

As Sete Leis Espirituais do Sucesso [Deepak Chopra]



Deepak Chopra

AS SETE  
LEIS ESPIRITUAIS  
DO SUCESSO

Editorial Presença

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS

INTRODUÇÃO

1. A LEI DA POTENCIALIDADE PURA

2. A LEI DA DÁDIVA

3. A LEI DO "KARMA" OU DA CAUSA-EFEITO

4. A LEI DO MENOR ESFORÇO

5. A LEI DA INTENÇÃO E DO DESEJO

6. A LEI DO DESPRENDIMENTO

7. A LEI DO "DHARMA" OU DA FINALIDADE DA VIDA

SUMÁRIO E CONCLUSÃO

ACERCA DO AUTOR



## AGRADECIMENTOS

Gostaria de exprimir a minha gratidão e amizade às seguintes pessoas: Janet Mills por ter acalentado este livro desde a sua concepção até ao seu acabamento. Rita Chopra, Mallika Chopra e Gautama Chopra por constituírem a expressão viva das Sete Leis Espirituais. Ray Chambers, Gayle Rose, Adrianna Nienow, David Simon, George Harrison, Olivia Harrison, Naomi Judd, Demi Moore e Alice Walton pela coragem e empenhamento que mostraram no que respeita a esta visão inovadora, inspiradora, sublime, nobre e transformadora das nossas vidas. Roger Cabriel, Brent Becvar, Rose Bueno-Murphy e toda a gente do Sharp Center For Mind-Body Medicine pelos encorajadores exemplos dados aos nossos convidados e doentes. Deepak Singli, Geeta Singh e toda a minha equipa das Edições Quantum pela suas incansáveis energias e dedicação. Muriell Nellis pelo seu inabalável propósito de manter o mais elevado nível de integridade em todos os projectos. Richard Perl por ter constituído um tão excelente exemplo de auto-referência. Arielle Ford pela sua inabalável fé no autoconhecimento e pelo seu empenho em transformar as vidas de tantas pessoas. E Bill Elkus pela sua compreensão e amizade.

## INTRODUÇÃO

Embora este livro se intitule As Sete Leis Espirituais do Sucesso, também se poderia chamar As Sete Leis Espirituais da Vida, porque se trata aqui dos mesmos princípios que a natureza aplica para criar tudo o que faz parte da existência material - tudo o que podemos ver, ouvir, cheirar, saborear ou tocar. No meu livro Como Alcançar Prosperidade: A Consciência da Riqueza no Campo de Todas as Possibilidades, estabeleci os passos para alcançar a consciência da riqueza, baseando-nos num verdadeiro conhecimento dos movimentos da natureza. As Sete Leis Espirituais do Sucesso constituem a essência dessa aprendizagem. Quando essa sabedoria se incorpora na nossa consciência, dá-nos a capacidade de criar uma riqueza ilimitada com um mínimo de esforço e permite-nos realizar com êxito todos os nossos projectos. O sucesso na vida poderia definir-se como a constante expansão da felicidade e a progressiva realização de objectivos meritórios. O sucesso consiste na capacidade de realizarmos os nossos desejos com um mínimo de esforço. E, no entanto, o sucesso, incluindo a criação de riqueza, foi sempre considerado um processo que exige um trabalho árduo e muitas vezes pensa-se que ele só se alcança à custa dos outros. Necessitamos de uma abordagem mais espiritual do sucesso e da prosperidade, que consiste no fluxo abundante de todas as coisas boas para nós. Com a sabedoria e a prática da lei espiritual, colocamo-nos em harmonia com a natureza e somos capazes de criar com despreocupação, alegria e amor. Há muitos aspectos do sucesso; a riqueza material constitui apenas uma componente. Para além disso, o sucesso consiste numa viagem, não constitui um destino. Acontece que a abundância material, em todas as suas formas de expressão, constitui uma das coisas que torna a viagem mais agradável. Mas o sucesso também requer uma boa saúde, energia e entusiasmo pela vida, fazer amizades, liberdade criativa, estabilidade emocional e psicológica, sensação de bem-estar e paz de espírito. Mesmo possuindo a experiência de todas estas coisas, não nos sentiremos realizados, se não acaltermos dentro de nós as sementes da divindade. Na realidade, somos feitos de divindade, embora encoberta, e os deuses e deusas em embrião, que se encontram dentro de nós, procuram materializar-se plenamente. O verdadeiro sucesso consiste, portanto, na experiência do miraculoso. Consiste no desdobramento da divindade dentro de nós. Constitui a percepção da divindade para onde quer que vamos, em tudo aquilo que observamos - nos olhos de uma criança, na beleza de uma flor, no voo de uma ave.

