

Cum Să Ierți: 3 Povești Care Îți Vor Schimba Modul În Care Gândești

O cititoare mi-a scris pe e-mail săptămâna trecută un mesaj în care cerea clarificări referitor la acțiunea de a ierta. În încheierea mesajului, ea mi-a spus:

„Am citit multe articole pe tema iertării. Am ajuns să cred că există în piață o apologie a iertării, o frenezie și o obsesie a iertatului fără ca nimeni să explice concret ce presupune acest act și cum se simte la nivel de sentiment. La fel și cu smerenia, mult trâmbițată, niciodată explicată.”

Rar răspund la un e-mail printr-un articol, dar pentru că acest e-mail era foarte complex(mai sus am reprodus o mică parte), am decis să scriu un articol clar de care să beneficieze toți cititorii din comunitate.



Cum Să Ierți: 3 Povești Care Îți Vor Schimba Modul În Care Gândești

Povestea 1: Rabiya, Hasan și Coranul Mâzgâlit

Rabiya al-Adabiya a fost o femeie sufită foarte cunoscută pentru comportamentul ei excentric. Dar în fiecare comportament excentric al său se ascundea o mare profunzime. Cândva, un alt mistic sufit pe numele său *Hasan* a stat cu *Rabiya*. Pentru că avea să stea cu *Rabiya*, el nu și-a adus cu el propriul Coran, pe care îl folosea în fiecare dimineață ca parte din practica zilnică. El s-a gândit că va putea împrumuta Coranul lui *Rabiya*, așa că nu și-a luat cu el propria copie.

Dimineață a întrebat-o pe *Rabiya*, iar aceasta i-a oferit copia ei. *Hasan* însă nu își putea crede ochilor. Când a deschis Coranul a văzut ceva ce niciunui mahomedan nu i-ar fi venit să creadă: în multe locuri *Rabiya* corectase Coranul. Este de departe cel mai mare păcat de care mahomedanii sunt avertizați; Coranul este cuvântul lui Dumnezeu conform lor. Cum ai putut să îl schimbi? Cum te-ai putut măcar gândi că tu ai putea să faci ceva mai bun? Și ea nu numai că l-a schimbat, dar a scos pur și simplu câteva cuvinte ici, propoziții întregi dincolo -- le-a scos pur și simplu.

Hasan i-a spus, „*Rabiya, cineva ți-a distrus Coranul!*” *Rabiya* i-a răspuns, „*Nu fi prost, nimeni nu se atinge de Coranul meu. Ceea ce vezi este făcut de mine.*” *Hasan* i-a spus, „*Dar cum ai putut să faci așa ceva?*” Ea a răspuns, „*Am fost nevoită să o fac, nu am avut cale de scăpare. De exemplu privește aici: Coranul spune, <<Când vezi răul, urăște-l>>*” Din moment ce am devenit trează eu nu mai pot găsi niciun fel de ură în interiorul meu. Chiar dacă răul stă în fața mea tot ceea ce pot eu să fac este să vărs din plin iubire peste el, și asta pentru că nu mi-a mai rămas niciun fel de altă trăire. Nu contează dacă Dumnezeu stă în fața mea sau cel rău; amândoi vor primi din partea mea aceeași iubire. Tot ceea ce mai am este iubirea; ura a dispărut. În momentul în care ura a dispărut din interiorul meu a trebuit să fac modificările în sfântul Coran. **Dacă nu ai făcut niciun fel de modificare, asta înseamnă pur și simplu că tu nu ai ajuns încă în acel spațiu în care doar iubirea este tot ce ți-a rămas.**

Așadar, **ce presupune actul iertării?** Iertarea înseamnă să te surprinzi în acea stare în care iubirea este tot ce ți-a rămas. Pentru a putea să ierți cu adevărat, singurul lucru pe care

Îl poți face este să te umpli tu însuși cu iubire. Să fii iubire. Iar pentru asta nu există rețetă. Asta ține în totalitate de tine și nu are de-a face cu nimeni altcineva. Niciun sfat și nicio poveste nu te poate face pe tine plin de iubire. Tu te poți alinia iubirii. Poți intra în rezonanță totală cu acest sentiment sublim. Este însă alegerea ta.

