

## ***Iubirea adevărată***

Iubirea adevărată se naște dintr-o stare de echilibru emoțional. Unul dintre scopurile relațiilor interumane este menținerea echilibrului afectiv. Dacă unul dintre parteneri este prea agitat și entuziasmat, celălalt îl ajută să-și tempereze trăirile. Dacă unul dintre parteneri este deprimat, celălalt îi ridică moralul. Dacă unul devine infatuat, celălalt îl ajută să-și domolească vanitatea. Dacă unul este cuprins de disperare, celălalt îi alungă gândurile negre. Acesta este mecanismul după care funcționează relațiile. Această acțiune de echilibrare asigură viabilitatea ordinii divine, sau a iubirii adevărate.

Obișnuiam să mă întorc acasă de la birou după o zi plină – consultam o grămadă de pacienți, ofeream o groază de servicii și câștigam o grămadă de bani. Mă urcam în Jaguarul meu, fudul ca un cocoș, zicându-mi: *Da, asta da zi! Cine vrea, să pună mâna pe mine – poate se ia norocul?*

Ajungeam acasă și... *bum!* Capac. „Unde-ai umblat până la ora asta? Trebuia să ieșim în oraș de-acum o oră! Ai cumpărat ce te-am rugat? Cine te crezi, vreo persoană importantă?” Mă prăbușeam cu o bufnitură zgomotoasă pentru că nu înțelegeam cum ar fi putut atitudinea ei să fie expresia unei iubiri adevărate.

Răspunsul meu spontan și imatur era: „Mulțumesc foarte mult. Până acum, mă simțeam optimist și pozitiv și mă bucuram de ce zi minunată am avut. Cum se face că-mi tai tot elanul? Eu muncesc din greu și tu nu mă susții deloc. Toată lumea vede ce om minunat sunt. Care-i problema ta?”

Și știți ce se întâmpla după aceea? Nicio activitate intimă, timp de o săptămână. Primeam o lecție de smerenie, pentru că *scopul nostru nu este să avem dreptate, ci să fim iubiți*. Aceste două laturi alcătuiesc iubirea adevărată. Ele creează echilibrul. Eram înconjurat de iubire, dar eram dependent de plăcerea pe care mi-o oferea slujba mea și nemulțumit de suferința proporțională de-acasă. Până la urmă, mi-am dat seama că de fiecare dată când veneam acasă plin de mine, nu eram prezent în familia mea. Și ori de câte ori nu eram prezent și plin de iubire față de familie, capacul pus mă aducea cu

picioarele pe pământ și mă determina să fiu prezent. Dar dacă se întâmpla să vin acasă extrem de deprimat, soția mea era acolo, mereu pregătită să-mi redea echilibrul.

Mi-am dat seama că, dacă îmi doream să ajung acasă și să fiu întâmpinat cu iubire, era spre binele meu să nu îmi mai fac apariția îmbătat de succes sau plin de înfumurare. Așa că, după ce mă urcam în mașină, începeam să mă întreb: *Bun, și-acum ia să vedem, ce pacient am uitat să sun? Ce lucrare am uitat să finalizez? Cui nu am reușit să îi ofer cele mai bune servicii?* Intram în starea de smerenie și nu pășeam în casă până nu mă simțeam echilibrat și prezent.

Ca orice știință adevărată care poate fi reprodusă, dacă puneti în aplicare principiile de mai sus, partenerul dumneavoastră va avea mereu o atitudine plină de afecțiune. Este absolut uimitor. Literalmente aveți puterea să modificați starea partenerului de la distanță, asumându-vă starea de iubire echilibrată. Atunci când simțiți iubirea adevărată, vi se relevă echilibrul din tot ceea ce vă înconjoară. Dacă experimentați o emoție unilaterală, căutați să obțineți și cealaltă latură, ca să reveniți la iubirea adevărată și echilibrată. Așa funcționează ordinea divină.

În momentul în care devii conștient de acest echilibru și contempli natura perfect echilibrată a întregii creații, devii o ființă liberă. Știi că lumea este perfect echilibrată, atât în interior, cât și în exterior. Abia atunci poți să-ți crezi singur viața și să nu te mai lași condus de laude și vinovăție. Începi să-ți clădești propriul destin și accepți să fii îndrumat de latura ta iluminată, în loc să te lași controlat de latura care speră și se teme.

