

LIBRIS

We know
books

GRACE

ALBERT

ROMAN DIACRONIC



CREATOR
BRĂSOV 2023

Cuprins

Cuvânt înainte 5

1. *Stadiile iubirii:* 9

- 1.1. Iubirea de tip EROS 9
- 1.2. Philia– iubirea afectivă, prietenească 11
- 1.3. Storge 12
- 1.4. Iubirea de tip Ludus 14
- 1.5. Iubirea de tip Mania 15
- 1.6. Iubirea de tip PRAGMA –
mentală/rațională 16
- 1.7. Iubirea de tip Philautia sau iubirea de sine 17
- 1.8. Iubirea de tip Agape 19

2. *Povestea dragonului din turnul de fildeș și a fetei cu părul
arămiu și cu gene lungi* 21

3. *Realitatea alternativă* 26

- 3.1. Vocea din perete 27
- 3.2. Copilăria și adolescența 32
- 3.3. Cimitirul viu 48

4. *Aventura* 63

- 4.1. Anul 2016 74
- 4.2. Anul 2017 142

| | |
|--|-----|
| 4.3. Anul 2018 | 154 |
| 4.4. Anul 2019 | 165 |
| 4.5. Anul 2020 | 189 |
| 4.6. Anul 2021 | 204 |
| 5. <i>Între durere și trezire</i> 208 | |
| 5.1. Despre Bun Simț și Calm | 208 |
| 5.2. Recomandări din pragmatism și lumină | 210 |
| 5.3. Percepții despre noi. | |
| Cum suntem văzuți din exterior: | 213 |
| 5.4. Ziua în care am iubit o stâncă | 215 |
| 5.5. Povestea vieții mele | 218 |
| 5.6. Căluțul de lemn al lui Albert | 231 |
| 5.7. Realitatea | 237 |
| 5.8. Iubirea de tip Dragon | 241 |
| 5.9. Recomandări din viclenie și întuneric | 251 |
| 5.10. Imitația | 264 |
| 5.11. Realitate alternativă | 266 |
| 5.12. Realitatea cruntă a fetei care-și așteaptă dragonul | 269 |
| 5.13. Omul Înger | 274 |
| 5.14. Oamenii oglindă | 278 |

Cuvânt înainte

Se spune că totul se transformă, nimic nu se pierde. Scriu aceste cuvinte în timp ce glasul lui se aude din camera alăturată. Pisicuțele noastre reprezintă acum unicul motiv pentru care eu mai am acces la sunetul vocii lui, dar știu că nu va mai fi niciodată al meu din punct de vedere trupesc/emoțional, ci altcumva. Din dragoste pentru el, a apărut Albert. O idee inedită, despre o iubire pasională transformată în ceva pur, de neatins.

Albert este altarul dragostei mele pentru iubitul meu drag, pentru că doar asta mi-a mai rămas din toată călătoria noastră.

Cele mai de preț comori sunt amintirile noastre, iar deși timpul nu trebuie risipit și cunosc cel puțin o mână de oameni care mi-ar critica modul de a-mi petrece timpul, tânjind după o dragoste neîmpărțășită, aduc acest argument pentru toate celelalte suflete care au rămas nemângâiate. Există speranță, totul e doar să știți să-i faceți loc atunci când toate celelalte uși se închid și când totul pare pierdut.

Dacă aș transpune gândurile lui Abelard către Heloise, în situația mea, ar suna astfel:

„Această despărțire nu poate dura mult, pentru că cei care se iubesc așa cum ne iubim noi, nu pot fi despărțiți. Vom fi veșnic uniți în gând, iar aceasta este un adevărat magnet.”

Cartea aceasta vă spune de fapt să învățați să trăiți clipa cu tot ce oferă ea, să fiți atenți la gesturi, nu la cuvintele care pot fi de-a dreptul traumatizante. Bucurați-vă de frumusețea vieții și petreceți-vă viața alături de persoanele lângă care simțiți vibrație înaltă, autenticitate, care vă oferă senzația că stați bine în locul acela și că nu vă doriți să fiți în altă parte. Atunci când o întâlniți, nu-i puneți întrebări, nu vă faceți planuri, nu așteptați nimic, doar trăiți frumos, pentru că totul se va transforma apoi, așa cum am pățit și eu, în amintiri de colecție.

De menționat că personajele sunt patologice, ancorate în ludic, uneori în eros, nu neapărat în același timp, acestea trecând, eventual pe rând, prin aproape toate stadiile iubirii, confruntându-se cu mari dileme, situații dificile, sufocante, pe care încearcă din răspuțeri să și ignore, acoperindu-le sub o mască de altruism, acuzându-se reciproc de egoism, narcisism, adesea limitându-se la percepțiile și barierele învățate din tipare comportamentale repetate, preluate din modele toxice. Personajul feminin își începe povestea naiv, pornind de la un jurnal în care-și expune trăirile intense și dezvăluie o dragoste izvorâtă dintr-o pasiune veche, neconsumată la timp. Totul se amplifică apoi într-un stadiu inedit, pe care-l veți afla la un moment dat, în acest roman.

