

MARIANNE WILLIAMSON

Grăția de fiecare zi

Speră, găsește iertarea
și săvârșește miracole

Ediție revizuită

Traducere din limba engleză
de Mihaela Ivănuș

Editura For You
București, 2017

*„Omul este o parte dintr-un întreg
numit «univers»,
o parte limitată în timp și spațiu.
El se experimentează pe sine,
gândurile și sentimentele sale, ca fiind ceva separat
de rest – un fel de iluzie optică a conștiinței.
Această amăgire este ca o închisoare pentru noi,
limitându-ne la dorințele personale și la sentimente
de afecțiune doar pentru câteva persoane apropiate nouă.
Sarcina noastră trebuie să fie aceea
de a ne elibera din această închisoare,
lărgind cercul compasiunii pentru a îmbrățișa toate
creaturile vii și întreaga natură, în toată frumusețea ei.
Nimeni nu poate reuși acest lucru în totalitate,
dar strădaniile noastre în această direcție
fac ele însele parte din procesul de eliberare
și creează o bază pentru siguranța interioară.“*

Albert Einstein



Introducere

Revendicarea magiei

Tatăl meu obișnuia să vorbească despre regula bizantină conform căreia nimic nu este ce pare a fi. Am simțit dintotdeauna că lipsește ceva din lume – sau că, cel puțin, există ceva important despre care nu discutăm.

Cred că foamea pentru o „dimensiune pierdută“ a experienței există în noi toți, iar ea nu dispare doar pentru că o ignorăm. Acest lucru este clar dacă ne gândim la milioanele de copii sau adulți care continuă să citească cărțile din seria *Harry Potter*. Se spune că ficțiunea este locul unde cineva poate spune adevărul. Noi *suntem* o ceată de personaje prostuțe, de tip Muggles (Încuiații), care pierde *cu adevărat* semnificația magică a existenței. Există o percepție colectivă a unei dimensiuni a realității situate dincolo de planul material, iar acea percepție determină, în zilele noastre, apariția pe planetă a unui revirement mistic. Nu numai copiii caută piesa care lipsește. Este o perspectivă foarte matură de punere sub semnul întrebării a naturii realității în care trăim.

Suntem ca niște păsări care au uitat că au aripi, regi și regine care și-au uitat moștenirea regală. Ne simțim încorsetați

de condiții care nu ar trebui să ne limiteze și neajutorați în fața unor forțe pe care ar trebui să le stăpânim. Nu este de mirare că acești copii sunt atrași de lecturi ce prezintă o lume în care oamenii au o existență cu mult mai multă magie decât cea pe care le-o oferim noi aici.

Am urmărit-o pe fiica mea cum s-a adâncit, ca mulți alți copii, cu inima și cu sufletul în seria cărților *Harry Potter*. Îmi amintesc că eu, la vârsta ei, eram însuflețită de o fascinație similară pentru cărți cum ar fi *O încreștură în timp*, *Pe jumătate magic* și pentru seria *Narnia*, scrisă de C.S. Lewis. Într-un moment de o anumită încărcătură emoțională, fiica mea mi-a spus că singura dată când s-a simțit cu adevărat fericită a fost în timp ce citea *Harry Potter*. Și, cu tristețe, am înțeles ce dorea să spună. Era singurul mod în care simțea că poate fi în legătură cu magicul.

Atunci când sunt sinceră cu mine însămi, știu că plâng în adâncul ființei mele, ca și fiica mea, întrucât nu regăsesc magia. Emma m-a întrebat de mai multe ori: „Mamă, cărțile cu Harry Potter sunt adevărate? Chiar există locuri magice ca acelea?” Și îi răspund cât de sincer pot, adică „Da”. Dar ea nu este niciodată satisfăcută atunci când îi vorbesc despre diferite niveluri de conștientă sau atunci când îi spun că magia din Harry Potter trăiește în noi toți. Ea dorește o magie mai simplă, lucru pe care îl înțeleg. Și presupun că, într-o zi, își va găsi propriul drum către magia care trăiește și respiră înăuntrul ei. Nimeni nu poate pași pe acest drum în locul altcuiva – nici chiar părinții pentru copii, oricât de mult am dori acest lucru. Însă, dacă și atunci când fiica mea va porni în călătoria sa mistică, ea va înțelege că există magie în lume, chiar în această clipă. Se găsește, efectiv, peste tot în jurul nostru. Fiecare dintre noi are un semn pe frunte, ca și Harry Potter, care ne indică faptul că toți avem o origine magică.

