

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

**CHOPRA, DEEPAK**

**O viață împlinită : cum să exploatezi puterea infinită a coincidențelor /**

Deepak Chopra ; trad. din lb. engleză de Alina Luca. - Pitești : Paralela 45,  
2019

ISBN 978-973-47-3137-4

I. Luca, Alina (trad.)

159.9

*The Spontaneous Fulfillment of Desire: Harnessing the Infinite Power of Coincidence*  
Deepak Chopra

Copyright © 2003 by Deepak Chopra, M.D.

This translation published by arrangement with Harmony Books, an imprint of the  
Crown Publishing Group division of Random House, Inc.

Copyright © Editura Paralela 45, 2019

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar conținutul este  
protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

[www.edituraparelela45.ro](http://www.edituraparelela45.ro)

# DEEPAK CHOPRA

## O viață împlinită

Cum să exploatezi puterea infinită a coincidențelor

Traducere din limba engleză de  
Alina Luca

**Editura Paralela 45**

## CUPRINS

---

<i>Mulțumiri</i> .....	9
Introducere .....	11
<b>Partea întâi. Promisiunea potențialului infinit</b>	
1. Materie, minte și spirit.....	25
2. Sincronicitate în natură.....	46
3. Natura sufletului.....	58
4. Intenția.....	71
5. Rolul coincidenței .....	91
6. Dorințe și arhetipuri .....	114
<b>Partea a doua. Cum să croiești drumul destinului</b>	
7. Meditații și mantră .....	131
8. Primul principiu: <i>Ești un fir din țesătura cosmosului</i> .....	142
9. Cel de-al doilea principiu: <i>Prin oglinda relațiilor îmi descopăr sinele non-localizat</i> .....	147
10. Cel de-al treilea principiu: <i>Fii stăpânul dialogului tău interior</i> .....	156
11. Cel de-al patrulea principiu: <i>Intenția țese tapiseria universului</i> .....	163

12. Cel de-al cincilea principiu: <i>Exploatează-ți agitația emoțională</i> .....	172
13. Cel de-al șaselea principiu: <i>Celebrează dansul cosmosului</i> .....	186
14. Cel de-al șaptelea principiu: <i>Accesarea conspirației improbabilităților</i> .....	191
15. Să trăim sincrodestinul.....	198
Concluzie .....	207
Referințe selective privitoare la non-localizare .....	211
Epilog.....	215
Anexa A. Unsprezece idei, unsprezece principii .....	217
Anexa B. Povestea lui Svetaketu .....	225

## MULȚUMIRI

---

Tuturor studenților care au participat, de-a lungul anilor, la cursurile de SincroDestin de la Centrul Chopra; voi ați validat, prin experiență, prin practică, cunoașterea conținută în această carte;

Lui Sarah Kelly, Kristin Hutchens și Jill Romnes, pentru asistența vitală acordată în cadrul acestor cursuri;

Partenerului meu, David Simon, pentru discuțiile care m-au stimulat și m-au împins să îmi extind în permanență universul intelectual;

Lui Carolyn Rangel, Felicia Rangel și Anne Marie Girard, care și-au dovedit devotamentul pentru această cunoaștere și pentru evoluția ei;

Editorului meu, Peter Guzzardi, pentru calitățile sale impecabile de redactor și pentru ajutorul lui în pregătirea acestui manuscris;

Personalului de la Centrul Chopra, pentru susținerea pe care mi-o oferă, susținere care face să devină posibil tot ceea ce reușesc să realizez.

Partea întâi

PROMISIUNEA  
POTENȚIALULUI ÎNFINIT

## 1

### Materie, minte și spirit

Din momentul în care devenim conștienți de lumea din jurul nostru, începem să ne punem problema locului pe care îl ocupăm în ea. Întrebările acestea au existat în mintea oamenilor de când lumea: De ce mă aflu aici? Cum mă încadrez eu în schema lucrurilor? Care este destinul meu? În copilărie avem tendința să ne gândim la viitor ca la o foaie albă de hârtie, pe care ne putem scrie propria noastră poveste. Posibilitățile par nelimitate și ne simțim plini de energie, datorită descoperirilor pe care urmează să le facem și plăcerii pure de a fi scufundați în așa un potențial puternic. Dar, pe măsură ce creștem, devenim adulți și suntem „educați“ cu privire la restricțiile noastre, iar viziunea referitoare la viitor devine limitată. Ceea ce cândva ne făcea imaginația să zboare acum ne trage în jos cu greutatea reprezentată de teamă și de anxietate. Ceea ce părea cândva fără limite devine strâmt și întunecat.

