

Olivier Clerc

**DARUL
IERTĂRII**

Un cadou toltec de la Don Miguel Ruiz

Traducere din limba franceză
de Ana-Maria Datcu

Editura For You
București

INTRODUCERE

„De acum înainte, ai o nouă carte de scris!“, îmi atrage atenția șamanul toltec Don Miguel Ruiz, după ce a anulat cu un amabil „Asta ține deja de trecut“ anunțul entuziast pe care tocmai îl făcusem despre apariția în Franța, chiar în momentul în care vorbeam, a ultimei mele cărți: *Medicină, religie și teamă* (Jouvence, 1999). Este adevărat că lucrarea mea apărea chiar în acea zi de septembrie a anului 1999 când Miguel și cu mine eram pe cale să bem un pahar împreună, într-unul dintre sa-loanele complexului Villas Arqueologicas, unde ne-am cazat și care se află chiar alături de faimoasele ruine de la Teotihuacan, în Mexic. Atmosfera unică a acestui loc sacru nu face decât să amplifice dimensiunea aproape suprarrealistă a acestui schimb.

Fiind cu totul adâncit în bucuria de a fi publicat o nouă lucrare, la 12 ani după ce scrisesem ultima mea carte, gândul că aş putea scrie încă una în viitorul apropiat era foarte departe de mine. Totuși, imediat ce Don Miguel a pronunțat aceste cuvinte, fixându-mă cu privirea sa pătrunzătoare însoțită de un zâmbet larg, am

știut exact la ce anume se referea și mi-am imaginat de îndată cartea în cauză. De-a lungul celor cinci zile pe care le-am petrecut împreună, alături de un mic grup venit din Franța și din Elveția, m-a făcut într-adevăr să trăiesc o experiență bulversantă – al cărei impact nu îl voi măsura pe deplin decât mulți ani mai târziu – și, în același timp, mi-a dăruit un puternic instrument de transformare personală și de deschidere a inimii. Am găsit numele acestui instrument imediat ce Miguel mi-a evocat ideea cărții de față: Darul Iertării.

Înainte de această călătorie în Mexic, aderam din punct de vedere intelectual – ca mulți alți oameni, fără îndoială – la marile porunci „Trebuie să știi să ierți“ și „Iubește-ți dușmanii“, deși le consideram dificil de pus în practică, căci sentimentele nu se pliază ușor nici pe voința, nici pe gândurile noastre. Vedeam iertarea ca pe un fruct; cu alte cuvinte, o vedeam ca împlinirea unui proces lung, pe care este imposibil să îl accelerezi și care presupune, înainte de toate, dezvoltarea frunzelor și deschiderea unei flori, simboluri ale unei munci interioare făcute cu răbdare asupra propriilor gânduri și sentimente.

Dar abordarea iertării pe care Don Miguel Ruiz mă făcea să o trăiesc era la antipodul a tot ceea ce îmi imaginasem până atunci, trecând printr-o răsturnare completă a modului în care noi abordăm în general această chestiune: cheia acestui proces, într-adevăr – după cum vom vedea –, nu este aceea de *a ierta*, ci de *a cere iertare*. Efectiv, este o inversare totală de postură (la propriu și la figurat), având drept consecință rezultate practic imediate și, sincer, impresionante. Pe

parcursul câtorva ore, în a doua seară de după sosirea lui Miguel, Darul Iertării pe care m-a ajutat să îl descopăr – *ne-a ajutat* să îl descoperim, căci tot grupul nostru a beneficiat de acest lucru – m-a eliberat de o mare povară, de ranchiună, de lamentări, de amărăciune, de resentimente și de mânie refulată, pe care le acumulasem de-a lungul anilor. În absența puterii de a ierta așa cum îmi imaginam că ar trebui să o fac, această armură de sentimente negative mi-a redus considerabil capacitatea de a iubi, sufocându-mi inima din toate părțile. În seara aceea am avut o experiență paroxistică, dublată de o renaștere, dar, dincolo de ceea ce am trăit în prezența lui Miguel, am primit un instrument de lucru de o simplitate care nu are ca egal decât propria sa putere. Am putut după aceea să reutilizez acest instrument de nenumărate ori eu însumi și l-am împărtășit cu numeroase persoane, având întotdeauna aceeași eficacitate.