Harry Potter este un băiat dintr-un șir foarte lung de eroi mitici care i-au reamintit speciei umane că noi suntem cu mult mai mult decât credem, mult mai puternici decât părem să știm.

Iisus a spus că, într-o zi, vom face lucruri și mai mărețe decât a făcut El. Putem să nu avem încredere în cuvântul Lui? Nu ar putea să fie „într-o zi“ chiar astăzi?

Este momentul să începem să realizăm miracole, dacă într-adevăr avem capacitatea de a le face.

Această carte le este destinată celor care încearcă să facă miracole. Căutarea Sfântului Graal ce deține puteri miraculoase – înțelegerea instinctivă a omenirii că suntem destinați să ne înălțăm deasupra limitărilor lumii noastre fizice – durează de secole. Totuși, acum această căutare a devenit nu numai dorința călugărilor și a aventurierilor în ținuturi îndepărtate, ci și a multora dintre noi, cei care trăim vieți foarte practice. Noi vrem să cultivăm sacral în mijlocul micilor sau marilor dificultăți din viața cotidiană.

Vrem ca principiile spirituale să fie mai mult decât niște noțiuni frumoase și, totodată, abstracte – dorim ca ele să ne transforme efectiv viețile.

„Cerurile și pământul vor fi una“, se spune în Biblie, iar asta înseamnă că, într-o zi, vom trăi pe Pământ, dar vom avea numai gânduri înalte. Intersectarea existenței noastre materiale cu cea spirituală reprezintă puterea mistică simbolizată vizibil atât de crucea creștină, cât și de Steaua lui David a evreilor. Este punctul unde axa lui Dumnezeu întâlnește axa umanității. Mistical modern este cel care încearcă să încorporeze acest punct în experiența lui personală.

După părerea autorului Manly P. Hall, a fi mistic nu este o religie, ci o „convingere ce pornește din inimă“.

Realizez acum că incursiunea pe care am început-o în copilărie – începând cu lecturile despre magie, apoi continuând cu orele de filosofie, astrologie, tarot, I Ching și terminând

cu alte studii de teologie clasică și cu cartea *Curs de miracole* (o pregătire psihologică personală bazată pe teme spirituale universale) – a fost o versiune relativ comună a călătoriei spirituale a generației mele. Am fost cândva genul de persoană – iar în anii 1960 și 1970 erau mulți ca mine – care avea Luna și stelele lipite pe toți pereții încăperilor în care locuiam și reprezentate în toate bijuteriile pe care le purtam. Și să nu mai vorbim despre publicațiile Maxfield Parrish: culoarea, lumina, aluzia unei alte realități...

Îmi dau seama acum ce urmăream și mă gândesc cu compasiune la tânăra femeie de atunci, care gândea întotdeauna că trebuia să existe „ceva mai mult“. Acum, când mă sprijin ferm pe picioarele mele de persoană matură, pot vedea că drumul spiritual îmi cheamă de mult timp sufletul și că sunt pregătită să-mi dedic restul vieții mersului în această direcție, cât de bine voi putea.

Căutătorul din noi vrea întotdeauna mai mult Adevăr, știind că această căutare nu are sfârșit. Misticul din noi, pe de altă parte, încearcă să pună în practică ce a învățat până în acel moment: chiar acum, în acest moment, în orice face. Misticul este un practicant spiritual care nu caută numai să înțeleagă principiile conștienței spirituale, ci și să le încorporeze în cel mai bun mod posibil. Noi suntem de acord cu părerea – exprimată atât de filosofii antici, cât și de fizicienii moderni – conform căreia lumea este una. Totul este în legătură cu tot; de aceea, pe măsură ce noi ne schimbăm, lumea nu poate decât să se schimbe odată cu noi.

