Shams Tabriz (1185- 1248) a fost un maestru sufi si lider spiritual care l-a inspirat pe Rumi, unul dintre cei mai adorati poeti ai culturii universale. Invataturile lui Shams Tabriz sunt la fel de actuale si pline de intelepciune divina… Shams Tabriz: 25 de legi ale iubirii.

**Legea 1-**Felul cum il vedem pe Dumnezeu este o reflectie a felului cum ne vedem pe noi insine. Daca Dumnezeu aduce in minte mai mult frica si vina, atunci este prea multa frica si vina in noi. Daca il vedem pe Dumnezeu plin de iubire si compasiune, asa suntem si noi.

**Legea 2-**Calea catre Adevar este o munca a inimii, nu a capului. Fa ca inima ta sa fie principalul tau ghid. Nu mintea ta. Sa iti cunosti Egoul te duce catre intalnirea cu Dumnezeu.

**Legea 3-**Poti sa il afli pe Dumnezeu studiind orice si pe oricine din Univers, pentru ca Dumnezeu nu este limitat intr-o moschee, sinagoga sau biserica. Dar daca esti inca in nevoia de a afla unde se afla, exista un singur loc unde poti sa te uiti dupa el: in inima unei iubiri adevarate.

**Legea 4-**Intelectul si iubirea sunt materiale diferite. Intelectul ii leaga pe oameni in noduri si nu risca, dar dragostea dizolva toate legaturile si risca totul. Intelectul este intotdeauna precaut si da sfaturi, in timp ce dragostea spune „Oh, nu conteaza! Plonjeaza!” Intelectul nu se sfarama usor, in timp ce inima devine ruine cu usurinta. Dar comorile, printre daramaturi sunt ascunse. O inima sfaramata ascunde comori.

**Legea 5-**Majoritatea problemelor lumii pornesc din greseli lingvistice si mici neintelegeri. Nu te lua dupa aparenta cuvintelor. Cand pasesti in zona iubirii, limbajul, asa cum il stim devine invechit. Ceea ce nu poate fi pus in cuvinte, poate fi atins doar prin liniste.

**Legea 6-**Singuratatea si solitudinea sunt doua lucruri diferite. Cand esti singur, este usor sa te deziluzionezi ca esti pe calea corecta. Solitudinea este mai buna pentru noi, ceea ce inseamna sa fii singur fara sa te simti singur. Dar, in final, cel mai bine este sa gasesti o persoana care sa iti fie oglinda. Aminteste-ti ca numai in inima unei alte persoane te poti vedea pe tine cu adevarat si prezenta lui Dumnezeu din tine.

**Legea 7-**Orice s-ar intampla in viata ta, indiferent cat de tulburator ar putea parea, nu intra in vecinatate cu disperarea. Chiar si atunci cand toate usile raman inchise, Dumnezeu iti va deschide o noua cale. Fii recunoscator! Este usor sa fii recunoscator atunci cand toate merg bine. Dar un Sufi nu este recunoscator doar pentru ceea ce i s-a dat, ci pentru ceea ce i s-a refuzat.

**Legea 8** -Rabdarea nu inseamna sa induri in pasivitate. Inseamna sa privesti catre sfarsitul procesului. Ce inseammna rabdarea? Inseamna sa te uiti la tepi si sa vezi trandafirul, sa te uiti la noapte si sa vezi zorii. Nerabdarea inseamna sa vezi pe termen scurt, sa fii miop, incapabil sa vezi deznodamantul. Cei care il iubesc pe Dumnezeu nu raman fara rabdare, pentru ca ei stiu ca e nevoie de timp pentru ca luna in crestere sa devina plina.

**Legea 9-**Est, vest, sud, sau nord sunt fara deosebire. Indiferent de destinatia ta, fii doar sigur ca faci calatoria in interiorul tau. Daca calatoresti inauntrul tau, vei calatori in intreaga lume si chiar mai departe.

**Legea numarul 10-**Gravida stie ca atunci cand nu mai e durere, calea pentru bebelus nu se deschide si ea nu poate naste. La fel, pentru ca un nou sine sa se nasca, e nevoie de greutati. Asa cum argila are nevoie sa treaca prin foc ca sa devina puternica. Iubirea nu poate fi perfecta decat in durere.

**Legea 11-**Dorinta de iubire il schimba pe om. Nu exista nici un cautator de iubire care sa nu se fi maturizat pe drumul sau. Din momentul in care incepi sa cauti iubirea, incepi sa te schimbi inauntru si in afara.

**Legea 12-**Sunt multi lideri falsi si falsi invatatori in lume, mai multi decat stelele vizibile pe cer. Nu ii confunda pe aceia ghidati de ego si de dorinta de putere. Un maestru spiritual sincer nu iti va indrepta atentia catre el sau ea si nu va astepta obedienta absoluta sau admiratie din partea ta, dar in schimb te va ajuta sa apreciezi si sa admiri sinele tau profund. Adevaratii mentori sunt transparenti precum sticla. Ei lasa lumina lui Dumnezeu sa treaca prin ei.

