

Vrei ceva? Renunta.

Prima data am auzit acest principiu in direct de la Mike Wilson, un om de afaceri din Statele Unite. Marturisesc ca nu am inteles atunci absolut deloc ce dorea sa spuna. De fapt, mi se parea ca acest principiu se opune foarte puternic cu ideile de stabilire a obiectivelor pe care le cunosteam de ani de zile. Cum sa renunti la exact acel lucru pe care il doresti? Nu are sens.

In dezvoltarea personala si profesionala se vorbeste foarte mult de stabilirea obiectivelor si de "tehnologii" de atingere a obiectivelor precum Programarea Neuro-Lingvistica (NLP). Legea atractiei spune ca atragi in viata ta acele lucruri pe care te focalizezi, carora le acorzi atentie si in care investesti emotie. Toate aceste principii la prima vedere se bat cap in cap cu "legea

detasarii", asa cum o numeste **Deepak Chopra** in "Cele sapte legi spirituale ale succesului".

Deepak Chopra defineste aceasta lege foarte simplu: pentru a dobandi ceva in universul material, este necesar sa renuntam la atasamentul nostru fata de respectivul lucru. Aceasta nu inseamna sa renuntam la intentiile sau dorintele noastre. Singurul element la care trebuie sa renuntam este atasamentul fata de rezultatul lor.

Securitate vs Incertitudine

Deepak Chopra vorbeste si despre securitate si incertitudine in cartea sa, explicand mai departe legea detasarii. Oamenii se pot imparti in doua categorii: cei care cauta securitatea si cei care accepta incertitudinea, creativitatea si libertatea.

Spre exemplu, atasamentul fata de bani este, de fapt, o dovada de incertitudine si de cautare cu disperare a securitatii. Sunt multi oameni care isi spun "cand voi avea, voi face". Unii oameni spun: "cand voi avea un milion de dolari, voi face X si Y si ma voi simti in siguranta. Voi fi independent financiar si voi avea tot ce-mi doresc." Acest tip de gandire insa nu duce nicaieri si, mai mult, poate genera mai multa saracie.

Cautarea securitatii in sine este o iluzie. In aceasta lume, in afaceri, in viata, in personalitatea umana totul este intr-o continua schimbare.

- Singura certitudine este schimbarea. Solutia ar fi "incertitudinea", sursa creativitatii si liberatii reale.
- Incertitudine nu inseamna risc necontrolat
- Nu inseamna sa te arunci inainte fara sa te uiti. Incertitudinea presupune curajul si inspiratia de a patrunde cu incredere intr-o lume plina de oportunitati, posibilitati si creatie continua. Legea atractiei va aduce in viata ta exact acele lucruri pe care te focalizezi.
- **Cand folosesti legea atractiei si legea detasarii impreuna succesul iti este practic garantat.**

Probabil esti cuprins de confuzie in acest moment, mai ales daca este prima data cand te intalnesti cu legea detasarii. Principiile stabilirii obiectivelor si legea atractiei sunt inca valabile si nu interfereaza cu aceasta noua lege. Imagineaza-ti ca trebuie sa ajungi din A in B. Procesul atingerii unui obiectiv este dat de drumul de la A la B. Iar in acest drum iei o multitudine de decizii. Legea detasarii se refera la felul cum iei aceste decizii: te bazezi pe atasamentul fata de trecut si cauti siguranta... sau iti permiti sa intri cu mult curaj in universul practic infinit al creativitatii si incertitudinii?

Securitate vs Diversitate

Pentru a intelege mai bine principiul detasarii si diferenta dintre securitate si incertitudine, am sa-ti prezint ce se intampla la nivel de personalitate.

Din Analiza Grafologica (analiza personalitatii prin studierea scrisului de mana) stiu ca exista persoane care imbratiseaza schimbarea, care isi asuma riscuri, au incredere de sine foarte buna si isi ating obiectivele pe care si le propun. In schimb, am intalnit si persoane care sunt rezistente la schimbare, care nu accepta riscul si ies foarte greu din zona de confort. Nu au incredere de sine foarte buna, se tem de esec si de respingere si, in consecinta, au probleme cu atingerea obiectivelor.