Există o cale de a recâștiga întreaga bucurie înălțătoare a potențialului nelimitat. Tot ceea ce e necesar este înțelegerea adevăratei naturi a realității: trebuie să fii dispus să observi faptul că toate lucrurile sunt inseparabile și se leagă unele de altele. Apoi, cu ajutorul unor tehnici specifice, vei descoperi cum lumea ți se deschide, iar

norocul și șansele, care apăreau numai din când în când, vor fi din ce în ce mai frecvente. Cât este de puternic sincrodestinul? Imaginează-ți, pentru un moment, că ai o lanternă în mână și te afli într-o cameră scufundată în întuneric total. Aprinzi lanterna și vezi o pictură minunată pe perete. S-ar putea să gândești: „Desigur, este o operă minunată, dar numai asta se află oare aici?“ Apoi, dintr-odată, camera se iluminează de deasupra. Privești în jur și vezi că te afli într-un muzeu de artă, iar pe pereții din jurul tău se găsesc sute de picturi, fiecare mai frumoasă decât cea dinainte. Odată ce ți se revelează toate aceste posibilități, îți dai seama că ai la dispoziție o viață întreagă de artă, de studiat și de iubit. Nu mai ești constrâns la a vedea doar o singură pictură, luminată de slaba strălucire a lanternei tale.

Aceasta este promisiunea sincronizării destinului. Ea aprinde luminile. Ne dă capacitatea de a lua decizii reale, în loc să ghicim orbește, pe măsură ce mergem înainte prin viață. Ne permite să vedem înțelesul lumii, să pricepem interconectarea, sau sincronizarea, tuturor lucrurilor, să alegem tipul de viață pe care dorim să o trăim și să ne împlinim călătoria spirituală. Prin sincronizarea destinului, câștigăm abilitatea de a ne transforma viețile în conformitate cu intențiile noastre.

Primul pas spre a trăi așa este să înțelegem natura celor trei niveluri ale existenței.

## NIVELUL ÎNTÂI: DOMENIUL FIZIC

Primul nivel al existenței este cel fizic sau material, universul vizibil. Acesta este lumea pe care o cunoaștem cel mai bine și pe care o numim lume reală. Conține materie și obiecte, cu limite clare, conține tot ceea ce este tridimensional și include tot ce putem recepta cu cele

cinci simțuri ale noastre – tot ceea ce putem vedea, auzi, pipăi, gusta sau mirosi. În el se află trupurile noastre, vântul, pământul, apa, iarba, animalele, microbii, moleculele și paginile acestei cărți. În cadrul domeniului fizic, timpul pare că se scurge din trecut în prezent, către viitor, într-o linie atât de dreaptă, încât o numim axa timpului. Asta înseamnă că totul, în domeniul fizic, are un început, un mijloc și un sfârșit și, astfel, este imanent. Ființele conștiente se nasc și mor. Munții se ridică din miezul fierbinte al pământului și sunt, apoi, micșorați din nou, de erodarea neîncetată produsă de ploaie și de vânt.

Lumea fizică, așa cum o cunoaștem noi, este guvernată de legile imuabile ale cauzei și efectului, așa că totul este previzibil. Fizica newtoniană ne permite să preconizăm acțiunea și reacțiunea, astfel că, atunci când bilele de biliard se lovesc unele de altele cu o viteză anume, într-un unghi anume, putem anticipa cu exactitate pe ce rută o va lua fiecare de-a lungul mesei de biliard. Oamenii de știință pot calcula cu precizie când va avea loc o eclipsă de soare și cât de mult va dura. Toate cunoștințele noastre „de bun simț“ legate de lume provin din ceea ce știm despre acest domeniu fizic.

