

Editura ACT și Politon

Str. Înclinată, nr. 129, Sector 5, București, România, C.P. 050202.

tel: 0723.150.590, e-mail: office@actsipoliton.ro

www.ACTsiPoliton.ro | www.blog.ACTsiPoliton.ro

Traducător: **Teodora Nicolau**

Redactor: **Cristina Stan**

Tehnoredactor: **Teodora Vlădescu**

Coperta: **Marian Iordache**

Editor: **Andrei Ruse**

Corector: **Carla Francesca Schoppel**

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

GAWAIN, SHAKTI

Cum să creezi adevărata prosperitate / Shakti Gawain;

trad.: Teodora Nicolau - Ed. a 2-a. - București: Act și Politon, 2020

ISBN 978-606-913-578-5

I. Nicolau, Teodora (trad.)

159.9

AVERTISMENT: Distribuirea, copierea sau piratarea în orice fel a acestei cărți nu este pedepsită numai prin lege, dar contravine și tuturor normelor și principiilor etice și sănătoase pe care un astfel de titlu le promovează. Ce fel de efect va avea energia pe care vreți să o transmiteți mai departe, dacă aceasta vine prin furt, ilegalitate și lipsă de respect față de autor și față de toți cei care au contribuit la crearea acestei cărți, astfel ca ea să ajungă la dumneavoastră? Împărtășiți cu ceilalți informațiile importante, valorile și lecțiile pe care le-ați aflat din acest material, într-un mod corect și responsabil.

SHAKTI GAWAIN

Manual mic, Elizabeth Gawain, care m-a

CUM SĂ CREEZI ADEVĂRATA PROSPERITATE

Traducere din limba engleză:

Teodora Nicolau

 **ACT și Politon**

2020

Cuprins

INTRODUCERE	11
CAPITOLUL ÎNTÂI	
Ce este prosperitatea?	13
CAPITOLUL DOI	
Trei puncte de vedere despre prosperitate	25
CAPITOLUL TREI	
Banii sunt oglinda noastră	35
CAPITOLUL PATRU	
Înțelegerea polarităților	57
CAPITOLUL CINCI	
Explorarea contrariilor	67
CAPITOLUL ȘASE	
Dezvoltarea echilibrului și integrării	87
CAPITOLUL ȘAPTE	
Aspirație și apartinență	105
CAPITOLUL OPT	
Pași către adevărata prosperitate	117
CAPITOLUL NOUĂ	
O conversație cu Shakti	131
CAPITOLUL ZECE	
Povești despre prosperitate	153
BIBLIOGRAFIE	179

Am atins subiectul prosperității în câteva dintre cărțile mele anterioare – *Creative Visualisation (Vizualizarea creativă)* și *Living in the Light (Cum să trăiești în lumină)* – dar am știut că era vremea să îmi actualizez și să îmi extind cunoștințele.

Acest proiect m-a provocat să mă gândesc și să clarific ceea ce înseamnă adevărata prosperitate pentru mine. În acest răstimp, am condus seminare pe această temă și am avut câteva conversații foarte interesante pentru a afla ideile altor oameni despre adevărata prosperitate. În această carte, vă ofer ceea ce am învățat. Sper că va fi un catalizator, astfel încât să descoperiți ce înseamnă pentru voi adevărata prosperitate.

Vă sugerez ca, înainte de a citi mai departe, să închideți ochii câteva clipe și să vă gândiți ce înseamnă pentru voi cuvântul „prosperitate”. Nu uitați să respirați în timp ce faceți asta! Acest lucru v-ar putea ajuta să începeți procesul deschiderii față de experiența unei abundențe sporite.

Apoi citiți mai departe...

Fie ca această carte să vă inspire și să vă ajute în căutarea adevăratei prosperități.

Cu dragoste,
Shakti Gawain

CAPITOLUL ÎNTÂI



Ce este prosperitatea?

