

Arta Păcii

Morihei Ueshiba

Cuvânt înainte

Morihei Ueshiba este fondatorul AIKIDO-ului...

Cele trei viziuni:

I. Calea unui luptător constă în manifestarea Iubirii Divine, spiritul care cuprinde și hrănește tot ceea ce există. Lacrimi de recunoștință și de bucurie au început să-mi șiroiască pe obraji. Am perceput Pământul ca fiind propria-mi casă, iar soarele, luna, stelele îmi erau prieteni apropiați. Atașamentul pentru lumea materială a dispărut. (anul 1925 la vârsta de 42 de ani)

II. Pe la ora două dimineața, în timp ce executam ritualul de purificare, am uitat brusc toate tehnicile de arte marțiale pe care le cunoscusem vreodată. Tot ceea ce învațătorii mei îmi transmiseseră îmi era acum complet nou pentru mine. Aceste tehnici reprezentau în noua viziune modalități de cultivare a vieții, a cunoașterii, a bunului simț, și nu instrumente de doborare a dușmanului. (anul 1940, luna decembrie)

III. Calea luptătorului a fost greșit înțeleasă, ca o modalitate de a ucide și de a distruge pe ceilalți. Aceia care caută competiția comit o gravă eroare. Lovirea, jignirea sau distrugerea cuiva constituie cel mai mare păcat pe care îl poate face o ființă umană. Adevărata Cale a Luptătorului constă în evitarea masacrului. Ea este arta Păcii, puterea iubirii.

Lumea va continua să se schimbe dramatic, însă disputele și războaiele ne pot distruge complet. Avem nevoie acum de tehnici de armonizare, și nu de conflicte. Este nevoie de Arta Păcii și nu de Arta Războiului.

Principiile lui Morihei Ueshiba: reconcilierea, armonia, cooperarea, empatia.

Frumusețea divină
A cerului și a pământului!
Toate creaturile
Aparțin
Unei singure familii.

Ai - armonie, echilibru, unitate.

Ki - energie, vitalitate, spirit
Do - cale, metoda, mod de viața.

Arta Păcii începe cu tine. Muncește cu tine și lasă Arta Păcii să se manifeste în toate activitățile tale. Fiecare are un spirit care poate fi șelfuit, un corp care poate fi antrenat și o cale pe care să o urmeze. Ești în viață pentru a cunoaște ceea ce este sacru în tine. Adu pacea în propria ta viață și aplică Arta Păcii în tot ce te înconjoară.

Omul nu are nevoie de case, bani, putere, sau de un anumit statut pentru a practica Arta Păcii. Paradisul se află acolo unde te afli și acela este locul unde te poți antrena.

Toate lucrurile, materiale și spirituale, își au originea într-o singură sursă și sunt legate între ele, ca și cum ar fi o singură familie. Trecutul, prezentul și viitorul sunt cuprinse toate în forța vieții.

Universul a luat naștere și s-a dezvoltat dintr-o singură sursă, iar noi evoluăm prin procesul de unificare și armonizare.

Arta Păcii este medicamentul pentru o lume bolnavă. Răul și dezordinea din lume există pentru că omenirea a uitat că tot ceea ce există își are originea într-o singură sursă. Întoarce-te la sursă și părăsește gândurile pe egoism, dorințe meschine, mânie. Cel care nu are nimic, de fapt are totul.

Dacă nu devii una,
Cu Vidul Cosmic,
Nu vei înțelege niciodată,
Arta Păcii.

Arta Păcii este aplicabila oriunde pe pământ, începând cu vastitatea spațiului și terminând cu cele mai mici plante și animale.

Forța vieții pătrunde peste tot și puterea ei este nelimitată. Arta Păcii ne permite să fim conștienți și să pătrundem în această rezervă uriașă a energiei universale.

Opt forțe susțin creația
Mișcarea și nemișcarea,
Solidificarea și fluidizarea,
Expansiunea și contracția,
Unificarea și divizarea.

