


[www.vulkani.rs](http://www.vulkani.rs)  
[office@vulkani.rs](mailto:office@vulkani.rs)

Naziv originala:

Anthony De Mello

A YEAR WITH ANTHONY DE MELLO

Copyright © 2022 by the Center for Spiritual Exchange

First published by Beyond Words Publishing, Inc., Portland, Oregon.

[www.beyondword.com](http://www.beyondword.com). Translation rights arranged through Sylvia Hayse

Literary Agency, LLC, and Livia Stoia Literary Agency

Jacket and interior design: Devon Smith

Translation Copyright © 2025 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-05487-3



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

*Buđenje nedelju po nedelju*

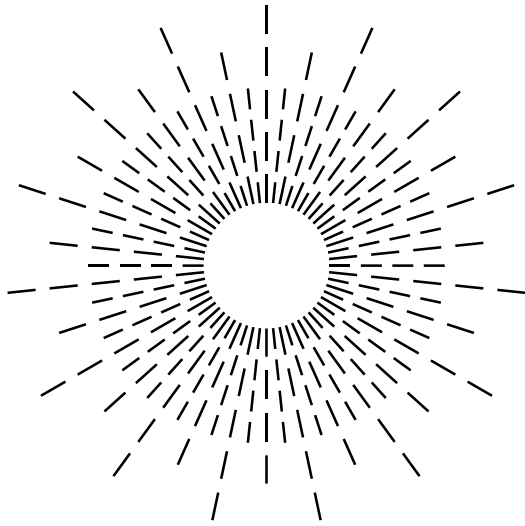
GODINA S  
ANTONIJE  
DE MELOM

Priradio Don Džozef Goui

Preveo Vladan Stojanović

VULKAN  
IZDAVAŠTVO

Beograd, 2025.



# SADRŽAJ

---

<b>Predgovor</b> Lea Dejlja, SJ .....	9
<b>Uvod</b> .....	13
Kako da koristite ovu knjigu .....	12
Tonijeva radionica u knjizi .....	15
Vežba .....	15

## PRVI DEO: KRALJEVSTVO RADOSTI

Nedelja 1 .....	19	Nedelja 13 .....	76
Nedelja 2 .....	23	Nedelja 14 .....	81
Nedelja 3 .....	28	Nedelja 15 .....	85
Nedelja 4 .....	33	Nedelja 16 .....	89
Nedelja 5 .....	38	Nedelja 17 .....	94
Nedelja 6 .....	43	Nedelja 18 .....	98
Nedelja 7 .....	49	Nedelja 19 .....	102
Nedelja 8 .....	54	Nedelja 20 .....	106
Nedelja 9 .....	59	Nedelja 21 .....	110
Nedelja 10 .....	63	Nedelja 22 .....	115
Nedelja 11 .....	68	Nedelja 23 .....	119
Nedelja 12 .....	72		

## DRUGI DEO: ZEMLJA LJUBAVI

Nedelja 24 .....	127	Nedelja 27 .....	140
Nedelja 25 .....	131	Nedelja 28 .....	144
Nedelja 26 .....	136	Nedelja 29 .....	148

Antoni de Melo

Nedelja 30 .....	152	Nedelja 33 .....	164
Nedelja 31 .....	156	Nedelja 34 .....	169
Nedelja 32 .....	160	Nedelja 35 .....	174

TREĆI DEO: PONOVRNO OTKRIVANJE ŽIVOTA

Nedelja 36 .....	181	Nedelja 41 .....	203
Nedelja 37 .....	186	Nedelja 42 .....	208
Nedelja 38 .....	190	Nedelja 43 .....	212
Nedelja 39 .....	195	Nedelja 44 .....	216
Nedelja 40 .....	199	Nedelja 45 .....	220

ČETVRTI DEO: JA, MOJE JA I BOG

Nedelja 46 .....	227	Nedelja 49 .....	241
Nedelja 47 .....	231	Nedelja 50 .....	245
Nedelja 48 .....	236		

PETI DEO: VERA

Nedelja 51 .....	251	Nedelja 52 .....	254
------------------	-----	------------------	-----

ŠESTI DEO: POSLEDNJA PORUKA – SVE JE U REDU

Nastupajuća godina .....	261		
Zaključak: naredni koraci .....	265		
Zahvalnice .....	269		

Ova knjiga posvećena je uspomeni na Džejmisa Dezmonda Tauija (1937–2022), koji je, gotovo tri decenije, bio ključan u očuvanju i dostupnosti transformativnog rada Antonija de Mela za ceo svet.





