

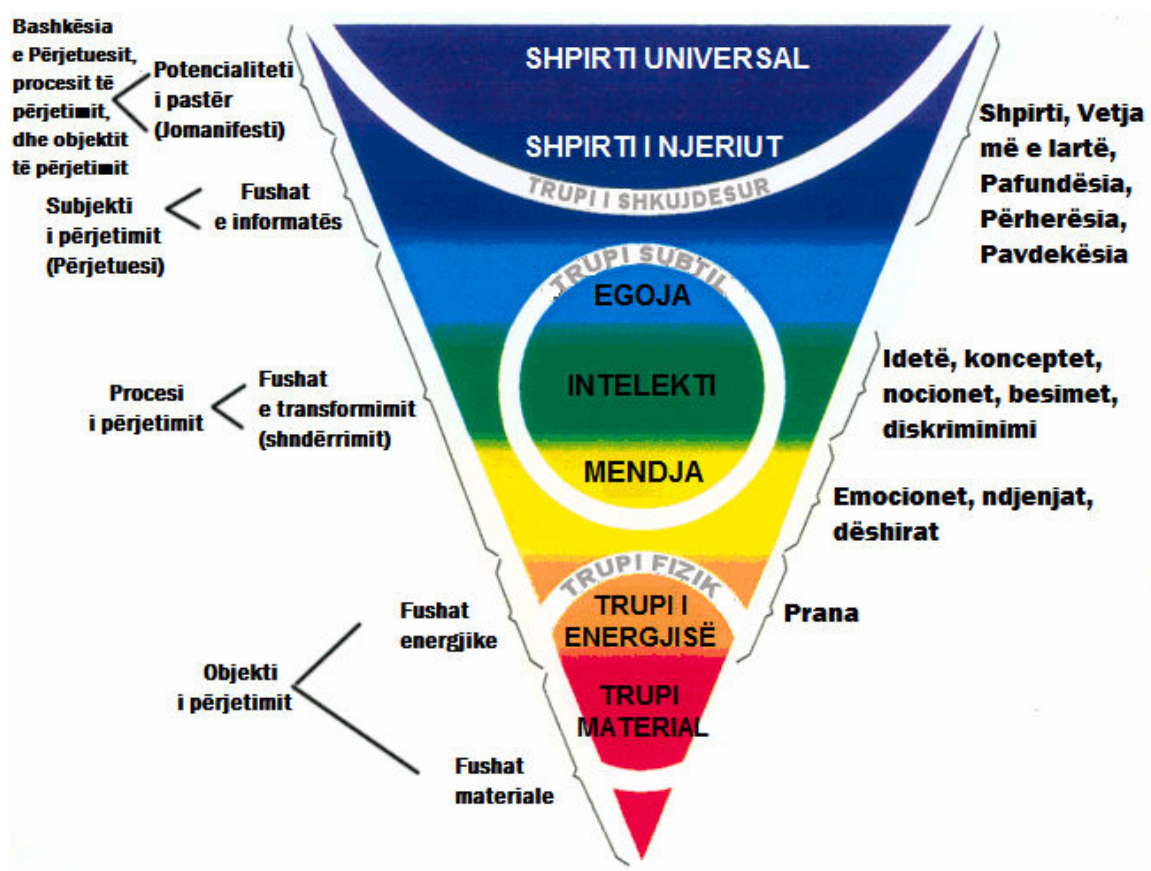
Deepak Chopra

Shtatë ligjet shpirtërore të suksesit

përmbledhje praktike

e miratuar dhe e rekomanduar

nga Daut Demaku



e përpiloi dhe e përktheu

Ridvan Bunjaku

|:(|:)

Prill 2011

Përmbajtja

Për autorin dhe librin	3
Idetë kryesore.....	3
1. Ligji i Potencialitetit të Pastër (e diel)	4
2. Ligji i Dhënies (e hënë)	6
3. Ligji i Karmës (Veprimit) apo i Shkakut dhe Efektit (e martë).....	8
4. Ligji i Përpjekjes Minimale (e mërkurë)	10
5. Ligji i Synimit dhe i Dëshirës (e enjte).....	12
6. Ligji i Shkëputjes (e premte)	15
7. Ligji i D'harmës apo i Destinimit në Jetë (e shtunë).....	17
Trupi kuantik-mekanik	19
E dashur mikeshë, i dashur mik,	20
Literatura	21

Për autorin dhe librin

DR. DIPAK ÇOPRA ËSHTË AUTOR I MIRËNJOHUR I MBI 25 LIBRAVE. Ai është një nga zëdhënësit udhëheqës të një lëvizjeje gjithnjë në rritje të mjekëve që po e kombinojnë mjekësinë bashkëkohore perëndimore me metodat shëruese të Lindjes së lashtë. Çopra ka qenë Shef i stafit në Qendrën Mjekësore Regjionale të Bostonit, dhe ka ligjëruar në Universitetin Tufts dhe Shkollat e Mjekësisë të Universitetit të Bostonit.

Dipak Çopra është ekspert udhëheqës në mjekësinë mendje/trup. Si mjek, Dr. Dipak Çopra i zotëron pyetjet me ndikim të gjerë për aftësinë tonë që ta shërojmë veten. Duke e shkrirë trajnimin e tij tradicional me shkencën e lashtë të shërimit Ayurveda nga India, Dr. Çopra i magjeps audiencat e tij duke e shpjeguar se si të përdoret inteligjenca e brendshme e trupit për vetë-shërim. Është autor i "Trup gjithmonë i ri, mendje e përhershme" dhe "Shërimi kuantik".

“Shtatë ligjet shpirtërore të suksesit” është libër i shkurtër por me mendjehollësi që e shpjegon se si veprimet e thjeshta mund të bëjnë ndryshim të madh. Disa pjesë të tij mund t'iu duken abstrakte atyre që nuk e kanë përjetuar filozofinë lindore.

Idetë kryesore

Bazuar në ligjet natyrore që e qeverisin tërë krijimin, ky libër e shkatërron mitin që sukcesi është rezultat i punës së vështirë, i planeve këmbëngulëse, apo i ambicies së furishme.

Dipak Çopra e ofron një perspektivë që e ndryshon jetën lidhur me arritjen e suksesit: kur e kuptojmë një herë e mirë natyrën tonë të vërtetë dhe mësojmë të jetojmë në harmoni me ligjin natyror, lehtësisht dhe pa mundime do të gufojë një ndjenjë e mirëqenies, shëndeti i mirë, marrëdhëniet përmbushëse, energjia e entuziazmi për jetë, dhe begatia materiale.