## NIVELUL AL DOILEA: DOMENIUL CUANTIC

În cel de-al doilea nivel al existenței, totul constă în informație și energie. Acesta se numește domeniul cuantic. Totul, la acest nivel, este lipsit de substanță, ceea ce înseamnă că nu poate fi atins sau perceput cu vreunul dintre cele cinci simțuri. Mintea ta, gândurile, ego-ul, porțiunea din tine pe care în mod obișnuit o numești „sine“ sunt toate părți ale domeniului cuantic. Aceste lucruri nu au substanță și totuși știi că sinele tău și gândurile tale sunt reale. Deși este mai ușor să ne gândim

la domeniul cuantic folosind termenul „minte“, el înseamnă mult mai mult. De fapt, tot ceea ce se află în universul vizibil este manifestarea energiei și informației din domeniul cuantic. Lumea materială este o subclasă a lumii cuantice.

Un alt mod de a spune asta ar fi că tot ceea ce se află în domeniul fizic este creat din informație și din energie. Din faimoasa ecuație a lui Einstein,  $E=mc^2$ , învățăm că energia (E) este egală cu masa (m) înmulțită cu viteza luminii (c) la puterea a doua. Acest lucru ne spune că materia (masa) și energia sunt același lucru, numai că în forme diferite – energia *este egală* cu masa.

Una dintre primele lecții de științe predate în școală ne învață că fiecare obiect solid este compus din molecule, iar moleculele sunt compuse din particule încă și mai mici, numite atomi. Ajungem să înțelegem că scaunul, aparent solid, pe care suntem așezați este alcătuit din atomi atât de mici, încât nu pot fi văzuți decât cu ajutorul unor microscopie puternice. Mai târziu în cadrul lecției, învățăm că micii atomi sunt formați din particule subatomice, care nu sunt deloc solide. Ele sunt, pur și simplu, pachete sau unde de informație și de energie. Asta înseamnă că, la acest al doilea nivel al existenței, scaunul pe care stai nu reprezintă decât energie și informație.

Acest concept poate fi dificil de înțeles la început. Cum se poate ca unde invizibile de informație și de energie să fie percepute ca obiecte solide? Răspunsul ar fi că evenimentele din domeniul cuantic se petrec cu viteza luminii, iar la acea viteză simțurile noastre pur și simplu nu pot procesa tot ceea ce contribuie la experiența noastră perceptivă. Noi percepem obiectele ca fiind diferite unul de celălalt pentru că undele de energie conțin tipuri diferite de informație, tipuri de informație care sunt determinate de frecvența sau de vibrația acestor unde de energie. Este ca și cum ai asculta un radio. Un radio care emite pe o frecvență,

să spunem 101,9 FM, s-ar putea să nu difuzeze decât muzică clasică. Dacă schimbi pe o frecvență ușor diferită a undelor radio, s-ar putea să auzi numai rock-and-roll. Energia este codată pentru informații diferite, în funcție de modul în care vibrează.

Așa că lumea fizică, lumea obiectelor și a materiei, nu este compusă din nimic altceva decât din informație conținută în energia care vibrează la frecvențe diferite. Motivul pentru care nu vedem lumea ca pe o uriașă rețea de energie este acela că ea vibrează mult prea repede. Simțurile noastre, pentru că funcționează așa de încet, nu sunt capabile să înregistreze decât fragmente din această energie și activitate. Iar aceste comasări, clustere, de informație devin „scaunul“, „corpul meu“, „apa“ și toate celelalte obiecte fizice din universul vizibil.

Acest lucru este similar cu ceea ce se întâmplă atunci când urmărim un film. Precum știi, un film este compus din fotografii individuale, cu momente de pauză între imagini. Dacă te-ai uita la film pe cilindrul din camera proiecteurului, ai vedea imaginile individuale și pauzele. Dar, atunci când privim filmul în sine, imaginile sunt adunate una în cealaltă și redade atât de rapid, că simțurile noastre nu mai percep frame-urile ca fiind discontinue. În loc de asta, noi percepem un șuvoi constant de informație.

