

Cuprins

Prefață	7
Introducere	11
Cum să folosești Codurile de înțelepciune	19
Cuvintele sunt codurile	25

Partea I ∞ PROTECȚIA

Codul de înțelepciune 1 / Psalmul 90	35
Codul de înțelepciune 2 / Rugăciunea budistă a refugiului	43
Codul de înțelepciune 3 / Rugăciunea <i>Tatăl nostru</i>	49
Codul de înțelepciune 4 / Mantra Gayatri	61

Partea a II-a ∞ FRICA

Codul de înțelepciune 5 / Katha Upanishad	77
Codul de înțelepciune 6 / Textele din piramide	81
Codul de înțelepciune 7 / Bhagavad Gita	85
Codul de înțelepciune 8 / Evanghelia păcii	91

Partea a III-a ∞ PIERDEREA

Codul de înțelepciune 9 / Otagaki Rengetsu	105
Codul de înțelepciune 10 / Buddha	111
Codul de înțelepciune 11 / Mantra Pavamana	119

Partea a IV-a ∞ FORȚA

Codul de înțelepciune 12 / Rugăciunea închinată frumuseții	131
Codul de înțelepciune 13 / Mantră vedică	143
Codul de înțelepciune 14 / Psalmul 22	151

Partea a V-a ∞ IUBIREA

Codul de înțelepciune 15 / Evanghelia după Toma	167
---	-----

Partea a VI-a ∞ CODURILE DE PUTERE

Codul de putere 1 / Eu vreau	177
Codul de putere 2 / Eu sunt	187

Partea a VII-a ∞ PARABOLELE

Parabola 1 / Femeia și vasul	201
Parabola 2 / Săgeata otrăvită	213
Mulțumiri	219
Referințe	225
Resurse	243
Despre autor	245

Prefață



În general, folosim cuvinte pentru a ne consola în perioadele dificile. De la rugăciunea *Calea binecuvântată*, folosită de nativii Navajo – care trăiesc în deșertul din sud-vestul Americii (*Diné* în limba lor) – pentru a onora ordinea naturală în momente de haos, până la *Rugăciunea preoțească a binecuvântării*, din Vechiul Testament, descoperită pe două suluri minuscule din argint care au o vechime de aproape 3 000 de ani, istoria lumii este plină de exemple de cuvinte care ne-au alinat, consolat și protejată. Individual și colectiv, formal și informal, cu voce tare și șoptit, de-a lungul veacurilor, noi, oamenii, am folosit cuvinte speciale pentru a ne ajuta să navigăm prin momentele dificile ale vieții.

Dacă ne gândim la creațiile noastre ca la expresia ideilor care trăiesc în noi, atunci arta, filmul, muzica și

scrierea capătă un sens mai înalt decât un simplu divertisment. O astfel de relație între lumea noastră interioară și cea exterioară ne face să ne gândim că inspirația este conștiință care se informează pe sine, amintindu-ne de posibilitățile și potențialul nostru neexploatat. Din această perspectivă, tradițiile spirituale ale trecutului și cuvintele care le păstrează sunt exemple vii care dezvăluie o comunicare atemporală.

În scrierea cărții *Codurile înțelepciunii* am avut în vedere o serie de cuvinte de încredere la care noi am apelat în trecut în perioadele dificile, distilate într-un manual ușor de citit, modern, ce poate fi accesat rapid. Aceste rugăciuni, mantră, cântări și imnuri venerate sunt concepute pentru a aduce siguranță, protecție și vindecare când viața ne pune în drum pericole, lovituri, pierderi de nedescris și îndoială de sine. În astfel de vremuri, până și cel mai bine intenționat sprijin din partea familiei și a prietenilor nu reușește mereu să-și găsească drumul în golul întunecat al abisului nostru emoțional. În astfel de perioade, ne putem baza doar pe noi înșine. Și, în cele din urmă, este tot ce avem nevoie. Odată ce am înțeles acest adevăr simplu, mi s-a părut perfect logic că avem deja puterea de a ne reface conexiunile neuronale la cerere și, în acest sens, de a alege – *de a ne autoregla* – modul în care reacționăm la extremele vieții.

Prin aplicarea conștiință a cuvintelor-coduri din trecut la provocările cu care ne confruntăm în acest moment, beneficiem de înțelepciunea vechilor înțelepți, vindecători, mistici și profeți. Făcând acest lucru, nu mai suntem victime. Nu mai suntem definiți de circumstanțe, ci devenim stăpâni ai destinului nostru.

Aceasta este puterea Codurilor de înțelepciune! În prezența lor, suntem schimbați. Când rostim cuvintele

cu voce tare sau șoptit, ceva se modifică în noi. Iar acest „ceva“ este locul în care puterea cuvintelor, chimia și neuronii converg într-un mod minunat. Asociem cuvintele codurilor cu sensul pe care li-l dăm cuvintelor. Această asociere direcționează celulele cerebrale (neuronii) să se conecteze într-un mod precis, ceea ce armonizează organismul cu energia emoțiilor. La nivel chimic, nu mai suntem aceeași persoană care eram cu câteva clipe sau ore mai devreme. Iar această diferență deschide ușa către noi moduri de a gândi, a simți și a acționa atunci când vine vorba despre pierderile, temerile și trădările noastre.

Și, deși schimbările sunt subtile și poate vor trece chiar neobservate de către aceia cu care ne împărtășim viața, exact aceste schimbări ne oferă înțelepciunea, încrederea și puterea de a trezi o putere mai profundă în noi înșine.