1. Ligji i Potencialitetit të Pastër (e diel)

Burimi i tërë krijimit është vetëdija e pastër, potencialiteti i pastër që kërkon shprehje nga e pamanifestuara në të manifestuar.

Dhe kur e kuptojmë se Vetja jonë e vërtetë është nga potencialiteti i pastër, ne bashkërendohemi me fuqinë që e manifeston çdo gjë në univers.

Në fillim nuk kishte as ekzistencë as jo-ekzistencë,

Tërë kjo botë ishte energji e pamanifestuar...

Ai merrte frymë, pa frymëmarrje, përmes fuqisë së Vet

Asgjë tjetër nuk ishte...

– Himni i Krijimit, Veda Rig

KY LIGJ ËSHTË I BAZUAR NË FAKTIN SE NE, në gjendjen tonë thelbësore, jemi vetëdije e pastër. Sipas Çoprës, vetëdija e pastër është potencialitet i pastër, është fusha e të gjitha mundësive dhe e krijueshmërisë së pafundme. Pos që është e pafundme dhe e pakufizuar, ajo është edhe gëzim i pastër. Atribute tjera të vetëdijes janë dituria e pastër, qetësia e pafundme, balansi i përkryer, pashkatërrueshmëria, thjeshtësia dhe hareja. Sa më shumë që e përjetoni natyrën tuaj të vërtetë, aq më afër fushës së potencialitetit të pastër jeni. Përjetimi i Vetes, apo ‘referimi te vetja’, domethënë se pika jonë e brendshme e referimit është shpirti ynë e jo objekti i përjetimit tonë.

Përmes meditimit do të mësoni ta përjetoni fushën e qetësisë së pastër dhe të vetëdijshmërisë së pastër. Në atë fushë të qetësisë së pastër është fusha e ndërlidhjes së pafundme, fusha e fuqisë së pafundme organizuese, sfondi vendimtar i krijimit ku gjithçka është e lidhur në mënyrë të pandarë me gjithçka tjetër. Në Bibël është shprehja, "Ji i qetë dhe dije se unë jam Zoti." Kjo mund të përmbushet vetëm përmes meditimit. Edhe kalimi i kohës në natyrë do të të japë qasje në cilësitë që janë në qenie të fushës: krijueshmëria e pafundme, liria dhe hareja.

Një mënyrë tjetër për t'iu qasur fushës së potencialitetit të pastër është përmes praktikës së jo-gjykimit. Gjykimi është vlerësimi i vazhdueshëm i gjërave si të drejta apo të gabuara, të mira apo të këqija. Kur jeni duke vlerësuar, klasifikuar, emërtuar dhe analizuar vazhdimisht, ju krijoni shumë turbullim në dialogun tuaj të brendshëm. Ky turbullim e ngushton rrjedhjen e energjisë ndërmjet juve dhe fushës së potencialitetit të pastër.

Derisa e përmirësoni lidhjen me natyrën tuaj të vërtetë, ju do të pranoni spontanisht edhe mendime krijuese, sepse fusha e potencialitetit të pastër është edhe fushë e krijueshmërisë së pastër të pafundme dhe e diturisë së pastër. Begatia e universit - shfaqja bujare dhe bollëku i universit - është shprehje e mendjes krijuese të natyrës. Sa më të harmonizuar që jeni me mendjen e natyrës aq më shumë keni qasje në krijueshmërinë e saj të pafundme e të pakufizuar.

Aplikimi i Ligjit të Potencialitetit të Pastër

Do ta vë në efekt Ligjin e Potencialitetit të Pastër duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Do të kontaktoj me fushën e potencialitetit të pastër duke ndarë çdo ditë kohë që të jem i qetë, thjesht të Jem. Po ashtu do të ulem në vetmi në meditim të qetë të paktën dy herë në ditë rreth tridhjetë minuta në mëngjes dhe tridhjetë minuta në mbrëmje.
2. Çdo ditë do të ndaj kohë të komunikoj me natyrën dhe ta vëzhgoj qetësisht inteligjencën brenda çdo gjëje të gjallë. Do të ulem qetas dhe do ta shikoj perëndimin e diellit, apo do ta dëgjoj tonin e oqeanit apo të një rrjedhe, apo thjesht do ta nuhas aromën e një luleje. Në ngazëllimin e qetësisë sime, dhe duke komunikuar ngrohtësisht me natyrën, do ta shijoj pulsimin jetësor të epokave, fushën e potencialitetit të pastër, dhe krijueshmërinë e pakufizuar.
3. Do ta praktikoj jo-gjykimin. Do ta nis ditën me fjalinë:

"Sot nuk do të gjykoj asgjë që ndodh"

dhe gjatë ditës do t'ia kujtoj vetes të mos gjykoj.

2. Ligji i Dhënies (e hënë)

*Universi operon përmes shkëmbimit dinamik...
dhënia dhe pranimi janë aspekte të ndryshme të rrjedhjes së energjisë në univers.*

*Dhe në dashjen tonë ta japim atë që e kërkojmë,
ne e mbajmë në qarkullim bollëkun e universit në jetët tona.*

*Këtë pjatë të brishtë e zbraz, e e zbraz,
dhe gjithmonë e mbush me jetë të freskët*

*Këtë fyell të vogël të kallamit e ke bartur nëpër kodra e lugina,
dhe ke fryrë nëpër të melodi përjetësisht të reja...*

Dhuratat e tua të pafundme më vijnë vetëm në ato duart e mija të vogla.

Vitet kalojnë, dhe ti ende derdh, dhe ende ka hapësirë për t'u mbushur.

– Rabindranat Tagor, Gitanjali

QË TË VAZHDOJNË TË NA VIJNË ENERGJIA DHE MIRËQENIA, duhet ta mbajmë në qarkullim energjinë. Në dashjen tonë ta japim atë që e kërkojmë, ne e mbajmë në qarkullim bollëkun e universit në jetën tonë. Sa më shumë që jepni, aq më shumë do të pranoni, sepse do ta mbani në qarkullim bollëkun e universit në jetën tuaj. Gjithçka që ka vlerë në jetë - kur jepet vetëm sa shumëzohet.

Rrjedhja e jetës nuk është gjë tjetër pos ndërveprimi harmonik i të gjitha elementeve dhe forcave që e strukturojnë fushën e ekzistencës. Ky ndërveprim harmonik i elementeve dhe i forcave në jetën tonë operon si Ligji i Dhënies.