În lumea de astăzi, misticii moderni alcătuiesc un fel de mișcare subterană, căutând să transforme *totul*. Suntem peste tot, deoarece misticii au fost dintotdeauna peste tot. Provenim din toate religiile, întrucât misticii au provenit, dintotdeauna, din toate religiile, iar unii dintre noi nu se raportează la nicio religie. Tărâmul mistic se află în spatele tuturor dogmelor și în

spatele simțurilor din planul fizic. Misticul are chemare către o incursiune interioară, prin dificultățile întunecate ale existenței umane, până la iubirea profundă din inima lui Dumnezeu.

Am scris această carte cu intenția de a oferi un tovarăș de călătorie pentru misticul modern, care își petrece ziua cu cea mai profundă dorință de a fi în lume, dar de a nu aparține lumii – să pășească ferm pe pământ, dar mintea să se înalțe cu forță către cer. A avea o puternică legătură cu pământul, dar într-un fundament spiritual, integrând în uman conștiința cerului și cea a pământului – iată dorința misticului. Și această dorință nu este numai pentru noi înșine. Pentru că, pe măsură ce fiecare dintre noi își regăsește aripile, întreaga lume este elevată.

Calea mistică nu este întotdeauna ușoară și speranța mea este că această carte va fi un fel de hartă pentru depășirea celor mai dificile obstacole.

Scriind această carte, nu m-am erijat în postura cuiva care a stăpânit cu pricepere drumul, ci acționez ca o persoană care a pășit pe el, uneori cu stângăcie, timp de zeci de ani din viață. Sunt informații pe care le-am descoperit pe drumul meu, părți de cunoaștere și înțelegere care și-au găsit calea către mine, așa cum i-au găsit pe călătorii mistici din toate timpurile. Am văzut întunericul, dar, în același timp, am zărit și raze de lumină.

Fie ca această carte să lumineze calea cuiva și fie ca toți să intrăm pe ușa iluminată, în spatele căreia nu mai există întuneric. Fie ca cerurile întunecate ale inimii omenești să fie luminate de Lumina Adevărului.

Fie ca îndurarea și pacea lui Dumnezeu să coboare asupra noastră acum și pentru restul zilelor noastre.

Amin.



PRIMA PARTE

Gânduri de grație



Baghetele magice

Primul lucru de care are nevoie un mistic sunt instrumentele sale.

Când eram mică, în luna august a fiecărui an mergeam cu mama la magazin pentru a-mi cumpăra cele necesare anului școlar următor. Prima decizie importantă ce trebuia luată avea legătură cu cutia mea pentru sandvișuri. Doream imaginea cu Cenușăreasa pe partea ei frontală, sau pantofiori de balet, sau poate Albă ca Zăpada? Apoi urmau, bineînțeles, caietele, creioanele și pixurile, gumele de șters și o mulțime de alte lucruri, precum fișe, hârtiile de dimensiuni mici pentru notițe și compasurile. Numai atunci când totul era cumpărat eram pregătită să mă duc la școală.

Într-un final, am înțeles că instrumentele sunt esențiale în orice activitate importantă. Nu te duci la școală fără să fii pregătit, nu încerci să escaladezi un munte nepregătit și nu pășești pe calea mistică nepregătit.

De ce anume are nevoie misticul? De principiile spirituale, similare cu baghetele magice în ceea ce privește capacitatea lor de a transforma orice situație într-un creuzet de schimbări miraculoase. Ele transformă lumea transformându-ne pe *noi*. Calea mistică este o călătorie de transformare personală

și, în timp ce scopul călătoriei este de a redeveni noi înșine, putem realiza acest lucru numai dacă renunțăm la ceea ce nu suntem. Dacă dorim să experimentăm viața în deplinătatea ei, trebuie să pătrundem prin straturile iluziei care ascunde adevărul despre ceea ce suntem în realitate.

Calea mistică trece printr-o pădure foarte întunecată – pădurea propriului nostru psihic – și avem nevoie de instrumentele noastre pentru a o putea traversa.

