

ALLAN PERCY

# Hesse pentru dezorientați

66 DE LECȚII DE SPIRITUALITATE COTIDIANĂ  
CU HERMANN HESSE

Traducere din limba spaniolă:  
Anca Irina Ionescu

EDITURA  HERALD  
București

## Cuprins

Notă introductivă	7
66 de lecții de spiritualitate cotidiană cu Hermann Hesse	9
Tabel cronologic	155

*Dedicată sufletelor sensibile  
care caută frumusețea și calmul  
în mijlocul zgomotului și al haosului.*

Autorul *Lupului de stepă* a fost un punct de referință moral și spiritual pentru multe generații din secolul al XX-lea, pe lângă faptul că a introdus orientalismul în tot Occidentul.

Scriitor inițiativ și guru pentru milioane de persoane fără voia lui, în opera sa narativă, eseistică și poetică, precum și în miile de scrisori la care a răspuns, găsim viziuni și sfaturi cu o valoare enormă pentru o viață simplă, înțeleaptă și esențială.

Allan Percy a adunat în această carte de inspirație autentică cele mai bune pilule de înțelepciune pentru cititorii care caută îndrumare și seninătate în viața lor zilnică. Pornind chiar de la cuvintele lui Hesse, se stabilesc comparații și paralelisme cu situațiile cotidiene, la care se poate aplica această înțelepciune.

O carte de o inspirație absolut originală, deoarece îi conduce pe cititori spre o viață trăită în armonie cu cei din jur și cu sine.

„Viața fiecărui om este un drum spre el însuși, o intenție de drum, schița unei cărări. Nici un om nu a reușit să fie în întregime el însuși; cu toate acestea, fiecare își dorește să ajungă acolo, unii orbește, alții cu mai multă lumină, fiecare cum poate.”

Hermann Hesse

## NOTĂ INTRODUCȚIVĂ

Hermann Hesse este, fără îndoială, cel mai important autor inițiativ al romanului din secolul al XX-lea. Far călăuzitor al cititorilor tineri, claritatea gândirii sale a luminat milioane de oameni timp de aproape un secol.

Este cel care a introdus orientalismul în Occident, autorul unor opere emblematice precum *Demian*, *Siddhartha* și *Lupul de stepă*. Despre acest autor, fiu de misionari, însuși Henry Miller a spus că l-ar fi înțeles în orice limbă din lume, chiar dacă nu ar fi știut nici un cuvânt din ea. Și într-adevăr, romancierul nord-american a fost unul dintre propagatorii operei lui Hesse în Statele Unite.

Grădinar și acuarelist în refugiul lui din Elveția, omul care a inspirat cartea de față și-a petrecut ultimii douăzeci de ani ai vieții răspunzând la miile de scrisori primite de la cititori în care aceștia îi puneau întrebări despre cele mai diverse aspecte ale existenței.

Opiniile lui Hesse despre arta de a trăi se află la baza acestui mic manual, care culege cele mai bune pilule de înțelepciune ale acestuia sub formă de aforisme. Ele sunt

destinate tuturor celor care caută îndrumare și seninătate pentru viața de zi cu zi.

*Hesse pentru dezorientați* abordează teme foarte necesare pentru găsirea echilibrului; respectul de sine, căutarea propriului drum, filozofia cotidiană sau întoarcerea la natural și la autentic.

În acest sens, pretinde a fi o carte de inspirație absolut originală, deoarece îi conduce pe cititori înapoi, la originea unei ființe umane în armonie cu ceilalți și cu sine.

Allan Percy

**66 de lecții de spiritualitate cotidiană  
cu Hermann Hesse**

**Singurătatea este drumul pe care destinul dorește să conducă omul spre el însuși.**

Nietzsche spunea că mersul pe jos te ajută să găsești idei, să te descoperi pe tine însuși. Dacă ne acordăm un moment de singurătate, ne permitem să ne ordonăm gândurile, să ne punem întrebări despre viață, despre ceea ce ne dorim cu adevărat. Este momentul nostru de recunoaștere, spațiul nostru de creativitate.

Este important să ne rezervăm o parte din zi pentru noi înșine, nu numai ca să ne răsfățăm, ci pentru a fi aici și acum, să ne relaxăm și să evităm evenimentele care ne copleșesc. Avem nevoie de un spațiu în care să fugim de tumult și să ne gândim sau, poate chiar invers: să ne golim mintea de toate problemele cotidiene.

Eckhart Tolle ne spune cât de problematic poate deveni zgomotul mental, adică faptul că gândești fără încetare. Dacă mintea noastră este mereu în fierbere, nu vom putea să ne bucurăm de un moment de pace și nici nu vom putea trăi momentul de aici și de acum. De aceea, trebuie să ne deconectăm. *Switch off*. Totul poate să mai aștepte câteva minute.

Să ne depărtăm de tumult, fie chiar și numai pentru puțin timp și vom redobândi liniștea și sensul existenței.

Vom primi o îndrumare cum să ne limpezim planurile și să acționăm în mod infailibil.

Putem respira oxigenul singurătății în natură, într-o încăpere din casă, la o cafea, în orice loc unde putem să gândim.

Trebuie să ne deconectăm câteva clipe de lume pentru a intra în legătură cu noi înșine. Vom descoperi că singurătatea este curativă, creativă și eliberatoare. Dacă îți rezervi o mică parte din zi pentru tine însuși, nu te vei mai simți pierdut.