La nivel cuantic, diversele bucăți de câmpuri energetice care vibrează la energii diferite și pe care noi le percepem ca obiecte solide sunt porțiuni ale unui câmp de energie colectiv. Dacă am fi capabili să receptăm tot ceea ce se întâmplă la nivel cuantic, am vedea că suntem cu toții parte a unei mari „supe energetice“ și că totul – fiecare dintre noi și toate obiectele din domeniul fizic – reprezintă doar clustere de energie în această supă energetică. În orice moment dat, câmpul tău energetic vine în contact cu, și afectează, câmpul energetic al tuturor celorlalți; fiecare dintre noi răspunde, într-un fel sau altul, la această

experiență. Suntem cu toții expresii ale acestei energii și informații comune. Uneori putem chiar să simțim interconectarea. Această senzație este de regulă foarte subtilă, dar există momente când ea devine mai tangibilă. Cei mai mulți dintre noi am trăit experiența de a intra într-o cameră și de a observa „o tensiune atât de compactă că ai fi putut să o tai cu cuțitul“ sau de a fi în biserică ori în moschee și de a simți cum suntem îmbrățișați, cuprinși, de o senzație de pace. Aceasta este energia colectivă a mediului, care se îmbină cu propria noastră energie și pe care o înregistrăm la un nivel oarecare.

În domeniul fizic, de asemenea, facem continuu schimb de energie și informație. Imaginează-ți că ești pe stradă și simți miros de fum de țigară de la cineva care merge la distanță de un bloc. Asta înseamnă că inhalezi respirația acelei persoane aflate la circa o sută de metri depărtare. Mirosul este doar un marker, care te face să îți dai seama că inhalezi respirația unei alte persoane. Dacă nu ar exista acest element de identificare, dacă persoana care merge nu ar fuma, tot ai inhala respirația ei; însă pur și simplu nu ai ști, dacă nu ar fi fumul de țigară care să te anunțe. Și ce este respirația? Ea reprezintă oxigenul și dioxidul de carbon care vin din metabolismul fiecărei celule a corpului aceluia străin. Asta inhalezi tu, exact la fel cum alte persoane inhalează respirația ta. Așa că noi facem, în permanență, schimb de fragmente din noi înșine – schimb de molecule fizice, măsurabile, din trupurile noastre.

La nivel mai profund, nu există, de fapt, granițe între noi înșine și tot ceea ce se află în lume. Atunci când atingi un obiect, îl simți solid, ca și cum s-ar afla o limită distinctă între el și tine. Fizicienii ar spune că receptăm acea limită ca solidă pentru că totul este compus din atomi, iar soliditatea este senzația pe care o creează atomii lovindu-se de alți atomi. Dar gândește-te ce este un atom. Un atom are un mic nucleu

înconjurat de un nor mare de electroni. Nu există un înveliș exterior rigid, ci numai norul de electroni. Pentru a vizualiza asta, imaginează-ți o arahidă în mijlocul unui stadion de fotbal. Arahida reprezintă nucleul, iar stadionul reprezintă mărimea norului de electroni din jurul nucleului. Atunci când atingem un obiect, percepem ca solid locul în care se întâlnesc norii de electroni. Această senzație de solid reprezintă interpretarea noastră, bazată pe sensibilitatea (sau relativa insensibilitate) a simțurilor noastre. Ochii noștri sunt programați să vadă obiectele ca fiind tridimensionale și solide. Terminațiile noastre nervoase sunt programate să simtă obiectele ca fiind tridimensionale și solide. Totuși, în realitatea domeniului cuantic nu există soliditate. Există oare soliditate acolo unde se întâlnesc doi nori? Nu. Ei se combină și se separă. Ceva similar se întâmplă de fiecare dată când atingem un alt obiect. Câmpurile de energie (și norii de electroni) se întâlnesc, mici porțiuni se combină, iar apoi se separă. Deși te percepi pe tine însuși ca fiind un întreg, ai pierdut o porțiune infimă din câmpul tău de energie lăsând-o aceluia obiect și ai primit, în schimb, o porțiune din câmpul lui de energie. Cu fiecare întâlnire schimbăm informație și energie și prin asta ne modificăm câte puțin. În acest mod putem înțelege cât de conectați suntem cu tot ceea ce se află în lumea fizică. Cu toții împărtășim, în permanență, porțiuni din câmpurile noastre energetice, deci noi toți, la acest nivel cuantic, la nivelul minții noastre și al sinelui, suntem conectați. Ne aflăm cu toții în corelație unul cu celălalt.

