

GHID PRCTIC DE AUTOCUNOAȘTERE

○ carte a înțelepciunii toltece

AL CINCILEA LEGĂMÂNT

DON MIGUEL RUIZ,

DON JOSE RUIZ

CU JANET MILLS

Traducere:

Diana Maria Trăncuță



EDITURA MIX
CRISTIAN 2017



INTRODUCERE

de don Miguel Ruiz

CARTEA *CELE PATRU LEGĂMINTE* A FOST publicată acum mulți ani. Dacă ai citit-o, știi ce pot face aceste legăminte. Ele pot să-ți transforme viața prin ruperea miilor de înțelegeri restrictive pe care le-ai făcut cu tine, cu alți oameni, cu *viața* însăși.

Când citești pentru prima oară *Cele patru legăminte*, se întâmplă magia. Ea merge dincolo de cuvintele pe care le citești. Simți că deja știi fiecare cuvânt din carte. O simți, dar poate niciodată n-ai pus-o în cuvinte. Când citești cartea pentru prima oară, aceasta îți pune credințele la încercare și te aduce la limita puterii tale de înțelegere. Rupi multe înțelegeri restrictive și depășești multe provocări, dar apoi vezi altele. Când citești cartea a doua oară, te simți ca și cum ai citi o carte complet diferită, pentru că limitele puterii tale de înțelegere deja s-au extins. Din nou,

te trimite într-o cunoaștere mai profundă a propriului tău sine și atingi limita posibilă în acel moment. Iar când citești cartea pentru a treia oară, este ca și cum ai citi deja o altă carte.

Exact ca în magie, pentru că ele *sunt* magice, cele patru legăminte te ajută treptat să-ți redescoperi adevăratul sine. Practicându-le, aceste patru legăminte simple te aduc la ceea ce ești cu *adevărat*, nu la ceea ce pretinzi că ești, și aici este locul în care vrei să fii: unde ești tu cu adevărat.

Principiile din *Cele patru legăminte* vorbesc pe înțelesul fiecărei ființe umane, de la tineri la bătrâni. Vorbesc pentru oameni din toată lumea, având culturi diferite – oameni care vorbesc limbi diferite, oameni ale căror credințe religioase și filosofice sunt în mare măsură diferite. Au învățat la tipuri diferite de școli, de la școli generale la licee și universități. Principiile din *Cele patru legăminte* ajung la toată lumea, fiindcă ele, pur și simplu, reflectă simțul realității.

Acum e timpul pentru un alt cadou: *Al cincilea legământ*. Al cincilea legământ nu a fost inclus în prima mea carte pentru că primele patru legăminte erau îndeajuns de provocatoare la acel moment. Al

AL CINCILEA LEGĂMÂNT

cincilea legământ e creat din cuvinte, desigur, dar înțelesul și intenția sa trec dincolo de cuvinte. Al cincilea legământ este, în cele din urmă, despre cum să vezi întreaga ta realitate prin ochii adevărului, *fără* cuvinte. Rezultatul practicării celui de-al cincilea legământ este acceptarea completă a propriei ființe, așa cum este, și acceptarea completă a celorlalți, așa cum sunt. Răsplata este fericirea ta eternă.

Acum mulți ani, am început să predau câteva dintre conceptele din această carte discipolilor mei, dar apoi m-am oprit pentru că nimeni nu părea să înțeleagă ce încercam să spun. Deși le-am împărtășit al cincilea legământ discipolilor mei, am descoperit că nimeni nu era pregătit să-și însușească învățămintele care stau la baza acestui legământ. Ani mai târziu, fiul meu, don Jose, a început să împărtășească aceleași învățăminte unui grup de studenți, iar el a reușit acolo unde eu am dat greș. Poate că motivul pentru care don Jose a avut succes a fost acela că el a avut încredere deplină în răspândirea mesajului. Simpla lui prezență revela adevărul și pune la încercare credințele oamenilor care luau parte la cursurile lui. Le-a schimbat complet viețile.

