

ANTHONY DE MELLO

Liefdesmeditaties

De laatste overpeinzingen van
Anthony de Mello



AnkhHermes

Oorspronkelijke titel: *The Way to Love, meditations for life*
uitgegeven door Random House, een onderdeel van Penguin
Random House LLC

Vertaling Lola van Scharrenburg
Omslag Villa Grafica
Binnenwerk Zeno
NUR 728

ISBN 9789020222654

ISBN e-book 9789020222661

© 1992 Random House en Anthony de Mello

© 2025 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK|media,
Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag
worden gereproduceerd, op welke manier dan ook, zonder
schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en data-
mining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet
toegestaan.

Uitgeverij AnkhHermes vindt het belangrijk om op milieu-
vriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen
om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze
titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker
is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

www.ankh-hermes.nl

Liefdesmeditaties

INHOUD



Inleiding	9
Winst en verlies	13
Discipelschap	16
De tweede mijl	23
Hij ging terneergeslagen weg	28
Het oog van een naald	34
Geen plaats om naartoe te gaan	39
Breng de armen hierheen	43
De blinden zien	47
De hemel nabij	52
Wat moet ik doen?	56
Geen steen zal op de andere blijven	61
Hoe je moet geven	67
Slangen en duiven	72
Geweldenaars	77
Maak geen onderscheid	82
Eén meester	86
Word als een kind	92

Heb elkaar lief	97
Kijk niet achterom	102
Heb je vijanden lief	108
Tollenaars en zondaars	112
Wees wakker	119
De berg van gebed	124
Oordeel niet	130
Ruk het oog uit	134
Lijden en glorie	143
Vuur op aarde	146
Kijk naar de lelies	154
Verliezen en behouden	159
De lamp van het lichaam	163
Sta klaar	169
Over de auteur	175

INLEIDING



Ik kon mijn oren niet geloven toen ik jaren terug voor het eerst over Tony de Mello, s.j. hoorde. Het verhaal dat ik je ga vertellen heeft betrekking op het boek dat je straks zult lezen.

Er werd me verteld dat Tony een retraite voor zestig jezuïtische medepriesters had geleid, en dat hij hen acht dagen lang, zes uur per dag had toegesproken. Ik weet nog dat ik zei: 'Er is geen jezuïet die acht dagen lang zes uur per dag naar een andere jezuïet luistert.' Mijn gesprekspartner hield vol dat het toch echt waar was, en ik vroeg: 'Wie heeft die retraite opgezet?' De namen van een aantal zeer indrukwekkende (voor mij, althans) jezuïeten werden genoemd. Dat was het moment dat ik, als de twijfelende Tomas uit de Heilige Schrift, zei: 'Dit moet ik zelf zien en horen.'

En zo begon mijn reis met de man die mijn

leven zo ingrijpend zou beïnvloeden dat ik, jaren later, de persoon die ik in die vroegere jaren was niet eens meer herkende. En dat gold niet alleen voor mij: er waren er duizenden als ik.

Mijn eerste ontmoeting met Tony de Mello doet nu nogal alledaags aan. Er werd hem gevraagd om een weekendretraite aan een groep van niet-ingewijden te geven. Hij stemde ermee in om dat op zijn terugreis van Rome naar India te doen. Ik verzocht hem om deel te nemen aan die retraite, puur om de man te ontmoeten en te ervaren. Het sneeuwde tijdens dat onvergetelijke februariweekend in Saddle River, New Jersey.

Het gevoel van bevrijding zal ik nooit vergeten; zijn inzichten over spiritualiteit, over gebed, over de zin van het leven; zijn humor; zijn fantastische manier van verhalen vertellen. En dat alles op zo'n eigen manier. Jaren later, toen hij meer dan drieduizend studenten toesprak via een satellietverbinding, was hij nog net zo eigen. 'Zo'n twaalf jaar geleden,' zei hij, 'deed ik een ontdekking die mijn leven veranderde.' Hij had in Calcutta een riksja chauffeur ontmoet die Rinsai heette en die, ondanks het feit dat hij zou overlijden aan een pijnlijke ziekte en zo arm was dat hij zijn botten nog vóór hij

stierf moest verkopen, vervuld was van geloof en innerlijk geluk. ‘Ik besepte opeens,’ ging Tony verder, ‘dat ik me in het bijzijn van een mysticus bevond die het leven had herontdekt. Hij leefde, ik was dood. Hij was een man die zich in dit leven had gereïncarneerd.’

