

# PĂZITORII PREZENȚEI

CE PUTEM ÎNVĂȚA DE LA CÂINI ȘI PISICI



CUVINTE DE **ECKHART TOLLE** DESENE DE **PATRICK McDONNELL**

„O cărțuție care te va face să dai din coadă de încântare.“ — O, *The Oprah Magazine*



Adevărata **fericire** se află în lucrurile simple,  
aparent neînsemnate.

١٠

١١

١٢

١٣

١٤

١٥

١٦



١٧  
 ١٨  
 ١٩  
 ٢٠  
 ٢١  
 ٢٢  
 ٢٣  
 ٢٤  
 ٢٥  
 ٢٦  
 ٢٧  
 ٢٨  
 ٢٩  
 ٣٠  
 ٣١  
 ٣٢  
 ٣٣  
 ٣٤  
 ٣٥  
 ٣٦  
 ٣٧  
 ٣٨  
 ٣٩  
 ٤٠  
 ٤١  
 ٤٢  
 ٤٣  
 ٤٤  
 ٤٥  
 ٤٦  
 ٤٧  
 ٤٨  
 ٤٩  
 ٥٠  
 ٥١  
 ٥٢  
 ٥٣  
 ٥٤  
 ٥٥  
 ٥٦  
 ٥٧  
 ٥٨  
 ٥٩  
 ٦٠  
 ٦١  
 ٦٢  
 ٦٣  
 ٦٤  
 ٦٥  
 ٦٦  
 ٦٧  
 ٦٨  
 ٦٩  
 ٧٠  
 ٧١  
 ٧٢  
 ٧٣  
 ٧٤  
 ٧٥  
 ٧٦  
 ٧٧  
 ٧٨  
 ٧٩  
 ٨٠  
 ٨١  
 ٨٢  
 ٨٣  
 ٨٤  
 ٨٥  
 ٨٦  
 ٨٧  
 ٨٨  
 ٨٩  
 ٩٠  
 ٩١  
 ٩٢  
 ٩٣  
 ٩٤  
 ٩٥  
 ٩٦  
 ٩٧  
 ٩٨  
 ٩٩  
 ١٠٠

Dar pentru a lua aminte la lucrurile mărunte și discrete,  
ai nevoie de liniște interioară.

Urcă la nivelul superior, cel al atenției detașate.

Lasă-te cuprins de liniște. Privește. Ascultă.