Introducere

Don Jose Ruiz a fost discipolul meu încă de când era un copil, de când învăța să vorbească. În această carte, sunt onorat să-mi prezint fiul și să prezint esența învățămintelor pe care le-am obținut împreună, de-a lungul a șapte ani.

Pentru a păstra acest mesaj cât mai personal posibil și a păstra vocea la persoana întâi din restul seriei Înțelepciunii Toltece, am ales să scriem *Al cincilea legământ* tot la persoana întâi. În această carte, ne adresăm cititorului cu o singură voce și cu o singură inimă.

PARTEA a -II-a



FORȚA ÎNDOIELII



8

FORȚA ÎNDOIELII

Fii sceptic, dar învață să asculți

Al cincilea legământ este *fii sceptic, dar învață să asculți*. Fii sceptic pentru că, în mare parte, ceea ce auzi nu este adevărat. Știi că oamenii vorbesc cu ajutorul simbolurilor, iar acele simboluri nu constituie adevărul. Ele sunt adevărate doar pentru că noi suntem de acord cu asta, nu pentru că ele chiar sunt adevărate. Dar a doua parte a legământului este *învață să asculți*, iar motivul este simplu: când înveți să asculți, înțelegi sensul simbolurilor pe care le folosesc oamenii; înțelegi povestea lor,

iar comunicarea se îmbunătățește din plin. Poate că atunci, în locul confuziei dintre oamenii care trăiesc pe pământ, va exista claritate.

Odată ce îți dai seama că aproape nimic din ce știi prin simboluri nu este adevărat, atunci *fii sceptic* are un înțeles mult mai profund. *Fii sceptic* reprezintă o măiestrie, pentru că folosește forța îndoielii pentru a discerne adevărul. Ori de câte ori auzi un mesaj venit de la tine însuși sau de la un alt artist, pur și simplu întreabă-te: *Este adevărat sau nu? Este realitate sau realitate virtuală?* Îndoiala te aduce în spatele simbolurilor și te face responsabil pentru fiecare mesaj pe care îl transmiți și pe care îl primești. De ce ai vrea să-ți investești credința într-un mesaj care nu e adevărat? Fiind sceptic, nu crezi în fiecare mesaj; nu îți pui credința în simboluri, iar când credința ta nu e în simboluri, e în tine.

Dacă credința înseamnă să crezi fără să te îndoiești, iar îndoiala înseamnă să nu crezi, atunci *fii sceptic. Nu crede. Ce nu vei crede?* Ei bine, nu vei crede toate poveștile pe care noi, artiștii, le creăm cu ajutorul cunoașterii. Știi că cea mai mare parte din cunoaștere nu este adevărată

– întreaga simbolică nu e adevărată – așa că *nu mă crede pe mine, nu te crede pe tine, și nu crede pe nimeni altcineva*. Adevărul nu cere să-l crezi; el pur și simplu există, și supraviețuiește indiferent dacă crezi sau nu în el. Minciunile cer să le crezi. Dacă nu le crezi, ele nu supraviețuiesc scepticismului tău și dispar.

Dar scepticismul poate merge în două direcții. Una implică să pretinzi că ești sceptic doar pentru că crezi că ești prea deștept ca să fii păcălit. „Priviți ce inteligent sunt. Nu cred în nimic”. Acesta nu este scepticism. Scepticism înseamnă să nu crezi tot ce auzi, și nu crezi fiindcă nu e adevărat, atâta tot. Să fii sceptic înseamnă doar să fii conștient că toată omenirea crede în minciuni. Știi că distorsionăm adevărul pentru că visăm, iar visul nostru este doar o reflexie a adevărului.

Fiecare artist distorsionează adevărul, dar nu trebuie să judeci ce spune cineva sau să-l numești pe acel cineva mincinos. Toți spunem minciuni, într-un fel sau altul, și nu o facem pentru că vrem să mințim. O facem din cauza a ceea ce credem; din cauza simbolurilor pe care le-am învățat și a modului în care aplicăm acele simboluri. Odată ce

devii conștient de acest lucru, al cincilea legământ capătă mult sens și poate face o diferență foarte mare în viața ta.

