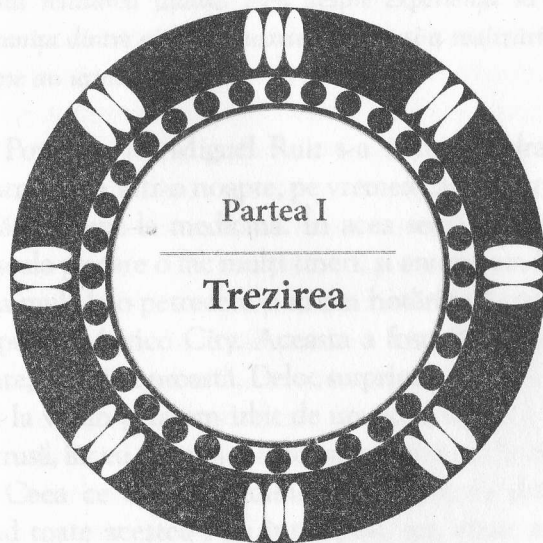
Georgiana FILIP

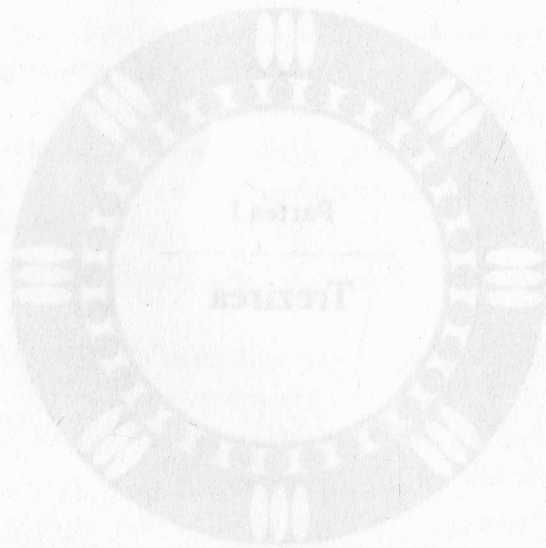


EDITURA MIX  
CRISTIAN 2018

## CUPRINS

Introducere .....	ix
EXPLICAȚIA TERMENILOR-CHEIE .....	xvii
PARTEA I: TREZIREA .....	1
PARTEA A II-A: PASAJE DE ÎNȚELEPCIUNE .....	11
PARTEA A III-A: POVESTIRI DE ÎNȚELEPCIUNE .....	219
UCENICIA MEA ÎN ÎNVĂȚĂTURILE TOLTECE .....	221
OGLINDA .....	229
DE CE PLĂTEȘTI PENTRU MINE? .....	235
NU-ȚI FIE FRICĂ DE MOARTE .....	241
TEOTIHUACAN .....	245
Despre autori .....	251
Alte cărți de don Miguel Ruiz .....	253





*Iată relatarea tatălui meu despre experiența sa la granița dintre viață și moarte precum și a realizărilor care au urmat:*

Povestea lui Miguel Ruiz s-a schimbat drastic pentru mine într-o noapte, pe vremea când eram un tânăr student la medicină. În acea seară am făcut greșeala pe care o fac mulți tineri, și anume am băut prea mult la o petrecere și m-am hotărât să conduc înapoi la Mexico City. Aceasta a fost, fără doar și poate, o decizie proastă. Deloc surprinzător, am adormit la volan și m-am izbit de un zid. Mașina a fost distrusă, iar eu am rămas inconștient, dar nevătămat.

Ceea ce este incredibil este faptul că atunci când toate acestea s-au întâmplat, am văzut accidentul ca și cum s-ar fi desfășurat cu încetinitorul. Mi-am văzut corpul inconștient la volan, și am știut că și creierul era inconștient. Am văzut că mașina era complet distrusă, însă corpul îmi era nevătămat. În acea clipă, am știut: *Eu nu sunt corpul meu fizic.* Înainte de aceasta, auzisem de atâtea ori de la



mama și de la bunicul faptul că eu nu sunt corpul fizic, și bineînțeles că îi credeam, însă de atunci încolo nu a mai fost doar o teorie – pentru mine a devenit un fapt. Acea experiență mi-a schimbat complet cursul vieții, căci a luat naștere dorința de a cunoaște mai mult.

După ce am fost la un pas de moarte, mi s-a schimbat complet personalitatea. Modul în care percepeam viața era acum cu totul diferit: înainte de accident, credeam că totul era extrem de important, însă după accident puteam vedea că tot ceea ce considerasem înainte atât de important – școala, serviciul, etc. – era complet irelevant. O singură întrebare mă consuma acum: *ce sunt eu?* După accident, era evident că nu sunt acest corp fizic. De asemenea, era evident și că nu sunt nici identitatea mea – Miguel, jucătorul de fotbal, doctorul, soțul, sau orice altceva. Brus, din moment ce nu eram ceea ce crezusem că sunt anterior accidentului, nu mai știam ce sunt. Acest fapt mi-a tulburat cunoașterea mentală. Știu că mulți alți oameni au trecut printr-o experiență asemănătoare, însă cumva au negat-o și au ales să o lase să treacă, adaptându-se din nou la viață. Au lăsat vechea cunoaștere să

preia controlul. Însă eu am mers în direcția complet opusă, dorind să știu cu adevărat cine și ce sunt.

