

PAUL FERRINI

EVANGHELIA DUPĂ IISUS

IUBIRE FĂRĂ CONDIȚII ∞ LINIȘTEA INIMII
MIRACOLUL IUBIRII ∞ ÎNTOARCEREA ÎN GRĂDINĂ

Traducere din limba engleză de
Monica Vișan și Toni Kühn

Editura For You
București, 2017

Cuprins

Cartea I Iubire fără condiții

Prefața autorului.....	9
Introducere	13
I Miezul problemei.....	15
II A învăța să ascuți.....	31
III Transparență.....	43
IV Eliberarea de atașament	55
V Tirania consensului.....	67
VI Meditație: Mă simt iubit	79

Cartea a II-a Liniștea inimii

Introducere	95
I Integritatea. A deschide ușa închisorii	100
II Relațiile corecte. Pași ai inimii.....	119
III Niciun alt Dumnezeu. Ușa către Prezența Divină.....	137
IV A trăi cum trebuie. Darurile lui Dumnezeu.....	157
V Vindecarea sinelui divizat. Îngăduință și renunțare	167
VI Comuniune și comunitate. O biserică fără ziduri	182
VII Deschiderea către miracole. Miracolul sinelui	197
VIII Reconciliere. Marele egalizator	208
IX Însușirea sinelui. Angajare față de sine.....	223
X Conștiența. Îngerul rănit.....	235

Cartea a III-a Miracolul iubirii

Prolog.....	253
I Învățătura mea	255
II Discipolii mei	261
III Calea Relației	271
IV Creativitate și abundență.....	280
V O spiritualitate a iubirii și a libertății	291
VI Abuz și iertare	301
VII A rămâne conectat la iubire	309
VIII Legăturile care înlănțuie.....	319
IX Re-Unire	328

Cartea a IV-a Întoarcerea în grădină

I A auzi vocea	335
II Învățătura.....	359
III Practica.....	392

I

Miezul problemei

Nimeni nu este atât de aspru cu tine așa cum ești tu însuși. Asemenea tuturor fraților tăi, suferi de un profund sentiment de imperfecțiune și nevrednicie.

Te urmărește sentimentul că ai făcut niște greșeli teribile pentru care, mai devreme sau mai târziu, vei fi pedepsit de autorități umane sau de vreo autoritate abstractă spirituală, cum ar fi Dumnezeu sau legea karmică.

Aceste chestiuni nerezolvate cu privire la autoevaluarea ta reprezintă condițiile în care se realizează întruparea ta. Cu alte cuvinte, ești aici pentru a le rezolva. Tu ți-ai ales părinții, pentru ca ei să-ți exacerbeze sentimentul de vinovăție, în așa fel încât să poți deveni conștient de el. Așadar, a-i învinui pe ei pentru problemele tale nu te va ajuta să îndepărtezi condițiile pe care, în mod reciproc, voi le-ați impus iubirii. Singura cale de ieșire este ca tu să devii tot mai conștient de propria ta vinovăție și de credințele și tiparele de interacțiune bazate pe frică.

A căuta pe cineva special care să-ți furnizeze iubirea pe care părinții tăi nu au fost în stare să ți-o ofere nu este o rezolvare, ci doar va agrava lucrurile.

Să nu fii surprins dacă partenerul de viață ales este întruparea perfectă a părintelui cu care ai cele mai multe de vindecat. Nu poți să nu ajungi față în față cu propriile tale răni. Părinții, soții și copiii sunt aici ca să te ajute să-ți vezi propria nevoie de vindecare – iar tu, la rândul tău, îndeplinești aceeași funcție în viețile lor.

Căutarea iubirii necondiționate într-o lume a condițiilor este sortită, în mod inevitabil, eșecului. De vreme ce toți frații tăi acționează conform unor tipare bazate pe rușine sau vină, ei nu îți pot oferi iubirea pe care știi că o meriți și nici tu nu le-o poți oferi lor.

Cel mai bun lucru pe care îl puteți face este să vă ridicați unul altuia starea de conștiență asupra iubirii ce vă este necesară – și să începeți să vă asumați responsabilitatea de a v-o dăruia vouă înșivă.

Dacă nu-ți asumi responsabilitatea de a aduce iubirea în propriile tale răni, nu vei ieși din ciclul vicios atac/apărare, vină și învinuire.

