



[<>>](http://kniga.biz.ua)

НЕДІЛЬНА МУДРІСТЬ

Миті осяяння в задушевних розмовах,
що змінюють життя

О П Р А В І Н Ф Р І

З англійської переклала Єлена Даскал

Київ
BOOKSHEF
2019

[Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Я ніколи не думав про це в такому дусі.

Це коротеньке речення, але я мрію почути і пережити його в кожному інтерв'ю.

Щоб подолати будь-який бар'єр, знадобиться духовна сила.

Глибини в ній достатньо, щоб здолати найглибший розпач.

Вона може вирвати у вас відверте осяяння: «*Ага!*».

Мені випав справжній привілей і честь поділитися цими мудрими бесідами з ідейними лідерами сучасності.

Я невимовно вдячна кожному гостю «Недільних задушевних розмов», чиї духовні шляхи та мудрі слова переконали мене, що всі ми — божествені створіння з людськими переживаннями.

Удячна команда «Задушевних недільних розмов», володаря премії «Еммі», яка допомогла мені втілити мрію в життя... а також Дженні Костельнік, яка допомагала оформити всі настанови у книжку.

Дякую вам, Чарльзе Мелчер, Аароне Кенеді й командо Мелчера, за розуміння симбіотичного зв'язку між мистецтвом, природою і людським духом.

Бобе Міллер, Вітні Фрік і всі співробітники «Флетірон і Макміллан», дякую вам за те, що допомогли донести ці слова світові.