Oamenii vor veni și-ți vor spune povestea lor. Îți vor spune punctul lor de vedere, ceea ce cred ei că e adevărat. Dar tu nu vei judeca dacă e adevărat sau nu. Nu judeci în niciun fel, dar ai respect. Asculți cum oamenii se exprimă prin simboluri, știind că orice spun ei este distorsionat de credințele lor. Știi că ce îți spun ei nu e decât o poveste și știi asta pentru că o poți simți. Pur și simplu știi. Și știi, de asemenea, când cuvintele lor vin din adevăr, știi fără ai nevoie de cuvinte, iar asta e ideea principală.

Adevăr sau ficțiune, nu ești nevoit să crezi povestea oricui. Nu trebuie să-ți formezi o opinie în legătură cu ce spune cineva. Nu trebuie să-ți exprimi propria ta opinie. Nu trebuie să fii sau nu de acord. Doar *ascultă*. Cu cât o persoană e mai clară în ceea ce spune, cu atât mesajul va fi mai clar, însă cuvintele care vin de la un alt artist nu au nimic de-a face cu tine. Știi că nimic nu e personal. Asculți și înțelegi cuvintele, dar ele nu te mai afectează. Nu mai judeci ce spun alții pentru

că înțelegi ce fac ei. Te lasă să vezi ce se petrece în lumea lor virtuală.

Ești deja conștient că toți artiștii trăiesc în propriul lor vis, în propria lor lume. În acea lume, orice percep, pentru ei este adevărat, și ar putea să fie absolut adevărat pentru artiștii care își spun propria poveste, dar nu e adevărat și pentru tine. Singurul adevăr pentru tine este cel pe care îl percepi în lumea ta. Conștientizând acest lucru, nu mai există nimic de dovedit nimănui. Nu este vorba despre a avea dreptate sau nu. Respectă orice spune cineva, pentru că acel cineva este un alt artist care vorbește. Respectul este extrem de important. Când înveți să asculți, arăți respect pentru ceilalți artiști – pentru arta lor, pentru creația lor.

Toți artiștii au dreptul să-și creeze arta în orice fel vor. Au dreptul să creadă orice vor să creadă; au dreptul să spună orice vor să spună, dar, dacă nu înveți să asculți, nu vei înțelege niciodată ceea ce spun. Să asculți este extrem de important în comunicare. Când înveți să asculți, știi exact ce vor alți oameni. Odată ce știi ce vor, depinde de tine ce faci cu toată acea informație. Poți să reacționezi sau nu,

poți să fii sau nu de acord cu ce spun ei, iar acest lucru depinde de ceea ce-ți dorești *tu*.

Doar pentru că ceilalți oameni vor ceva, nu înseamnă că trebuie să le dai ce vor. Oamenii încearcă mereu să-ți capteze atenția, pentru că, prin atenție, pot să obțină orice informație. De multe ori, pur și simplu nu vrei acea informație. Asculți; nu o vrei, o ignori și îți îndrepti atenția către altceva. Dar dacă acea informație îți captează atenția, atunci vrei cu adevărat să asculți, ca să descoperi dacă ce spune cineva e important pentru tine sau nu. Apoi, poți împărtăși cu alții punctul tău de vedere, dacă vrei, fiind conștient că e doar un punct de vedere. Aceasta e alegerea ta, dar cheia este să *asculți*.

Dacă nu înveți să asculți, nu vei înțelege niciodată ce împărtășesc cu tine acum. Vei trage concluzii pripite și vei reacționa ca și cum este vorba despre visul tău, când, de fapt, nu este. Când alți artiști îți împărtășesc visul lor, fii conștient că este visul *lor*. Știi care este visul tău și care nu este.