Sentimentele tale de furie, jignire și trădare – oricât de justificate ar părea – nu vor face decât să toarne ulei pe focul conflictului interpersonal și vor continua să-ți reîntărească credința sau convingerea subconștientă că ești nevrednic de iubire și incapabil să iubești.

Trebuie să înveți să vezi cât de departe ți se întinde ura de sine. Până ce nu te vei uita în oglindă și nu îți vei vedea, reflectate acolo, propriile convingeri, îl vei folosi

pe fiecare seamăn al tău din cadrul experiențelor tale ca pe o oglindă care să-ți arate ceea ce crezi despre tine însuși. Deși nu e nimic greșit în această practică, ea nu este calea cea mai scurtă sau ușoară spre acasă, întrucât există întotdeauna tendința de a gândi că ceea ce vezi este lecția altuia.

Dacă vrei să ieși din cercul vicios al lumii, trebuie să oprești jocul proiecției. Acest joc ascunde atracția ta subconștientă spre moarte în spatele unei fațade a blamării și a unei moralități condiționate. E o ironie, într-adevăr, dar, în chiar clipa când îți declari inocența pe socoteala aproapelui tău, tu îți întărești, de asemenea, propriile sentimente de vinovăție și inferioritate.

Nu există altă cale de ieșire din cercul vicios al vinei și învinuirii decât a înceta să învinuiești. Dar fii pregătit. Dacă vrei să te dai jos de pe roata suferinței, s-ar putea să constăți că nu te bucuri de prea multă popularitate. Cei care nu participă la jocul lumii – proiecția – sunt primii care vor fi atacați. Dacă nu ai învățat nimic din viața mea, asta precis ai învățat-o!

Oricine își recunoaște propria frică – fără a o proiecta în afara sa – periclitează jocul lumii. Oricine își asumă propriile gânduri ucigăse și le caută rădăcinile în propria conștiință amenință eșafodajul moral al societății. În societatea umană există bine și rău. Cei care fac ceva bun sunt răsplătiți, iar cei care fac ceva rău sunt pedepsiți.

Așa a fost dintotdeauna.

Învățătura mea amenință acest postulat fundamental. La nivelul cel mai de suprafață, ea contestă ideea că răul ar trebui pedepsit. În fața strigătului pentru plată și răsplată, m-am situat și voi continua să mă situez în favoarea iertării.

La un nivel mai profund, învățătura mea contestă însăși ideea că cineva ar trebui condamnat din cauza comportamentului său. Dacă cineva acționează greșit, aceasta se datorează faptului că are gânduri greșite, gânduri false. Dacă el poate să-și dea seama de neadevărul gândirii sale, își poate schimba comportamentul. E în interesul societății să-l ajute s-o facă. Dar dacă se aplică o pedeapsă ideile sale false vor fi reîntărite și li se va mai adăuga și povara vinei. Ai auzit zicala: „Din două rele nu iese un lucru bun“. Aceasta este esența învățăturii mele. Toate relele trebuie îndreptate cum se cuvine. Altfel, corecția înseamnă atac.

A te opune, a căuta să birui sau să te cerți cu o idee falsă este echivalent cu a o consolida. Aceasta este calea violenței. Calea mea, pe de altă parte, este nonviolentă. Prin modul ei de abordare a problemei, ea demonstrează care este soluția. Ea le aduce iubire, nu atac, celor cuprinși de durere. Mijloacele sunt compatibile cu scopul.

A face ceva rău înseamnă a propovădui vina și a perpetua credința că durerea și suferința sunt necesare. A face ceva bun înseamnă a propovădui iubirea și a-i demonstra puterea de a depăși toată suferința.

Pe scurt, nu ai niciodată dreptate când faci un lucru rău și nu greșești niciodată când faci un lucru bun.

Ca să ai dreptate, fă bine.

Nu poți iubi într-un mod lipsit de iubire. Nu poți avea dreptate și, în același timp, să ataci ceea ce este rău, deoarece eroarea e cea care trebuie demontată și, întrucât rădăcina a tot ce înseamnă eroare este frica, numai demontarea fricii va aduce corecția.

Iubirea este singura reacție ce demontează frica. Dacă nu crezi asta, încearc-o. Iubește orice persoană sau situație care îți evocă frica, și aceasta va dispărea. Asta este adevărat nu atât datorită faptului că iubirea e antidotul fricii, ci fiindcă frica este „absența iubirii“. De aceea, ori de câte ori iubirea este prezentă, frica nu poate exista. Cei mai mulți dintre voi înțeleg foarte multe despre frică, dar foarte puține despre iubire. Vă este frică de Dumnezeu, vă este frică de mine și vă este frică unul de celălalt.

