

Karlfried Graf Dürckheim

CALEA INTERIOARĂ

COTIDIANUL CA EXERCİȚIU

Traducere, cuvânt înainte și îngrijire ediție:
VIORICA JUNCAN

EDITURA  HERALD
București

CUPRINS

CUVÂNT ÎNAINTE	7
COTIDIANUL CA EXERCIȚIU	19
PUTEREA VINDECĂTOARE A GESTULUI PUR	65
ROATA METAMORFOZEI	93
1. Vigilența critică	95
2. A „da drumul”	104
3. Unirea cu fondul	110
4. Noua devenire (imagine esențială și decizie)	124
5. Mărturia în cotidian	141

CUVÂNT ÎNAINTE

Viața cotidiană ca exercițiu, ca practică spirituală... A împăca două aspecte ale vieții, care la prima vedere s-ar exclude reciproc, într-unul singur nu poate fi decât de cel mai mare interes pentru căutătorii spirituali. Și nu doar de a le împăca, ci de a le potența pe fiecare prin cealaltă.

Postura justă, tensiunea justă, respirația justă, ființa autentică, imaginea esențială... Sunt cuvinte aride, la prima vedere, pentru cei care se află pentru prima dată față în față cu o carte scrisă de Dürckheim. Sunt cuvinte aride pentru noi toți care căutăm, într-un fel sau altul, un singur lucru în fond și anume: fericirea; sau, în orice caz, un mod de a trăi care să ne asigure liniștea, împăcarea, sentimentul de împlinire. Parcurgând cartea de față, aflăm însă că, dincolo de acești termeni „tehnic”, este vorba tocmai de această dorință profundă a noastră. *Omul nu ajunge la adevărata fericire și împlinire*, spune Dürckheim, *decât atunci când află ceea ce caută cu nostalgia lui cea mai profundă*. Această nostalgie pe care o poartă în el, fără să știe, dar pe care o poate „auzi” în orele astrale ale vieții sale sau în situații existențiale limită, îl cheamă spre Patria sufletului. Omul just este omul care și-a găsit Patria, Sursa de Viață și care trăiește de acum înainte pornind de acolo. Iată de ce ne interesează omul just.

Omul just este omul așa cum a fost destinat să fie. Dacă floarea și animalul devin ceea ce sunt în mod natural, limitate poate doar de condițiile exterioare, fără nici un efort conștient, nu tot așa este în cazul omului. Omul nu poate să devină ceea ce este în fond decât dacă participă conștient la procesul devenirii lui. Iată sarcina vieții lui și totodată secretul fericirii lui. Și implicit explicația nefericirii lui atât timp cât nu-și realizează vocația: aceea de a manifesta Ființa Divină în existență.

Aceste cuvinte aride din textele lui Dürckheim pot însă să capete viață pentru noi. Dacă suntem suficient de „copti” de suferință în fața vieții este posibil ca, citindu-l pe Dürckheim, să se facă încet-încet lumină în noi și, înțelegând resortul de fond al suferinței noastre, să auzim, poate pentru prima dată, un apel interior... Sau să ne dăm seama că au fost momente în care am trăit ceva extraordinar, dar nu le-am băgat în seamă, am trecut mai departe. Este vorba de micile experiențe ale Ființei. Sau poate chiar de Marea Experiență a Ființei. E posibil ca citind cărțile lui Dürckheim să ni se „întâmpole” un **decluc**, o fulgerare în conștiință și **să vedem** pur și simplu pentru prima dată Realitatea, adevăratul context în care trăim. Dacă știm ce se întâmplă atunci, toată existența noastră își poate schimba cursul. Și își va găsi pentru prima dată coerența. Și va însemna începutul maturității noastre. După aceea ne interesează tot ce a scris Dürckheim... Pentru că ne dăm seama că el cunoaște drumul, știe direcția, îi este foarte clară ținta drumului, chiar dacă aceasta este de neatinț la modul perfect. A fi pe această Cale este suficient, este normalul pentru om.

A venit timpul pentru om, spune Dürckheim, ca ceea ce până acum era doar un obiect al credinței să fie un fapt al experienței. Dar pentru aceasta omul trebuie să-și perfecționeze „organul” pentru percepția divinului. Trebuie „să sesizeze ceea ce îl sesizează”. Noi nu „auzim” pentru că, pe de o parte, **nu știm** că *cineva* ne „vorbește”; apoi pentru că nu suntem „acordați” să *auzim*, nu suntem pe fază, pe recepție.

Există câteva aspecte esențiale în viziunea lui Dürckheim, accentuate mereu de el, prin care se diferențiază net de oferta de spiritualitate atât de „generoasă” din zilele noastre. Aceste aspecte nu fac decât să sublinieze seriozitatea, profunzimea și autenticitatea învățăturii lui Dürckheim.

