

DEREK RYDALL

EMERGENȚA

Șapte pași pentru a-ți schimba radical viața

Traducere din limba engleză de
Alina Grozea și Dana Dobre

 ACT și Politon

2020

CUPRINS

<i>Cuvânt-înainte</i>	7
<i>Prefață: Sfârșitul „autoperfecționării”</i>	9
<i>Introducere: Calea radicală spre casă</i>	23
<i>Fundația: Legea Emergenței</i>	37

CELE ȘAPTE ETAPE ALE EMERGINERIEI

ETAPA ÎNTÂI	Privește viziunea completă	71
ETAPA A DOUA	Cultivă condiții armonioase	97
ETAPA A TREIA	Creează planul cuantic	129
ETAPA A PATRA	Dăruiește ceea ce pare să lipsească	155
ETAPA A CINCEA	Aționează „ca și cum” ești deja împlinit	181
ETAPA A ȘASEA	Acceptă ceea ce pare să fie defect	219
ETAPA A ȘAPTEA	Așteaptă Legea	257
Cum să trăiești pe muchia Emergenței		279
Glosar		299
Mulțumiri		303
Note		307
Resurse		313



CUVÂNT-ÎNAINTE

Din sălile ideologice ale mediului academic, de la frontierele cercetării științifice și dintre zidurile sfințite ale lăcașurilor de cult răsună teoriile filosofilor, oamenilor de știință, învățătorilor spirituali, agnosticilor, ateilor, experților și deschizătorilor de drumuri. La nivel global, poți trece pe această listă și oamenii obișnuiți care sunt la fel de pasionați de explorarea dinamicii transformării umane, de cufundarea în adâncurile procesului evolutiv și de exprimarea potențialului lor suprem. Cu toții ne adresăm întrebări mari despre ce anume dezvoltă potențialitatea din cadrul galaxiilor, dar și din mine și din tine.

Teoria Emergenței are o istorie venerabilă și a fost dezbătută cel puțin din vremea lui Aristotel. În secolul XXI, ceea ce se numește acum Legea Emergenței descrie structura procesului evolutiv. Emergența stării supreme a conștiinței face parte din ființa umană și este dreptul nostru înnăscut, pe care unii îl numesc revelație, satori, moksha sau iluminare. Imaginează-ți zâmbetul planetar care ar lumina sferile dacă familia globală ar intra în armonie cu Legea Emergenței. La drept vorbind, asta se întâmplă de la Big Bang încoace, care a evoluat de la praf de stele la ceea ce suntem noi azi, așa cum scria Carl Sagan: „Toți suntem făcuți din praf de stele”.

Deci, cum apare Emergența? La fel de organic precum stejarul care răsare din ghindă, atunci când condițiile sunt

propice. Chiar dacă nu producem apariția Legii Emergenței în viața noastră, îi putem crea condițiile propice. Când conștiința este îndeajuns de fertilă, floarea de lotus a conștientizării iluminate înflorește în noi. Acest proces de fertilizare este metoda spirituală în șapte etape pe care o prezintă Derek Rydall, pentru a crea condițiile potrivite activării Emergenței în noi.

Atunci când, de exemplu, cultivi ceea ce Rydall numește „condiții armonioase”, în meniul nostru mental, emoțional și spiritual apare un nou mod de a relaționa și de a răspunde la împrejurările interioare și exterioare din fiecare zi. În loc să lansăm un bombardament mental sau verbal asupra altora sau a noastră, răbdarea și iertarea pline de compasiune devin noi opțiuni. De asemenea, autorul ne arată cum să punem capăt șaradei spirituale de la exterior și să punem în practică ce am învățat și când spălăm vasele, când mergem pe autostradă, când ne plimbăm câinele sau când ne spălăm pe dinți, așa cum o facem pe perna de meditație sau pe salteaua de yoga. Fără ezitare, el ne arată foarte clar că nu trebuie să renunțăm la bucuria de a fi oameni pentru a atinge iluminarea, că suntem deja reglați pentru a face să iasă la iveală sinele nostru iluminat.

În laboratorul propriei conștiințe și prin teste și încercări, cele Șapte Etape ale Emergențierii i-au furnizat lui Rydall dovezi concrete despre rezultatele practice și transformatoare pe care le aduc. Fii sigur că, indiferent dacă ești un practicant începător sau experimentat, cartea pe care o ții în mână este un ghid de încredere pentru potențialul glorios care încearcă să iasă la lumină în viața ta.

Michael Bernard Beckwith
Los Angeles, California



PREFAȚĂ

SFÂRȘITUL

„AUTOPERFEȚIONĂRII”

Ceea ce se află în spatele nostru și ceea ce se află înaintea noastră sunt chestiuni minuscule în comparație cu ceea ce se află în noi înșine.

RALPH WALDO EMERSON

Se spune că universul mai întâi îți șoptește la ureche, apoi te bate pe umăr... și în final îți trage una în cap.

A trebuit să văd moartea cu ochii de două ori ca să înțeleg aluzia.

Nu aveam niciun ban, locuiam într-o garsonieră și mâncam macaroane cu brânză la cutie de 19 cenți. Aveam inima frântă, fiindcă iubirea vieții mele mă părăsise pentru un alt bărbat. Și eram pierdut, neavând nicio idee încotro să mă îndrept și nicio speranță că lucrurile s-ar putea schimba vreodată. Dar ceea ce făcea ca totul să doară și mai mult era faptul că ajunsesem aici *după câțiva ani buni de terapie de autoajutorare*. Muncisem din greu să-mi vindec trecutul, să iubesc copilul din mine și să-mi construiesc stima de sine, dar eram cuprins de o durere interioară și un zbulcium atât

de mare, încât cu greu puteam să traversez un pod fără să lupt cu dorința de a mă arunca în gol.

Știi că ai ajuns într-un un loc întunecat atunci când medicul îți spune: „Ești norocos că mai ești în viață”, iar tu iei acest lucru ca pe o veste *proastă*. Aproape că murisem de la cât alcool băgasem în mine cu o noapte înainte. Cum stăteam întins în acea cameră de la urgențe, cu perfuzia în braț încolăcită ca un șarpe și monitorul spunându-mi că eram într-adevăr încă printre cei vii, nu mă puteam gândi decât la întrebarea: „Cum s-a putut întâmpla așa ceva?”. Cum de toate eforturile mele m-au adus *aici*? După ani de autoperfecționare, singurul lucru pe care l-am îmbunătățit a fost capacitatea de a descrie de ce am ajuns atât de rău. Încercasem tot ce știam; urmasem toate așa-numitele sfaturi de la experți. Oare problema era că încă nu găsisem calea cea bună? Sau poate eu eram problema; eram defect fără speranță să pot fi reparat?

Cei mai mulți oameni care aleg să-și vindece sau să-și îmbunătățească viața se confruntă cu acest moment – punctul de criză, când au făcut tot ce trebuiau să facă, dar viața lor încă nu funcționează. În aceste momente, când am fost doborâți încă odată la pământ și ne gândim serios dacă mai vrem să ne ridicăm, avem tendința să ne punem o întrebare esențială: De ce? De ce eu? De ce, dacă am făcut totul cum trebuie, totul e atât de greșit?

Eu știu că mi-am pus această întrebare. De multe ori. Până când mi s-a dat un răspuns care nu numai că mi-a schimbat modul în care mi-am văzut viața, dar m-a făcut să constat că mi-am pus tot timpul întrebările greșite. Răspunsul a venit împărțit în două, la distanță de câțiva ani, precum un episod dintr-un serial care te lasă în suspans,

pentru ca mai apoi să vină finalul șocant al întregii serii. Firul narativ al vieții mele, personajul pe care îl interpretăm și piesa în care jucăm – toate aveau în sfârșit un sens.

Prima parte a venit la scurtă vreme după acea noapte petrecută la spital, când am început să mă împiedic pe ceea ce credeam că este „calea cea dreaptă”. Devenisem bun în a juca rolul unui tip împlinit, când în sinea mea eram încă distrus. Dar, în opinia agentului meu, eram un actor care făcea eforturi și eram pe cale să dau lovitura, așa că nu era timp să mă pierd cu firea.

Îmi plăcea actoria. Mi-a permis să explorez idei noi și să încerc noi posibilități, oferindu-mi un răgaz temporar de la orice durere reală pe care o simțeam. Și mă pricepeam la asta. Am crezut că era menirea mea. Și, în sfârșit, după ani de muncă, am ajuns să joc într-un film pe care l-am crezut a fi începutul unui lucru bun pentru mine, ceva care avea să mă ducă la viața pentru care fusesem menit.

Am avut dreptate, dar nu în felul în care îmi imaginasem.

Filmarea a fost cu probleme de la început. Locația jamaicană era frumoasă, dar scenariul nu. Iar când regizorul și actrița din rolul principal au fost concediați, lucrurile au început să scape de sub control. Aducă la toate astea niște povestioare complicate de dragoste pe platoul de filmare și o lipsă generală de mulțumire, așa că eram agitat. Trebuia să găsesc ceva, orice, pentru a-mi redobândi inspirația. Așadar, într-o după-amiază târzie, într-o pauză de filmări, am decis să fac puțin snorkeling într-un recif aflat departe de țărmul unui golf izolat.

Înotând printre crestele recifului de corali răsucite și întortocheate precum coarnele de elan, am urmărit câțiva pești în culori extraordinare care se jucau printre bureții-de-mare

și printre anemone. Pentru o clipă, mi-am imaginat că sunt unul dintre ei, eliberat de poverile vieții de la suprafață. Acolo era o altă lume, aproape mistică. Și voiam să mă pierd în ea.