Quando começarmos a entender a nossa vida como a miraculosa expressão da divindade - não ocasionalmente, mas sempre - então compreenderemos o verdadeiro significado do sucesso. Antes de definirmos as sete leis espirituais, vamos começar por perceber o conceito de lei. A lei consiste no processo pelo qual o não-manifesto se torna manifesto; constitui o processo pelo qual o observador se torna no observado; constitui o processo pelo qual aquele que vê se transforma naquilo que é visto; consiste no processo pelo qual o sonhador manifesta o sonho. Toda a criação, tudo o que existe no mundo físico, constitui o resultado do não-manifesto transformando-se a si próprio em manifesto. Tudo aquilo que observamos provém do desconhecido. O nosso corpo físico, o nosso universo físico - tudo e qualquer coisa de que nos apercebamos através dos sentidos - consiste na transformação do não-manifesto, do desconhecido e do invisível em manifesto, conhecido e visível. O universo físico não é mais do que o Eu voltando-se para Si Próprio para se realizar a Si Próprio como alma, espírito e matéria física. A consciência em movimento exprime-se sob a forma dos objectos do universo na eterna dança da vida. A fonte de toda a criação é a divindade (ou a alma); o processo da criação consiste na divindade em movimento (ou o espírito); e o objecto da criação consiste no universo físico (que inclui o corpo físico). Estes três componentes da realidade - alma, espírito e corpo, ou observador, processo de observação e observado - constituem essencialmente a mesma coisa. Todos provém do mesmo local: o campo da potencialidade pura, que pertence ao campo do não-manifesto puro. Na verdade, as leis físicas do universo constituem todo este processo da divindade em movimento, ou da consciência em movimento. Quando compreendemos estas leis e as aplicamos nas nossas vidas, podemos criar tudo o que quisermos, porque as leis que a natureza aplica para criar uma floresta, uma galáxia, uma estrela, ou um corpo humano, são as mesmas que nos podem trazer a realização dos nossos mais Profundos desejos. Agora vamos passar para As Sete Leis Espirituais do Sucesso e ver como as podemos aplicar nas nossas vidas.

#### A LEI DA POTENCIALIDADE PURA

A LEI DA POTENCIALIDADE é a fonte de toda a criação que consiste na consciência pura. Ou seja, a potencialidade pura procurando exprimir o não-manifesto através do manifesto e, quando percebemos que o nosso verdadeiro Eu é potencialidade pura, aliamos-nos ao poder que manifesta tudo no universo. No princípio Não havia existência nem não-existência, Todo este mundo era feito de energia não-manifesta... O Uno respirava, sem movimentos, através do seu próprio poder Nada mais havia... Hino da Criação, Rig Veda A primeira lei espiritual do sucesso é a Lei da Potencialidade Pura. Esta lei baseia-se no facto de sermos, no nosso estado essencial, consciência pura. A consciência pura é potencialidade pura; constitui o campo de todas as possibilidades e da criatividade infinita. A consciência pura constitui a nossa essência espiritual. A sabedoria pura, o silêncio infinito, o equilíbrio perfeito, a invencibilidade, a simplicidade e a beatitude constituem outros atributos da consciência pura. Esta é a nossa natureza essencial. A nossa natureza essencial é constituída por potencialidade pura. Quando descobre a sua natureza essencial e sabe quem de facto é, nesse conhecimento de si próprio encontra a capacidade para realizar todos os sonhos, porque nós somos a possibilidade eterna, o potencial imensurável de tudo o que foi, é e será. A Lei da Potencialidade Pura também se podia chamar a Lei da Unidade, porque subjacente à infinita diversidade da vida se encontra a unidade de uma alma total e universal. Não há separação entre nós e este campo de energia. O campo da potencialidade pura é o nosso próprio Eu. E quanto mais possuírmos a experiência da nossa verdadeira