Primul aspect care se evidențiază este strânsa legătură dintre spiritualitate și **corpul** nostru. Corpul nostru este un instrument, o spune deja o înțelepciune străveche. Există o legătură între nivelul de maturitate atins pe Cale al unui om și felul în care omul se exprimă și se comportă prin corpul lui. Și, invers, se poate interveni printr-un „gest pur”, exterior, asupra corpului și efectul să se resimtă asupra atitudinii interioare. Două exemple simple, spre finalul cărții, spun mai clar acest lucru. Iar aplicarea în cotidian o confirmă la tot pasul. În final, pe măsura practicii consecutive, se dobândește o conștiință interioară a corpului.

Al doilea aspect asupra căruia atenționează mereu Dürckheim este nevoia de **purificare a inconștientului** pentru cel angajat pe o cale spirituală. A construi fără a lua în seamă ceea ce se află la fundamentul ființei, în „pivnița” ființei noastre, sub nivelul conștient, este ca și cum am

construi pe nisip. Se știe deja că Umbra noastră, jumătatea noastră neacceptată, își are originea în copilăria timpurie, în relațiile cu ființele fundamentale care s-au ocupat de noi. Fără să știm, fără să bănuim măcar, suntem profund condiționați în viața de acum de atmosfera în care am trăit atunci. Modul de percepția a vieții – și ce poate fi mai decisiv de atât – a viitorului adult atunci se formează. „Vindecarea” acestuia se face prin mai multă luciditate asupra noastră înșine. Să nu uităm că unul dintre cei trei piloni ai viziunii lui Dürckheim este psihologia adâncurilor a lui C.G. Jung.

Al treilea aspect care se remarcă este următorul: în timp ce mulți căutători spirituali cred că normalul spre care trebuie să se tindă este o viață armonioasă, liniștită și fără frecuşuri, în armonie cu lumea, Dürckheim ne spune că omul aflat pe Calea maturității interioare nu este sortit la așa ceva, la o „oprire” într-o stare fericită, ci că normalul vieții lui este o **„formulă” de viață**, este o permanentă schimbare, o succesiune de „mori și devii”, o succesiune de „forme”, de naștere a unei „forme” și apoi abandonarea formei dobândite pentru o alta. Omul *just* este un om implicat în treburile lumii și riscându-se mereu. Liber de aplauzele lumii și de aprobarea ei, deschis Ființei și metamorfozei izvorâte din aceasta, el este capabil, grație transparenței lui la care lucrează în continuu, să manifeste Ființa Divină în existență. Acesta este rostul lui, motivația lui: slujirea Ființei Divine, în el și în lume.

Al patrulea aspect care trebuie remarcat este atitudinea față de **relaxarea** despre care tot auzim că este necesară.

Această relaxare fără nici o formă este bună numai pentru momentele deliberate de relaxare, dar nu pentru a fi în cotidian.

Or, Dürckheim spune, și practica o confirmă, că absența de formă a corpului este la fel de contrară procesului de devenire ca și crisparea. Normalul din cotidian este des-tinderea în *forma justă*, aceasta implicând poziția corpului, tensiunea (încordarea) justă și respirația justă, toate acestea acordate cu o *aceeași* atitudine interioară. Doar practica de zi cu zi ne va ajuta să înțelegem realitatea formei juste.

După cum se vede Dürckheim știe drumul și învățătura lui este temeinică. A îndeplini opera cea mai importantă a vieții noastre – noi înșine ca Persoană, permeabili pentru transcendență, permițând Ființei Divine să se exprime prin noi în lume – este de cea mai mare importanță. De unde și calitatea efortului uman care se cere investit, pentru că este vorba de „muncă și iar muncă asupra noastră”. Termenul de *metamorfoză* este adecvat, deoarece aici e vorba de ceva mai mult decât de o simplă transformare. Omul în totalitatea lui este transformat. Tot din practica proprie vom vedea și acest „miracol”: meditația transformă omul.

Dar nu este vorba aici doar de DATORIE, ci este vorba și de FERICIRE, de sentimentul de împlinire pe care îl trăim, de ABUNDENȚA de viață care se revarsă în noi și prin noi în ceea ce facem, de BINECUVÂNTAREA care îl însoțește pe omul care se consacră devenirii sale, potrivit ființei lui autentice.

În cele din urmă, cartea aceasta a lui Dürckheim este despre fericire, dar nu despre fericirea banală, orizontală. În mulțimea zgomotoasă de oferte de fericire de pe piață viziunea lui Dürckheim este soluția radicală, fundamentală, care rezolvă problema de la sursă. Adevărata înnoire a omului este cea care pleacă de la rădăcini, restabilind verticala.