Așadar, am aprofundat învățăturile toltece ale familiei mele, ghidat de mama, de tata și de bunicul. Nu a trecut mult până când am avut încă o experiență profundă.

S-a întâmplat vara, în deșert, pe la miezul nopții. Era atât de cald încât nu puteam dormi, așa că m-am hotărât să mă plimb prin deșert. Era lună plină și ridicându-mi privirea către cerul nopții, am avut o experiență care mi-a schimbat încă o dată modul în care înțelegeam totul.

În acea clipă, mi-am ridicat chipul către cer și am văzut toate acele milioane de stele. Fără cuvinte, fără gânduri, am știut că lumina pe care o percepeam de la acele stele venea de la ani-lumină distanță, că toate acele stele străluceau de la distanțe diferite, iar eu le percepeam în același timp.

Am știut atunci că, probabil, multe dintre acele stele nici nu mai existau. Poate că se stinseseră în urmă cu mii, poate chiar milioane de ani, dar eu percepeam totul în acel moment prezent. Era limpede pentru mine că tot ceea ce percepeam era lumină ce radia din toate direcțiile către un loc ce

părea a fi în spatele ochilor mei, între urechi, un loc ce reprezintă un singur punct de vedere.

De asemenea, știam fără nicio îndoială că așa cum eu percepeam stelele, stelele mă percepeau pe mine. În acel moment am înțeles faptul că există o singură ființă și că ea este vie. Mi-am privit corpul și am înțeles faptul că el este un întreg univers, complet în sine. Mai departe, privindu-mi mâinile, am știut că fiecare celulă din corpul meu este, de asemenea, un univers. Am privit în jur și am văzut deșertul minunat, și am știut cu toată ființa că pământul este un organism viu – și că eu sunt parte din planeta Pământ. Am înțeles și că noi oamenii suntem o singură ființă vie.

Astfel, omenirea reprezintă un organ al frumoașei planete Pământ. Océanele reprezintă alt organ, la fel și pădurile și toate speciile. Cu toții lucrăm împreună pentru binele acestei planete. Bineînțeles că în acel moment nu puteam pune toate acestea în cuvinte; pur și simplu știam, fapt ce este greu de explicat chiar și acum. Rețineți că aceste cuvinte pe care le folosesc arată adevărul, însă ceea ce am experimentat nu poate fi explicat pe deplin prin cuvinte.

În acea noapte în deșert, când am perceput toate acestea, am fost cuprins de atât de multă recunoștință, încât m-am simțit copleșit. Din acea clipă, recunoștința s-a transformat în generozitate, iar scopul meu a devenit ceea ce este și astăzi – să împărtășesc acea experiență oriunde merg, să fac oamenii să înțeleagă faptul că viața este atât de ușoară și de simplă, și că noi suntem cei care o complicăm. La nivel de omenire, putem vedea cum am complicat totul prin violență, injustiție, război și multe altele. Cu siguranță, cunoașteți această parte a poveștii.

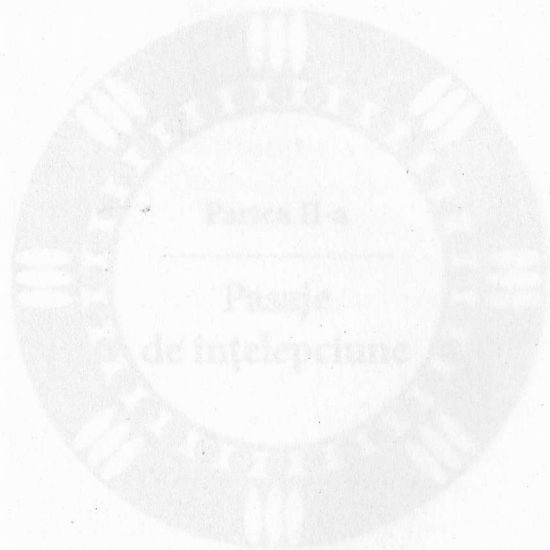
În acel moment de trezire, am știut că iubirea nu este nimic altceva decât un echilibru perfect între recunoștință și generozitate. Am știut, de asemenea, că aveam o alegere de făcut: puteam să neg experiența și să aleg să o uit, sau puteam să o îmbrățișez cu totul și să v-o împărtășesc. În acea clipă, am știut că iubirea adevărată este complet necondiționată. Această conștientizare mi-a schimbat viața cu totul.

