

Călătoria începe

Marele Boeing 747 este neputincios împotriva turbulențelor brutale la 10 000 de metri deasupra nivelului mării. Cu coada ochiului văd foc la motorul din dreapta. În câteva secunde, semnalele de alarmă și de avertizare acoperă țipetele pasagerilor. Măștile de oxigen cad din tavanul cabinei și lumina se stinge. Avionul începe deodată să coboare abrupt și cerul nopții se răsucește. Întregul meu corp tremură de frică și mă prind tot mai ferm de mânerul scaunului, în timp ce simt cum picajul incontrolabil spre marea întunecată de sub noi devine tot mai rapid.

Întreaga structură a vehiculului se deformează, asurzind cu zgomotul de metal care se rupe. Inima îmi bate tot mai repede și mai repede, nu pot să respir, fața mea e contorsionată, îmi încleștez dinții, picături de sudoare mi se preling pe frunte și simt cum forțe de nestăpânit acționează tot mai puternic asupra mea. Zgomotul se aude tot mai tare și mai tare, în câteva secunde avionul se va dezintegra în bucăți în aer – și dintr-odată deschid ochii.

Sună alarma. Era luni, ora 4:30, și, ca în fiecare dimineață de luni, m-am chinuit să mă dau jos din pat în dormitorul întunecat. În mod normal, soția mea, Lizzy, dormea în continuare, între timp se obișnuise cu această rutină și

Cei mai fericiți oameni nu au
ce e mai bun din toate, ci fac
tot ce pot mai bun cu ce au.
Cine știe la ce e bun ceea ce
se întâmplă?

Să găsești pozitivul
în orice întâmplare!

Calitatea gândurilor tale
stabilește calitatea vieții tale.

Natura nu are nicio posesie,
oferă însă totul.

În filmul meu eu sunt eroul.
Sărbătorește-ți greșelile!

Ziua este plină de oaze
de liniște minunate.

În viață nu este vorba
despre lucruri.

Puterea dimineții și puterea
timpului.

2:20 ore până la decolare

Apoi și-a îndreptat degetul arătător spre vârful nasului.

— Inspiră adânc! a spus el, și l-am auzit trăgând adânc aer în piept prin nas, ținându-și respirația pentru o clipă, și apoi lăsând aerul să iasă afară din nou pe gură. A repetat încă de vreo două sau trei ori și mi-a cerut să mă alătur. Mi s-a părut puțin ciudat, dar am încercat și eu. La început nu s-a întâmplat nimic, dar, după a treia respirație, am avut un sentiment foarte interesant și neobișnuit. Ritmul din jurul meu părea să încetinească.

Vocile au devenit mai silențioase, energia s-a schimbat. Ca și cum fiecare respirație încetinea viteza lumii, un calm interior plăcut a pus stăpânire pe mine. Se simțea ca și cum aș fi inspirat liniște și aș fi expirat agitație. Ochii noștri s-au întâlnit în timp ce am continuat să inspirăm și să expirăm adânc, iar Noah a spus doar:

— Aceasta este clipa. Chiar acolo îți vei regăsi nemurirea. De îndată ce simți momentul, bucură-te de el, simte textura clipei. Pentru că, dacă pierzi momentul, el nu se va mai întoarce niciodată. Fiecare respirație nouă, Jason, este o nouă clipă. Singurul moment adevărat. El îl cunoaște doar pe Acum. Nicio dorință, niciun regret, doar această secundă unică. Acesta este momentul în care poți să îți sprijini iubirea de viață. Pune-ți inima în acest moment și bucură-te de noua respirație. Urmează-l în toată frumusețea lui. În această clipă, ești nemuritor.

Tocmai acum telefonul meu a sunat tare și a spart liniștea. Era Angela:

— Jason, ascultă, a spus cu vocea ei rece. Afacerea este în siguranță, am scos cealaltă companie din cursă. Tot ce trebuie să faci este să semnezi.

Copiii au nevoie de modele, nu de critici
sau de profesori.

Un model bun are șanse duble de a fi
urmat față de un sfat bun.

Cea mai grea reprezentare pe care
o poți susține este aceea în care trebuie
să fii tu însuți.

Să iubești pentru că ești pregătit,
nu pentru că ești singur.

Suntem adesea ca niște copii.

Indiferent ce ai în viață, este mai
important pe cine ai în viață.

Cuvintele sunt uneori slabe, ele
sunt sursa tuturor neînțelegerilor.

Sentimentele sunt mai puternice!

Pentru a nu uita ceea ce este bine,
este important să vă amintiți unul
altuia binele.

Privește oamenii pe care îi iubești
15 minute în ochi!

Doar inima, care nu cere nimic
în schimb, nu poate fi epuizată.

Înveți să trăiești!

Oferă-i partenerului tău
spațiul necesar să se
realizeze!