



ЕНТОНІ ДЕ МЕЛЛО  
МУДРІСТЬ  
ЗА ОДНУ ХВИЛИНУ

ХАРКІВ  
«ФОЛІО»  
2018

---

**ПЕРЕДМОВА**  
**ДО ВИДАННЯ ЕНТОНІ ДЕ МЕЛЛО**  
**УКРАЇНСЬКОЮ**

Ентоні де Мелло є унікальним вчителем. Гармонійно поєднуючи великі духовні вчення Сходу й Заходу і власні осяяння, він віртуозно доводить, що Мудрість має єдине Джерело, яке є в кожному з нас.

Тоні де Мелло був християнським священником, але він був також філософом, дипломованим практикуючим психологом і, найголовніше, — містиком. Він знав, що більшість людей не усвідомлює величі своїх можливостей, але разом з тим, вірив в здатність кожної людини побачити Світло, віднайти приховану за емоціями і думками Радість, відчути справжню Любов, осягнути Мудрість й побачити Силу і Красу завжди неочікуваного Пробудження.

Притчі й оповідки, ідеї та міркування, вправи й медитації, представлені в книжках Тоні, не являють собою якихось нових доктрин або просування християнської теології. Вони покликані не повчати, а Пробуджувати! Вони є спогадами містика, який бачив світ таким, яким він насправді є. Ми можемо скористатися як його Словом, так і його Мовчанням, щоб

вирватися зі своїх в'язниць зумовленностей, які перешкоджають нам бачити реальність. Це — шлях, яким можна йти, щоб знайти своє справжнє Я і бути самим собою.

Часто найбільшою перепоною на шляху до Мудрості є занадто серйозне ставлення до себе і своїх думок, страх зробити помилку, сказати нісенітницю. Але ж ті, хто не роблять помилок, роблять найбільшу помилку з усіх — вони не прагнуть пізнання. Цій темі присвячена окрема книжка Ентоні де Мело «Одна хвилина для нісенітниць», яка була видана вже після його смерті, але написана вона була одразу після «Мудрості за одну хвилину». Тому нам здалося доречним розпочати видання творів Тоні де Мелло українською мовою саме з цих двох книжок, а також його книжки розповідей-медитацій «Заклик до Любові».

Не повчати, а Пробуджувати — це була щоденна праця Ентоні де Мелло. Не повчати, а допомагати людям у їхньому пошуку й зростанні прагне Інститут Самореалізації, видаючи завдяки співпраці з видавництвом «Фоліо» книжки Тоні українською. На їхніх сторінках живе справжня Мудрість, яка може відкритись кожному, хто готовий відкритися їй.

*Олег Дерев'яно*

*Інститут Самореалізації*

---

## ЧАСТИНА ПЕРША

### ЧУДЕСА

Був такий чоловік, який перетнув землю й море, аби самому пересвідчитися у надзвичайній славі Майстра.

— Які чудеса творив ваш Майстер? — спитав він одного учня.

— Чудеса — вони бувають різні. У вашій країні вважається чудом, якщо Бог виконує чиюсь волю. В нашій країні сприймають як чудо, якщо хтось виконує волю Бога.

### ДОРΟΣЛІШАННЯ

Учневі, який увесь час проводив у молитвах, Майстер сказав:

— Коли ти вже припиниш спиратися на Бога і стоятимеш на своїх двох ногах?

Учень був шокований почутим:

— Але ж ти сам вчив нас дивитися на Бога, як на Отця!

— Коли ж ти засвоїш, що отець — це не той, на кого ти можеш спиратися, але той, хто позбавляє тебе цієї звички.

### ЧУЙНІСТЬ

— Як я можу відчути свою єдність з твоїм рінням?

— Слухаючи, — відповів Майстер

— А як мені слід слухати?

— Стати тим вухом, яке дослухається до всього, що каже всесвіт. Тієї ж миті, як почувеш, що заговорив ти сам, одразу зупиняйся.

### АБСУРДНІСТЬ

Майстер узявся полірувати цеглину об долівку кімнати, де його учень сидів у медитації.

Спершу той був задоволений, вважаючи це випробуванням його зосередженості. Але потім, коли звук став нестерпним, учень вибухнув

— Та й справді, що оце ти робиш? Хіба не бачиш, що я медитую?