Ai grijă ce-ți dorești, nu-i așa?

Aventurându-mă mai departe în acest labirint, fără să mă gândesc unde eram, chiar m-am pierdut. De-adevăratele. Am început să caut alarmat de colo-colo pe coridoarele de corali, încercând să găsesc calea de întoarcere – dar cu cât încercam mai mult, cu atât mai dezorientat deveneam. *Ce prost sunt!* În minte mi se învolburau gândurile că „ar-fi-trebuit-să” și „dacă-aș-fi-făcut”. Înotam tot mai repede, cu mișcări furioase, de parcă prin simpla putere a voinței aș fi putut scăpa din acel labirint subacvatic. Apoi, ocolind o masă de corali care părea un fel de creier gigantic (ceva ce mie părea să-mi lipsească), m-am trezit brusc blocat într-un intrând îngust – înconjurat din toate părțile de corali de foc (cel mai mic contact cu ei echivalează cu sute de înțepături de meduze), iar sub mine rânduri de corali spinoși, la doar câțiva centimetri de abdomen, piept și față. Arăta ca un mormânt plin de capcane dintr-un film *Indiana Jones*. Numai că acesta nu era un platou de filmare, iar eu nu mai eram un actor arogant care juca rolul eroului. Mă aflam în real pericol și știam asta.

Abia mai puteam să înot și să rămân pe linia de plutire; dacă-mi scoteam capul din apă m-aș fi dezechilibrat, iar acele coralilor mi-ar fi străpuns gâtul și pieptul. Respiram cu greutate, trăgând aerul în piept superficial și sacadat; o respirație completă mi-ar fi împins pieptul și stomacul direct în spinii coralilor. Respirația rapidă mi-a intensificat anxietatea tot mai mare, creând un fel de euforie care m-a forțat să-mi concentrez și ultimul dram de atenție pentru a

nu leșina. Cu puținele forțe pe care le mai aveam să gândesc, am trecut în revistă toate scenariile posibile de evadare, într-un interval de timp care mie mi s-a părut echivalent cu câteva ore, imaginându-mi totul, de la cum eram salvat de o barcă de pescuit aflată în trecere, la cum eram scos din apă cu buzele vinete, umflat și cu ochii bulbucați, înconjurat de o mulțime de oameni care dădeau din cap și își spuneau: „Ce păcat că s-a întâmplat așa ceva”, iar cei din distribuția filmului consolându-se unii pe alții, în timp ce jeleau tragica pierdere. Am reușit chiar să-mi imaginez cum voi deveni un articol de prima pagină la Hollywood, unde se deplângea moartea prematură a „unui actor atât de promițător”.

Eram pe punctul de a mă îneca, iar egoul meu încă își căuta clipele de glorie!

Dar pe măsură ce soarele se îndrepta spre asfințit, iar rechinii-taur începeau să se unduiască printre corali răsuciți și țepoși de dedesubt, am intrat într-o stare de epuizare, iar creierul mi-a rămas fără opțiuni, inclusiv fără scene ale unei morți tragice care m-ar face celebru postum. Nu mai puteam să gândesc sau să-mi imaginez cum voi scăpa de acolo. Toată înțelepciunea și tot farmecul meu (imaginare) erau inutile; toate mecanismele mele de luptă și de apărare – chiar și toate gândurile mele pozitive – erau neputincioase. Cortina căzuse în cele din urmă peste mintea mea și, în loc să fiu stăpânul universului așa cum mă proclamam, nu eram decât un băiețel laș și înspăimântat, fără nicio putere reală.

Urma să mă înec și *știam* asta. Trupul meu nu mai avea puterea să mă mențină pe linia de plutire și, în lipsa unei posibilități de a ieși din apă, pur și simplu nu mai aveam nicio speranță de care să mă agăț.

Tot ce-mi mai rămânea era să mă predau.

Dar nu o capitulare de genul: „Doamne, dacă mă scoți de aici, promit să merg la biserică în fiecare duminică”. Încercasem deja să manipulez și să mă târguiesc pentru o cale de scăpare, dar universul nu era dispus să cadă la învoială.

Nu-mi mai rămăsese nimic de făcut decât să renunț.

Și așa am făcut.

Iar în acel moment – exact în momentul în care am renunțat, mental și fizic, un val m-a săltat pe o porțiune de corali cu suprafața netedă, care ieșea din apă. Reușeam în sfârșit să mă ridic. Și pentru prima dată, am văzut unde mă împotmolisem.

Ieșirea se aflase tot timpul la doar câțiva centimetri de mine.

Dar am mai văzut ceva. Privind la acel recif, mi-am dat seama că am înotat printr-un labirint ani de zile, urmărind numai lucruri strălucitoare unul după altul, căutând ceva care să mă împlinească, până când m-am trezit prins într-o percepție de sine atât de limitată, încât mă înecam pe dinăuntru. Dar în acel spațiu de capitulare completă, în acel moment în care mintea mea ajunsese la capăt, în acel spațiu gol dintre gânduri, ceva s-a declanșat. Egoul meu s-a rupt din lanțurile cu care era legat. Humpty Dumpty a căzut de pe zid. Și din carapacea spartă, a apărut ceva. A durat doar o fracțiune de secundă, dar a fost suficient pentru a-mi schimba drastic identitatea; actorul egocentric care intra-se în reciful respectiv nu mai era cel care a ieșit din apă.

Dar acesta a fost doar începutul înotului meu prin ape neumblate.

În următoarele luni, am fost chinuit de coșmaruri și de o teamă inexplicabilă de moarte. Adevărul este că eram pe moarte. Nu fizic, ci din punct de vedere al egoului – iar egoul nu cunoaște diferența dintre moartea identității și moartea literală. În spațiul pe care l-a creat această „moarte”, am întrezărit un Sine care nu moare niciodată, un Sine care nu are nevoie de nicio îmbunătățire. Căci acest actor, care încerca mereu să umple groapa fără fund a inadecvării, era ca și cum ar fi fost eliberat dintr-o închisoare în care nici măcar nu-și dăduse seama că intrase. Repet, a fost doar o întrezărire și nu aveam cuvinte să descriu ce văzusem – dar de data asta am înțeles mesajul.

Am renunțat la actorie, mi-am limitat legăturile cu familia, mi-am închis abonamentul TV, iar următorii câțiva ani mi i-am petrecut meditănd, stând la picioarele maeștrilor spirituali, cufundându-mă în învățăturile de înțelepciune ale veacurilor și căutând o relație profundă cu acest Sine care îmi luase pământul de sub picioare și mă făcuse să mă deschid spiritual. O perioadă scurtă de timp am studiat pentru a deveni preot, apoi am luat în considerare ideea călugăriei. Dar pe când posteam într-o mănăstire, mi s-a făcut atât de foame, încât am intrat în bucătăria călugărilor în toiul nopții și am furat ceva de-ale gurii – ceea ce m-a făcut să-mi închei cariera monahală.

În cele din urmă, am devenit consilier spiritual licențiat în cadrul Centrului Spiritual Internațional Agape, una dintre cele mai mari comunități spirituale interconfesionale din țară, sub îndrumarea lui Michael Bernard Beckwith. Înarmat cu principiile metafizice ale manifestării, am început să predau artiștilor, profesioniștilor din mass-media și căutătorilor din întreaga lume lecții despre cum să-și

fructifice întregul potențial. După o practică înfloritoare de consultanță și câteva cărți publicate, lucrurile păreau să meargă bine. Obțineam rezultate. Clienții mei obțineau rezultate. Lucrurile funcționau cu adevărat!

Apoi m-am lovit de un zid.

Totul a devenit mai mult o luptă. Tehnicile pe care le folosisem înainte nu mai funcționau. Deși obținusem tot ce mi-am dorit, nu eram prea mulțumit, iar în unele cazuri, cu cât încercam mai mult să îmbunătățesc lucrurile, cu atât se înrăutățeau. Nu numai pentru mine, ci și pentru nenumărați alții care se foloseau de cele mai recente învățături de succes. Am perseverat, dar apele erau liniștite doar la suprafață.

Ceva era în neregulă cu această imagine. Ceva lipsea. Am încercat să-mi dublez eforturile, dar asta m-a făcut să mă blochez și mai tare. Ca atunci când apeși pedala de accelerație și pe frână în același timp – roțile se mișcau, dar nu înaintam. Aveam sentimentul înspăimântător că recăzusem în labirintul subacvatic, dar fiindcă nu știam ce altceva puteam să fac, mi-am continuat cariera de consilier spiritual. La scurt timp după aceea, în timpul unei prelegeri, am avut cea de-a doua revelație.

Mă aflu într-un centru spiritual dintr-un mall din suburbii, așezat între o curățătorie și un salon de bronzare. Publicul asculta cu atenție în timp ce mă plimbam prin fața lui, vorbind cu pasiune despre atingerea potențialului. Discutasem de mai multe ori despre acest subiect, și după toate standardele obiective, mă pricepeam. Dar în noaptea aceea a fost diferit. Era o tensiune în aer. Fețele oamenilor nu arătau că s-ar simți inspirați; exprimau frustrare.

Auziseră deja toate acestea, încercaseră totul înainte. Și, în ciuda discursului meu entuziast, nu mă credeau.

M-am aplecat înainte, încercând să-i scot din starea lor de amortire, încercând să le insuflu în inimă dorința de a crede. Dar cu cât încercam mai mult să-i inspir, cu atât mai neinspirat eram eu. Simțeam cum energia se scurge din mine, deoarece cuvintele pe care le rosteam nu reușeau să aprindă nimic în oamenii aceia. Apoi s-a întâmplat ceva. Am intrat în cădere liberă, dar în loc să mă prăbușesc la pământ, acesta s-a căscat. Percepția mea despre realitate s-a deschis ca o cortină. A fost un moment de surpriză, apoi de expansiune.