Pe calea interioară întâlnim monștri și demoni. Întâlnim umilință, pentru a evolua până în punctul în care comportamentul nostru nu va mai duce spre umilință; întâlnim refuz, pentru ca să ajungem în punctul în care comportamentul nostru să nu mai ducă spre durerea respingerii; întâlnim strângerile de inimă provocate de regretul profund, pentru a evolua până în punctul în care comportamentul nostru nu ne va mai conduce spre regret. Întâlnim monștrii, pentru a-i răpune. Singurul mod prin care putem scăpa de întuneric este de a-l aduce la lumină.

Până ce nu-i întâlnim pe monștrii din noi înșine, continuăm să încercăm să-i răpunem pe cei din exterior. Și descoperim că nu putem. Deoarece tot întunericul din lume își are originea în inimă. Acolo trebuie să lucrăm. Universul este o hologramă, ceea ce înseamnă că întregul este regăsit în fiecare parte componentă. De aceea, pe măsură ce ne adresăm umbrei din noi, ne adresăm umbrei din lume. Misticul nu neagă prezența întunericului, din noi și din lume, ci doar susține existența luminii de dincolo de el. Și avem credința că lumina va ieși învingătoare, deoarece avem credința că lumina reprezintă adevărata noastră identitate. Sarcina noastră este de a ne reaminti acest lucru. Invocăm lumina prin recunoașterea activă a prezenței ei, exact așa cum stătea Harry Potter pe peronul 9^{3/4}, știind că poarta de trecere se va revela datorită naturii noastre reale. Întrucât Harry este magic, el locuiește într-o lume magică. Și noi, fiind magici, vom face la fel.

Tărâmul mistic ia naștere dintr-un alt mod de percepție decât acela cu care suntem obișnuiți. Specia umană se află în prezent la limita unei transformări istorice, din jocul cosmic al evoluției umane născându-se ochi noi, urechi noi, minți noi și inimi noi. Așa cum un embrion devine făt, noi devenim o versiune nouă, mai spirituală. Așa cum se întâmplă la orice altă specie, ne cresc aripi mistice pe măsură ce evoluăm în direcția care ne ajută să supraviețuim. Acum ne deplasăm către o compasiune universală, deoarece, dacă nu o vom face, ne vom cauza propria extincție. A fi mistic înseamnă să alegi renașterea, pentru noi înșine și pentru specia umană. Participăm cu toții la acest salt înainte, în care specia noastră va experimenta un capitol nou și fundamental din istoria noastră.

Schimbarea fundamentală nu este un eveniment întâmplător. Nu ne putem angaja din întâmplare în procesul de transformare spirituală. Nu este suficient să spunem „Oh, cred că o să fiu mistic anul acesta“. Misticismul nu este o *tendință*. Întreaga noastră ființă este chemată să participe la îndeplinirea acestei sarcini, deoarece călătoria de la densitate la lumină implică fiecare aspect a ceea ce suntem. Indiferent dacă suntem supărați pe cei de la curățătoria chimică pentru că ne-au stricat bluza preferată, pe prietenul care și-a încălcat promisiunea făcută sau speriați de diagnosticul de cancer la sân primit de prietena noastră cea mai bună, indiferent dacă suntem în căutarea unei slujbe noi, dacă ne îngrijorează starea în care se află căsnicia sau bombele nucleare și teroriștii din mijlocul nostru, vedem că tot ceea ce se întâmplă reprezintă încă un pas pe calea noastră. Pentru a transforma lumea, noi pășim pe calea mistică, transformându-ne mai întâi pe *noi înșine*. Numai dacă vom găsi iubirea din interior vom putea oferi iubirea care va salva lumea.