Când te confrunți cu erosul și cu momente de iubire neîmpărtășită, este bine să știi că ai nevoie de un set de reguli de bază pentru sănătatea ta psihică:

- Nu te încrede în nimeni în afară de tine.
NICIODATĂ!

- Nu-ți lăsa vreodată dorințele, aspirațiile și viața în mâinile celui pe care îl iubești. Nici el nu știe ce să facă, iar când te vei prăbuși este posibil ca nimeni și nimic să nu te mai prindă și să sfârșești rău.
- Dacă rămâi cu un om care susține în mod repetat că nu ești suficient de bun, de deștept, de cult, demn de păstrat și de iubit, riști o suferință mare dacă ai un ego pe măsură. Dacă a apucat să-și facă o părere, nu și-o va mai schimba niciodată, indiferent ce crezi tu că faci diferit. Crede-mă, dacă stai în poveste fără să faci ceva care să schimbe percepțiile, devine totul doar pierdere de timp și de resurse. „Nebunia înseamnă să faci același lucru în mod repetat și să te aștepti să obții alt rezultat.”, zice Einstein.
- Nu accepta critica negativă, chiar distructivă, decât dacă ești puternic și reziziți. Dacă ai o voință de fier, vei prelua din cuvinte și vei culege de acolo tot ce ai nevoie ca să te transformi. Critica poate să fie bună, pentru că te ajută să progresezi. Treaba e simplă:

durere+efort = PROGRES¹

- Poziționează-te obiectiv și transpune-te în exterior ori de câte ori situația pare dificilă și mult prea grea pentru tine. Uită-te la tine din poziția asta; îți place ce vezi? Ce-ai face diferit? Acționează rațional, ia decizii pe baza principiilor tale, valorilor tale. Da,

1. Principii – Ray Dalio

tocmai am folosit rațiunea ca principiu de bază în gestionarea situațiilor dificile. Doar oamenii slabi se victimizează și lasă traumele să-i definească, ceilalți se transformă. Fii tare!

Când o iubire master love (dragon) dă peste tine, ai două opțiuni: îți pierzi mințile când o pierzi, ori scrii o carte ca să rămână nemuritoare.

Dragă cititorule, am scris cu forța emoțiilor, am dat totul aici în speranța că te vei putea transpune mai ușor în viața noastră și că vei extrage singur ce crezi de cuviință.

1. Stadiile iubirii:

1.1. Iubirea de tip EROS

Dragostea nebunească, ca-n filme. Este iubirea aceea siropoasă care te lovește din te miri ce! Simți că te-nvăluie în mrejele ei și nu mai poți scăpa. Tot atunci ai parte de senzația ce te face să simți că nu mai poți sta nicio zi fără celălalt. Chimia e atât de puternică încât simți că nu mai poți să respiri, nu mai poți să mănânci, nu mai poți să trăiești la fel.

Săgețile lui Cupidon împung cele două personaje care se cuprind și se vânează unul pe altul în iubirea de tip Eros. Iubirea e carnală, dar puternic emoțională. Nu-ți mai dorești pe nimeni în jur în afară de el/ea. Tânjești doar să trăiești cu celălalt, nu mai vrei pe nimeni pe lumea asta, în afară de acel om. Când apare persoana asta nu mai poți să vezi viața la fel. Ți se pare că ai fost mort și de abia de acum înainte începi să trăiești.

Totul a înviat, totul a prins viață. Iubirea de genul ăsta te face să fii irațional. Îți vine să-ți faci bagajele și să te urci în primul tren, primul vapor, să pornești în căutarea ei, pentru că nu mai poți să stai fără să-l respiri pe acel om. Este atât de puternică și plină de pasiune, încât sufletele celor doi par că ard dacă stau foarte mult departe unul de celălalt.

Dorul îi mistuie chiar dacă stau în brațe, se cuprind, se sărută, sau se mângâie. Vor întotdeauna mai mult și

îmbrățișările lor sunt atât de intense, încât ai senzația că se sfârșește lumea.

Unii oameni au întâlnit tipul ăsta de iubire, alții nu au avut parte, iar altă categorie de oameni susține că acesta este iubirea supremă și confundă, cum am făcut și eu, tipul ăsta de iubire cu cea pură. Iubirea poate prelua și mai multe forme, până când va ajunge să depășească și partea carnală și va cunoaște toate elementele.

Atâta timp cât ai senzația că nu poți să trăiești fără celălalt, se creează multă posesivitate și te poți sufoca. Aceasta nu durează mult și există riscul să-ți dai toată viața peste cap, în numele iubirii trupești/emoționale, până când ajungi să te topești din cauza suferinței.