Ce poate face cineva pentru a demara procesul iertării? Să își permită lui însuși să conștientizeze iubirea de care este înconjurat. În acel moment indiferent dacă în fața ta stă Dumnezeu sau cel rău tot ceea ce tu vei fi capabil să faci va fi să iubești. Iertarea implică ca cineva să îți greșească.

Ori la întrebările **cum faci să ierți?** sau **cum se simte când ai iertat?** răspunsul este destul de asemănător. Atunci când simți că defapt nimeni nu ți-a greșit vreodată, ai iertat cu adevărat. Asta simți atunci când ierți. Cum faci să ierți? Înțelege că nimeni nu ți-a greșit vreodată. Înțelege că trăiești într-un Univers perfect care are niște legi perfecte. Cum te simți atunci când ierți? Simți că de fapt nu ai pe cine pe ierta.

Exista o rețetă sau un tipar general cu pasi de urmat? Nu! Este în totalitate numai și numai drumul tău.

Povestea 2: Bătrânul Pentru Care Nimeni Nu Era Cu Adevărat Vrednic

Întreaga sa viață, în mod consistent, a fost întrebat de către regi, a fost întrebat de oameni foarte bogați, a fost întrebat de mari asceți, sfinți, să îi inițieze ca discipoli ai lui, iar el i-a refuzat pe toți aceștia. El răspundea întotdeauna: *„Până ce nu voi găsi un om care merită, până ce nu voi găsi un om care este demn de asta, nu o să inițiez niciun Tom, Dick sau Harry.”*

Alături de el avea un băiat tânăr care a devenit încet, încet bătrân la rândul său și care pentru întreaga sa viață a ascultat de omul bătrân, care a trăit aproape 100 de ani, spunând în fiecare zi a vieții sale: *„Nimeni nu merită!”* „O să mor” spunea el, *„fără să inițiez pe nimeni, dar nu o să inițiez pe cineva care nu merită”*

Oamenii au devenit obosiți și frustrați. Ei îl iubeau pe om, omul avea calități imense, dar nu îi puteau înțelege atitudinea încăpățânată prin care nu arăta niciun fel de bunătate sau compasiune.

Dar într-o dimineață bătrânul și-a trezit companionul care la rândul său devenise bătrân și i-a spus: „*Fugi imediat în piață la poalele dealului și spune tuturor că oricine vrea să să fie inițiat trebuie să vină îndată, pentru că în această seară imediat ce soarele o să apună eu o să mor*”

Băiatul care îi fusese alături atâția ani i-a spus „*Dar cum rămâne cu meritele? Eu nu cunosc cine merită și cine nu. Pe cine să aduc?*”

Omul bătrând a spus, „*Stai fără grijă. Aceasta a fost numai o deviză, pentru că eu nu eram vrednic să inițiez pe cineva, dar era împotriva demnității mele să spun asta. Așa că am ales o cale prin care să o dreg. Spuneam <<Până ce nu voi găsi pe cineva suficient de demn, care să merite într-adevăr, nu voi iniția pe nimeni>>Adevărul este că eu nu meritam să fiu un maestru. Acum sunt, dar timpul este foarte scurt. Numai această dimineață, imediat ce soarele apune conștiința mea va oferi de asemenea ultima sa scânteie. Acum sunt pregătit. Acum nu mai contează cine merită și cine nu merită. Tot ceea ce contează este că eu sunt pregătit. **Doar du-te și adu pe oricine!** Doar du-te și răspândește vestea în tot orașul că aceasta este ultima zi din viața mea, iar oricine vrea să fie inițiat ar trebui să vină imediat. Adu cât de mulți oameni poți.*”

Așadar, băiatul care îi fusese alături atâția ani a coborât dealul, s-a dus la piață și a început să strige: „*Oricine vrea să devină discipol, bătrânul este pregătit!*”

Oamenilor nu le venea să creadă. Se gândeau cu curiozitate: „*Nu este nicio grabă, hai să vedem ce se întâmplă.*” Omul a refuzat întreaga sa viață, și dintr-o dată în ultima sa zi de viață o așa mare schimbare.