Është pikërisht synimi prapa dhënies dhe pranimit tuaj ajo që është gjëja më e rëndësishme. Synimi duhet të jetë gjithmonë të krijosh lumturi, sepse lumturia është përkrahëse e jetës dhe mbajtëse e jetës dhe prandaj prodhon rritje. Kthimi është drejtpërdrejt proporcional me dhënien kur ajo është e pakushtëzuar dhe nga zemra.

Praktikimi i Ligjit të Dhënies në fakt është shumë i thjeshtë: nëse do gëzim, jepu gëzim të tjerëve. Nëse do dashuri - mëso të japësh dashuri, nëse do vëmendje dhe çmuarje, mëso t'i japësh ato, nëse do begati materiale, ndihmoji të tjerët të marrin pasuri materiale. Mënyra më e lehtë për ta marrë atë që e do është t'iu ndihmosh të tjerëve ta marrin atë që e duan. Nëse do që të bekohesh me të gjitha gjërat në jetë, mëso ta bekosh qetësisht secilin me të gjitha gjërat e mira në jetë.

Çopra sugjeron se mënyra më e mirë ta veni në operim Ligjin e Dhënies është të merrni vendim që sa herë që bini në kontakt me këdo, do t'iu jepni diçka. Nuk duhet patjetër të jetë në formë të gjërave materiale. Do të mund të ishte një lule, një kompliment apo një urim a lutje shpirtërore. Format më të fuqishme të dhënies janë jomateriale. Dhurata e përkujdesjes, e vëmendjes, e butësisë së ëmbël, e çmuarjes dhe e dashjes janë disa nga dhuratat më të çmueshme që mund t'i jepni. Ato nuk ju kushtojnë asgjë. Kur e takoni dikë, mund t'ia dërgoni qetësisht një bekim duke i dëshiruar lumturi, gëzim dhe të qeshura. Ky lloj i dhënies së qetë është shumë i fuqishëm. Përderisa jeni duke dhënë, do të jeni duke pranuar. Natyra jonë e vërtetë është ajo e begatisë dhe e bollëkut. Ne jemi natyrshëm të begatshëm sepse natyra e përkrah çdo nevojë dhe dëshirë.

Aplikimi i Ligjit të Dhënies

Do ta vë në efekt Ligjin e Dhënies duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Kudo që shkoj, dhe këdo që e takoj, do t'ia çoj një dhuratë. Dhurata mund të jetë një kompliment, një lule, apo një urim a lutje. Sot, do t'i jap diçka secilit me të cilin vij në kontakt, dhe kështu do ta nis procesin e qarkullimit të gëzimit, të bollëkut dhe të begatisë në jetën time dhe në jetët e të tjerëve.
2. Sot do t'i pranoj me mirënjohje të gjitha dhuratat që i ka jeta për të m'i ofruar. Do t'i pranoj dhuratat e natyrës: dritën e diellit dhe tingujt e zogjve që këndojnë, apo rigat e pranverës apo borën e parë të dimrit. Do të jem i hapur edhe ndaj pranimit nga të tjerët, qoftë ajo në formë të një dhurate materiale, parave, një komplimenti, apo një urimi a lutjeje.
3. Do të zotohem ta mbaj bollëkun në qarkullim në jetën time duke i dhënë dhe duke i pranuar dhuratat më të çmueshme të jetës: dhuratat e përkujdesjes, të butësisë së ëmbël, të çmuarjes, dhe të dashjes. Secilën herë që e takoj dikë, do t'i dëshiroj qetësisht lumturi, gëzim, dhe të qeshura.

3. Ligji i Karmës (Veprimit) apo i Shkakut dhe Efektit (e martë)

Çdo veprim prodhon forcë të energjisë që na kthehet në lloj të ngjashëm... ajo që e mbjellim është ajo që e korrim.

Dhe kur zgjedhim veprime që sjellin lumturi dhe sukses te të tjerët, fryti i karmës sonë është lumturia dhe sukcesi.

Karma është mbrojtësja e përhershme e lirisë njerëzore.

...Mendimet tona, fjalët dhe veprat tona janë fijet e rrjetës që e hedhim rreth vetes.

– Swami Vivekananda

KARMA ËSHTË NJËKOHËSISHT SHKAKU DHE EFEKTI I VEPRIMEVE TUAJA. Çdo veprim prodhon forcë të energjisë që na kthehet në të njëjtën mënyrë që e dërgojmë. Karma e sugjeron veprimin e bërjes së zgjedhjes me vetëdije. Disa nga këto zgjedhje bëhen vetëdijshëm, derisa të tjerat bëhen pavetëdijshëm.

Çdo mendim është ose memorje ose dëshirë. Me fjalë tjera: është ose interpretim, ose zgjedhje. Memorja, dëshira dhe veprimi janë të ndërlidhura në një cikël të vazhdueshëm. Pa memorje nuk ka dëshirë. Pa dëshirë nuk ka veprim, nuk ka karmë dhe pa karmë nuk ka memorje. Pra të gjitha janë gjëja e njëjtë. Dhe çdo mendim që e keni gjenerohet karmikisht. Prandaj Çopra nuk pajtohet me thënien "duhet të mundohesh të kesh mendime pozitive". Nuk mund të provoni të keni qëndrim pozitiv. Por qëndrimi juaj do të ndryshojë dhe mendimet tuaja do të ndryshojnë spontanisht nëse zgjedhjet tuaja janë karmikisht të duhurat, sepse janë ato zgjedhje karmike që i prodhojnë ato mendime.

Mënyra më e mirë për ta maksimizuar përdorjen e Ligjit Karmik është të bëhemi plotësisht të vetëdijshëm për zgjedhjet që i bëjmë në secilin moment. Çdo gjë që po ndodh në këtë moment është rezultat i zgjedhjeve që i keni bërë në të kaluarën.

Si duket reagimet tona shpesh shpreh shkrehen automatikisht nga njerëzit dhe rrethanat. Shpesh jemi duke i bërë pavetëdijshëm këto zgjedhje. Nëse ndaleni për një moment dhe i vëzhgoni zgjedhjet që po i bëni derisa i bëni ato, tërë procesin e bartni nga sfera e pavetëdijshme në sferën e vetëdijshme. Kjo procedurë e bërjes së zgjedhjeve dhe e vëzhgimit në mënyrë të vetëdijshme është shumë fuqizuese. Pyeteni veten për pasojat e secilës zgjedhje që e bëni. "A do të më sjellë kjo zgjedhje lumturi mua dhe të tjerëve?" Zemra e ka një aftësi të llogaritjes që është larg më korrekte dhe larg më precize se sa gjithçka brenda kufijve të mendjes racionale.