În Grecia Antică¹, acest tip de iubire era de nedorit. Se discuta cum că aceasta este o altă treaptă spre altceva. Nu a fost apreciată ca fiind supremația, ci doar o etapă, eventual frumoasă, de care merită să ai parte măcar o dată în viață.

1. Eros este iubirea sexuală sau pasională și este cea mai asemănătoare cu construcția imaginii moderne a iubirii romantice. În lumea clasică, dragostea erotică era asemănată nebuniei, iar pasiunea aceasta amoroasă a fost descrisă printr-o schemă metaforică și mitologică unde se implică „săgețile iubirii”, a căror sursă era adesea figura personificată a lui Eros (sau omologul său latin, Cupidon). Uneori, sursa săgeților se spunea că este imaginea frumosului obiect de dragoste, în sine. Dacă aceste săgeți ar ajunge la ochii iubitului, atunci ar călători și ar „străpunge” inima sau și îl vor copleși de dorință și dor (iubire). Săgeata ne atinge și ne „îndrăgostim”, așa cum a făcut Paris cu Helen, ceea ce a dus la războiul troian și la căderea Troiei și la o mare parte a armatei grecești adunate. În timpurile moderne, Erosul a fost amalgamat cu forța de viață în sens mai larg, un proces fundamental orbit de eforturile de supraviețuire și reproducere. Eros a fost, de asemenea, definit prin contrast cu Logos, sau Rațiunea. Grecii antici considerau că Eros este un tip de iubire periculos și înfricoșător, deoarece implică o „pierdere a controlului” prin impulsul primar de a procrea. Eros este o formă pasională și intensă de iubire, care trezește sentimente romantice și sexuale. Eros este o dragoste idealistă care, în inimile celor treziți spiritual, poate fi folosită pentru a „aminti cunoașterea frumuseții” (așa cum a spus Socrate) prin Tantra și sexul spiritual. Dar, atunci când este înțeleasă greșit, ea poate duce la acte impulsive și inimi frânte.

Iubirea are și alte manifestări care ar putea să pornească din acest stadiu. Cuplul care trăiește iubirea eros ar putea să descopere și celelalte trepte. Când guști din iubirea erotică și n-o mai ai pentru că s-a transformat în ceva ce nu înțelegi, poți să afirmi că s-a dizolvat și să iei decizii pe care s-ar putea să le regreti apoi.

Sunt oameni care vor lua decizii finale radicale și care se despart, deși au trecut în altă etapă pe care nu o apreciază și consideră că li s-a mistuit pasiunea, li s-a terminat timpul. Este greu să reaprinzi această iubire trupească în cuplu, pentru că nu ai cum să readuci erosul când crezi că a plecat. Cupidon nu lovește de două ori în același loc. Că să mai dai vreo șansă, ar trebui să lași să se stingă de tot, apoi să se reaprindă, doar renăscând din propria-i cenușă, o altă iubire ghidată de alt zeu în afara lui Cupidon.

Iubirea erotică vine la pachet cu riscul de a te face să uiți cine ești, să lași deoparte cariera. Totul este despre acel om. Nu mai dormi bine, te uiți în gol pe stradă, ești îndrăgostit, suferi. E o iubire satisfăcătoare pe moment, dar poate fi dureroasă dacă nu poți să te vindeci și să identifici celelalte etape.

1.2. Philia– iubirea afectivă, prietenească

În această iubire nu simți atracție fizică, dar nu există o iubire mai de preț. Acești oameni se ajută, se sprijină oricând, pot conta unul pe celălalt. Iubirea de tipul acesta se poate reconstrui oricând, se poate împropăta, nu se pierde nimic, se transformă constant. Este de lungă durată, se poate stinge provizoriu, dar nu moare niciodată. Te poți

întâlni cu un om pe care nu l-ai mai văzut de ani buni, dar ai senzația clară că parcă ieri ați vorbit ultima oară. Timpul se dilată, nu dizolvă iubirea, iar noțiunea de adio nu există în repertoriul acestui tip de iubire.

În Grecia Antică, a fost o iubire foarte apreciată și, spre deosebire de Eros, aceasta poate reînvia oricând. Persoanele acestea se ajută, așa cum am mai spus, se sprijină chiar dacă s-au certat cândva. Dacă au nevoie de ajutor, lasă totul deoparte și vin unde este nevoie de ei; iubirea lor poate fi platonice. Un cuplu care a stat mult împreună poate avea parte de o asemenea prietenie frumoasă, chiar și după o iubire erotică. Sunt acele cupluri care la bătrânețe merg pe stradă ținându-se de mână, un fenomen destul de rar în prezent.

