

Alan Cohen

TA 
PE ÎNȚELESUL
TUTUROR



Traducere din limba engleză
de Monica Vișan

Editura For You
București

INTRODUCERE



O veche urare chinezească – sau, după unii, blestem – spune așa: „Fie să trăiești în timpuri interesante.“

Această urare, mai de bine sau de rău, s-a adeverit în cazul nostru: suntem asaltați de schimbări din toate unghiurile, iar viitorul pentru care ne făcuserăm planuri nu mai există. Un studiu a arătat că mai mulți oameni cred că extraterestrii vizitează Pământul decât că asigurările lor sociale vor mai exista atunci când ies la pensie. Revoluția digitală a distrus industriile cărții, muzicii și filmului așa cum le știam noi și a făcut necesar ca milioane de muncitori să învețe noi seturi de aptitudini sau să se reinventeze. Cumpărăturile online fac să se închidă lanțuri de magazine înființate de multă vreme, transformând mallurile în orașe fantomă. Cuplul drăguț de alături divorțează, iar noi ne întrebăm dacă nu cumva urmează și relația noastră. Nebuni

cu arme deschid focul în școli și biserici. Știrile devin zi de zi mai ciudate, lumea pare să fi scăpat de sub control și suntem cuprinși de amețeață în fața mulțimii copleșitoare de alegeri. Cu cât alergăm mai repede, cu atât este mai greu să ținem pasul.

Și acum ce facem? Cum putem împăca faptul de a trăi deopotrivă în cele mai bune vremuri și în cele mai rele? Unde găsim o busolă pentru a naviga într-o lume pentru care nu avem nicio hartă? Există vreo voce a înțelepciunii care să înlocuiască absurditatea turbată, să ne aline sentimentele chinuitoare de insecuritate și să ne dea o fărâmă de speranță?

Există! Deși schimbarea și nebunia par a triumfa, există o sensibilitate tare ca piatra, care nu este afectată de vântul schimbării, oricând de dur am fi asaltați de el. Dacă adevărul s-ar clătina în funcție de fragilitatea umană, el nu ar fi adevăr. Răspunsul la complexitatea covârșitoare nu este o și mai mare complexitate, ci simplitatea reconfortantă. Modul în care putem ieși din acest dezastru trebuie să fie diferit de acela în care am ajuns aici.

În urmă cu 2500 de ani, un chinez numit Lao Tse, care înseamnă „maestru bătrân“, a fost numit de către regele din dinastia Zhou în râvnita poziție de păstrător al arhivelor imperiale. Cu trecerea vremii, Lao Tse a început să devină frustrat și deziluzionat de război, de politica dezbinatoare și decăderea morală pe care le observa și tânjea după simplitate, armonie și integritate. La o vârstă înaintată, și-a făcut bagajele și a părăsit orașul pentru a duce o viață mai sănătoasă, mai naturală. Când Lao Tse era cât pe ce să iasă pe poarta vestică a regatului, un paznic l-a recunoscut și l-a implorat să-și consemneze înțelepciunea

înainte să dispară. Atunci s-a pus Lao Tse să aștearnă pe pergament cele 81 de capitole din *Tao Te Ching*, „Cartea Drumului Virtuții“.

Însă bătrânul înțelept nu scria doar pentru oamenii vremurilor sale. El scria și pentru noi, cei de astăzi. Dincolo de conectivitatea noastră wireless, dincolo de dispozitive istețe și roadstere lansate cu racheta pe orbita lui Marte, aceleași probleme care chinuiau lumea lui Lao Tse ne macină și pe noi astăzi: conflicte între națiuni și religii, boli, înfometare, lăcomie, corupție, angoasa față de relații, distrugerea familiilor, neliniști sociale și declin etic. Scurta carte de doar 5 000 de caractere a bătrânului maestru identifică sursa suferinței omenești și remediul acesteia, fiind cea mai tradusă, mai interpretată și mai tipărită carte din istorie, cu excepția Bibliei. Cu o concizie uimitoare, Lao Tse a implantat o capsulă a timpului vindecătoare, de care nu a fost nicicând mai multă nevoie ca acum.

Însă, deși cei mai mulți dintre cititori recunosc înțelepciunea profundă cuprinsă în *Tao Te Ching*, limbajul le rămâne multora misterios. Simplitatea deplină îi pare confuzantă minții care gândește complicat. Aduagă la aceasta și dificultatea de a traduce cu exactitate chineza antică în orice limbă modernă și îți poți da seama de ce mulți cititori se simt în dificultate și se întreabă încurcați „Ce are asta a face cu mine și cu viața mea?“.

