

Un Calendar Spiritual

22 decembrie

Sfântul Graal

Colindăm peste tot prin lume, căutând iubirea ici și colo, în această persoană sau în cealaltă. Căutăm peste tot, numai în propriile noastre inimi și minți, nu.

Atunci când îți dai seama că tu ești Sursa acestei etern evazive iubiri pe care o cauți, deții cea mai importantă piesă a cunoașterii, ce se află la îndemâna ta. Ea te va scuti de multe călătorii inutile. Te va împiedica să apuci pe mii de drumuri care nu te duc decât către o fundătură, către promisiuni neonorate și către scurtături care nu ajung niciodată nicăieri.

23 decembrie

Un avertizor de foc

Atunci când există durere în viața ta, automat te încordezi. Opui rezistență durerii sau lupți împotriva ei. Din nefericire, acest lucru nu face decât ca durerea să persiste.

Prin experiență, înveți că singura cale de a depăși durerea este să nu-i opui rezistență, ci să o accepți. Un mod de a începe să o accepți, este să o vezi nu ca pe un atac împotriva ta sau ca pe o pedeapsă, ci ca pe o comunicare care-ți spune că ceva nu e în regulă. Ea este ca un avertizor de foc, care te trezește înainte ca focul să te

cuprindă. Este un mesager ce-ți spune că trebuie să reasezi ceva în viața ta, ceva care s-a dezechilibrat.

24 decembrie

Respect reciproc

Orice consens important există într-o atmosferă de respect reciproc.

Descoperim egalitatea cu ceilalți, recunoscând că există multe moduri de a privi o situație – și că noi nu deținem decât unul. Ascultându-i pe ceilalți, respectându-le ideile și experiențele, ne ajută să ne deschidem către un spectru mai larg al realității. Ne face capabili să deschidem ușile închisorii noastre conceptuale și să vedem lucrurile dintr-o perspectivă nouă.

25 decembrie

Deschiderea către iubire

Fiecare lecție care apare în viața ta îți cere să-ți deschizi inima și mintea, într-un mod cu totul nou. Vechile mecanisme de apărare, de care nu mai e nevoie pentru supraviețuire, trebuie abandonate. Teritoriul dominat de frică trebuie să se deschidă, centimetru cu centimetru, către îmbrățișarea iubirii.

26 decembrie

A asculta pentru a auzi adevărul

Tu ești răspunzător pentru ceea ce crezi, chiar dacă alegi să crezi ceea ce îți spun ceilalți. Așadar, nu te teme să pui sub semnul

31 decembrie

Percepții

Învățarea lecțiilor pe care le aduce viața necesită multă răbdare și compasiune. E nevoie să înțelegem că nu e ușor pentru noi să schimbăm felul în care percepem realitatea. Dacă ar fi ușor, nu am avea nevoie de atât de multe lecții.

Majoritatea lecțiilor noastre nu ne cer să ne schimbăm pe noi înșine, pe ceilalți sau lumea. Ele ne cer să schimbăm percepția pe care o avem față de noi înșine, de ceilalți și de lumea din jurul nostru.

1 ianuarie

Autenticitate

Nu fi îngrijorat că drumul tău nu este la fel cu al celorlalți. E nevoie de curaj ca să fii tu însuți și să nu trăiești reacționând la ceea ce le place sau le displace altora. Fii curajos și urmează-ți inima. Tu trebuie să-ți urmezi propria ta cale unică, pentru a te onora pe tine însuși și pentru a-ți îndeplini țelul spiritual.

Dacă sensul vieții tale îi incomodează pe alți oameni, atunci ei nu trebuie să împărtășească această călătorie cu tine. Dacă așa stau lucrurile, nu fi dezamăgit.

Atunci când ceilalți aleg să plece – aceasta se datorează, de obicei, faptului că ei trebuie să meargă într-o altă direcție, pentru a se onora pe ei înșiși.

2 ianuarie

Schimbarea unui tipar vechi

Nu se mai poate să-ți asumi răspunderea pentru felul în care se simt ceilalți, sau să-i faci pe alții răspunzători pentru felul în care

te simți tu. Nu se mai poate să le ceri altora să îndrepte lucrurile în locul tău, sau să încerci să le îndrepti tu pentru alții. Aceste tipare vechi trebuie schimbate. Ele nu-ți dau forță nici ție, nici altora. Poți să crezi un nou tipar, lăsându-i pe ceilalți să-și vadă de viața lor – și asumându-ți chiar acum răspunderea pentru viața ta.