Acum, împărtășesc cu tine felul în care percep lumea, felul în care visez, iar poveștile mele sunt, pentru mine, adevărul, dar eu știu că ele

nu reprezintă adevărul *real*, deci să nu mă crezi. Desigur, din punctul meu de vedere, împărtășesc cu tine adevărul. Dau tot ce am mai bun pentru a folosi cuvintele în cel mai clar mod, astfel încât să înțelegi ce spun, dar chiar dacă împărtășesc cu tine o copie exactă a adevărului, știu că vei distorsiona mesajul meu imediat ce acesta trece din mintea mea într-a ta. Vei auzi mesajul și-ți vei spune același mesaj într-un mod cu totul diferit, conform punctului *tău* de vedere.

Atunci poate că ce spun este adevărat sau nu, dar poate ce crezi tu nu este adevărat. Sunt doar o singură parte a mesajului; tu ești cealaltă. Sunt responsabil pentru ce spun, dar nu sunt responsabil pentru ce înțelegi. Tu ești responsabil pentru ce înțelegi; ești responsabil pentru orice faci cu ceea ce auzi în mintea ta, pentru că tu ești cel care dai sens fiecărui cuvânt pe care îl auzi.

Chiar acum, interpretezi ce spun prin prisma cunoștințelor tale proprii. Rearanjezi simbolurile și le transformi astfel încât să menții un echilibru în tot sistemul tău de credințe. Odată ce dobândești acest echilibru, poți să accepți sau nu povestea mea ca fiind adevărată. Și poți să presupui că ce îți spui

ție însuși este ceea ce am intenționat eu să spun, dar acest lucru nu înseamnă că presupunerea ta este adevărată. Poți interpreta greșit ceea ce spun. Poți folosi ce auzi pentru a mă învinovăți, pentru a învinovăți pe altcineva, pe tine însuși, religia sau filozofia, poți să fii supărat pe toată lumea, pe tine, în principal. Poți folosi ce auzi și pentru a descoperi adevărul, pe tine însuși, pentru a face pace cu tine însuși, și poate pentru a schimba mesajul pe care ți-l transmiți ție însuși.

Orice faci din cuvintele mele depinde de tine. Este visul tău, iar eu îți respect visul. Nu trebuie să mă crezi, dar dacă înveți să ascuți, poți să înțelegi ce zic, iar dacă informația pe care o împărtășesc cu tine are sens pentru tine, atunci o poți face o parte a visului tău, dacă vrei. Poți lua orice cuvinte care te ajută și le poți folosi pentru a-ți schimba visul, iar ce nu te ajută, ignoră pur și simplu. Nu va conta pentru mine, dar probabil va conta pentru tine, deoarece eu fac presupunerea, știind că este o presupunere, că tu vrei să devii un artist mai bun și, din acest motiv, tu îți pui sub semnul întrebării credințele.

Atunci, *fii sceptic*. Nu mă crede pe mine, nu crede pe nimeni altcineva, dar, mai ales, nu te

crede pe tine însuși. Când spun *nu te crede pe tine însuși*, Dumnezeu, vezi ce implică acest lucru? Nu crede tot ce ai învățat! Să nu te crezi pe tine însuși reprezintă un mare avantaj, pentru că mare parte din ce ai învățat nu este adevărat. Tot ce știi, întreaga ta realitate, nu reprezintă decât simboluri. Dar tu nu reprezinți grămada de simboluri care vorbesc în mintea ta. Știi asta și de aceea ești sceptic și nu te crezi pe tine însuși.

Dacă credințele tale îți spun: „Sunt gras. Sunt urât. Sunt bătrân. Sunt un ratat. Nu sunt suficient de bun. Nu sunt suficient de puternic. Nu voi reuși niciodată”, atunci nu te crede pe tine însuși, fiindcă nu este adevărat. Aceste mesaje sunt distorsionate. Ele nu sunt decât minciuni. Odată ce vezi minciunile, nu trebuie să le crezi. Folosește forța îndoielii pentru a pune sub semnul întrebării fiecare mesaj pe care ți-l transmiți ție însuși. „Este chiar adevărat că sunt urât? Este chiar adevărat că nu sunt suficient de bun?” Acest mesaj e real sau virtual? Bineînțeles, este virtual. Niciunul dintre aceste mesaje nu vine din adevăr, din viață; ele vin din distorsionările cunoștințelor noastre. Adevărul e că nu există oameni urâți. Nu există suficient de bun

sau suficient de puternic. Nu există niciun cod universal de legi care să ateste că vreuna dintre aceste critici este reală. Aceste critici sunt doar legăminte pe care le fac oamenii.