## PREDGOVOR

---

Otac Antoni de Melo želi vam srdačnu dobrodošlicu u ovu vežbanku. Dopustite mi da vam ponudim nekoliko saveta pre nego što počnete da čitate.

Kao prvo, od preskakanja ili brzog čitanja nećete imati velike koristi, i to s bilo kakvim štivom koje je napisao Toni de Melo. Ne želite da propustite misterije i izazove koji vas očekuju. Uveravam vas da će vam strpljivo čitanje doneti bogate nagrade.

Drugo, i jednako važno kao prvo, pripremite se za iznenađenja. Najbolje je da iznova pročitate pasus ili poglavlje ako se ne susretete ni sa jednim. Poznato će ponekad sadržati iznenađenje. U ostalim prilikama, to će biti nešto daleko od uobičajenog, ili čak nešto onespokojavajuće. Tonijeve priče izabrane su ne samo zbog svoje zanimljivosti već i zato što je, kako sam Toni kaže, „priča najkraće rastojanje između ljudskog bića i istine“. Deca uvek žele da čuju priču više nego jedanput. I neki odrasli ljudi dele to osećanje. To bi moglo objasniti zašto su priče našeg Gospoda, poput one o sinu razmetnome ili dobrom pastiru, na primer, toliko cenjene milenijumima pošto ih je izrekao. A Toni bez pardona preuzima priče drugih kultura i zemalja. One nam mnogo govore o ljudskoj prirodi.

To ne iznenađuje. Tonijevo upozorenje o prihvatanju ili odbijanju njegovih izjava moglo bi da vas iznenadi. Ono je sastavni deo rada u ovoj vežbanci. Evo Tonijeve opomene: nemojte prihvatiti

moje reči iz poštovanja, već ih analizirajte kao što je Buda posavetovao tragače: „Kao što zlatar analizira zlato – sekući, grebući, trljajući, topeći.“ To je pristup koji je Toni želeo da čitalac upotrebi kad procenjuje sve što je napisao. Odbijao je da se poziva na argument autoriteta. Zahtevanje toliko visokih standarda od čitaoca moglo bi se smatrati iznenađenjem.

Kad počnete da čitate – ili bi bilo bolje reći da radite na ovoj knjizi – možda će vam se javiti poslednje pitanje: da li je vredna truda? Da li ću se odista osloboditi onoga što liči na program beskrajnog samounapređenja? Ili je ovo samo ista stara potraga, koja nikuda ne vodi? To je dobro pitanje, na koje je nemoguće odgovoriti obećanjima ili garancijama. Moje iskustvo, na primer, nije garancija onoga što bi vaše ili bilo čije moglo biti. Čak bi i dve slične osobe mogle različito da odgovore na Tonijeve savete i izazove. Zato nema apsolutno predvidivog ishoda koji bi mogao biti ponuđen svima koji ulažu svoje vreme i napor.

Međutim, uveravam vas u to da ovde nije reč o nekom budalastom kockanju.

Pored višegodišnjeg druženja s Tonijem na Fordamskom univerzitetu, pre njegove smrti 2. juna 1987, imao sam privilegiju da slušam ispovesti velikog broja ljudi o načinu na koji su Tonijeve knjige, konferencije, kružoci i prijateljstvo uticali na njih. I sva svedočenja sadržala su istu središnju ideju: „On mi je promenio život!“ Toni je nalazio način da utiče na ljude bez obzira na njihove godine, prošlost, religiju ili njeno odsustvo. To bi mogla biti srećna podudarnost ili neponovljiva slučajnost, ali mislim da nije bilo tako.

De Melov centar je pre nekoliko nedelja dobio zahtev koji mi je privukao pažnju. Izdavač je tražio da mu se dozvoli da štampa Tonijeve knjige na nekoliko novih jezika, u zemljama u kojima nisu bile dostupne čitalačkoj publici. Taj zahtev vrlo verno odražava veliku