Acum vezi mai clar diferenta dintre securitate si incertitudine? In Analiza Grafologica persoanele care accepta calea incertitudinii sunt flexibile, au nevoie de diversitate, sunt persoane cu multa energie, cu buna imagine de sine si care isi asuma **riscuri calculate in viata**.

In schimb, persoanele care cauta securitatea sunt mai sensibile la critica, puternic incapatanate si inflexibile, de obicei au o imagine de sine medie sau scazuta si au in general frici si insecuritati. Iata ce ironie, exact asa cum spune si Deepak Chopra in cartea sa: persoanele care cauta securitatea sunt de fapt cele mai putin sigure, cele mai tematoare, cele mai putin increzatoare in fortele proprii. Iluzia securitatii se traduce la nivel de personalitate in trasaturi specifice, clare, care se pot identifica prin Analiza Grafologica. Vestea buna ca trasaturile pot fi schimbate prin

Grafo-Terapie.

Securitate vs Libertate

Un domeniu unde legea detasarii se aplica foarte clar si unde se vede limpede diferenta dintre securitate si libertate este cel financiar. Asa cum am spus anterior, atasamentul fata de bani nu aduce securitate, siguranta financiara, ci dimpotriva.

Insa lucrurile merg chiar mai departe. Legea atractiei este folosita gresit de cele mai multe persoane. Cei mai multi oameni muncesc din greu pentru a scapa de datorii. Multi uita sa "se plateasca pe ei insisi mai intai", asa cum spune **Robert Kiyosaki**, si apoi sa aiba grija de facturi, datorii si alte obligatii financiare. Cei mai multi oameni se focalizeaza pe datorii si cum sa scape de ele. Si nu reusesc niciodata acest lucru pentru ca legea atractiei le aduce in viata lucrurile pe care se focalizeaza: datorii.

Ai auzit vreodata expresia din popor **"de ce ti-e frica, de aia nu scapi"**?

Este cat se poate de reala aceasta zicala. Legea atractiei spune ca atragi in viata ta exact lucrurile pe care te focalizezi, carora le dai atentie si in care pui energie emotionala. Cand ai un dialog intern de genul: "iar trebuie sa-mi platesc facturile si ratele la banca, nu stiu ce sa mai fac sa ies din atatea datorii" nu faci decat sa atragi in viata ta mai multe facturi si mai multe datorii.

Primul pas

este **sa te focalizezi pe ceea ce vrei**: prosperitate.

Iar **legea detasarii** spune ca trebuie

sa renunti la atasamentul tau fata de trecut,

fata de securitatea efemera pe care acesta ti-o aduce.

In plus, pentru a atinge **prosperitatea**, ai nevoie

sa accepti incertitudinea, schimbarea si sa astepti

oportunitatile aduse de viata.

Apoi totul devine munca, solutii de gasit, obstacole de trecut. Adu-ti aminte ca succesul este calatoria, nu destinatia.

●Acceptarea

Deepak Chopra ofera si cateva idei concrete despre cum poti aplica legea detasarii in viata ta. Sugestia mea este sa petreci macar **cate o zi pentru fiecare din urmatoarele trei idei** de aplicare a legii detasarii. Vei putea asadar sa intelegi mai bine aceste principii si vei experimenta ce rezultate aduc aceste schimbari in viata ta personala si profesionala. Asadar, primul pas in aplicarea legii detasarii **1**. este acceptarea.

Marturisesc sincer ca acest principiu este pentru mine foarte greu de aplicat. Imi este greu sa accept unele evenimente din viata mea, mai ales cand acestea interfereaza cu obiectivele pe care mi le-am propus. Nu am spus ca este usor sa aplici legea detasarii. Uneori poate parea chiar imposibil.