Răspunsul este „Totul“. *Tao Te Ching* oferă unele dintre cele mai interesante cunoștințe care au fost vreodată însemnate de un om în legătură cu modul în care să-ți trăiești viața. Sfaturile sale pot soluționa problemele lumii moderne, așa cum au făcut-o cu cele antice. Dar, pentru ca învățăturile să funcționeze pentru noi, trebuie să aplicăm

pragmatic adevărul general. Avem nevoie de o voce contemporană care să facă principiile să funcționeze în experiența noastră cotidiană. Asta este ceea ce pot eu să ofer. Îmi place să proiectez idei mărețe pe situații concrete pentru a le eleva și vindeca. După ce am mers multe decenii pe calea spirituală, am obosit de atâtea filosofii. Tot ceea ce mă interesează acum sunt exemplele din viața reală care funcționează.

Am ezitat să mă arunc în acest demers deoarece există atât de mulți autori care au pus pe hârtie traduceri și interpretări la *Tao Te Ching*. Am căutat pe Amazon cărți despre *Tao Te Ching* și am găsit 1 216 lucrări relevante disponibile în prezent, inclusiv respectata traducere a lui Gia-Fu Feng și Jane English, populara carte a lui Dr. Wayne Dyer, *Change Your Thoughts – Change Your Life*, și nemuritoarea versiune surf *Dude De Ching*. Ce aş mai putea eu oare să aduc în plus?

M-am hotărât să am o abordare diferită de orice carte de genul *Dude De Ching* pe care o citisem. În loc să mărșăluiesc printre strofe și să le comentez vers cu vers în manieră liniară, am extras cele mai semnificative teme din *Tao Te Ching* și le-am aplicat în viața pe care o știm noi, aceea a secolului XXI. Iată provocările cotidiene pe care le-am avut în vedere:

- Cum să facem față relațiilor dureroase, confuzante și schimbătoare.
- Cum să stăpânim banii, în loc să-i lăsăm pe ei să ne stăpânească.
- Cum să îți păstrezi sănătatea psihică atunci când ai un program solicitant la muncă, după care trebuie să-ți convingi copiii să-și facă temele și apoi să apuci

să mai și dormi puțin în loc să-ți faci griji în legătură cu felul în care vei reuși să plătești facturile.

- Cum să te descurci cu șefii aroganți sau cu oamenii care răspund cu cruzime la bunăvoință.
- Cum să găsești alinare când te confrunți cu dispariția unei persoane dragi.
- Cum să prosperi într-un corp sănătos.
- Cum să te raportezi la politică în condițiile în care ea pare un azil de nebuni condus de pacienți în delir.
- Cum să te descurci cu dilemele care par noi și diferite, dar care sunt simple variațiuni pe teme care au afectat omenirea încă de când am încercat să trăim împreună în comunități.

Pentru a găsi răspunsurile la aceste provocări, voi face apel la învățăturile dezarmant de simple ale lui Lao Tse despre modestie, integritate, ușurință, flux și bunătate ca izbăvire pentru cultura noastră, ajunsă oarbă față de orice virtute. Apoi, voi scoate în evidență versuri-cheie din *Tao Te Ching* pentru a pune în lumină principiile fiecărui capitol. Așadar, textul clasic devine o platformă pe baza căreia se poate trăi, mai degrabă decât un scop în sine – tocmai ceea ce bătrânul maestru a avut de gând.

Imediat după ce m-am apucat de scris, am ajuns la un vers pe care nu îl înțelegeam. „Cum ar explica Lao Tse asta?“, m-am întrebat. „De ce nu-l întrebi pe el?“, mi-a sugerat o voce din cap. Eram îndrumat să mă duc direct la maestru și să îl iau chiar pe el ca mentor. Dacă tot ceea ce a scris înțeleptul este precis, atunci înțelepciunea lui se întinde cu mult dincolo de limitele temporale care i-au cuprins trupul. Spiritul lui Lao Tse este viu și disponibil

oricui își dorește să primească beneficiile cunoașterii sale. Nu contează cu adevărat dacă Lao Tse mi-a vorbit mie personal sau dacă pur și simplu am accesat un flux psihic care l-a îndrumat. Căutăm adevărul, nu personalitatea.