## *Buđenje nedelju po nedelju*

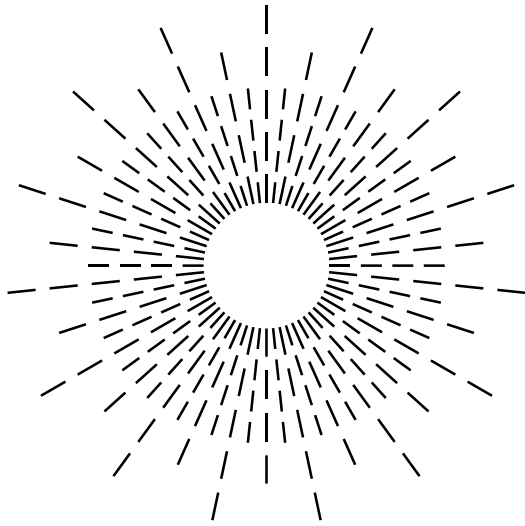
raznolikost Tonijevih čitalaca. To me navodi na zaključak da Toni-jeva mudrost, više od trideset godina posle njegove smrti, još govori autentičnim glasom o današnjoj duhovnosti. Verujem da ćete to i sami zaključiti čitajući ovu knjigu. Ništa od pomenutog, naravno, ne daje konačni i neopozivi odgovor na vaše pitanje o opravdanosti truda uloženog u čitanje ove knjige i rada koji ona zahteva. Postoji previše nepoznatih. Laknuće mi ako su vas moji saveti i primeri naveli na to da samouvereno otvorite ovu knjigu i nastavite da je čitate. I neću biti nimalo iznenađen ako vas vaši napori u nekom trenutku dovedu do spoznaje dublje radosti i mira u odnosu sa sobom i drugim ljudima. To je samo način na koji Toni nastavlja da sjajno obavlja svoj posao.

**Leo Dejli, SJ\***

Poverenik De Melovog duhovnog centra

---

\* Skraćenica koja se dodaje nakon imena sveštenika i upućuje na to da je on pripadnik reda Kato-  
ličke crkve *Society of Jesus*. (Prim. ur.)



# UVOD

---

Vaš zadatak nije da tragate za ljubavlju,  
već samo da u sebi potražite i pronađete sve  
prepreke koje ste izgradili protiv nje.

*Kurs u čudima*

## KAKO DA KORISTITE OVU KNJIGU

Ova knjiga poziva vas da se pridružite duhovnom kružoku Antonija (Tonija) de Mela. Ova knjiga nije katolička, pa čak ni hrišćanska, iako je Toni bio jezuitski sveštenik. Ovo je knjiga duhovnog usmerenja. Toni je često govorio: „Duhovnost se tiče buđenja.“ Ova knjiga vam zato nudi praktični duhovni prilaz onome za čime ljudi svuda tragaju, a retko nalaze. Najbolji način da vam predstavim knjigu jeste da upotrebim Tonijeve reči, kojima je otvarao prvi dan kružoka kojima je rukovodio, dok je još radio s nama. Evo šta je govorio učesnicima kružoka:

Ljudi spavaju. Oni žive u zabludama, na ludačkim idejama o svemu, o ljubavi, o vezama, o sreći, o radosti, o onome što bi svet trebalo da bude, što bi oni trebalo da budu i o onome što bi trebalo da žele. Duhovnost se tiče buđenja. Ja ću se, da bih vam olakšao buđenje, kretati s jedne na drugu temu i iznova vraćati na njih, zato što je to najbolji način da stvarno shvatite

ono što govorim. Pokretaću različite teme – ljubav, buđenje, slobodu, sreću, zovite ih kako god želite – ali će se sve ticati istog. Ako vas ne pogode iz prve, možda će to učiniti iz druge, a ona koja ne pogodi jednu, mogla bi pogoditi drugu osobu.

Od izuzetne je važnosti, ako želite da se probudite, da se posvetite onome što zovem samoposmatranje. Budite svesni onoga što govorite, budite svesni onoga što osećate, budite svesni onoga o čemu razmišljate, budite svesni načina na koji delate. Budite svesni toga odakle dolazite, kakvi su vam motivi, ali bez neopozivih zaključaka, bez stavova, bez mešanja, bez pokušaja da promenite, već samo da razumete, pošto menjate samo ono što razumete. Potiskujete ono što ne razumete i ono čega niste svesni. Ali kada ga razumete, ono se menja. Svesnost oslobađa stvarnost koja vas menja, ali to morate sami uvideti. Slobodni ste od trenutka u kome vidite da je uverenje lažno. Sami ćete to otkriti kad počnete da odmićete ovom stazom. Ne očekujte da ću ja to nekako učiniti za vas. Ideja da vas neko drugi može osloboditi samo je još jedna zabluda. Čak ni najveći guru ne može načiniti nijedan korak za vas. Vi morate postati svesni iluzije koja je programirana u vama i koja blokira istinu. Jedno vam mogu obećati: nisam upoznao nikoga ko za nekoliko nedelja posvećenosti dostizanju svesnosti nije uočio razliku. Kvalitet vašeg života će se menjati, pa više nećete morati samo da verujete na reč. Videćete: bićete drugačiji. Drugačije ćete reagovati. U stvari, manje ćete reagovati, a više delati. Videćete ono što nikada niste videli. Bićete mnogo energičniji, životniji. Ljudi misle da će bez žudnji biti kao naplavljeno drvo. Ali oni zapravo gube napetost. Postaćete ono što jeste kada se ratosiljate straha od neuspeha i nervoze povezane sa uspehom.

