

Citations : Anthony de Mello (1931-1987) prêtre jésuite indien, maître spirituel et auteur.

"Avant je vous disais toujours: « Changez ! Changez !, même si c'est pour le plaisir de changer. Tant que vous n'aurez pas une raison forte et positive pour ne pas changer, changez ! Changer c'est se développer, changer c'est vivre; alors, si vous voulez continuer de vivre, continuez de changer.»

" La vérité et la liberté, valeurs fondamentales, ne peuvent être atteintes que par un dépassement des idées toutes faites et des peurs."

« Le bonheur est permanent en toi, il est ton essence, ton état naturel, de même que l'amour est ton essence. Ce qui te fait souffrir, c'est l'attachement aux sentiments, aux choses, aux personnes».

"La vie c'est aujourd'hui, mais tu dois être éveillé pour le savoir. Si tu es fixé à ton passé ou si tu espères un futur meilleur, tu es en train de perdre ta vie. Celui qui vit dans le passé, non seulement dort, mais il est mort, car le passé est déjà mort. Et celui qui vit en rêvant du futur est un égaré, un fou, car le futur n'existe pas.

"Apprenez à aimer la solide nourriture de la vie. Un bon repas, un bon vin, une bonne eau. Goûtez-les. Oubliez votre esprit et reprenez contact avec vos sens. Prenez une bonne, une saine nourriture.

Le plaisir des sens et le plaisir de l'esprit dépendent d'une saine nourriture. Un bon livre ou une bonne discussion, ou des pensées enrichissantes.

C'est miraculeux.

"La spiritualité consiste à voir les choses telles qu'elles sont et non à travers des verres teintés. Elle doit naître de toi-même. Plus tu seras toi-même, libéré de la programmation, plus ta vie sera spirituelle.

Tu vis ta spiritualité quand tu n'es à la merci d'aucun événement, d'aucune chose, d'aucune personne. Quand, au contraire, tout cela t'affecte intérieurement, tu ne peux que réagir et c'est la preuve que tu es régi par les paroles et les actes des autres et non par toi."

« Ce n'est pas grâce à notre argent
Mais grâce à notre capacité de jouir
Que nous sommes riches ou pauvres.
Lutter pour la richesse
Et n'avoir aucune capacité de jouir,
C'est être comme l'home chauve
Qui lutte pour collectionner les peignes. »