Viața înseamnă evoluție,
Dacă încetăm să mai creștem, fizic și spiritual, suntem ca și morți.

Arta Păcii este o sărbătorire a unirii cerului, pământului și umanității. Este tot ceea ce este adevărat, bun și frumos.

Din când în când este necesar să ne retragem în vârful munților sau în văile ascunse, pentru a reface legatura cu sursa vieții. Inspiră și înalță-te până la capătul universului; expiră și adu universul înapoi, în interiorul tău. După aceasta, respiră toată fertilitatea și vibrația pământului. În cele din urmă, amestecă respirația cerului și pe cea a pământului cu propria respirație, devenind însăși Respirația Vieții.

Toate elementele constitutive ale cerului și ale pământului sălășuiesc în înlăuntrul nostru. Viața însăși este adevărul și aceasta nu se va schimba niciodată.

Tot ce există în cer și pe pământ respiră. Respirația este legatura care unifică cerul și pământul. Când miliardele de variații ale respirației pot fi sesizate atunci se nasc tehnicile individuale ale Artei Păcii.

Gândiți-vă la flux și la reflux Atunci când valurile lovesc țărmul, ele se înalță și coboară, dând naștere unui sunet. Și respirația ta trebuie să fie la fel, absorbind întregul univers în zona ombilicului, cu fiecare inspirație.

Trebuie să știm ca noi toți avem acces la patru comori: energia soarelui și a lunii, respirația cerului, respirația pământului, creșterea și descreșterea mareelor.

Cel care practica Arta Păcii trebuie să protejeze Marea Natura-reflectarea divină a creației- și să o mențină plăcută și proaspătă. Acțiunea luptătorului da naștere frumuseții naturale. Tehnicile subtile ale unui luptător apar la fel de natural ca și primavara, vara, toamna și iarna.

Lupta este vitalitatea care susține viața.

Atunci când viața este victorioasă apare nașterea, când ea este înfrântă, apare moartea. Un luptător este întotdeauna angajat într-o batalie pe viață și pe moarte pentru Pace.

Contemplă alcătuirile acestei lumi, ascultă cuvintele înțelepților și însușește-ți tot ceea ce este bun.

Cu aceste lucruri la bază, deschide ușa ta catre adevăr.

Nu nesocoti adevărul, care este chiar în fața ta. Studiază curgerea lină și liberă apei unui fluviu prîntre stânci.

Invață din cărțile sfinte și de la oamenii înțelepți.

Tot ce se află în jurul tău - chiar și munții, râurile, plantele și copacii - ar trebui să-ți fie profesori.

Recrează fiecare zi îmbrăcându-te cu cerul și pământul, îmbrăiaze-te cu înțelepciune și iubire și stai în inima Mamei Natură.

Să nu încetezi a învăța
Din vocea pură a unui
Torrent de munte
Care curge mereu,
Spumegând prîntre pietre.

Pacea își are originea în curgerea lucrurilor - inima sa este ca mișcarea vântului și a valurilor.

"Calea" este ca și venele prin care circulă sangele în corpul nostru, urmând curgerea naturală a forței vieții.

Dacă te abați cât de puțin, de la această esența divină, ești în afara Căii.

Inima ta este plină de semințe fertile, așteptând să încolțească.

Așa cum floarea de lotus răsare din mlaștină pentru a înflori în toată splendoarea ei, interacțiunea cu respirația cosmică face ca florile spiritului să înflorească și să dea fructe în această lume.

Cercetează învățătura pinului, a bambusului și a florilor de prun. Pinul este mereu verde, cu rădăcini puternice și venerabil. Bambusul este puternic, rezistent și nu poate fi distrus. Floarea de prun este puternică, frumos mirositoare și elegantă.

Atunci când te preocupi de "binele" și răul tovarășilor tăi, deschizi răutații o poarta spre inima ta. Testarea, competiția și criticarea altora te vor face slab și te vor înfringe.

Strălucirea penetrantă a sabiilor

Mânuite de adepții Căii

Lovește dușmanul cel rau

Ce stă adânc ascuns

În trupul și sufletul lor.