De ce vă e frică? Deoarece aveți convingerea că nu meritați să fiți iubiți și nici nu sunteți capabili să iubiți pe altcineva.

Această credință este singura credință ce trebuie schimbată. Toată negativitatea din viața voastră se va destrăma odată ce demontați această credință eronată despre voi înșivă. Tu, prietenul meu, nu ești ceea ce gândești că ești. Nu ești doar o acumulare a tuturor convingerilor și faptelor tale negative. Asta este ceea ce crezi tu că ești, dar nu e ceea ce ești. Tu ești Fiul lui Dumnezeu, la fel ca și mine. Tot ceea ce este bun și adevărat despre Dumnezeu este bun și adevărat despre tine.

Acceptă acest fapt – fie și numai pentru o clipă – și viața ta va fi transformată. Acceptă aceasta în privința fratelui tău – aproapelui tău – chiar în acest moment și tot conflictul dintre voi se va termina.

Ceea ce vezi este un rezultat direct a ceea ce crezi. Dacă tu crezi că ești vinovat, atunci vei vedea o lume vinovată. Iar o lume vinovată va fi pedepsită – și la fel vei fi și tu.

„Dumnezeu te va bate. Dumnezeu va nimici lumea. Dumnezeu se va răzbuna.“ Acestea, prietenii mei, sunt gândurile pe care voi le gândiți. Acestea – deși sunt blasfemii – sunt ideile absurde pe care vreți să mi le atribuiți mie! Din fericire, eu înțeleg că acesta este doar modul vostru – nu prea subtil – de a vă canoni.

Este o manevră de tergiversare. În timp, veți obosi de ea. Nu va dura mult până ce veți începe să respingeți – individual și colectiv – întregul concept al vinei și veți tânji să veniți acasă. Prietenii mei, aștept cu bucurie și certitudine acest moment al deplinei onestități și responsabilități. În acea zi, când veți vedea binele vostru și pe cel al semenilor voștri ca fiind unul și același, tot ceea ce vă separă de Dumnezeu se va desprinde de voi și veți sta alături de mine în toată splendoarea voastră.

Atunci veți cunoaște în mod neîndoielnic Iubirea lui Dumnezeu pentru voi.

Atunci veți cunoaște că El/Ea nu v-a abandonat niciodată, nici chiar în culmea demenței voastre, când ați gândit că El/Ea vrea să vă pedepsească și să vă distrugă lumea. Atunci veți cunoaște puterea minții voastre de a crea și atunci veți alege să creați împreună cu Dumnezeu, și nu separat de El/Ea.

Practica

Însuși cuvântul „practică” produce confuzie. Ce altceva ai putea practica în afară de ceea ce cunoști deja? Și ce altceva cunoști în afară de vină, frică și atac? Bineînțeles că nu vrei să continui să pui în practică exact acele credințe sau reacții care te duc la suferință!

Așadar, ce să practici? Ai putea, eventual, să începi prin a practica, pur și simplu, starea de conștiință. Exersează să fii conștient de vina ta, de frica ta și de atacul tău. Nu le camufla, nu le nega și nu le proiecta asupra altor oameni. Pur și simplu, uită-te la aceste fenomene în timp ce ele se ivesc în cadrul conștiinței tale. Când ești furios sau deprimat, întreabă pur și simplu: „De ce sunt supărat? De ce simt nevoia să mă apăr? De ce anume mi-e frică?”

Continuă să pui aceste întrebări până când începi să-ți dai seama de sursa mâniei și fricii tale. Odată ce treci prin aceste straturi ale emoției, pune-ți întrebarea: „Care este vina mea aici?” „La ce vină te referi?”, întrebi. Toate emoțiile negative din viața ta apar din sentimentul tău subconștient de vinovăție/rușine. Acesta trebuie conștientizat. Trebuie adus în conștiința ta, ca tu să-l poți elibera.

