



prof. Leonard Radutz

# Există mult mai mult bine decât pare!

**Binele este infinit mai puternic decât răul, care este doar (pentru unii oameni) mai tentant.**

## **A face binele este o șansă!**

Este bine... să faci bine.

Este avantajos, frumos, împlinitor și conduce către adevărata fericire (inclusiv sănătate și prosperitate, de care avem cu toții nevoie).

## **Merită să facem binele.**

**Atunci cand facem binele, în cele din urmă simțim că și nouă ne facem bine.**

Cultivați binele pentru dumneavoastră și dați și celorlalți din el.

E foarte ușor. Simpla bunăvoință și măcar o minimă acțiune sunt suficiente.

**Cu o floare, dar de la mulți oamenii, chiar se face primăvară.**

## **A, credeți că nu sunt, încă, suficienți oameni?**

**Cu atât mai mult**, trebuie să trecem neîntârziat la treabă.

În general, nu este necesar să căutăm mult, fiindcă **avem posibilitatea să facem binele din poziția în care ne aflăm.**

Aceasta se constituie, de fapt, într-o șansă permanentă de a face binele.

Atunci când putem înfăptui binele (care este o formă practică, efectivă de manifestare a iubirii, mai ales când nu există nici o recompensă evidentă pentru aceasta), noi ne aflăm într-o situație privilegiată din care putem ajuta alte ființe.

Este, de fapt, o șansă pe care este bine să o folosim din plin, iar dacă ni se pare că nu avem ocazia de a face binele, putem să căutăm noi posibilitatea de a-i ajuta pe ceilalți. Nu va fi la fel de ușor ca atunci când situația apare spontan (aceea este, cum am spus, o situație privilegiată) dar este perfect posibil să realizăm binele și în acest mod.

## **„Ce ție nu îți place, altuia nu-i face”**

Sau, altfel spus, **„tratează-i pe ceilalți cel puțin la fel de bine precum ți-ar place sa fii tratat tu însuși”**. Desigur, numai dacă acest lucru este în acord cu legile universale, respectând, în primul rând, nonviolența și adevărul. Spunem asta deoarece există și simțiri pervertite, cum **sunt sado-masochiștii, pentru care principiul enunțat mai sus devine aberant.**

## **Dar de ce să facem binele?**

Din iubire, fiindcă așa e bine, din bun simț sau... cel puțin, de frică.

Fiindcă dacă vom oferi celorlalți ceea ce nouă nu ne place... totul o sa vină la momentul potrivit înapoi și va trebui să suportăm ceea ce noi înșine am „trimis” cândva.

Unul dintre cele mai importante truisme referitoare la Univers și Creator este așa-zisa lege a Acțiunii și Reacțiunii sau legea Cauzalității: „dacă asupra Universului acționăm într-un anumit mod, la momentul potrivit și în mod perfect vom primi înapoi o reacțiune identică din partea Universului.”

## **Progresul tehnologic și progresul material nu sunt cele mai importante aspecte!**

**Da, progresul interior, spiritual și cultural este mult mai important decât cel tehnologic și material**, deoarece putem fi fericiți și împlinți și într-o societate care nu este perfectă tehnologic (dar evoluează, gradat și sub acest aspect).





Dacă este rudimentar și înapoiat spiritual și cultural, un om este la fel de rău, violent și nefericit indiferent dacă trăiește în epoca modernă sau în comuna primitivă. Diferența constă doar în faptul că, în prima situație lovește cu bombe atomice iar în a doua situație doar cu o bâță.

Progresul tehnologic și material este important doar pentru a avea putere militară și de influență dar este, cu siguranță, posibil, ca oamenii să vizeze, în primul rând, valorile reale ale vieții noastre și apoi să aloce resurse și pentru apărare și pentru a ține pasul din punct de vedere material și tehnologic cu ceilalți.

Suedia este un spațiu și o cultură care au demonstrat că se poate să fii calm, cumpătat și înțelept și în viață și în muncă și să ai, totuși, un mare succes material, militar, inclusiv

tehnologic (chiar și NASA cumpără tehnologie din Suedia). Avem o anumită nevoie reală de bani, dar **nu atât de mulți pe cât credem la prima vedere.**

Lumea poate fi foarte frumoasă și plină de satisfacții și cu mai puțini bani (cu condiția să avem peste minimul necesar pentru subzistență). În plus, pofta nemăsurată și fără rost a unora pentru bani **ii lasă pe mulți alții fără resurse.**

Soluția este înțelepciunea de a ne mulțumi și cu ceva mai puțin, atunci când cu **eforturile firești** nu este posibil mai mult.

### **Contează CUM TRĂIM, nu doar „că trăim” !**

Ni se induce ideea că ar fi foarte important să trăim, indiferent cum, numai să avem cât mai bine asigurate **cele necesare pentru satisfacerea dorintelor predominant instinctuale: foame, sete, sex, dorinta de a acumula bani, proprietăți, putere, dorinta de distracție.** Aceasta este o mare eroare în care cad foarte multi oameni (mai ales tineri).

De fapt, este foarte important nu să trăim ci **cum trăim.** Evenimentele vieții se vor succeda, oricum, cu sau fără acțiunea noastră, dar este important cum, în ce mod și cu ce consecințe noi le depășim. Ele sunt sui generis examene sau teste pentru fiecare ființă umană și ceea ce contează este... ce credeți? Chiar „nota” pe care o primim la aceste teste.

***”Din zei de-am fi scoborâtori,  
C-o moarte tot suntem datori!  
Totuna e dac-ai murit  
Flăcău ori moș îngârbovit;  
Dar nu-i totuna leu să mori  
Ori câine-nlănțuit.”***

*”Înlănțuit” poate însemna nu doar o sclavie propriu-zisă, dar și lașitatea, inepria, nesimțirea, prostia, ignoranța, reaua voință și dependențele de tot felul.*

### **„Un prost se simte rău și în paradis, în timp ce un înțelept este fericit chiar și în Infern”.**

Nu este de vină lumea în care trăim pentru nefericirea sau neîmplinirea noastră!

Un om înțelept face orice acțiune mai bine decât un om neînțelept, neinstruit sau ignorant.

E bine să schimbăm perspectiva din care privim viața și, mai ales, e bine **să cultivăm virtuți interioare care ne vor face înțelepți. Cum putem face aceasta? Citiți în continuare și veți afla.**

### **Statul „ne vrea proști”!**

Da, deși este șocant la prima vedere, fie din reavoință (nu rareori), fie datorită slăbiciunii statului, lipsa de cultură și spiritualitate a oamenilor convine politicianilor și ei se folosesc de ea.

**Un om necultivat și fără valori spirituale este ușor de manipulat, face credite negândite, cumpără ce i se spune, „îngHITE ușor” tot ce i se oferă la televizor pentru a crede și votează „bine” pentru unii sau alții.**

Deci nu trebuie să ne bazăm pe stat că ne va ajuta în acest sens. Aici este esențială căutarea fiecăruia și sloganul ”Învățați, învățați și iar învățați” este mai actual decât oricând.

Mulți tineri cred că este bine să învețe minimul necesar pentru a-și câștiga banii doriți, dar gândiți-vă că, de fapt, studiind cu asiduitate chiar și lucruri care par că nu sunt necesare, mintea și simțirea celui care studiază



se transformă și acesta va putea face față oricărei situații de viață mult mai bine decât dacă nu ar fi studiat (chiar dacă unele informații sau deprinderi nu păreau necesare).

**Nu „vă lăsați” propria devenire interioară și educație să depindă în întregime de bunăvoința lumii ci căutați să vă transformați interior și să vă instruiți cât mai bine.**

**Un om inteligent este de mii de ori preferabil unuia prost.**

Se spune, chiar, că: „**este mai bine să fim împreună cu un deștept chiar și la pierdere decât cu un prost la câștig**”.

Nu așteptați să vă îmbie sau să vă oblige statul să învățați, ci învățați dumneavoastră înșivă sau oferiți copiilor posibilitatea să învețe și alte lucruri bune și

necesare decât ce poate oferi școala, fiindcă școala oferă, de bine-de rău, doar acele informații care convin intereselor conducătorilor (vremelnici ai ) statului și nu ale individului!

**Copii sunt o mare comoară a noastră și trebuie să le oferim cele mai bune soluții pentru a face față vieții.**

Ceea ce pot oferi părinții unui copil nu poate înlocui nimeni, dar, pentru ca un părinte să aibă ce oferi, trebuie să ia foarte în serios această menire de a fi părinte și să se transforme el însuși, pentru a fi un bun părinte.

**Puteți fi părinți de la orice vârstă și puteți avea oricât de mulți copii chiar astăzi!**

Dacă nu puteți avea copii sau dacă, din anumite motive, nu doriți să contribuiți la creșterea natalității Terrei (care a început să devină, de fapt, prea aglomerată), atunci aveți o altă mare posibilitate spirituală: fiți părinți pentru copiii născuți de alții (**indiferent de vârsta lor**), ajutând oamenii din jur cu aceeași grijă și iubire ca a unui părinte autentic față de copii lui.

Cu alte cuvinte, faceți binele pentru cei care au nevoie de el.

Posibilitățile sunt, practic, nelimitate!

**Lumea nu duce lipsă de „copii”, ci duce lipsă de Părinți !**

**Cea mai importantă și accesibilă șansă spirituală a oricui este să iubească!**

Dincolo de chemările spirituale teoretice, care sună frumos în cuvinte dar se pun greu în practică, oricine poate recunoaște că prezența adevăratei iubiri în viața sa l-a făcut fericit, indiferent de ambianța în care trăia. Doar absența iubirii ne poate face, uneori, nefericiți.

Nu avem loc aici pentru a lăuda miracolul iubirii, dar amintim: fie că este vorba de iubirea de părinte sau de copil, fie că este vorba de iubirea față de o persoană de sex opus, sau, pur și simplu cea față de oameni, față de animale, față de Universul întreg ori iubirea față de Divinitate, ei bine, **iubirea** este cea mai mare și mai acută nevoie a omului, cea care ne face fericiți în orice condiții sau cea care, prin lipsa ei, ne face nefericiți și neîmpliniți, indiferent de luxul în care ne-am putea afla.

**Urmăriți din toate puterile să iubiți, dar feriți-vă să faceți doar sex (chiar și dacă sunteți căsătoriți) !.**

Există multe feluri de iubiri. Una din ele este iubirea față de persoanele de sex opus.