3 ianuarie

Percepție eronată

Atâta vreme cât tu nu percepi cu acuratețe realitatea, acea percepție eronată va avea nevoie de o corecție. Adeseori, tu interprezi acea corecție ca pe un atac. Dar ea nu este un atac. Este o ocazie de a vedea distorsiunea pe care frica a creat-o în modul tău de a gândi și de a-ți corecta imaginea, în așa fel încât să poți vedea ceea ce se află, cu adevărat, acolo.

4 ianuarie

A te apăra, fără să-i ataci pe ceilalți

Dacă ești provocat de cineva, remarcă modul în care răspunzi. Nu reacționa și nu ataca. Nu învinui. Nu proiecta. Nu încerca să faci pe altcineva răspunzător pentru ceea ce gândești sau simți tu. Asumă-ți în totalitate gândurile și sentimentele. Apoi, comunică-le celor care au nevoie să înțeleagă.

Spune: „Asta e problema mea, nu a ta. Este ceva ce mi se întâmplă mie.“

În felul acesta se pune capăt ciclului violenței.

5 ianuarie

A cere iubire

Atunci când te împrietenești cu copilul aflat în interiorul tău, el încetează să-i mai fie teamă să ceară iubirea pe care o dorește și

1 martie

Conștiința unității

Pășim în afara dualității, numai atunci când ne acceptăm experiența în totalitate. Minte care judecă, condamnă sau se angajează într-o percepție selectivă, nu face decât să adâncească experiența conflictului. Trăim experiența unității, numai atunci când ne acceptăm judecățile și le iertăm, numai atunci când învățăm să ne îmbrățișăm întreaga noastră experiență, așa cum este ea.

2 martie

Frumusețea

Frumusețea se manifestă într-un mod simplu și elegant.

Totul se petrece la momentul și la locul potrivit. Râul poate ieși din matcă, sau se poate reduce la un firicel. Anotimpurile de secetă și de inundații sunt inevitabile. Dar, mai curând sau mai târziu, râul va ajunge la mare. Rezultatul este sigur. Indiferent cât de mult ne îndepărtăm de natura noastră esențială, ne vom întoarce la ea. Destinul nostru este de a deveni cine suntem deja.

Atunci când ne acceptăm exact așa cum suntem, ne găsim clipele de cel mai mare extaz și de cea mai mare pace. În această acceptare, noi ne demonstrăm încrederea în râu.

Atunci când avem încredere în râu, el ne poartă acolo unde trebuie să ajungem.

3 martie

Nostalgie și vinovăție

Nostalgia noastră cu privire la trecut face ca tot ceea ce s-a petrecut să fie mai actual decât a fost atunci când l-am experien-

31 mai

A-ți iubi dușmanul

S-ar putea să crezi că dușmanul tău îți blochează accesul la iubirea pe care o dorești – când, de fapt, el este ușa către Sursa acelei iubiri. Dușmanul tău este aliatul tău deghizat. A face pace cu el, duce la pace în inima și mintea ta.

Capacitatea pe care o ai de a-ți iubi dușmanul îți demonstrează bunăvoința de a privi la toate locurile întunecate din mintea ta. Dușmanul tău este o oglindă în care privești – până când chipul furios pe care îl vezi îți zâmbeste.

1 iunie

Mesaje de la Spirit

Să nu fii surprins dacă Spiritul ți se adresează, atunci când te liniștești. Ar fi mai surprinzător dacă el nu ți s-ar adresa. Întrucât Spiritul nu are prea multe ocazii de a-ți capta atenția, de obicei el profită de ocaziile pe care le are.

Mesajele de la Spirit sunt înălțătoare, inspiratoare, încurajatoare și te aduc spre tine însuși. Ele nu fac lucrurile mai complicate și mai confuze, ci ne simplifică viețile și ne îndreaptă calea. Ele fac să ne fie mai ușor să ne iubim pe noi înșine și pe ceilalți.

2 iunie

Eliberarea de violență

Nu poți opri ura, luptând împotriva ei cu răzbunare. Fiecare act de violență atrage un contraact. Singura abordare care îți poate

aduce eliberarea de violență este una care este, ea însăși, nonviolentă. O soluție spirituală este singura cale.

