

Hara - Centrul vital al omului



Viziunea lui Graf Durckheim are la baza mistica lui Meister Eckhart, psihologia adancurilor lui Carl Gustav Jung si traditia zen pe care a intalnit-o in Japonia. Cartile scrise de el la deplina maturitate sunt rodul unei vietii intregi traite sub semnul esentialului, atat prin studiile sale, cat mai ales prin propria experienta.

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 39,00 lei

Pret cu reducere: 37,14 lei

Pretul de vanzare: 39,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

Viziunea lui Graf Durckheim are la baza mistica lui Meister Eckhart, psihologia adancurilor lui Carl Gustav Jung si traditia zen pe care a intalnit-o in Japonia. Cartile scrise de el la deplina maturitate sunt rodul unei vietii intregi traite sub semnul esentialului, atat prin studiile sale, cat mai ales prin propria experienta. Graf Durckheim a fost un om al practicii, inainte de toate. De aceea cartile lui sunt utile si atat de cautate. In cartile lui aflam despre esentialul din noi intr-un limbaj nou, foarte simplu, foarte adevarat. Citind cartile lui, ni se deschide o alta perspectiva asupra vietii si asupra noastra insine, o perspectiva in care totul devine clar. Incepem sa ne recitim viata din urma altfel decat pana acum. Absurditatile vietii incep sa capete sens, pentru ca toate aveau in vedere un Sens mai mare, pe care il intuim abia acum. Si stim ce avem de facut... *Noi spunem mereu ca omul il cauta pe Dumnezeu. In realitate Dumnezeu il cauta pe om si omul are datoria de a se lasa gasit.* Sub aceasta deviza se situeaza demersul lui de o viata. Ce are omul de facut pentru a se lasa gasit? Si cum sa pastreze legatura regasita? Care este *metoda* prin care omul sa fie pus pe calea implinirii sale? Despre acestea si multe alte chestiuni legate de implinirea omului in *aceasta* viata sunt toate cartile lui

Graf Durckheim.

*

Foarte pe scurt, ce ne spune în esență Durckheim: rostul omului în această lume, de care depinde împlinirea și fericirea lui, este să devină un martor al Ființei în existență, să exprime, în felul *lui*, Ființa în lume. În felul „lui”, adică în deplină conștiință și în deplină libertate. Pentru această, omul trebuie să devină transparent pentru Ființă. Pentru a ajunge la transparență, omul are de lucrat asupra lui însuși. Cartea de față vorbește exact despre această. *Hara* nu este numai o teorie doctrinară. Ea este învățarea unei practici în slujba esențialului. Practicarea *Harei* ajută la gestionarea vieții în această lume și la progresarea pe Calea totodată. Este vorba de Calea ce îi redă omului, care și-a pierdut rădăcinile, conștiința originii sale veșnice și care îl pregătește pentru realizarea menirii lui primordiale, adică revelarea Ființei în existență.

Viorica Juncan

Tot mai mulți oameni – în măsura în care rezonază cu spiritul timpului și sunt preocupați de viitor – se orientează astăzi spre practici meditative. În acest sens, câștigă tot mai mult teren ideea că meditația nu înseamnă o instrainare de obligațiile pe care le avem în lume ci, corect înțeleasă, ea îl adună pe om în acel centru care, abia el, îl face capabil să-și îndeplinească menirea pe acest pământ. Inseparabilă de această este cunoașterea faptului că, fără o înrădăcinare în „forțele terestre” ale vieții, nu există spiritualitate sanatoasă și ca o stare de spirit transparență la transcendență valabilă presupune ancorarea omului în centrul său terestru. Exercițiile meditative fără *Hara* duc lesne la o spiritualitate stearsă, ce tradează în egală măsură cerul și pământul.

Karl Graf Durckheim

CUPRINS

CUVANT ÎNAINTE 5
PREFATA LA CEA DE A TREIA EDITIE 26
INTRODUCERE 31

I. HARA ÎN VIAȚA JAPONEZULUI 35

1. PREAMBUL 36
2. HARA ÎN VIAȚA COTIDIANĂ A JAPONEZILOR 41
3. HARA SAU SENSUL EXERCITIULUI 53
4. HARA ÎN LIMBA JAPONEZĂ 69

II. HARA ÎN SEMNIFICAȚIA EI UMANĂ UNIVERSALĂ 85

- HARA ÎN CONCEȚIA ORIENTALĂ ȘI OCCIDENTALĂ 86
- a) Semnificația generală a centrului corpului 86
 - b) Semnificația abdomenului pentru european 88
 - c) Hara naturală 91
 - d) Cele două niveluri la care se situează Hara 97

III. MIJLOCUL AMENINȚAT 101

1. „FORMA” OMULUI ÎN HARA 102
2. EUL ȘI CENTRUL VITAL (SAU CENTRUL-PĂMÂNT) 108
3. FORMELE DEFECTUOASE ALE EULUI 114
 - a) Eul al cărui habitacul este sclerozat 114
 - b) Omul al cărui Eu este lipsit de habitacul 117
 - c) Originea formelor defectuoase ale Eului 119

IV. HARA CA PRACTICĂ A CAII 123

1. SIMBOLICĂ TRUPULUI 124
2. HARA: EXPERIENȚA TRAITĂ, CONSTIENȚĂ ȘI EXERCITIU 135
3. SENS ȘI CONDIȚII PREALABILE PENTRU ORICE EXERCITIU 139
 - a) Înradăcinarea, legătura cu pământul 139
 - b) Sensul și limitele exercitiului 142
 - c) Condițiile de bază ale oricărei practici 147
- d) Elementele fundamentale ale exercitiului: atitudine, respirație, tensiune 150
4. EXERCITIUL ATITUDINII (SAU AL POSTURII) JUSTE 153
Arta de a fi așezat datorită *Harei* 164
5. CONTRACTIE – DESTINDERE – TENSIUNE 175
6. EXERCITIUL RESPIRAȚIEI 190

V. OMUL CARE POSEDĂ HARA 217

1. HARA, FORȚĂ EXISTENȚIALĂ 218
2. NOI DIMENSIUNI 228

PRIVIRE RETROSPECTIVĂ ȘI PERSPECTIVE 239

ANEXA: TEXTE JAPONEZE 249

I. OKADA TORAJIRO 250

II. SATO TSUJI 256

III. KANEKO SHOSEKI 263

IV. HAKUIN ZENSHI 266

ARTA PISICII MINUNATE 288

Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.