Așa că numai în conștiința noastră simțurile noastre limitate creează, din energie pură și din informație, o lume solidă. Dar ce ar fi dacă am putea vedea în domeniul cuantic – dacă am avea „ochi cuantici“? În domeniul cuantic am observa că tot ceea ce noi, în lumea fizică, credem că este solid de fapt e mișcarea de colo-colo, la viteza luminii, a unui vid infinit. Ca și secvența imagine-pauză dintr-un film, universul

este un fenomen închis-deschis. Continuitatea și soliditatea lumii există numai în imaginație, alimentată de simțuri care nu pot discerne undele de energie și de informație ce alcătuiesc nivelul cuantic al existenței. În realitate, cu toții ne aprindem și ne stingem, existăm și nu existăm, în permanență. Dacă am avea cum să umblăm la acordul fin al simțurilor noastre, am putea efectiv vedea pauzele din existența noastră. Suntem aici, apoi nu mai suntem aici, apoi suntem aici din nou. Senzația de continuitate este păstrată numai de amintirile noastre.

Există o analogie care ilustrează acest subiect. Oamenii de știință știu că unui melc îi trebuie aproximativ trei secunde ca să înregistreze lumina. Așa că imaginează-ți că un melc mă privește și că eu am ieșit din cameră, am jefuit o bancă și m-am întors în trei secunde. Din punctul de vedere al melcului, eu nici măcar nu am părăsit camera. Aș putea să îl iau drept martor în sala de judecată și mi-ar oferi un alibi perfect. Pentru melc, timpul în care eu am fost plecat din cameră reprezintă una dintre pauzele care despart imaginile existenței, imagini care sunt ca niște frame-uri ce licăresc în permanență. Simțul continuității pe care îl are, presupunând că melcii au așa ceva, pur și simplu nu ar înregistra pauza.

Așa că experiența senzorială a tuturor creaturilor vii este, pur și simplu, o construcție perceptuală artificială, creată în imaginație. Există o povestire Zen în care doi călugări privesc un steag care unduiește în vânt. Primul spune: „Steagul se unduiește“. Cel de-al doilea spune: „Nu, vântul se mișcă“. Îndrumătorul lor vine și ei îl întreabă: „Cine are dreptate? Eu spun că steagul se mișcă. El spune că vântul se mișcă“. Profesorul spune: „Greșiți amândoi. Numai conștiința se mișcă“. Conștiința, în mișcarea ei, își imaginează lumea și o face să existe.

Așa că mintea este un câmp de energie și de informație. Fiecare idee este, de asemenea, energie și informație. Ți-ai imaginat trupul tău

fizic și întreaga lume fizică, făcând-o să existe, prin faptul că ai perceput supra energetică sub forma unor entități fizice distincte. Dar de unde vine mintea care este responsabilă pentru această imagine, pentru această imaginație?

## NIVELUL AL TREILEA: DOMENIUL NON-LOCALIZAT

Cel de-al treilea nivel al existenței este alcătuit din inteligență, din conștiință. Acesta poate fi numit domeniul virtual, câmpul spiritual, tărâmul potențialului, ființa universală sau inteligența non-localizată. Acesta este locul de unde apar, dintr-o mare de posibilități, informația și energia. Nivelul de bază, nivelul fundamental al naturii nu este supra de energie și informație, ci este potențialul pur. Acest nivel al realității non-localizate operează în afara spațiului și în afara timpului, în cadrul lui ele pur și simplu nu există. Îl numim non-localizat pentru că nu poate fi limitat la o locație – nu se găsește aici sau acolo. Ci doar există.