Atunci când vă dați seama că "faceți dragoste" fără dragoste, opriți-vă. Aceasta e rău.

Dar dacă v-ați îndrăgostit, atunci a face dragoste vă împlinește iubirea, vă întregeste ca oameni și vă consacră ca iubiți.

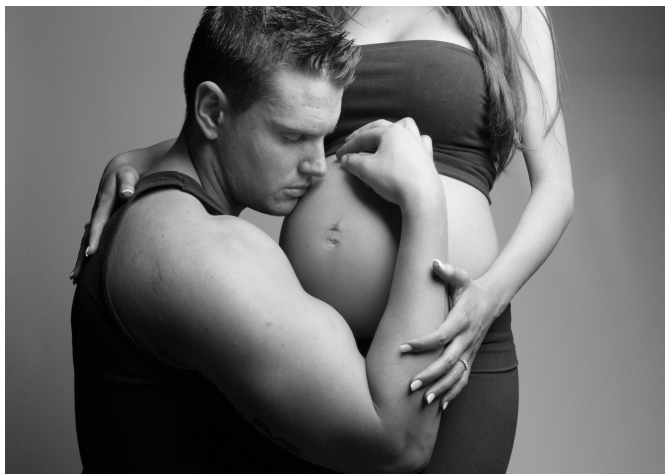
**"Iubește și după aceea fă ce vrei ! "- Sf. Augustin**

Sexul este prea adesea o poartă a „căderii”.

Sexul nu este iubire, dar poate fi (sau nu, în funcție de **alegerea noastră**) un minunat instrument al iubirii.

**Iubirea este totul și cuprinde totul.**

**Ea este prima și ultima, alfa și omega și întotdeauna când facem ceva fără iubire, facem, cu adevărat, un păcat.**



La fel este și cu sexualitatea, pe care nu trebuie să o confundăm niciodată cu iubirea. Multe filme și fel de fel de producții "de cultură" se străduie, uneori cu rea intenție, adeseori doar din ignoranță, să ne convingă **în mod pervers că sexul este iubire.**

**Nimic mai fals.**

Fără iubire, sexul este doar o degradare a ceea ce este un mare miracol pentru fiecare om și anume - puterea de a iubi și de a face dragoste.

Fără iubire, sexul este curvie, păcat care este incriminat de Iisus în evanghelii. Dar cu iubire, sexualitatea este o poartă minunată spre fericirea plenară și autentică.



Foarte importantă este practicarea continenței sexuale, care, pentru omul integrat în mijlocul vieții, este opusul desfrânării și sexualității deșănțate propagate cu asiduitate pe aproape toate canalele media.

Adică este foarte bine să ne bucurăm de viață, dar este foarte important să știm cum facem aceasta. Procedând în felul acesta sănătatea și vigoarea ni se vor amplifica, iar cuplul devine strâns unit și iubitor.

**Prin referiri la sexualitate, omul obișnuit este cu ușurință manipulat, fie fiindcă e tânăr, energic, dar ignorant, fie că este adult dar tinde să transmită mai departe tabu-urile, patimile și ignoranța de care a avut parte el însuși, fie că este în vârstă și raportările la acest aspect îi generează reacții mecanice de frustrare, tensiune și respingere.** Este foarte necesar să aflăm aspecte importante referitoare la propria noastră ființă (inclusiv despre sexualitate), pentru a nu mai fi o jucărie în mâinile mass-media, pentru a avea o viață frumoasă, sănătoasă și împlinitoare.

### **Fiți vii și autentici !**

**Omul obișnuit nu gândește singur, ci este „gândit de alții (în special prin intermediul mass media și educația oficială).**

**De fapt, realitatea este că el nu trăiește cu adevărat, ci este „trăit” de alții.**



Nu ni s-a spus totul în materie de „cunoștințe despre natură”.

Ni s-a ascuns permanent ”de către știința oficială că ființa oricărui om prezintă biocâmpuri specifice prin care interacționează cu exteriorul, biocâmpuri prin care acesta poate influența alți semeni de la distanță sau, mai ales, poate fi influențat de la distanță. Datorită aplicațiilor foarte avantajoase pentru organizațiile care exercită puterea, informațiile despre aceste biocâmpuri specifice lumii vii sunt oculte, deși s-au construit multe aparate care, aprobate oficial, sunt folosite pentru diagnosticarea și tratarea unor boli.

Din păcate s-au construit, pe aceleași principii, și dispozitive secrete care pot influența oamenii de la distanță, față de care oamenii neinformați și neinstruiți sunt lipsiți de apărare.

Este dreptul fiecărui om să cunoască aceste informații despre lucruri care îl pot afecta în bine sau în rău.

Ne este ascuns faptul că reclamele și mesajele pe care canalele mass-media le difuzează neîncetat se inserează (subliminal) în subconștientul multor oameni și aceștia sunt manipulați să cumpere un produs sau să prefere o persoană, o firmă sau o grupare!!!!

Aceste mesaje fac mult mai mult decât simpla informare iar omului obișnuit îi este ascuns acest lucru.

### **Experiment excelent: viața fără televizor este mult mai frumoasă și nu mai are crize artificiale!**

O soluție bună este să privim cât mai puțin la televizor și să privim ceea ce noi dorim și considerăm că este bun.

Ne putem alege filmele și muzica pe care le dorim folosind aparatele potrivite. Aceasta este partea avantajoasă a momentului tehnologic în care ne aflăm.

Totuși, chiar și în această situație, cea mai bună „apărare” este să folosim televizorul cât mai rar.

Putem să ne educăm citind cărți și da, e adevărat, avem norocul că acestea există din belșug și mai ales, suficient de multe sunt tipărite în limba noastră.

### **Alimentele sunt de multe ori otravă!**

Ceea ce este permis a se comercializa corespunde unor tendințe trecătoare, influențelor unor grupuri de interese asupra politicianilor și nevoii statului de a oferi hrană ieftină pentru mulți indivizi.

Nu vă bazați pe lege deoarece aceasta este făcută de oameni și ei pot fi supuși greșelii. Nu așteptați progresul științei sau corectitudinea televiziunilor pentru a se schimba legea.

Nu așteptați validarea unor teorii care nu sunt în pas cu vremea. S-ar putea să muriți înainte să aflați că o anumită substanță era, într-adevăr, foarte cancerigenă.

### **Alimentele modificate genetic ne pot genera mari probleme de sănătate!**

Ni se ascunde faptul că șoarecii hrăniți cu soia modificată genetic mor mai repede și nasc pui mici și care mor ușor.

Ori faptul că agricultura naturală poate fi foarte eficientă **fără să fie nevoie de îngrășăminte chimice, pesticide și insecticide sau plante modificate genetic (care, de multe ori, sunt încrucișări între organisme foarte diferite, cum este cea între roșie și găină).**

Soluția rapidă este să studiem singuri, să fim prudenți și să folosim, mai mereu, hrană cât mai vie, naturală, proaspătă, cu cât mai puțină carne sau deloc, fără aditivi, fără îndulcitori artificiali, nemodificată genetic, neiradiată și să ne instruim în legătură cu hrana care este sănătoasă.

*Cel care caută, va găsi tot ce are nevoie!*

### **Creditele ne fac „sclavi”**

și ne reduc foarte mult opțiunile.

Ajută aici abținerea, pe cât posibil, de a mai avea credite nejustificate, fiindcă atunci vom plăti scump faptul că ne-am cumpărat lucruri pe care, încă, nu le merităm. Nu trebuie să înțelegem greșit - un credit ne poate fi de mare ajutor fiindcă ne oferă posibilitatea de a cumpăra ceva pentru care ar fi dificil să realizăm economiile respective.

Totuși, mulți oameni contractează enorm de multe credite fără discernământ, făgăduind astfel, în mod concret, altora, libertatea lor.

**Concluzie bună: credite cât mai puține posibil și înțelept gândite sau, cel mai bine, economisirea banilor necesari pentru a cumpăra ceva.**

## **Fraternitatea Spontană a Bunului Simț**



### **Unirea face diferența!**

Există mulți bărbați și femei care iubesc, mulți oameni care sunt buni și chiar și politicieni mai curați (și cât de cât, mai bine intenționați) decât credeți.

Să știți că și aceștia au impresia dumneavoastră, că sunt singuri și înstrăinați într-o lume perversă.

### **Realitatea este cu totul alta.**

Numărul și puterea oamenilor buni și de omenie sunt mult mai mari decât în cazul celor „răi”.

Cei răi sunt mai uniți, fiindcă ei au un scop - propriul lor succes egoist iar cei buni caută să trăiască viața respectând pe ceilalți și cerând să fie respectați (dar nu neapărat cautând să se asocieze cu alții pentru aceasta).

Uniunea celor răi este o uniune de haită, dar forța însumată, chiar dacă este brută și mizerabilă, poate învinge binele, dacă acesta este lipsit de fermitate și unitate.

În plus, “zgomotul” pe care îl fac cei răi este mult mai mare. Și aceasta nu întâmplător, ci premeditat. Aveți, astfel, impresia că sunt mulți și puternici. În realitate, este suficient un singur om rău pentru a umple zidurile cu mângăleli sau pentru a umple cartierul cu strigăte. O mână de oameni perversi pot umple programul TV cu mizerii, răutăți, minciuni și scandaluri. Și îi vede o țară, care are apoi impresia că așa e țara.

Dar țara (încă) nu e așa!

### **Căutați-i pe cei care sunt ca dumneavoastră!**

Și, mai mult decât atât,

**căutați-i pe cei care sunt ca dumneavoastră, dar încă sunt inerti și blazați și “treziți-i” – numai dacă este posibil și dacă și ei vor !**

**Acțiunea este superioară inacțiunii, iar un om înțelept este mai valoros decât un milion de proști.**

**Textul din fața dumneavoastră este o astfel de acțiune, dar puteți să vă găsiți și să împliniți propria dumneavoastră șansă pentru a face binele ...**

**A ști și a nu acționa este o mare lașitate!**

### **E bine să respectăm statul.**

**Să știți că avem nevoie de el - gândiți-vă ce crime, abuzuri și războaie ar fi dacă statul nu ar exista!**

**Problema constă în existența unor grupuri de oameni organizați, adânciți în rău și egoiști- exact ca în filmul „Ferma animalelor”.**

**Participați la viața „cetății” : mergeți la vot, cereți, semnați, organizați-vă în asociații, grupuri, petiții.**

Una dintre cele mai perverse idei ce se inoculează prin mass-media este că ar fi în zadar.