Majoritatea dintre noi cred că a fi prosper înseamnă să ai mulți bani. Prin urmare, cât înseamnă *mulți*? Unii oameni au o idee destul de clară despre cât de mulți bani i-ar face să se simtă prosperi. „Dacă aș câștiga de două ori mai mult decât câștig acum, aș fi prosper” sau „Dacă aș câștiga la fel de mult ca..... (o anumită persoană pe care ei o cunosc), m-aș simți prosper” sau „Prosperitatea înseamnă să fii milionar”, ori „Să câștig la loterie cu siguranță m-ar face prosper”.

Alții definesc prosperitatea într-un mod mai puțin specific, prin replici de tipul: „Prosperitatea ar însemna să am destui bani pentru a mă simți în siguranță în legătură cu viitorul meu” sau „Prosperitatea ar însemna să am destui bani pentru a face ce vreau, pentru a avea lucrurile pe care le vreau și pentru a nu mă simți limitat de grija banilor. O persoană prosperă nu trebuie să își facă

griji în privința banilor.” Cu alte cuvinte, prosperitatea este un fel de libertate de a fi, a face și a avea ceea ce dorești cu adevărat, fără prea mari limitări.

Cei mai mulți dintre noi tânjesc după acest gen de eliberare de griji și problemele legate de bani. Credem că, dacă măcar am putea cumva să dobândim, să moștenim, să câștigăm, să cerșim, să împrumutăm sau să furăm destui bani pentru a fi prosperi, problemele noastre financiare ar lua sfârșit, iar banii ar rezolva probabil și multe dintre problemele noastre!

Întrebarea este cât de mulți bani sunt destui pentru a ne aduce prosperitatea? Unii oameni au o anumită sumă în minte, despre care consideră că ar rezolva problema; alții presupun, pur și simplu, că trebuie să existe o anumită sumă care ar putea să funcționeze.

Cu toate acestea, tristul adevăr este că majoritatea dintre noi nu trăiesc prosperitatea, indiferent de câți bani am câștiga sau am avea.

Este ușor să vedem de ce nu ne simțim prosperi în cazul în care câștigăm foarte puțini bani și trebuie să luptăm doar ca să satisfacem nevoile de bază.

Este, de asemenea, ușor de înțeles de ce nu ne simțim prosperi dacă avem un venit moderat, dar și o grămadă de responsabilități financiare: o familie de întreținut, o ipotecă de plătit și așa mai departe.

Cu toate acestea, numeroși oameni câștigă o cantitate considerabilă de bani și tot nu trăiesc prosperitatea. Cumva, când veniturile noastre cresc, nivelul nostru de responsabilitate financiară crește odată cu acestea. Banii

se duc la fel de repede pe cât au venit și ne simțim supuși unei presiuni mai mari de a administra toate acestea.

Recent, am citit un articol despre unul dintre cei mai de succes actori de film de la Hollywood. Intervievatorul l-a întrebat cum este să câștige câteva milioane de dolari pentru un film. Acesta a răspuns: „Ei bine, să spun drept, un milion de dolari nu mai ajunge atât de departe pe cât o făcea pe vremuri.” În mod limpede, acest bărbat nu se simțea foarte prosper, în ciuda a ceea ce majoritatea dintre noi ar considera o avere substanțială.

Adeseori, apar anxietăți care însoțesc faptul de a avea mulți bani: „Cum îi investesc? Cum îi administrez? Și dacă îi pierd? Și dacă fac o mișcare stupidă și totul se duce pe apa sâmbetei?” Se pare că muncim mai mult și mai din greu și totuși, ne pomenim că pierdem numeroase aspecte importante ale vieții – relaxarea, intimitatea, conectarea spirituală, distracția.

Destul de ciudat, numeroși oameni bogați și de succes, mai ales atunci când ajung la vârsta de mijloc sau când îmbătrânesc, ajung să tânjească după acea simplitate pe care o aveau mai demult în viețile lor, când aveau mai puțini bani, mai puține nevoi și mai mult timp.