Continuând să mă raportez la Lao Tse ca la dascălul meu personal, am avut o viziune și mai frapantă: cum ar fi dacă eu aș fi fost discipolul său, fiindu-i alături când se afla pe pământ, în China Antică, să mă întâlnesc cu el zilnic, să-i adresez întrebări pătrunzătoare și să învăț de la el? Am vizualizat cum bătrânul maestru îmi servea ceai în bucătăria sa, corectându-mă atunci când mă purtam ca o victimă și alinându-mă când munceam prea mult. Îl vedeam îngrijind în liniște ierburi în grădină, sfătuind o femeie tânără care era nefericită din cauza soțului ales de către părinți, luând cu el acasă un câine înfometat, înfruntând un politician arogant și plimbându-se pe un drum de țară, cu un băț lung și subțire de bambus pe umăr, ducând o desagă mică din pânză în care se aflau puținele sale posesiuni pământești.

Astfel de scene au devenit din ce în ce mai vii pentru mine, până când m-am simțit transpus în prezența maestrului. Pusesem în mișcare un soi de mașină a timpului spirituală, care m-a dus înapoi cu 25 de secole, pentru a sta la picioarele geniului și a mă bucura de adevărul etern.

Încurajat de relația personală cu bătrânul înțelept, am infuzat textul ce urmează cu aceste scurte scene intime. În fiecare capitol, vei găsi o scenă dramatizată care dă viață învățăturilor lui Lao Tse, astfel încât să poți efectiv să întinzi mâna și să-l atingi. Filosofia se înregistrează în intelectul nostru prin relațiile și imaginile care ne ating sinele cel mai profund. Scopul meu în această carte este să ajung

atât la mintea, cât și la inima ta. Astfel, vei experimenta *Tao Te Ching* din interior spre exterior și vei cunoaște doctrina Tao așa cum maestrul însuși a cunoscut-o.

Lao Tse nu vrea să-i citim pur și simplu cartea; el vrea ca noi să-i trăim învățăturile și să folosim schimbările care ni se întâmplă pentru a ne duce mai departe progresul spiritual. S-ar putea să ne simțim pierduți, însă nu suntem abandonați. În vreme ce o parte din noi este împotmolită în confuzie și iluzii, altă parte își amintește ceea ce este real și nu va avea pace până când nu ne vom recâștiga dreptul din naștere și nu ne vom împlini destinul.

Împreună, vom găsi drumul către acasă. Vom lua înțelepciunea veacurilor și ne-o vom apropria. Domeniul în care vom intra nu este unul al spațiului și timpului, ci al adevărului etern. Iată puterea vindecătoare a Tao, care te cheamă să-i primești darurile în viața ta, aici și acum!

CÂTEVA NOTE PENTRU CITITOR

Traducerea

Toate versurile citate în această carte din *Tao Te Ching* sunt luate cuvânt cu cuvânt din traducerea lui Gia-Fu Feng și Jane English (ediția din 2011). Am descoperit versiunea originală a acestei traduceri când eram la facultate, iar atrăgătorul volum și-a găsit un loc privilegiat la mine acasă pentru mulți ani de atunci înainte. Grația textului și fotografiile inspiraționale o fac să fie o carte clasică, onorând Tao și pe Lao Tse. Sincere mulțumiri autorilor și editurii, Random House, pentru permisiunea generoasă de a cita acest text elegant.

Extrasele

Cartea de față conține multe strofe din *Tao Te Ching*, dar nu pe toate. Au fost alese strofele care subliniază temele predilecte ale cărții. Fiecare vers din *Tao Te Ching* apare câte o singură dată, cu excepția câtorva versuri care au fost relevante pentru mai multe capitole.

Numerele de după fiecare extras din *Tao Te Ching* se referă la poziția din care provine.

Ilustrările dramatizate

Fiecare capitol conține o prezentare fictivă a unor interacțiuni cu Lao Tse pe vremea când trăia și predă. Aceste ilustrări nu sunt prezentate ca factuale, ci ca explorări imaginare a ceea ce un discipol al maestrului ar fi putut experimenta în prezența acestuia. Am făcut efortul de a include câteva detalii despre viața cotidiană din perioada dinastiei Zhou, în jurul anului 500 î.Hr. Dacă găsești vreo inexactitate istorică sau vreun anacronism, te rog să fii indulgent. Aceste scenarii nu sunt prezentate ca fiind evenimente reale, ci mai degrabă drept un loc în care să fie expuse temele și învățăturile din *Tao Te Ching*, așa cum erau ele predate și trăite de către maestrul Lao Tse.