Mund ta përdorni Ligjin e Karmës për të krijuar para dhe begati dhe rrjedhën e të gjitha gjërave të mira kah ju, në çdo kohë që dëshironi. Por së pari duhet të bëheni plotësisht të vetëdijshëm se e ardhmja juaj prodhohet nga zgjedhjet që po i bëni në secilin moment të jetës suaj. Nëse e bëni këtë rregullisht, atëherë jeni duke e përdorur plotësisht Ligjin e Karmës. Sa më shumë që merrni vendime të vetëdijshme, aq më shumë do t'i bëni ato zgjedhje që janë spontanisht korrekte – edhe për ju edhe për ata përreth jush.

E karma e kaluar? Një mënyrë për ta çliruar atë është që atyre që iu keni bërë keq t'iu kërkonit falje, vetëdijshëm dhe sinqerisht. Ligji i Karmës thotë se asnjë borxh në univers nuk mbetet i papaguar. Është një sistem i përkryer i llogaritjes në univers. Çdo gjë është në shkëmbim të vazhdueshëm të energjisë. Pyeteni veten derisa jeni duke e paguar borxhin tuaj karmik: "Çka mund të mësoj nga kjo përvojë? Pse po ndodh kjo dhe cila është porosia që po ma jep universi? Si mund ta bëj këtë përvojë të dobishme për qeniet njerëzore?"

Një mënyrë tjetër për t'u marrë me karmën e kaluar është ta transcendoni atë. Ju i transcendoni farat e karmës suaj duke shkuar në zbraztësi dhe duke dalë prapë jashtë. Kjo bëhet përmes praktikës së meditimit. Esenca e Ligjit të Karmës është ideja e shkakut dhe efektit. Duke i bërë hapat e nevojshëm për t'iu sjellë lumturi dhe sukses të tjerëve, universi do të shkëmbejë duke ju furnizuar me lumturi dhe begati.

Aplikimi i Ligjit të Karmës (Veprimit) apo të Shkakut dhe Efektit

Do ta vë në efekt Ligjin e Karmës duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Sot do t'i vëzhgoj dhe do t'i dëshmoj zgjedhjet që i bëj në secilin moment. Dhe thjesht në vëzhgimin e këtyre zgjedhjeve, do t'i sjell ato në vetëdijen time të plotë. Do ta di se mënyra më e mirë të përgatitem për secilin moment në të ardhmen është të jem plotësisht i vetëdijshëm në të tashmen.

2. Sa herë që e bëj një zgjedhje, do t'ia bëj vetes dy pyetje:

"Cilat janë pasojat e kësaj zgjedhjeje që po e bëj?", dhe

"A do të më sjellë kjo zgjedhje përmbushje dhe lumturi mua dhe po ashtu edhe atyre që ndikohen nga kjo zgjedhje?"

3. Pastaj do të kërkoj udhërrëfim nga zemra ime dhe do të udhëzohem nga mesazhi i saj i rehatisë apo i parehatisë. Nëse zgjedhja ndihet e rehatshme, do të vazhdoj me shkujdesje. Nëse zgjedhja ndihet e parehatshme, do të ndalem dhe do t'i shoh, me të pamurit tim të brendshëm, pasojat e veprimit tim. Ky udhërrëfim do të ma mundësojë të bëj zgjedhje spontanisht korrekte për veten dhe për të gjithë rreth meje.

4. Ligji i Përpyjekjes Minimale (e mërkurë)

Inteligjenca e natyrës funksionon me lehtësi dhe pa mundim... me shkujdesje, me harmoni, dhe me dashuri. Dhe kur i shfrytëzojmë forcat e harmonisë, të gëzimit, dhe të dashurisë, ne krijojmë sukses dhe fat të mirë me lehtësi dhe pa mundim.

Qenia integrale di pa shkuar, sheh pa shikuar, dhe kryen punë pa bërë.

- Lao Tsu

NË SHUMË GJËRA KA LEHTËSI NATYRORE PA MUNDIM. Nëse e vëzhgoni natyrën gjatë punës, do ta shihni se shpenzohet përpjekja minimale. Bari nuk provon të rritet, ai thjesht rritet. Peshqit nuk provojnë të notojnë, ata thjesht notojnë. Lulet nuk provojnë të lulëzojnë, ato thjesht lulëzojnë. Kjo është natyra e tyre thelbësore. Është po ashtu natyra e diellit të shkëlqejë. Është natyra njerëzore t'i bëjmë ëndrrat tona të manifestohen në formë fizike, lehtë dhe pa mundim.

Përpjekja minimale shpenzohet kur veprimet tuaja janë të motivuara nga dashuria, sepse natyra mbahet bashkë nga energjia e dashurisë. Kur tentoni ta merrni fuqinë dhe kontrollin mbi njerëzit tjerë - ju humbni energji. Kur kërkon para apo fuqi për hir të egos - ju harxhoni energji duke e ndjekur iluzionin e lumturisë në vend se ta shijoni lumturinë e momentit. Kur kërkon para vetëm për levërdi personale - ju e ndërprisni rrjedhjen e energjisë kah ju dhe ndërhyini në shprehjen e inteligjencës së natyrës. Kur veprimet tuaja janë të motivuara nga dashuria - energjia juaj shumëfishohet dhe grumbullohet dhe energjia shtesë që e mbledhni dhe e shijoni mund të kanalizohet që të krijoni çka të doni, duke e përfshirë edhe pasurinë e pakufizuar.

Janë tri komponenta të Ligjit të Përpjekjes Minimale:

1. **Pranimi.** Kjo thjesht domethënë se e bën një zotim: "Sot i pranoj njerëzit, situatat, rrethanat dhe ngjarjet ashtu si shfaqen. Do të jetoj në momentin. Do t'i pranoj gjërat ashtu siç janë, jo siç do të doja unë të jenë ato (egoja ime). Kur ndihem i frustruar apo i nervozuar nga një person apo situatë, do ta kujtoj se nuk po reagoj ndaj personit apo situatës, por ndaj ndjenjave për këtë person apo situatë. Duke e ditur dhe kuptuar këtë - unë mund të jem përgjegjës për emocionet dhe ndjenjat e mia dhe prandaj edhe për reagimet e mia ndaj botës."
2. **Përgjegjësia.** Kjo domethënë të mos i fajësosh të tjerët dhe vetveten. Të gjitha problemet e përmbajnë farën e shansit. Kjo vetëdije ju lejon ta merrni momentin dhe ta transformoni atë në diçka më të mirë. Në këtë mënyrë çdo tiran do të bëhet mësuesi juaj. Realiteti është interpretim dhe do të keni shumë shanse për të evoluuar. Është një kuptim i fshehur prapa të gjitha ngjarjeve dhe ky kuptim do t'i shërbejë evolucionit tuaj.