Poți vedea ce se întâmplă, în consecință, dacă te crezi pe tine însuți? Este unul dintre cele mai rele lucruri pe care le poți face, fiindcă ți-ai spus toată viața minciuni, iar dacă crezi toate acele minciuni, visul tău nu este, din acest motiv, un vis frumos. Dacă crezi ceea ce îți spui, poți folosi toate acele simboluri pe care le-ai învățat ca să te rănești singur. Visul tău poate fi chiar iad absolut, deoarece, crezând în minciuni, îți creezi iadul personal. Suferi nu fiindcă cineva te face să suferi; suferi fiindcă te supui tiranului care-ți conduce mintea. Când tiranul e supus ție, când nu mai există un judecător sau o victimă în mintea ta, nu vei mai suferi.

Tiranul tău e nemilos. Te abuzează mereu, folosind toate acele simboluri împotriva ta. Crește din otrava emoțională generată de emoțiile negative, iar felul în care generează aceste emoții în interiorul tău este judecând și exprimând păreri. Nimeni nu te judecă mai mult decât te judeci tu. Sigur că încerci să scapi de judecată, de vină, de respingere,

de pedeapsă. Dar cum poți scăpa de propriile tale gânduri? Dacă nu îți place de cineva, poți trece mai departe. Dacă nu îți place de tine însuși, oriunde ai merge, ești încă aici. Te poți ascunde de restul lumii, dar nu te poți ascunde de propria ta judecată. Pare că nu există nicio scăpare.

De aceea, atât de mulți oameni mănâncă peste măsură, iau droguri, fac abuz de alcool și devin dependenți de diferite substanțe și comportamente. Apoi încearcă să facă ce pot pentru a evita propria lor poveste, pentru a evita propria lor creație care le distorsionează toate simbolurile din minte. Unii oameni suferă o durere emoțională atât de mare încât decid să își ia propria viață. E ceea ce minciunile ne pot face oricărui dintre noi. Vocea cunoașterii poate deveni atât de distorsionată și poate crea atâta ură de sine încât ucide omul. Iar acest lucru se întâmplă deoarece credem toate acele păreri pe care ni le-am însușit de-a lungul anilor.

Imaginează-ți că toate părerile tale, plus părerile tuturor din jurul tău, sunt ca un uragan uriaș în interiorul tău. Imaginează-ți cum e să crezi toate acele păreri! Ei bine, dacă ești sceptic, dacă nu te crezi pe tine însuși și pe nimeni altcineva, atunci

niciuna dintre acele opinii nu te poate afecta sau dezechilibra. Când deții controlul asupra propriilor simboluri, ești tot timpul echilibrat, relaxat și calm, pentru că *adevăraturul* tu face alegerile din viața ta, nu simbolurile. Când vrei să comunici ceva, le ordoni simbolurilor, și acesta este felul în care ele sunt rostite.

Tu ești artistul și tu poți aranja simbolurile în orice fel vrei, în orice direcție vrei, pentru că toate acele simboluri sunt la comanda ta. Poți folosi simbolurile pentru a cere ce ai nevoie, pentru a spune ce vrei, ce nu vrei. Poți să-ți exprimi gândurile, sentimentele, visele în cea mai frumoasă poezie sau proză. Dar doar fiindcă folosești un limbaj pentru a comunica, nu înseamnă că și crezi în el. De ce trebuie să crezi ceea ce știi deja? Când ești singur și vorbești cu tine însuși, acest lucru n-are niciun sens. Ce îți poți spune fără să știi deja?