**Legea 13-**Incearca sa nu rezisti schimbarilor care iti apar in cale. In loc de aceasta, lasa viata sa treaca prin tine. Si nu iti face griji ca viata se va da peste cap. Cum stii ca partea cu care erai obisnuit e mai buna decat cea care va urma?

**Legea 14-**Dumnezeu este ocupat cu indeplinirea muncii tale, in interior si in exterior. Este ocupat cu tine, Fiecare fiinta umana este o munca inca in desfasurare, care incet, dar sigur, merge catre perfectiune. Suntem cu totii, fiecare dintre noi cate o opera neterminata de arta sau o caligrafie iscusita in care fiecare punct conteaza pentru intreaga pictura.

**Legea 15-**Este usor sa iubesti un Dumnezeu perfect. Ceea ce este cu mult mai dificil este sa iubesti pe semenii tai, care au atatea imprefectiuni si defecte. Tine minte, ca un om nu este constient de cata dragoste poate sa ofere de fapt. Nu exista intelepciune fara iubire. Daca nu invatam sa iubim creatia lui Dumnezeu, nu vom putea sa il iubim sau sa cunoastem cu adevarat pe Dumnezeu.

**Legea 16-**Adevarata credinta este pe din interior. Restul se evapora, pur si simplu. Exista doar un singur fel de murdarie care nu poate fi curatata cu apa si aceea e pata urii care a contaminat sufletul. Iti poti purifica trupul prin abstinenta si post, dar doar dragostea iti poate curata inima.

**Legea 17-**Tot universul este continut intr-o singura fiinta umana - tu. Tot ceea ce vezi in jur, inclusiv cele care poate nu iti plac, sau chiar si oamenii pe care ii dispretuiesti, se afla in tine, in diverse cantitati. Asa ca nu il cauta pe diavol in afara ta. Nu este o forta extraordinara care ataca din exterior. Este o voce obisnuita din interior.

**Legea 18-**Daca vrei sa schimbi modul cum ceilalti te trateaza, trebuie sa schimbi mai intai modul cum tu te porti cu tine, pe deplin si cu sinceritate. Odata ce ai atins treapta aceasta, fii recunoscator pentru fiecare sageata pe care ceilalti au aruncat-o spre tine. Este un semn ca in curand vei fi acoperit de trandafiri.

**Legea 19 -**Nu iti fie teama catre unde te va duce drumul. Mai bine concentreaza-te la primul pas. Acesta este cel mai dificil lucru si de care tu esti responsabil. Odata ce ai facut acest prim pas, lasa ca totul sa se manifeste in mod natural si restul va urma. Nu urma curgerea, fii curgerea!

**Legea 20-**Am fost creati dupa asemanarea Lui, dar cu toate acestea suntem diferiti si unici. Nu sunt doi oameni care sa fie la fel. Nu sunt alte doua inimi care sa bata in acelasi ritm. Daca Dumnezeu ar fi vrut ca noi sa fim la fel, ne-ar fi facut la fel. Asa incat, sa nu respecti aceste diferente si sa iti impui judecatile asupra celorlalti inseamna sa nu il respecti pe Dumnezeu.

**Legea 21-**Cand un adevarat iubitor de Dumnezeu merge intr-o taverna, taverna devine camera lui de rugaciune, da cand un betiv intra in aceeasi incapere, aceasta devine taverna lui, In tot ceea ce facem, inimile noastre fac diferenta si nu exteriorul.

**Legea 22-**Viata este un imprmut trecator, iar lumea aceasta nu este nimic altceva decat o imitatie schitata a realitatii.

**Legea 23-**Trecutul este o interpretare. Viitorul este o iluzie. Lumea nu se misca prin timp, ca si cand acesta ar fi o linie dreapta, care traverseaza trecutul si viitorul. In schimb, timpul trece prin noi, in spirale nesfarsite. Eternitatea nu inseamna timp infinit, ci pur si simplu lipsa timpului. Daca vrei sa experimentezi iluminarea eterna, lasa trecutul si viitorul in afara mintii tale si ramai in momentul prezent. **Legea 24-**Universul este o singura fiinta. Totul si toti suntem interconectati printr-o panza invizibila de povesti. Fie ca suntem constienti, fie ca nu, suntem cu totii intr-o conversatie tacuta. Nu face rau. Practica compasiunea. Si nu vorbi pe nimeni pe la spate – nici macar o remarca inocenta! Cuvintele care iti ies pe gura nu se dizolva, ci sunt pentru totdeauna stocate intr-un spatiu infinit si se pot intoarce la noi. Durerea unui singur om ne va rani pe toti. Fericirea unui om ne va face pe toti fericiti.

**Legea 25-**Orice vorbesti, bine sau rau, se va intoarce la tine. Asa incat, daca cineva spune lucruri urate despre tine, si tu ii raspunzi in aceeasi maniera, nu faci decat sa inrautatesi situatia. Te vei inchide intr-un cerc vicios al energiei negative. In loc de aceasta, pentru 40 de zile si nopti, incearca sa gandesti lucruri frumoase despre acea persoana. Totul se va schimba la sfarsitul celor 40 de zile, pentruca tu vei fi diferit pe dinauntru.