Inteligența acestui domeniu spiritual este cea care organizează „supra energetică“ transformând-o în entități pe care le putem cunoaște. Este cea care leagă particulele cuantice în atomi, atomii în molecule, moleculele în structuri. Este forța organizatoare din spatele tuturor lucrurilor. Acesta poate fi un concept greu de înțeles. Un mod relativ simplu de a ne gândi la acest domeniu virtual este să recunoaștem natura duală a propriilor noastre gânduri. În timp ce citești aceste cuvinte, ochii tăi văd simbolurile negre imprimare pe pagină, iar mintea traduce semnele tipărite în simboluri – litere și cuvinte – iar apoi încearcă să le deducă înțelesul. Dar fă un pas în spate și pune-ți întrebarea: Cine anume citește? Ce este acea cunoaștere/conștiință care se află în spatele gândurilor tale? Încearcă să înțelegi dualitatea acestui proces interior. Mintea



ta este ocupată să decodeze, să analizeze și să traducă. Deci cine citește de fapt? Cu această mică direcționare a atenției s-ar putea să devii conștient de faptul că există în tine o mică prezență, o forță care întotdeauna trăiește, creează experiența. Acesta este sufletul sau inteligența non-localizată, iar experiența lui se petrece la nivelul virtual.

Exact cum informația și energia formează lumea fizică, acest domeniu non-localizat („fără localizare“) creează și orchestrează activitatea informației și energiei. Conform autorului de cărți bestseller, pionierului din domeniul metafizicii, medicul Larry Dossey, evenimentele non-localizate au trei calități importante care le disting de evenimentele închise în lumea fizică: ele sunt corelate, iar această corelație *este nemediată, nediminuată și instantanee*. Haide să explorăm, pe scurt, ce vrea el să spună prin asta.

Comportamentul a două sau mai multe evenimente subatomice se află în *interrelație acauzală*, ceea ce înseamnă că „un eveniment nu este cauza altui eveniment și, totuși, comportamentul unuia este instantaneu corelat și în coordonare cu al celuilalt“. Cu alte cuvinte, ele par că dansează pe aceeași muzică, chiar dacă nu comunică unul cu celălalt în sensul convențional. Acesta este sensul termenului *nemediat*.

Corelația acestor evenimente non-localizate este, de asemenea, *neminuată*, ceea ce înseamnă că puterea acestei relații rămâne aceeași, indiferent de distanța în spațiu și în timp. De exemplu, dacă tu și cu mine ne-am afla în cameră discutând, vocea mea ar suna foarte diferit decât s-ar auzi ea în situația în care am vorbi între noi și ne-am afla pe stradă, unul pe un trotuar, celălalt pe altul. La acea distanță mai mare, vocea mea ar fi receptată mult mai slab, dacă nu chiar deloc. Dacă ne-am afla în domeniul non-localizat aș putea să fiu auzit cu claritate, *indiferent de locul unde m-aș afla, chiar lângă tine, de cealaltă parte a străzii, la o milă distanță sau chiar și pe alt continent*.

În al treilea rând, *instantaneu* înseamnă că nu este nevoie de timp pentru ca evenimentele non-localizate să călătorească. Știm faptul că lumina și sunetul călătoresc cu viteze diferite; de aceea vedem fulgerul înainte să auzim zgomotul tunetului. În cazul evenimentelor non-localizate nu există o astfel de pauză, deoarece interrelațiile non-localizate nu urmează legile fizicii clasice. Nu există semnal, nu există lumină și nu există sunet. Nu există un „lucru“ care trebuie să călătorească. Corelările între evenimentele care au loc la nivelul non-localizat sau virtual apar instantaneu, fără cauză și fără să își piardă puterea de-a lungul timpului și de-a lungul distanței.

Inteligența non-localizată se află peste tot în același timp; ea poate determina, simultan, apariția unor efecte multiple, în locații diferite. Ea provine din acest domeniu virtual din care este organizat și sincronizat tot ce se află în lume. Aceasta, deci, este sursa coincidențelor care sunt atât de importante pentru sincrodestin. Atunci când înveți să trăiești de la acest nivel poți, în mod spontan, să îți îndeplinești orice dorință. Poți să crezi miracole.

## DOVEZI LEGATE DE EXISTENȚA DOMENIULUI VIRTUAL

Domeniul virtual nu este o creație a imaginației, rezultatul faptului că noi, oamenii, tânjim după existența unei forțe universale mai mari decât a noastră. Chiar dacă filosofii au tot discutat și dezbătut pe tema existenței „spiritului“ timp de mii de ani, numai în secolul al douăzecilea știința a putut să ofere dovezi ale existenței inteligenței non-localizate. Deși următoarea discuție se abate, oarecum, de la subiect, dacă vei citi despre asta până la sfârșit, sper că vei simți cum te umple aceeași