Përgjegjësia është aftësia të përgjigjemi. Përgjegjësia është edhe aftësia t'i dorëzohemi dhembjes si dhe gëzimit. Jeta lëviz ndërmjet këtyre dy brigjeve. Ky nuk është problemi. Problemi është kur ngecim në njërin nga brigjet.

3. **Pambrojtshmëria.** Kjo domethënë se nuk duhet t'ua mbushni mendjen apo t'i bindni njerëzit tjerë për këndvështrimin tuaj. Nëse i shikoni njerëzit përreth do ta shihni se ata e kalojnë 99% të kohës së vet duke e mbrojtur këndvështrimin e vet. Kur bëheni mbrojtës, kur i fajësoni të tjerët, dhe kur nuk e pranoni dhe nuk i dorëzoheni momentit - jeta juaj has në rezistencë. Sa herë që hasni në rezistencë, dini se nëse e shtrëngoni situatën - rezistenca vetëm sa do të rritet. Kur e humbni nevojën për ta mbrojtur këndvështrimin tuaj, ju bëheni të pathyeshëm.

Aplikimi i Ligjit të Përpjekjes Minimale

Do ta vë në efekt Ligjin e Përpjekjes Minimale duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Do ta praktikoj Pranimin. Sot do t'i pranoj njerëzit, situatat, rrethanat, dhe ngjarjet ashtu si shfaqen. Do ta di se ky moment është ashtu siç do të duhej të ishte, sepse i tërë universi është ashtu siç do të duhej të ishte. Nuk do të sikletohem kundër tërë universit duke u sikletuar kundër këtij momenti. Pranimi im është i plotë dhe tërësor. I pranoj gjërat ashtu siç janë në këtë moment, jo siç do të doja të ishin.
2. Pasi t'i kem pranuar gjërat ashtu siç janë, do ta marr Përgjegjësinë për situatën time dhe për të gjitha ato ngjarje që i shoh si probleme. E di se marrja e përgjegjësisë domethënë të mos fajësohet askush dhe asgjë për situatën time (dhe kjo e përfshin edhe vetveten). E di edhe se çdo problem është një shans i maskuar, dhe se kjo vigjilencë ndaj shanseve më lejon që ta marr këtë moment dhe ta shndërroj atë në përfitim më të madh.
3. Sot vetëdija ime do të mbetet e përforcuar në Pambrojtshmëri. Do të heq dorë nga nevoja ta mbroj këndvështrimin tim. Nuk do të ndiej nevojë t'i bind apo t'ua mbush mendjen të tjerëve që ta pranojnë këndvështrimin tim. Do të mbetem i hapur ndaj të gjitha këndvështrimeve dhe nuk do të lidhem ngurtësisht me asnjërin nga ta.

5. Ligji i Synimit dhe i Dëshirës (e enjte)

Në qenie të çdo synimi dhe dëshire është mekanika për përmbushjen e vet... synimi dhe dëshira në fushën e potencialitetit të pastër kanë fuqi të pakufizuar organizuese.

Dhe kur e paraqesim synimin në dheun pjellor të potencialitetit të pastër, këtë fuqi të pafundme organizative e bëjmë të punojë për ne.

Në fillim ishte dëshira, që ishte fara e parë e mendjes; urtakët, duke medituuar në zemrat e tyre, me urtësinë e tyre e kanë zbuluar lidhjen e ekzistueses me jo-ekzistuesen.

- Himni i Krijimit, Veda Rig

SA HERË QË E VËNI VËMENDJEN TUAJ NË VULLNET, ju forcoheni në jetën tuaj. Sa herë që e hiqni vëmendjen tuaj nga vullneti juaj - ai do të shpërbëhet dhe do të zhduket. Synimi në anën tjetër e shkreh transformimin e energjisë dhe informatës.

Synimi është dëshirë pa u lidhur me rezultatin. Synimi i kombinuar me shkëputje çon në vetëdije të momentit të tashëm, të qendëruar në jetë. Kur veprimi bëhet në vetëdijen e momentit të tashëm - ai është maksimalisht efektiv. Synimi i juaj është për të ardhmen por vëmendja juaj është në të tashmen. Përderisa vëmendja e juaj është në të tashmen, synimi juaj për të ardhmen do të manifestohet, sepse e ardhmja krijohet në të tashmen. Duhet ta pranoni të tashmen kështu si është. Pranojeni të tashmen dhe synojeni të ardhmen. E ardhmja është diçka që mund ta krijoni gjithmonë përmes synimit të shkëputur, por kurrë nuk do të duhej të sikletoheni kundër të tashmes.

E shkuara, e tashmja dhe e ardhmja janë të gjitha veti të vetëdijes. E shkuara është rikujtim dhe memorje. E ardhmja është parashikim, dhe e tashmja është vetëdije. Prandaj koha është lëvizje e mendimit. Edhe e shkuara edhe e ardhmja lindin në imagjinatë. Vetëm e tashmja që është vetëdije - është reale dhe e përhershme.

Dëshira është mekanika e krijimit. Ajo është lidhja ndërmjet joekzistentes dhe ekzistentes. Dëshira është potenciali i pastër që kërkon manifestim.

Synimi është forcë e fuqishme, më e fuqishme se graviteti apo elektriciteti. Synimi dhe vëmendja janë dy cilësi në fushë: synimi është informata, vëmendja është energjia.