— *Oprah Winfrey*

[<u>Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ЗМІСТ

Вступ ... 9

1. ПРОБУДЖЕННЯ ... 13

2. НАМІР ... 45

3. УСВІДОМЛЕНІСТЬ ... 61

4. ДУХОВНИЙ GPS ... 79

5. ЕГО ... 97

6. ПРОЩЕННЯ ... 111

7. РОЗЧАХНІТЬСЯ ... 125

8. БЛАГОДАТЬ І ВДЯЧНІСТЬ ... 151

9. РЕАЛІЗАЦІЯ ... 173

10. ЛЮБОВ І ЗВ'ЯЗОК ... 199

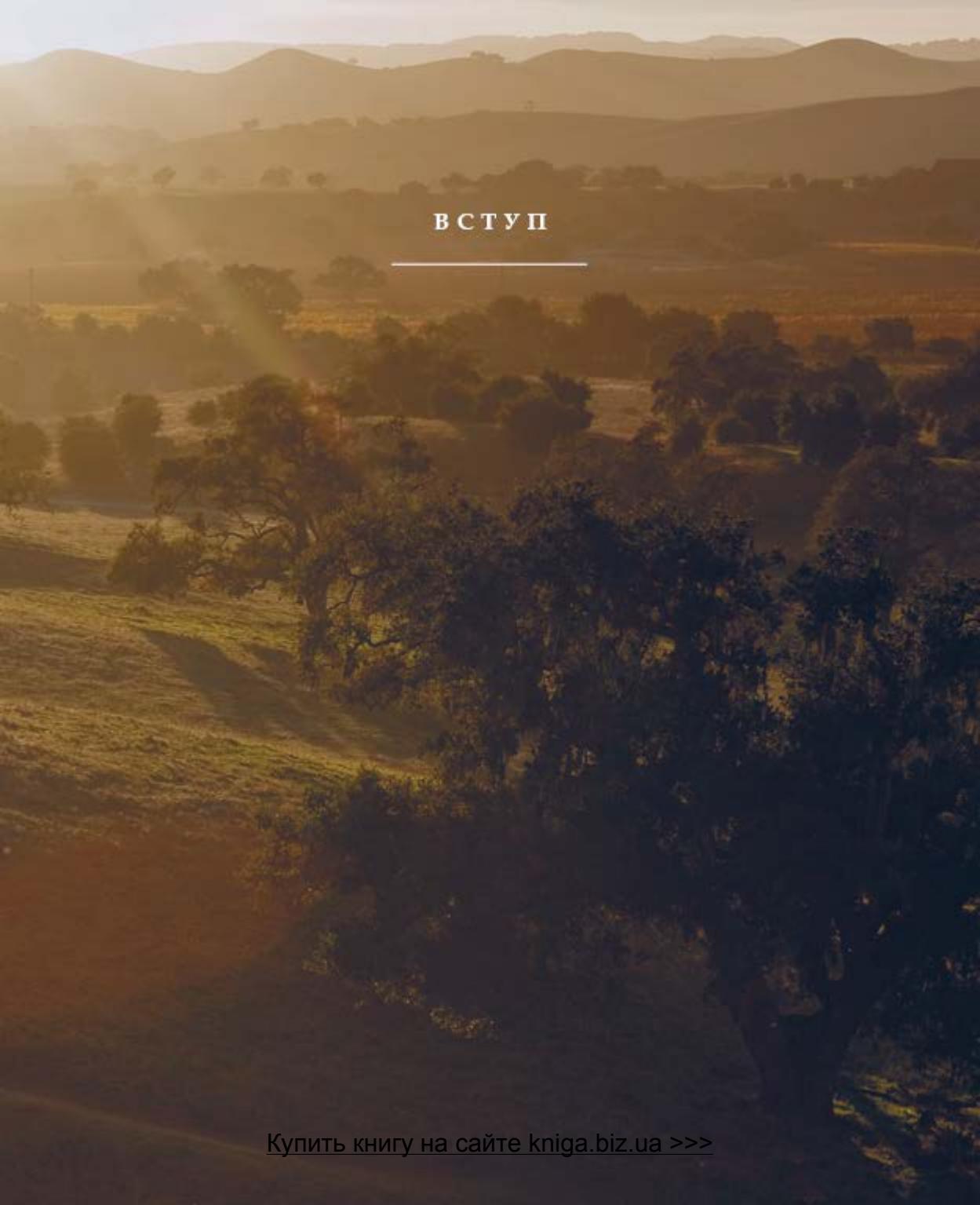
Післямова ... 221

Співавтори ... 227

Про автора ... 240

*Усі ми шукаємо
одного й того самого.
Ми поділяємо бажання
щонайповніше,
найвищаю мірою,
по-справжньому
відбутися як людина.*

— Oprah

A wide-angle photograph of a rural landscape at dusk or dawn. The scene is bathed in a warm, golden light. In the foreground, there's a dirt road or path that curves through a field. A large, gnarled tree stands prominently on the left side of the path. The middle ground shows more fields and trees, leading towards a range of hills in the background. The sky is clear with a few wispy clouds.

ВСТУП

[<>>](http://kniga.biz.ua)

Я вірю, що частина
МОГО ПОКЛИКАННЯ
В ЦЬОМУ СВІТІ —
ДОПОМАГАТИ ЛЮДЯМ
ПРИЙНЯТИ ІДЕЇ, ЯКІ
РОЗШИРЯТЬ ЇХНЕ
УЯВЛЕННЯ ПРО ТЕ, КИМ
ВОНИ є *насправді*, й те,
КИМ УСІ ВОНИ МОЖУТЬ
СТАТИ.

Саме тому я вигадала «Задушевні недільні розмови». Після понад двохсот годин зйомок відвертих інтерв'ю я почала уявляти по-справжньому видатну книжку — слова, які можна потримати в руці, які можуть надихнути і назавжди залишитися з тобою.

У фотографіях для мене теж приховано глибокий смисл. Багато світлин, які ви побачите, зроблено в моєму будинку в Санта-Барбари, де я щиро відчуваю присутність Господа і зв'язок із *Усім*, що більше за мене. Ранкові прогулянки з собаками стали

для мене формою молитви, можливістю насолодитися величчю навколошньої природи. Ніжна молоденька травичка, що мереживом пробивається між камінчиками доріжки, розсипані на землі жолуді, пташині гнізда — як на мене, ці фотографії одночасно зображують пишні багатства світу, в якому ми всі живемо, й непомітні дрібниці, що часто криються від нашого ока в повсякденному житті. Найзвичніші речі, як і сама духовність, набувають цілковито нового смислу, якщо ставитися до них із повагою. Самотня травинка несподівано стає не чимось пересічним, а чимось зворушливим у своїй відвертій і надзвичайно дивовижній красі.

Я молюся, щоб, читуючи «Недільну мудрість», ви відкрили для себе невеличкі нові місцини у власному житті, знайшли в них розраду й змогли осягнути їхній смисл, і побачити шлях уперед до нового надзвичайного буття.

На цих сторінках я зібрала найпотужніші духовні уроки, спалахи геніальності й *миті* осяяння з «Недільних задушевних

розмов», які ще й досі відлунюють у моїй душі й нині. Я точно знаю, що найцінніший подарунок, який ви можете зробити собі, — це час на виховання своєї неповторної особистості. Ваше життя так само, як і мое, розгортається згідно з вашою істиною. Ніхто не проходив через те, що випадає на вашу долю, не переживав це так, як переживаєте ви. Проте весь біль одинаковий. Наши смуток і печаль, радощі й перемоги пов'язують нас спільною ниткою людяності. Що швидше ми зрозуміємо цей зв'язок, то піднесенішим буде наше життя.

Від цих духовних наставників ви навчитеся, що кожним своїм рішенням

відстоюєте саму суть явища, яке є вашим життям.