3 iunie

A pune în practică iubirea

A ține predici celorlalți are rareori succes. Cuvintele de iubire necesită acțiuni care să le confirme. Dacă propovăduiești iubirea și acționezi într-un mod care denotă frică, oamenii nu sunt inspirați de exemplul tău.

Dacă vrei ca cineva să se comporte într-un mod plin de iubire, trebuie să fii dornic să-l iubești. Numai iubirea ta pentru acea persoană o va învăța ce înseamnă iubirea.

4 iunie

Chei către Împărăție

Iertarea este o problemă internă. Atunci când ne dăm seama că, în orice situație, nu există decât o singură persoană de iertat – și că aceea este noi înșine – înțelegem, în sfârșit, că ni s-au dat cheile către Împărăție.

5 iunie

Iubire fără condiții

Când iubești fără condiții, sprijini libertatea celorlalți de a-și alege propriul lor drum – chiar și atunci când nu ești de acord cu ei. Ai încredere că ei vor face cea mai bună alegere în ceea ce îi privește. Ai încredere în planul pe care îl are Dumnezeu pentru a-i

Fă tot ce îți stă în putință, pentru a fi cinstiți și deschiși unul față de celălalt. Lărgeste-ți puțin zonele în care te simți confortabil. Fii flexibil și constructiv. Fii primul care cedează și binecuvântează. Dăruiește, fără să te gândești la ce vei primi în schimb. Și, atunci când cazi, ridică-te și râzi de propria-ți prostie.

Nu vei fi niciodată perfect în capacitatea pe care o ai de a da și a primi iubire. Nu încerca să fii. Încearcă doar să fii, astăzi, puțin mai deschis decât ai fost ieri.

30 iunie

Sărăcie

Să nu crezi că nu ești demn de acceptare și iubire, numai pentru că nu ai obținut rezultatele materiale pe care le așteptai. Experiența sărăciei nu denotă că Dumnezeu te pedepsește. Ea înseamnă că tu îți arăți ție însuși o convingere care trebuie corectată.

1 iulie

Conectarea la iubire

Atunci când intri într-o pădure frumoasă, nu spui „numai mesteceții sunt frumoși“, sau „arșarii sunt mai buni decât stejarii“. Admiri frumusețea și diversitatea tuturor copacilor din pădure.

Cei care cred că religia lor este mai bună decât celelalte religii, pierd din vedere frumusețea diversității. Fiecare religie are un caracter unic, ce îi dă posibilitatea să se adreseze anumitor oameni, și nu altora. Dacă nu respectăm alte tradiții, ne-o vom slăbi pe a noastră. Îngustimea noastră de vederi și prejudecata vor fi evidente tuturor celor care ne ascultă.

Numai tratându-i pe oamenii care au alte convingeri cu iubire și acceptare, vom da tradiției noastre un bun renume.

Într-adevăr, numai conectându-ne la miezul învățaturii iubirii din cadrul tradiției noastre, putem transmite acea învățătură copiilor noștri. Un copac uscat nu face fructe. O religie care nu îi ajută pe adepții ei să se conecteze la iubire, nu se va dezvolta.

2 iulie

Abundență

Nu-ți vei spori fericirea, sporindu-ți, pur și simplu, posesiunile materiale. Îți sporești fericirea, numai sporindu-ți energia, exprimarea de sine și iubirea.

Scopul în viață nu ar trebui să fie să acumulezi resurse de care nu ai nevoie și pe care nu le poți folosi. El ar trebui să fie acela de a câștiga ceea ce ai nevoie, de a te bucura și de a putea împărtăși cu plăcere cu ceilalți.

3 iulie

A da și a primi

Poți da numai ceea ce crezi că ai și poți primi numai ceea ce crezi că meriți. Dacă încerci să dai ceva ce nu crezi că ai, ceilalți vor simți că darul tău nu este sincer și nu vor dori să-l accepte. Dacă încerci să primești ceva ce nu crezi că meriți, vei încărca darul cu atât de multe condiții, încât celorlalți le va fi imposibil să ți-l dea.

Astfel de încercări eșuate de a da și a primi pot fi epuizante din punct de vedere emoțional. De asemenea, ele îți pot slăbi încrederea de sine, în așa fel încât, atunci când pășești în următoarea