Mësoni ta shfrytëzoni fuqinë e synimit, dhe mund të krijoni gjithçka që dëshironi. Ju mund t'i merrni rezultatet edhe përmes mundimit dhe përmes të

provuarit, por me një çmim. Çmimi është stresi, sulmet në zemër, dhe funksionimi i rrezikuar i sistemit tuaj imunitar. Është shumë më mirë t'i ekzekutoni pesë hapat vijues në Ligjin e Synimit dhe Dëshirës. Kur i përcillni këta pesë hapa për përmbushjen e dëshirës, synimi e prodhon fuqinë e vet:

1. Rrëshqitni në zbrastësi. Kjo domethënë ta qendërzoni vetveten në atë hapësirë të qetë ndërmjet mendimeve, të shkoni në qetësi - ai nivel i Të Qenurit (Të Jesh) që është gjendja juaj thelbësore.
2. Të stabilizuar në atë gjendje të Të Qenurit, lëshoni synimet dhe dëshirat tuaja. Faktikisht, kur jeni në zbrastësi - nuk ka mendim, nuk ka synim, por derisa dilni nga zbrastësia - në atë pikëtakim ndërmjet zbrastësisë dhe një mendimi - e paraqitni synimin.
Nëse e keni një seri të qëllimeve, mund t'i shkruani ato, dhe ta keni synimin tuaj të përqendruar në to para se të shkoni në zbrastësi. Nëse, për shembull, dëshironi karrierë të suksesshme, ju shkoni në zbrastësi me atë synim, dhe synimi do të jetë tashmë si flakë e dobët në vetëdijen tuaj. Lëshimi i synimeve dhe dëshirave tuaja në zbrastësi domethënë t'i mbillni ato në dheun pjellor të potencialitetit të pastër, dhe të pritni të lulëzojnë kur është stina e duhur. Nuk doni t'i gërmoni farat e dëshirave tuaja që ta shihni se a po rriten, apo të lidheni ngurtësisht me mënyrën në të cilën do të shpalosen ato. Ju thjesht doni t'i lëshoni ato.
3. Rrini në gjendjen e referimit të vetja. Kjo domethënë rrini të stabilizuar në vetëdijen e Vetes suaj të vërtetë - shpirtit tuaj, lidhjes suaj me fushën e potencialitetit të pastër. Kjo po ashtu domethënë të mos e shihni vetveten përmes syve të botës, apo t'ia lejoni vetvetes të ndikohet nga opinionet dhe kritikët e të tjerëve. Një mënyrë ndihmuese për ta mbajtur atë gjendje të referimit të vetja është t'i mbani dëshirat tuaja për vete; mos i ndani ato me askë tjetër pos nëse ata i kanë saktësisht dëshirat e njëjta që i keni ju, dhe janë të lidhur fort me ju.
4. Braktisni lidhjen tuaj me përfundimin. Kjo domethënë të hiqni dorë nga lidhja juaj e ngurtë me një rezultat specifik, dhe domethënë të jetuarit në mençurinë e pasigurisë. Kjo domethënë ta shijoni secilin moment në udhëtimin e jetës suaj, edhe nëse nuk e dini përfundimin.
5. Lëreni universin të merret me detalet. Synimet dhe dëshirat tuaja, kur lëshohen në zbrastësi, kanë fuqi të pakufishme organizuese. Besojini asaj fuqie të pakufizuar organizative të synimit që t'i orkestrojë të gjitha detalet për ju. Kujtojeni se natyra e juaj e vërtetë është shpirt i pastër. Barteni vetëdijshmërinë e shpirtit tuaj kudo që shkoni, butësisht lëshoni dëshirat tuaja, dhe universi do të merret me detalet për ju.

Aplikimi i Ligjit të Synimit dhe Dëshirës

Do ta vë në efekt Ligjin e Synimit dhe Dëshirës duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Do ta bëj një listë të të gjitha dëshirave të mija. Do ta bart këtë listë me vete kudo që shkoj. Do ta shikoj këtë listë para se të shkoj në qetësinë dhe meditimin tim. Do ta shikoj atë para se të shkoj të fle natën. Do ta shikoj atë kur zgjohem në mëngjes.
2. Do ta lëshoj këtë listë të dëshirave dhe do t'ia dorëzoj amës së krijimit, duke besuar se kur gjërat nuk duket se po shkojnë sipas mënyrës sime, është një arsye, dhe se plani kozmik ka për mua dizajne shumë më madhështore se sa edhe ato që i kam imagjinuar.
3. Do t'ia kujtoj vetvetes ta praktikoj vetëdijen e momentit të tashëm në të gjitha veprimet e mija. Do të refuzoj t'ia lejoj pengesave ta harxhojnë dhe ta tresin cilësinë e vëmendjes sime në momentin e tashëm. Do ta pranoj të tashmen ashtu siç është, dhe do ta manifestoj të ardhmen përmes synimeve dhe dëshirave të mija më të thella, më të dashura.

6. Ligji i Shkëputjes (e premtë)

Në shkëputje ndodhet urtësia e pasigurisë, në urtësinë e pasigurisë ndodhet liria nga e shkuara jonë, nga e njohura, që është burgu i kushtëzimit të kaluar.

Dhe në gatishmërinë tonë të hyjmë në të panjohurën, fushën e të gjitha mundësive, ia dorëzojmë veten mendjes krijuese që e orkestron vallëzimin e universit.

Si dy zogj të artë të ndalur në të njëjtin dru, miq të ngushtë, egoja dhe Vetja jetojnë në trupin e njëjtë. E para i ha frutat e ëmbla dhe të tharta të drurit të jetës, ndërsa e dyta shikon e shkëputur.

- Upanishadja Mundaka

NË MËNYRË QË TË SIGUROHET ÇKADOQFTË NË UNIVERSIN FIZIK, ju duhet ta braktisni lidhjen tuaj me të. Kjo nuk domethënë të hiqni dorë nga synimi për ta krijuar dëshirën tuaj. Ju nuk hiqni dorë nga synimi juaj dhe nuk hiqni dorë nga dëshira juaj. Ju hiqni dorë nga lidhja juaj me rezultatin. Kjo është gjë shumë e fuqishme që mund të bëhet. Në momentin që ju hiqni dorë nga lidhja me rezultatin, ju filloni ta rritni perspektivën për situatën.

Çopra beson se shkëputja është e bazuar në padiskutueshmërinë e besimit në fuqinë e Vetes tuaj të vërtetë. Lidhja, në anën tjetër, e ka bazën në frikë dhe pasiguri. Nevoja për siguri e ka bazën në mos-njohjen e Vetes së vërtetë. Burimi i bollëkut, i begatisë apo i çkado qoftë tjetër në botën fizike është Vetja. Është vetëdija që e di se si ta përmbushë secilën nevojë. Çdo gjë është një simbol, siç janë veturat, shtëpitë, monedhat, rrobat, aeroplanët e kështu me radhë. Simbolet janë kalimtare. Ato vijnë dhe shkojnë. Ato krijojnë siklet. Ato në fund ju bëjnë të ndiheni të zbrazët dhe boshë përbrenda, sepse e shkëmbeni Vetën tuaj me simbolet e Vetes suaj.