Deepak Chopra scrie in carte

-sa exersezi sa te accepti pe tine asa cum esti.

-In plus, **sa ii accepti pe ceilalti din jur asa cum sunt.**

-Nu trebuie sa impui propriile tale idei, credinte, valori si emotii altora.

- Participa la viata din jurul tau cu o implicare detasata.

Cand ai reusit toate aceste lucruri in mod consecvent, spune-mi si mie cum ai facut.

●Aventura

Al doilea pas in aplicarea legii detasarii este

sa te deschizi incertitudinii.

Renunta la atasamentul tau emotional fata de trecut,

fata de ceea ce stii deja. Nu inseamna sa renunti

la lectiile pe care le-ai invatat, ci doar **la atasamentul fata de trecut.** Ia

ceea ce stii si **priveste spre viitor cu incredere in creativitatea adusa de incertitudine.**

Sugestia este **sa te astepti ca solutiile sa apara spontan** pornind chiar de la problemele create.

• **Ideile cele mai bune provin din detasare, din haos, din incertitudine.**

Albert Einstein a descoperit ideea ce sta la baza teoriei relativitatii in timp ce statea relaxat la umbra unui copac intr-o zi insorita. Isi imagina cum porneste intr-o calatorie prin Univers cu viteza luminii, stand pe o raza de soare.

Incertiduiunea este sursa primordiala a creativitatii umane si este calea spre libertate si solutionarea tuturor problemelor.

Este doar o chestiune de timp si munca in aplicarea acestor solutii. Asa cum spunea Einstein, nu putem rezolva o problema la acelasi nivel de gandire ca acela prin care am creat problema

respectiva. Gandirea "out of the box" ("in afara cutiei") presupune incertitudine, renuntarea la ceea ce stim deja, la ceea ce ne limiteaza imaginatia practic infinita.

●Alegerea

Al treilea pas

se refera la optiunile pe care le luam in fiecare zi, in fiecare moment al vietii

. Pur si simplu da-ti voie sa alegi, experimenteaza aventura, magia vietii.

Distreaza-te... succesul este calatoria, nu destinatia.

La fel ca in training si invatare experientiala, daca nu este nostim, distractiv, atunci faci gresit ceva. Este ceea ce expertii mai numesc "funderstanding": "fun" (nostim, distractiv) si "understanding" (intelegere).

Legea detasarii este asadar extrem de puternica. Impreuna cu legea atractiei iti poate aduce tot ceea ce iti doresti si iti poate crea viata pe care ai visat-o dintotdeauna. Imaginatia este mai importanta decat cunoasterea, asa cum a spus Einstein. **Cunoasterea este trecutul, iar imaginatia este viitorul.**

publicat pe ionut-ciurea.com

Ultimele comentarii la acest articol

adaugat pe 28 Septembrie 2007 la 16:42 de catalina

Fiind o persoana care investeste multe emotii in ceea ce face ,recunosc ca legea detasarii e o revelatie pentru mine.Sper ca aplicand sfaturi din acest articol sa arunc macar o parte din stresul din fiecare zi,pe care eu singura il amplific in mod constient.E greu sa schimbi lucruri care tin de interior,dar daca ma conduc spre un drum mult mai usor de pasit,o fac cu cea mai mare placere.Prefer sa regret faptul ca am incercat dar nu am reusit ,decat sa regret pentru ca nu am avut suficienta vointa si determinare sa incerc.E un curs foarte bun ,sper sa nu se opreasca aici. Participa la discutie! (1 comentariu)

Detalii

Titlul în engleză: The Seven Spiritual Laws of Success

Peste 4000 exemplare vândute din 2003 (anul primei apariții în limba română) până în prezent.

Șapte legi ale succesului, șapte legi ale vieții

Ce ați face dacă nu ați avea nici o grijă financiară și ați dispune de toți banii din lume? Dacă răspundeți că ați continua să faceți exact ceea ce faceți acum, înseamnă că sunteți pasionat de munca dumneavoastră și împlinit în viață. Dacă nu, trebuie să citiți această carte.