De menționat totuși că cei care au trăit iubirea erotică nu prea mai vor să accepte că există și altceva ce se mai poate clădi între ei. Trecerea de la Eros la Philia nu este ușoară, pe când de la Philia spre Eros nu e decât un pas. Iubirea Philia e ceva foarte rar, dar ce poate fi mai frumos decât să împărtășești aspirații comune, pasiuni, dorințe, idei, cu partenerul tău?

1.3. Storge

Este iubirea caracteristică fraților sau dragostea părinților către copii. Uneori se poate întâmpla și în cuplu. Acest tip de iubire se manifestă prin multă grijă, dusă chiar la extrem. În iubirea asta apare mult simțul datoriei.

În lumea animalelor, mama își îngrijește puiul până când acesta devine independent, apoi îl lasă să se descurce.

La noi, mama își îngrijește copilul până când acesta devine independent, dar cu timpul, dacă nu schimbă tiparele, îl poate sufoca, îi poate tăia aripile.

Cei care iubesc astfel, afirmă în mod insistent „Lasă-mă să am grijă de tine!”, dar asta se poate traduce prin nevoia ta de dependență, de a proteja prea mult, cu orice preț, luându-i celuilalt dreptul la libertate. Când afirmi că iubești omul, îl lași să fie fericit, îi dai aripi, îl susții și nu mai vrei să pui limite.

Se poate manifesta în următoarele moduri, plecând de la următoarea situație:

Omul ia o decizie, tu știi că nu e bine și acționezi, dar omul nu te ascultă și-și vede de drum. În cele din urmă se întoarce la tine și spune că nu a procedat corect, iar acum suferă. Tu ai următoarele variante:

- „Ți-am spus eu, vezi? Trebuia să mă ascuți”, dar omul nu are nevoie de reproșuri, mai ales în momente dure, ci doar să fii acolo și atât. Fiecare e dator să tragă concluziile pentru sine.
- „Te văd că suferi, sunt lângă tine, te ajut să depășești momentul, să treci peste. Știu că ai nevoie de mine”. Aceasta este cea mai frumoasă manifestare a iubirii storge.

1.4. Iubirea de tip *Ludus*¹

În acest tip de iubire se încadrează cei care nu vor să aibă responsabilități. Oamenii nu vor să intre în relații stabile, să facă compromisuri sau să aibă simțul datoriei. Aici există doar nevoia de joc și flirt. Este o formă incompletă a iubirii. Oamenilor le place să aprindă inimi. Ai o noapte nebună sau chiar mai multe, te joci, dar nu vrei mai mult, vrei doar să trăiești clipa.

De aici se poate trece cu ușurință la iubirea erotică. Iubirea ludus poate să vă ardă. Manifestarea este infantilă, nu numai în sens rău. Vrei să fii admirat, dorit, dar să nu ai responsabilitatea de a fi cu omul ăla, de a-l îngriji, de a face proiecte. Pur și simplu vrei să vezi că partenerul tău te place. Se poate întâmpla să iubești doar până când ai cucerit.

Iubirea această seamănă cu o lumânare. Se aprinde, se consumă și asta e tot, pe când în eros, pasiunea este comparabilă cu a unui foc de tabără ce nu pare că se stinge ușor, tot aduci lemne, tot înțeții, tot arde, până când cei doi o iau razna (separat sau împreună).

Declarațiile de dragoste care apar pe parcurs, gesturile, cuvintele, toate au rol de FOC DE PAIE, sunt ireale. Te simți învăluit de iluzii și, de regulă, e dragoste unilaterală. Erosul se manifestă aproape întotdeauna în ambele părți, la

1. „Ludus” este o iubire jucăușă și incompletă. Ludus are un întreg arsenal de „jocuri”, precum tachinarea sau dansul, flirtul sau seducția și chiar actul sexual. Când vorbim de „Ludus” ne referim la distracție și la cucerire, fără obligații. Relațiile „Ludus” sunt întâmplătoare, uneori nedemne și complicate, dar, în ciuda acestui fapt, pot fi de lungă durată. Minciuna poate face parte din jocul acesta. O persoană care urmărește iubirea ludică poate avea multe cuceriri, dar va rămâne mereu neimplicată.

„Ludus” funcționează cel mai bine atunci când ambele părți sunt mature și autosuficiente. Problemele apar atunci când o parte greșește jocul și se afundă în Eros, de vreme ce „Ludus” este mult mai compatibil cu „Philia”.

intensitate diferită, dar ambii parteneri simt focul pasiunii. Sufletul unei persoane care vrea să rămână în ludus o să fie neîmplinit mereu, pentru că el nu vrea să fie cuprins de philia, să fie implicat.