Apoi am văzut.

În esență, am înțeles că întregul model de dezvoltare personală era greșit. Nu trebuie să „atragem” nimic, pentru că nu ne lipsește nimic. Nu avem nevoie să ne perfecționăm, deoarece Sinele nostru este deja întreg. Așa cum stejarul este deja prezent în ghindă, tot ceea ce trebuie să fim și tot ceea ce avem nevoie pentru a ne împlini se află deja în noi – un tipar perfect și un scop divin. Și, precum stejarul care se naște din ghindă, acest potențial înnăscut apare de la sine atunci când condițiile sunt propice.

Aceasta era Legea Emergenței.

Cu această schimbare profundă de perspectivă, era clar că cele mai adânci dorințe ale noastre nu se refereau la lucruri pe care le puteam căuta și obține în lumea exterioară; ele sunt indicii că ceea ce se găsește în interiorul nostru încearcă să iasă la suprafață. În loc să ne luptăm să ne vindicăm, trebuie să ne debarasăm de exteriorul fals și să ne dezvăluim plenitudinea înnăscută.

Dacă suntem deja compleți în mod inerent, atunci toate eforturile noastre de a repara, atrage sau realiza ceva – prin legile creației deliberate – nu fac decât să ne *exacerbeze* problemele. Acesta este motivul pentru care multe dintre încercările noastre de a ne perfecționa nu funcționează sau chiar înrăutățesc lucrurile. Atragem un nou partener, dar certurile sunt aceleași dintotdeauna. Primim un salariu mai mare, dar ajungem falșiți căzând de la un nivel mai ridicat al veniturilor. Ca și cum am încerca să săpăm pentru a ieși dintr-o groapă, cu cât săpăm mai mult, cu atât ne adâncim mai tare. Când pornim de la premisa falsă că suntem defecti sau necorespunzători, indiferent de tehnica pe care o folosim sau de cât de sincere sunt eforturile noastre, ele nu pot duce *niciodată* la o împlinire adevărată, ci ne vor menține într-o luptă fără sfârșit pentru a ne perfecționa un sine care nu există – decât ca un concept fictiv în mintea noastră.

Acestea erau legăturile lipsă pe care le căutasem, motivul pentru care eu și mulți alții ne-am străduit să obținem rezultate durabile – și motivul pentru care aproape că mi-am pierdut viața încercând.

Pe măsură ce aceste idei mi-au apărut în conștiință, am început să vorbesc din nou cu publicul: „Adevărul este că nu e nimic în neregulă cu voi; nu vă lipsește nimic. *Tot ceea ce aveți nevoie pentru a vă împlini destinul se află în interiorul vostru, așteptând să iasă la iveală* – și majoritatea eforturilor voastre de a realiza acest lucru, în realitate îl blochează! Aceasta nu este o altă tehnică de autoperfecționare. De fapt, este sfârșitul mișcării de «autoperfecționare»”.

Eram șocat de ceea ce tocmai spuseseam. Declarasem sfârșitul chiar aceluiași domeniu în care încercam să devin un

lider. Mă autodenunțasem un șarlatan. Dar ceea ce vedeam brusc atât de clar, strălucind în fața mea ca o autostradă în deșert, era o nouă cale radicală de transformare reală, o cale care cuprindea tot ceea ce avem nevoie pentru a ne realiza pe deplin potențialul și a ne împlini. S-ar putea să fi fost sfârșitul autoperfecționării, dar era începutul unui lucru mult mai important.

Să fie clar, nu spun că este sfârșitul dezvoltării personale – adică al procesului natural de dezvoltare a talentelor și capacităților noastre înnăscute –, spun că este sfârșitul iluziei că suntem ființe defecte, inadecvate, care trebuie să repare sau să adauge ceva pentru ca sinele lor să fie complet. Spun că e sfârșitul acestei căutări compulsive de a umple un gol imaginar care nu are capăt sau de a atinge o ștachetă care este la fel de evazivă ca linia orizontului ce se depărtează continuu. Spun că întregul mod în care am învățat să ne realizăm potențialul *este complet în antiteză cu modul în care am fost proiectați să ne dezvoltăm*.

Mai rău, ne îndepărtează de Sinele nostru adevărat, însăși sursa a tot ceea ce căutăm.

Mi-am dat seama imediat că, dacă ceea ce descoperisem în conceptul de Emergență era adevărat (și era pus în practică), în curând nu avea să mai fi nevoie de programe de autoajutorare sau de vreun guru. Desigur, nu era cea mai bună strategie de afaceri pentru un „guru aspirant de self-help”. În cazul în care clienții mei urmau Legea Emergenței, în cele din urmă n-ar mai fi avut cine să se întoarcă la cursuri!

Firește, aceasta este de fapt intenția profesorilor sinceri; scopul lor nu este niciodată acela de a forma adepți, ci lideri – de a le arăta oamenilor drumul către ei înșiși. Din perspectiva Emergenței, nu mai este vorba despre a fi un

înțelept pe scenă, ci un ghid în culise.¹ Și în acea lumină, mi-am dat seama că poate, până la urmă, există totuși o sarcină pentru mine. Așa cum nu este treaba fermierului să pună planta în sămânță și să o dezvolte – ci doar să pregătească condițiile care îi permit seminței și solului să facă ceea ce sunt menite să facă –, așa e și rolul unui adept al Emergenței. Mi-am dat seama că acest adevăr pe care îl descoperisem acționează ca o lege universală, precum gravitația. Și la fel ca gravitația, nu eu trebuia să o fac să funcționeze; trebuia doar să mă alinez cu ea – și să-i ajut și pe alții să facă același lucru –, iar legea se va ocupa de restul.

În acea seară, în timp ce priveam publicul, știam că mesajul despre Emergență era exact ceea ce aveau nevoie să audă. Ceea ce a urmat a confirmat acest lucru: oamenii din sală au oftat în cor, ca pentru a spune: „În sfârșit, suntem liberi”.

Și așa, tensiunea din sală a dispărut.

Am închis ochii și am respirat adânc, lăsând să se așeze informațiile. Și când m-am uitat din nou la public, nu mai era la fel. În loc să văd oameni care aveau nevoie de perfecționare, am văzut ființe perfecte care așteptau să iasă la lumină. M-am simțit ca Michelangelo, care credea că Dumnezeu a creat deja totul, iar sarcina lui era doar să elibereze capodopera captivă în blocul de piatră. Privind chipurile acelor oameni din public, ceea ce am văzut erau capodopere divine, ascunse în blocuri de piatră muritoare. Și am știut că, din ziua aceea, munca mea nu era să repar sau să schimb pe nimeni, ci să-i ajut pe oameni să se elibereze.

Din cauza presiunilor economice continue, a șomajului și a pierderii locuinței, multe dintre structurile noastre exterioare de siguranță ne-au fost luate. Valul de cărți care

promit îmbogățirea grabnică – urmat în mod ironic de cel mai mare crah economic de la Marea Depresiune încoace – i-a lăsat deziluzionați pe mulți căutători. Acum, mai mult ca niciodată, oamenii caută un mod autentic de a-și stabili viața și de a-și recupera libertatea. Emergența te va conduce pe acest teren solid, în singurul loc din lume pe care nimeni nu îl poate atinge niciodată – în interiorul tău. În aceste vremuri în care atât de mulți se simt înfricoșați și deznădăjdiți, Emergența te va aduce înapoi acasă, acolo unde îți vei găsi pacea, inspirația și puterea de a-ți îndeplini menirea.

Această carte reprezintă încununarea activității mele de a-i învăța pe mii de oameni din întreaga lume principiul Emergenței. Sper că te va elibera de nevoia de a privi în afară pentru a găsi răspunsuri și siguranță, de a încerca să umpli locurile pe care le percepi ca fiind goale sau chiar de a încerca să „atrage” anumite lucruri. În paginile acestei cărți, îți voi împărtăși secretul suveranității și puterii tale reale; adevărul antic pe care marii mistici au încercat să-l transmită oamenilor, dar care a fost în mare măsură pierdut; un principiu pe care marii lideri din toate domeniile l-au folosit pentru a crea capodopere, pentru a construi imperii și pentru a activa forțele revoluționare – și care totuși rareori a fost înțeles sau exprimat.

Până acum.

Să ne luăm împreună la revedere de la „autoperfecționare” și să începem procesul de eliberare a Sinelui nostru real.



INTRODUCERE

CALEA RADICALĂ SPRE CASĂ

*Nu vom conțeni cu explorarea, și sfârșitul dibuirii pururi va fi s-ajungem de unde-am pornit și să cunoaștem locu-ntâia oară.**

T.S. ELIOT

Am o prietenă care ia ca punct de reper un stejar atunci când dă indicații despre cum să ajungi la ea acasă. Îți spune: „Vei ajunge la o curbă – ai grijă la gropile destul de mari din asfalt. Apoi vei vedea o școală vizavi și chiar lângă ea, un stejar uriaș – acolo stau. Parchează sub el și intră: ușa este deschisă.”

Cei mai mulți oameni ar putea oferi ca punct de reper un stejar; există în jur de șase sute de specii, atât verzi permanent, cât și cu frunze căzătoare. Și ca multe plante din familia mari, au străbătut distanțe mari și s-au stabilit peste tot. Pot fi găsiți în climatele reci și la latitudini tropicale; de fapt, cresc pe toate continentele, mai puțin Antarctica – doar dacă nu pui la socoteală vechile nave din stejar, care navigau pe apele periculoase pentru a-și duce comorile în acel peisaj înghețat.¹

* *Patru cvartete*, traducere de Sorin Mărculescu, Editura Univers, București, 1971, p. 81. (n.tr.)

