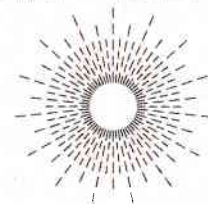


Anthony De Mello

**UN AN CU
ANTHONY DE MELLO**



Conștiință deplină, săptămână cu săptămână

Volum îngrijit de Don Joseph Goewey

Traducere din limba engleză
de Daria Boțoroga

A Year With Anthony de Mello: Waking Up Week By Week
A Year With Anthony de Mello © 2022

Copyright © 2025 Editura For You

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii For You.
Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă, a textului din această
carte este posibilă numai cu acordul prealabil al Editurii For You.

Redactare: Ana-Maria Datcu
Tehnoredactare: Anca Șerbu
Design copertă: Răzvan Mera

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

De Mello, Anthony

Un an cu Anthony De Mello: conștiință deplină, săptămână cu săptămână/
Anthony De Mello; trad. din lb. engleză de Daria Boțoroga. - București:
For You, 2025

ISBN 978-606-639-777-3

I. Boțoroga, Daria (trad.)

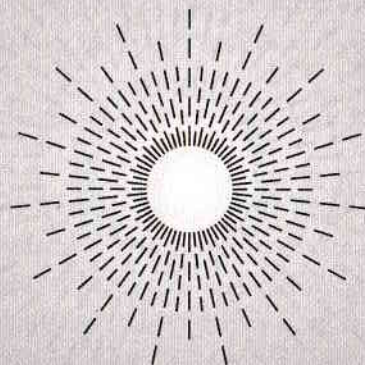
159.9

LIBRIS

We know
books

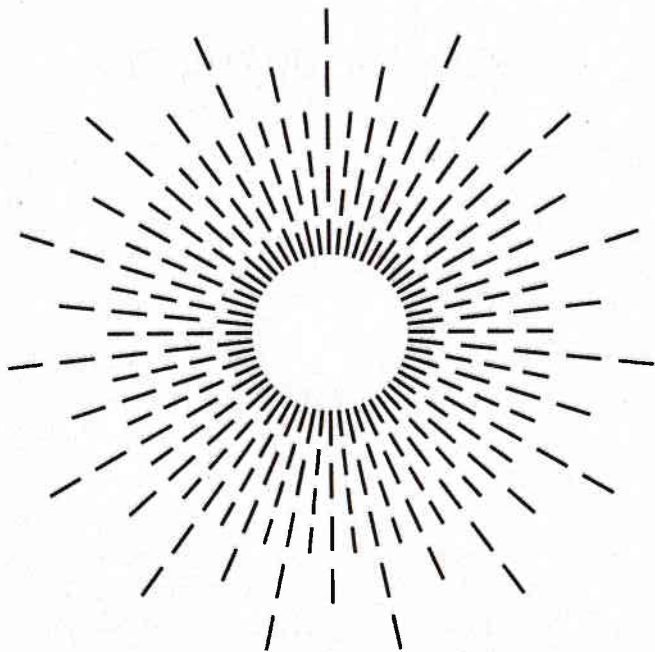
PARTEA I

REGATUL BUCURIEI



„Cât de trist este dacă trecem prin viață
și nu o mai vedem niciodată prin ochi de copil.
Trebuie să ne întoarcem în Paradis; trebuie să fim
răscumpărați din nou. Trebuie să ne lepădăm de omul
vechi, de natura veche, de eul condiționat și să ne
întoarcem la starea de copil, dar fără să fim copii.”

Anthony De Mello



SĂPTĂMÂNA 1

„Trebuie să stăm pe marginea
abisului întunericului
și să pescuim cu răbdare
lumina căzută.”

Pablo Neruda

Am descoperit ceva nu cu mult timp în urmă și mi-a dat viața peste cap. Mi-a revoluționat viața. Am devenit un om nou. Este ceva ce voi împărtăși cu tine, deși s-ar putea să te gândești: „Este preot, nu-i așa? Cum se face că a descoperit asta atât de târziu? N-a citit Evangheliile?”

Bineînțeles că am citit Evangheliile, dar nu o văzusem. Era chiar acolo, dar nu o văzusem. Mai târziu, după ce am descoperit-o, am găsit-o în toate scrierile religioase majore și am fost uimit. Adică o citisem, dar nu o recunoscusem. Mi-am dorit să o fi descoperit când eram mai tânăr. Oh, ce diferență ar fi făcut!

Deci, cât timp va dura să ți-o transmit? Voi fi sincer cu tine: nu cred că va dura mai mult de 2 minute. S-ar putea ca înțelegerea ei să-ți ia 20 de ani, 15 ani, 10 ani, 52 de săptămâni, o săptămână, o zi, 10 minute – cine știe. Poți să citești doar un capitol din această carte și să înțelegi. Totul depinde de tine.

Este greu de înțeles? Este atât de simplu încât și un copil de 7 ani poate înțelege. Nu-i așa că este uimitor? Chiar și acum, când mă gândesc la asta, mă întreb „De ce nu am văzut-o?”. Nu știu de ce nu am văzut-o, dar nu am văzut-o. Acum, poți să o vezi chiar astăzi. Sau să vezi o parte din ea. Ce ți-ar trebui ca să o vezi?

Doar un singur lucru: capacitatea de a asculta. Asta este tot. Ești în stare să ascuți? Dacă da, sunt șanse să reușești.