Sentimentele tale de imperfecțiune și nevrednicie îți provoacă frica de răsplată. Dacă tu crezi că e ceva în neregulă cu tine sau că ai greșit cu ceva, îți va fi teamă că vei fi pedepsit. Iar dacă ți-e teamă că vei fi pedepsit, te vei apăra împotriva oricărui atac imaginat și imaginar. Ori de câte ori simți că cineva îți contestă valoarea, vei fi gata să apeși pe trăgaci. Acest întreg scenariu despre vină și pedeapsă, plată și răsplată are loc doar în mintea ta. Dacă îl proiectezi, vei introduce pe alții în el și veți fi nevoiți să-l rezolvați împreună. Asta, însă, ridică miza. Este puțin probabil să rezolvi ceva împreună cu altul atunci când nu ești conștient de propria ta complicitate la evenimente.

Este mai bine să începi prin a le conferi conștiință propriilor gânduri. Astfel, vei descoperi nu numai că vina este rădăcina întregii suferințe, dar și că iertarea de sine este necesară. Fără iertare de sine nu există eliberare de vină. Prin urmare, și drama mântuirii are loc doar în propria ta minte.

Tu, în mintea ta, îți stabilești inocența sau vina. Nu contează cât de mulți oameni ți-au făcut rău. A-i învinui nu te va ajuta cu nimic. Tu ești judecătorul care pronunță sentința, iar atât timp cât învinuiești pe altcineva pentru problemele tale, refuzi să-ți oferi ție însuși iertarea.

Judecătorul și jurații trăiesc, deopotrivă, înăuntrul propriilor tale gânduri. Tu

ți-ai stabilit vina, iar acum tot tu trebuie să o demontezi. Până când nu îți vei desface vina, nu îți poți găsi nevinovăția. Cam la asta ne referim când e vorba despre procesul de iertare. Nu are nimic de-a face cu a-i ierta pe alții. Are totul de-a face cu a te ierta pe tine însuși pentru faptul că te-ai declarat vinovat.

Acesta e domeniul practicii. Nu există situație în care această lucrare să nu poată fi făcută.

Întregul scenariu al vieții tale este un teritoriu pentru autoinvestigare. Conferă conștiință fiecărui gând și fiecărui sentiment și, în curând, vei găsi sursa vinei și a suferinței ulterioare. Nimeni nu poate scăpa de această muncă; este o parte esențială a programei de trezire. Cu cât înțelegi mai repede acest lucru, cu atât îți va fi mai ușor.

Aproapele tău

În permanență supraestimezi importanța aproapelui tău în viața ta. Pe de-o parte, vrei să-l învinuiești pentru toate problemele tale și să-l crucifici, cum m-ai crucificat pe mine. Pe de altă parte, vrei să-l ridici pe un pedestal și să-l preaslăvești, așa cum mă preaslăvești pe mine.

Cu toate acestea, îți vine foarte greu să-l tratezi pe aproapele tău ca pe un egal. Când ți-am cerut să-l iubești pe aproapele tău ca pe tine însuși, ți-am dat o regulă foarte simplă pe care s-o urmezi în tot ceea ce faci. Din nefericire, dacă nu te iubești pe tine însuși, nu prea o să reușești să-l iubești pe aproapele tău.

A învăța să te iubești pe tine însuși și a învăța să-ți iubești aproapele merg mână în mână. Nu poți să-l iubești pe seamănul tău și să te urăști pe tine însuși, sau să te iubești pe tine însuși și să-l urăști pe seamănul tău.

Sentimentele față de aproapele tău oglindesc, pur și simplu, sentimentele tale față de tine însuși.

Așa stând lucrurile, interacțiunile cu aproapele tău te ajută să vezi ceea ce trebuie să ierți în tine însuși.

A-l ierta pe aproapele tău pentru greșelile lui față de tine îl ajută numai în cazul în care aceasta îl face capabil de a se ierta pe el însuși. Tot așa, a primi iertarea aproapelui tău pentru greșelile tale față de el te ajută numai în cazul în care aceasta te face capabil de a te ierta pe tine însuși.

A primi iertare din partea altora este un lucru necesar numai în măsura în care tu crezi că este. Dacă așa crezi – cum cred, de altfel, majoritatea oamenilor –, e important să te împaci. A le cere iertare altora demonstrează că ești gata să te răzgândești în privința celor întâmplare.

Acesta este un prim pas important în proces.

Nu face, însă, greșeala de a-i da aproapelui tău „puterea” de a te ierta. Asta plasează puterea în afara ta, acolo unde ea nu poate fi niciodată.

Cere-i iertarea, dar, dacă el ți-o refuză, să nu presupui că nu vei fi niciodată iertat. Dimpotrivă, ești întotdeauna iertat.

Cei care refuză iertarea și-o refuză doar lor înșiși.