natureza, mais próximo nos encontramos do campo da potencialidade pura. A experiência do Eu, ou "auto-referência", significa que o nosso ponto de referência interior é constituído pela nossa própria alma e não pelos objectos da nossa experiência. O oposto da auto-referência constitui a referência ao objecto. No plano da referência ao objecto, estamos sempre a procurar a aprovação dos outros. O nosso pensamento e o nosso comportamento são sempre em função de uma resposta. Por isso se baseiam no medo. No plano da referência ao objecto, também sentimos uma necessidade intensa de controlar as coisas. Sentimos uma necessidade intensa de poder externo. A necessidade de aprovação, a necessidade de controlar as coisas e a necessidade de poder externo baseiam-se no medo. Esta espécie de poder não representa o poder da potencialidade pura, nem o poder do Eu, nem um poder real. Quando experimentamos o poder do Eu, o medo desaparece, deixamos de ter uma necessidade de controlo compulsiva e deixamos de lutar pela aprovação e pelo poder externo. No plano da referência ao objecto, o nosso ponto de referência interior é o nosso ego. Mas o ego não constitui aquilo que de facto somos. O ego representa a nossa auto-imagem; é a nossa máscara social; constitui o papel que desempenhamos. A nossa máscara social precisa de aprovação para se engrandecer. Procura dominar e mantém-se através do poder que exerce, porque vive no medo. O nosso verdadeiro Eu, que é a nossa alma, encontra-se totalmente liberto destas coisas. É imune à crítica, não teme os desafios, e não se sente inferior a ninguém. E, no entanto, também é humilde e não se sente superior a ninguém, pois reconhece que todos os outros constituem o mesmo Eu, a mesma alma, sob diferentes formas. Esta constitui a diferença essencial entre a referência ao objecto e a auto-referência. No plano da auto-referência possuímos a experiência do nosso verdadeiro eu, que não teme nenhum desafio, respeita todas e não se sente inferior a ninguém. O auto poder constitui, portanto, o verdadeiro poder. Mas o poder baseado na referência ao objecto representa um poder falso. Sendo um poder baseado no ego, apenas dura enquanto o objecto de referência se encontra presente. Se uma pessoa tiver determinado título - se for presidente de um país ou presidente de uma corporação - ou se tiver muito dinheiro, o poder de que desfruta desaparece no momento em que perde o título, o trabalho, o dinheiro. O poder baseado no ego só dura enquanto durarem essas coisas. Logo que o título, o trabalho, o dinheiro desaparecerem, também o poder desaparece. O autopoder, pelo contrário, é permanente, porque se baseia no conhecimento do Eu. E o autopoder apresenta algumas características importantes. Atrai as pessoas para nós e também atrai até nós as coisas que desejamos. Magnetiza as pessoas, as situações, e as circunstâncias, de modo a apoiarem os nossos desejos. Também se chama a isto apoio das leis da natureza. É o apoio da divindade; um apoio que provém do facto de nos encontrarmos em estado de graça. Este poder faz com que sintamos alegria em nos sentirmos ligados às outras pessoas e elas também sintam alegria em se encontrarem ligadas a nós. Passamos a ter um poder de atracção uma atracção que se baseia no verdadeiro amor. Como podemos aplicar a Lei da Potencialidade Pura, ao campo de todas as possibilidades, às nossas vidas? Se quiser desfrutar dos benefícios do campo da potencialidade pura, se quiser aproveitar ao máximo a criatividade inerente à consciência pura, tem de ter acesso a ela. Uma das formas de ter acesso a este campo é através da prática diária do silêncio, meditação e não-julgamento. Passar tempo no meio da natureza também constitui uma forma de acesso às qualidades inerentes a este campo: criatividade infinita, liberdade e beatitude. A prática do silêncio significa que a pessoa se compromete a reservar algum tempo para Ser apenas. A experiência do silêncio significa que a pessoa se retira periodicamente da actividade da palavra. Nesses períodos, a pessoa também se retira de actividades como ver televisão, ouvir