Nevasta cuiva a murit, iar el se simțea foarte singur, așa că s-a gândit: „*Bine atunci. Dacă o să inițieze pe oricine și nu își pune problema meritelor...*” Un altul fusese eliberat din pușcărie cu o noapte înainte. El s-a gândit: „*Nimeni nu mă va angaja; aceasta este o șansă bună de a fi un sfânt.*”

Tot felul de oameni ciudați s-au îndreptat înspre peștera în care locuia bătrânul, iar tânărul care adunase toți acești oameni se simțea foarte rușinat gândindu-se la ce oameni a adus: unul este criminal, altuia i-a murit nevasta, de aceea el s-a gândit, „*Bine atunci. Ce altceva să fac?*” Altcineva a ajuns în faliment și se gândea să se sinucidă, acum se gândea că să primească inițierea este mai bine decât să se sinucidă.

Câțiva au venit din pură curiozitate. Nu aveau altceva de făcut; cântau jazz și s-au gândit „*Putem cânta jazz mâine, nu este nicio grabă, hai să vedem ce înseamnă cu această inițiere. Oricum, omul o să moară până dimineață așa că o să putem alege liber dacă rămânem discipoli sau nu. Putem cânta jazz mâine – nu e nicio grabă.*”

Băiatul care îi fusese alături atâția ani se simțea cu adevărat stânjenit, „*Cum o să prezint eu oamenii ăștia când omul bătrân refuzase regi, sfinți, asceți, care veniseră cu imensă seriozitate spre a fi inițiați? Iar acum el urmează să inițieze adunătura asta!*” Chiar dacă se simțea rușinat, el a intrat și a întrebat „*Pot să încep să chem oamenii? – au venit 7*”.

Bătrânul i-a spus, „*Cheamă-i repede, pentru că este deja dupăamiază. Ai irosit atât de mult timp și ai adus doar 7 persoane?*”

Băiatul i-a răspuns, „*Ce pot să fac? Este o zi de lucru; nu este sărbătoare. Doar atât am putut să aduc. Nici unul nu este de vreun folos. Nici eu nu i-aș iniția. Nu numai că nu sunt demni – dar ei sunt perfect nemerituoși. Dar tu ai insistat să aduc pe cineva; nimeni altcineva nu este disponibil.*”

Omul bătrân a spus, „*Nu e nicio problemă. Doar adu-l înăuntru.*” Și i-a inițiat pe toți. Chiar și cei inițiați erau șocați. Așa că i-au spus bătrânului „*Acesta comportament al tău este ciudat. Toată viața ta ai insistat că dacă cineva vrea să devină discipol trebuie să merite. Ce s-a întâmplat cu principiul tău?*”

Bătrânul a râs și le-a spus, „*Acesta nu a fost un principiu, m-am folosit de asta pentru a-mi ascunde propria nevrednicie. Nu eram încă în poziția de a fi maestru. Și nu pot minți pe nimeni, mi-am luat drept paravan această atitudine critică și spuneam că până cineva nu este cu adevărat vrednic nu îl voi iniția.*”

În mod evident nimeni nu este vrednic.

Oricine are propriile căderi și slăbiciuni; oricine a făcut lucruri pe care nu ar fi vrut să le facă niciodată. Nimeni nu poate spune că este absolut pur. Oricine este poluat. Așa că atunci când bătrânul insista, „*Până ce nu devii vrednic, nu te mai întoarce*” nimeni nu l-a contrazis; el avea dreptate. Mai întâi trebuiau să devină vrednici!