Totuși, mi-au trebuit 10 ani de maturizare înainte de a scrie această carte. Motive multiple – bune și rele – m-au făcut să amân mult timp redactarea ei. Ezitam să mă dezvălui cititorilor mei la un nivel mult mai personal decât o fac în mod obișnuit în eseurile mele, nu voiam să mă ridic la modul oportunist pe succesul lui Miguel Ruiz... Mai ales, eram conștient de faptul că o experiență, cu cât este mai profund transformatoare pentru acela care o trăiește, cu atât poate fi mai dificil de restituit într-o manieră care să-i permită să le-o împărtășească celor care nu au trăit-o, pentru a-i extrage esența. Toate acestea fără a se opri la forma sa, care, în cazul meu, are efectiv cu ce să surprindă și cum să interpeleze mai mult de o persoană, de la prima abordare.

Iertarea este, într-adevăr, pentru mulți dintre noi un subiect foarte delicat. Simpla sa evocare este suficientă pentru a răni anumite sensibilități, exacerbate de secole de influență iudeo-creștină. Sensibilitatea este strâns legată în spiritul nostru de noțiunea de „vinovăție”: dacă iertarea e necesară, înseamnă că a existat o greșală, nu? Deci, de exemplu, dacă eu îmi cer iertare, asta înseamnă că mă consider vinovat?... Și, în consecință, cum pot să-mi cer iertare de vreme ce eu am fost victima celui alt??? Inversarea la care ne invită Don Miguel prin Darul Iertării pare, înainte de orice experiență, de neconceput, imposibilă, chiar șocantă.

Pentru a ieși din această dilemă și pentru a înțelege cum operează acest instrument „inversând” ceea ce este Darul Iertării, trebuie să îl înscriem de prima dată în această nouă dinamică de dezvoltare personală și de cale spirituală care vizează să îi restituie individului libertatea deplină a sentimentelor și gândurilor sale. În mod evident, nu sunt liber atât timp cât fac ca starea mea interioară să depindă de ceea ce altcineva gândește, simte, spune și face... sau nu. Adevărata libertate nu constă în a reuși să controlez actele sau vorbele altora, ceea ce este imposibil, ci în a fi capabil să aleg în mod deliberat și conștient *cum* să reacționez la ceea ce mi se întâmplă. Cum reacționez la o ofensă, la o insultă, la un conflict, la o agresiune? Într-o manieră automată și inconștientă sau într-o anumită manieră conștientă pe care o aleg?

Din această perspectivă, abordarea asupra iertării propusă de către Miguel Ruiz este exonerată de orice așteptare referitoare la celălalt și nu mai vizează decât

să îl elibereze pe cel care o practică de tot ceea ce – în *sine* – împiedică exprimarea deplină și completă a dragostei (dragostea fiind în centrul întregii învățături toltece transmise de către Don Miguel).

Cererea iertării pe care această abordare o pune în aplicare este, înainte de toate, un act de „a da drumul“, prin care ne eliberăm de iluzia că celălalt – în particular cel care ne-a făcut rău – are toată puterea asupra stării noastre interioare, asupra iubirii sau asupra urii, asupra bucuriei sau asupra resentimentului care locuiesc în noi. Între acțiunea celuilalt și propria noastră reacție există într-adevăr un spațiu de libertate, de alegere conștientă pe care mulți dintre noi nu-l cunosc, căci nu am fost sensibilizați în legătură cu el, și care face diferența între o mașinărie și o ființă umană: prima persoană reacționează automat imediat ce se apasă pe unul dintre butoanele sale; cea de-a doua poate învăța să își stăpânească reacțiile, ceea ce înseamnă a acționa conștient, și nu doar a reacționa mecanic.

Darul Iertării este o minunată poartă de acces către acest spațiu de libertate.

A cere iertare nu este, așadar, o recunoaștere a vinovăției, ci conștientizarea unei iluzii care constituie un obstacol pentru această libertate interioară.