Stejarul din fața casei prietenei mele are peste o sută de ani, ceea ce înseamnă că rădăcinile lui pivotante au pătruns foarte adânc în sol, aproape la fel de adânc pe cât de înalt este copacul, sistemul de rădăcini având o treime din diametrul coronamentului. Acest centenar are un trunchi de cel puțin doi metri în circumferință, ajungând la o înălțime de minim nouă metri, cu ramuri care se întind pe șase metri. Scoarța brăzdată adânc are porțiuni de lemn neted tocit de generații de vreme și de palmele oamenilor care au atins inima descoperită a lemnului, ca pentru a se conecta cu el.

Această idee de conexiune pare a fi viabilă, având în vedere că stejarul era văzut în mod simbolic ca fiind protectorul ușilor sau chiar ușa în sine – o ușă către următorul anotimp, deoarece renaște și moare odată cu anotimpurile, sau poarta între cer și pământ, întrucât atinge atât solul, cât și văzduhul. Era o ușă a ospitalității, un portal care privește simultan spre trecut, prezent și viitor.²

În afară de a fi o ușă, stejarul a fost și un păstrător al cunoașterii și al legilor. El a oferit oamenilor învățături din vechile culturi – le-a povestit despre pădure și le-a oferit exemple de flexibilitate și generozitate prin lemnul său (verde și dur), prin frunze, tanin, ghinde, excrescențe și scoarță.³ Despre cei foarte înțelepți se spunea că „înțeleg stejarul”.

Nu e de mirare, deci, că oamenii au căutat din vremuri străvechi să afirme însușirile atribuite stejarului în mituri, cultură și istorie: puternic, rezistent, trainic, maiestuos și conectat cu divinitatea.

Stejarul din fața casei prietenei mele este venerabil – un cuvânt potrivit pentru un stejar bătrân și înțelept, deoarece

a văzut multe, caracterul său regăsindu-se în nodurile, în răsucirile și șerpuirile trunchiului, precum și în ramurile care se întind cu exuberanță. În viața sa, acest centenar a trăit într-un mod demn de admirat; s-a transformat surprinzător și, dacă te gândești bine, radical, dintr-o ghindă în copac verde și apoi în stejar matur, dezvoltat pe deplin. Și-a trăit complet și cu sfințenie fiecare etapă a devenirii sale, fără să se opună impulsului care a făcut coaja protectoare a ghindei să se spargă și să moară odată cu identitatea ei; fără să se îndepărteze de pământ, deoarece rădăcinile i-au crescut în întuneric, pentru ca ramurile să i se poată înălța în lumină; fără să se teamă de secetă, ci săpând pentru a găsi cele mai profunde resurse; fără să lupte niciodată împotriva furtunilor, ci rămânând drept când putea, sau îndoindu-se, în loc să se rupă; și fără să judece niciodată o situație ca fiind mai bună sau mai rea.

Stejarul ne poate învăța câte ceva despre Emergență.

Sămânța, solul, rădăcinile și fructele

Deși voi apela și la alte metafore pe parcursul acestei cărți pentru a explica principiile și practicile Emergenței, am ales să mă bazez pe stejar mai mult decât pe altceva. Aș fi putut alege mulți alți copaci; într-un fel, principiile care stau la baza oricărei creșteri de la sămânță la rădăcină, floare și fruct, reflectă procesul Emergenței. Dar este greu să bați eleganța stejarului.

Marele stejar începe de la ghindă, o sămânță mică de la care nu ne-am aștepta niciodată să fie capabilă de o manifestare atât de puternică, aptă să supraviețuiască timp de generații și să ofere hrană, umbră, adăpost și multe alte

lucruri la sute de alte viețuitoare. Cu toate acestea, în interiorul acelei semințe se află tiparul invizibil conceput perfect pentru a deveni stejar – și nu numai stejar, ci un puiet care ar putea da naștere unei păduri de stejari ce dăinuie timp de milenii. În interiorul acelei bucăți minuscule de carbon se află un potențial infinit, etern.

Același lucru este valabil și pentru tine.

Așa cum ghinda nu este o coajă goală care începe apoi să „facă ceva cu sine”, nici tu nu ai fost proiectat pentru așa ceva. Sămânța din care te tragi conține deja materialul și mecanismul realizării sale – precum și împlinirea tuturor oamenilor și lucrurilor care derivă din viața ta.

Gândește-te bine la implicațiile acestei afirmații. Așa cum o singură ghindă conține păduri nesfârșite, sămânța ființei tale conține toate ideile, contribuțiile și impactul pe care viața ta îl va avea – precum și efectul pe care îl are și îl va avea asupra lumii din jurul tău. Nu ai nevoie decât de condițiile potrivite pentru ca acest lucru să se manifeste.

Pe măsură ce ghinda crește, rădăcinile se afundă în solul întunecat, format din rămășițele tuturor lucrurilor care și-au depășit utilitatea și au intrat în descompunere. Lucrând în acord cu natura, nu împotriva ei, și folosind ceea ce există, în loc să opună rezistență, își creează condițiile pentru a lua naștere. Când îmbrățișăm toată „murdăria” vieții noastre, folosindu-ne de experiențele crude prin care am trecut, care ne-au îngrădit și, care, uneori, aproape că ne-au îngropat, procesul de Emergență transformă părțile întunecate, aparent dezintegrate, în substanțele nutritive care ne hrănesc și ne ajută să creștem. Renunțăm la luptă, la judecată și la rușinea unei vieți petrecute încercând să evităm, să reprimăm sau să negăm ceea ce este sau ce a

fost, și transmutmăm totul în ceva util și folositor. Dezvoltăm rădăcini adânci, dăm roade bogate și evoluăm așa cum ne-a fost merit.

Pe măsură ce stejarul se înalță, rădăcinile îi devin tot mai adânci și mai vaste, iar lăstarul se ridică în căutarea luminii. Cu cât rădăcinile sunt mai adânci, cu atât ramurile pot crește mai înalte. Echilibrul înnăscut al naturii înțelege că nu poți avea una fără cealaltă. Dacă arborele s-ar lupta să ajungă la lumină fără să-și întindă rădăcinile în solul întunecat, nu ar putea să-și susțină înălțimea. O secetă puternică l-ar usca, un incendiu l-ar nimici, iar o furtună puternică l-ar dărâma. Procesul de Emergență al oamenilor este la fel. Când ne ignorăm rădăcinile și ne concentrăm doar asupra locului în care putem ajunge, ne pierdem centrul de greutate și sursa de supraviețuire. Când nu suntem bine fixați într-un loc mai profund, în ceva care să ne hrănească dincolo de viața noastră aglomerată, e foarte ușor să ne uscăm, să ardem sau să fim doborâți la pământ de vânturile schimbării.

Dar când ne găsim echilibrul natural prin procesul de Emergență, putem ajunge mai înalți și mai vaști decât sinele nostru și-a imaginat vreodată – și adesea mai repede decât te-ai aștepta. La fel cum vlăstarul are „zvâcniri” – părți care cresc dintr-odată, uneori mai multe într-un anotimp –, și noi suntem capabili să facem salturi cuantice, din punct de vedere mental, fizic, spiritual, creativ și în orice alt sector al vieții noastre. Cu cât suntem mai înrădăcinați în solul sufletului nostru, cu atât suntem mai conectați cu sămânța adevăratei noastre naturi. Și cu cât menținem o armonie mai mare între cele două aspecte, cu atât mai sus putem ajunge în viață.

În cele din urmă, stejarul ajunge la maturitate, oferind umbră și adăpost și semănând în lume noi ghinde, care devin alți copaci. Iar atunci când ne dezvoltăm la întregul nostru potențial și ne îndeplinim cea mai profundă menire, darurile pe care le împărtășim creează și sprijină un ecosistem care permite lumii noastre să evolueze și să prospere.

Aceasta este realizarea stejarului; se întâmplă de fiecare dată când o ghindă poate să se manifeste conform naturii sale. Când condițiile sunt potrivite, natura își îndeplinește mereu promisiunea. Nu poate face altceva. Ghinda este întregă, completă și perfectă prin natura sa de ghindă, în parte pentru că există întotdeauna un stejar care așteaptă să iasă de sub coaja ei. Nu un pin. Nu un măr, ci un stejar. De fiecare dată. Știm că acest lucru este adevărat – știm că ar fi greșit să credem că o ghindă ar trebui să devină altceva. Nu ne-am aștepta niciodată ca o ghindă, indiferent cât s-ar antrena la „școala brazilor”, să devină un pom de Crăciun! Și nici noi nu am vrea asta. Orice lucru își îndeplinește funcția și, la rândul său, susține totul într-un sistem mereu în expansiune, care se autosusține.

Așa este și cu devenirea noastră ca oameni, dacă suntem lăsați să ne urmăm cursul natural. Din păcate, rareori avem acest lux. Conștiința colectivă a separării, limitării și autoconservării a creat un sentiment de sine fals și o deconectare profundă față de sămânța adevăratei noastre naturi. În loc să îndepărtăm resturile care s-au adunat în locul în care am fost plantați și să cultivăm solul sufletului nostru, ne-am pierdut în încercarea de a deveni altceva decât ceea ce suntem cu adevărat. Din fericire, metafora stejarului, a oricărui lucru care se dezvoltă în mod natural,

rămâne valabilă: ghinda și potențialul ei de a se transforma în stejar sunt idei perfecte care vor lua naștere întotdeauna când condițiile sunt potrivite, și la fel va fi și în cazul tău.