Fiecare dintre noi poartă, în adâncurile conștiinței, o cutie plină cu instrumente mistice. Și la loc central în trusa noastră stă bagheta magică. Bagheta nu este doar o prostioară din literatura

pentru copii. Basmele sunt pline de adevăruri arhetipale care îi învață nu numai pe copii, ci și pe adulții deschiși la minte adevăruri profunde și fundamentale despre natura realității noastre. Bagheta este un mijloc de deținere a puterii, nu doar pentru vrăjitori, ci și pentru voi și pentru mine. Bagheta este în mod esențial un principiu, o intenție, un gând concentrat. Atunci când gândul concentrat este negativ, creează răul. Iar când acesta este plin de iubire și de lumină, creează ocazii miraculoase de progres. Bagheta magică este puterea iluminată care emană din minte atunci când aceasta este în legătură cu inima.

Cei mai mulți dintre noi iubesc, în mod sigur. Totuși, deseori iubirea noastră este pasivă. Trebuie să fim activi în iubirea noastră pentru ca ea să ne poată schimba viețile. Lenea spirituală nu-și are locul pe acest drum. În primul rând, trebuie să depășim mitul neutralității. Pentru că, de fapt, nu există gând neutru; toate gândurile conduc spre dragoste sau spre lipsa ei. Cel care nu este dedicat iubirii cade pradă noțiunii opuse, deschizând ușa fricii la fel de sigur ca cineva care întâmpină conștient acea frică.

Există atât de multă iubire într-o inimă de om, și totuși ura ne amenință planeta. De ce? Deoarece ura este, în prezent, mai angajată decât iubirea. După cum spunea filosoful Edmund Burke, „Singurul lucru necesar pentru ca răul să triumfe este ca destui oameni buni să nu facă nimic“. Într-adevăr, forțele fricii din lumea aceasta sunt mai disciplinate, mai curajoase într-un mod mai activ decât forțele iubirii. Pentru că ura, așa cum știm prea bine, nu are nicio problemă în a-și mărturisi lumii intențiile sale. Răspunsul nostru nu ar trebui să fie doar că ne *opunem urii*; răspunsul nostru ar trebui să fie că *iubim lumea*. Atunci și numai atunci va triumfa cu adevărat iubirea: când copiii lui Dumnezeu nu numai că vor *simți* iubirea, ci o vor și *exprima*.

Atunci sarcina noastră este de a stăpâni energiile iubirii – de a ne da seama de puterea sa enormă, în moduri practice și

semnificative. Și iubirea trebuie să-și afirme intențiile, cu toată pasiunea născută dintr-o inimă plină de compasiune. Suntem o specie care are totul și, totuși, ceea ce ne lipsește este ceva ce numai noi putem oferi: puterea de convingere. Ceea ce dă naștere la miracole se naște din convingerea noastră că iubirea este calea.

Regăsim în cuvintele filosofului francez Teilhard de Chardin următoarele:

Într-o zi, după ce vom fi învățat să coordonăm vânturile și valurile, gravitația și marea, vom stăpâni energiile iubirii pentru Dumnezeu. Și atunci, pentru a doua oară în istoria umanității, oamenii vor descoperi focul.

Misticul trăiește cu acel foc în inimă. Acesta este motivul pentru care ne folosim baghetele, direcționând puterea strălucirii lor arzătoare spre zonele întunecate ale existenței umane. Tot ceea ce întâlnim pe parcursul zilei este o ocazie spirituală, dacă o abordăm cu iubire. Fiecare moment ne îndeamnă să ne ridicăm la cele mai înalte capacități: să alegem tăria în locul slăbiciunii, iertarea în locul dezaprobării, credința în locul îndoielii și iubirea în locul fricii. Și atunci când nu putem, îl rugăm pe Dumnezeu să ne ajute. Alegând iubirea, alegem să fim vindecați de forțele care ne-ar trage înapoi. Iubirea vindecă lumea vindecându-ne mințile, pentru că ceea ce se vindecă la nivelul conștiinței este vindecat la nivelul Cauzei ultime.