Lidhja vjen nga vetëdija varfërore, sepse lidhja është gjithmonë me simbolet. Me shkëputjen ka liri për të krijuar. Shumica e njerëzve vazhdimisht janë duke kërkuar siguri dhe do ta kuptoni se është një gjë shumë jetëshkurtër. Edhe një lidhje me paratë është shenjë e pasigurisë. Ata që e kërkojnë sigurinë, e ndjekin atë gjatë tërë jetës. Siguria është dhe gjithmonë do të jetë iluzion. Kërkimi i sigurisë dhe i përcaktueshmërisë është në fakt lidhje me të njohurën. Çka është e njohura? Është e shkuara juaj. E njohura nuk është asgjë tjetër pos burgu i kushtëzimit të kaluar.

Kur kalojmë nga egoja në shpirt, ne bëhemi vëzhgues e dëshmitar vigjilent i vetes dhe në atë vigjilencë ka shkëputje. Ti e kupton se nuk je rolet që i luan. Kur bëhemi vigjilentë për rolet që po i luajmë dhe ndalemi së identifikuari veten

me rolet që po i luajmë atëherë në këtë është shkëputja spontane që krijon sukses.

Duhet ta kemi qëllimin por duhet ta kemi edhe shkëputjen. Kjo domethënë të jemi të orientuar kah proceset, jo kah rezultatet.

"Po eci në këtë rrugë sepse po dua të arrij atje, por edhe nëse nuk arrij atje nuk ka rëndësi sepse kjo është rruga kah dua të shkoj, dhe derisa eci - ndiej gëzim, dhe ekstazë."

Pra në shkëputje është mençuria e pasigurisë. Pasiguria e krijon lirinë nga e shkuara. Nuk duhet të frikësohemi nga e panjohura, por nga e njohura, nëse ka diçka nga e cila duhet të frikësohemi. Sa më e pasigurt të jetë kjo ditë, aq më e gëzueshme është.

Qëndrimi mendor është të jesh i përfshirë me pasion e prapë i shkëputur, apo shkurt të kesh përfshirje të shkëputur. Nga kjo rrjedh fati i mirë që në fakt është shansi dhe gatishmëria.

Aplikimi i Ligjit të Shkëputjes

Do ta vë në efekt Ligjin e Shkëputjes duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Sot do të zotohem për shkëputje. Do t'ia lejoj vetes dhe atyre përreth meje lirinë që të jenë ashtu siç janë. Nuk do ta imponoj ngurtësisht idenë time se si do të duhej të jenë gjërat. Nuk do t'i imponoj zgjidhjet e problemeve, duke krijuar kështu probleme të reja. Do të marr pjesë në çdo gjë me përfshirje të shkëputur.
2. Sot do ta fus pasigurinë si përbërës esencial të përjetimit tim. Në dashjen time ta pranoj pasigurinë, zgjidhjet do të shfaqen spontanisht nga problemi, nga hutimi, nga parregullsia, dhe nga kaosi. Sa më të papërcaktuara të duken gjërat, aq më i sigurt do të ndihem, sepse pasiguria është rruga për te liria ime. Përmes mençurisë së papërcaktueshmërisë, do ta gjej sigurinë time.
3. Do të hyj në fushën e të gjitha mundësive dhe do ta pres ngazëllimin që mund të ndodhë kur mbetem i hapur ndaj pafundësisë së zgjedhjeve. Kur hyj në fushën e të gjitha mundësive, do ta përjetoj tërë argëtimin, aventurën, magjinë, dhe misterin e jetës.

7. Ligji i D'harmës apo i Destinimit në Jetë (e shtunë)

Secili e ka një destinim në jetë... një dhunti unike apo talent të veçantë për t'ua dhënë të tjerëve.

Dhe kur e shkrijmë këtë talent unik me shërbimin ndaj të tjerëve, ne e përjetojmë ekstatën dhe ngazëllimin e shpirtit tonë, që është qëllimi vendimtar i të gjitha qëllimeve.

Kur punoni, ju jeni fyell nëpër zemrën e të cilit shushurima e orëve kthehet në muzikë. Dhe çka domethënë të punosh me dashuri? Është ta endësh pëlhurën me fije të nxjerra nga zemra jote, pikërisht sikur personi yt i dashur do ta veshë atë pëlhurë...

- Khalil Gibran, Profeti

JANË TRI KOMPONENTA NË KËTË LIGJ:

1. Se secili nga ne është këtu ta zbulojë Vetën tonë të vërtetë, ta zbulojmë vetë se Vetja jonë e vërtetë është shpirtërore. Esencialisht ne jemi qenie shpirtërore që jemi manifestuar në formë fizike. Secili nga ne është këtu ta zbulojë Vetën tonë më të lartë apo Vetën tonë shpirtërore. Duhet ta gjejmë se përbrenda nesh është një perëndi apo perëndeshë në formë embrionale që dëshiron të lindet ashtu që të mund ta shprehim hyjnoritetin tonë. Kjo nuk është blasfemi. Nuk ka asgjë tjetër pos Zotit. Këta perëndi e perëndesha janë impulse të inteligjencës, gjendje të vetëdijes që vijnë nga fusha universale. Këta perëndi e perëndesha kanë vetëm një dëshirë - duan të lindin.
2. Ta shprehim talentin tonë unik. Të shprehurit e atij talenti ju çon në vetëdije të pakohë dhe ju ndihmon ta zbuloni veten tuaj të vërtetë dhe si mund të jeni të aftë t'i ndihmoni njerëzimit.
3. T'i shërbeni njerëzimit. T'iu ndihmoni atyre me të cilët vini në kontakt çdo ditë. Duke iu ndihmuar të tjerëve me kombinimin e talentit tuaj unik dhe të çiftuar me përjetimin e shpirtësisë suaj (spiritualitetit tuaj), nuk ka gjasa të mos i qaseni begatisë së pakufizuar, sepse kjo është mënyra reale se si arrihet begatia. Pra pyetni "Si mund të ndihmoj?" dhe jo "Çka ka këtu për mua?". Duke e bërë këtë ju automatikisht shkoni përtej egos suaj në territorin e shpirtit tuaj.