Oamenii care s-au îmbogățit ușor sau nu neapărat în urma muncii asidue, se confruntă adeseori cu alte capcane. Cineva care a moștenit bani, a avut un noroc chior, s-a căsătorit cu o persoană bogată, a cunoscut succesul peste noapte (așa cum se întâmplă în cazul anumitor actori sau muzicieni) sau a câștigat la loterie, are propriul său set de probleme. Dintre acestea ar putea face parte

lipsa respectului de sine sau a puterii personale, incapacitatea de a administra banii înțelept sau responsabil (ceea ce duce adeseori la pierderea lor) sau faptul de a se simți îndatorat față de sau controlat de sursa banilor. Acești oameni ar putea simți că viețile lor sunt lipsite de direcție, sens și satisfacție sau ar putea avea tendința de a-și satisface în exces toate poftele, până la autodistrugere.

Și mai există și reacțiile celorlalți. Ceilalți oameni te plac în mod autentic sau sunt doar impresionați de avere ta? Te iubesc pentru ceea ce ești sau vor doar ceea ce le poți oferi? Aceste întrebări pot cântări mult când ai o grămadă de bani. După cum vezi, tot felul de factori pot perturba experiența prosperității la orice nivel al bogăției financiare.

Dacă nu ai fost niciodată bogat, ar putea părea dificil să crezi sau să accepți că faptul de a avea mai mulți bani nu te va face în mod automat să te simți prosper. Cu toate acestea, probabil cunoști sau ai întâlnit oameni care se află exact în aceeași situație – aceștia au mai mulți bani decât tine, dar nu se bucură nici pe departe de ei. Ei sunt nefericiți, încordați și evident că nu se simt prosperi. Mă gândesc la fratele unuia dintre cei mai buni prieteni ai mei, care este un director executiv de succes pe Madison Avenue, cu un salariu uriaș. Din păcate, el și familia sa sunt oameni foarte nefericiți, care se ceartă tot timpul din cauza nevoilor contradictorii.

Am citit numeroase articole despre indivizi extrem de bogați – multimilionari sau miliardari – care par mânâți cu ardoare de dorința de a face tot mai mulți bani. De ce?

Când ai multe milioane, cum ar mai putea conta dacă mai faci alt milion sau două? Ei nu par capabili să se bucure de vasta cantitate de bogăție pe care au creat-o sau capabili să o folosească în scopuri constructive. Ei sunt obsedați de faptul de a face și mai mulți bani.

La fiecare nivel al bogăției, de la cei mai săraci până la cei mai bogați, există probleme și capcane.

Când avem foarte puțini bani, ne temem pentru înșăși supraviețuirea noastră. Viața este o luptă intensă doar pentru a avea grijă de necesitățile de bază. Noi avem puține oportunități pentru a ne dezvolta talentele și interesele. Ne simțim lipsiți de putere și probabil plini de resentiment când vedem pe alții cu mai multe oportunități și obiecte de lux.

Pe măsură ce câștigăm mai mult, aproape inevitabil facem mai multe cheltuieli. Viața devine mai complexă și mai stresantă cu atâtea alegeri de făcut. Cu cât devenim mai de succes, cu atât mai greu ne este să stabilim prioritățile. Pe măsură ce avem mai mulți bani, trebuie să facem față unei puteri și responsabilități mai mari.

Când avem bogății, trebuie să le administrăm cu succes. Începem să ne fie teamă să nu facem greșeli sau să nu se profite de noi. Am putea fi abordați tot timpul de alte persoane care vor ceva de la noi. Trebuie fie să ne confruntăm, fie să negăm problema vinovăției – „De ce ar trebui să am atât de mult când alții au atât de puțin?”

Pe deasupra, bogăția nu garantează siguranța. Există întotdeauna posibilitatea pierderii unei averi prin investiții proaste, management defectuos, în urma unui proces, a crizei financiare globale sau în urma unei alte

calamități neprevăzute. Chiar și un grad înalt de stabilitate financiară nu poate aduce siguranța emoțională. Un motiv pentru care oamenii continuă să alerge după bani în mod compulsiv, chiar și când au foarte mulți, este că nicio cantitate nu îi va face vreodată să se simtă în siguranță sau puternici.