Arta Păcii nu este ușoară. Este o luptă dusă până la nimicirea dorințelor păcătoase și a întregii falsității interioare. Uneori Vocea Păcii răsună ca tunetul, zdruncinând ființele umane și scoțându-le din amorțeala.

Clară precum cristalul

Ascuțită și luminoasă,

Sabia sacră

Nu permite nici o breșă

În care să se cuibărească răul.

Pentru a putea practica în mod corect Arta Păcii trebuie:

Să calmezi spiritul și să te întorci la sursă;

Să cureți trupul și spiritul prin îndepărtarea a tot ce înseamnă răutate, egoism și dorință.

Să fii pururi recunoscător pentru darurile primite de la univers, familie, Natura Mamă și semenii tăi.

Arta Păcii se bazează pe patru mari virtuți: Curaj, Înțelepciune, Iubire și Prietenie; simbolizate prin Foc, Cer, Pământ și Apă.

Esența Artei Păcii constă în curățirea de răutate, în armonizarea cu mediul înconjurător și în îndepărtarea din Calea ta a tuturor obstacolelor și barierelor.

Singurul leac împotriva materialismului constă în purificarea celor șase simțuri. (ochii, urechile, nasul, limba, trupul și minte).

Dacă simțurile sunt impure, atunci percepțiile sunt înăbușite.

Cu cât acestea sunt mai înăbușite, cu atât simțurile devin mai contaminate. Acest lucru creează dezordine în lume, cel mai rău dintre toate.

Rafinează-ți inima, eliberează-ți cele șase simțuri, lăsându-le să funcționeze fără obstrucție, iar corpul și sufletul tău vor străluci.

Toate formele de viață sunt o manifestare a spiritului, a iubirii, iar Arta Păcii este cea mai pură formă de exemplificare al acestui principiu.

Un luptător trebuie să oprească disputele și vrajba. Iubirea universală există în mai multe forme; fiecărei manifestări ar trebui să i se permită o exprimare liberă.

Arta Păcii reprezintă adevărata democrație.

Fiecare maestru, indiferent de timp sau spațiu, a auzit chemarea și a atins armonia, cu cerul și pământul.

Spre vârful muntelui Fuji duc multe cărări, dar există o singură culme: iubirea.

Loialitatea și devotamentul conduc la curaj. Curajul ne poartă la sacrificiu de sine. Sacrificiul de sine creează încredere în puterea iubirii.

Economia este baza societății

Când economia este stabilă, societatea se dezvoltă. Economia ideală combină spiritualul și materialul, și cele mai bune mărfuri sunt sinceritatea și iubirea.

Arta Păcii nu se bazează pe arme sau pe forța brută, dimpotrivă, trebuie să ne armonizăm cu Universul, să menținem pacea în teritoriile noastre, să hrănim viața și să prevenim moartea și distrugerea. Adevăratul sens al cuvântului samurai este acela de a servi pe ceilalți, folosindu-te de puterea iubirii.

Cultivă și șlefuește
Spiritul luptătorului
În timp ce servești în lume.
Luminează Calea
Cu propria ta lumină.

Calea Păcii este extrem de vastă, căci reflectă întreaga imagine a lumilor văzute și nevăzute. Un luptător este exemplul viu al divinului, este cel care servește Marele Țel.

Mintea ta ar trebui sa fie în armonie cu funcționarea universului, trupul tău ar trebui să fie acordat cu mișcarile universului, trupul și mintea ar trebui să devină un întreg, armonizat cu activitatea universului.

Deși calea noastră este complet diferită de cea a luptătorilor din trecut, nu este necesar să abandonăm în totalitate vechile practici. Înglobează vechile tradiții în aceasta Arta îmbrăcându-le cu haine noi și construiește pe stilul clasic pentru a crea forme mai bune.

Antrenamentul zilnic în Arta Păcii permite divinității din interiorul tău să strălucească din ce în ce mai tare.