Çka do të bënit po të mos ishin problem paratë dhe po ta kishit tërë kohën e botës? Nëse ende do ta bënit atë që po e bëni tash, atëherë jeni në D'harmë, sepse keni pasion për atë që e bëni - jeni duke e shprehur talentin tuaj unik. Si përshtateni më së miri t'i shërbeni botës? Përgjigjuni kësaj pyetjeje dhe vendoseni këtë në praktikë. Duke e bërë këtë ju mund ta prodhoni tërë begatinë që e doni sepse të shprehurit tuaj krijues harmonizohet me njerëzit tjerë. Do ta shquani gëzimin e vërtetë dhe kuptimin e vërtetë të suksesit.

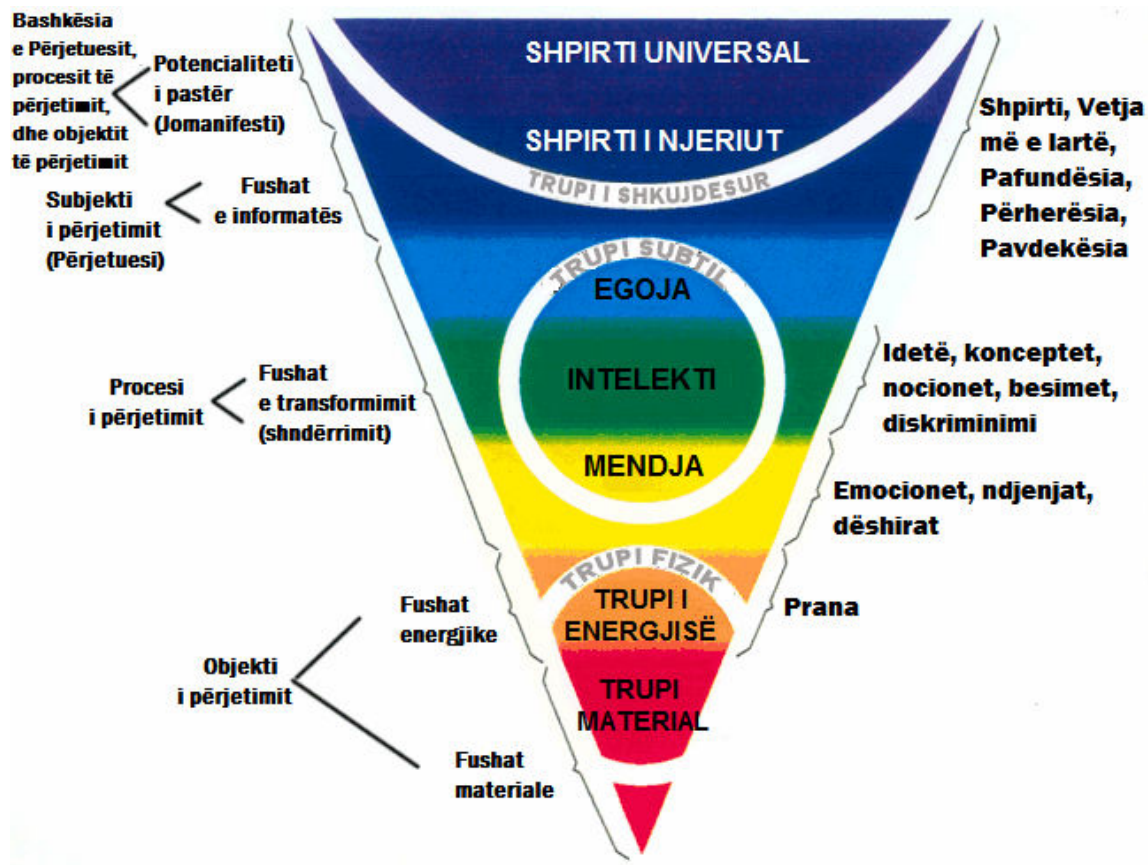
Aplikimi i Ligjit të D'harmës apo të Destinimit në Jetë

Do ta vë në efekt Ligjin e D'harmës duke u zotuar t'i ndërmarr hapat vijues:

1. Sot do ta kultivoj përziemërsisht perëndinë apo perëndeshën në embrion që ndodhet thellë brenda shpirtit tim. Do t'i kushtoj vëmendje shpirtit përbrenda meje, që i jep jetë edhe trupit edhe mendjes sime. Do ta zgjoj veten ndaj kësaj qetësie të thellë përbrenda zemrës sime. Pikërisht gjatë përjetimit të kufizuar nga koha, do ta bart me vete vetëdijen e Qenies së pakohë, të përhershme.
2. Do ta bëj një listë të talenteve të mija unike. Kur i shprehi talentet e mija unike dhe i përdori ato në shërbim të njerëzimit, më humb fija e kohës dhe krijoj begati në jetën time si dhe në jetët e të tjerëve.
3. Do ta pyes veten përditë, "Si mund të shërbej?" dhe "Si mund të ndihmoj?". Përgjigjet në këto pyetje do të më lejojnë t'iu ndihmoj dhe t'iu shërbej njerëzve me dashuri.

Trupi kuantik-mekanik

MUND TA ARRISH PËRMBUSHJEN SPONTANE TË TË GJITHA DËSHIRAVE TUA duke u lidhur me shtresat e ndryshme trupore të trupit tënd kuantik-mekanik.



E dashur mikeshë, i dashur mik,

NË SHTATË LIGJET SHPIRTËRORE TË SUKSESIT, i përshkruaj virtytet dhe principet e ndërlidhura me to që më kanë ndihmuar mua dhe kushedi sa të tjerë për ta arritur satisfaksionin shpirtëror dhe suksesin material... Më është dukur veçanërisht përmbushëse të përqendrohem në një ligj secilën ditë të javës, duke filluar të dielën me Ligjin e Potencialitetit të Pastër dhe duke e përfunduar të shtunën me Ligjin e D'harmës. Ta kesh vëmendjen në një ligj shpirtëror do ta transformojë jetën tënde, siç e ka transformuar timen...

Dipak Çopra

Literatura

- BestSummaries: “The seven spiritual laws of success”
 - Deepak Chopra, “The seven spiritual laws of success”
 - Mystic fire & Mojo productions, video “The seven spiritual laws of success”
-

Ky publikim mund të gjendet online në faqet:

<http://sa-kra.ch/>

<http://www.syri3.com/>

Faqja në Facebook: |:(|:) Publikimet RB

<http://sites.google.com/site/kalabuli/>

Përkthyesi i falënderon autorët e ueb-faqeve
për kontributin në shpërndarjen e dijes