Nimic, niciodată nu este în zadar! Totul contează.

Chiar dacă nu e clar la prima vedere.

**Si fiți prudenți cui oferiți încrederea, deoarece rareori ceea ce este vizibil este adevărat și totdeauna trebuie să „citim printre rânduri”.**

### **Manifestați spirit civic!**

Așa e, nu e ușor, dar e un efort propriu care se adaugă la efortul altora (exista, sa știți, chiar dacă nu îi vedeți întotdeauna).

**NU înseamnă ca trebuie să vă „riscați viața”, dar exista multe de făcut în această direcție.**



Vă puteți angrena activ în a vă transforma, mai întâi pe dumneavoastră și apoi lumea înconjurătoare în ceva mai bun.

Conteaza să realizați, în primul rand, partea dumneavoastră din efortul pentru comunitate, acel 1/22.000.000 din tot ce ar trebui să facă populația României. Majoritatea nu vor cu nici un chip să își facă măcar „partea lor” dar suferă din plin efectele nesimțirii generale.

**Puteți forma spontan propriul dumneavoastră univers de prieteni, parteneri sau colaboratori** care împărtășesc principiile bunului simț. Uitați-vă în jur și îi veți vedea. Oameni buni există peste tot, dar, așa cum am mai spus, ei cred că sunt singuri.

**Puteți forma o fraternitate spontană a celor care au ales să afle și să trăiască făcând binele.**

Adică susțineți binele, mai întâi prin viața dumneavoastră și apoi le sugerați și altora. Pentru a forma un grup spontan al bunului simț **nu e necesar ca cineva să adere la o grupare, ci doar la niște principii.**

**Ulterior, fiecare devine - chiar și fără să urmărească aceasta - un centru ce radiază, prin propria sa viață, prin propriul său exemplu, binele, frumosul, spiritualul**, având în jurul său prieteni și cunoștințe cu aspirații comune care sunt catalizate și atrași de felul în care simte, gândește și acționează persoana respectivă. Persoana în cauză devine un catalizator care îi ajută și pe ceilalți să se transforme și să trăiască frumos.

Este o rețea spontană de prieteni și cunoștințe care împărtășesc aspirații și principii asemănătoare; este o reacție firească la alienarea societății în care trăim, care, adesea, înlocuiește firescul cu nefirescul.

NU este o organizație particulară ci un fenomen social.

**Dacă vreți, se poate să trăiți într-o lume firească.**

Se poate! Depinde de dumneavoastră!

Dacă procedați așa cum sugerează acest mesaj, lumea „normală” - de fapt, firească - se va forma în jurul tău.

**Începeți formarea noii lumi cu dumneavoastră!**

**SCOPUL ACESTUI TEXT NU ESTE ATRAGEREA DE OAMENI ÎNTR-O ORGANIZAȚIE, DAR, DACĂ DORIȚI SĂ FACEȚI ȘI SĂ AFLAȚI MAI MULT ȘI DACĂ VREȚI SĂ CUNOAȘTEȚI OAMENI CARE URMĂRESC BINELE ȘI AU PRINCIPII BUNE CĂUTAȚI-I ÎN JURUL DUMNEAVOASTRĂ ȘI ÎI VEȚI GĂSI!**



**TREBUIE SĂ ȘTIȚI, ÎNSĂ, CĂ VA TREBUI, UNEORI, SĂ SUPORTAȚI ȘI OPROBIUL, MINCIUNA ȘI LAȘITATEA CELOR „MICI” ȘI „RĂI”.**

Principiile sunt principii naturale, firești, ale bunului simț, care, datorită decăderii spirituale și morale ale societății, au ajuns uneori să pară „neactuale”. În realitate, principiile autenticului bun simț nu au legătură cu timpul și locul în care trăim, ci cu **FELUL ÎN CARE ALEGEM SĂ TRĂIM.**

Oamenii au impresia falsă că cei contaminați de materialism, egoism și blazare sunt majoritatea și că cei care susțin autenticul, iubirea, bunul simț, sunt doar niște idealiști „neacordați cu moda”.

**De fapt, cei care vor binele sunt majoritatea, dar ei nu știu asta și nu mai cred asta, deoarece Răul este mai vocal, se aude mai puternic, fiind susținut și răspândit prin majoritatea canalelor mass-media.**

**NORMALUL este UZUALUL sau FIRESFUL ?**

Există „oameni” care ajung să creadă, în mod aberant, că e bine și „normal” să fii egoist, materialist și blazat și aceasta este, în mod evident o răsturnare a valorilor.



În plus, se caută a fi inoculată confuzia dintre *normal-natural-firesc* și uzual.

Ceea ce este normal sau natural, firesc, nu are legătură cu o epocă, modă, curent de gândire ci **este ceva intim legat de natura interioară a ființei umane, care este identic în orice epocă sau spațiu în care am trăi.**

**Uzualul este ceva ce depinde direct de locul și timpul în care trăim și nu e neapărat bun sau valoros.** Ba chiar poate fi și abject și profund inuman, nenatural, nefiresc, depinzând de factori efemerii. De exemplu, ceva care într-o țară islamică este foarte bun, poate fi, uneori, motiv de condamnare în Occident și invers.

O ființă înțeleaptă caută să se adapteze la timpul și spațiul în care trăiește, urmărind cu consecvență să pună în practică principii spirituale, etice și morale care nu au vârstă și care conduc ființa care le trăiește la adevărata stare de împlinire și, de ce nu, chiar de fericire, fără a ține cont de deformările „uzualului” din locul și timpul prezent.

Dacă trăiește într-un oraș de hoți sau de fanatici, nu înseamnă că trebuie să devină hoț sau fanatic, dacă trăiește într-un oraș în care se consumă droguri oriunde în mod legal, nu înseamnă că trebuie să își rateze existența recurgând la folosirea drogurilor.

### Câteva din aceste principii esențiale sunt următoarele:

**1. A trăi, simți, gândi și acționa înțelegând că Dumnezeu este centrul Universului, că este omniprezent, omniscient și omnipotent, deci realizând că există o Ordine Universală Divină la care noi putem să participăm, prin liberul nostru arbitru.**

Există o ordine în univers susținută și condusă în mod perfect de o Conștiință Supremă, atotputernică și atotștiutoare, căreia oamenii îi dau diferite nume: Dumnezeu, Allah, Shiva, „Spiritul lumii” și altele.

Această ordine are ca scop evoluția și transformarea ființei umane **de la o ființă dominată de porniri instinctuale către o ființă conștientă**, perfectă, desăvârșită și, de ce nu, îndumnezeită.

**Acest principiu îl pune pe Dumnezeu în centrul Universului.**

Principiul nu cere neapărat să ne raportăm cu supunere, adorare și umilință la Dumnezeu (deși acestea pot constitui perspective bune și potrivite pentru mulți oameni), ci ne sugerează că este bine să ținem cont de existența **ordinii divine perfecte** ce se manifestă oriunde și oricând, de necesitatea de a respecta ordinea divină și de necesitatea de a face toate eforturile pentru a ne desăvârși, aspirând spre perfecțiunea interioară (cea exterioară este, de fapt, doar o consecință a celei interioare).

Totodată acest principiu avertizează că acele concepții care pun omul în centrul universului, numite în mod generos „umaniste” sunt, de fapt, altare de venerarea egoului și minții limitate umane, a personalității imperfecte, nerafinate și efemere a omului încă necrescut interior, a rațiunii lipsite de înțelepciune și de respingere a bunului simț, a evoluției spirituale și a transcenderii egoului către un nivel evolutiv perfect.

Niciodată astfel de curente decadente nu consideră, măcar, că o capodoperă și centru al Universului ar fi un om perfect, nelimitat și chiar îndumnezeit, cum este, de exemplu excepționalul avatar și Mătuitor divin Iisus Cristos, **ci omul puternic dar limitat, supus încă pasiunilor sale inferioare și ego-ului.**



**2. Scopul existenței nu este satisfacerea nevoilor senzoriale prin consumul de senzații ci folosirea permanentă a liberului nostru arbitru pentru a ne transforma și a evolua, până la atingerea stării de desăvârșire interioară (cea exterioară urmând-o, apoi, prin necesitate), în aspirația noastră de a fi una cu Creatorul Universului, Dumnezeu și, totodată, de a-i ajuta și pe ceilalți să facă același lucru.**

**3. A învăța și a practica în mod înțelept iubirea de Dumnezeu și de oameni, iubind celelate ființe la fel ca pe noi înșine.**

**4. A pune în aplicare maxima „Ce ție nu îți place altuia nu-i face”, a învăța să înțelegem iubirea și Binele Universal, a împlini mereu și din răspuțeri Binele și a fi nonviolenți.**

De fapt, iubirea fundamentul al Universului și ea primează chiar înaintea dreptății.



5. A căuta și a spune întotdeauna Adevărul. Cinstea nu implică să fim rigizi, fiindcă Adevărul fără iubire este fanatism, dar a cultiva Adevărul în viața noastră ne conduce către autentic și către fericire.

6. Munca este iubirea materializată iar scopul ei nu sunt banii (care apar, oricum, dacă suntem serioși, înțelepți și eficienți), ci ajutorul pe care îl putem oferi celorlalți și care este, de fapt, o șansă și un privilegiu pentru cel care muncește.

7. A nu fura. E bine să ne fie clar că, în afară de gestul propriu-zis, chiar și a deține lucruri de care nu avem nevoie sau a acumula bani și proprietăți mai mult decât putem folosi sau consuma este, de asemenea, un furt sui-generis!

8. A ne transforma prin practică spirituală, pentru a cunoaște și manifesta bunul simț și inteligența, acestea împreună însemnând noțiunea de înțelepciune, știind, totodată, că fără o practică autentică și consecventă, este ușor să confuzi Adevărul cu Iluzia.

9. A înțelege relațiile dintre ființele umane de sex opus bazate, în primul rând, pe iubire, aspirând, astfel, pentru trăirea iubirii Perfecțe, folosind sexualitatea (cel mai bine cu continență) numai ca un instrument al iubirii. Din această perspectivă, de exemplu, căsătoria din interes nu înseamnă altceva decât prostituție "cu acte în regulă".