CE-I CU TINE?



În toiuł unei ierni mohorâte și geroase de New Jersey, relația cu femeia visurilor mele s-a năruit definitiv. Mama mea era în spital și nu se recupera după operație. De la statul prin spital, am luat o infecție cu stafilococ prin buza crăpată. Buza s-a umflat, luând proporții impresionante, până când am început să semăn cu Jabba the Hutt. Am mers la un medic, care a pus mâna pe bisturiu și mi-a deschis buza fără anestezie. Sunt sigur că pacienții din sala de așteptare au luat-o la fugă pe ușă când m-au auzit urlând.

După aceea, am condus printr-o ninsoare puternică până la o farmacie pentru a-mi lua tratamentul. Când oamenii aflați la coadă mă vedeau, toți se dădeau la o parte ca să pot ajunge cât mai repede la tețghea. Apoi, mi-am dat seama că îmi uitasem portofelul, iar farmacistul mi-a

spus să iau pur și simplu medicamentele și să mă tratez. A fost cea mai dură zi din viața mea.

Până când am ajuns acasă. Când mi-am deschis cutia poștală, am găsit o scrisoare de la draga mea mentoară, Hilda Charlton, persoana pe care o respectam cel mai mult. Iată ce îmi scria:

Dragă Alan,

Vreau să știi cât de mult te iubesc și cred în tine. Faci lucruri minunate. Nu te lăsa descurajat de necazuri. Te aflu pe drumul pe care sufletul tău a ajuns să îl stăpânească. Ai parte de ajutor din surse nevăzute. Ești binecuvântat și profund iubit.

Hilda

În cei 14 ani de când studiam îndeaproape cu Hilda, aceasta era singura scrisoare pe care mi-o scrisese vreodată. Dacă aș putea să arunc o privire asupra tuturor zilelor din viața mea și să aleg un moment în care să primesc acea scrisoare, fără îndoială că ar trebui să fie exact acea zi. Hilda nu avea habar prin ce treceam. Pur și simplu, a acționat din intuiție la momentul potrivit. Compasiunea m-a găsit în locul și în momentul în care avem cea mai mare nevoie de ea.

Deși pare că Universul este o desfășurare prostească, poate chiar crudă, de evenimente aleatorii, există o inteligență care operează în spatele scenei, o țesătură a vieții care integrează toată creația. Această putere este invizibilă pentru ochi, însă e mai reală decât orice pot atinge simțurile. Este un mister pentru intelect, însă poate fi cunoscută prin inimă. Este însăși viața. Lao Tse a numit această putere „Tao“ sau „Marea Cale“.

*Ceva format misterios,
născut înainte de cer și de pământ.
În tăcere și în vid,
rămânând singur și neschimbător,
mereu prezent și în mișcare.
Poate că este mama a zeci de mii de lucruri.
Nu îi știi numele.
Spune-i „Tao“.
În lipsa unui cuvânt mai bun, spune-i „mare“.
Fiind mare, curge. Curge în depărtări.
Ajungând departe, se întoarce.
Prin urmare: „Tao este mare.
Cerule este mare. Pământul este mare.
Și ființa umană este mare.“ [25]*

DEJA CU TINE

Cu toții cunoaștem binecuvântarea „Fie ca Forța să fie cu tine!“. Însă, pe lângă toate bunele intenții pe care această dorință le transmite, ea este un pic greșită, întrucât presupune fie că trebuie să ai noroc, fie că trebuie să faci ceva pentru a convinge Forța să fie cu tine.

Însă Forța este *deja* cu tine. Ea respiră, vorbește și acționează *în* tine, îți oferă îndrumare și grație la fiecare pas și se exprimă *ca* tine. Pentru că ești o creație a Forței, nu poate să *nu* fie cu tine, la fel cum nici soarele nu poate să nu fie în fiecare dintre razele sale, nici oceanul nu are cum să fie absent din valurile care se formează și dispar pe suprafața sa.