A avea mai mulți bani, așadar, nu aduce în mod necesar mai puține probleme, o libertate mai mare sau siguranță. Adevărul este că prosperitatea are mai puțin de-a face cu banii decât cred cei mai mulți dintre noi.

Așadar, ce este prosperitatea?

Prosperitatea este experiența de a avea din belșug ceea ce ne trebuie și dorim cu adevărat în viață, din punct de vedere material și nu numai.

Punctul-cheie care trebuie înțeles este că prosperitatea este o experiență internă, iar nu o stare externă, și că este o experiență ce nu depinde de faptul de a avea o anumită sumă de bani. În timp ce prosperitatea este într-un fel sau altul legată de bani, nu este cauzată de bani. Cu toate că nicio sumă de bogăție financiară nu poate garanta o experiență a prosperității, *este posibil să trăim prosperitatea la aproape orice nivel al venitului*, mai puțin atunci când suntem incapabili să satisfacem nevoile noastre de bază.

Probleme există la orice nivel al venitului. Prosperitatea poate exista, de asemenea, la orice nivel.

Dacă noi credem că banii au puterea de a ne aduce prosperitate, încredințăm puterea noastră personală

banilor. Când încredințăm puterea noastră vreunei persoane sau lucru, până la urmă ne simțim controlați de acea persoană sau lucru. Așadar, pentru a nu ne simți controlați și, prin urmare limitați, de câți bani avem sau nu avem, trebuie să ne păstrăm simțul puterii interioare.

Ne fixăm asupra banilor pentru că îi considerăm drept un *mijloc* de a obține lucrurile pe care le dorim cu adevărat. Adeseori, uităm că aceștia sunt *doar* mijlocul și, treptat, devin un scop. În goana după bani, pierdem din vedere finalitatea pe care o dorim *cu adevărat* – lucrurile pe care sperăm că le putem cumpăra cu bani. Pentru a crea prosperitatea reală, trebuie să ne concentrăm din nou pe descoperirea lucrurilor pe care le dorim cu adevărat.

Dacă prosperitatea este experiența de a avea din abundență ceea ce avem nevoie și dorim cu adevărat, atunci, pentru a o trăi, trebuie să facem trei lucruri:

1. Să descoperim ceea ce avem nevoie și dorim cu adevărat.
2. Să dezvoltăm abilitatea de a aduce aceste lucruri în viețile noastre.
3. Să recunoaștem, să apreciem și să ne bucurăm de ceea ce avem.

În funcție de succesul pe care îl avem cu acești trei pași, vom trăi prosperitatea la orice nivel al bogăției financiare.

Fiecare dintre noi s-a născut în această viață cu puterea înăscută de a aduce propria contribuție și de a crea împlinire pentru sine însuși. Totuși, această putere

trebuie dezvoltată. Cei mai mulți dintre noi au fost răniți pe parcursul vieții în moduri care ne fac să punem la îndoială sau să negăm propria noastră putere adevărată. Simțindu-ne întrucâtva neajutorați în privința satisfacerii propriilor noastre nevoi, le reprimăm. Așadar, cei mai mulți dintre noi trec prin viață inconștienți de propriile lor nevoi și dorințe reale.

În adâncul nostru, simțim o mare dorință, dar nu știm exact pentru ce este. Prin urmare, ne concentrăm asupra lucrurilor exterioare – o casă mai bună, o slujbă mai bună, o relație sentimentală – sperând că ne vor aduce satisfacție. Unele dintre ele reușesc acest lucru, altele nu, în funcție de cât de mult se potrivesc cu ceea ce dorim cu adevărat. Până la urmă, nu vom găsi satisfacția durabilă până ce nu vom recunoaște în mod conștient adevăratele noastre nevoi și dorințe și până ce nu vom învăța cum să le împlinim.

Începe procesul tău de creare a unei prosperități mai mari în viața ta, gândindu-te profund la ceea ce îți dorești cu adevărat. Care este cel mai important lucru pentru tine? De ce anume ai nevoie la fiecare dintre aceste niveluri: spiritual, mental, emoțional și fizic?