### Ne trebuie „pantofii fermecați”!

Putem da vina pe „politicieni” și „televiziuni”. În bună parte, este adevărat.

### Dar adevărata soluție este în noi.

Ar putea spune cineva: „... dar nu am ce să fac, lumea aceasta rea m-a făcut și pe mine rău. Dacă lumea o să fie bună, atunci și eu am să fiu, cu ușurință *bun*.” Fals.

De fapt, înloc să „acoperim toată suprafața lumii cu un covor” este mult mai bine și mai ușor să purtăm noi „pantofii potriviți”!

Adică, nu lumea trebuie transformată în primul rând, ci noi înșine.

Trebuie să începem cu noi, să ne revoluționăm pe noi și apoi putem avea speranța de a revoluționa și lumea.

Practic, vom constata, însă, că **nu este suficient** să vrem sau să gândim ca suntem mai buni, mai înțelepți, mai eficienți și că respectăm pasivi o serie de principii.

Tendențele interioare vor exista în continuare și ne vom consuma o mare parte din energia interioară pentru a le controla și, uneori, cu toată voința noastră, nu vom reuși aceasta.

Adevărata cale de a trăi viața în mod autentic este aceea în care, prin transformare și evoluție interioară, reușim să înlocuim tendințele inferioare cu aspecte superioare, cu calități frumoase, manifestate cu putere și grație.



Este ușor să ne dăm seama că, **la început, căutăm** Miracolul, căutăm Binele, Frumosul, Înțeleptul dar soluția autentică este **să fim noi înșine** Miracolul, Binele, Frumosul, Înțeleptul...

Sau, cum spunea Dalai Lama - „**ÎNCEPE ÎNTÂI CU TINE !**”

## Meditația Isihastă sau Meditația Creștină a Inimii

„Un gram de practică face cât tone de teorie!”

Vă prezentăm acum o metodă pe care **oricine o poate practica cu eficiență din primul moment** (există și altele, dar aceasta are avantajul că este simplă și eficientă pentru oricine).

**Această practică are chiar nebănuitul potențial de a schimba lumea-așa cum o știm**, dar numai dacă este practică de un număr suficient de oameni, alcătuind o masă critică ce va face apoi ca **virtuțile spirituale, iubirea, adevărul, înțelepciunea** să fie din nou ceva firesc și pentru ceilalți oameni care nu au practicat absolut deloc.

**Se învață ușor, este supereficientă și oferă spiritualitate, înțelepciune, inteligență și bun-simț în mijlocul vieții. Adică ceea ce avem nevoie astăzi „ca de aer”.**

**Meditația isihastă ne poate ajuta în special în momente critice iar această etapă a omenerii are din plin așa-ceva.**

.....

Din pacate vor exista cititori care vor petrece timp semnificativ și vor consuma energie să găsească „nod în papură” acestei inițiative necesare, nedându-și seama ca, indiferent ce „greșeluță” li se pare că ar fi aici, „pomul se cunoaște după roade și omul după fapte”.

În plus, un gram de practică face cât tone de teorie, așa că... hai la treabă, că este mare nevoie!

### Ne putem da seama singuri că Dumnezeu există!

Fără a fi necesar să aderăm la o religie sau să ne raportăm la un demers religios, putem spune că intuiția existenței unei ordini supranaturale care ghidează evenimentele din viața noastră, sinonimă cu intuiția existenței lui Dumnezeu sau credința, **este destul de ușor de trăit.**

Aceasta deoarece orice om, ateu sau credincios, dacă este cinstit cu el însuși, poate recunoaște că foarte multe coincidențe semnificative din viața sa NU se pot explica prin teoria probabilităților (fiindcă sunt prea multe și, unele, chiar excepționale), ci prin existența unei Conștiințe atotprezente, omnipotente și omnisciente.

Pascal a spus *"Dacă Dumnezeu nu există și eu cred în El, nu pierd nimic însă dacă El există și eu nu cred în El, atunci am pierdut totul..."*.



### De ce ar avea rost să urmărim să practicăm meditația isihastă sau meditația creștină a Inimii ?

Fiindcă, în această situație, **putem obține un efect spiritual foarte înalt cu un efort omenesc, pe care îl poate realiza oricine**, indiferent de nivelul său spiritual, de starea interioară de moment, indiferent de aptitudinile mentale, spirituale și indiferent de experiența anterioară.

În plus, acest tip de meditație care este, în mod fundamental, și o rugăciune, **permite accesul la o stare de spiritualitate în mijlocul vieții și trăirea vieții ca o cale spirituală.**

Meditația creștină a Inimii **generează trezirea sufletului** și, mai apoi, **cunoașterea de Sine**, deci este o cale spirituală completă și marcată de eficiență.

Se poate obține transformarea interioară și chiar realizarea spirituală prin comuniunea cu planul conștiinței christice, dar nu numai dacă ne aflăm în izolare, ci, mai ales, **în mijlocul vieții, ca un vârf de lance al Artei de a Trăi.**

### Efecte asupra ființei umane

- **ușurință în a trăi puritatea și spiritualitatea în mijlocul vieții;**
- **ușurință în a ne simți mai mereu „noi înșine”;**
- **îndeplinirea dorințelor curate și mai ales a celor elevate - chiar și fără a cere vreodată aceasta în mod precis;**
- **posibilele dificultăți ale vieții cu care ne-am obișnuit să ne confruntăm uneori vor dispărea gradat, fiind, însă, înlocuite cu alte încercări, mai elevate și mai spirituale;**
- **starea noastră launtrică și multiplele coincidențe semnificative care vor apărea din belșug în viața noastră ne vor face să ne simțim în mod special norocoși;**
- **amplificarea voinței și a inteligenței;**
- **trăirea, mai mereu, a unei stări stenice de calm și relaxare, chiar și în mijlocul unei activități agitate;**
- **contribuie la obținerea sănătății și armoniei corporale;**
- **înțelepciune practică; inspirație și abilitate interioară de a face mai mereu și dezinteresat binele; intuiție divină și inspirație spirituală manifestată în orice domeniu și moment al vieții;**
- **întreaga viață, atât în starea de veghe cât și în toate celelalte stări se va impregna cu natura divină a stării primordiale sau starea perfectă; vom trăi cu intensitate viața, concentrați cu ușurință în momentul prezent, remarcând miracolul din noi și din ceilalți;**
- **creșterea la nivele foarte intense a puterii de a iubi, stare de afecțiune intensă fără obiect; armonie și succes în iubire;**
- **cei din jur tind să manifeste o iubire intensă și se îndrăgostesc cu ușurință de persoana care practica cu succes Rugăciunea Inimii;**
- **apariția unei charisme personale excepționale, care poate constitui un obstacol pentru cei nepregătiți (poate genera apariția mândriei și exacerbarea orgoliului) sau un instrument benefic pentru cei pregătiți;**
- **sănătate și forță fizică, psihică, mentală, spirituală; estomparea și, apoi, eliminarea influențelor malefice din ființa noastră;**



- **apariția de puteri paranormale (care, chiar dacă sunt o tentație a căderii de pe calea spirituală, dacă nu vor amplifica orgoliul și dacă nu vor constitui un obstacol spiritual, ele ne certifică o parte a succesului practicii);**
- **apariția unor fenomene luminoase de culoare alb strălucitor (așa-zisa lumină taborică) dar și alte culori intense și pure;**
- **ușurință și eficiență în realizarea oricăror practici, indiferent de calea spirituală autentică de care aparțin;**
- **trezirea sufletului, urmată în etapele superioare de revelarea Sinelui sau a scânteii divine din noi;**
- **o identificare tot mai profundă cu arhetipul spiritual al lui Iisus Cristos;**
- **îndumnezeirea ființei.**

### Care este scopul vieții?

Adică ce rost are periplul unei ființe: nașterea, școala, căsătoria, angajarea și munca, bătrânețea și decrepitudinea...unde duc acestea?

Desigur, putem spune că duc la evoluție, la transformare, la înțelepciune, la iubire, cunoașterea și ajutorarea celorlalți, la descoperiri și revelații... totuși, **care ar fi scopul final al acestor procese?**

Din perspectiva căilor spirituale non-dualiste (care considerăm că este cea mai avansată perspectivă), scopul vieții este următorul:

**"Creatura să îl cunoască pe Creator".**

Altfel spus, scopul vieții este obținerea stării de desăvârșire, de perfecțiune, sau de comuniune cu Dumnezeu.

Aceasta are loc prin **transformarea gradată a însușirilor ființei** sau

prin raportarea directă la **starea perfectă ultimă...** sau la **starea primordială, naturală**, care există în fiecare ființă, dar neconștientizată (pentru o bună parte din oameni).

Acest ultim nivel mai este cunoscut sub numele de **Sinele Suprem**, scânteia divină din om, adevărata natură a sufletului uman (care este diferită de aparența egoului sau a personalității efemere, exterioare).

**Ființa umană care cunoaște acest nivel nu mai are nevoie de nimic altceva, deoarece orice fel de satisfacție sau împlinire la care aspiră un om este conținută în el și încă cu mult mai mult decât atât.**

### Despre Legile Rugăciunii

Rugăciunea este un procedeu simplu, care se bazează pe o axiomă pe care toți practicanții autentici o recunosc ca fiind adevărată:

**Dumnezeu sau Conștiința Supremă... chiar împlinește cererile!**

Este adevărat, mai devreme sau mai târziu. Sau, mai bine zis, în momentul în care consideră El că este potrivit.

Este un aspect misterios, dar nu mai puțin adevărat.

Manifestându-ne în cadrul unei relații personale cu Dumnezeu Personal, deci considerat o ființă "ca și noi", dar Supremă (de fapt, *oamenii sunt după chipul și asemănarea Lui*),

**Dumnezeu se comportă ca și când a făcut un legământ cu orice ființă care I se adresează și anume - să răspundă, mai devreme sau mai târziu, la orice mesaj sau cerere ce îi este adresată.**

Concret, prin rezultatele ei, **practica rugăciunii** ne face conștienți de prezența Divină din și dincolo de orice spațiu și orice timp.

Ea face evident faptul că toate evenimentele au un rost sau un rol și apare, gradat, o **încredere în Conștiința Supremă**, sinonimă, aici, cu așa-numita **credință**.

Desigur unele persoane vor spune că s-au adresat Conștiinței Supreme și nu au primit răspuns sau nu au avut un rezultat palpabil.