În ultima sa zi, le-a spus celor 7 discipoli, „*Vă binecuvântează și vă inițiază. Nu contează dacă voi sunteți sau nu vrednici, pentru prima dată eu sunt vrednic. **Iar dacă eu sunt cu adevărat vrednic, simpla mea prezență vă va purifica.** Vrednicia mea în a fi un maestru vă va face pe voi discipoli vrednici. Acum eu nu mai depind de vrednicia voastră. Vrednicia mea este suficientă.*”

„Eu sunt asemenea unui nor; O să îmi eliberez stropii oriunde – peste munți, pe străzi, peste case, ferme sau grădini. O să îmi las stropii să cadă oriunde, pentru că sunt împovărat cu apă de ploaie. Nu contează la ce servește o anumită grădină... Nu o să fac nicio diferență între grădini sau pietre. O să eliberez pur și simplu apă oferind din abundența mea.”

De unde vine ”situația” care presupune iertare? Din incapacitatea ta de a înțelege că nu ai pe cine să ierți. Din incapacitatea de a înțelege că iertarea nu are de-a face cu vrednicia sau nevrednicia celorlalți, ci are de-a face cu vrednicia sau nevrednicia ta.

Situația care presupune iertare apare atunci când ești părtinitor și gol pe dinăuntru. Nu uita că norul oferă din abundența sa tuturor. Și grădinilor și pietrelor. **Pentru a ierta cu adevărat nu îți refuza abundența. Fii nepărtinitor, calm și plin de iubire.**

Povestea 3: Buddha și Angulimal

Angulimal înseamnă un om care poartă o ghirlandă formată din degete de oameni. El își luase un jurământ că o să omoare 1000 de oameni; de la fiecare persoană pe care o omora Angulimal lua un singur deget pe care îl adăuga ghirlandei astfel încât să țină minte câți a

ucis. În ghirlanda sa existau acum 999 de degete – numai unul lipsea. Iar acel deget lipsea pentru că drumul său a fost închis; nimeni nu mai mergea pe acel drum. Dar **Buddha Gautama** a intrat pe drumul închis. Regele pusese gardieni pe drum pentru a avertiza oamenii, în special străinii care nu știau ce om periculos locuiește după deal.

Gardienii i-au spus lui Buddha, „*Acesta nu este un drum pe care să îl folosești. Va trebui să mergi pe o rută puțin ocolitoare, dar este mai bine să mergi puțin mai mult decât să intri în ghearele morții. Acesta este locul unde trăiește Angulimal. Nici chiar regele nu are curajul să treacă pe acest drum. Omul este pur și simplu nebun. Mama sa obișnuia să meargă pe la el. Ea era singura persoană care obișnuia să meargă, din când în când, să îl vadă, dar nici ea nu mai merge. Ultima dată când a mers el i-a spus: <<Acum mai lipsește un singur deget, și pentru că s-a întâmplat să fii mama mea...vreau să te avertizez că dacă mai vii odată nu o să te mai întorci. Am nevoie disperată de încă un deget. Până acum nu te-am omorât pentru că am avut alți oameni la dispoziție, dar acum nu mai trece nimeni pe acest drum cu excepția ta. Așadar vreau să te avertizez că data viitoare când vii va fi responsabilitatea ta, nu a mea.>> Din acel moment mama sa nu l-a mai vizitat.*”

Gardienii i-au spus lui Buddha „*Nu-ți asuma un risc care nu este necesar*”

și știi ce le-a spus Buddha? Buddha le-a spus, „*Dacă eu nu merg, atunci cine va merge? Există două posibilități: fie îl voi schimba, și nu pot rata această provocare; fie îi voi da degetul iar odată cu asta dorința lui va împlinită. Oricum o să mor cândva. Să-mi dau capul lui Angulimal o să fie măcar de un oarecare folos; altfel într-o zi o să mor și o să mă puneți pe rugul funerar. Cred că este mai bine să împlinesc dorința cuiva și să îi ofer pacea minții. Indiferent dacă el mă va omorî pe mine sau eu îl voi omorî pe el, întâlnirea mea cu el va avea loc; voi doar arătați-mi calea*”

