

CELE ȘAPTE LEGI SPIRITUALE ALE SUCCESULUI

Un ghid practic pentru împlinirea viselor

DEEPAK CHOPRA

Traducere: Cristian Hanu



**EDITURA MIX
CRISTIAN 2020**

CUPRINS

MULȚUMIRI 11

INTRODUCERE 13

CAPITOLUL 1

LEGEA POTENȚIALITĂȚII PURE 17

CAPITOLUL 2

LEGEA DĂRUIRII 31

CAPITOLUL 3

LEGEA KARMA-EI, SAU A CAUZEI ȘI EFECTULUI 41

CAPITOLUL 4

LEGEA EFORTULUI MINIM 53

CAPITOLUL 5

LEGEA INTENȚIEI ȘI A DORINȚEI 65

CAPITOLUL 6

LEGEA DETAȘĂRII 79

CAPITOLUL 7

LEGEA DHARMA-EI, SAU A MENIRII ÎN VIAȚĂ 89

RECAPITULARE ȘI CONCLUZIE 99

DESPRE AUTOR 105

căci aceleași legi pe care le folosește natura pentru a crea o pădure, o galaxie, o stea, sau propriul nostru corp, pot fi folosite și pentru împlinirea dorințelor noastre cele mai profunde.

Putem trece acum la definirea celor Șapte Legi Spirituale ale Succesului, pentru a vedea apoi cum le putem aplica în viața noastră.

1

LEGEA POTENȚIALITĂȚII PURE

Sursa întregii creații este conștiința pură... potențialitatea pură care încearcă să exprime ceea ce este nemanifestat într-o formă manifestată.

Dacă realizăm că Sinele nostru real este potențialitate pură, noi ne punem în rezonanță cu acea putere care manifestă tot ceea ce există în univers.

La început nu exista nici existență, nici non-existență. Toată această lume nu era decât energie nemanifestată...

Cel Unic respiră, fără respirație, prin propria Sa putere. Și nu exista nimic altceva...

— Imnul Creației, Rig Veda

Prima lege spirituală a succesului este *Legea Purei Potențialității*. Esența acestei legi constă în faptul că, în stare esențială, noi suntem conștiință pură. Conștiința pură este tot una cu potențialitatea pură; ea reprezintă un câmp al tuturor posibilităților și al creativității infinite. Conștiința pură este esența noastră spirituală. Fiind infinită și nelimitată, ea reprezintă de asemenea și beatitudine pură. Celelalte atrăbute ale conștiinței sunt cunoașterea pură, tăcerea infinită, echilibrul perfect, invincibilitatea, simplitatea și beatitudinea. Aceasta este natura noastră esențială. Natura noastră fundamentală ține de potențialitatea pură.

Atunci când ne descoperim natura esențială și aflăm cine suntem cu adevărat, noi ne cunoaștem pe sine, iar această *cunoaștere de sine* reprezintă cheia împlinirii tuturor viselor, căci Sinele este posibilitatea eternă, potențialul nemăsurat al tuturor lucrurilor care au existat, există și vor exista vreodată. *Legea Potențialității Pure* ar mai putea fi numită și *Legea Unității*, căci la baza infinitei diversități a vieții se află *unitatea spiritului omniprezent*. Nu există nici o separare între noi și acest câmp de energie. Câmpul potențialității pure este propriul nostru Sine. Cu cât ne experimentăm mai mult

Experiența Sinelui sau „cunoașterea de sine“ înseamnă centrarea punctului nostru de referință în propriul nostru spirit, și nu asupra obiectelor experienței noastre. Opusul centrării în sine este centrarea asupra obiectelor. Atunci când suntem centrați asupra obiectelor noi depindem întotdeauna de obiectele din lumea exterioară, inclusiv de situații, circumstanțe, oameni și lucruri. Cei care sunt centrați asupra obiectelor caută întotdeauna aprobarea celor din jur. Gândirea și comportamentul lor reprezintă inevitabil anticiparea unui răspuns din exterior. De aceea, acest tip de comportament are la bază echipa (ca anticiparea lor să nu se împlinească).

Cei care sunt centrați asupra obiectelor simt tot timpul nevoie de a controla lucrurile. Ei simt nevoie de a deține o putere asupra lumii exterioare. Nevoie de aprobare, de control asupra lucrurilor și de putere asupra lumii exterioare are la bază echipa. Acest tip de putere nu are nimic de-a face cu puterea potențialității pure, adică a Sinelui, care este puterea *reală*. Atunci când experimentăm puterea Sinelui echipa dispare; la fel și dorința de a controla, sau lupta pentru aprobare ori pentru puterea exterioară.