Spre deosebire de ofertele de genul „veți avea tot ce vă doriți”, „nu există limite”, Dürckheim ne vorbește de o **consacrare** a omului pe calea devenirii lui. O consacrare ce își are **răsplata** ei. Și, într-adevăr, odată cu intrarea noastră pe această Cale a devenirii, vom avea, în plus, ca o consecință, și tot ceea ce ne dorim. Odată, pentru că acum ne cunoaștem pe noi înșine și ne-am recunoscut **nostalgia fundamentală a ființei**. Și apoi pentru că, răspunzând apelului Ființei prin decizia noastră, descoperim că trăim într-o lume vie, fascinantă și inepuizabilă în care totul este posibil, mai exact nimic nu este imposibil. O lume care rămâne să fie descoperită doar în funcție de devoțiunea celui care se lasă purtat de Cale.

În cuvinte simple aflăm povestea vieții noastre, problema de rezolvat și soluția de salvare. Adică ceea ce religiile au căutat dintotdeauna să facă: să-l reunească pe om cu Totul, să-l re-lege cu Originea lui.

Cartea de față, alături de clasică *Hara, centrul vital al omului*, asigură deja cunoașterea necesară pentru o practică spirituală în sensul lui Dürckheim. Dacă la acestea două mai adăugăm încă două cărți scrise din două perspective

diferite asupra lui Dürckheim, una religioasă și una laică, cărți născute din dialogul cu Dürckheim a doi dintre discipolii săi, ne putem socoti fericiți că avem în românește aceste comori de înțelepciune vitală. Este vorba de cărțile *Dialog pe Calea inițiatică* – dialog cu preotul ortodox Alphonse Goettmann și *Centrul ființei* – cuvinte adunate de Jacques Castermane, discipolul lui Dürckheim. Amândoi trăiesc în Franța, fiecare având un centru specific de dezvoltare personală.¹

Karlfried Graf Dürckheim a trăit în Germania între anii 1896-1988. A trecut prin cele 2 războaie mondiale, participând direct la primul și oferindu-se chiar voluntar, cu atribuții diplomatice la al doilea. Între timp a făcut studii de filozofie și psihologie. A petrecut aproape 10 ani în Japonia, unde a cunoscut Zenul. După întoarcerea din Japonia a înființat un centru de formare și întâlniri de psihologie existențială, împreună cu Maria Hippius, la Todtmos-Rutte, în Munții Pădurea Neagră, în anul 1952. Maria Hippius (1909-2003), tovarăsa sa de Cale și de viață timp de 40 de ani, era specializată în analiza jungiană. A fost „Marea Doamnă a psihologiei abisale germane” spun cei care s-au format acolo iar astăzi continuă activitatea la acel centru sau în alte locuri din Germania.

Viziunea lui Dürckheim are la bază mistica lui Meister Eckhart, psihologia abisală a lui C.G. Jung și înțelepciunea Zen. A scris câteva cărți de spiritualitate, devenite

¹ Toate cele trei cărți menționate mai sus au fost publicate de Editura Herald.

deja clasice în materie, binecunoscute în lumea întreagă. În afară de cele amintite mai sus, menționăm: *Der Ruf nach dem Meister* (Maestrul interior); *Meditieren – wozu und wie* (A medita – pentru ce și cum); *Mächtigkeit, Rang und Stufe des Menschen* (Etapetele maturității umane); *Japan und die Kultur der Stille* (Japonia și cultura liniștii); *Zen und wir* (Zenul și noi).²

Cărțile lui Dürckheim sunt mai actuale ca oricând. Convingerea lui, împărtășită azi de multe *conștiințe*, este aceea că omenirea a ajuns la o nouă vârstă, într-o nouă etapă a dezvoltării ei, cea în care Viața trebuie să devină conștientă de sine în om. Aceasta înseamnă maturitatea omului. Aportul omului la acest proces este însă indispensabil.

„Un nou eon este în curs de dezvoltare și viața devine periculoasă și fatală pentru cel care nu se dezvoltă odată cu el și refuză să treacă prin moarte și înviere și să devină nou, chiar dacă marea majoritate a oamenilor nu vor să facă pasul, ci rămân blocați în ceea ce este vechi.

Omul trebuie să-și utilizeze resursele interioare și să intre în Misterul Transformării pentru a fi el însuși această dezvoltare care, altfel, ne înspăimântă pentru că nu înțelegem că noi înșine suntem noua vârstă.”

(Maria Hippius)

Altfel, în lipsa unei reînnoiri, etapa de degradare a civilizației și culturii în care a intrat omenirea poate în-

² Mai multe detalii despre autor și viziunea lui pot fi citite în românește în prefața cărții *Hara, centrul vital al omului*. Alte informații și fragmente traduse în românește din cărțile lui pot fi citite pe blogul dedicat lui K.G. Dürckheim în românește la adresa: <http://karlfriedgrafdurckheim.blogspot.ro/>.

semna finalul civilizației. Soluțiile la marile probleme, aparent insolubile, ale omenirii nu pot veni decât inspirate de la un nivel mai înalt, din contactul cu Sursa, de care suntem legați prin rădăcinile noastre interioare psihice. Iată de ce maturitatea umană este un imperativ nu doar al individului, ci al umanității întregi.