Dacă înțelegi cel de-al cincilea legământ, vei vedea motivul pentru care nu trebuie să crezi ce poți să *vezi*, ce știi deja fără să ai nevoie de cuvinte. Adevărul nu se naște din cuvinte. Adevărul este tacit. Este ceva ce pur și simplu știi; este ceva ce poți simți în lipsa cuvintelor, și este numit

cunoaștere tacită. Cunoașterea tacită este ceea ce știi înainte să-ți investești credința în simboluri. Când te deschizi spre adevăr, și înveți să ascuți, toată simbolurile își pierd valoarea, iar singurul lucru care rămâne este adevărul. Nu există nimic de știut; nimic de justificat.

Ce îți împărtășesc nu este ușor de înțeles și, în același timp, este atât de simplu încât e evident. În final, vei realiza că limbajul reprezintă simboluri care sunt adevărate doar pentru că tu *crezi* că sunt, și dacă le lași deoparte, ce rămâne? Adevărul. Vezi un scaun și nu știi cum să-l denumești, dar stai pe el, iar adevărul e acolo. Lucrul material e adevărul. Viața e adevărul. Lumina e adevărul. Iubirea e adevărul. Visul uman nu e adevărul, dar acest lucru nu înseamnă că e greșit. A fi greșit este doar un alt concept care nu e nici el adevărat.

Odaă ce îți dai seama că tu crezi întreaga simbolică prin care comunică cu cei asemeni ție, descoperi că simbolurile nu sunt cu adevărat bune sau rele, corecte sau greșite. Tu le faci să fie corecte sau greșite prin credințele tale. Aceasta este forța credinței tale, dar adevărul este dincolo de credință. Când treci dincolo de simboluri, ceea ce descoperi

este o lume a perfecțiunii unde toți și toate sunt perfecte. Chiar și investiția credinței tale în fiecare cuvânt este perfectă. Chiar și furia, drama și minciunile tale sunt perfecte. Chiar și iadul în care trăiești uneori este perfect, pentru că doar perfecțiunea există. Imaginează-ți să fi trăit toată viața fără să înveți toate minciunile care alcătuiesc cunoștințele tale, fără să suferi în urma investiției credinței tale în minciuni, superstiții și păreri. Ți-ai fi trăit viața ca restul animalelor, ceea ce înseamnă că ți-ai fi păstrat inocența.

În procesul dresajului, îți pierzi inocența, apoi, în urma pierderii ei, începi să cauți ce ai pierdut, iar acest lucru te conduce spre dobândirea conștiinței. Odată ce-ți recâștigi conștiința, devii complet responsabil pentru propria ta evoluție – pentru fiecare alegere pe care o faci în viață.

Când ești educat de visul planetei, nu ai de ales; înveți atâtea minciuni. Dar poate e timpul pentru a da uitării acele minciuni și a reînvăța cum să redobândești adevărul urmându-ți inima. Dezvățul, sau ceea ce eu numesc *dezdomesticire*, este un proces foarte lent, dar foarte puternic. Așa cum am spus înainte, de fiecare dată când îți îndepărtezi credința

de un simbol, acea forță revine la tine, și continuă să revină, până când, în sfârșit, întreaga simbolică nu mai are nicio putere asupra ta.

Când le retragi simbolurilor puterea și o aduci din nou la tine, visul își pierde forța. Iar când toată acea forță a revenit la tine, ești invincibil. Nimic nu te poate înfrânge. Sau poate ar trebui să spun că nu te mai poți înfrânge singur, pentru că e exact același lucru.

Odată ce recâștigi toată forța pe care ai investit-o în simboluri, nu mai crezi în fiecare gând care îți trece prin minte; nu mai crezi în propria ta poveste. Dar îți ascuți povestea și, pentru că o respecti, te poți bucura de ea. Când mergi la film sau când citești un roman, nu le crezi, dar te poți bucura de ele, nu? Odată ce vezi diferența dintre realitate și realitatea virtuală, știi că poți avea încredere în realitate și nu trebuie să ai încredere și în realitatea virtuală, dar te poți bucura de amândouă. Te poți bucura de ceea ce există și te poți bucura de ceea ce crezi tu.