Nu te preocupa de ceea ce considera alții că este bun, sau rău. Nu calcula și nu te comporta nefiresc. Pastrează-ți mintea concentrată asupra Artei Păcii și nu critica alți maștri sau alte arte tradiționale.

Arta Păcii nu va restricționa niciodată nimic.
Ea îmbrățișează și purifică totul.

Practica Arta Păcii cu sinceritate iar gândurile rele și haine vor dispărea în mod natural.

Singura dorință care ar trebui să rămână este setea de a te antrena din ce în ce mai mult în această Cale.

Cei care sunt iluminați nu încetează niciodată să se automodeleze.
Realizările acestor maștrii nu pot fi redade fidel prin cuvinte sau teorii.
Cele mai perfecte acțiuni sunt ecouri ale modelelor găsite în natură.

Zi după zi,
Antrenează-ți inima,
Rafinează-ți tehnicile,
Folosește-te de Unul, pentru a lovi mai mulți!
Aceasta este disciplina Luptătorului.

Calea Luptătorului
Nu poate fi măsurată
Prin cuvinte sau litere:
Înțelege esența
Și pune-o în practică!

Țelul antrenamentului este de a-l întări pe cel slab, de a fortifica trupul și de a șlefui spiritul.

Fierul este plin de impurități care îl slăbesc; prin prelucrare el devine oțel și este transformat într-o lamă ascuțită de sabie. Ființele umane se dezvoltă după același model.

Din cele mai vechi timpuri,
Cei doi stâlpi ai Căii au fost considerați
Învățarea temeninică și curajul.
Iluminați-vă trupul și sufletul
Prin virtutea antrenamentului.

Instructorii îți pot împărtăși doar o parte a învățării.
Depinde de practica ta devotată ca misterele Artei Păcii să devină realitate.

Calea unui Luptător se bazează pe omenie, iubire și sinceritate, iar esența valorilor marțiale o reprezintă curajul adevărat, înțelepciunea, iubirea și prietenia. Accentul pus pe aspectul fizic al luptei este inutil, deoarece puterea trupului este întotdeauna limitată.

Un adevărat luptător este întotdeauna înarmat cu trei lucruri: stralucitoarea sabie a împăcării, oglinda curajului, a înțelepciunii și a prieteniei; prețiosul giuvaer al iluminării.

Inima unei ființe umane nu este cu nimic mai diferită de sufletul cerului și al pământului. În practica ta să ai întotdeauna în minte interacțiunea dintre cer și pământ, apa și foc, yin și yang.

Arta Păcii este principiul non rezistenței și tocmai din această cauză ea este victorioasă încă de la început. Cei care au intenții rele sau gânduri certarețe sunt instantaneu înfrânți. Arta Păcii este invincibilă deoarece nu se luptă cu nimic.

Nu există întreceri în Arta Păcii. Un adevărat luptător este invincibil deoarece el nu se întrece cu nimeni și nimic. A învinge înseamnă să biruiești spiritul certăreț pe care îl găzduiești în tine.

Să rănești un adversar înseamnă să te rănești pe tine însuși. Arta Păcii înseamnă să controlezi agresiunea fără a provoca rănirea.

Luptătorul care este total trezit poate utiliza în mod liber toate elementele existente în cer și pe pământ.

Adevăratul luptător învață cum să perceapă corect activitatea universului și cum să transforme tehnicile marțiale în modalități de exprimare a purității, bunătății și frumuseții.

Mintea și trupul unui luptător sunt pătrunse de iluminare, înțelepciune și calm profund.

Practică întotdeauna Arta Păcii într-o manieră vibrantă și plină de bucurie.

Este necesar să dezvolți o strategie care utilizează toate condițiile fizice și elementele care îți sunt la îndemână. Cea mai bună strategie se bazează pe un set nelimitat de reacții de răspuns.

O poziție sau o postură bună reflectă o stare corespunzătoare a minții.