Dacă vă place să fiți regizorul propriei vieți, trebuie să vă echilibrați mai întâi percepțiile și emoțiile. Iar când spun echilibru, nu mă refer la indiferență sau apatie; mă refer la o stare de stabilitate și calm interior care este mai presus de extremele emoționale. Inima nu se deschide decât atunci când mintea devine echilibrată în mod conștient, însă emoțiile instabile închid calea către revelație. Iată de ce Sf. Augustin a ținut să sublinieze că „voința Domnului este echilibrul”. Dumnezeu vrea să-ți deschizi inima și să înțelegi că ești o parte din acea divinitate, în ciuda oricăror păreri de măreție, inutilitate și temeri îndoielnice.

Atunci când voința oamenilor intră în armonie cu voința echilibrată a lui Dumnezeu, inima intră în comuniune cu divinitatea. Datoria noastră ca ființe umane este să conștientizăm în cel mai înalt grad dinamica vieții, pentru că ea face tot ce-i stă în putere ca să ne redea echilibrul și să ne deschidă ochii asupra acestui adevăr. Doar atunci când vom începe să percepem echilibrul întregii creații vom accepta și posibilitatea existenței unei ordini și inteligențe ascunse în culisele întregii noastre vieți.

Iubirea este alcătuită din două laturi: sprijin și provocare. Avem obligația să experimentăm ambele laturi în mod egal și să trăim în acest univers al dualității până când vom putea înțelege măreția echilibrului lor implicit. Știați că dacă îi oferiți unei persoane sprijin o puteți transforma într-o ființă neputincioasă și dependentă, în timp ce provocările au darul să-i confere putere și independență? Ne judecăm aspru ori de câte ori avem senzația că ne-am purtat urât cu cineva, dar asta doar pentru că nu înțelegem cum funcționează echilibrul. Grație ordinii divine, persoana cu care noi ne-am purtat urât a primit în același moment bunătate de la altcineva. Răutatea noastră a făcut-o mai independentă, în timp ce bunătatea celuilalt a făcut-o mai dependentă. Nici nu bănuieți de câte ori am avut ocazia să văd un copil provocat de tată și încurajat de mamă, și invers. Cu cât era mai blând și mai îngăduitor un părinte, cu atât mai aspru și mai sever era celălalt. Cu cât unul era mai moale, cu atât mai dur devenea celălalt și, împreună, cei doi alcătuiau balanța iubirii.

Un copil are nevoie în egală măsură de sprijin și provocări, perfect echilibrate. Dacă un părinte alege latura sprijinului, celălalt trebuie să-și asume latura opusă. Dacă nu, provocările vor veni din direcția fratelui sau a surorii, sau puștiul vecinilor îl va bate în mod repetat. Copilul nu are cum să scape de ceea ce este necesar pentru stabilirea echilibrului. Dacă nu mă credeți, luați cazul dumneavoastră. Vă amintiți de unele momente în care să fi primit și laude, dar și mustrări, deopotrivă? Altfel nu se poate. Dacă ați avea parte din prima zi de viață numai de provocări, nu ați putea trăi în familia dumneavoastră. Dacă ați primi mereu doar sprijin din partea familiei, nu ați putea supraviețui când ați rămâne pe cont propriu.

Natura nu îngăduie altceva decât echilibru. V-ați întrebat vreodată de ce unii dintre cei mai faimoși actori și staruri rock se sinucid, consumă droguri în exces sau își distrug singuri viețile? Înclinațiile lor sinucigașe sau încercările de sinucidere constituie de multe ori reacții compensatoare la adulațiile anturajului, care îi ridică în slăvi atât de mult, încât ajung să se creadă invincibili. Având în vedere că laudele și vinovăția sunt echilibrate, oricine se amăgește, crezându-se mai bun decât este în realitate, mai devreme sau mai târziu va ajunge să se autoînvinovățească și să-și distrugă viața pentru că nu este capabil să se ridice la înălțimea fanteziei sale. Oricât de ciudat ar părea, detractorii și tabloidele ajută de fapt celebritățile să rămână în viață, pentru că echilibrează laudele și adulațiile pe care aceștia le primesc.