Te rog, asimilează bine acest lucru. Nu este doar o altă smecherie New Age, o afirmație care să te facă să te simți bine sau o teorie interesantă; acesta este adevărul universal. Există într-adevăr o ordine de fond pe care ne putem baza, de care putem depinde și în care putem avea încredere – o vedem în fiecare zi în natură, în jurul nostru. Este o ordine a lucrurilor care nu are nevoie de noi ca să se întâmple, ci, așa cum spune Michael Bernard Beckwith, doar „să îi ieșim în întâmpinare”.⁴ Procesul Emergenței te aduce pe acest teren solid, pe care viața ta poate înflori în sfârșit la potențialul său maxim.

De ce Emergența? De ce acum?

Odată cu atât de multe cărți și programe de care putem dispune în prezent pentru a ne îmbunătăți viața, o întrebare cinstită ar fi: „De ce Emergența? De ce acum?”. Eu aș răspunde cu o altă întrebare: „Cum merg celelalte opțiuni?”. Sau, recurgând la o întrebare adresată deseori la începutul fiecărui scrutin electoral prezidențial din Statele Unite: „Îți este mai bine acum decât în urmă cu patru ani?”. Și nu numai ție, ci tuturor celorlalți. Deși am făcut pași importanți ca societate, încă suntem flămânzi, faliți, speriați și ne omorâm unii pe alții la niște cote alarmante. Și dacă nu ne omorâm între noi, ne sinucidem. În Statele Unite, au loc de două ori mai multe sinucideri decât crime.⁵ Iar mulți dintre noi se sinucid lent, prin alimentație, droguri, stres sau reprimarea adevăratelor dorințe ale inimii. Serialul de televiziune

The Walking Dead se dovedește a fi un reality-show – într-un fel devenim niște zombi, folosind tot felul de remedii rapide și distrageri care să ne anestezieze în fața durerii pe care o simțim.

Înainte să te întinzi după sticla de Pinot Gris pentru a scăpa de aceste realități tulburătoare, te rog să înțelegi că nu sunt un sceptic; de fapt, uneori scot oamenii din minți cu manifestările mele idealiste și romantice. Dar, de asemenea, știu că nu poți vindeca ceea ce nu simți și că nu poți ajunge acolo unde vrei să ajungi până când nu ești sincer privind locul în care te afli. Este la fel ca acele indicații dintr-un mall care spun „te afli aici”; ai nevoie de o evaluare exactă a punctului de pornire, altfel vei sfârși rătăcind fără țintă. Dar se mai întâmplă ceva atunci când devenim conștienți – cu adevărat conștienți – cu privire la starea lucrurilor – fără judecăți de valoare, vină sau rușine: începem să ne schimbăm.

Dacă nu trăim conștient, egoul nostru va folosi orice truc de care dispune pentru a ne păstra neschimbați, în timp ce ne va determina să *ne gândim* că ne schimbăm, convingându-ne că nu putem sau tocindu-ne simțurile cu un alt episod din serialul *Here Comes Honey Boo Boo*. Misiunea egoului este autoconservarea, adesea cu orice preț, iar schimbarea reală reprezintă o amenințare la adresa propriului program de sistem. Este un artefact evolutiv care a fost conceput pentru a se asigura că acest experiment numit umanitate va reuși. Și, cu miliarde de oameni pe planetă, chiar a reușit. Din nefericire, acum este chiar ceea ce ne diminuează șansele de supraviețuire.

Să recunoaștem: lucrurile nu funcționează în felul în care le-am făcut până acum. Și nici dacă facem mai mult

din ceea ce facem deja, la nivel individual sau colectiv, tot nu vom rezolva niciodată problemele. Te rog să înțelegi asta: nu ne vom rezolva *niciodată* problemele în mod viabil făcând aceleași lucruri ca până acum sau fiind aceeași oameni. Trebuie să evoluăm. Singura modalitate de a evolua este să trecem la un nivel superior, iar singura modalitate de a trece la un nivel superior este să ne folosim de impulsul evolutiv dincolo de mintea condiționată și de grijile și problemele ei nesfârșite – deoarece mintea condiționată nu poate decât să creeze o altă versiune a stării sale actuale.

Cum accesezi (și chiar accelerezi) acest impuls evolutiv?

Prin Legea Emergenței și procesul de Emergenție.

Am spus deja de ce este o cale unică, chiar revoluționară, prin comparație cu ceea ce am învățat – și această carte are scopul de a-ți oferi abilitatea extraordinară de a aplica acest principiu revoluționar în fiecare domeniu al vieții. Dar pentru că egoul se opune adesea oricărei idei care ar putea provoca o schimbare reală – declarând „știu deja asta”, „nu este nimic nou aici” sau pur și simplu „nu înțeleg” – și pentru că este necesară acceptarea premiselor de bază ale Legii Emergenței pentru ca aceasta să fie aplicată cu succes, dă-mi voie să-ți explic ce este diferit în legătură cu ea.

După cum am spus mai sus, principiul Emergenței dezvăluie că tot ceea ce ne-ar putea fi de trebuință se află deja în noi – *exact opusul* modului în care majoritatea oamenilor au fost condiționați să trăiască. Când credem că cineva sau ceva *din afară* reprezintă sursa noastră de siguranță sau de aprovizionare, ne zbatem și ne chinuim, luptăm și murim și, în general, ne dăm peste cap încercând să obținem ceva ce credem că nu avem sau să ne agățăm de ceea ce avem. Rezultatul este o neliniște fără sfârșit, resentimente,

o stare de epuizare și mult prea multe drumuri la frigider în toiul nopții – ca să nu mai menționez tot ce am descris mai sus despre starea actuală a lucrurilor.

Acest conflict se încheie în momentul în care adopți principiul Emergenței.

Și atunci începe adevărata distracție.

Imaginează-ți cum ar fi viața ta dacă te-ai trezi în fiecare dimineață știind și simțind că ai în tine tot ce ai putea avea vreodată nevoie. Cum ai interacționa cu ceilalți, cu cât ai fi mai deschis, mai generos, mai iubitor și mai liniștit? Dacă ai ști că în interiorul tău ai proiectul, mecanismul și puterea de a da viață visurilor tale, ce alegeri ai face? Ce acțiuni îndrăznețe ai întreprinde?

Emergența este modul în care *ai fost conceput să trăiești*.

Nu este o exagerare. Este ceea ce a spus fiecare mare maestru spiritual sau filosof luminat. E modul în care este structurat întregul univers. A început din nimic și din el a luat naștere totul. Big Bang-ul este simbolul Emergenței. Iar tu, fiind universul în miniatură, ești un Big Bang mai mic care așteaptă să se producă. Ești o expresie individualizată a perfecțiunii infinite, ești vlăstarul divinului. Dispui de aceeași capacitate creativă pe care o are și inteligența cosmosului.

Dacă încă mai ai îndoieli, dacă te simți un pic inconfortabil cu toată discuția asta despre scop și potențial și nu știi sigur cum să faci să se manifeste această putere și frumusețe înnăscute, află că nu ești singurul. La urma urmei, aceasta este călătoria în care urmează să pornim. O călătorie care te va duce din nou acasă, unde te așteaptă un stejar înalt și maiestuos, paznicul sufletului tău și poarta către o viață extraordinară. Poate că te-ai aflat pe un anumit drum

o lungă perioadă de timp, căutând un semn că te apropii de țintă. Poate că ai luat-o pe mai multe căi, negăsind altceva decât teren stâncos, cărări incerte și drumuri înfundate. Poate că te-ai oprit la marginea drumului, prea obosit ca să mergi mai departe. Indiferent de cotiturile pe care le-ai luat în drumul tău, acum te-au adus aici.

La această carte, la acest moment, la această hartă.

Se spune că o persoană cu mintea și inima curată deține un „suflet de stejar”. Ceea ce simți, ceea ce te-a împins să-ți descoperi drumul, peste munți, prin furtuni și peste ape învolburate, acela este sufletul tău de stejar, care te cheamă acasă.

Pentru mine este cea mai mare onoare și cel mai mare privilegiu să te însoțesc pe această cale eliberatoare către Sinele tău. Hai să pornim la drum.

Ce conține

Cartea este împărțită în nouă capitole, începând cu „Legea Emergenței”, care pune bazele spirituale, științifice și filosofice pentru a reînvia acest principiu străvechi. În acest fel, vom clarifica diferența esențială dintre atracție și emergență, spulberând mitul cauzei și efectului și îndreptându-ne din nou atenția spre lumea interioară – prin curățarea câmpului minții și inimii, pentru a-l pregăti pentru Emergență. De aici, începi „Cele Șapte Etape ale Emergenței”: șapte capitole ce redau conceptele convenționale despre autorealizare și manifestare în cadrul noului model de Emergență și te ghidează pas cu pas prin acest proces revoluționar de transformare personală.

În etapa întâi, „Privește viziunea completă”, vei afla despre un proces unic de excavare pentru a-ți descoperi adevăratul destin – acea sămânță a potențialului deja sădită în solul sufletului tău.

În etapa a doua, „Cultivă condiții armonioase”, vei învăța să-ți pui viața interioară în acord cu viziunea – reglându-ți frecvența minții, asemenea unui radio, la postul care transmite muzica ta – punând capăt luptei de a face să se întâmple ceva și deprinzând abilitatea *de a întâmpina* cum se cuvine lucrurile care-ți apar în viață.