Cheia spre o bună tehnică este să îți păstrezi mâinile, picioarele și șoldurile drepte și contractate. Dacă ești centrat, poți să te miști liber. Centrul fizic este ombilicul tau; Dacă e și mintea ta concentrată acolo, ai asigurată victoria în orice confruntare.

***** Mișca-te ca o rază de luminal

Zboara ca fulgerul,
Lovește ca tunetul,
Mișca-te în cercuri
În jurul unui centru stabil.

Tehnicile presupun calități care reflectă natura lumii noastre. În funcție de circumstanțe ar trebui să fi: tare ca diamantul, flexibil ca o salcie, ușor curgător ca apa sau la fel de imaterial ca spațiul.

Dacă adversarul tau ataca cu foc împotriva ta, devinând complet fluid și liber curgător. Prin natură sa, apa nu se lovește de nimic, și nu se opune la nimic. Din contra, absoarbe orice lovitură fără vătămare.

Funcționând împreună în armonie, stanga și dreapta, nasc toate tehnicile. Mana stanga ia cunoștința de viață și de moarte, iar mana dreapta le controlează. Cele patru membre ale trupului sunt cei patru stalpi ai cerului și reprezintă cele opt direcții, yin și yang, înăuntru și în afara.

Manifesta yang în mana ta dreapta, echilibrează-o cu yinul din cea stanga și ghidează partenerul.

Tehnicile Artei Păcii nu sunt nici rapide, nici lente, nu sunt nici pe interior, nici pe exterior. Ele transcend timpul și spațiul.

Fii neclintit ca Marele Pământ;
Unduiește-te precum Giganticele Valuri;
Stai înfipt precum un copac, șezi ca o stancă;
Folosește-te de Cel Unic pentru a lovi în toți;
Învață și uita.

Când un adversar înaintează, mergi spre el și salută-l; Dacă vrea să se retragă, lasă-l să plece.

Trupul ar trebui să fie triunghiular, iar mintea circulară. Triunghiul reprezintă generarea energiei și este cea mai stabilă poziție fizică.

Cercul simbolizează liniștea și perfecțiunea, sursa tehnicilor nelimitate.
Patratul reprezintă soliditatea, baza controlului aplicat.

Intodeauna incearca sa fii în comuniune cu cerul și pământul, atunci lumea va aparea în adevarata sa lumina. Orgoliul dispare și te poți contopi cu orice atac.

Dacă inima ta este suficient de mare incat sa-ți cuprinda adversarii, poți vedea prin ei și le poți evita atacurile. Odata ce i-ai invaluit, vei fi capabil sa-i conduci pe calea indicate de cer și pământ.

Elibereaza-te de slabiciune,
Nu mai ignora
Atacurile meschine,
Ale inamicilor tai,
Treci la acțiune impotriva lor!

Nu mai privi lumea cu repulsie și frica.
Infrunta cu curaj tot ceea ce îți scot în cale zeii.

Fiecare zi din viața unui om conține bucurie și furie, durere și placere, intuneric și lumina, urcușuri și caderi. Fiecare moment este o parte din natura - nu incerca sa te opui sau sa negi ordinea cosmica a lucrurilor.

Protectori ai acestei lumi
Si pazitori ai Cailor
Ai zeilor și ai Buddha-șilor,
Tehnicile Păcii
Ne permit sa acceptam orice provocare.

Viața inasași este o permanenta incercare. Antrenandu-te trebuie sa te supui unor teste și sa te cizelezi petnru a putea face fața marilor provocari ale vieții. Transcede taramul vieții și al morții și atunci vei fi capabil sa abordezi cu calm și cu stapanire de sine crizele cu care te vei confrunta.

Fii recunoscator chiar și oamenilor dificili, negativiști și rai. Sa faci fața unor asemenea obstacole este o parte esențiala din antrenamentul în Arta Păcii.

Eșecul este cheia succesului; fiecare greșeala ne invața ceva.

In momentul în care
Luptătorul
Își infrunta dușmanul,
Nimic din ceea ce il inconjuara
Nu trebuie sa scape atenției sale.