Atunci când îl condamni pe aproapele tău, poți fi sigur că nu pe el îl condamni, ci pe o parte din tine însuși de care ți-e rușine și pe care nu ai acceptat-o. Faptul că descoperi niște neajunsuri la aproapele tău nu te poate face să te simți mai bine – doar îți agravează propria senzație de nevrednicie.

Nici dreptatea, nici mântuirea nu se dobândesc atacându-ți seamănul. Te rog să înțelegi aceasta, exact așa cum ți-o spun. Fiecare cui pe care îl bați în palma seamănului te ține pe tine pironit de cruce.

Eu sunt dovada acestui fapt. Căci eu, în percepția ta, voi rămâne pe cruce până când va înceta întregul atac. Până atunci, tu și cu mine avem un lucru în comun: amândoi am fost crucificați.

În interacțiunile tale cu aproapele tău ai de făcut o alegere simplă: a-l găsi nevinovat sau a-l găsi vinovat.

Această alegere are loc iar și iar – în fiecare zi, în fiecare oră, în fiecare clipă. Cu fiecare gând, tu îl întemnițezi pe aproapele tău sau îl eliberezi.

Și, așa cum alegi să-l tratezi pe el, aceeași judecată vei aduce asupra ta. Nu poți ajunge în Cer trăgându-l înapoi pe aproapele tău – și nici nu vei ajunge acolo încercând să-l cari tu. Fiecăruia dintre voi i s-au dat mijloacele de a-și descoperi propria nevinovăție.

Acceptă-l, pur și simplu, pe seamănul tău și binecuvântează-l pe calea sa. Dacă îți cere ajutorul, dă-i-l bucuros, dar nu încerca să faci pentru aproapele tău ceea ce trebuie să facă el pentru sine însuși.

Este necesar ca limitele pe care le stabilești să fie bine gândite dacă se pune problema să treci dincolo de ele.

Nu-l face răspunzător pe aproapele tău pentru pacea și fericirea ta și nu-ți asuma nici responsabilitatea pentru pacea și fericirea lui. El n-a venit să te mântuiască pe tine și nici tu n-ai venit aici ca să-l mântuiești pe el.

Pe de altă parte, dezleagă-l pe seamănul tău de orice resentiment pe care îl nutrești față de el.

Nu te abține în niciun fel de la a-i arăta iubire. Căci a încerca să-l privezi de fericirea sa înseamnă a-l ataca și a te întemnița pe tine însuși în strânsoarea fricii și a vinei.

Nu-ți astupa urechile când aproapele tău strigă după ajutor.

Lasă-l să lucreze alături de tine, atât timp cât vrea el. Și, când e gata să plece, dorește-i tot binele. Dă-i hrană și apă pentru drum.

Nu-l îndatora și nu-l forța să stea împotriva voinței sale. Libertatea aproapelui

tău nu este decât un simbol al propriei tale libertăți. De aceea, lasă-l să vină și să plece după bunul lui plac.

Urează-i bun venit când vine și spune-i bun rămas când pleacă.

Mai mult decât atât nu poți face.

Atât însă este suficient.

Îngrijește-te de fiecare străin în felul acesta, și eu îți voi arăta o lume în care s-a întors încrederea și în care domnește iubirea de aproape.

Iubește-ți aproapele așa cum ai vrea să te iubești pe tine însuși. Fă-l să fie la fel de important.

Nu face sacrificii pentru el și nu-i cere ca el să facă sacrificii pentru tine, ci ajută-l când poți și primește-i ajutorul cu recunoștință atunci când ai nevoie de el.

Această reciprocitate simplă și plină de demnitate este un gest al iubirii și acceptării. El demonstrează încredere și stimă reciprocă.

Mai mult de-atât e prea mult.

Mai puțin de-atât e prea puțin.

Interpretare

Interpretezi ceea ce se întâmplă în viața ta conform credințelor tale fundamentale și stărilor emoționale ce izvorăsc din ele. Trăirea unei experiențe de dezamăgire, de exemplu, este legată direct de vina și de sentimentul tău de imperfecțiune. Când nu-ți sunt îndeplinite așteptările, primești, pur și simplu, o corecție. Ți se spune că nu vezi întregul adevăr al unei situații. Ți se cere să-ți lărgesti percepțiile.

Corecția nu înseamnă atac. Ea nu înseamnă pedeapsă.