În etapa a treia, „Creează planul cuantic”, îți vei transpune viziunea interioară și exterioară într-un mod de viață care te va duce de la un trai la întâmplare la unul care să aibă scop.

Etapa a patra îți arată cum să „dăruiești ceea ce pare să lipsească”, dezvăluind adevăratul secret că ceea ce lipsește este ceea ce nu oferim. Avem un depozit de bine infinit închis în conștiința noastră – în acest capitol înveți cum să inversezi cursul, și anume cum să lași să iasă acest potențial întemnițat, în loc să iei ceva din exterior – și să nu mai fii dependent de nimeni și de nimic.

Etapa a cincea îți arată cum să „acționezi ca și cum ai fi deja împlinit”, clarificând o dată pentru totdeauna rolul greșit înțeles și reprezentat al acțiunii potrivite în *canalizarea* acestui potențial neexploatat, nu în vederea *obținerii* lui – creând un efect ce reduce rezistența interioară, scurtează timpul de așteptare și accelerează rezultatele.

În etapa a șasea, înveți cum să „accepti ceea ce pare a fi defect”, un proces puternic de transformare care îți oferă instrumentele necesare pentru a trece de pragurile critice ale conștiinței și a-ți transforma defectele și temerile

Într-un îngerășământ ce face să-ți crească rădăcini mai traionice și roade mai bogate – activând ceea ce este cu adevărat extraordinar în tine.

Etapa a șaptea îți oferă înțelepciunea de „a aștepta Legea”. Vom discuta una dintre cele mai distinctive trăsături ale Emergenței: cea mai mare parte din muncă se desfășoară în interior, ascunsă vederii. Așa cum un fermier trebuie să cultive o sămânță și să aibă grijă de sol până când aceasta prinde rădăcini, așa și tu trebuie să te îngrijești de ce ai plantat, nu să sari de la o sămânță la alta, căutând câștigul pe termen scurt – altfel, semințele tale nu vor da niciodată roade. Adoptând acest principiu vei dezvolta ceea ce cartea *A course in Miracles* (*Curs de miracole**) numește „răbdarea infinită, care aduce rezultate imediate” și reprezintă primul pas pe calea măiestriei.⁶

Călătoria se încheie cu „traiul la limita Emergenței”, unde ești invitat să devii un lider vizionar, un instrument pentru o idee mai presus de propria persoană – aceea că viața și contribuția ta pot marca începutul următoarei etape a evoluției umane.

Cum să lucrezi cu această carte

Cărțile sunt instrumente excelente, dar degeaba ești tobă de carte dacă nu știi ce să faci cu informațiile asimilate. Cuvintele din pagini îți pot înălța conștiința pentru a-ți întrezări potențialul maxim și a vedea ce este posibil, dar numai folosind efectiv învățăturile și stabilindu-ți o practică

* Volum apărut sub acest titlu la Editura Fundația pentru Pace Lăuntrică, 2009. (n.tr.)

zilnică vei avea parte de o transformare reală și te vei bucura de o mai mare vivacitate, bunăstare și împlinire.

Această carte este structurată astfel încât fiecare capitol se bazează pe cel precedent, așadar ar fi bine să o citești mai întâi de la cap la coadă, pentru a înțelege conceptele și principiile generale. Odată ce deprinzi elementele de bază, poți să parcurgi orice parte care te inspiră și să reiei treaba. O sugestie, totuși, este să nu te grăbești. Pe măsură ce citești fiecare capitol, fii conștient de ideile sau de frazele care te pun pe gânduri. Acesta este un indiciu din partea intuiției tale că mai este ceva acolo, ceva de citit printre rânduri. Liniștește-te, conectează-te la acea parte a ta care are deja toate răspunsurile și deschide-te spre înțelepciunea profundă care încearcă să iasă la suprafață. În acest fel, poate că nu vei citi cartea pe cât de repede ești obișnuit, dar odată terminată, nu vei mai fi persoana care erai la începutul acestei călătorii.

Și, în sfârșit, iată ce este acest lucru: o călătorie, nu o destinație. Când îți dai seama că într-adevăr nu există timp sau spațiu – că totul se întâmplă aici și acum –, înțelegi că nu există niciun loc unde să ajungi și niciun scop final de realizat. Există numai descoperirea continuă și exprimarea potențialului tău infinit în momentul prezent. Aceasta este singura materie primă cu care trebuie să lucrezi; doar cu asta va trebui să ai de-a face mereu – cu clipa de față. Și, așa cum sper că vei descoperi prin acest proces, este mai mult decât suficient.



Închide ochii pentru o clipă și imaginează-ți un prunc de o lună îmbrăcat într-un body galben cu iepuri brodați. Bebelușul doarme, poate legănat încet de cineva la piept. Păstrează imaginea în minte și observă la ce te gândești. Ce simți față de acest copil?

Oare te gândești: „E atât de firav și neputincios și chiar trebuie să mai dea jos vreo câțiva centimetri de pe coapse”...? Sau: „I se rărește părul, nici măcar dinți nu are, nu face decât să mănânce și să doarmă, când o să facă ceva cu viața lui? E așa o povară...”?

Sună ridicol, nu?

Și cu toate astea, așa ne vedem pe măsură ce creștem și ajungem să fim hipnotizați de convingerile culturale cu privire la ce înseamnă merit, valoare și succes. Începem să ne comparăm (pe noi și pe ceilalți) cu alții, până când ne pierdem această conștientizare a inocenței și perfecțiunii noastre inerente.

Dar există un loc în interiorul tău care nu a încetat niciodată să te privească prin ochii iubirii, la fel cum părinții își privesc copilul nou-născut. Acesta este divinul din tine, prezența ce te ține pe vecie în brațele sale și cunoaște adevărul perfecțiunii tale. Reconectarea cu acest adevăr original este fundamentul Emergenței. Fără această perfecțiune înăscută ca premisă de la care să începem, nimic din ceea ce facem nu ne va aduce libertatea și împlinirea pe care le căutăm, ci ne va determina să încercăm neîncetat să reparăm, să schimbăm sau să îmbunătățim ceea ce credem că este greșit sau ne lipsește, pentru a fi în sfârșit „întregi”.

Clienta mea Bonnie a înțeles această luptă fără sfârșit. Asemenea unui mic dinam, Bonnie era tot timpul în mișcare: genul bine faci, bine găsești și totodată un om care are grijă de toate. Nu mă înțelege greșit, este o persoană minunată – dar o mare parte din eforturile ei erau motivate de convingerea că nu este suficient ceea ce face și că, dacă ar putea să fie mai mult sau să facă mai mult, va deveni în cele din urmă o persoană de succes.

— Trebuie doar să-mi dau seama cum să fac să meargă afacerea asta, mi-a spus Bonnie într-una dintre ședințele noastre telefonice de început. Sunt pe punctul de a-mi pierde casa și, dacă se întâmplă asta, nu știu unde mă voi duce cu copiii. Am încercat atât de multe lucruri, am cheltuit atât de mulți bani – bani pe care nu-i aveam –, iar viața mea încă nu funcționează. Nu știu cum de m-am băgat într-o așa încurcătură – ce anume îmi scapă și toți ceilalți par să înțeleagă?”

Aproape că îi venea să plângă în timp ce vorbea. Percepeam din vocea ei ce se întâmplase; subtextul era dens, fiecare cuvânt fiind îngreunat de o poveste de luptă. Înainte

de a-și termina propoziția, am știut unde bate. Am lucrat cu mulți oameni aflați în această situație, iar cererea este întotdeauna o variație a aceluiași lucru: *Poți să mă ajuți să-mi dau seama cum să fac mai mulți bani?* Dar îți voi spune un mic secret: banii sunt rareori problema principală, asta dacă sunt vreodată – chiar și atunci când chiar sunt o problemă.

„Viața mea nu funcționează” era adevărata problemă. Care constituia un eufemism pentru: „Nu funcționez. Sunt defectă. Ceva nu e în regulă *cu mine*. Și mi-e teamă că nu se poate remedia, că nu sunt suficient de bună sau suficient de demnă pentru a obține ceea ce vreau și am nevoie”. Bonnie este o femeie puternică, cu un suflet blând, care a fost doborâtă de circumstanțe. Toți știm ce înseamnă, toți am trecut prin asta – mulți dintre noi chiar în clipa de față. Ea nu voia decât să scape de durere, să stăpânească situația, să aibă siguranța că copiii ei vor fi bine – și, pentru Dumnezeu, să poată dormi ca lumea măcar o noapte.

— În primul rând, îmi pare foarte rău că treci prin așa ceva, i-am spus. Cred că ai muncit *foarte* mult. E clar că ești o mamă bună.

Își ținea respirația. Apoi a început să respire superficial, mai cu greutate. După mii de ore în care am vorbit cu clienții la telefon, mi-am dezvoltat o abilitate de a citi nu numai povestea din vocea lor, ci și semnificația respirației. Cuvintele sunt indicii puternice, dar pauzele dintre cuvinte sunt adesea și mai puternice. Era evident că nu se gândea foarte mult la ea însăși. Dar era mai mult decât atât. Am simțit vinovăția și rușinea care o împovărau; simțea că a dat greș ca mamă. Toată lupta vieții sale era exprimată în acele câteva momente de respirație, în izbucnirile de panică, urmate de încercarea neliniștită de a trage aer în piept, o încercare

ce părea întotdeauna peste puterile ei. Nu avea nicio idee cât de profundă era lupta; se pierduse în ea.