Ideea iertării generează o stare de indispoziție în spiritele noastre occidentale pe care trebuie, în egală măsură, să încerc să o înlătur în această lucrare. Pentru mulți dintre oameni, faptul de a cere iertare este ceva *umilitor*. Este, totuși, obligatoriu ca „iertare“ să rimeze cu „umilire“? Nu din punctul de vedere al Darului Iertării. Umilirea cedează pur și simplu, în acest caz,

locul unei autentice posturi de *smerenie*, ceea ce este foarte diferit. A fi umilit înseamnă a suporta ceva din partea celuilalt, înseamnă a se lăsa înjosit, ceea ce, evident, nimeni nu dorește. Dar atunci când alegem noi înșine să adoptăm o poziție smerită, să renunțăm la pretenții și, din proprie voință, să renunțăm la puterea pe care ne imaginăm că o avem asupra celuilalt (aceea de a ierta sau nu, în particular), săvârșim încă o dată un act eliberator, care tranșează orice relație de putere cu celălalt și îi permite din nou iubirii să treacă liber prin noi. Umilința despre care este vorba aici este o umilință în fața iubirii, iubirea care ne depășește, această iubire pe care cristalizările noastre mentale ne-o conturează și care ne lasă inima secată.

Darul Iertării ne oferă, așadar, accesul la o iertare fără vinovăție, o iertare fără umilire, o iertare care ne redă libertatea – începând prin aceea de a iubi –, eliberându-ne de faptul că le-am dat altora inconștient puterea de a ne dicta starea interioară.

Au trecut 10 ani de când am primit Darul Iertării, 10 ani care mi-au permis, în același timp, să aprofundez această experiență și să înțeleg mai bine cum pot să folosesc acest instrument și – sper – cum să îl prezint, astfel încât un număr foarte mare de oameni să poată beneficia de el.

De acum înainte, mă simt pregătit să fac acest nou pas în scrierea cărții și mi se pare oportun să împărtășesc pe larg, în scris, ceea ce n-am făcut prin vorbe în toți acești ani de când Miguel Ruiz mi-a oferit acest minunat dar. Cu atât mai mult cu cât toate acestea nu apar

în niciuna dintre cărțile pe care el însuși le-a publicat de atunci, nici în cele pe care le-au redactat numeroșii săi ucenici.*

Printr-o coincidență plăcută, fără ca eu să fi bănuțit cătuși de puțin ceva, redactarea acestei cărți s-a făcut în paralel cu cea a cărții *Al Cincilea Legământ Toltec*, pe care Miguel Ruiz însuși a scris-o în 2009, împreună cu fiul său, don José. Traducerea în franceză a acesteia mi-a fost încredințată, precum și alte lucrări de-ale sale, imediat ce propria carte a fost finalizată. Astfel, în același timp în care apare acest nou legământ care completează Cele Patru Legăminte Toltece, făcându-l cunoscut pe Miguel Ruiz în lumea întreagă, lucrarea *Darul Iertării* îi oferă publicului – *ție* – un alt instrument de lucru toltec puternic, necunoscut cititorilor săi până în prezent.

Prima parte a acestei cărți relatează întâlnirea mea cu Don Miguel la Teotihuacan și detaliază experiența bulversantă pe care m-a făcut să o trăiesc în fața întregului nostru grup și care constituie fundamentul Darului Iertării.

A doua parte explică detaliat cum fiecare dintre noi poate folosi acest instrument puternic acasă, singur(ă), pentru a ajunge la același rezultat, și anume să se elibereze de resentimente, de ranchiună, de amărăciune, de

* În nagualismul toltec, „ucenic“ este numit cel care se formează în preajma unui *nagual*, sau șaman toltec. (n.aut.) [Nagualismul desemnează practicile șamanice precolumbiene; nagualii aveau abilitatea de a se transforma în animale, adeseori în jaguar, pumă, lup, dar și în maimuțe, păsări, câini sau coioți. (n.tr.)]

ură și de alte sentimente negre care ne sufocă inima și o împiedică să iubească în mod liber. Ea se bazează atât pe practica pe care am acumulat-o cu ajutorul acestui instrument de lucru timp de 10 ani, cât și pe experiența tuturor persoanelor cu care am avut deja ocazia să îl împărtășesc. Această parte a cărții se încheie cu o secțiune de „Întrebări și răspunsuri“ care trece în revistă cele mai frecvente interogații ce vizează practicarea Darului Iertării; dacă se întâmplă ca unele dintre ele să iasă la suprafață în timpul lecturii și dacă alterează continuarea lecturii, nu ezita să le adresezi, fără să mai aștepti să ajungi la această parte.