Am făcut numeroase eforturi pentru a determina Universul să lucreze de partea mea. Niciuna dintre acele

încercări nu mi-a fost de folos – până când mi-am dat seama că viața deja făcea tot ceea ce îi stătea în putință pentru a-mi spori binele. Nu trebuie să-i spui Forței cum să te ajute. Trebuie doar să o lași să te găsească și să lucreze pentru tine și prin tine. O binecuvântare mai precisă ar suna astfel: „Fie ca tu să fii cu Forța!“

Tao, care *este* Forța, e pe deplin prezent, viu și invulnerabil la iluziile care ne încețoșează vederea în timp ce ne croim drumul printr-o lume de umbre și distorsiuni. În ciuda haosului în care nebunia umană a transformat viața pe pământ, Marea Cale rămâne intactă, disponibilă pentru a fi folosită de toți aceia care îi recunosc puterea. Dilema noastră nu este că avem o Sursă invizibilă, ci că nu ne dăm seama că Ea există și că noi nu O folosim.

*Cuvintele mele sunt ușor de înțeles și de înfăptuit,
însă nimeni sub cuprinsul cerului nu le știe și nu le
practică.*

Cuvintele mele au începuturi ancestrale.

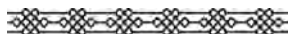
Acțiunile mele sunt disciplinate.

*Întrucât oamenii nu înțeleg, nu au nicio cunoștință
despre mine.*

Cei care mă cunosc sunt puțini... [70]

Scopul meu aici nu este vreun obiectiv egoist. Intenționez să le împărtășesc vedere celor nevăzători, speranță celor deznădăjduiți, pasiune celor amorțiți, îndrumare celor pierduți și curaj celor temători. Pot face aceasta îndrumându-te către interior, acolo unde trăiesc răspunsurile tale. *Tao Te Ching* afirmă măreția pe care o ai, în loc să îți ceară să o smulgi de la vreo sursă externă. Îți amintește că tu deja *ești*

cea ce cauți. Astfel, pune capăt căutărilor de-o viață a ceva din afara ta care să te întregească. Când îți amintești că ești perfect așa cum creația a fost menită, atunci l-ai găsit pe Tao, iar mariajul mistic este desăvârșit.



Abătut și confuz, m-am dus să-l văd pe maestru. L-am găsit în grădina sa, smulgând buruienile dintr-o parcelă de ceai Pu'er pe care îl plantase. Lao Tse nu m-a văzut apropiindu-mă, dar mi-a simțit prezența.

– Ce s-a întâmplat? m-a întrebat, fără ca cel puțin să-și ridice privirea.

– Tocmai vin de la o discuție cu un astrolog pe care mi l-a recomandat mama, am izbucnit. Mi-a spus că voi avea cinci ani de ghinion! Sunt gata să mă arunc de pe un pod.

Maestrul s-a ridicat în picioare, și-a scuturat mâinile de pământ și m-a privit direct în ochi.

– Așadar, ai de gând să lași un astrolog să-ți decidă viitorul?

– Ei bine, nu, însă... Mama merge la el de ani de zile. Bagă mâna-n foc pentru el. Nu ia nicio decizie fără aprobarea lui. Este foarte respectat în orașul meu.

Lao Tse a clătinat din cap.

– Sunt sigur că este un astrolog bun. Însă i-ai dat lui puterea ta.

– Deci astrologia nu este validă?

– Toate științele sunt valide în funcție de felul în care sunt folosite. Dacă îți conferă putere să-ți trăiești viața mai din plin, atunci îți sunt de ajutor. Dacă te fac să te simți ca o marionetă manevrată de altcineva, atunci îți

dăunează. Un cuțit poate fi folosit ca să vindeci, printr-o operație, sau ca să omori. Totul depinde de ceea ce faci tu cu el.

Acum eram și mai confuz.

– Deci ar trebui să nu țin seama de sfatul astrologului?

– Ar trebui să privești în tine după răspunsurile tale.

Viața ta nu este determinată de stele, ci de starea ta mentală și de alegerile pe care le faci. Indiferent cum sunt configurate stelele, tu ești stăpânul călătoriei tale. Fă alegeri sănătoase și, chiar dacă dai peste adversități, Tao îți va arăta cum să le folosești în favoarea ta.

Lao Tse s-a întors și a revenit la plivit. Când maestrul termina de vorbit, chiar termina de vorbit! Restul ținea de mine.

Au trecut cinci ani de la acea zi. Sunt încă aici. Am trecut prin vremuri grele și am trecut și prin vremuri bune. M-am hotărât să întâmpin dificultățile întrebând cum mă poate întări fiecare situație. Nu-mi mai este frică de adversitate. Așa cum mi-a spus cândva maestrul, „ceea ce-ți stă în drum este drumul“.



„Dacă ai ști cine merge alături de tine pe calea pe care ai ales-o, frica ar fi imposibilă.“

Curs de miracole