În cazul centrării asupra obiectelor, punctul de referință interioară este egoul. Noi nu suntem însă tot una cu egoul nostru. Aceasta nu este decât o imagine de sine, o mască socială, rolul pe care îl jucăm. Mască noastră socială este cea care are nevoie de aprobare. Ea este cea care dorește controlul și care caută puterea exterioară, întrucât trăiește din echipă.

Sinele real, care este spiritul sau sufletul nostru, este complet liber. El este imun la critici, nu se teme de nici o provocare și nu se simte inferior nimănui. Pe de altă parte, el este umil și nu se simte superior nimănui, căci știe că toată lumea este identică cu el, este același spirit sub diferite infățișări.

Aceasta este diferența esențială între centrarea asupra obiectelor și centrarea în sine. Cei care sunt centrați în sine își experimentează adăvărata ființă, care nu se teme de nici o provocare, îi respectă pe toți cei din jur și nu se simte inferioră nimănui. De aceea, puterea Sinelui este puterea reală.

Pe de altă parte, puterea bazată pe centrarea asupra obiectelor lumii exterioare este o putere falsă. Fiind bazată pe ego, ea nu durează decât atâta vreme cât obiectul său de referință este prezent. De pildă, dacă avem un anumit titlu, cum ar fi cel de președinte al unei țări sau al unei companii, sau dacă avem foarte mulți bani, puterea de care dispunem dispare odată cu pierderea funcției sau a banilor. Puterea bazată pe ego nu durează decât atâta vreme cât durează obiectul ei. Ea dispare odată cu titlul, funcția sau banii care au generat-o.

În schimb, puterea sinelui este permanentă, căci are la bază cunoașterea de Sine. Ea are o serie de caracteristici. De pildă, ea are puterea de a atrage oamenii sau obiectele de care avem nevoie către noi. Magnetizează oamenii, situațiile și circumstanțele, astfel încât acestea să sprijine dorințele noastre. Această sprijin este special, căci vine din partea legilor naturii, al divinității, al unei stări de grație. Această putere

creează o legătură între noi și restul oamenilor, de care ne bucurăm deopotrivă noi și ei. Este puterea iubirii.

* *

Cum putem aplica însă în viața noastră *Legea Potențialității Pure*, câmpul tuturor posibilităților? Dacă dorim să ne bucurăm de beneficiile câmpului potențialității pure, să ne folosim plenar de creativitatea care caracterizează pura conștiință, este nevoie mai întâi de toate să avem acces la ea. Una din manierele prin care putem căpăta acces la câmpul potențialității pure este practica zilnică a tăcerii, a meditației, a ne-emiterii de judecăți de valoare. Timpul petrecut în natură permite de asemenea racordarea la calitățile inerente acestui câmp: creativitatea infinită, libertatea și beatitudinea.

Practica tăcerii înseamnă angajamentul ferm de a petrece zilnic o anumită perioadă de timp pentru *a fi pur și simplu*. Experimentarea tăcerii înseamnă o renunțare temporară la activitatea vorbirii, dar și la alte activități, cum ar fi primitul la televizor, ascultarea radioului sau citirea unei cărți. Cine nu își oferă posibilitatea de a experimenta din când în când tăcerea nu face altceva decât să își stimuleze la infinit dialogul interior mental.

De aceea, vă recomandăm să vă fixați un interval în care să experimentați zilnic tăcerea. Sau, puteți face un angajament interior că de-a lungul unui anumit interval de timp veți fi complet tăcut (în fiecare zi). De pildă, puteți practica acest lucru timp de două ore, sau dacă vi se pare prea mult, măcar o oră. Din când în

când, experimentați tăcerea un interval ceva mai lung de timp, cum ar fi o zi întreagă, două zile, sau chiar o săptămână.