În sfârșit, cu titlu de „bonus“, am inclus în anexa acestei cărți cele două Inversări ale Legămintelor Toltece, pe care le-am elaborat pe parcursul propriei practici pe calea toltecă, în orizontul celor patru legăminte originale. Le utilizez frecvent de 10 ani și am deseori ocazia de a le recomanda și altora: este vorba despre inversiunile celui de-al doilea și celui de-al treilea Legământ toltec („Orice ar fi, nu face din asta o afacere personală“ și „Nu face supoziții“), care mi-au dat deseori bătăi de cap. Aceste Inversări ale Legămintelor Toltece deschid perspective foarte interesante și, în funcție de sensibilitatea fiecăruia, pot fi utilizate împreună sau alternativ cu versiunile originale ale acestor două legăminte. Le-au fost deja utile multor persoane.

Dar, pentru a începe, să pornim către Mexic!

Cuprins

Introducere.....	9
------------------	---

Prima parte

A renaște la Teotihuacan

Capitolul 1. O întâlnire de neuitat	19
Capitolul 2. Jaguarul de cristal	29
Capitolul 3. Darul Iertării	39
Mărturii.....	47

Partea a doua

A înțelege și a folosi Darul Iertării

Capitolul 4. Reflecții ulterioare asupra Darului Iertării	55
Capitolul 5. Cum să folosești Darul Iertării	63
Capitolul 6. Întrebări și răspunsuri	85
Concluzie: Iubirea este Dumnezeu.....	97
Anexă. Cele două Inversări ale Legămintelor Toltece	101
Mulțumiri.....	117
Despre autor	119
Lecturi recomandate	121

Bucuria lecturii nu se oprește aici!
Iată câteva cărți nou apărute la Editura For You:

Alberto Villoldo, Dr. • *Cele Patru Introspecții • Să reparăm trecutul și să vindecăm viitorul prin recuperarea sufletului • Șaman, Vindecător, Înțelept • Vise curajoase*

Alexandru Boțoroga • *În căutarea pasului*

Anca Munteanu • *Psihologia transpersonală*

Augusto Cury • *Copii străluciți, elevi fascinanți • Femei inteligente • Manualul adolescenților stresați, dar foarte inteligenți! • Părinți străluciți, profesori fascinanți*

Bernie Ashman • *Semne zodiacale și vieți trecute*

Bernie Siegel • *Arta vindecării*

Brian Tracy și Christina Stein • *Crede și vei reuși*

Brian Tracy și Dan Strutzel • *Știința banilor • Știința influenței • Știința motivației*

Brian Weiss, Dr. • *Aceiași suflet, mai multe trupuri • Mesaje de la Maeștri*

Carl Johan Calleman, Dr. • *Mintea globală și apariția civilizației*

Carmen Voinea-Răducanu • *Binecuvântate ne fie dorurile*

Caroline Myss • *Arhetipurile*

Charles Blondel, Dr. • *Introducere în psihologia colectivă*

Cherry Gilchrist și Lara Owen • *Iubirea începe la 40 de ani*

Cheryl Richardson • *Învăță cum să-ți îngrijești profund sufletul în 21 de zile*

Christy Wilson Beam • *Miracole din Cer*

Christophe André, Jon Kabat-Zinn, Pierre Rabhi,
Matthieu Ricard • *Schimbă-te și schimbă lumea*
Dain Heer, Dr. • *Fii tu, schimbă lumea!*
Dan Brulé • *Respiră pur și simplu*
Daniel Meurois Givaudan • *Bolile karmice*
David R. Hawkins, Dr. • *Realitatea, spiritualitatea și
omul modern*
David Perlmutter, Dr. , și Dr. Alberto Villoldo • *Neu-
roștiința iluminării*
David Wells • *Învață cum să înțelegi Cabala în 21 de
zile*
Deepak Chopra, Dr. • *Rețeta fericirii supreme • Vinde-
carea sufletului de frică și suferință • Putere, libertate
și grație divină*
Deepak Chopra, Dr. , și Dr. Menas Kafatos • *Tu ești
Universul*
Denise Linn • *Firele nevăzute ale energiei*
Doreen Virtue • *Învață cum să comunici cu îngerii în
21 de zile*
Edo Gergely • *Poveste despre Floarea Vieții*
Eldon Taylor • *Autohipnoză și tehnici subliminale
• Marea înșelătorie • Programarea mentală*
Elisabeth Kübler-Ross, Dr. • *Despre moarte și a muri*
Ernes Ronchi • *Sărutările nedăruite*
Gabriel Cousens • *Parenting conștient, 2 volume*
Gabriela Ștefania Cocora și Mariana Steluța Cocora
• *Perfecta expresie de Sine*
Gabrielle Bernstein • *Universul te susține*
Gay Hendricks și Tinker Lindsay • *Prima regulă a lui
Ten*
Gregg Braden • *Secretele pierdute ale rugăciunii •
Suntem creați cu intenție • Vindecarea spontană a
credinței*
Irina Binder • *Străinul de lângă mine • Până la sfârșit*