**Fii prezent.**



Fii **conștient** de sunetele subtile din natură –

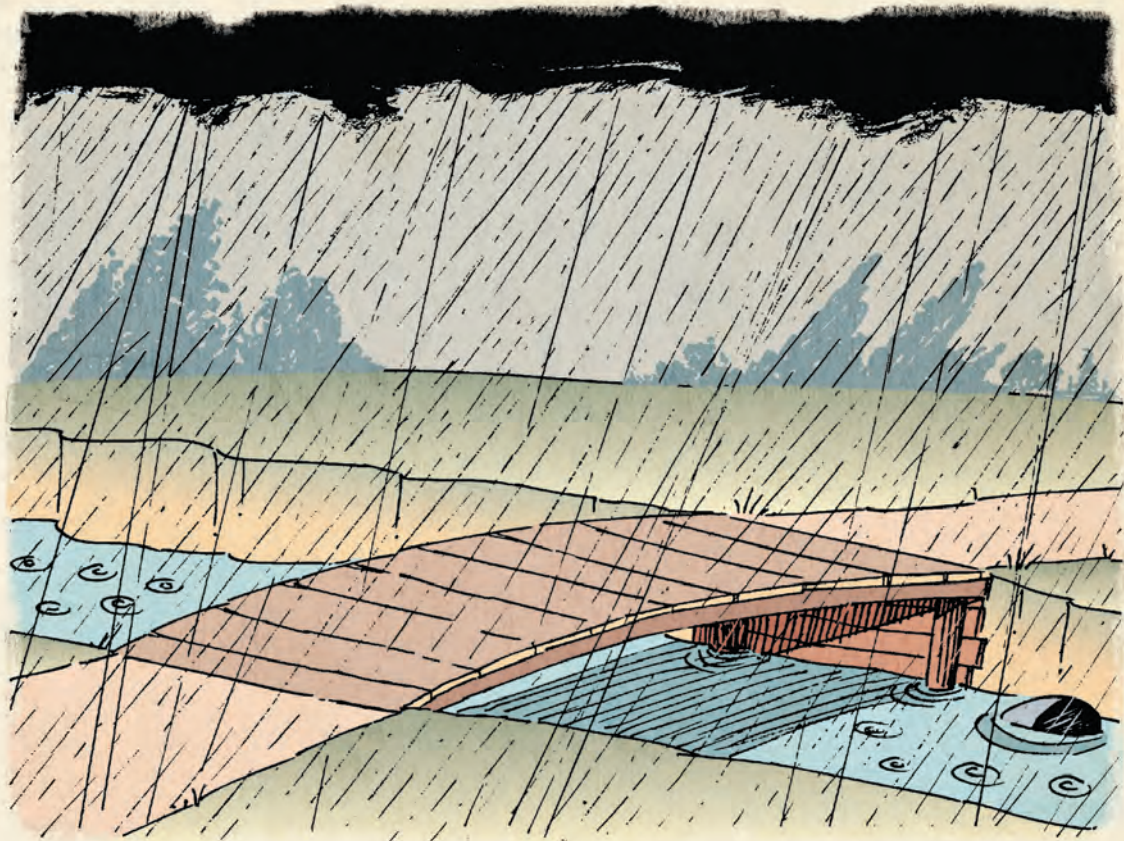


freamătul frunzelor în bătaia vântului,



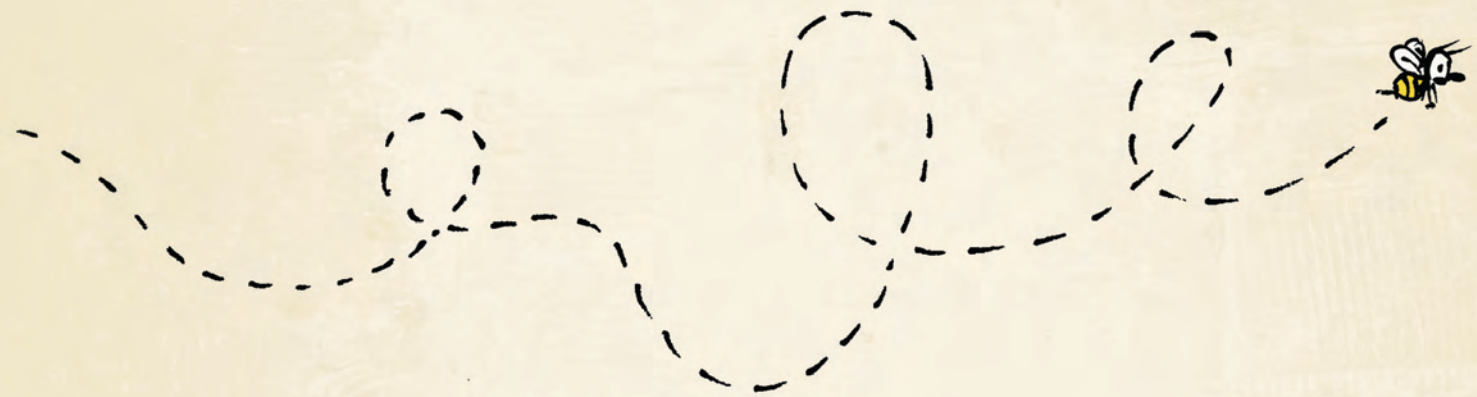


răpăitul ploii,

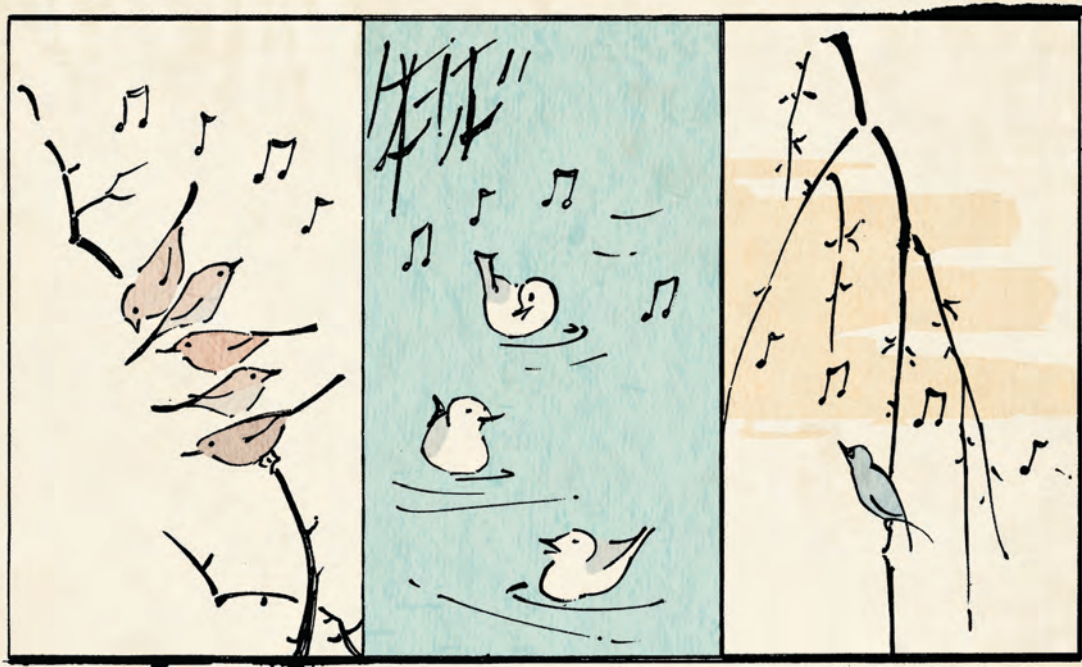


zumzetul unei insecte,





întâiul cântat al păsărilor, în zori.

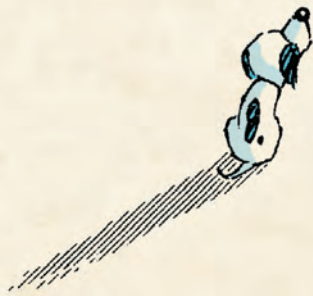


Lasă-te pe deplin  
în voia actului de a asculta.

Dincolo de sunete  
**se află necuprinsul:**

ceva sacru ce nu poate fi  
înțeles cu ajutorul minții.





Privește un pom, o floare, un răsad.

Lasă-ți conștiința să zăbovească asupra-le.

Câtă liniște sălășluiește în ea, cât de adânc înrădăcinată este ea în Ființă!

**Dă-i voie naturii să te învețe liniștea.**



Totul în natură – fiecare floare, pom,

fiecare animal – are o lecție importantă

să ne învețe, trebuie doar

**să ne oprim, să privim, să ascultăm.**



Privește cu atenție un animal și vei fi eliberat  
din gândurile tale și adus în momentul prezent,  
cel în care animalul trăiește tot timpul –  
**înconjurat de viață.**

„Am trăit alături de  
mulți maestri zen,  
toți pisici.“

— Eckhart Tolle



CURTEA  VECHÉ

  
eckhart  
teachings

  
MUTTS™  
MUTTS © 2010 PATRICK MCCORMELL

NEW WORLD LIBRARY  
[www.newworldlibrary.com](http://www.newworldlibrary.com)

[curteaveche.ro](http://curteaveche.ro)

ISBN 978-606-44-0543-2



9 786064 405432