rádio, ou ler um livro. Se nunca tomarmos a oportunidade de experimentar o silêncio, o nosso diálogo interior será sempre turbulento. Reserve com alguma frequência um tempo para o silêncio. Ou mantenha apenas a regra de guardar silêncio por um certo período de tempo, todos os dias Poderia experimentar duas horas por dia, ou se lhe parecer demasiado, experimente apenas durante uma hora de cada vez. E de vez em quando, tente a experiência do silêncio durante um período extenso de tempo, como um dia inteiro, dois dias, ou mesmo uma semana inteira. O que acontece quando se entrega a esta experiência do silêncio? No princípio, o seu diálogo interior torna-se ainda mais turbulento. Sente uma enorme necessidade de dizer qualquer coisa. Conheci pessoas que ficavam quase loucas no primeiro e no segundo dia em que iniciavam um período de silêncio. De repente, as pessoas parecem sentir-se pressionadas e ansiosas. Mas se persistirem na experiência, o seu diálogo interior começará a tornar-se sereno. E depressa o silêncio se torna profundo. Isto acontece porque depois de algum tempo, o espírito rende-se; percebe que não vale a pena andar para cá e para lá, se você - o Eu, a alma, aquele que escolhe - se decidiu por não falar, durante um certo período. Assim, quando o diálogo interior se acalma com o tempo, começamos a experimentar a serenidade do campo da potencialidade pura. A prática periódica do silêncio, do modo que for mais conveniente para si, constitui uma forma de experimentar a Lei da Potencialidade Pura. Outra, é fazer todos os dias algum tempo de meditação. O ideal seria reservar pelo menos trinta minutos para meditar, de manhã, e outros trinta à tarde. Através da meditação, terá a experiência do campo do silêncio puro e do conhecimento puro. No campo do silêncio puro encontra-se o campo da correlação infinita, o campo do poder organizador infinito, o princípio primeiro da criação, onde todas as coisas se ligam umas às outras de modo inseparável. Na quinta lei espiritual, a Lei da Intenção e do Desejo, verá como pode introduzir um ligeiro impulso de intenção neste campo, e a criação dos seus desejos surgirá, espontânea. Mas primeiro tem de fazer a experiência da serenidade. A serenidade constitui o primeiro requisito para podermos manifestar os nossos desejos, porque é na serenidade que reside a nossa ligação ao campo da Potencialidade pura, onde uma infinidade de pormenores se organiza para nós. imagine que atira uma pedra pequena para as águas paradas de uma lagoa e fica a ver as ondas que provocou na água. Depois de algum tempo, quando as ondas se acalmam, talvez atire outra pedra pequena. É exactamente aquilo que faz quando entra no campo do silêncio puro e introduz a sua intenção. Nesse silêncio, até a mais leve intenção produz ondas no princípio subjacente da consciência universal, que estabelece as ligações de todas as coisas umas com as outras. Mas se não passar pela serenidade da consciência, se o seu espírito for como um oceano turbulento, pode atirar lá para dentro o Empire State Building, que nada acontecerá. Na Bíblia, encontramos a expressão "Adquire serenidade e reconhece-me como Deus". Isto só se pode realizar através da meditação. Outra forma de chegar ao campo da potencialidade pura é através da prática do não-julgamento. O julgamento representa a constante avaliação das coisas como certas ou erradas, boas ou más. Quando se está sempre a avaliar, a classificar, a rotular, a analisar, cria-se uma imensa turbulência no nosso diálogo interior. Essa turbulência dificulta o fluxo de energia entre nós e o campo da potencialidade pura. Fechamos assim a "abertura" entre os pensamentos. A abertura constitui a nossa ligação ao campo da potencialidade pura. Constitui o estado de conhecimento puro, aquele espaço silencioso entre os pensamentos, aquela serenidade interior que nos liga ao verdadeiro poder. E quando fechamos a abertura, fechamos a nossa ligação ao campo da