Oamenii care obișnuiau să îl urmeze pe Gautama Buddha, oamenii care îi erau cei mai apropiați și se aflau mereu în competiție pentru a fi cât mai aproape de el, au început să încetinească. În scurt timp erau mile distanță între Gautama Buddha și discipolii săi. Cu toții voiau să vadă ce se petrece, dar nu voiau să fie prea aproape.

Anguliam stătea pe piatra sa privind. Nu își putea crede ochilor. Un om incredibil de frumos cu o așa imensă carismă se apropia de el. Cine ar putea fi acest om? El nu a auzit niciodată de Gautama Buddha, dar până și această inimă de piatră a lui Angulimal a început să simtă

blândețe la adresa acestui om. El arăta atât de frumos, venind înspre el. Era dimineața devreme...o briză ușoară, soarele răsărea...iar păsărelele cântau și florile se deschideau; iar Buddha se apropia din ce în ce mai mult.

În cele din urmă Angulimal, cu sabia scoasă din teacă, a strigat, "Stop!" Gautama Buddha era la câțiva metri depărtare, iar Angulimal i-a spus, „Nu mai fă un alt pas, după asta responsabilitatea nu va mai fi a mea. S-ar putea ca tu să nu știi cine sunt!”

Buddha i-a răspuns, „Dar tu știi cine ești?”

Angulimal a spus, „Nu despre asta e vorba. Nu este nici locul și nici timpul pentru a discuta asemenea lucruri. Viața ta este în pericol!”

Replica lui Buddha a venit, „Eu cred că dimpotrivă – viața ta este în pericol.”

Angulimal i-a spus „Obişnuiam să cred că eu sunt nebun – dar tu ești cel de-a dreptul nebun. Și continui să te apropii. Apoi să nu spui că am omorât un om nevinovat! Tu arăți atât de frumos, ești inocent și vreau să te întorci de unde ai venit. O să gădesc pe altcineva. Pot aștepta; nu este nicio grabă. Dacă am răzbit până la 999 este o chestiune de încă unul, dar nu mă forța să te omor pe TINE.”

Buddha i-a răspuns, "Tu ești perfect orb. Tu nu poți realiza un lucru simplu: **Eu nu mă mișc înspre tine, tu te miști înspre mine.**"

Auzind acestea Angulimal s-a răstit la Buddha: „Asta este nebunie pură! Oricine poate vedea că tu te miștri iar eu stau nemișcat pe piatra mea. Eu nu m-am mișcat nici măcar un centimetru.”

Buddha răspunde imediat: „**Nonsens! Adevărul este că din ziua în care am devenit iluminat nu m-am mișcat un singur centimetru. Sunt centrat, perfect centrat, nicio mișcare. Mintea ta este cea care se mișcă continuu în cercuri...și mai ai îndrăzneala să îmi spui mie să mă opresc. Tu oprește-te! Eu m-am oprit acum mult timp.**”

Angulimal i-a spus: *„Se pare că ești imposibil, ești incurabil. Meriți să fii ucis. O să îmi pară rău, dar ce pot să fac? Nu am văzut în viața mea un om atât de nebun.”*

Buddha a venit foarte foarte aproape, iar mâna lui Angulimal a început să tremure. Omul era atât de frumos, atât de inocent, era ca un copil. El deja se îndrăgostise. Ucisese atât de mulți oameni...dar nu simțise niciodată această slăbiciune; el nu cunoscuse niciodată ce înseamnă iubirea cu adevărat. Pentru prima dată Angulimal era plin de iubire.