Percepția că ești atacat sau pedepsit atunci când lucrurile nu merg cum vrei tu este pe de-a-ntregul alimentată de vină. Fără acea vină, corecția s-ar primi cu recunoștință și percepția s-ar lărgi, pentru a include noua informație. Tot ceea ce înseamnă experiență are loc doar pentru un singur scop: lărgirea conștiinței tale. Orice alt sens pe care îl descoperi în experiența ta de viață este un sens pe care tu l-ai născocit. Poate nu decizi la nivel conștient ceea ce ți se va întâmpla, dar în mod cert interpretezi ceea ce se întâmplă potrivit cu credințele tale.

Libertatea ta de bază constă în a accepta și a învăța din experiențele cu care ești confruntat. Poți, desigur, să respingi experiența. Poți refuza să înveți din ea. Dar această opțiune duce la suferință. Dacă încă nu știi asta, nu va dura mult până o vei afla. S-ar putea să întrebi: „Pot îndepărta suferința acceptându-mi experiențele și învățând din ele?”

Iată o întrebare foarte bună. Nu numai că poți îndepărta suferința, dar poți trăi bucuria unirii cu Dumnezeu. Căci, îmbrățișat de experiența ta, îți primești corecția și gândurile tale se aliniază Minții Divine.

Viața este ori rezistență, ori capitulare. Acestea sunt singurele opțiuni. Rezistența duce la suferință. Capitulara duce la beatitudine. Rezistența este decizia de a acționa singur. Capitulara este decizia de a acționa cu Dumnezeu.

În viață nu poți trăi experiența bucuriei opunându-te ideilor și acțiunilor altor oameni. Poți trăi experiența bucuriei numai rămânând credincios adevărului dinăuntrul inimii tale. Iar acest adevăr nu îți respinge niciodată pe alții, ci îi invită să intre. Adevărul este o ușă ce rămâne mereu deschisă. Nu poți închide această ușă. Poți alege să nu intri. Poți merge în direcția opusă. Dar nu poți spune niciodată „Am încercat să intru, dar ușa era închisă“. Ușa nu este niciodată închisă pentru tine sau pentru oricine altcineva. Dacă ai sentimentul că ușa ți-a fost trântită în față, înseamnă că ți-ai interpretat experiența cu înfricoșare. Crezi doar că ușa este închisă. Ea nu este închisă – dar convingerea ta că ușa e închisă te-ar putea convinge și pe tine, și pe alții că așa stau lucrurile.

Sunteți cu toții niște maeștri când e vorba să întoarceți adevărul pe dos. Aveți abilitatea creativă de a face ca orice lucru să însemne ceea ce vreți voi să însemne. Puteți face „nu“ din „da“ și „corect“ din „greșit“. Chiar atât de puternice vă sunt credințele! Dar faptul că ați răsturnat adevărul nu înseamnă că adevărul încetează a mai fi adevărat. Înseamnă doar că ați reușit să ascundeți adevărul de voi înșivă. Este, așadar, foarte important cum îți interpretezi experiențele.

Dacă te simți frustrat în așteptările tale, vei accepta oare corecția sau vei insista că ești nedreptățit? Ești tu victima a ceea ce ți se întâmplă sau ești cel care folosește aceasta pentru a învăța? Primești experiențele prin care treci ca pe o binecuvântare sau ca pe o pedeapsă?

Iată întrebarea pe care trebuie să ți-o pui mereu.

Fiecare experiență este o oportunitate de a îmbrățișa adevărul și de a respinge iluzia. În această privință, o experiență nu este mai bună sau mai rea decât alta. Toate experiențele au același potențial. Ele toate există doar ca un teren germinativ pentru natura ta divină.

Iată de ce nu trebuie să disperi niciodată. Vei avea întotdeauna o altă șansă de a te răzgândi. Nu asculta de cei care spun contrariul.

Nu există o judecată de apoi, în afara judecății pe care tu o vei emite despre tine însuși atunci când te vei vedea prin ochii mei.

Poate că în acest moment nu mă crezi.

Poate că ești convins că tu ai provocat suferința altora sau că ești victima acțiunilor acestora întreprinse împotriva ta.

Faptul că îmi respingi acum cuvintele nu înseamnă că voi înceta să ți le ofer. De ce crezi că ar conta pentru mine cât de mult timp îți trebuie să te trezești? Timpul, desigur, nu are nicio relevanță pentru mine și nici pentru tine, dacă e să spunem adevărul.