Ik zeg dat het verhaal van mijn ontmoeting met Tony betrekking heeft op het boek dat je straks zult lezen omdat ik, hoewel ik zeer bekend was met zijn geschreven (en gesproken) woord, toen ik dit manuscript onder ogen kreeg ervan verstueld stond hoe deze kleine maar krachtige ‘meditaties’ dezelfde gevoelens in me oproepen als toen ik hem voor het eerst ontmoette. Met het doorlezen van de pagina’s voelde ik weer diezelfde uitdaging, de spirituele provocatie waar Tony zo’n meester in was. Er zat een fundamentele eerlijkheid in het karakter van Tony de Mello, waarmee hij alles in zijn eigen leven opnieuw evalueerde. En het was die eerlijkheid die hij zo effectief overbracht aan wie maar wilde luisteren. Zijn analogieën, zijn verhalen, zijn veelzeggende kritiek op heilige koeien – allemaal briljant verweven in dit boek – inspireerden mij tot een soortgelijke herwaardering van mijn eigen leven, en daar heb ik nooit spijt van gehad.

Neem elk van deze meditaties en draag ze de hele dag heen met je mee. Daag zijn ideeën uit, overpeins zijn gedachten, en wees dan stil. Er zal een moeiteloze transformatie plaatsvinden in je hart, een verlichtende ervaring van inzicht, de heerlijke rust die je ervaart als je naar de sterren staart of naar een prachtige zonsondergang kijkt, of naar een zachte blik van genegenheid in de ogen van je geliefde. Dat is het effect van deze spirituele parels. Het enige wat je nodig hebt is een vol hart en onderzoekende geest.

J. Francis Stroud, s.j.

The Center for Spiritual Exchange, Fordham University, Bronx, N.Y.

WINST EN VERLIES



*Wat heeft een mens eraan de hele wereld te winnen als
dat ten koste gaat van zijn ziel?*

— MATTEÛS 16:26

Denk aan het gevoel dat je krijgt als iemand je complimenteert, als je wordt goedgekeurd, geaccepteerd of geprezen. En zet dat tegenover het gevoel dat in je opkomt als je naar de zonsondergang, de zonsopkomst of de natuur in het algemeen kijkt, of als je een boek leest of een film kijkt waar je enorm van geniet. Roep dit gevoel op en zet het tegenover het eerste gevoel, het gevoel dat in je opkwam toen je geprezen werd. Voel je dat het eerste gevoel voortkomt uit zelfverheerlijking, uit zelfzucht? Het is een werelds gevoel. Het tweede komt voort uit zelfontplooiing, het is een zielsgevoel.

Hier is nog een tegenstelling: denk aan het gevoel dat je hebt als je succesvol bent, als je het gemaakt hebt, als je aan de top staat, een wedstrijd wint, een weddenschap of een discussie.

En zet het tegenover het gevoel dat je krijgt als je oprecht geniet van de taak die je aan het doen bent, als je opgaat in de handeling waar je op dat moment mee bezig bent. En merk opnieuw het kwalitatieve verschil op tussen het wereldse gevoel en het zielsgevoel.

Nog een tegenstelling: herinner je hoe het voelde toen je macht had, de baas was, toen mensen naar je opkeken en je bevelen opvolgden, of toen je populair was. En vergelijk dat wereldse gevoel met het gevoel van intimiteit en kameraadschap: de keren dat je genoot in het gezelschap van een vriend of een groep mensen met wie je lol had, lachte.

Probeer als je dit gedaan hebt de ware aard van wereldse gevoelens te begrijpen. Van gevoelens van zelfzucht en zelfverheerlijking. Ze zijn niet natuurlijk, maar bedacht door je samenleving en je cultuur om je productief en beheersbaar te maken. Deze gevoelens brengen je niet de voldoening en het geluk dat je haalt uit het aanschouwen van de natuur of het genieten van je vrienden of je werk. Ze zijn bedoeld om spanning en opwinding voort te brengen – en leegte.

Observeer jezelf vervolgens gedurende de dag of de week en bedenk hoeveel van de han-

delingen die je verrichtte en de activiteiten die je ondernam, onbesmet waren door het verlangen naar die spanning en opwindning die je niets anders opleveren dan leegte en een verlangen naar aandacht, goedkeuring, roem, populariteit, succes of macht.

En kijk eens naar de mensen om je heen. Is er ook maar iemand van hen die niet verslaafd is aan deze wereldse gevoelens? Een enkeling die zich er niet door laat leiden, er niet naar hunkert, die er niet elke minuut van zijn of haar leven onbewust naar op zoek is? Als je dit inziet, zul je begrijpen hoe mensen de wereld proberen te winnen en daarbij hun ziel verliezen. Ze leven lege, zielloze levens.

En hier is een parabel om over na te denken: een groep toeristen zit in een bus die door een prachtig landschap rijdt, met meren en bergen en groene velden en rivieren. Maar de zonwering van de bus is naar beneden getrokken. Ze hebben geen flauw idee wat zich achter de ramen van de bus bevindt. En hun hele reis zijn ze aan het kibbelen over wie er op de beste stoel van de bus mag zitten, wie er toegejuicht wordt, wie er gewaardeerd wordt. Tot aan het einde van de reis.