Așadar apăruse o contradicție: mâna ținea sabia îndreptată pentru a ucide, iar inima îi spunea: *„Pune sabia înapoi în teacă”*

Buddha i-a spus: *„Eu sunt pregătit, dar de ce îți tremură mâna? – ești un așa mare luptător, chiar și regii se tem de tine, iar eu sunt un simplu cerșetor. În afara castronului de cerșetorie, eu nu mai am nimic. Mă poți ucide, iar eu o să mă simt pe deplin satisfăcut că măcar moartea mea va împlini dorința cuiva; viața mea a fost folositoare, moartea mea de asemenea folositoare. Dar înainte să îmi tai capul am o mică dorință, și cred că vei accepta să mi-o îndeplinești înainte de a mă ucide.”*

Înainte de moarte chiar și celui mai mare inamic i se permite o ultimă dorință.

Angulimal i-a spus răstit *„Ce vrei?”*

Buddha i-a răspuns: *„Vreau ca tu să tai dintr-un copac o ramură plină de flori. Nu voi mai vedea florile niciodată. Vreau să văd florile de aproape, să le simt parfumul și frumusețea în soarele dimineții, vreau să fiu aproape de gloria lor.”*

Așadar Angulimal a tăiat cu sabia sa o ramura plină cu flori. Dar înainte să apuce să îi dea ramura lui Buddha, Buddha i-a spus *„Aceasta a fost numai jumătate de dorință; cealaltă jumătate este să pui ramura înapoi în copac.”*

Angulimal a spus *„M-am gândit de la bun început că ești nebun. Acum aceasta este cea mai nebunească dorință. Cum pot eu să pun ramura înapoi”*

Buddha i-a spus: **„Dacă tu nu poți crea, nu ai dreptul să distrugi. Dacă nu poți oferi viață, nu ai dreptul să oferi moarte unei alte ființe vii.”**

Un moment de tăcere, dar în același timp un moment de transformare...sabia a căzut din mâna lui Angulimal, iar acesta a căzut la picioarele lui Buddha și i-a spus **„Nu știu cine ești, dar indiferent de cine ești, du-mă în același spațiu în care și tu ești. Inițiază-mă”**

În tot acest timp, discipolii lui Buddha s-au apropiat din ce în ce mai mult. Văzând că acum Buddha stătea în fața lui Angulimal, nu mai era nicio problemă, nici frică, chiar dacă mai avea nevoie de un singur deget. Ei erau cu toții în jur, iar când Angulimal a căzut la picioarele lui Buddha ei s-au apropiat și mai mult. Cineva a strigat **„Nu iniția acest om, el este un criminal. Și este un criminal ordinar; a omorât 999 de oameni, cu toții nevinovați. Ei nu i-au făcut nimic rău. Nici măcar nu i-a mai văzut înainte să îiucidă.”**

Buddha le-a spus din nou **„Dacă el nu îl voi iniția, atunci cine îl va iniția? Iar eu chiar îl iubesc pe om, îi iubesc curajul. Și văd o mulțime de posibilități în el: un singur om luptându-se împotriva întregii lumi. Vreau cât mai mulți oameni din aceștia, care se pot împotrivi întregii lumi. Până acum el s-a împotrivit lumii cu o sabie; de acum înainte el se va împotrivi lumii cu o conștiință care este mai presus decât ascuțimea oricărei săbii. V-am spus că o crimă are să aibă loc. Nu era sigur cine va fi omorât – fie eu urma să fiu ucis, fie Angulimal. Acum puteți vedea că Angulimal este ucis. Și cine sunt eu să judec?”** și astfel l-a inițiat pe Angulimal.

Întrebarea nu este dacă cineva merită sau nu. Întrebarea este dacă tu ai conștiința și abundența de iubire. Iertarea va apărea spontan. Nu este calculată și nici aritmetică. Viața este iubire. Trăiți o viață plină de iubire!

Sursa poveștilor: Osho, The Great Pilgrimage: From Here To There, Chapter 24