

DEEPAK
CHOPRA

EDITURA PARALELA 45
O VIAȚĂ
IMPLINITĂ

Redactare: Paul Gorban
Tehnoredactare & DTP copertă: Mihail Vlad
Pregătire de tipar: Marius Badea

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

DEEPAK CHOPRA

O viață împlinită

Cum să exploatezi puterea infinită a coincidențelor

Traducere din limba engleză de
Alina Luca

Editura Paralela 45

CUPRINS

Mulțumiri 9

Introducere 11

Partea întâi. Promisiunea potențialului infinit

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

Partea a doua. Cum să croiești drumul destinului

7. Meditații și mantră 131

8. Primul principiu: *Ești un fir din țesătura cosmosului* 142

9. Cel de-al doilea principiu: *Prin oglinda relațiilor îmi descopăr sinele non-localizat* 147

10. Cel de-al treilea principiu: *Fii stăpânul dialogului tău interior* 156

11. Cel de-al patrulea principiu: *Intenția țese tapiseria universului* 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

INTRODUCERE

În fiecare zi se întâmplă miracole. Nu numai în sate îndepărtate din țară sau în locuri sfinte din cine știe ce parte a globului, ci și aici, în propria noastră viață. Erup la suprafață din sursa lor ascunsă, ne înconjoară cu oportunități și apoi dispar. Ele sunt stelele căzătoare ale vieții de zi cu zi. Atunci când vedem stele căzătoare, raritatea lor le face să pară magice, dar, de fapt, ele brăzdează cerul tot timpul. Însă noi nu le observăm pe parcursul zilei, orbiți fiind de lumină, iar noaptea apar doar dacă se întâmplă ca noi să privim în locul potrivit, iar cerul să fie senin, întunecos.

Deși noi le considerăm extraordinare, miracolele ne brăzdează sinele în fiecare zi. Putem alege să le observăm sau să le ignorăm, neștiind că este posibil ca în balanță să fie chiar destinele noastre. Dacă devenim receptivi la prezența miracolelor, într-o secundă viața ne poate fi transformată într-o experiență uimitoare, minunată și încântătoare, mult peste limita a tot ce ne-am fi putut imagina. Dacă le ignorăm, șansa se pierde pentru totdeauna. Întrebarea este: „Ai recunoaște un miracol dacă l-ai vedea?” „Dacă l-ai recunoaște, ce ai face?” „Și dacă, cumva, ai putea să îți compui propriile miracole, ce miracole anume ai alege?”

Mai presus de eul nostru fizic, mai presus de gândurile și emoțiile noastre, se află, în noi, un tărâm al potențialului pur; din acest loc

totul – și orice – este posibil. Chiar și miracole. În special miracole. Această parte din noi, din tine, se întrepătrunde cu tot ceea ce există și cu tot ceea ce nu există încă. Mi-am dedicat viața explorării și călăuzirii către moduri de a pătrunde în acest câmp infinit de posibilități, pentru ca noi să ne putem redirecționa și îmbunătăți viețile din punct de vedere material, emoțional, fizic și spiritual. În cărțile anterioare m-am concentrat asupra unor scopuri specifice. De exemplu am scris extrem de mult despre modalități de a ajunge la o sănătate perfectă, de a găsi drumul spre dragoste, de a descoperi cum să îl cunoaștem pe Dumnezeu. Această lucrare am conceput-o cu un scop mai larg – să te îndrume către o cale de a vedea adevărul profund care se ascunde sub iluzia vieții de zi cu zi și, prin aceasta, de a-ți descoperi propriul destin – și modul în care să îl modelezi. Aceasta este calea către împlinire și, în final, către iluminare.

De mai mult de zece ani mă fascinează ideea conform căreia coincidența este implicată în dirijarea și formarea vieților noastre. Cu toții am trăit experiențe care ar putea fi considerate uimitoare sau supranaturale. Poate că, făcând curat într-un dulap, ai găsit un cadou de la cineva cu care nu mai vorbești de ani buni, apoi, o oră mai târziu, dintr-odată, îți sună telefonul și este chiar acea persoană. Poate că citești un articol de ziar despre un tratament experimental pentru cancerul de piele și, fără vreun motiv anume, te hotărăști să păstrezi acel ziar. O lună mai târziu, o rudă te sună să te anunțe că tocmai a fost diagnosticată cu cancer de piele, iar informația din acel articol pe care l-ai păstrat îi influențează deciziile și ajunge să îi salveze viața. Sau poate că îți se strică mașina pe o stradă pustie și, tocmai când te-ai resemnat cu ideea că vei sta acolo, părăsit, ore întregi, primul vehicul care trece este exact un camion pentru remorcări.

Oare astfel de momente pot fi considerate simple coincidențe? Desigur că da, dar, dacă le examinăm mai cu atenție, pot, de asemenea,

să se dovedească a fi frânturi de miracole. De fiecare dată când trăim o experiență de acest fel, avem posibilitatea să alegem: fie îi minimizăm importanța, văzând-o ca pe o întâmplare banală dintr-o lume dezorganizată, fie o recunoaștem ca pe un eveniment care ne-ar putea schimba viața. Eu nu cred în coincidențe fără sens. Eu cred că fiecare coincidență reprezintă un mesaj, un indiciu legat de un anumit aspect al vieții noastre care necesită să îi acordăm atenție.

Ai ascultat vreodată acea „voce mică“, domoală, abia auzită, din interiorul tău? Ai avut vreodată o intuiție legată de ceva sau de cineva? Intuiția și vocea aceea mică sunt forme de comunicare pe care, de regulă, vei descoperi că merită să le asculți. Coincidențele sunt, de asemenea, tipuri de mesaje. Acordând atenție coincidențelor din viața ta, poți învăța să le auzi mai bine mesajul. Și, înțelegând forțele care modelează coincidențele, poți ajunge să influențezi acele forțe și să crezi propriul tău set de coincidențe semnificative, să profiți de ocaziile pe care ele le oferă și să trăiești viața ca pe un miracol care se desfășoară în fața ochilor tăi și care îți inspiră, în fiecare moment, admirație și respect.

Majoritatea dintre noi trecem prin lume puțin speriați, puțin nervoși, puțin emoționați. Suntem ca niște copii care se joacă de-a v-ați ascunselea și care așteaptă să fie găsiți, dar speră, totodată, că nu vor fi descoperiți și își mușcă unghiile în așteptare. Ne îngrijorăm atunci când ocaziile se apropie puțin prea mult și ne ascundem mai adânc, în umbră, când ne copleșește teama. Nu astfel ar trebui să trecem prin viață. Oamenii care înțeleg adevărata natură a realității, acei oameni numiți, în anumite culturi, iluminați, nu trăiesc sentimente de teamă sau de neliniște. Toate îngrijorările dispar. Odată ce înțelegi modul în care funcționează cu adevărat viața – șuvoiul de energie, informații și cunoștințe care dirijează fiecare moment –, începi să vezi potențialul uimitor al aceluia moment. Lucrurile lumești pur și simplu nu te mai

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. Mentea 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