Această practică funcționează după legea

**"Omul propune și Dumnezeu dispune."**

Subliniem că momentul împlinirii cererii nu este ales de noi și nici condițiile ei, în ansamblu. Conștiința supremă **este perfect liberă și atotputernică**, iar țesătura complexă de evenimente necesită un control perfect pe care doar Dumnezeu sau Conștiința Supremă îl poate realiza.



**Este corect să adresăm rugăminți către Dumnezeu în loc să ne ocupăm singuri de realizarea proiectelor noastre?**

DA, deoarece rugăciunea nu este neapărat un pas pentru realizarea proiectelor noastre ci, mai ales, un pas în aprofundarea relației cu Conștiința Supremă.

Ea trebuie realizată cu demnitate, și acest lucru este perfect posibil.

„Un **ÎNVINGĂTOR** va cere ajutorul celor din jur și va învinge, un **RATAT** va face lucrurile de unul singur, plângându-se că nimeni nu-l ajută, și va pierde”.

Orice avem noi nevoie există oricât de mult în Univers și este dreptul nostru, garantat de faptul că existăm, pentru a trăi orice împlinire, cu condiția ca aceasta să fie în acord cu ordinea divină.

Se spune că Dumnezeu „aspiră ca un îndrăgostit” după iubirea noastră și așteaptă să facem cel puțin un pas către El, pentru ca El să facă 10 pași către noi.

**Dar trebuie să realizăm măcar acel unic pas.**

### **Ce este binele ?**

**Binele absolut este "ceva" plăcut sau neplăcut, care manifestă o proprietate esențială: este în acord cu planul complex al evoluției evenimentelor din univers, CU ARMONIA Universală, adică este în acord cu Voința Divină. De fapt natura sa esențială este dincolo de polaritatea plăcut-neplăcut.**

Iar Voința Divină urmărește în mod desăvârșit ca ființa umană să își îndeplinească scopul suprem al existenței: fericirea divină ultimă, comuniunea cu Sinele autentic sau ieșirea din iluzia existenței și revelarea adevărului existenței.

**Binele nu este neapărat plăcut** (când cineva ne face injecție cu un medicament salvator, ne poate dura), dar va contribui pentru a ajunge, mai devreme sau mai târziu, *gradat sau fulgerător*, la starea de fericire perfectă, non-duală, care nu are legătură cu polaritatea plăcut-neplăcut, al cărei capăt este în starea de perfecțiune, desăvârșire și chiar comuniunea cu Conștiința Supremă, - cu Dumnezeu.

**Este dificil sau chiar imposibil să aflăm binele dacă vom încerca să categorisim binele fără a avea sufletul trezit, concentrați în valorile ego-ului, judecând doar cu mintea, prin cinism și orgoliu.**

**Orice acțiune care contrazice legile divine (printre care se află legea divină a iubirii, nonviolența și adevărul) putem fi siguri că nu reprezintă binele.**

**Rugăciunea pare celor materialisti dialectici o ineptie și un timp pierdut. Le sugerăm să verifice practic dacă rugăciunea are eficiență și dacă este o „metodă fezabilă” și îi invităm, totodată, să studieze, chiar și cvasiștiințific, aceste metode.**

### **Condiții de succes pentru rugăciune:**

- este bine ca rugăciunea să se termine întotdeauna cu afirmația **"Doamne, făcă-se voia Ta!"** deoarece nu putem cunoaște infinita complexitate a evenimentelor și nu știm dacă ceea ce cerem este în acord cu voința divină sau Binele Absolut;
- dacă cerem ceva pentru altcineva, sintagma **"dacă el (persoana pentru care ne rugăm) merită"** este necesară, deoarece nu cunoaștem corectitudinea și oportunitatea cererii noastre în raport cu persoana care vrem să fie ajutată de Dumnezeu; Dumnezeu va ajuta persoana respectivă - în cele din urmă - dar noi vom răspunde de consecințele bune sau rele ale cererii respective, dacă nu am folosit în finalul cererii noastre această sintagmă;
- **nu trebuie să ne bazăm că rugăciunea va fi îndeplinită în termenii noștri**, adică - un anumit interval de timp, anumite condiții etc. Iisus, aflat "în pustie" și testat de către Satana, a rezistat tentației de a se baza pe îndeplinirea unei rugăminți în termeni în care ar pretinde de la Dumnezeu ceva, aceasta fiind natura uneia din încercările spirituale la care a fost supus;
- **nu trebuie să realizăm un troc cu Dumnezeu prin rugăciune**; de exemplu "dacă ai să îmi îndeplinești dorința, în schimb eu am să fac următoarele acțiuni care îmi vor aduce un anumit merit spiritual..." ; niciodată nu este necesar să oferim noi ceva în schimb lui Dumnezeu, dar este posibil ca, **în interesul creșterii noastre spirituale**, El să condiționeze (practic) anumite împliniri de parcurgerea anumitor etape de către noi;
- este bine ca rugăciunea să fie realizată în **cuvinte cât mai puține, clare și directe**;
- este bine să fim **cât mai autentici** sau, cum se spune " **să vorbim din tot sufletul**", cu o trăire cât mai intensă;
- **atenția trebuie să fie ferm focalizată** la realizarea rugăciunii, căutând să nu cultivăm alte gânduri și preocupări;
- ceea ce cerem trebuie să fie **legitim și corect**, în acord cu legile divine ale manifestării, așa cum credem noi că le cunoaștem;
- **perseverența** - repetarea unei rugăciuni poate produce efecte cumulative și astfel să dobândim un merit spiritual suficient pentru a obține împlinirea mai rapidă a unei aspirații.



### Răspunsul divin

Un aspect cvasi-necunoscut și neglijat de mulți oameni este faptul că în urma rugăciunii are loc o manifestare spirituală și energetică în ființa noastră, în acord cu perspectiva divină privind cererea noastră.

**Este suficient să fim atenți, într-o tainică liniște interioară, pentru a percepe acest răspuns.**

## Meditația isihastă sau meditația creștină a Inimii din perspectiva spirituală a Căii Inimii, AdAnima

### Etape în Meditația isihastă sau Meditația Creștină a Inimii

**Primă etapă** este numită **metanoia**, cuvânt grecesc tradus prin termenul „pocăință”, dar el înseamnă, propriu-zis, asceză purificatoare, iar această purificare și focalizare a conștiinței practicantului creștin este orientată la nivelul Inimii.

Aici, făcând să coboare lin mintea în inimă, el va obține o veritabilă osmoză între aceste două aspecte cumva polare ale ființei, ceea ce va trezi sufletul.

**Metanoia** provine de la **meta** (întoarcere) și de la **noeo**, care semnifică percepția noastră despre realitate. Aceasta se referă la întoarcerea conștiinței individuale umane de la lumea empirică exterioară, de la vâlul efemer al iluziei universale către suflet, către Dumnezeu. Primul pas al reîntoarcerii sau *metanoia* este revenirea în Inimă sau trezirea sufletului.

**Cea de a doua etapă a rugăciunii inimii este nepsis - „trezirea” - unificarea extatică a ființei în „creuzetul harului divin”.**



Aceasta este, de fapt, o stare de unitate profundă a Inimii umane cu inima divină, o unificare extatică a omului în „creuzetul harului”, altfel spus într-o condiție de primire a Grației Divine, pentru că harul este, în realitate, grația cu care Dumnezeu „unge”, sfințește creștetul și Inima ființei umane.

Ea este **marcată de trezire, conștientă, hiperluciditate, hiperatenție.**

Trebuie să avem grijă să retragem gândurilor forța lor vitală, însă fără a ne lupta cu gândurile, pentru a pacifica mintea și a o transfigura.

**Cea de a treia etapă este participarea plenară la lumina Dumnezeiască și la energiile (puterile divine) prin „întâlnirea” sau fuziunea directă și nemijlocită cu Iisus Cristos, în fața Tatălui, în Împărăția Duhului sfânt. Aceasta este Realizarea divină, Desăvârșirea, Perfecțiunea sau Mântuirea.**

Întreaga forță subtilă a omului devine o ofrandă, metamorfozându-se în inima conștientă.

Întreaga energie vitală este și ea unificată în inimă și orientată ca ofrandă către Dumnezeu, prin sublimare și alchimizare. „Dumnezeu poate lua astfel în stăpânire și partea pofitoare (partea inferioară) a sufletului (Grigorie Palama) și astfel poate readuce dorința la originile ei”.

Altfel spus, prin **Grația Divină** putem trăi la nivelul Inimii aprofundarea și esențializarea oricărei dorințe. Originea și cauza esențială a oricărei dorințe este numită în cadrul creștinismului „erosul de Dumnezeu”, de care vorbește foarte profund Ioan Scărarul sau Apocalipsa, eros care își adresează chemarea chiar „omului doririi” (ființei umane caracterizate preponderent de planul dorințelor și aspirațiilor celor mai diverse) și care, **PRIN SUBLIMARE ȘI NU PRIN NEGARE,**

**face ca dorința lumească să devină eros (iubire) de Dumnezeu.**

Aceasta este o veritabilă Alchimie a Inimii, mai aproape de noi și mult mai importantă decât alchimia exterioară, care rareori transformă metalele obișnuite în aur.

Pentru cel ce își înalță sufletul la Dumnezeu și îl așează astfel în Dumnezeu, trupul este preschimbat și alchimizat și devine un lăcaș al lui Dumnezeu. Acesta împărtășește avântul sufletului și i se alătură acestuia în comuniunea Dumnezeiască.

**Această transfigurare a lui eros (iubirea) în agape (beatitudinea divină) este o constantă a tradiției creștine.**

„Fericit este cel care are față de Dumnezeu un dor asemănător celui pe care îl are îndrăgostitul, nebun față de iubita lui” spun chiar și părinții bisericii.

### Textul rostirii în meditația isihastă sau meditația creștină a inimii:

„Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă...”

„Doamne Iisuse Hristoase, miluiește-mă...”

O formulare mai specială, diferită de metoda tradițională, dar mai exactă, este

„Doamne Iisuse Hristoase, dăruiește-mi Grația Ta Supremă...”

**Chiar și repetarea numelui „Iisus” este foarte eficientă din punct de vedere spiritual.**

#### Atenție!

Există variante ale rugăciunii inimii care se termină cu “miluiește-mă pre mine păcătosul...”. Este o practică parțial greșită, care poate avea și efecte negative, datorită impregnării subconștientului, prin repetare, cu ideea că noi suntem păcătoși. Această eroare strecurată din diferite motive în practica unor isihăști reduce mult din valoarea acestei practici excepționale.