Omul are ceva esențial de făcut. Aceasta înseamnă, în termenii cărții de față, „exprimarea Ființei în existență”...

Viorica Juncan

Karlfried Graf Dürckheim

CALEA INTERIOARĂ

Cotidianul ca exercițiu

COTIDIANUL CA EXERCITIU

Orice lucrare, orice artă, orice meserie necesită, pentru ca opera să reușească, un **exercițiu**. Toți știm aceasta, desigur, și fiecare dintre noi, pentru a fi adecvat în existență, se instruește și se exersează, integrând propriile experiențe. Totuși, faptul că acest lucru este la fel de valabil și pentru reușita operei celei mai importante a vieții noastre – adică realizarea Ființei noastre – rămâne în mare parte necunoscut.

Tot ceea ce este viu trebuie să se dezvolte în vederea împlinirii de sine, și la fel se întâmplă și în cazul omului. Dar omul nu va deveni niciodată ceea ce trebuie să devină dacă nu contribuie la aceasta prin efortul lui. Trebuie ca el să se ia pe sine, ca pe o lucrare, în propriile mâini, să se **exerseze** neîncetat în vederea realizării depline a acestei opere. Cea mai importantă operă a vieții lui este așadar el însuși, **EL ÎNSUȘI** ca „**omul just**”.

A învăța, a exersa, a acumula și a integra experiențe – ce înseamnă toate acestea când este vorba de opera care suntem noi înșine? Ce înțelegem prin operă reușită? Ce

putem face? Ce trebuie să învățăm în acest sens? Ce experiențe trebuie să luăm în serios și să le asimilăm? În ce constă exercițiul? Care sunt condițiile reușitei?



Condițiile reușitei oricărei opere din lume sunt: o atitudine consacrată întrutotul scopului de atins, o voință tenace, o dezvoltare a facultăților adecvate, dobândirea de competențe sigure, o eficacitate temeinică, integrarea experiențelor muncii noastre și, în general, o adaptare echilibrată la existență. La capăt se obține *priceperea* (*Können*) care garantează reușita operei.

Reușita operei interioare este rodul unei **maturități** umane. Condițiile acestei maturități sunt: demantelarea micului eu, prea orientat spre lume și care se teme de suferință; intuirea, admiterea și dezvoltarea în noi înșine a **Ființei** esențiale innăscute; disoluția pozițiilor sau a structurilor rigide cât și a obișnuințelor care paralizează dezvoltarea; luarea în serios și integrarea experiențelor care conduc la conștientizarea acestei Ființe esențiale și la manifestarea ei; și dobândirea de atitudini fiabile corespunzătoare ei. În sfârșit, așa după cum am văzut, toate acestea trebuie să fie impregnate de o fidelitate neabătută în urmarea **căii interioare**.

La capătul acestei căi se obține **măiestria** (*Meisterschaft*) interioară. Este o atitudine a omului care se menține în totalitate într-o evoluție niciodată terminată. Numai astfel poate omul să-și împlinească legea și destinul său: să

devină o **Persoană** permeabilă FIINȚEI (prezentă în el însuși ca Ființă esențială) și capabil să-i corespundă în lume.

Este vorba, adică, în opera interioară, de a tinde finalmente nu la o *știință* utilă în lume, ci la o transformare care duce la o manieră de a fi ce corespunde FIINȚEI.

Omul la care opera interioară se realizează, nu *are* și nici nu *poate* altceva, nici mai mult, decât înainte, ci el a devenit altceva și mai mult: el **a devenit un altul**. Astfel, alături de opera terminată, și vizibilă pentru lume, se află – imperceptibil pentru altul poate – **omul metamorfozat** interior. Amândouă sunt strâns legate una de cealaltă. După cum opera existențială, pentru a fi cu adevărat valabilă, presupune o maturitate umană, tot la fel transformarea care conduce la „maturitatea” omului este condiționată de lucrul în slujba operei în lume. Calea interioară și opera exterioară, departe de a se opune, se completează astfel, una condiționând-o pe cealaltă. Și, cum, de dimineața până seara, suntem solicitați atât de Ființa noastră interioară cât și de lumea amenințătoare – și care, totuși, angajează responsabilitatea noastră – iată domeniul în care ambele cerințe sunt împreună conciliate: **cotidianul** însuși este câmpul exercițiului nostru interior.



Orice operă, în lume, este o operă reușită în măsura în care realizează de o manieră perfectă ideea pe care o reprezintă: ceea ce ea *trebuie* să fie față de acest sens interior.