

De herontdekking van het leven

De herontdekking
van het
leven

Wakker worden voor de werkelijkheid

ANTHONY DE MELLO



samsara

Eerder verscheen van deze auteur bij Samsara:

Bewustzijn
De weg van stilte

© 2017 Anthony De Mello
© 2017 Nederlandse uitgave: uitgeverij Samsara
Oorspronkelijke titel: *Rediscovering Life*
Vertaling: Han van den Boogaard
Omslagontwerp en zetwerk: Erik The, www.erikthedesign.com

ISBN 978-94-9141-169-4
NUR 728

Niets uit deze uitgave mag gereproduceerd worden
zonder uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming
van: Samsara Uitgeverij BV
Herengracht 341
1016 AZ Amsterdam
www.samsarabooks.com

Inhoud

Voorwoord	9
De herontdekking van het leven	15
Het geluk valt je toe als je loslaat	25
Je leven ligt in jouw handen	27
Je wilt niet van de puinhoop af	33
Je kunt geluk niet in bezit krijgen – je hebt het al	37
Je bent geprogrammeerd met onjuiste ideeën	39
Verlangen is de oorzaak dat je ongelukkig bent	41
Gehechtheid is de vijand van de liefde	47
Hier is de formule	51
Valse overtuigingen en illusies	53
Uitdagingen van de katholieke kerk	61
De mystieke eigenschap van religie	65
Onthechten van hopen, dromen, rouwen?	67
Hoe je de puinhoop kunt opruimen	69
Onthechting en succes	71
Drie verhalen die over het mystieke aspect der dingen gaan	73
Irreële angst	75

Het begin van de vrijheid	77
Het leven gebeurt	79
Niets ter wereld brengt je uit evenwicht	81
Het is je programmering	
die de disbalans veroorzaakt	83
Onjuiste overtuigingen leiden tot de dood	85
Spiritualiteit betekent niet overgeleverd zijn	
aan de genade van mensen of gebeurtenissen	89
Duik in de hitte van de strijd	93
Verspil er geen woorden aan	95
Volwassenheid is niemand de schuld geven	99
Je hoeft het niet te verhelpen	103
De problemen zitten in je programmering	107
Verhalen die de boodschap dragen	125
Problemen met menselijke relaties?	133
De herontdekking van het leven	137
Liefde is geen ruilhandel	141
We zijn gedrogeerd	145
Parabel van de toeristen in de bus	149
De leeuw die dacht dat hij een schaap was	151

*“Waarom heb je het geheim van het geluk voor me
verborgen?” vraagt de leerling aan de meester.*

“Heb je die vogel horen zingen?”

“Ja”, antwoordt de leerling.

*“Nu”, zegt de meester, “weet je dat ik
niets voor je heb verborgen.”*

“Ja”, zegt de leerling.

Voorwoord

Bijna nooit verschijnt er een boek dat je leven werkelijk kan veranderen. *De herontdekking van het leven* is zo'n boek.

De herontdekking van het leven is gebaseerd op een satellietretraite die Tony in samenwerking met de Fordham Universiteit in 1984 gaf. Het boek presenteert zijn verhalenvertellersgave – met boodschappen van vrede, acceptatie, medeleven en verlichting – opnieuw aan een hedendaags publiek.

Of je nu zestien of zestig bent, het maakt niet uit op welke leeftijd je Tony De Mello's wijze woorden begint te lezen. Het maakt niet uit op welke pagina je begint of hoeveel pagina's je in één keer leest. Zijn woorden zitten vol wijsheid – een wijsheid die weet dat groei geleidelijk plaatsvindt of, af en toe, onmiddellijk. Soms word je zomaar ineens wakker en is alles anders.

Speel met de woorden in dit boek. Laat ze je op de raarste momenten binnenvallen – terwijl je aan de kassa staat, terwijl je vaststaat in het verkeer, of terwijl je staat te wachten om de straat over te steken. Ontdek

opnieuw wat het betekent om gelukkig te zijn en blijvende vrede te ervaren.

Zei de afgewezen minnaar: “Ik heb mijn vingers nu één keer verbrand. Ik ga nooit meer verliefd worden.”

Zei de meester: “Je bent net als de kat die zich verbrand heeft door op de kachel te gaan zitten, en nu weigert om nog te gaan zitten.”

Het kostbaarste wat je verbruikt in je leven is je TIJD!
Verbruik geen seconde van je leven meer door ongelukkig te zijn!

— Jonathan Galente en Desmond Towey,
bewindvoerders van De Mello Stroud Spirituality Center