Au existat voci care au motivat îndârjirea de a menține această practică greșită în ideea că trebuie să fim smeriți și lipsiți de orgoliu, dar vă asigurăm că pentru aceasta nu este necesar să permanentizăm în noi ideea că suntem păcătoși ci să devenim cât mai repede și cât mai sigur liberi de așa-zisele păcate.

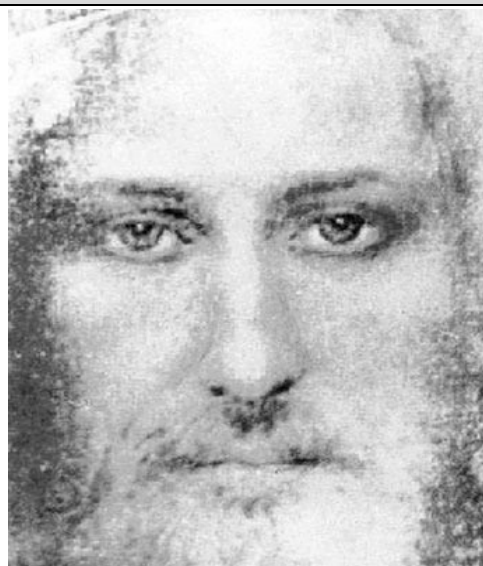
Oricum, până la realizarea spirituală supremă suntem încă „păcătoși”, dar această stare este necesar, de fapt, să fie din ce în ce mai puțin prezentă și nu din ce în ce mai mult prezentă.

Pentru persoanele care doresc să practice, totuși, o variantă cât mai lungă a Rugăciunii Inimii, menționăm aici varianta

***„Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe (pre) mine, credinciosul Tău...”***

### Metoda practică

1. Se abordează o postură de meditație, fie ea chiar și pe scaun, cu palmele orientate cu fața în jos, pe genunchi.
2. Se realizează o interiorizare cât mai bună, îndepărtându-ne atenția de la informațiile care ne vin de la organele de simț și de la percepțiile subtile;
  - atenția trebuie să fie focalizată la zona din mijlocul pieptului, în interiorul corpului fizic;
  - ne raportăm la existența cât se poate de concretă a lui Iisus Cristos Viu în noi, intuindu-L ca o prezență personală și energetică specială, miraculoasă, aflată la nivelul spațiului subtil al Inimii.
  - (imaginile cu Iisus Cristos crucificat nu sunt la fel de eficiente);
  - este bine ca aceasta să rămână ca o atitudine fundal pe tot parcursul practicii.
3. Rostim „Doamne Iisuse Hristoase...” , inspirăm odată cu rostirea mentală, ne raportăm în mod conștient mai intens la Spațiul Inimii și chiar putem realiza o raportare mai intensă la prezența vie a lui Iisus în Inima noastră; sesizăm calitatea specială a aerului inspirat, pe care o asociem cu natura subtilă lui Iisus Cristos;
4. Realizăm o retenție pe plin a respirației (ne reținem respirația cu plămânii plini cu aer), de o durată firească, deci fără a forța.
5. Expirăm, rostind, totodată „miluiește-mă”.
6. Conștientizăm o revărsare energetică foarte pură, luminoasă și foarte înaltă, care ne inundă întreaga ființă cu o stare specială, corespunzătoare prezenței energiei planului christic în ființa noastră, și care se acumulează preponderent la nivelul Inimii Spirituale.
7. Respirația devine tot mai lentă și, în cele din urmă, devine foarte subtilă, aproape imperceptibilă.



Putem părăsi ritmul respirației (atunci când simțim nevoia), realizând rugăciunea mai repede decât acesta și conștientizând cei doi timpi principali fără un efort deosebit.

Putem, apoi, renunța chiar și la rostirea mai lungă, abordând doar rostirea mentală a numelui lui Iisus.

În fazele avansate de practică nu mai este necesar să rostim rugăciunea mental, ea „curgând în inimă” ca și când ar fi în continuare rostită la un nivel foarte subtil.



## ETAPA FUNDAMENTALĂ - vestita „ORA ET LABORA”

Putem continua procesul și în starea de veghe, în viața de zi cu zi, în toate activitățile în care nu avem nevoie de o concentrare deosebită sau nu este necesară întreținerea unui proces mental pentru rezolvarea unei probleme.

*Desigur că nu este cazul să realizăm aceasta în timpul unor activități ce necesită o atenție specială și care sunt caracterizate, eventual, și de un anumit grad de periculozitate.*

### Meditație de grup

Atunci când mai mulți oameni fac același lucru în același timp, datorită unui efect sinergic, **fiecare are un mult mai mare succes în acțiunea sa, decât dacă ar fi acționat singur**; în plus, **efectul subtil rezultat este cu mult mai mare decât suma aritmetică a eforturilor participanților !**

Între orele 22 și 22:30 vă puteți alătura chiar și DE ACASA DE LA DUMNEAVOASTRĂ efortului spiritual al *Grupului Spontan de Meditație Creștină a Inimii*, meditând acolo unde vă aflați în acel moment, cu intensitate și în același timp, la unison cu noi; pentru eventuale lămuriri suplimentare, ne puteți contacta pe adresa [adanima@gmail.com](mailto:adanima@gmail.com) sau la telefon 004-0788-377773.



**prof. Leonard Radutz**  
**Societatea Academică AdAnima**  
**pentru Transformare și Cunoaștere de Sine**

## Omul care planta copaci

Un umanist și militant pentru mediu cu mult înaintea timpului său, scriitorul francez Jean Giono (1895-1970) s-a inspirat din propria experiență și din istoria regiunii de baștină pentru a scrie "Omul care planta copaci". În 1913, după terminarea liceului, scriitorul francez pleacă să cunoască lumea despre care doar citise. A pornit să colinde regiunea din sudul Franței, Provence, o regiune de dealuri și munți defrișată de răutatea oamenilor. Scriitorul a întâlnit pe drum sate părăsite, cu fântâni seci, cu urmele unor râuri care încetaseră de mult să curgă. După zile de peregrinare, Jean a întâlnit un singur suflet în pustietatea aceea. Era un cioban de vreo 50 de ani care arareori vorbea. Îl chema Elzear Bouffier. Avea cu el vreo 30 oi pe care le păștea toată ziua. Avusese o fermă la câmpie. Își împlinise viața acolo. Dar și-a pierdut unicul fiu, apoi soția. Se retrăsese în singurătate, unde îi plăcea să trăiască molcom, cu oile și câinele său. Se gândise că ținutul moare din lipsă de copaci. Așa că a început să planteze...



„Pentru ca o ființa umană să-și dezvăluie calitățile cu adevărat excepționale, trebuie să ai norocul să o poți observa în activitate de-a lungul anilor. Dacă această activitate e despuțată de orice egoism, dacă ideea care o călăuzește e de o generozitate exemplară, dacă e absolut sigur că nu a căutat nici o răsplată și că, mai mult, a lăsat o amprentă vizibilă asupra lumii, ne aflăm atunci, fără riscul de a greși, în fața unui caracter de neuitat.”

Acum vreo patruzeci de ani făceam o drumeție lungă pe niște coame de munte absolut necunoscute de turiști; în acea străveche regiune a Alpilor care ajunge până la Provența. Regiunea e delimitată la sud-est și la sud de cursul mijlociu al râului Durance, între Sisteron și Mirabeau; la nord, de cursul superior al râului Drome, de la izvoare până la Die; la est, de câmpiile comitatului Venaissin și de pereții abrupti ai muntelui Ventoux. Ea cuprinde toată partea de nord a departamentului Alpilor din Provența de Sus, sudul departamentului Drome și o mică enclavă din Vaucluse.

În momentul în care am pornit în lungă drumeție în aceste ținuturi pustii, am întâlnit doar stepe golașe și monotone, situate cam la 1200-1300 metri altitudine. Nu creștea pe acolo decât lavandă sălbatică. Am traversat acest ținut în toată lungimea sa și după trei zile de mers, mă aflam într-o dezolare totală. Mi-am ridicat cortul în apropierea unui sat părăsit.

Nu aveam apă din ajun și trebuia să găsesc undeva. Casele, înghesuite ca un cuib bătrân de viespi, deși în ruină, m-au făcut să cred că odinioară a existat acolo o fântână sau un puț. **Am găsit, într-adevăr, o fântână, dar era secată.** Cele cinci-șase case fără acoperișuri, măcinate de vânt și de ploi, capela cu clopotnița prăbușită, toate erau orânduie așa cum sunt casele și capelele în satele locuite, **dar toată viața din ele dispăruse.** Era o zi frumoasă de iunie, cu soare, dar pe aceste pământuri fără nici un loc mai adăpostit și situate pe culme, aproape de cer, vântul sufla cu brutalitate insuportabilă. Vuietul lui printre pereții goi ai caselor era ca mugetul unei sălbăticiuni deranjate în timpul mesei.

A trebuit s-o pornesc mai departe. După cinci ore de mers, însă nu găsisem apă și nimic nu-mi dădea vreo speranță că voi găsi. Peste tot, aceeași uscăciune, aceleași ierburi lemnoase. **Mi s-a părut că zăresc în depărtare o mică siluetă neagră, în picioare. Am luat-o drept un trunchi de copac solitar.** La noroc, m-am îndreptat spre ea. Era un cioban. În preajma lui se odihneau vreo treizeci de oi, culcate pe pământul fierbinte. Mi-a dat să beau din plosca lui și, puțin mai târziu, m-a condus la stâna situată într-o vale a podișului. Își scotea apa – excelentă – dintr-o scobitură naturală, foarte adâncă, deasupra căreia instalase un scripete rudimentar. **Acest om vorbea puțin. E ceva caracteristic celor solitari, dar pe el îl simțai sigur pe sine și plin de încredere în această siguranță.** Era un personaj insolit în acest ținut dezolat.