Una dintre cele mai puternice iluzii căreia îi cad pradă oamenii este obținerea plăcerii fără durere, a laudei fără muștrare sau a bunătății fără răutate. Încercarea de a experimenta doar evenimente înșelătoare, unilaterale, într-un univers bilateral este rădăcina așa-zisei suferințe umane. Din clipa în care veți accepta echilibrul și adevărul, viața dumneavoastră va fi învăluită în iubire. Nu aveți cum să scăpați de iubirea adevărată. Nu puteți fugi de ea. Și oricum, nu ați avea unde să vă ascundeți. Atunci când veți înțelege acest adevăr, temerile și vinovăția vor dispărea, și veți putea începe să dansați cu viața.

### ***Maestrul coregraf***

Am locuit odată într-o casă pe plajă, lângă Del Mar, California. Într-o zi, am intrat într-un magazin de alimente dietetice ca să cumpăr un suc de morcovi și l-am auzit vorbind pe un domn, care dezbătea idei filozofice. Nu puteam rata o astfel de ocazie, așa că ne-am așezat la o masă ca să stăm de vorbă. Mi-a spus că era maestru de arte marțiale, că antrenase nenumărate vedete de la Hollywood și că studiasse și filozofia. După discuția noastră îndelungată, m-a întrebat dacă nu eram interesat să-i mai dezvălui câteva din teoriile mele filozofice în schimbul unor lecții de arte marțiale. Bineînțeles că am acceptat și l-am invitat la mine acasă.

Ne-am instalat în livingul meu spațios, cu pereți de sticlă și vedere la ocean, și l-am întrebat: „În regulă, ce trebuie să fac?”

Mi-a răspuns: „OK, iată care este prima lecție. Vreau să faci tot posibilul să mă ataci. Încearcă să mă omori.”

Mi-am zis: *Hmm, suntem abia la prima lecție și el vrea deja să-l omor. Biiine.*

Așa că am încercat să-i dau un pumn și imediat, cu numai două degete, mi-a prins brațul și mi l-a răsucit, m-a dezechilibrat și m-a aplecat pe spate, m-a sărutat pe obraz și m-a readus în poziție verticală. Cu doar două degete!

Mi-a spus: „Mai încearcă o dată.”

Mi-am zis: *În regulă, o să încerc să îl lovesc cu piciorul.* Dar când am încercat să-l lovesc, el s-a tras deoparte și a folosit aceleași două degete ca să-mi ridice piciorul, să mă dezechilibreze și să mă sărute pe obraz. A treia oară am încercat o lovitură prin răsucire, însă el n-a făcut decât să se ferească și să mă sărute din nou pe obraz. Indiferent ce făceam, nu reușeam deloc să-l ating, așa că, în cele din urmă, am izbucnit în râs.

M-am declarat învins, transpirat și răsufflând din greu, și l-am întrebat: „OK, ce ar trebui să învăț din asta?”

Mi-a răspuns: „Iată prima ta lecție. Un maestru nu cunoaște conceptul de atac, pentru el nu există decât invitații la dans. Un novice însă, din cauză că este nesigur, se consideră mereu victima unui atac. Indiferent de situație, dacă este vorba de un lucru pentru care nu este pregătit, el îl va percepe ca pe un pericol, iar acesta va ajunge să-i conducă viața. Însă atâta timp cât este vorba de un lucru pe care îl consideră ca având un echilibru perfect între *yin* și *yang*, el nu se va lăsa deloc influențat. Maeștrii reacționează inteligent la astfel de lucruri și le transformă în invitații la dans.”

Domnul acela nu s-a simțit amenințat de niciunul dintre gesturile pe care aș fi putut eu să le fac, deoarece se pregătise deja pentru orice posibilitate. A rămas tot timpul calm și prezent și mi-a transformat tentativele de atac mortal într-o coregrafie grațioasă. Imaginea pe care o oferea era pe cât de educativă, pe atât de distractivă.