Acum, a asculta nu este atât de ușor pe cât ai crede. De ce? Pentru că ascultăm întotdeauna din concepte fixe, poziții fixe, prejudecăți fixe. Tipul de ascultare la care mă refer înseamnă să fii alert, conștient. Așadar, pe măsură ce citești această carte și reflectezi asupra ei, fii atent. Fii vigilent. Menține-ți intenția de a asculta cu mintea deschisă, fără prejudecăți, fără a judeca, fără formule fixe.

Menține-ți intenția de a citi această carte cu mintea deschisă, fără prejudecăți, fără a judeca, fără formule fixe.

A asculta, însă, nu înseamnă a înghiți pe nemestecate – asta înseamnă credulitate. Nu mă crede pe mine sau această carte pe cuvânt. Ceea ce vreau să faci este să pui la îndoială tot ceea ce îți comunic, să te gândești la asta, să îți adresezi întrebări. A înțelege nu înseamnă a fi de acord cu mine. Poți să nu fii de acord cu mine și să înțelegi. Amintește-ți acele cuvinte minunate ale lui Buddha: „Călugării și învățații nu trebuie să accepte cuvintele mele din respect, ci trebuie să le analizeze așa cum un orfevru analizează aurul – prin tăiere, răzuire, frecare, topire.“ Contestă totul, dar contestă din atitudinea de deschidere, nu din încăpățănare, rezistență,

obtuzitate. Pune totul la îndoială și fii deschis în timp ce o faci. Abia când procedezi astfel ascuți cu adevărat. Și faci un pas important spre trezire.

INTROSPECȚIE



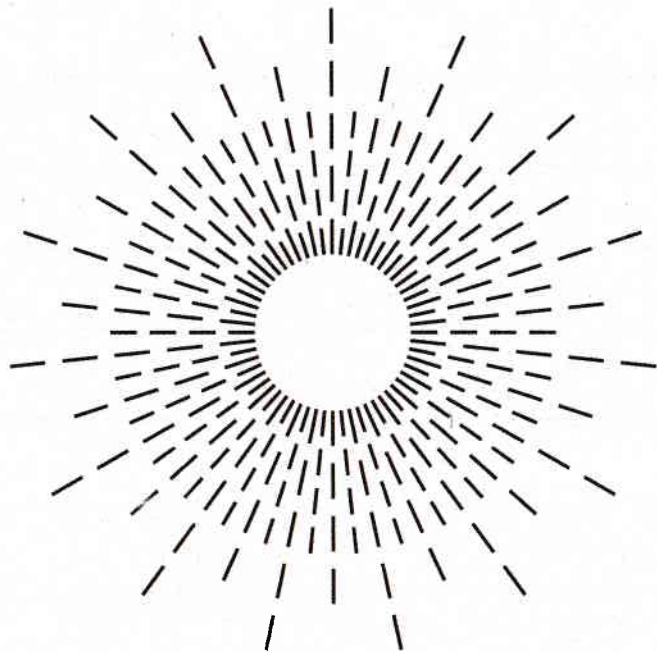
Obişnuiam să fiu surd ca piatra. Vedeam oameni ridicându-se în picioare și făcând tot felul de piruete. Îl numeau „dans”. Mi se părea absurd – până într-o zi când am auzit muzica!

Nu reușesc să înțeleg de ce sfinții – și îndrăgostiții – se comportă așa.

Din Cântecul păsării

Săptămâna aceasta, concentrează-te asupra următoarelor aspecte:

- Gândește-te la modul în care dorești să folosești această carte ca pregătire temeinică pentru nașterea într-o altă lume, mai complexă. Deschide-ți mintea la ceea ce ți se sugerează. Notează-ți în jurnal despre asta.
- În fiecare zi din această săptămână, înainte de a intra în rutina zilnică, întrebă-te: „Ce vreau să fac din existența mea aici pe pământ?” Apoi, apropie-te ceva mai mult, întrebându-te: „Cum vreau să-mi trăiesc viața astăzi?” Gândește-te la modul în care vei căuta autonomia și libertatea: riscurile pe care vei îndrăzni să ți le asumi, disconforturile pe care le vei accepta, schimbările la care vei fi deschis.



SĂPTĂMÂNA 2

„Problema ta este dacă ai de gând să îți petreci viața încercând să arăți bine și creând iluzia că ai putere asupra oamenilor și circumstanțelor sau dacă vei gusta viața, te vei bucura de ea și vei afla adevărul despre cine ești.”

Anne Lamott

Sfântul Pavel a spus: „Bucurați-vă întotdeauna. Bucurați-vă întru Domnul. Din nou o spun: bucurați-vă.” Să presupunem că vrei să înțelegi acest mod minunat de a fi în lume. Să presupunem că vrei să o vezi. Ce trebuie să faci? Trebuie să înțelegi două adevăruri despre tine. Iată primul adevăr: *viața ta este în dezordine.*

Desigur, s-ar putea să nu-ți placă să auzi asta. S-ar putea să te ofenseze, ceea ce dovedește doar că este ceva adevărat. Spune-i cuiva „Viața ta este în dezordine” și probabil că va obiecta: „Ce vrei să spui? Eu o duc destul de bine. Am o carieră; am relații bune în familie. Am prieteni; sunt îndrăgostit de o persoană bună. Toată lumea mă place.”

Iată și testul cu turnesol: „Ai fost vreodată stresat? Ai fost vreodată supărat de ceva? Te-ai simțit vreodată singur?”