Nu locuia într-o cabană, ci într-o casă din piatră și se vedea foarte bine cum prin munca sa a reparat ruina pe care o găsisese la venire. Acoperișul era solid și etanș. Vântul lovind țiglele producea un zgomot asemenea mării pe plajă. Gospodăria era în ordine, vesela spălată, parchetul măturat, pușca curățată și unsă; supă fierbea





pe foc. Am observat atunci că era proaspăt bărbierit, că nasturii erau solid cusuți, că hainele îi erau cărpite cu atâta migală încât locurile reparate erau aproape invizibile. A împărțit supă cu mine și, cum i-am oferit apoi și eu punga de tutun, mi-a spus că nu fumează. Câinele, liniștit ca și el, era binevoitor, fără slugărmicie.

Se înțelegea de la sine că voi petrece noaptea acolo; satul cel mai apropiat fiind la o zi jumătate de mers. Și, pe deasupra, cunoșteam perfect specificul rarelor sate din această regiune. Sunt vreo patru sau cinci, situate departe unele de altele, pe coastele munților în desigurile de stejari albi, chiar la capătul drumurilor carosabile. Sunt locuite de pădurari care fac mangal. Niște locuri unde se trăiește jalnic. Familiile, înghesuite unele în altele, în acest climat de o duritate excesivă, atât iarna, cât și vara, ajungând, în izolare, la o exasperare egoistă.

**Ambiția irațională depășește măsura, în dorința permanentă de a evada din acest loc.**

Bărbații își duc cărbunele la oraș cu camioanele și se întorc acasă. Calitățile cele mai solide se clatină sub acest permanent duș scoțian. Femeile își mocnesc ranchiunile. Totul e supus concurenței: atât vânzarea cărbunelui, cât și banca din biserică, virtuțile care se ciocnesc unele de altele, viciile care se luptă între ele, bătaia generală a viciilor și virtuților, fără nici un răgaz. În plus, vântul, și el fără răgaz, irită nervii. Sunt epidemii de sinucideri și numeroase cazuri de nebunie, aproape întotdeauna ucigașă.

**Ciobanul care nu fuma merse să caute un săculeț și răsturnă pe masă o mulțime de ghinde. Începu să le examineze una după alta cu multă atenție, separându-le pe cele bune de cele rele.** Eu îmi fumam pipa. M-am oferit să-l ajut.

**Îmi spuse că asta era treaba lui.**

Într-adevăr: văzând grija cu care făcea această muncă, n-am insistat. Atâta a fost conversația noastră. Când a adunat în grămada celor bune un număr destul de mare de ghinde, le-a așezat câte zece într-un pachetel. Elimina astfel, în continuare, fructele mici sau cele sau pe cele care erau crăpate, căci le examina îndeaproape. Când a avut în față o sută de ghinde perfecte, s-a oprit și ne-am dus la culcare.

**Compania acestui om te liniștea.** I-am cerut a doua zi permisiunea să rămân toată ziua la el. Găsi asta foarte natural, sau, mai exact, îmi dădu impresia că nimic nu l-ar putea deranja. Această odihnă nu-mi era absolut necesară, dar eram contrariat și voiam să știu mai mult. Își scoase turma și o duse la păscut. Înainte de a pleca, a înmuiat într-o găleată cu apă săculețul în care pusese ghindele alese și numărate cu grijă. Am remarcat că, în chip de baston, a luat o vergea de fier de grosimea degetului mare și lungă cam de un metru cincizeci. M-am prefăcut că mă odihnesc plimbându-mă, și am luat-o pe un drum paralel cu al lui. Pășunea animalelor sale se afla într-o vâlcea. Și-a lăsat turma în paza câinelui și a urcat spre locul unde mă aflam. M-am temut că vine să-mi reproșeze indiscreția, dar n-a fost nimic: era în drumul său și mă invită să-l însoțesc, dacă nu aveam altceva mai bun de făcut.

Mergea la două sute de metri mai departe pe coamă. Ajuns la locul unde dorea să meargă, își împlântă vergea de fier în pământ. Făcu astfel o groapă, în care puse o ghindă, apoi astupă groapa. **Își planta stejarii.** L-am întrebat dacă pământul era al lui. Mi-a răspuns că nu. Știa el al cui era? Nu știa. Presupunea că era un teren comunal, sau poate că era al unor oameni cărora nu le păsa de el? El nu ținea să-i cunoască pe proprietari. Își plantă astfel, cu deosebită grijă, cele o sută de ghinde. După masa de prânz, a început iar să scoată sămânța. I-am pus, cred, întrebări insistente, apoi el răspunse. **De trei ani planta copaci în această pustietate.** Plantase o sută de mii. Din o sută de mii, ieșiseră douăzeci de mii. Din aceste douăzeci de mii, socotea că va pierde încă o jumătate din cauza rozătoarelor sau din cauze de nimeni și imposibil de prevăzut în intențiile Providenței.

Rămâneau zece mii de stejari care vor crește în acest loc, în care nu fusese nimic înainte. Abia în acel moment am început să fiu atent la vârsta acestui om. Avea vizibil peste cincizeci de ani. Cincizeci și cinci, îmi spuse. Se numea Elzeard Bouffier. Avusese o fermă la câmpie. Își împlinise viața acolo. Dar și-a pierdut unicul fiu, apoi soția. Se retrăsese în singurătate, unde îi plăcea să trăiască molcom, cu oile și câinele său. **Se gândise că ținutul moare din lipsă de copaci. Mai spuse că, neavând treburi foarte importante, s-a hotărât să remedieze această stare de lucruri.**

Ducând eu însumi pe atunci o viață solitară, în ciuda vârstei mele tinere, știam să mă apropiu cu delicatețe de suflete solitare. Am comis, totuși, o greșală. Tocmai vârsta mea tânără mă făcea să imaginez viitorul în funcție de mine însumi și de o anumită căutare a fericirii. **I-am spus că peste treizeci de ani acești zece mii de stejari vor fi magnifici. Îmi spuse foarte simplu că, dacă Dumnezeu îl va lăsa în viață, peste treizeci de ani va fi plantat încă mulți alții, așa încât acești zece mii vor fi ca o picătură de apă într-o mare.** Studia

deja, de altfel, reproducerea fagilor și avea lângă casa lui o pepinieră răsărită din jir. Port-altoiurile, pe care le protejase de oi printr-un grilaj, erau de toată frumusețea. Se gândea și la mesteceni, pentru locurile retrase din văi, unde, spuse el, o anumită umiditate dormitează în adânc, la câțiva metri de la suprafața solului.

Ne-am despărțit a doua zi. În anul care a urmat, a început războiul din 1914, în care am fost înrolat timp de cinci ani. Un soldat de infanterie nu se putea gândi deloc la copaci. Ca să spun drept, întâmplarea aceasta nu-mi rămase în minte; o consideram ca pe un fel de “dada”, o colecție de timbre, și o uitasem.

Leșit din război, mă aflu în posesia unei minuscule prime de demobilizare, dar cu dorința de a respira puțin aer curat. Fără nici un gând – în afară de această dorință – am apucat-o din nou pe drumul acelor ținuturi pustii; regiunea nu se schimbaseră. Totuși, dincolo de satul mort am zărit, în depărtare, un fel de ceață gri care acoperea înălțimile, asemenea unui văl. Din ajun, începusem să mă gândesc la acest cioban, plantator de copaci. „**Zece mii de stejari**”, mi-am spus, **“ocupă, într-adevăr, un spațiu vast”**. Văzusem murind prea mulți oameni, timp de cinci ani, ca să nu-mi imaginez cu ușurință moartea lui Elzeard Bouffier, mai ales că la douăzeci de ani, consideri oameni de cincizeci ca niște bătrâni cărora nu le mai rămâne altceva de făcut decât să moară. Nu murise. Era chiar foarte în putere. Își schimbaseră meseria. Nu mai avea decât patru oi, care-i amenințau plantațiile de copaci. **Căci, spuse el (și eu o constatam), nu se sinchisise deloc de război. Continuase imperturbabil să planteze. Stejarii din 1910 aveau acum zece ani și erau mai mari decât mine și decât el.**

Rămăsese de-a dreptul fără grai și, cum el nu vorbea, am petrecut toată ziua tăcuți, plimbându-ne prin pădurea lui. Aceasta avea în trei tronsoane, unsprezece kilometri, pe cea mai mare lărgime. Când mi-am amintit că totul ieșise din mâinile și sufletul acestui om – fără mijloace tehnice -, am înțeles că oamenii ar putea fi la fel de eficace precum Dumnezeu în alte domenii decât distrugerea. Își urmărise ideea, și fagii care îmi ajungeau până la umeri stăteau măturie. Stejarii erau mai viguroși și depășiseră vârsta când ar fi fost la discreția rozătoarelor; cât despre planurile Providenței, ca să distrugă opera creată ar fi trebuit să recurgă de aici înainte la taifunuri.

Îmi arată niște admirabile pâlcuri de mesteceni, care datau de cinci ani, adică din 1915, din vremea când eu luptam la Verdun. Populase toate vâgăunile, unde presupunea, pe bună dreptate, că există umiditate la suprafața solului. Erau fragezi ca niște adolescenți și foarte hotărâți. **Creația dădea, de altfel, impresia că se operează în lanț.** Nu-și făcea griji cu asta, își continua cu îndârjire sarcina foarte simplă. **Dar, coborând prin sat, am văzut curgând apă în pâraiele care, de când se știe, deveniseră seci.** Aceste pâraie uscate avuseseră odinioară apă, în timpurile străvechi.

Unele din aceste sate triste, despre care am vorbit la începutul relatării mele, fuseseră construite pe locurile unor vechi sate galo-romane, din care rămăseseră încă urme; arheologii scormoniseră și găsiseră cârlige de undiță în locuri unde, în secolul XX, trebuia să recurgi la cisterne pentru a avea puțină apă. **Vântul împrăstia și el unele semințe. Odată cu apa, reapăreau sălciile, răchita, pajiștile, grădinile, florile și un anumit mod de viață. Transformarea se opera atât de încet, încât devenea ceva firesc, fără a provoca uimire.** Vânătorii care urcau spre locurile solitare, în urmărirea iepurilor sălbatici sau a mistreților, constataseră mulțimea de copaci tineri, dar o puseseră pe seama farselor naturale ale pământului. De aceea, nu se atingeau de lucrarea acestui om. Dacă l-ar fi bănuit, i-ar fi creat probleme.