1.5. Iubirea de tip Mania'

Când are loc acest tip de iubire, ești tot timpul cu gândul la el sau la ea, nu poți să scoți din mintea ta nici măcar pentru două minute imaginea partenerului. Verifici întruna mesajele și, mai ales, dacă ți-a scris. Urmărești persoana respectivă să vezi la cât a ajuns acasă, de ce a plecat, când s-a întors și cât a stat. De ce s-a întâlnit, cu cine s-a întâlnit, ce a vorbit și, mai ales, unde.

Îl suni să întrebi unde e, cu cine e și ce face. Îți surâde ideea de a închide partenerul în colivie de aur, de a-l priva de libertate. Oamenii care iubesc așa au stimă de sine scăzută și ajung la un moment dat să te sufocă și să te închidă într-o lume pe care ți-o dictează ei, să stai în închisoare. În felul acesta ajungi să nu mai știi ce talente ai, ce planuri ai ori ce mai vrei de la viață. Uiți de tine! Nu mai știi dacă ai ajuns să porți o rochie anume pentru că ai vrut tu sau pentru că și-a dorit el.

1. „Mania” este un tip de iubire care duce un partener într-un fel de nebunie și obsesie. Ea apare atunci când se manifestă un dezechilibru între Eros și Ludus. Pentru cei care experimentează „Mania”, iubirea însăși este un mijloc de a se salva; o dorință de întărire a propriei valori, atunci când suferința este lipsa stimei de sine. Această persoană vrea să iubească și să fie iubită pentru a avea un sentiment de valoare de sine. Din această cauză, ei pot deveni iubiți posesivi și geloși. Dacă celălalt partener nu reușește să răspundă în același fel, pot apărea foarte multe probleme. Acesta este motivul pentru care mania poate duce adesea la probleme precum codependență. O persoană îndrăgostită în acest fel este probabil să facă ceva nebnesc sau stupid, cum ar fi să urmărească ceea ce face partenerul de cuplu.

Te pierzi în celălalt cu totul! Femeile care fac asta sunt isterice, manipulează și amenință că dacă nu vii acasă la o anumită oră, vor face o nouă criză. Acestea aplică tactici și metode astfel încât să ajungi să te comporți așa cum își doresc ele. Această persoană iubește și vrea să fie iubită doar pentru a avea un sentiment de valoare.

Va face totul ca să-ți capteze atenția. Acest gen de iubire este dependent și poți pierde controlul cu ușurință. Când se agravează și lucrurile scapă de sub control poți urmări, poți angaja detectivi, instala programe spion pe anumite dispozitive¹, orice ca să investighezi partenerul.

1.6. Iubirea de tip PRAGMA – mentală/rațională

„Pragma” este un fel de iubire practică, bazată pe rațiune sau datorie și pe interesele pe termen lung. Atracția sexuală ocupă un loc neimportant, în favoarea calităților și compatibilităților personale, a obiectivelor. Acolo unde se discută despre o căsnicie din interes, își face apariția „Pragma”. Deși nu se mai practică foarte mult în societatea actuală, ea totuși rămâne frecventă între celebrități sau în legături politice.

Multe relații care încep ca „Eros” sau „Ludus” se sfârșesc ca diverse combinații de „Storge” și „Pragma”. „Pragma” este cumva opusă „Ludusului”. Nevoia care face să se manifeste acest tip de iubire poate fi de natură socială sau financiară. Cei care aleg acest tip de iubire iau în calcul dacă partenerul lor potențial va fi acceptat de familie și de prieteni sau dacă acesta are o situație materială bună.

1. Am pățit cândva și asta, dar tot eu am fost acuzată că am greșit.

Partenerul îl alegi doar din beneficiile pe care le-ai putea avea cu persoana respectivă. Nu trebuie să existe nici prietenie, nici iubire pasională, dar cei doi își pot da seama că, atât timp cât sunt împreună, pot cuceri lumea, pot avea o afacere. Aleg să rămână împreună chiar dacă pot exista și alți oameni care să-i iubească pasional/erotic/obsesiv. Oamenii aceștia sunt calculați și reci și fac astfel de angajamente practice, de lungă durată. Această iubire este bazată pe rațiune, pe simțul datoriei și poate avea o fuziune pe termen lung, în funcție de proiectul comun pe care îl au împreună, eventual un copil.

Dragostea poate să apară în timp, iubirea e calmă, nu te agită, nu există gelozie, ci doar loialitate. Declarațiile sunt reale, iubirea nu e voluptoasă și nu există neapărat vreun foc de artificii. Copiii cresc mult mai bine într-un asemenea mediu. Luciditatea este o valoare comună, există un parteneriat financiar. Cuplul este echilibrat și se încadrează foarte bine în societate.