Lumea se va schimba atunci când *noi* ne vom schimba. Trăim vremuri în care puterea noastră tehnologică a depășit cu mult progresul nostru spiritual, astfel încât suntem amenințați de iminența unei catastrofe globale. Și totuși, învățătura există în noi – gravată în fiecare inimă umană – despre puterea de dincolo de mintea muritoare, care poate să facă pentru noi ceea ce noi nu putem să facem pentru noi înșine. Și dacă există un

moment potrivit pentru a ne demonstra umilința, ca o compensare a aroganței umane, atunci el a sosit. În prezent, există un val de conștiință în creștere printre oamenii care trăiesc pe Pământ, în măsura în care noi credem în posibilitatea existenței unei căi mai bune – o cale pe care emisfera stângă a creierului, mecanică, rațională, tehnologică, nu o poate accesa – care ne oferă speranța pe care mintea muritoare nu o poate oferi.

Există un alt mod de a cunoaște, un alt mod de a trăi și un alt mod de a iubi acest Pământ. Acest „alt mod“ este un tărâm plin de magie și de miracole. Este o lume mult mai reală decât cea pe care o vedem în jurul nostru. Este tărâmul de unde am venit inițial și în care toți dorim să ne reîntoarcem. „În ceea ce mă privește pe mine“, scria Walt Whitman, „nu cunosc nimic altceva decât miracole“. Totul, în afara miracolelor, se va dizolva în timp, datorită prezenței iubirii.

Imaginația noastră este matricea din care o nouă lume se va naște. Gândește-te la fiecare situație din viața ta ca fiind pregătită pentru o nouă naștere. Vezi cum o energie luminoasă îți iese din inimă și se extinde spre exterior, pentru a atinge toate lucrurile.

Trimite lumina asupra casei unde ai copilărit. Trimite-o asupra corpului fizic. Trimite-o asupra națiunilor aflate în război. Trimite-o asupra întregii planete. Trimite-o asupra persoanelor pe care le iubești. Trimite-o asupra persoanelor pe care le judeci. Simte acum o izbucnire de energie care vine peste tine, pe măsură ce extinzi această lumină. Evită tentația de a nu crede în această imagine. Nu e o fantezie inutilă, întrucât lumina este reală.

Acum, lasă lumina să-ți inunde corpul, sângele, oasele. Las-o să-ți ilumineze mintea, emoțiile, relațiile, cariera. Felicitări! Ai ridicat bagheta și ai început să o folosești.

Puterea noastră miraculoasă, în orice situație, reprezintă opțiunea de a sta în interiorul unui câmp de posibilități infinite.

Schimbarea perspectivei noastre mentale seamănă cu schimbarea lentilelor unui aparat de fotografiat. În Biblie se spune „Stai liniștit și simte că exist“. Acel moment de liniște are loc atunci când lentila noastră mentală are posibilitatea de a refoaliza. Și atunci, într-un moment de legătură sacră cu tot ce este viață, vom ști că numai iubirea este reală. În tumultul războiului, putem realiza, în liniște și cu tărie, că pacea este starea noastră naturală. Pe durata unei boli, putem realiza, în liniște și cu tărie, că sănătatea este starea noastră naturală.

A „ști că exist“ înseamnă să știi și să afirmi că numai universul lui Dumnezeu este real. Totul este un vâl al iluziei, creat de iluzia că noi suntem separați de El.

Cea mai mare putere de a ne schimba lumea stă în puterea noastră de a vedea ce este în spatele vălului, întrucât noi vom invoca lumea pe care alegem să o vedem. Asta ar putea să însemne renegarea informațiilor date de simțurile noastre fizice sau chiar ale minții noastre bazate pe logică. Această respingere reprezintă o negare pozitivă a așa-numitelor realități ale unei lumi întunecate.

Cât timp stăm cu fermitate într-un punct de lumină – deși am putea fi înconjurați de întuneric –, întunericul începe să se dizolve în nimicnicia din care a venit.

Atenția pe care o acordăm naturii gândirii noastre este, astfel, cea mai puternică atenție de care putem da dovadă.

Victoria noastră spirituală stă în înălțarea deasupra forțelor mentale ale fricii și limitării, utilizându-ne baghetele pentru a purifica formele-gând, obținând astfel puterea de a vindeca și de a fi vindecat. Vom gândi într-un mod nou și vom vedea cu alți ochi. Acesta este următorul pas al umanității: provocarea noastră spirituală, puterea și destinul pe care îl avem.