Ai timp din belșug să faci greșeli și să înveți din ele.

Când fiecare dintre voi va fi învățat ceea ce a venit să învețe, această lume nu va mai fi necesară. Acest univers fizic, ce ți se pare atât de permanent, se va dizolva în neant – fiindcă, odată ce v-ați trezit, el nu mai are niciun rost. Acest timp se apropie, dar nu e nicio grabă.

Nu da bice râului și nici nu încerca să-l stăvilești. N-o să-ți folosească la nimic. Mintea Divină lucrează în mintea ta chiar acum, chiar aici. În asta trebuie să înveți să ai încredere.

Nevoia de miracole

Miracolele sunt demonstrații ale Minții Divine în acțiune în mintea și experiența ta. E nevoie de miracole ca procedee didactice, exact așa cum a fost nevoie de miracole cu două mii de ani în urmă. Fiecare miracol este o demonstrare a faptului că iubirea e mai puternică decât frica.

Nu subestima cantitatea de frică din care este făcută lumea ta. Privește în jurul tău. Uită-te la propriile tale gânduri. Există acolo vreun loc în care frica să nu se simtă ca la ea acasă?

Nu te întreb asta ca să te deprim.

Doresc doar să fii realist.

Privește lucrurile așa cum sunt ele în lumea ta. Fă un inventar al propriilor gânduri. Nu te poți apropia de iubire dacă nu realizezi cât de mult din gândirea ta are la bază frica. A le conferi conștientă gândurilor tale încărcate de frică induce posibilitatea unei alternative.

Dar, te rog, nu încerca să înlocuiești gândurile negative, temătoare, cu gânduri pozitive, iubitoare. Asta nu face decât să instaureze un conflict în mintea ta. Lasă, în schimb, conștientizarea să lucreze.

Fii conștient, pur și simplu, de frica ta și simte-o.

Apoi, când ai resimțit-o din plin, spune doar: „Tată, acum sunt gata să trec prin frica mea. Te rog, ajută-mă!“ Și fii gata să primești ajutorul pe care l-ai cerut. Cere-rea ta nu va fi respinsă, te asigur.

Când ceri ajutor, recunoști că există o putere mai mare decât frica ta. De asemenea, îți vădești dorința de a conlucra cu acea putere, pentru a ieși din frica și conflictul din viața ta.

Îți mai propun ceva: atunci când ceri ajutor, admite că ceri ca gândurile tale să fie schimbate. Afirmă, deci: „Tată, sunt dispus să mă răzgândesc în privința acestei situații. Ajută-mă, Te rog, să o văd nu prin ochii fricii, ci așa cum o vezi Tu. Ajută-mă să o văd cu iubire egală pentru mine însumi și pentru toți ceilalți.“

Aceasta, seamănă al meu, este o rugăciune foarte puternică. Stăruie în ea.

Odihnește-te în tăria și pacea ei. Și lasă-L pe Dumnezeu să-ți răspundă prin fiecare cuvânt, fiecare gest și fiecare faptă.

Nu poți avea experiența miracolului decât dacă ești dispus să-l primești. Ca să trăiești experiența miracolului, trebuie să fie prezenți următorii factori: (1) să știi că ai nevoie de el, (2) să-l ceri în mod sincer și (3) să fii dispus să-l primești. Când toți trei factorii sunt prezenți, miracolul se va manifesta.

Din nefericire, chiar dacă miracolul s-a manifestat în viața ta, s-ar putea să nu-ți dai seama.

De ce? Fiindcă ai o idee preconcepută despre felul în care trebuie să arate miracolul. Și, astfel, s-ar putea să nu-l recunoști, deși se află chiar în fața ta.

Dar la ce bun un miracol dacă nu-l poți vedea?

Dacă vrei să accepți miracolul în inima ta, înțelege, te rog, că el s-ar putea să nu arate așa cum ți-ai închipuit tu. Fii deschis la prezența sa în viața ta și îngăduie-i să ți se reveleze.

Unii dintre voi ar putea întreba: „De ce nu îmi dă Dumnezeu miracolul pe care îl cer?”

Motivul este că miracolul pe care îl ceri ar putea să nu te elibereze de frică. Prin urmare, el nu este miraculos, iar frica ta va reface, pur și simplu, condițiile care te-au determinat să ceri acest miracol.

Lasă ca Dumnezeu să fie Cel care îți răspunde la rugăciune. Nu încerca să-I spui tu de ce anume ai nevoie. Știe El mai bine decât tine.