1.7. Iubirea de tip Philautia' sau iubirea de sine

Până când nu vei ști să te iubești pe tine, nu poți să iubești vreodată pe celălalt. Sunt două tipuri de iubire de sine:

- Aduni și cauți atenție, bogăție, opulență, ca să fii adorat, văzut, admirat. Vrei să absorbi admirația

1. Grecii antici au împărțit „Philautia” în două tipuri: unul care este egoist și caută plăcere, faimă și bogăție (narcisic) și un alt tip sănătos de iubire de sine. „Philautia” este esențială pentru orice relație, îi putem iubi pe ceilalți doar dacă ne iubim cu adevărat pe noi înșine și nu putem avea grijă de ceilalți decât dacă ne îngrijim, cu adevărat, pe noi înșine.

Adevărata iubire de sine este legată de încredere și de stimă de sine. Filozofii greci credeau că adevărata fericire nu poate fi atinsă decât atunci când cineva va avea dragoste necondiționată pentru sine.

întocmai ca o vedetă care nu are nimic altceva de oferit. Acești oameni vor să ia și atât. Sug atenție ca să se simtă împliniți, nu iubesc pe nimeni în afară de propria persoană. Au în permanență un gol de umplut.

- Oameni care învață să se iubească. Aceștia își îngrijesc mintea și trupul. Își gestionează trăirile. Învață să le ofere oamenilor doar ceea ce le este necesar și nimic altceva.

Alegi să te iubești pe tine ca să poți fii apoi un exemplu pentru ceilalți. Te completezi pe tine că să devii cea mai bună versiune a ta, ca să ajungi un om veritabil. Poți să recunoști și să apreciezi un om respectabil și esti capabil să recunoști un om șlefuit.

Știi să identifici un om care are goluri și îl poți ajuta, oferindu-i din prea plinul tău, ori să observi ce îți lipsește ție și poți prelua de la cei din jurul tău. Când te iubești pe tine poți să vezi și cât îl poți iubi pe celălalt. Nu te mai arunci aiurea în afirmații de genul: îl iubesc pe celălalt mai mult decât pe mine (iubirea distructivă).

Când sari din ființa ta și te pierzi, vei ajunge să te simți golit sau epuizat ca om. Când te iubești pe tine, înțelegi mai bine sensul din expresia „ce ție nu-ți place, altuia nu-i face”. Îți iubești sinele ca să poți identifica ce-ți place și ce nu. Nu poți să iubești pe cineva, dacă nu ai dragostea necondiționată pentru sine.

1.8. Iubirea de tip Agapei

Sau iubirea față de oameni, care nu așteaptă niciodată nimic înapoi. Omul care se sacrifică pentru alții, dar nu simte sacrificiul la nivelul acela. Ajungi să te simți împlinit și împăcat cu sine. Această iubire nu așteaptă nimic înapoi.

Este cea mai înaltă formă de dragoste și oferă libertate. Ajungi să te simți mai liber într-o relație de genul ăsta, decât dacă ai fi singur. Iubirea de tipul acesta face lumea mai frumoasă, nu distruge, nu jignește, nu îngreăște. O astfel de iubire îți dă aripi, libertate, te face să te simți alt om, nu te face să suferi.

Nu ai cum să mai suferi, pentru că scapi de așteptarea de a fi și tu iubit la rândul tău, fizic/emoțional/trupesc/intelectual. Pur și simplu este despre plăcerea pe care o ai atunci când oferi altora plăcere. Plăcerea de a-i vedea fericiți pe ceilalți.

Este bine de știut că fără iubirea de sine în varianta a doua, nu poți să ajungi la „Agape”. Când te uiți la celălalt, trebuie să ajungi să-l privești ca pe un alt tu, în altă variantă, altă manifestare. Să ai tot timpul în minte că nimeni nu-ți aparține: „putem să fim prieteni, două minute sau atât cât ne-a fost dat să fim împreună.”

1. Filozofii greci considerau că acesta este tipul de iubire pe care oamenii îl simt față de alți oameni, pentru natură și pentru o putere mai mare. Această iubire poate fi exprimată cel mai ușor prin meditație, natură, intuiție și spiritualitate. Dragostea „Agape” poate fi folosită în mod caritabil. Este ceva mai abstract decât celelalte tipuri de iubire, și este uneori explicată sub forma de iubire universală, caritate sau chiar altruism. În esență, dragostea din interiorul nostru o oferim liber celorlalți – indiferent de relația noastră cu ei. Întreaga idee a dragostei „Agape” este că nu trebuie neapărat să întâlnim o persoană înainte pentru a vrea să o ajutăm, să cooperăm sau să facem fapte bune pentru aceasta. Cel mai bine ar fi să nu ne așteptăm la nimic în schimbul faptelor noastre, deși studiile arată că altruismul are un efect pozitiv general asupra sănătății noastre psihice. Numai că, la fel ca în orice situație și altruismul trebuie manifestat într-o măsură în care să nu se ajungă la lipsirea de dragostea de sine.

