

Антъни де Мело

ПРЕОТКРИВАНЕ НА ЖИВОТА

Пробуди се за реалността

София, 2025

Преводът е направен по изданието:

Anthony de Mello

REDISCOVERING LIFE

AWAKEN TO REALITY

Copyright © 2012 by Center for Spiritual Exchange, Inc.

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

No part of this book may be used or reproduced in any manner for the purpose of training artificial intelligence technologies or systems. This work is reserved from text and data mining (Article 4(3) Directive (EU) 2019/790).

This edition published by arrangement with Image, an imprint of Random House, a division of Penguin Random House LLC.

© Издателство „Изток-Запад“, 2025

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на издателство „Изток-Запад“.

© Никола Стефанов, превод, 2025

ISBN 978-619-01-1592-2

АНТЪНИ ДЕ МЕЛО

ПРЕОТКРИВАНЕ НА ЖИВОТА

Пробуди се за реалността

Превод от английски
Никола Стефанов



– Защо сте скрили тайната на щастието от мен? – попитал ученикът своя Учител.

– Чу ли песента на птичката?

– Да – отговорил ученикът.

– Сега вече знаеш – казал Учителят, – че не съм скрил нищо от теб.

– Да – съгласи се ученикът.

СЪДЪРЖАНИЕ

Предисловие	7
Да изпаднеш в щастие, като се отпуснеш.....	17
Вашият живот е във вашите ръце	18
Вие не искате да излезете от бъркотията.....	23
Не можете да придобиете щастieto – вие вече го имате.....	25
Програмирани сте с грешни идеи.....	27
Желанието е коренът на нещастieto	27
Привързаността е врагът на любовта.....	31
Ето формулата.....	32
Грешни вярвания и илюзии.....	33
Предизвикателства на католическата църква.....	39
Мистичният характер на религията.....	40
Откъсване от надежда, мечти, тъга?	41
Как да изчистите бъркотията.....	43
Непривързаността и успехът	44
Три истории, които говорят за мистиката на нещата.....	45
Неистински страх	47
Началото на свободата	48

Животът се случва	49
Нищо в света не ви разстройва	50
Вашето програмиране е това, което ви обезпокоява.....	51
Погрешното убеждение води до смърт	52
Духовността означава	
да не бъдеш зависим от хора и събития.....	54
Впуснете се в суматохата на битката	55
Не хабете своето дихание.....	56
Зрелост е да не обвинявате никого	58
Няма нужда да го поправяте.....	61
Трудностите са във вашето програмиране	62
Истории, които предават посланието	76
Затруднения в човешките взаимоотношения?.....	82
Любовта не е сделка	85
Били сме дрогирани	88
Притчата за туристите в автобуса.....	91
Лъвът, който се мислеше за овца.....	92

ПРЕДИСЛОВИЕ

Рядко се случва да попаднем на книга, която наистина може да ни промени живота. „Преоткриване на живота“ е една от тези книги.

Основана на външен ритрийт*, който Тони провежда през 1984 г. в сътрудничество с университета Фордъм, „Преоткриване на живота“ отново ни среща с неговия дар за разказване на истории – с послания за мир, приемане, състрадание и просветление – на съвременна публика.

Независимо дали сте на шестнайсет, или на шейсет години – не е от значение на каква възраст започвате да четете мъдрите думи на Тони де Мело. Няма значение от коя страница започвате да четете или по колко страници прочитате. Неговите думи изобилстват с мъдрост – мъдрост, която знае, че растежът се случва постепенно, а понякога – мигновено. Понякога отникъде се пробуждате – и всичко е различно.

Заиграйте се с думите, които предстоят в тази книга. Позволете им да ви посетят ума в необичайни моменти –

* Духовна практика, изразяваща се в „оттегляне“ с цел достигане на просветление. Може да бъде изпълнявана самостоятелно или в група, в усамотение или сред обществото. (Всички бележки под линия освен изрично отбелязаните са на преводача.)

например когато стоите на опашката в магазина, попаднали сте в задръстване или чакате светофара, за да пресечете улицата. Преоткрийте какво означава да сте щастливи и да изпитате трайно спокойствие.

Веднъж си опарих пръстите. Никога повече няма да се влюбя – рекъл изоставеният любовник.

Точно като котката, която веднъж се опарила, сядайки на печката, и отказала повече да сяда където и да било – отвърнал Учителят.

Най-скъпоценното нещо във вашия живот: вашето **ВРЕМЕ!**

Не пилейте и секунда повече в състояние на нещастие.

*Джонатан Галенте и Десмонд Тоуи,
попечители, Духовен център „Де Мело Струуд“*