Ia-ți răgazul de a recunoaște prosperitatea pe care o ai deja. Câte dintre nevoile și dorințele tale sunt deja satisfăcute? Cei mai mulți dintre noi au parte de o prosperitate considerabilă în propria viață. Adeseori, suntem atât de ocupați cu urmărirea propriilor dorințe nesatisfăcute, încât suntem incapabili să ne bucurăm de tot ceea ce avem deja. A ne îngădui nouă înșine să apreciem cu

adevărat prosperitatea pe care am creat-o este un pas mare către deschiderea față de o împlinire încă și mai mare.

Amintește-ți că a crea adevărata prosperitate nu înseamnă în mod necesar *a avea mai mult*. Mulți dintre noi se află în situația de a avea prea mult. Dacă avem prea multe lucruri de care nu avem nevoie sau nu le dorim cu adevărat, viețile noastre devin excesiv de complicate. Acest lucru poate submina în mod serios experiența noastră asupra prosperității. Pentru mulți dintre noi, crearea adevăratei prosperități implică simplificarea vieților noastre, prin clarificarea priorităților noastre și renunțarea la lucrurile de care nu mai avem nevoie sau care nu ne aduc o satisfacție reală. Acest lucru este în special adevărat pentru mulți dintre noi pe măsură ce ajungem la vârsta mijlocie sau la o vârstă mai înaintată.

Reține, de asemenea, că nu existăm într-un vid. Experiența noastră personală privitoare la prosperitate este legată în mod inextricabil de prosperitatea noastră colectivă. Folosirea majorității resurselor naturale ale lumii pentru a asigura bogăție materială unui mic procent din populația lumii și a lăsa planeta secătuită și poluată pentru generațiile viitoare constituie antiteza unei prosperități reale. Această situație este o reflectare a vindecării pe care trebuie să o realizăm în plan individual și colectiv.

Adevărata prosperitate se dezvoltă pe măsură ce învățăm să urmărim adevăratele dorințe ale inimilor noastre și să trăim în echilibru cu noi înșine.

Pe măsură ce vom dezvolta acest tip de integrare internă, vom trăi în mod firesc într-o mai mare armonie cu ceilalți și cu lumea naturală. Cea mai mare prosperitate personală poate fi experimentată doar într-o lume sănătoasă și prosperă.

BANII ȘI PROSPERITATEA

Dacă prosperitatea nu este *cauzată* de bani, care este relația dintre bani și prosperitate?

De fapt, este posibil, în anumite circumstanțe, să trăim o mare prosperitate fără niciun ban. Imaginează-ți că trăiești într-un mediu natural splendid, că îți construiești propria casă, că îți cultivi propria hrană, că îți oferi la schimb abilitățile pentru lucrurile de care ai nevoie, că faci munca pe care o iubești, înconjurat de familie și comunitate.

Populațiile indigene din toată lumea au experimentat probabil acest tip de prosperitate, cel puțin intermitent, timp de multe mii de ani. Poate că unii dintre strămoșii noștri mai norocoși s-au bucurat de acest tip de prosperitate. Chiar și astăzi, unii oameni trăiesc mai mult sau mai puțin astfel, cu o nevoie minimală de bani.

În lumea modernă, cu toate acestea, majoritatea dintre noi aleg un mod de viață în care trebuie să aibă de-a face cu banii. Prin urmare, prosperitatea noastră are legătură cu banii, în anumite moduri. Pentru mulți dintre noi, banii joacă un rol în procesul creării lucrurilor de care avem nevoie. Finanțele noastre constituie *un aspect* al prosperității noastre.

Aș defini adevărata prosperitate financiară în acest mod: *a avea o relație cu banii care sprijină și sporește experiența noastră generală asupra prosperității.*

Pentru a crea adevărata prosperitate financiară este important să înțelegem ce sunt banii și ce nu sunt, și să învățăm să ne raportăm la ei într-un mod echilibrat și eficient.

În capitolul următor, vom explora câteva perspective populare despre bani și prosperitate.