Altruismul are un efect benefic, spre deosebire de celelalte tipuri de iubire, care pot fi de-a dreptul dăunătoare (când simți că nu mai poți, că ai mintea tulburată, te sufocă dorul și gelozia, nu mai rezști fără celălalt). Agape îți așază mintea și-ți oferă înțelepciune.

„Inima nu are cap, nu are înțelepciune.”

Când nu te afli în agape, te poți confrunta cu cea mai dureroasă formă a iubirii. Aceasta se întâmplă atunci când tu iubești pe cineva, iar acel cineva nu te iubește.

Cea mai frumoasă este iubirea agape, iubești pe cineva fără așteptarea că vei fi iubit înapoi.

2. Povestea dragonului din turnul de fildeș și a fetei cu părul arămiu și cu gene lungi

Aceasta nu este o poveste ca toate poveștile, dar bineînțeles că era odată o fată frumoasă, cu părul arămiu și cu gene lungi. Ea dorea ca toată lumea să fie bună și frumoasă și, oriunde privea, încerca să vadă binele reflectat pe chipurile tuturor. Dacă i se cerea ajutorul, îl oferea. Dacă veneau la ea oameni ca să-i ceară sfatul, le spunea tuturor că dreptatea este de partea lor, îi încuraja pe toți și le oferea cam tot ce-și doreau să audă, ca să nu se supere nimeni pe dânsa și nici dânsa să nu supere pe nimeni.

Și zilele treceau și oamenii auzeau de o fată bună cu părul arămiu și cu gene lungi și cu toții mergeau să audă de la ea o vorbă bună, un glas mios și un cântec duios. Fata era fericită că oamenii o îndrăgeau și vedea și ea că lucrurile devin din ce în ce mai simple, iar viața mai frumoasă, cu dulcегării, cântece duioase și zămbete mieroase.

Până într-o zi, când la geamul ei privea curios un dragon umbros, cu inele în coamă, ochi cenușii, buze ruginii.

— Fată arămie, ce crezi tu că faci? Ești ușor nesăbuită, manipulezi oameni ca să-ți fie ție bine și minți cu ușurință.

— Ce vrei să spui, dragonule? De unde-ai venit? Cine te-a trimis? Ce-i cu tine aici?

— Te-am observat și am venit să-ți spun ce faci bine și ce nu.

— Dar eu fac totul bine, eu promovez binele, eu cred în el și numai asta vreau să le dau tuturor celor din jur.

— Le dai speranțe false, le spui ce vor să audă, ca să-ți fie ție bine, să fii tu asigurată că locul tău e cald și sigur și că te ai bine cu toată lumea. E un comportament ușor parșiv, dar te înțeleg.

— Nu e adevărat, ripostă ea.

Fata frumoasă a plecat plângând din turnul de fildeș și le-a spus tuturor prietenilor ei că un dragon rău a venit să-i spună că ea nu e fată bună și sinceră, cum își dorea să fie. Dragonul i-a mai spus că nici cântecele ei nu sunt duioase, că nu au profunzime, că oamenii nu ar trebui să cânte așa cum vor ei, ci cum e corect, că regulile nu se încalcă, că oamenilor nu trebuie să li spună că sunt grozavi dacă ei nu sunt grozavi, că au dreptate, dacă nu au dreptate, ci că fiecare trebuie să vadă ce ar merge îmbunătățit și că ar trebui să acționeze în consecință, iar dacă nu știi cum să o faci, CINEVA ar trebui să fie SINCER și să le spună.

Prietenii fetei au plâns împreună cu ea și au consolat-o cum au știut mai bine, și i-au spus că dragonul cu inele-n coadă, ochi cenușii și buze ruginii nu trebuie ascultat, că el nu are dreptate.

A mers fata înapoi în turnul de fildeș și i-a spus dragonului cu inele în coadă, buze ruginii și ochi cenușii, că el nu are dreptate, că ea știe că e fată bună și că intențiile ei le sunt benefice celorlalți, nu ei. O să-ți arăt că am dreptate, tu vei sta aici, în turnul de fildeș cu mine și mă vei privi și abia după ce mă vei cunoaște o să-ți dau voie să ai o părere validă.

— Dar nu, eu aş vrea să călătoresc, mie îmi place să zbor şi să cunosc lumea de la distanţă, că nu-mi plac oamenii din apropiere. Le văd slăbiciunile, neputinţele, minciunilele, egoismul şi falsa diplomaţie. În realitate, mulţi sunt individualişti şi foarte răi.

— Eu înţeleg, dar pentru că ai afirmat că nu mă plăci, că nu sunt bună şi mi-ai criticat cântecelele, nu ai de ales decât să-ţi schimbi părerea şi apoi vei fi liber să pleci.