Jamie Turndorf, Dr. • *Iubirea nu moare niciodată*
Jasmuheen • *Programul Stil de Viață Apetisant* • *Restabilirea Unității*
Jim Curtis • *Experiența Stimulați*
John F. Demartini • *Inima iubirii*
Jorge Luis Delgado • *Înțelepciunea incașilor*
Judy Hall • *Învăță cum să lucrezi cu cristalele în 21 de zile*
Kahlil Gibran • *Profetul*
Karl Dawson și Kate Marillat • *Transformă-ți convingerile, transformă-ți viața*
Kathleen Dowling Singh • *Înaintează în vârstă cu grație*
Ken Druck • *Regulile Reale ale vieții*
Kim McCaul • *Evoluția multidimensională*
Lewis Mehl-Madrona, Dr. , și Barbara Mainguy • *Reconfigurează-ți mintea. Neuroștiința autotransformării prin limbaj*
Linda Backman, Dr. • *Evoluția sufletului*
Lisa Fugard • *Învăță cum să-ți trezești scriitorul interior în 21 de zile*
Lisa Henricksson • *Calea mea spre fericire*
Lucia Giovannini • *O viață cu totul nouă*
Marc Steinberg • *Pasiune pentru conștiință*
Maria, Regina României • *Povestea vieții mele*,
2 volume
Marianne Williamson • *De la lacrimi la triumf*
Mark Anthony • *Iubirea trece Dincolo*
Michael J. Tamura • *Tu ești Răspunsul*
Nadine Voindrouh • *Dreamboard. Îndeplinește-ți visurile și planul tău cu tine*
Neale Donald Walsch • *Ce a spus Dumnezeu* • *Conversații cu Dumnezeu pentru părinți* • *Conversații cu*

Dumnezeu, Volumul 4: Trezirea speciei • Dumnezeu și minunile din viața noastră • Prietenie cu Dumnezeu
Olivier Lockert • *Hipnoza Umanistă*
Pam Grout • *De la recunoștință la bani*
Paul Ferrini • *Când iubirea vine ca un dar • Eu sunt Ușa. Iubirea este Evanghelia mea • Prezența iubirii. Legile iubirii. Puterea iubirii • Vindecă-ți viața. Cheile Împărăției*
Peter A. Levine • *Traumă și memorie*
Peter A. Levine, Dr. , și Maggie Kline • *Cum îi ajutăm pe copii să facă față traumelor*
Robert Monroe • *Călătorii în afara corpului*
Robert Williams • *PSYCH-K. Partea/Pacea ce lipsește din viața ta*
Rosana Rios, Regina Drummond • *Patru anotimpuri de teroare*
Sharon King • *Vindecă-ți nașterea, vindecă-ți viața*
Simone Milasas • *Bucuria afacerilor*
Sri Vasudeva • *Divinitatea lăuntrică*
Stefano Pischiutta • *Născuți pentru a evolua*
Suzanne Ward • *Iluminări pentru o nouă eră • Matei, vorbește-mi despre Rai • Revelații pentru o nouă eră • Vocile Universului*
Valeriu Pănoiu • *Cartea Relațiilor • Praf de stele. Culegere de astrologie*
Vítor José F. Rodrigues, Dr. • *Cartea Neștiinței. Învățăturile lui Amnesio, maestru în arta ignoranței*

Editura For You

Str. Hagi Ghiță, nr. 58, Sector 1, București

Tel./fax: 021/665.62.23

Mobil: 0724.212.695, 0724.212.691

E-mail: comenzi@editura-foryou.ro

Website: www.editura-foryou.ro

Facebook: Editura-For-You

Instagram: [@edituraforyou](https://www.instagram.com/edituraforyou)

Twitter: [@EdituraForYou](https://twitter.com/EdituraForYou)