— А я полірую оцю цеглину, аби зробити з неї люстро, — відповів на це Майстер.

— Ти збожеволів! Як можна зробити люстро з цеглини?

— Не божевільніший за того, хто хоче навчити медитувати своє «я»!

### ЯСНІСТЬ

— Не шукайте Бога, — сказав Майстер, — просто дивіться — і все відкриється.

— Але як слід дивитися?

— Щоразу, як поглянете на щось, бачте лише те, що є, і нічого іншого.

Учнів збентежили ці слова, тож Майстер висловився простіше:

— Наприклад, коли ви дивитеся на місяць, бачте місяць і тільки місяць.

— А що ще можна побачити, крім місяця, коли дивишся на місяць?

— Голодний бачить кавалок сиру. Коханець — обличчя своєї коханої.

#### РЕЛІГІЯ

Намісник у одній із своїх подорожей відвідав Майстра, аби висловити йому шану.

— Державні справи не залишають мені часу на багатослівні вчені диспути, — сказав він. — Чи не міг би ти викласти суть релігії однією чи двома фразами для такої зайнятої людини, як я?

— Можу навіть одним словом на благо Вашої Високості.

— Неймовірно! Що ж це за незвичайне слово?

— Мовчання.

— А який шлях до мовчання?

— Медитація.

— Тоді дозволь спитати, що таке медитація?

— Мовчання.

### ДУХОВНІСТЬ

Настав «день мовчання», якого Майстер регулярно дотримувався, але о цій порі якийсь подорожній благав Майстра про слово мудрості, що проведе його життєвим шляхом.

Майстер приязно кивнув, узяв аркуш паперу і написав на ньому одне-однісіньке слово: «Усвідомлення».

Відвідувач був спантеличений:

— Щось дуже стисло виходить. Чи можна трохи детальніше?

Майстер взяв у нього аркуш і написав: «Усвідомлення, усвідомлення, усвідомлення».

— Але що ці слова означають? — безпорадно перепитав мандрівник.

Майстер взяв аркуш і написав: «Усвідомлення, усвідомлення, усвідомлення означає УСВІДОМЛЕННЯ».

### ПИЛЬНІСТЬ

— Чи можу я щось зробити для того, аби стати Просвітленим?

— Не більше, ніж ти можеш зробити, аби заставити сонце встати зранку.

— Тоді для чого ж ті духовні справи, які ви радите?

— Для того, аби бути певним, що ти не спиш, коли сонце почне вставати.

#### ПРИСУТНІСТЬ

— Де мені шукати Просвітлення?

— Тут.

— Коли воно станеться?

— Воно стається прямо зараз.

— Тоді чому я не відчуваю його?

— Тому що не дивишся.

— На що саме маю дивитися?

— Ні на що. Просто дивись. На будь що, на чому зупиниться твій погляд.

— Чи маю дивитися в якийсь особливий спосіб?

— Ні. Просто дивись.

— Але хіба я не завжди дивлюся, як зазвичай?

— Ні.

— Та чому ж ні?

— Бо ж, щоби дивитися, ти маєш бути тут. А ти здебільшого деінде.

#### ГЛИБИНА

Ось що Майстер сказав одному бізнесменові:



— Як риба гине на сухій землі, так і ти гинеш, коли прив'язуєшся до світу. Риба має повернутися до води — ти маєш повернутися до самотності.

Бізнесмена ці слова приголомшили:

— Чи маю полишити свій бізнес і піти в монастир?

— Ні, зовсім ні. Займайся своїм бізнесом і увійди в своє серце.

### ВНУТРІШНІСТЬ

Учень попросив про слово мудрості.

Ось що відповів Майстер:

— Йди, зачинись в своїй келії, й ти навчиш себе мудрості.

— Але ж у мене немає келії. Я не монах.

— Звісно ж, у тебе є келія. Зазирни всередину себе.

### ХАРИЗМА

Один учень Майстра був юдеєм.

— Яку добру справу маю зробити, аби догодити Богові? — спитав він.

— Та звідки ж мені знати? — відповів Майстер. — Ваша Біблія каже, що Авраам проявляв гостинність, і Бог був з ним. Пророк Ілія любив молитися, і Бог був з ним. Давид правив царством, і Бог був з ним теж.