## *Buđenje nedelju po nedelju*

Opustićete se. Kada vam se iluzije sruše, pogledaćete na svet i reći ćete: „Auh, kako sve izgleda drugačije.“

### TONIJEVA RADIONICA U KNJIZI

Knjiga je načinjena tako da vam omogući svakodnevne susrete s TONIJEVOM DE MELOM, iz nedelje u nedelju, tokom cele godine. Knjiga je, kao takva, podeljena u pedeset dva segmenta, ili poglavlja, a svaki nedeljni segment upoznaje vas s ključnim pasusom iz De Melovih remek-dela. Najusrdnije vam savetujem da čitate priče po redu po kome su predstavljene. Redosled obezbeđuje učenje i duh koji bi mogli biti izgubljeni kad biste nasumično čitali knjigu. Vraćajte se materijalu svakodnevno, čitave nedelje, razmatrajte njegove teme i pratite njihov odnos prema vašem životu. Vi ste, naravno, slobodni da se posvetite ovoj knjizi na koji god način želite i ritmom koji vama najviše odgovara. Svakako ste slobodni da pristupite ovom kursu dnevno ili s prekidima, ali započnite taj posao i ne odustajte od njega. Načinićete najveće otkriće svog života ako tako postupite.

### VEŽBA

Posle pasusa za svaku nedelju, nalazi se odeljak za vežbu, koji se zove *Samoposmatranje*. Toni vas poziva na razmišljanje o pasusu, na direktno i duboko bavljenje njime i na razumevanje načina na koji ste programirani, da vidite nešto što nije tu – to jest, noćne more uzrokovane vezivanjem, zavisnošću i iluzijom – a da ne vidite ono što je tu, to jest, božansko svuda oko vas i u vama, koje će vam preobraziti život u nešto smisljeno, divno i bogato ako ga poimate.

Svakom odeljku *Samoposmatranje* prethodi priča koja se odnosi na pasus za tu nedelju. Priče su iz De Melovih knjiga s duhovnim pripovestima. Evo kako ćete im pristupati: prvo dva puta pročitajte priču. Pri prvom čitanju možda ćete biti zaneti pripovešću. Zaronite dublje u nju pri drugom čitanju. Razmislite o njoj. Primenite je u životu, a zatim, pošto ste razmislili o njoj, pročitajte priču po treći put. Stvorite tišinu u sebi i dopustite da vam priča otkrije unutrašnju dubinu i značenje u pozadini reči i razmišljanja. Ovo će vam dati osećaj za mistično. Možete da pišete na praznim stranama, koje su raspoređene posle svakog odeljka *Samoposmatranje*, ali će vam možda zatrebati veći prostor za pisanje da biste zabeležili ono što želite. U tom slučaju kupite svesku ili notes, koje ćete koristiti uporedo s knjigom.

Takođe, u zaključku knjige pronaći ćete linkove za besplatne izvore, koje vam obezbeđuje De Melov duhovni centar – zvanična arhiva De Melovog opusa. Tu su veb-sajt Antonija de Mela, De Melova aplikacija i društvene mreže i zajednička platforma, usredsređeni na De Melov prilaz prosvetljenju.

Poverenici De Melovog duhovnog centra i ja se nadamo da će vaše srce dostići veliku jasnoću radom na ovoj knjizi.