Chiar dacă știi că povestea ta nu este adevărată, poți crea cea mai frumoasă poveste și-ți poți ghida viața prin acea poveste. Poți să-ți crezi raiul

personal și poți trăi în acel rai. Iar dacă poți înțelege poveștile altor oameni și ei le pot înțelege pe ale tale, atunci, împreună, puteți crea cel mai frumos vis. Însă, mai întâi, ai nevoie să te dezveți din plin, iar cel de-al cincilea legământ e instrumentul perfect prin care poți face asta.

Oriunde vei merge în lume, vei auzi tot felul de păreri și povești de la alți oameni. Vei descoperi povestitori minunați care vor vrea să-ți spună ce ar trebui să faci cu viața ta: „Ar trebui să faci acest lucru, ar trebui să faci acel lucru, ar trebui să faci orice”. Nu-i crede. *Fii sceptic, dar învață să ascuți*, iar apoi fă-ți propriile alegeri. Fii responsabil pentru fiecare alegere pe care o faci în viața ta. Aceasta este viața ta; nu este a altcuiva și vei descoperi că ce faci cu viața ta nu e treaba nimănui.

Timp de secole, au existat oameni care au pretins că știu care este voia lui Dumnezeu și care au călătorit în lume predicând bunătatea și dreptatea și condamnând pe toată lumea. Timp de secole, au existat profeți care au prezis mari catastrofe în lume. Nu cu multă vreme în urmă, au existat oameni care au prezis că în anul 2000 toate computerele se vor autodistrage, iar societatea, așa cum o

știm, va dispărea. Unii oameni credeau că ne vom reîntoarce în vremea omului peșterilor. Acea zi a trecut, am sărbătorit noul secol, noul an, și ce s-a întâmplat? Nu s-a întâmplat nimic.

Acum mii de ani, la fel ca astăzi, existau profeți care așteptau sfârșitul lumii. În acea vreme, un mare înțelept a spus: „Vor fi mulți pseudo-profeți care vor pretinde că vorbesc cuvântul lui Dumnezeu. *Nu-i crede.*” Vezi, al cincilea legământ nu este cu totul nou. *Fii sceptic, dar învață să asculți.*

CUPRINS

Mulțumiri.....	ix
Toltecii	x
Introducere	xii
LA ÎNCEPUT.....	1
Totul e programat	
SIMBOLURI ȘI LEGĂMINTE	12
Arta umană	
POVEȘTEA TA	24
Primul legământ: Fii impecabil în ceea ce spui	
FIECARE MINTE ESTE O LUME.....	36
Al doilea legământ: Nu considera nimic ca fiind personal	
ADEVĂR SAU FICȚIUNE	50
Al treilea legământ: Nu face presupuneri	
ADEVĂR SAU FICȚIUNE	64
Al treilea legământ: Nu face presupuneri	

PUTEREA CREDINȚEI.....	78
Simbolul lui Moș Crăciun	
NIMENI NU SE NAȘTE ÎNVĂȚAT.....	89
Al patrulea legământ: Dă mereu tot ce ai mai bun	
FORȚA ÎNDOIELII.....	100
Fii sceptic, dar învață să ascuți	
VISUL PRIMEI ATENȚII.....	117
Victimele	
VISUL CELEI DE-A DOUA ATENȚII.....	131
Luptătorii	
VISUL CELEI DE-A TREIA ATENȚII.....	151
Maeștrii	
DEVENIND UN VIZIONAR.....	174
O nouă viziune	
CELE TREI LIMBAJE.....	191
Ce fel de mesager ești tu?	
EPILOG.....	205
Ajută-mă să schimb lumea	
Despre autori.....	212
Alte cărți de don Miguel Ruiz.....	215