Cine și-ar fi putut imagina, prin sate și în administrație, o asemenea încăpățănare în generozitatea cea mai minunată? Începând din 1920, nu trecea niciodată mai mult de un an fără să-l vizitez pe Elzeard Bouffier. **Nu l-am văzut niciodată cedând sau îndoindu-se. Și totuși Dumnezeu știe, dacă Dumnezeu însuși ne împinge la aceasta.** N-am făcut socoteala tristeților sale. Putem să ne imaginăm, totuși, că pentru o asemenea reușită a trebuit să învingă adversitățile; că, pentru a asigura victoria unei astfel de pasiuni, a trebuit să lupte cu disperarea. **Plantase timp de un an mai mult de zece mii de arțari. Au murit toți.** Anul următor a abandonat arțarii, ca să reia plantarea fagilor, care au crescut mai bine decât stejarii. **Ca să avem o idee cât mai exactă despre acest caracter excepțional, nu trebuie să uităm că el se manifestă într-o singurătate absolută, atât de absolută încât, spre sfârșitul vieții, pierduse obișnuința de a vorbi.**

**Sau, poate, nu-i mai vedea rostul?**

În 1933, a primit vizita unui silvicultor înmărmurit. Acest funcționar i-a ordonat să nu facă foc afară, de teamă să nu pună în pericol creșterea acestei păduri naturale. **Era pentru prima dată, îi spuse acest om naiv, că o pădure creștea singură.**

În acea vreme, el mergea să planteze fagi la doisprezece kilometri de casă. Pentru a evita traseul dus-întors – avea atunci șaptezeci și cinci de ani -, se gândea să construiască o cabană de piatră chiar pe locul plantațiilor sale. Ceea ce a și făcut în anul următor. În 1935, o adevărată delegație administrativă a venit să examineze pădurea naturală: un înalt funcționar silvic, un deputat



și tehnicieni. Se pronunțaseră multe cuvinte inutile. S-a hotărât să se facă ceva și, din fericire, nu s-a făcut nimic, în afară de singurul lucru util: acela de a pune pădurea sub protecția satului și de a interzice tăierea lemnului pentru cărbune. Căci era imposibil să nu fii subjugat de frumusețea acestor copaci tineri, în plină putere. Ea își exercită vraja chiar și asupra deputatului.

Aveam un prieten printre șefii forestieri, care făcea parte din delegație. L-am explicat misterul. Într-una din zilele săptămânii următoare am pornit în căutarea lui Elzeard Bouffier. L-am găsit lucrând la douăzeci de kilometri de locul în care avusese loc inspecția. Acest șef forestier nu degeaba era prietenul meu. Cunoștea valoarea lucrurilor. A știut să păstreze secretul. I-am oferit ciobanului câteva ouă aduse în dar. Am împărțit masa frugală în trei și am petrecut câteva ore contemplând în tăcere peisajul. **Partea dinspre care veneam era acoperită cu copaci înalți de șase-opt metri. Îmi aminteam aspectul ținutului în 1913: pustiu ...**

**Munca liniștită și ritmică, frugalitatea meselor și, mai ales, seninătatea sufletului, îi dăduseră acestui bătrân o sănătate aproape solemnă.**

**Era un atlet al lui Dumnezeu.**

Mă întrebam câte hectare va mai acoperi încă de copaci? Înainte de a pleca, prietenul meu dădu doar o singură sugestie, legată de anumite esențe care s-ar potrivi mai bine terenului de aici. N-a insistat. "Pentru simplu motiv", îmi spuse apoi, "că acest om știe mai mult decât mine". După o oră de mers – ideea prinzând contur –, adăugă: "Știe mai mult decât oricine despre asta. A găsit un mijloc strălucit de a fi fericit". Datorită acestui șef forestier, atât pădurea, cât și fericirea acestui om au fost ocrotite. Trei pădurari au fost numiți de el pentru această ocrotire și i-a speriat în așa hal, încât rămaseră insensibili la toate cânilor cu vin pe care tăietorii le-ar fi putut oferi. Pădurea nu a fost în pericol grav decât în războiul din 1939. Automobilele funcționând atunci cu gazogen, lemnul nu ajungea niciodată. Au început să facă tăieri în rândul stejarilor ce datau din 1910, dar aceste terenuri erau atât de departe de rețelele rutiere, încât întreprinderea se dovedi foarte nerentabilă din punct de vedere financiar. Ciobanul nu văzuse nimic. Era la treizeci de kilometri de acolo, continuându-și liniștit munca, ignorând războiul din '39, cum ignorase și războiul din '14. L-am văzut pe Elzeard Bouffier pentru ultima oară în iunie 1945. Avea atunci optzeci și șapte de ani. Luasem din nou drumul pustietăților, dar acum, în ciuda deteriorării în care războiul adusese ținutul, exista un autobuz care făcea legătura între Valea Durance și munte. Am pus pe seama acestui mijloc de transport relativ rapid faptul că nu mai recunoșteam locurile primelor mele drumeții. Mi se părea că drumul mă conducea prin locuri noi.

**Am avut nevoie de un nume de sat, pentru a trage concluzia că mă aflam, într-adevăr, în această regiune, odinioară părăsită și în ruine.**

În 1913, acest cătun de zece-douăsprezece case avea trei locuitori. Erau sălbatici, se detestau, trăiau din vânatoarea cu capcană: erau cam în starea fizică și morală a oamenilor preistorici. Urzicile devorau, în jurul lor, casele părăsite. Condiția lor era fără speranță. **Nu aveau altceva de făcut decât să aștepte moartea: situație care nu predispunea deloc la virtute. Totul era acum schimbat. Chiar și aerul. În locul vijeliilor uscate și brutale care mă întâmpinau odinioară, sufla o briză ușoară, încărcată de miresme.** Un foșnet asemeni apei venea din munți: era acela al vântului din pădure. În fine, un lucru și mai uimitor, am auzit adevăratul sunet al apei curgând în bazin.

Am văzut că făcuseră o fântână, că avea apă din belșug și, ceea ce m-a impresionat mai mult, plantaseră lângă ea un tei, care putea să aibă vreo patru ani, era deja gros, simbol incontestabil al unei renașteri. Pe de altă parte, Vergnons păstra urmele unei munci pentru întreprinderea căreia este necesară speranța. Speranța revenise, așadar. Se măturaseră ruinele, se demolaseră bucățile de ziduri deteriorate și se clădiseră din nou cinci case.

Cătunul număra de-acum douăzeci și opt de locuitori, dintre care patru familii tinere. Casele noi, proaspăt tencuite, erau înconjurată de grădini de legume, în care creșteau amestecate, dar aliniate, legume și flori, varza și trandafirii, prazul și gura-leului, țelina și anemonele. Era de-acum, un loc în care doreai să locuiești. Începând de acolo, am parcurs drumul pe jos.

**Războiul, din care abia ieșeam, nu permisesse o viață foarte înfloritoare, dar Lazăr ieșise din mormânt.** Pe coastele povârnite ale muntelui vedeam lanuri mici de orz și secară verde; în fundul văilor înverzeau câteva pășuni. N-au trebuit decât cei opt ani care ne despart de acea perioadă, pentru ca tot ținutul să strălucească de sănătate și îmbelșugare. Pe locul ruinelor pe care le văzusem în 1913 se ridică acum gospodării curate, tencuite, care sunt imaginea unei vieți fericite și confortabile. Vechile izvoare, alimentate de ploile și zăpezile pe care le rețin pădurile, au început



iar să curgă. Apele lor au fost canalizate. Lângă fiecare fermă, în boschetele de arțari, bazinele fântânilor se revarsă peste covoarele de mentă proaspătă.

**Satele au fost reconstruite încet-încet.** O populație venită de la câmpie, unde pământul se vinde scump, s-a fixat aici, aducând tinerețe și mișcare, spirit de aventură. Întâlnești pe drum femei și bărbați bine hrăniți, băieți și fete care știu să râdă și care au prins gust pentru serbările de la țară. Dacă socotim fosta populație, de nerecunoscut de când trăiește în liniște și pe noii veniți, atunci înseamnă că **mai mult de zece mii de persoane îi datorează fericirea lui Elzeard Bouffier.**

**Când mă gândesc că un singur om, redus doar la simplele-i resurse fizice și morale, a fost în stare să facă să se ivească din pustiu acest ținut al Canaanului, mi se pare că, la urma urmei, condiția umană este admirabilă.** Dar când socotesc câtă constanță în măreție sufletească și îndârjire în generozitate au fost necesare pentru a obține acest rezultat, **sunt cuprins de un respect imens pentru acest bătrân țaran fără cultură, care a știut să ducă la capăt această operă demnă de Dumnezeu.** Elzeard Bouffier a murit în pace în 1947, la azilul din Banon.

(Autor JEAN GIONO/ Traducere: DOINA SOFIA LUNGU)

Reproducerea acestui text este gratuită. JEAN GIONO dorea ca el să fie răspândit cât mai mult posibil: el a făcut acest dar omenirii – e ceea ce a scris mai uman, după cum considera el.



## **P.S. CITEȘTE ȘI DĂ MAI DEPARTE CELOR CARE AR PUTEA SIMȚI ȘI GÂNDI LA FEL**

Mai ales atunci când simțiți că ați întâlnit **un om vertical, oripilat la rândul său de ceea ce a devenit lumea noastră**, este un ocazie privilegiată pentru a-i oferi „sămânța” de față.

Dacă doriți să realizați în mod detașat acțiuni care să ofere celorlalți o șansă deosebită de viață frumoasă și de evoluție spirituală, **puteti ajuta la tipărirea si, mai ales, la oferirea acestei sui-generis inițieri spirituale către cât mai mulți oameni care (cel puțin) par că ar putea avea nevoie de ea.**

Această acțiune NU trebuie realizată ca o campanie de prozelitism (deoarece NU este așa ceva și nici nu ar avea succes astfel) ci ca o acțiune de inițiere ce trebuie **oferită cu iubire și detașare celor care ar putea avea nevoie de ea.**

Putem transmite textele tipărite prin poștă în orice localitate, pentru a putea fi apoi distribuite către cine credeți dumneavoastră că este potrivit și ar putea avea nevoie de acest ajutor.

**adresa de mail: [adanima@gmail.com](mailto:adanima@gmail.com); tel.(004)-0788-377.773**

Dacă nu aveți acces internet, puteți transmite numărul dumneavoastră de telefon prin sms pentru informări prompte.

## **VĂ DORIM SUCCES DEPLIN ÎN ARTA DE A FACE BINELE !**

*prof. Leonard Radutz  
Societatea Academică AdAnima  
pentru Transformare și Cunoaștere de Sine*