Chiar Dacă infrunți
Doar un singr dușman,
Fii vigilant
Pentru ca intodeauna

ești inconjurat
De mai mulți dușmani.

Arta Păcii înseamnă să completezi ceea ce îți lipsește.

Trebuie să fii pregătit să preiei 99% din atacul unui dușman și să privești moartea în față, pentru a-ți ilumina Calea.

În tehnicile noastre intrăm cu totul, ne contopim cu totul și controlăm ferm un atac. Puterea constă în stabilitatea și concentrarea ki-ului; confuzia și slăbiciunea apare când ki-ul stagnează.

Sunt două feluri de Ki: cel obișnuit și cel adevărat. Ki-ul obișnuit este rudimentar și greoi; cel adevărat este ușor și versatil. Pentru a putea să te desfașori bine, trebuie să te eliberezi de Ki-ul tau obișnuit și să permiți trupului tau să asimileze adevăratul ki. Acestea sunt bazele unei tehnici puternice.

În Arta Păcii nu se ataca niciodată. Atacul este dovada pierderii controlului. Nu fugi niciodată de nici un fel de provocare și nu încerca să suprimi sau să controlezi un adversar într-un mod forțat. Lăsa-i pe adversari să te atace cum sunt ei și contopește-te cu ei. Nu fugi niciodată după adversari. Redirecționează fiecare atac și retrage-te ferm.

Vazându-mă în fața lui,
Dușmanul mă ataca,
Dar în același timp
Eu am și ajuns în siguranța
În spatele lui.

Când ești atacat, unifică-ți partea de sus, de mijloc, și cea de jos a trupului. Întra, întoarce-te și contopește-te cu adversarul, în față, și în spate, în dreapta și în stânga.

Spiritul este adevăratul tau scut.

În permanență ne confruntăm cu adversari, dar în realitate nu este nici un adversar acolo. Întra adânc într-un atac și neutralizează-l în timp ce redirecționezi forța în propria ta sferă.

Nu te uita fix în ochii adversarului - te-ar putea hipnotiza. Nu te uita insistent la sabia lui - te-ar putea intimida. Nu te concentra deloc asupra adversarului tau - și-ar putea absorbi energia. Esența antrenamentului este să-ți duci complet adversarul în sfera ta. După care, poți sta unde vrei.

Chiar și cea mai puternică ființă umană are o sferă limitată a puterii. Adu-o în afara sferei sale și introdu-o în propriu ei sferă, iar puterea ei se va risipi.

Stânga și dreapta,

Evita toate
Loviturile și pararile.
Intuiește ce gândesc adversarii
Și imprăștie-i.

Adevărata Artă a Păcii nu înseamnă să sacrifici un om pentru a învinge inamicul. Învinge-ți dușmanii păstrându-te întodeauna într-o poziție sigură și de neatacat. Așa, nimeni nu va suferi pierderi. Calea unui Luptător, Artă Păcii, este să înabuze problemele înainte ca ele să apară. Ea constă în a învinge spiritul adversarului, făcându-l să realizeze consecințele acțiunilor sale. Calea Luptătorului constă în obținerea și păstrarea armoniei.

Stăpânește tehnicile divine
Ale Artei Păcii
Și nici un inamic
Nu va îndrăzni
Să te provoace.

În antrenament nu te grăbi, pentru că ai nevoie de minim zece ani pentru a stăpâni chestiunile de bază și pentru a avansa spre primul rang. Să nu crezi niciodată că ești atotștiutor, cel mai perfect maestru; trebuie să continui să te antrenezi în fiecare zi cu prietenii și elevii tăi, și să progresezi împreună în Artă Păcii.

Progresul vine
Pentru cei care
Se antrenează și iar se antrenează....
Dacă te bazezi pe tehnici secrete
N-o să ajungi nicăieri.

Să te pierzi
Într-o tehnică sau altă
Nu îți este de nici un folos
Acționează cu hotărâre
Fără rezerve.