Şi a stat dragonul şi a urmărit-o pe fata bună, cu păr arămiu şi cu gene lungi, o perioadă mai îndelungată. Zbura bietul dragon în jurul turnului şi oamenii strigau oripilaţi:

— Dragonul o ţine captivă pe fata noastră bună cu cântece duioase şi vorbe mieroase. Biată fată, nici nu-şi dă seama cât are de pierdut, cât de mult o trage în jos prezenţa creaturii de lângă turn. Cum o putem ajuta?

În tot timpul acesta fata s-a străduit să pară şi mai bună şi a încercat să pozeze în fel şi chip în faţa dragonului care îşi cam dorea libertatea, dar pentru că el îşi ţine cuvântul, pe care nu ştie sigur dacă l-a dat ori a fost manipulat de genele lungi ale fetei, s-a îndurat şi i-a dat răgaz să demonstreze altceva. Zi de zi, fata stătea să observe defectele dragonului şi tot ce nu face bine, iar dragonul să o atace pe fată cu aceleaşi defecte pe care le-a văzut iniţial. Între timp, s-au obişnuit unul cu celălalt, fata îi gătea dragonului numai bunătaţi, îl mângâia şi alinta pe coama cârlionţată, iar el o răsplătea dându-i în dar momente înălţătoare de zbor.

Uneori păreau chiar fericiţi împreună, el o învăţa cum să cânte, iar ea îi dăruia toată tandreţea de care era dânsa capabilă. Cu toate acestea, el nu-şi putea schimba placa, iar fata era din ce în ce mai amărâtă că dragonul tot nu o vede aşa cum o văd ceilalţi, că o critică, e dezămăgit, că nu

e mulțumit pe deplin și că ceva îi lipsește, dar nici dânsul nu știe ce e. Iaca, într-o zi îi spune că i s-a făcut dor de zbor și că ar vrea să fie liber.

Fata nu voia să audă asemenea grozăvie și îi zise:

— De ce ai vrea să zbori singur? Suntem fericiți împreună.

— Uite, zicea el neputincios, chiar și acum ești egoistă pentru că în continuare te gândești doar la tine și atât. E în natura umană să fiți slabi și limitați.

Dragonul zbura pe lângă turn și scuipa foc și țipete se auzeau din turn, iar fata nu voia să renunțe la dragonul ei ce venise să-i prezinte o altă latură a lumii. Ea vedea una și bună, iar el la fel.

Oamenii priveau îngroziți la scena din turn și o compătimeau pe fata cu glas duios. Le era milă de ea. Ea era bună, ea nu merita să treacă prin așa grozăvie cu o creatură ciudată, chiar dacă ochii acestuia erau cenușii, aproape nepământeni.

Zilele treceau, iar dragonul plângea din ce în ce mai tare către fată, să-l elibereze, să poată pleca, că îi e dor de libertate și de zile de zbor. Cu inelele în vânt, cu ochi cenușii, buze ruginii, în zbor lin către nemurire.

Văzând că nu e eliberat din strânsoarea fetei care nu se îndura să-și lase dragonul să se ducă unde își dorește, acesta a rupt firul fermecat, în timp ce fata tot spera în vis că dragonul va reuși să o vadă cu adevărat; însă nu fu chip, el dus a fost.

Din ziua aceea, fata a preferat să stea o perioadă să se ascundă în turn. Ea nu a mai putut să vadă în oameni bunătate, nu a mai crezut în vorbe mikroase, iar cântecele nu i se mai păreau duioase. Dragonul ei avea dreptate în cele din urmă.

Și nu, nu spune asta ca el să revină, ci pentru că acum ea vede lumea prin ochii lui și abia acum înțelege ce era în sufletul lui.

Din ziua aceea, fata a realizat că de fapt nu suportă nici ea să fie mințită, să i se spună într-un fel, dar realitatea să fie altfel. A înțeles că până și prietenii care înainte păreau a fi sinceri, sunt anodine. A observat că oamenii au nevoie să primească doar ce-și doresc să audă, iar când începi să nu mai faci asta și nu le mai încurajezi ideile, pentru că ai o altă părere, ești dat la o parte. Pentru că superficialitatea este mai mare decât sinceritatea.

A înțeles acum, uitându-se cu atenție la oameni, că nici ea nu se mai încadrează bine lângă ei, că nu mai dorește să le spună acestora ce vor să audă, nici să i se spună cuvinte fără valoare. Totul este așa cum i-a spus el. A avut dreptate!

Acum, când ea este mințită, când i se ascunde adevărul și oamenii se uită fix în ochii ei și o mint, ea realizează cum l-a făcut să se simtă pe el, atunci când obișnuia să-i spună doar frânturi sau când adevărul complet i se părea insignifiant când problemele EI erau altele de fapt. Acum înțelege de ce el o privea cu neîncredere și îi spunea că nu va putea să treacă niciodată peste asta. Nici ea nu poate să treacă peste problemele de caracter ale altora.