Am înțeles și faptul că sunt un artist, că fiecare ființă umană de pe această planetă este un artist, și că ceea ce percepeam era o operă de artă. Întregul



univers este o operă de artă pe care o percep și o recreez în propriul creier.

Ceea ce numim cunoaștere nu este nimic altceva decât rezultatul acestei percepții, precum și încercarea de a o explica unul altuia. În acel moment, am realizat că prin percepția mea unică, îmi creez propria realitate, propria lume, propriul univers. Am înțeles, desigur, că fiecare persoană face același lucru, conștient sau nu. Fiecare ne creăm realitatea utilizând lumea ca un instrument cu care ne țesem povestea despre realitate și despre noi înșine. De aceea, pentru mine, vorbirea impecabilă constituie cel mai important legământ pe care îl putem face cu noi înșine și cu cei din jurul nostru, întrucât aceasta creează o lume întreagă. Asemeni mie, cu toții suntem artiști. Orice aș percepe, este frumos. Fără nicio îndoială, știu că perfecțiunea este singura stare posibilă în existență. Noi oamenii, fie că știm sau nu, suntem perfecți așa cum suntem.









---

Vin la tine cu o rugămintă, și anume aceea de a mă ajuta să schimb lumea. Și nu mă refer aici la umanitate, la lumea exterioară, ci la lumea pe care o crezi în mintea ta — cea care este reală numai pentru tine. Tu ești cel care îți țese povestea vieții. Crezi o întreagă realitate ce este adevărată numai pentru tine. În lume există șapte miliarde de oameni, fiecare creându-și propria poveste. Și eu îmi creez lumea personală, dar ea este doar o poveste. Nu este reală, adevărată. În același mod, nici povestea ta nu este adevărată. Singura diferență este că tu crezi că este reală, iar eu nu. În momentul în care conștientizezi că lumea ta este doar o poveste, că nu este veritabilă, începi să o schimbi.

---



---

Îți place cum îți trăiești viața? Mai bine zis, ești fericit? Dacă nu ești fericit, și nici mulțumit de cum îți trăiești viața, ceea ce trebuie să faci mai întâi este să descoperi de ce. În loc să dai vina pe ceilalți, cercetează ce crezi cu adevărat despre tine. Descoperă ce ai învățat despre tine de la părinții tăi, de la prieteni și profesori – nu pentru a-i învinovăți, ci pentru a te ajuta să înțelegi mai bine de ce nu îți place modul în care trăiești. Încerci cumva să fii la înălțimea unei imagini mentale create de altcineva? Este adevărat, tu ești cel care a creat-o, dar conform standardelor cui?

Ești suficient de bun – ești de-a dreptul perfect – fix așa cum ești. Scopul acestui lucru cu sine este de a te iubi așa cum ești, și de a-ți trăi viața așa cum vrei. Astfel, vei fi fericit.

---



---

Orice am crede că știm, este doar un acord bazat pe propria limbă. Sunt doar cuvinte. Dacă numim un obiect „copac” în limba noastră, acest lucru este adevărat numai pentru că suntem de acord cu înțelesul simbolisticii, și nu pentru că ar fi într-adevăr așa. De fapt, nu avem nicio idee ce este acel obiect, ci îl numim pur și simplu „copac”. De aceea spun că suntem cu toții artiști, că țeșem o întreagă poveste despre noi și despre lume, și că aceasta este o simplă poveste. Ea este adevărată numai pentru că o narăm folosind limbajul pe care îl cunoaștem. Este nevoie de conștiință pentru a putea vedea dincolo de poveștile create.

---



---

Învățăturile toltece reprezintă introducerea unui nou stil de viață, pe care îl numesc calea artistului. În cazul meu, am devenit medic chirurg, și apoi m-am hotărât să mă schimb. Asta este ceea ce face un artist, iar noi toți suntem artiști – fie că ne dăm seama, sau nu. În cazul meu, am vrut să părăsesc practica medicinei și să pătrund mai adânc în mintea umană, pentru a înțelege cu adevărat de ce omenirea este așa cum este.

Ceea ce am descoperit este că noi creăm o poveste despre noi înșine prin intermediul modului în care percepem viața și tot ceea ce ne înconjoară. Folosim lumea pentru a crea povestea pe care o trăim. Învățăm un limbaj, iar părinții și cei din jur ne captează atenția și ne umple creierul cu cunoașterea lor. Apoi mergem la școală, iar profesorii fac același lucru. În acest fel, învățăm să comunicăm cu cei din jur. Folosim limbajul pentru a crea tot

---

*(continuare pe pagina următoare)*



---

ceea ce credem – întreaga noastră poveste. Este foarte simplu odată ce conștientizezi acest lucru, însă realizarea sa îți va schimba viața.

---