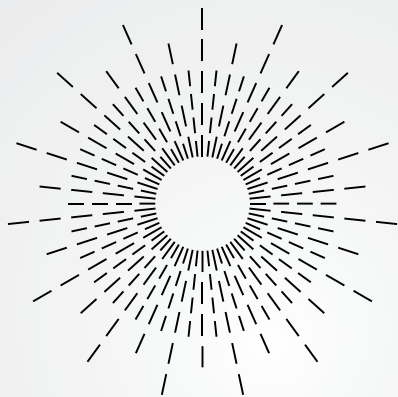
**Don Džozef Goui**

Izvršni direktor De Melovog duhovnog centra



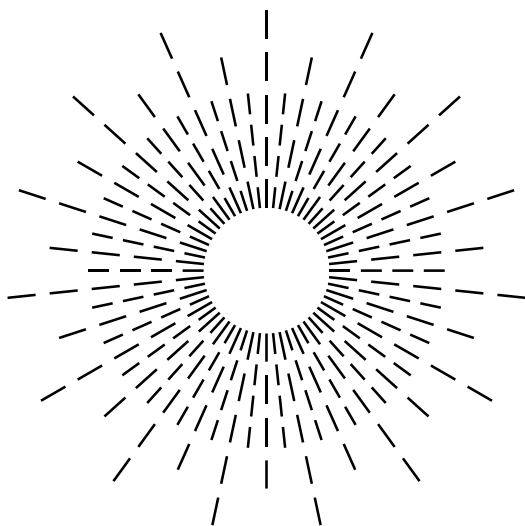
PRVI DEO

# KRALJEVSTVO RADOSTI



Kako je tužno ako ste prošli kroz život a da ga nikada niste ponovo sagledali očima deteta. Potrebno je da se vratimo u raj; potrebno je da budemo ponovo iskupljeni. Potrebno je da se ratosiljamo starog čoveka, stare prirode, uslovljenog sebe, i da se vratimo stanju deteta, ali da ne budemo deca.

**Antoni de Melo**



# NEDELJA 1

---

Potrebno nam je da sedimo na ivici  
bunara tame  
i da strpljivo pecamo  
palu svetlost.

**Pablo Neruda**

**N**edavno sam otkrio nešto što mi je okrenulo život naopačke. To otkriće unelo mi je revoluciju u život. Postao sam novi čovek. Podeliću ga s vama, iako sigurno mislite: „On je sveštenik, zar ne? Kako je moguće da je to otkrio tako kasno? Zar nije čitao jevanđelja?“

Naravno da sam čitao jevanđelja, ali ih nisam video. Bilo mi je pred očima, ali nisam video. Kasnije, posle otkrića, na vlastito zaprepašćenje, pronalazio sam ga u svim važnijim religioznim spisima, hoću reći, bilo mi je pred očima, ali ga nisam prepoznavao. Tako mi Boga, želeo bih da sam ga pronašao u mlađem životnom dobu. Uh, kakva bi to razlika bila.

Pa, koliko će mi vremena biti potrebno da vam ga prenesem? Biću iskren: ne duže od dva minuta. Za njegovo poimanje možda će vam biti potrebno dvadeset, petnaest, deset godina, pedeset dve nedelje, jedna nedelja, jedan dan, deset minuta – ko bi ga znao? Možda ćete ga shvatiti posle čitanja jednog poglavlja ove knjige. Sve zavisi od vas.

Da li je teško za razumevanje? Tako je jednostavno da ga razume i sedmogodišnje dete. Zar to nije čudesno? I sada se pitam, dok razmišljam o tome: *Zašto ga nisam video?* Ne znam zašto ga nisam video, ali nisam. Vi ćete ga možda videti danas, ili ćete videti njegov deo. Šta vam je potrebno da biste ga videli?

Samo jedno: sposobnost da slušate. To je sve. Da li ste sposobni da slušate? Možda ćete shvatiti ako jeste.

A opet, slušanje nije tako lako kao što možda mislite. Zašto? Zato što uvek slušamo iz fiksiranih položaja, fiksiranih predrasuda, fiksiranih ideja. Slušanje na koje ja mislim znači da budete budni. Zato budite budni dok čitate ovu knjigu i razmišljate o njoj. Istrajite u nameri da slušate svežeg uma, bez predrasuda, bez zaključivanja, bez fiksiranih formula.

Slušanje pak ne znači gutanje. To je lakovernost. Želim da dovedite u pitanje sve što vam saopštavam, da razmišljate o tome, da

to preispitujete. Shvatanje ne znači slaganje sa mnom. Možete da shvatite i ne slajući se sa mnom. Setite se divnih Budinih reči: „Monasi i učenjaci ne bi trebalo da prihvate moje reči iz poštovanja, već moraju da ih

**Istrajite u nameri da slušate svežeg uma, bez predrasuda, bez zaključivanja, bez fiksiranih formula.**

analiziraju, onako kako zlatar analizira zlato – sekući, grebući, trljajući, topeći ga.“ Morate da izazivate sve, ali s pozicije otvorenosti, a ne tvrdoglavosti, otpora, uskogrudosti. Izazivajte sve i budite otvoreni dok to činite. Slušajte kad to činite. Napravićete još jedan veliki korak ka buđenju.