Indiferent cât de pregătit sunt pentru a le oferi oamenilor ocazia să se manifeste, inima mi se rupe de fiecare dată când le simt suferința și nu pot să repar totul pe loc. Vreau doar să-i pun capăt. Voiam să ajung la Bonnie prin telefon și să-i dau o îmbrățișare bine-meritată – voiam să o ajut să se regăsească. Dar nu putem face asta pentru nimeni. Trebuie ca fiecare să facă acest lucru pentru sine.

Uneori, munca mea presupune să-i mângâi pe cei amărâți, dar de multe ori presupune să le tulbur zona de confort – să le zgâlțâi tiparele familiare, dar limitate.

Lui Bonnie nu avea să-i placă ceea ce urma să-i spun.

— Problema este că, indiferent cât te străduiești, atâta timp cât pornești cu frică și cu sentimentul că-ți lipsește ceva de care ai nevoie, nu vei primi niciodată ceea ce-ți dorești.

Am lăsat-o să asimileze ce i-am spus, așteptându-mă la o mică rebeliune din partea ei. Dar ea a răspuns prin tăcere. Cred că aștepta să-i spun care e concluzia. Am continuat:

— Și ce e mai rău, toate eforturile tale de a îmbunătăți lucrurile te vor epuiza. Nu ești obosită de toate încercările astea de a face să se întâmple ceva în viața ta?

— Oh, Doamne, nici n-ai idee.

— Crede-mă că am idee. Era să-mi pierd viața de două ori încercând să fiu mai bun!

Asta a făcut-o să râdă. Gheața era spartă. Scoase un oftat.

— Uite cum stau lucrurile, am continuat. Viața pe care ai încercat să o crezi există deja în interiorul tău, dar trebuie să o conștientizezi și să fii în armonie cu ea. În viață

nu primești ceea ce vrei, ci cine *ești* în conștiința ta. După cum a spus Gandhi, trebuie să *devii* schimbarea pe care vrei să o vezi în lume. Bineînțeles, în realitate ești deja schimbarea pe care vrei să o vezi... trebuie doar să *știi* asta.

— Am lucrat atât de mult cu mine! Era exasperată, la capătul puterilor, și ultimul lucru pe care îl voia de la mine era să-i țin o prelegere. E clar că fac ceva greșit, a sărit ea din nou să se acuze; devenise expertă la așa ceva.

Mulți dintre noi ne pricepem la asta. Asta se întâmplă atunci când credem că nu suntem destul de buni și că avem nevoie de ceva sau de altcineva pentru a ne perfecționa.

— Nu ai făcut nimic greșit. Ai făcut ceea ce ai fost învățată. *Nu este vina ta.*

Aceste cuvinte pot fi un colac de salvare. Dacă te prinzi de el, te poți opri dintr-o cădere liberă.

— Problema este că tu ești fixată pe ideea pe care ți-ai făcut-o despre cum crezi că ar trebui să arate viața ta și cum ar trebui să funcționeze lucrurile – dar adevărul este că nu ai nicio idee despre cum ar trebui să funcționeze.

A râs iar.

— Ai dreptate!

— Dar există ceva înăuntrul tău care *știe*. Un model perfect și o inteligență divină care știe cum să materializeze lucrurile.

— Deci asta va aduce și niște bani?

— Nu.

M-am oprit. O pauză este un lucru minunat. Permite lucrurilor să fie asimilate sau să se decanteze.

— Această sursă din interiorul tău nu aduce mai multe lucruri în viața ta; trage mai multă viață *din tine*. Drept rezultat, vei avea impresia că vin mai multe lucruri *spre* tine, dar adevărul e că ele vin *din tine*.

— Deci, *asta* va face ca afacerea mea să funcționeze? Părea jenată să întrebe din nou.

— Nu știu, i-am răspuns.

M-am oprit iar. Știam că dorea să audă un DA clar, iar în inima mea voiam să i-l ofer. Dar mai știam că înainte primise „răspunsul potrivit” de la mulți oameni care au încercat să-i liniștească temerile sau să-i vândă ultimul program de îmbogățire rapidă. Trebuia să sape mai adânc dacă voia să aibă parte de schimbări de durată.

— Dar ce știi?

Era frustrată din nou, însă părea că-și cere scuze. Nu era genul care își exprima furia (ceva de care *avea nevoie* pentru a-și accesa puterea, lucru pe care am ajutat-o mai târziu să îl facă și despre care vom vorbi în etapa a șasea).

— Ceea ce știu este că, atunci când te conectezi cu acest potențial din interiorul tău și te pui în acord cu el, *indiferent* de ce vei avea nevoie pentru ca viața ta să treacă la nivelul următor, va apărea. Dacă asta se referă la afacerea ta, atunci asta vei obține.

— Și cum fac acest lucru?

Veriga lipsă

La fel ca miile de oameni cu care am lucrat de-a lungul anilor, Bonnie a căutat multe modalități de autoperfecționare, împlinire și succes, pentru a realiza diverse lucruri în viață, lucruri care credea că îi lipsesc. Ea asociase totul cu

faptul de a avea o afacere de succes sau, mai exact, bani. Nu-i păsa cu adevărat de afacere; era doar un mijloc pentru a ajunge la scop.

Pentru alții, înseamnă un nou partener, o promovare, o mașină, o casă sau o vindecare. Și, în unele cazuri, inițial funcționează. Chiar și Bonnie a avut ceva succes la început prin aceste abordări diferite, făcând o „mare afacere” cu locuința pe care era acum pe punctul de a o pierde.

Problema era că obținuse o casă mai mare, dar nu dezvoltase conștiința unei „case mai mari”, ceea ce însemna că a schimbat lumea din afară, dar a rămas aceeași pe dinăuntru. Se lovea de o problemă esențială pe care o prezintă multe strategii de dezvoltare personală: când nu sunt aplicate în contextul Emergenței – și anume, conștientizând faptul că totul se află deja în noi –, ele devin adesea doar versiuni abstracte ale acțiunilor fizice. Cu alte cuvinte, în loc să se lupte fizic pentru a manipula circumstanțele, individul se luptă mental și emoțional pentru a obține aceleași rezultate.

S-ar putea să fie un pas înainte față de munca manuală – există cu siguranță mai multă putere atunci când ne folosim mintea, și nu materia –, dar rareori are o valoare transformatoare. Și pentru că se bazează încă pe sentimentul de a fi separat și de a avea nevoie de ceva pe care nu-l ai deja, poate fi la fel de obositor precum încercarea de a tăia un copac cu o toporișcă. Chiar și unele învățături spirituale sincere, încă înrădăcinate într-o percepție dualistă a vieții, îi învață pe adepți să folosească această mare putere interioară pentru a obține mai multe lucruri, ceea ce duce adesea la materialism spiritual (când folosim spiritul pentru a obține mai multe lucruri materiale, în loc să ne folosim

experiența materială pentru a crește spiritual) și perpetuează tocmai problemele pe care încearcă să le vindece.

Când pui în aplicare orice tehnică de realizare a obiectivelor care pornește de la premisa că ești defect sau că îți lipsește ceva, creșterea îți este determinată de nivelul curent al imaginii de sine – acea imagine pe care o ai despre tine, care este formată pe baza percepțiilor, temerilor și traumelor din trecut, precum și a poveștilor pe care ți le spui și a personajelor pe care le joci în aceste povești. În cel mai bun caz, acest lucru aduce îmbunătățiri superficiale.

Ceea ce primim va fi întotdeauna *în armonie* cu imaginea noastră actuală de sine, astfel încât în spatele oricărei îmbunătățiri pe care încercăm să o facem se vor afla temerile și convingerile limitate pe care le avem despre noi înșine, care pot duce numai la același stres și la aceeași efortare. În cel mai rău caz, aceste eforturi ne pot agrava problemele fundamentale și pot aduce altele și mai mari de-a lungul timpului.

Invers, atunci când ne dăm seama că tot ce ne trebuie se află deja în noi și începem să ne reconectăm la acel sentiment de integritate și perfecțiune înnăscute – așa cum am simțit față de acel copil –, punem bazele Legii Emergenței pentru a iniția procesul de a deveni (sau, mai degrabă, a dezvălui) mai mult din cine ești cu adevărat, eliberându-ți potențialul infinit, adesea întemnițat. Pe acest drum nu există niciodată pericolul de a merge într-o direcție greșită sau de a ajunge într-un punct mort, deoarece în loc să încerce să repare, să corecteze sau să completeze ceva ce lipsește, Legea Emergenței susține că atunci când cultivi condițiile interioare, următoarea etapă evolutivă va avea loc în mod organic. Și pentru că următoarea etapă se află

deja în tine, ea este *completă*, aducând cu ea tot ce este necesar pentru a se realiza.

Acest lucru nu înseamnă că trebuie să te descotorosești de toate strategiile de succes sau instrumentele de dezvoltare personală. Pe măsură ce descoperim paradigme mai mari, ideile anterioare se pliază deseori pe ele. La urma urmei, nu ne-am descotorosit de roată atunci când modul nostru preferat de transport a evoluat de la cal și căruță la mașină. Încă mai folosim roți, numai că acum, în loc să fie trase de ceva din afara vehiculului, sunt alimentate de motorul de sub capotă. În același fel, Legea Emergenței conține principiile planificării, acțiunii, atracției, conștientizării de sine, conexiunii spirituale și toate celelalte elemente necesare pentru a crea viața pe care ți-o dorești atât de mult. Dar pe măsură ce activezi Emergența, nu va fi nevoie să te folosești și de alte legi; după ce îți dai seama că ești deja cine vrei să fii și ai deja ceea ce vrei, procesul se va referi mai mult la realizarea de sine. Ca produs secundar, legile universale vor continua să funcționeze pentru a atrage spre tine – sau, mai precis, *din tine* – tot ce ai nevoie în vederea atingerii adevăratului potențial.