Dacă îi vei citi cu atenție sfaturile, autorul *Lupului de stepă* te va ajuta să te orientezi.

**Uiți să-i mai judeci și să-i mai critici pe  
ceilalți atunci când ești plin de îndoieli  
cu privire la tine însuși.**

Să faci pe judecătorul vieții altora este pretextul perfect pentru a nu-ți analiza propria existență. Dacă îi observăm cu atenție pe cei care emit mereu sentințe despre ceea ce fac bine sau rău ceilalți, vom găsi la toți un mare deficit de spirit autocritic.

Ei nu sunt conștienți de propriile acțiuni și cuvinte, deoarece își concentrează atenția pe viața altora. Și se comportă în acest fel deoarece le este teamă că vor fi decepționați de radiografia propriei persoane.

Împotriva prostului obicei de a-i critica pe ceilalți, grădinarul care a inspirat această carte ne propune să ne cultivăm îndoielile.

Arthur Schopenhauer spunea că cel care începe cu o certitudine va sfârși îndoindu-se, dar cel care pleacă de la îndoieli va ajunge la certitudine. În loc să ne consumăm energia cu ceea ce fac sau nu fac ceilalți, merită să studiem pilonii care ne susțin propria viață și să ne punem întrebări de felul următor:

- Care ar trebui să fie prioritățile vieții mele?
- Sunt capabil să fac distincție între ceea ce este important și ceea ce este urgent?
- Sunt înconjurat de persoanele cele mai potrivite pentru a-mi îndeplini obiectivele vieții?
- Cu ce îmi iroiesc timpul?
- Ce aspecte neglijez în viața mea?
- Aș putea face mai bine ceea ce cred că fac bine?

Întrebările cu privire la aceste chestiuni și multe altele ne permit să ne analizăm viața și să ne reajustăm harta de navigație. Firește, dubiile sunt utile și fertile numai dacă sunt urmate de decizii eficiente. Nu se pune problema să rămânem în starea de îndoială. Trebuie să avem îndoieli pentru a acționa mai bine.

În poemul său, *Elogiul îndoielii*, Bertolt Brecht spune:

La ce-i servește faptul că se poate îndoii

acelui ce nu poate decide?

Poate acționa greșit

cel ce se mulțumește cu motive puține,

dar va rămâne inactiv în fața pericolului

cel ce are nevoie de prea multe.

Este important să găsim calea de mijloc: să ne îndoim atât cât trebuie pentru a ne recalibra acțiunile fără a cădea în paralizie.

Și, mai ales, să nu criticăm.

**Atunci când urâm pe cineva, urâm  
în imaginea lui ceva ce este în noi.**

Această afirmație a lui Hermann Hesse mă duce cu gândul la o întâmplare de pe vremea când eram consultant la o editură. Deși eram într-un loc unde se publicau cărți despre dezvoltare personală, în redacție domnea o atmosferă de crispare, din cauza unor frecuşuri constante între machetator și redactoare.

Amândoi erau tineri și nu înțelegeam de unde venea atâta aversiune reciprocă. Am discutat această situație cu un prieten care lucra într-o fabrică și, deși era foarte departe de lumea despre care vorbeam, mi-a dat o explicație surprinzătoare: „Se poartă așa pentru că se plac”.

Și într-adevăr, câteva săptămâni mai târziu, cei doi care își aruncau până atunci cu farfuriile în cap, au început o relație amoroasă.

Revenind la aforismul înțelept al lui Hesse, multe persoane cred în mod eronat că ura este contrariul iubirii, când singurul lucru care este reversul amorului este indiferența. Ceea ce nu iubim – indiferent dacă este bun sau rău – nu există pentru noi. Dacă o țară nu ne atrage, nu ne gândim niciodată la ea.

Când detestăm pe cineva, înseamnă că are ceva care ne afectează profund și ne provoacă o stare neplăcută. Persoana respectivă funcționează ca o oglindă pentru ceva ce se află în lăuntru nostru și nu dorim să recunoaștem. Căci altfel ne-ar deranja mult prea mult.

Astfel, o persoană avară suferă de avariția unui străin cu mai multă intensitate decât oricine altcineva, iar un om indiscret se enervează la culme când suferă din cauza indiscreției altcuiva.

Persoana pe care o urâm este oglinda noastră și tocmai de aceea reprezintă un învățător spiritual pe care nu trebuie să-l disprețuim.

Ura este o formă deformată de iubire, dar până la urmă e tot iubire. Iar dacă avem iubire, avem și capacitatea de a o canaliza într-o formă pozitivă, așa cum au făcut machetatorul și redactorea care au transformat certurile într-o aventură sentimentală.

Preferau să se certe deoarece iubirea, atunci când este descoperită, produce teamă, iar teama dă naștere la aversiune.

De aceea, data viitoare când vei simți ură pentru cineva, întreabă-te ce reflectă această oglindă, ce lecție dorește să-ți dea? Apoi examinează ceea ce nu-ți place la tine și întreabă-te de ce nu te-ai corijat până acum.

Trebuie să fim mai sinceri cu noi înșine.

În acest sens, „lupul de stepă” din industria cinematografiei, John Malkovich, întrebat de un ziarist

despre mișcările de extremă dreaptă, a răspuns: „Nu mă îngrijorează nazistul care se încrucișează cu mine pe drum. Mă îngrijorează nazistul care trăiește în interiorul meu”.