Autorul afirmă că orice om are un talent unic prin care poate atinge succesul. Altfel spus, în domeniul lui, fiecare om poate fi mai bun decât oricine altcineva de pe această planetă.

Scopul vieții implică dăruirea în slujba celorlați a talentului-sau talantului- pe care îl are fiecare om. Banii nu sunt altceva decât un simbol al energiei vieții, pe care o dăruim în schimbul serviciilor pe care ni le face universul. Bunăstarea materială este o reflectare exterioară a bunăstării interioare.

Cartea e un manual practic al bogăției. Paradoxal e că faptul că bogăția vine atunci când dăruiești. Orice relație implică actul de a da și de a primi. Dăruirea atrage după sine primirea, la fel cum primirea atrage după sine dăruirea. Și ce trebuie să dăruiești? Ceea ce ai deja, talentul tău.

Autorul are o viziune spirituală a succesului, care implică întreaga noastră ființă, pusă în slujba binelui. Acest tip de succes nu cere eforturi mari, doar o orientare corectă față de adevăratele scopuri ale vieții. Aplicarea principiilor enunțate în această lucrare duc la bunăstare materială, sănătate, entuziasm, relații interumane plăcute, stabilitate interioară, energie.

Marele merit al acestei cărți e faptul că ne oferă exerciții practice, simple, prin care putem exersa, una câte una, cele șapte legi spirituale ale succesului. Aplicarea lor ne ajută efectiv să ne atingem scopurile pe care ni le-am propus în viață și să ne descoperim pe noi înșine.

(prezentare realizată de Iulian Suman)

Fragment din carte:

Orice relatie implica actul de a da si de a primi. **Dăruirea atrage după sine primirea**, la fel cum primirea atrage după sine dăruirea. Ceea ce merge în sus va trebui să coboare la un moment dat, la fel cum ceea ce pleacă de la noi va trebui să se întoarcă mai devreme sau mai târziu. De fapt, primirea nu este diferită de dăruire, căci dăruirea și primirea sunt cele două fețe ale aceleiași monede: fluxul energiei universale. Dacă veți bloca acest flux (în orice direcție), nu veți face altceva decât să vă opuneți inteligenței naturii.

Orice samantă conține în ea promisiunea a o sută de păduri. Pentru aceasta trebuie ca ea să nu fie însă depozitată într-un sac. Este necesar ca inteligența ei să fie daruită solului fertil. Prin acest act de dăruire, energia ei invizibilă începe să curgă către manifestarea în planul material.

Cu cât veți da mai mult, cu atât veți primi mai mult, căci bogăția universului va continua să circule astfel prin viața dumneavoastră. De fapt, tot ceea ce este cu adevărat valoros în viața nu face altceva decât să se multiplice continuu atunci când este daruit. Dacă ceva nu se multiplica prin dăruire, atunci nu merita să fie daruit, nici primit. Dacă simțiți că ați pierdut ceva prin actul dăruirii, atunci darul nu a fost sincer, și deci nu va provoca o creștere. Dacă dauiți ceva împotriva dorinței dumneavoastră reale, actul dumneavoastră va fi golit de energie.

Altfel spus, intenția care se ascunde în spatele dăruirii și primirii are o importanță vitală. Intenția ar trebui să fie întotdeauna aceea de a da naștere la fericire, deopotrivă pentru cel care dăruiește și pentru cel care primește, căci fericirea este sursa vieții, și de aceea ea generează creștere. Ceea ce se întoarce înapoi este direct proporțional cu intenția necondiționată de a da din inimă. De aceea actul dăruirii trebuie să fie plin de bucurie, iar starea dumneavoastră mentală ar trebui să fie una de continuă fericire odată cu fiecare act de dăruire. În acest fel, energia care stă la baza dăruirii se va amplifica de un număr mare de ori.

De la Autor: Deepak Chopra

Cele șapte legi spirituale ale succesului