Ce se întâmplă atunci când experimentăm această tăcere? La început, dialogul nostru interior devine chiar mai turbulent ca de obicei. Simțim atunci nevoia de a vorbi sau de a gândi, chiar mai intens decât suntem obișnuiți. Am cunoscut oameni care parcă au înnebunit în prima zi de practică a tăcerii. Anxietatea și agitația par să crească exponential la început, dar pe măsură ce experiența avansează, dialogul interior începe să se domolească. În curând, tăcerea devine profundă, căci până la urmă mintea renunță, realizând că este inutil să se învârtă în cușcă dacă Stăpânul, Sinele, cel care dispune cu adevărat de liberul arbitru, nu dorește să vorbească. Atunci când dialogul interior se liniștește, noi începem să experimentăm liniștea și pacea specifice câmpului potențialității pure. Așadar, practica periodică a tăcerii este una din căile prin care putem experimenta *Legea Potențialității Pure*. Meditația zilnică este o altă cale. La modul ideal ar trebui să medităm cel puțin o jumătate de oră în fiecare dimineață, și o altă jumătate de oră în fiecare seară. Meditația ne va învăța să experimentăm câmpul tăcerii și al conștiinței pure. În acest câmp se află energia corelațiilor infinite, puterea infinită de organizare, temelia supremă a creației, în care totul este inseparabil conectat cu restul.

Introducem în acest câmp o intenție personală și împlinirea dorinței noastre se va produce spontan. Dar mai întâi de toate trebuie să învățăm să experimentăm liniștea. Starea de liniște este prima premisă pentru

Imaginați-vă că aruncați cu o piatră într-un lac liniștit. Când valurile se liniștesc, aruncați cu o nouă piatră. Exact același lucru se produce atunci când pătrundem în câmpul tăcerii pure și introducem în el intenția noastră. În această tăcere, chiar și cea mai slabă intenție va produce valuri în lacul liniștit al conștiinței universale, care leagă între ele toate formele creației. Dacă nu experimentăm însă liniștea conștiinței, dacă mintea noastră este la fel de agitată ca și un ocean sub furtună, putem arunca Everestul în oceanul infinit al conștiinței universale și tot nu vom remarcă nimic. În Biblie există faimosul citat: „Fii liniștit, și află că Eu sunt Dumnezeul tău“. Această realizare nu poate fi obținută decât prin meditație.

O altă modalitate de a avea acces la câmpul potențialității pure este practica ne-emiterii de judecăți de valoare. Judecata se referă la evaluarea permanentă a lucrurilor ca fiind bune sau rele, corecte sau greșite. Atunci când evaluăm, clasificăm, analizăm în permanență lucrurile, când punem etichete pretutindeni, noi dăm naștere la foarte multe turbulențe în dialogul nostru interior. Aceste turbulențe blochează fluxul de energie între noi și câmpul potențialității pure, pentru simplul motiv că noi „ratăm“ intervalul dintre gândurile noastre, singurul în care putem sesiza liniștea.

De aceea, acest interval reprezintă chiar punctea de legătură cu câmpul potențialității pure. Această stare de conștiință pură, de pace interioară, spațiul tăcut

dintre gânduri, este puncta care face legătura cu marea putere. Cei care nu sesizează acest interval nu conștientizează nici legătura cu câmpul potențialității pure și al creativității infinite.

În *Cursul miracolelor* există o rugăciune care sună astfel: „Astăzi nu voi judeca nimic din ceea ce se petrece“. Ne-emiterea de judecăți creează în mintea noastră o stare de liniște. De aceea, cel mai bine ar fi să vă începeți ziua rostind această afirmație pozitivă. Mai mult, de-a lungul zilei va trebui să vă reamintiți constant de această afirmație, ori de câte ori constatați că emiteți judecăți de valoare. Dacă practicarea acestei metode pe întreaga durată a zilei vi se pare prea dificilă, puteți să o limitați la un interval mai scurt, cum ar fi de pildă: „În următoarele două ore nu voi judeca nimic din ceea ce se petrece“, sau „În următoarea oră voi experimenta lipsa judecărilor de valoare“. Puteți extinde apoi gradat intervalul.

Așadar, tăcerea, meditația și ne-emiterea judecărilor de valoare permit accesul la câmpul potențialității pure, descris de prima lege spirituală. După ce veți reuși să stabiliți acest contact veți putea adăuga și o a patra componentă la această practică: petrecerea regulată a timpului în comuniune directă cu natura. Petrecerea timpului în natură ne permite să sesizăm interacțiunea armonioasă care există între toate elementele și forțele vieții, dăruindu-ne intuiția unității noastre cu întreaga viață. Indiferent dacă este vorba de un pârâu, de o pădure, de un munte, un lac sau de malul mării, această legătură cu inteligența naturii ne poate fi de un real folos în stabilirea contactului cu câmpul potențialității pure.