De asemenea, este important să înțelegem că realizarea de sine nu este o linie dreaptă; este ca și stejarul cu sistemul său de rădăcini și ramurile întinse, care ajunge din lăstar copac matur. Toți ne aflăm la diferite stadii de dezvoltare în diferite sectoare ale vieții și s-ar putea să trebuiască să mai folosești și alte metode pentru a-ți stabili structurile umane (acele zone esențiale care alcătuiesc o persoană completă, cum ar fi sănătatea, bunăstarea, relațiile, munca, spiritualitatea și așa mai departe). Așa cum un copac poate avea nevoie de suport pentru a-și menține

poziția verticală în timp ce trece prin anumite etape, la fel și noi s-ar putea să avem nevoie.

Prin urmare, dacă te străduiești să-ți satisfaci nevoile financiare de bază, s-ar putea să trebuiască să înveți mai multe despre bogăție, abundență și responsabilitate fiscală, până când ești suficient de pregătit în domeniu ca să nu-ți mai epuizezi energia. Dacă îți dai silința să-ți menții o stare minimă de sănătate, s-ar putea să ai nevoie de un abonament la sală, de un antrenor personal sau de o nouă dietă, astfel încât problemele tale fizice să nu te scoată din joc. Dacă ai de-a face cu traume profunde, nu ar fi o idee rea să consulți un psiholog.

Fiecare etapă a dezvoltării noastre are scopul de a ne ajuta să ajungem la nivelul următor. Bebelușii se târăsc înainte să meargă, plâng înainte să vorbească și se joacă cu Lego înainte să construiască o clădire. Suntem întotdeauna în proces de Emergență și, dacă nu interferăm cu el, vom continua să evoluăm către etapa următoare. Secretul este să nu ne atașăm sau să ne identificăm prea mult cu o practică sau o condiție, ci să ne continuăm ascensiunea. Dat fiind că Legea Emergenței vizează atingerea Sinelui, care este deja integral, complet și infinit, aplicându-i principiile în timp ce consolidezi oricare dintre sectoarele menționate mai devreme te va ajuta să continui procesul indiferent de condițiile în care te afli. Deocamdată, ia în considerare faptul că multe dintre modalitățile pe care le-ai învățat pentru a împlini, atrage sau crea lucruri în viața ta fac parte dintr-o veche paradigmă evoluționistă și fii pregătit pentru un salt în timp pe scara evoluției. O creștere bruscă, dacă vrei.

Scopul principal al acestui capitol (și al cărții) este să-ți ofere o cunoaștere mai profundă a principiilor psihologice și spirituale de bază și a practicilor care alcătuiesc și sprijină Legea Emergenței – pentru a te ajuta să înțelegi ce se întâmplă în interior, modul în care funcționează și să ai încredere că funcționează. Emergența funcționează indiferent dacă știi sau nu cum și de ce, dar având această bază tinde să funcționeze mai bine, mai repede și mai consecvent. S-ar putea să existe momente când te vei simți derutat sau frustrat de ideile prezentate. Nu te descuraja. Acest lucru nu este doar normal, ci și necesar. Înseamnă că o idee nouă, mai înaltă, încearcă să-și facă loc prin gândirea veche condiționată. Te invit să privești acest lucru ca pe o oportunitate de a-ți înfige mai adânc rădăcinile, ținând un jurnal și reflectând. Adesea, acest lucru duce la observații revoluționare, modificări de paradigmă care schimbă viața și noi modalități de a vedea lumea și de a trăi.

În orice caz, nu te lăsa paralizat de o analiză în exces. Lasă sămânța acestor idei să cadă pe pământul fertil al sufletului tău, udă-l cu dorința de a crește și continuă să mergi mai departe. Aceasta este o cale a revelației; te vei dezvălui ție. Din propria experiență și din rolul de ghid pe care l-am avut pentru mulți alții pot spune că nu există nimic mai uimitor și care să aducă o mai mare împlinire decât faptul de a descoperi cine ești cu adevărat și lumea posibilităților care te așteaptă. Este, de asemenea, o cale a revoluției; te va ajuta să detronezi modalitățile vechi, înrădăcinate de a trăi care ți-au sufocat potențialul și te va elibera în moduri care îți depășesc imaginația.

Dar ce s-a întâmplat cu Bonnie? Ei bine, pe măsură ce a pornit pe drumul Emergenței, a descoperit cine era în

realitate – cine fusese dintotdeauna, dar uitase. Lucrul de care credea că are nevoie – să-și îmbunătățească afacerea – nu s-a materializat. În schimb, a obținut un loc de muncă care i-a permis să-și plătească facturile, ceea ce a făcut-o să se relaxeze suficient cât să revină la adevărata sa pasiune – muzica. Asta a făcut-o să intre într-o formație, unde s-a îndrăgostit de unul dintre membri și, astfel, a început o nouă aventură plină de romantism, pasiune și posibilități la care nici nu visase.

Principiul ghindei

Deoarece mulți dintre noi cred că soarta ne este determinată de condițiile exterioare și că lucrurile de care avem nevoie sunt „undeva acolo” – contrar modului în care funcționează cu adevărat viața –, luptăm tot timpul împotriva ordinii naturale a universului.

Convingerea falsă de bază este cam așa:

Ne-am născut ca niște tăblițe goale, niște carcase goale și trebuie să facem ceva cu noi – la interior și la exterior. Cunoștințele, resursele și sistemele de sprijin de care avem nevoie pentru a realiza acest lucru se află în afara noastră, în alte persoane, în alte locuri – sau în puteri superioare – la care e greu de ajuns, care ne obligă să ne conformăm normelor culturale, sociale sau religioase pentru a le obține, adesea cerându-ne să muncim din greu la ceva care nu ne place cea mai mare parte din viață și să ne dedicăm unei practici religioase care ne dă mai mult o stare de vinovăție decât de bine, totul ca să putem economisi suficienți bani pentru a începe să ne trăim viața și să acumulăm suficiente credite karmice pentru viața de apoi, dar murim înainte de a ajunge să trăim cu adevărat.

Indiferent dacă accepți conștient sau nu acest sistem de gândire, probabil că îl pui în aplicare într-o oarecare măsură, deoarece face parte din conștiința colectivă a unei mari părți a lumii occidentale și este rapid adoptat de țările în curs de dezvoltare, într-un efort de a realiza stabilitatea socială și libertatea economică. Îndeplinirea nevoilor noastre în creștere reprezintă un obiectiv necesar și chiar nobil, dar dacă credințele și valorile care ne ghidează *sunt în contradicție cu armonia fundamentală a universului*, în cele din urmă rezultatul va consta în mai multă suferință și limitare.

Dar ce are principiul ghindei de a face cu asta? În primul rând, dezvăluie cum să valorificăm puterea universului, în loc să ne opunem ei. Înțelegând acest aspect al Mamei Natură, vei descoperi un indiciu vital pentru natura proprie și cum ai fost conceput să te dezvolți. După cum am mai spus, ghinda conține deja modelul perfect și potențialul de a deveni stejar. Nu este o coajă goală care trebuie să se lupte, să-și dea seama cum funcționează viața, să adune o mulțime de informații și, în sfârșit, să decidă ce vrea să fie atunci când va crește mare. Indiferent de părerea altor copaci din pădure, ghinda nu va deveni niciodată altceva decât ceea ce este în interior – stejar. Chiar dacă părinții săi stejari doresc ca ea să devină măr, nu se va întâmpla așa ceva. S-ar putea să nu reușească să se dezvolte sau să-și atingă potențialul dacă nu se creează condițiile potrivite, dar *destinul ghindei este să devină stejar*. La marile întrebări ale vieții, cum ar fi: „Cine sunt eu?” și „Care este scopul meu?”, s-a răspuns înainte ca sămânța să fie plantată în pământ.

Principiul Corespondenței, o lege ermetică, spune: „Ce e deasupra e și dedesubt, ce e înăuntru e și în afară.”¹ Această înseamnă că orice se întâmplă la un nivel al realității, se întâmplă la toate celelalte niveluri, în microcosmos și în macrocosmos. Prin urmare, înțelegând natura profundă a ceva ce poți observa, poți deduce natura unui lucru paralel pe care *nu-l* poți observa cu ușurință. Cu alte cuvinte, există într-adevăr doar o singură realitate supremă – numai că este percepută de la diferite niveluri și din diferite unghiuri. Michael Coleman Talbot a descris acest punct de vedere drept principiul „Universului Holografic”.² Identificarea acestui principiu, alături de alte corelații în studiile interdisciplinare, i-a condus pe unii cercetători și filosofi, precum Ralph Waldo Emerson și Albert Einstein, la concluzia că aceleași procese care se produc în natură – și principiile aflate la baza lor – pot fi regăsite și în alte zone ale vieții.

Pentru multe legi naturale, există adesea o lege paralelă morală, științifică și spirituală care o oglindește. De exemplu, sarcina pozitivă și cea negativă necesare pentru a transporta curentul electric pot fi corelate cu energia masculină și feminină care trebuie să se unească pentru a crea o viață nouă; masculinul și femininul sunt corelate cu emisfera stângă și cea dreaptă a creierului și funcțiile sale; iar conceptul de yin-yang în filosofia, medicina și știința chineză reflectă o multitudine de dualități contradictorii, dar și interdependente, găsite în natură – focul și apa, lumina și întunericul, soarele și luna.

William Blake a scris în poezia sa „Augurii inocenței”: „Într-un grăunte de nisip să vezi o lume, În mușețel – un rai și-o auroră; Cuprinde-n palmă infinitul fără nume, Cuprinde