Ai încredere în asta.

Deschide-te prezenței Sale în viața ta.

Fii dispus să înveți de la El și despre El.

În această disponibilitate, frica va fi dizolvată.

În această disponibilitate te vei trezi la adevărata ta natură.

A folosi ceea ce ai la îndemână

Nu e necesar să reinventezi roata ca să aduci în viață o contribuție semnificativă. Dacă te uiți în jurul tău, vei vedea multe căi deschise autoexprimării. Niciuna dintre acestea nu este perfectă. Unele îți vor cere să te adaptezi. E în ordine. E bine să fii adaptabil. E bine să înțelegi că același lucru poate fi spus și făcut în multe feluri.

Dacă încerci să găsești forma perfectă – serviciul perfect, relația perfectă –, vei fi încontinuu frustrat. Lumea nu oferă perfecțiunea în această privință. Ea îți oferă, pur și simplu, o oportunitate de a evolua și de a te schimba, ceea ce e ușor dacă nu ești atașat formei tale de autoexprimare. Folosește forma care-ți stă la îndemână în momentul dat. Desprinde-te de ideile tale preconcepute. Fiecare moment este nou. Fiecare situație cere ceva diferit de la tine.

Atașamentul față de un anumit mod de a spune sau de a face ceva într-un anumit

fel este tributar timpului. Astfel de atașamente te țin înlănțuit de trecut. Te țin împotmolit într-o falsă identitate.

Fiecare experiență ce vine spre tine te va întreba dacă ești dispus să nu te mai crapezi, dacă ești dispus să ai încredere, dacă ești dispus să pășești afară din timp. Dacă nu ești atașat de formă, e ușor să pășești afară din timp.

Atenția ta rămâne fixată în prezent, în momentul etern de acum. Orice se întâmplă cere atenția ta totală.

Și totuși, câți dintre voi sunteți pe deplin prezenți în cadrul experienței voastre? Cei mai mulți dintre voi sunteți ocupați să vă judecați experiența, căutându-i nod în purpură, dorind ca ea să arate așa cum v-ați așteptat să arate. Cu alte cuvinte, vă cramponați de falsa voastră identitate; încercați să siliți prezentul să se conformeze trecutului.

Întreabă-te onest: „Sunt în căutarea unei vieți stabile, previzibile? Asta-mi doresc?” În caz că da, atunci trebuie să-ți dai seama că lumea nu-ți poate oferi așa ceva. Toate lucrurile din lume se află într-un proces de schimbare. Nimic nu e stabil. Nimic nu e previzibil. Nimic nu-ți va oferi altceva decât securitate temporară. Gândurile vin și pleacă. Relațiile încep și se termină. Trupurile se nasc și pier.

Iată tot ce îți poate oferi lumea: evoluție, schimbare, caracter tranzitoriu al lucrurilor. Permanența nu poate fi găsită la nivelul formei. Toată forma este, în esență, o distorsiune a lipsei originare de formă a Universului. Ceea ce este atotcuprinzător, atotcuprător, atotcuprător nu poate fi limitat la formă.

Iubirea nu-l alege pe cel iubit sau momentul exprimării de sine.

Iubirea se extinde asupra tuturor, tot timpul. Iubirea este fără condiții, adică ea este „fără formă”.

Înseamnă oare aceasta că nu poți trăi – în lume – experiența iubirii? Nicidecum! Totuși, trăirea de către tine a experienței iubirii va fi diminuată în raport direct cu nevoia ta de a o interpreta și controla.

Interpretarea pune condiții asupra a ceea ce trebuie să rămână fără condiții.

Când impui iubirii condiții, trăiești experiența condițiilor, nu a iubirii. Întâlnești forma, nu conținutul.

Iubirea se exprimă numai printr-o inimă deschisă.

Deschiderea inimii nu este o tehnică, ci o disponibilitate emoțională ce trece dincolo de limitele definirii conceptuale. Pe măsură ce fiecare formă se schimbă, inima se deschide fără frică spre conținutul ei schimbător.

Ca să pricepi ceva din această lume, trebuie să înveți să privești dincolo de formă, către intenția creativă. Fii receptiv la intenția aflată în spatele modului de exprimare a unei persoane și vei vedea mai clar ce înseamnă aceasta pentru ea. Dar privește numai forma nuda și vei vedea ce înseamnă această formă pentru tine.