Dacă percepi adevărata natură a pământului și a cerului, vei înțelege propria ta natură. Dacă înțelegi un anumit principiu, pune-l în practică. După fiecare aplicație practică, meditează asupra eforturilor tale. Așa vei progresa.

Artă Păcii poate fi rezumată așa: "Adevărata victorie este victoria asupra ta însuși; aproprie-te cât mai mult de acea zi!"

"Adevărata victorie" înseamnă curaj de neclintit;

"victoria asupra ta însuși" simbolizează un efort continuu.

"aproprie-te cât mai mult de acea zi" reprezintă momentul glorios al triumfului, care se petrece aici și acum.

Renunța la gânduri care te limitează și întoarce-te la vidul adevărat. Fii una cu Marele Vid Creator. Acesta este secretul Căii Luptătorului.

Pentru a pune cu adevărat în practică Arta Păcii, trebuie să fii capabil să zburzi liber deopotrivă pe tărurile lumii reale, ale celei ascunse și ale celei divine.

Dacă înțelegi Arta Păcii,
Atunci aceasta Cale dificilă,
Așa cum este ea,
Te va conduce mai presus
de armonia celestă.

Tehnicile Căii spre Pace sunt într-o permanentă schimbare. Fiecare întâlnire este unică și cel mai potrivit răspuns poate să apară de la sine.

Tehnicile de astăzi vor fi diferite mâine.
Nu te lăsa prins de formă și aparențele unei provocări.
Arta Păcii nu are formă, ea este o căutare spirituală.

În cele din urmă poți uita de tehnică. Cu cât progresezi mai mult, cu atât ai mai puțin de învățat. Calea cea MARE înseamnă de fapt că nu există Cale.

Arta Păcii practică de mine poate face loc celor opt milioane de zei care există în lume, iar eu cooperez cu fiecare dintre ei. Zeul Păcii este imens și stăpânește tot ceea ce este divin și iluminat în fiecare tărâm.

Arta Păcii este o formă de rugăciune care generează lumina și căldura. Uita de omul tău, detașează-te de obiecte și să degăjești lumina și căldura. Lumina înseamnă înțelepciune, iar căldura compasiune.

Nu este suficient să construiești altare și temple. Fii un Buddha în viață! Noi toți ar trebui să ne transformăm în zei ai compasiunii sau în Buddha victorioși.

Bazează-te pe Pace
Pentru a-ți activa
Nenumăratele puteri
Fa pace în mediul tău
Și creează o lume minunată.

Divinitatea nu este ceva de neînțeles
Ea se află în cer, pe pământ și în inima noastră.

Fii una cu cosmosul și gândul transcendenței va dispărea. Transcendența aparține lumii profane. Când dispăre orice urmă de transcendență, adevărata persoană – Ființa divină - se manifestă. Golește-ți mintea și lasă divinitatea să se manifeste prin tine.

Nu poți sa vezi sau sa atingi divinitatea cu simțurile tale grosiere. Divinitatea este în tine, nu în alta parte. Unește-te cu Divinitatea, și vei fi capabil sa percepi zeii, oriunde te-ai afla, dar nu incerca sa-i înțelegi sau sa te agați de ei.

Divinitații nu ii place sa fie inchisa într-un templu. Ii place sa stea în aer liber. Ea se afla aici, chiar în acest trup. Fiecare dintre noi este un univers în miniatura, un sanctuar viu.

Arta Păcii este o religie, care nu e religie; ea desavarșește și completeaza toate religiile.

Calea este extrem de vasta. Din timpuri trecute și pana acum, nici chiar cei mai mari înțelepți nu au fost în stare sa perceapa și sa înțeleaga întreg adevarul; explicațiile și învățaturile maștrilor și ale sfinților exprima numai o parte a întregului. Nimeni nu este în stare sa cuprinda cu totul aceste lucruri.

Indreapta-te pur și simplu spre lumina și caldura, invața de la zei și practicând cu devoțiune Arta Păcii, devino una cu Divinul..

Sfârșit