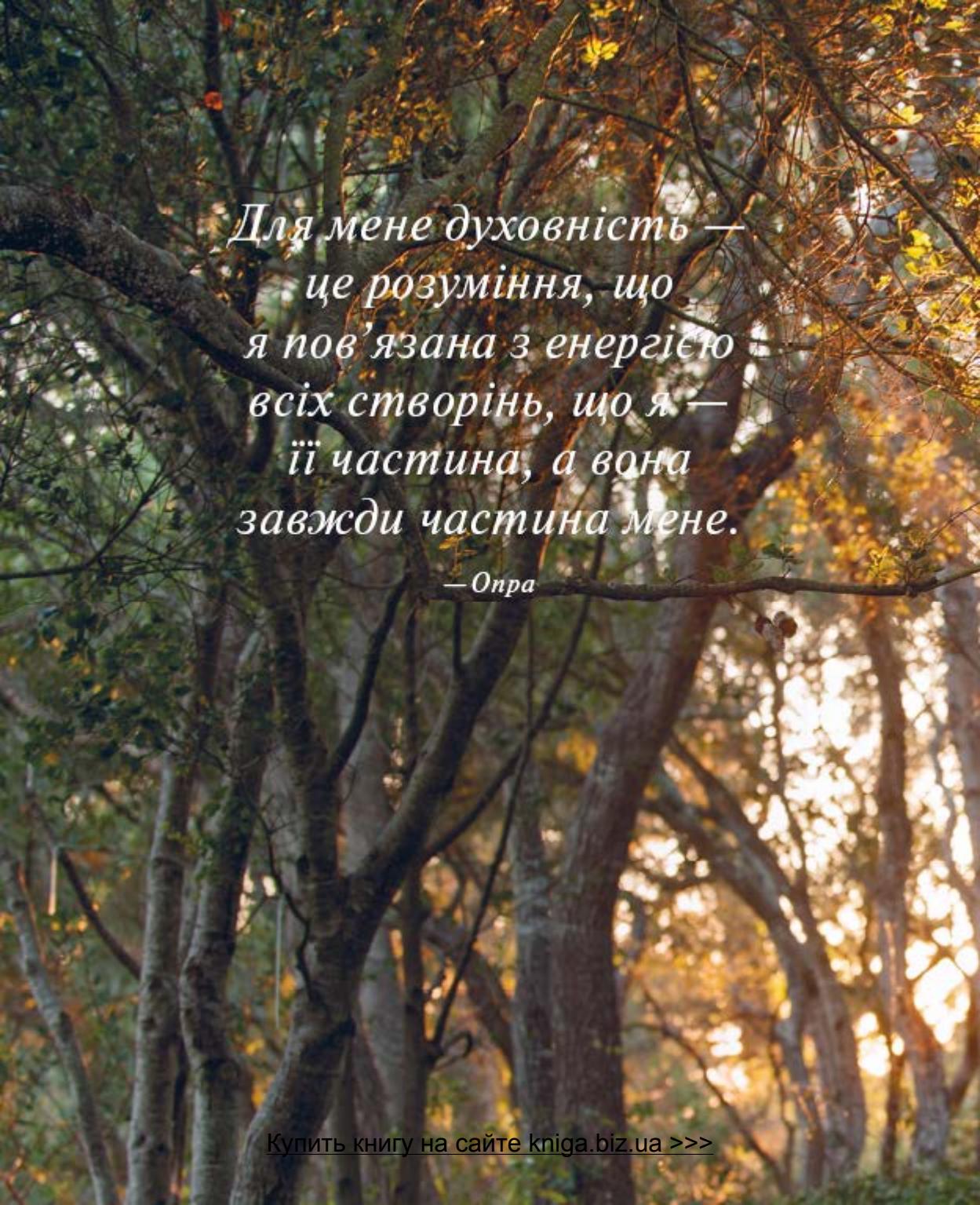
Видатний американський дослідник міфології, письменник і філософ Джозеф Кембелл якось сказав: «Перевага цього життя в тому, що можна бути самим собою».

Я вірю, що справжнє покликання на Землі — поєднатися з видатною духовною силою, божественним внутрішнім компасом, який уже спрямовує ваше життя.

Сподіваюся, що «Недільна мудрість» опромінить ваш шлях до тієї людини, якою ви хочете стати.

Розпочинайте цей шлях і долучайтесь до мандрівки!

— *Opra*



*Для мене духовність —
це розуміння, що
я пов'язана з енергією
всіх створінь, що я —
її частина, а вона
завжди частина мене.*

—Опра



РОЗДІЛ ОДИН

ПРОБУДЖЕННЯ

[Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](#)