potencialidade pura e da criatividade infinita. Há uma oração em *A Course in Miracles*, onde se diz "Hoje não julgarei nada do que ocorrer. O não-julgamento cria um silêncio no nosso espírito. Portanto, é uma boa ideia começar o dia com esse propósito. E durante o dia, recorde-se desse propósito sempre que se aperceber de que está a fazer um julgamento. Se lhe parecer demasiado difícil manter este procedimento durante todo o dia, pode apenas decidir para si próprio: "Durante as próximas duas horas não vou fazer julgamentos sobre nada." ou "Durante a próxima hora vou praticar o não-julgamento". Depois, vai aumentando a Pouco e pouco o tempo de duração da experiência. Através do silêncio, da meditação e do não-julgamento, terá acesso à Lei da potencialidade Pura. Quando começar a praticá-la, pode acrescentar um terceiro componente a essa prática - passar, com regularidade, algum tempo em comunhão com a natureza. Passar tempo com a natureza permite-lhe adquirir o sentido da interacção harmoniosa de todos os elementos e forças e dar-lhe sentido de unidade com tudo na vida. A ligação com a inteligência da natureza, quer se trate de um rio, uma floresta, uma montanha, um lago, ou a beira-mar, também o ajudará a entrar no campo da potencialidade pura. Deve aprender a relacionar-se com a mais íntima essência do seu ser. Essa verdadeira essência encontra-se para além do ego. Não teme nada; é livre; é imune à crítica; não teme nenhum desafio. Não é inferior a ninguém, não é superior a ninguém e é plena de magia, mistério e encantamento. Reconhecer a sua verdadeira essência também lhe trará um conhecimento interior daquilo que se representa, o espelho das suas relações com os outros, pois todas as relações constituem um reflexo da sua relação consigo próprio. Por exemplo, a culpa, medo e insegurança no que respeita ao dinheiro e ao sucesso, ou a qualquer outra coisa, representa um reflexo da culpa, medo e insegurança que constituem aspectos básicos da sua personalidade. Nenhum dinheiro ou sucesso poderá resolver estes problemas básicos da sua existência; apenas a intimidade com o Eu lhe trará uma verdadeira cura. E quando se basear no conhecimento do seu verdadeiro eu - quando de facto compreender a sua verdadeira natureza - nunca se sentirá culpado, amedrontado, ou inseguro acerca de dinheiro, prosperidade, ou realização dos seus desejos, porque compreenderá que a essência de toda a riqueza material é constituída por energia vital, é potencialidade pura. E a pura potencialidade constitui a sua natureza intrínseca. Quanto mais próximo estiver da sua verdadeira natureza mais espontaneamente receberá pensamentos criativos, porque o campo da potencialidade pura também constitui o campo da criatividade infinita e do conhecimento puro. Como Franz Kafka, o filósofo e poeta austríaco disse: "Não é necessário sair do seu quarto. Fique sentado à sua mesa e escute. Nem sequer precisa de escutar, espere apenas. Nem precisa de esperar, aprenda a tornar-se tranqüilo, sereno e solitário. O mundo virá naturalmente oferecer-se-lhe, para através de si se revelar. Não poderá deixar de fazê-lo; desdobrar-se- em êxtase aos seus pés." A prosperidade do universo - a prodigalidade e abundância do universo - constitui uma expressão do espírito criativo da natureza. Quanto mais sintonizados estivermos com o espírito da natureza, mais fácil será o nosso acesso à sua imensa e infinita criatividade. Mas primeiro terá de ultrapassar a turbulência do seu diálogo interior para estabelecer a ligação com esse espírito abundante, próspero, infinito e criativo. E assim cria a possibilidade de uma actividade dinâmica, que ao mesmo tempo é acompanhada pela serenidade do espírito criativo, eterno e imenso. Esta peculiar combinação do espírito silencioso, imenso e infinito com o espírito individual, dinâmico e ilimitado, constitui o equilíbrio perfeito da serenidade e do movimento simultâneos, que podem criar tudo aquilo que se quiser. Esta coexistência de opostos - serenidade e dinamismo ao mesmo tempo torna-nos independentes de situações, circunstâncias, pessoas e coisas. Quando tivermos

serenidade para reconhecer esta peculiar coexistência de opostos, aliamos-nos ao mundo da energia - a sopa quântica, a não-substância não-material que constitui a fonte do mundo material. Esse mundo de energia é fluido, dinâmico, elástico, mutável, sempre em movimento. E, no entanto, também é imutável, sereno, tranquilo, eterno e silencioso. A serenidade, por si, constitui a potencialidade da criatividade; o movimento, por si, constitui a criatividade restrita a um determinado aspecto da sua expressão. mas a combinação de movimento e serenidade permite-lhe libertar a sua criatividade em todas as direcções para onde quer que o poder da sua atenção o conduza. Para onde quer que o movimento e a acção o conduzam, não deixe que a sua serenidade interior o abandone. Assim, o movimento caótico à sua Volta nunca ensombrará o seu acesso ao depósito de criatividade, o campo da potencialidade pura. de todos os tempos da vida, o campo da criatividade pura é o da criatividade ilimitada.

Pratico o não-julgamento. Começo o dia com o pensamento, com o seguinte propósito: "Hoje não farei nenhum julgamento sobre nenhuma coisa" e durante todo o dia esforço-me por não fazer nenhum julgamento.

#### COMO APLICAR A LEI DA POTENCIALIDADE PURA

Ponho em prática a Lei da Potencialidade Pura, seguindo estes passos:

1 Entro em contacto com o campo da potencialidade pura, reservando todos os dias algum tempo para praticar o silêncio, para Ser apenas. Para além disso, sento-me sozinho em meditação silenciosa pelo menos duas vezes por dia, durante cerca de trinta minutos de manhã e trinta minutos de tarde.

2 Todos os dias reservo algum tempo para comungar com a natureza e para testemunhar em silêncio a inteligência que existe em todas as coisas vivas. Sento-me, em silêncio e contemplo o pôr do Sol, escuto o som do oceano ou de um rio, ou aspiro apenas o perfume de uma flor. No êxtase do meu próprio silêncio e através da comunhão com a natureza, desfrutarei da vibração milenar da vida, do campo da potencialidade pura e da criatividade infinita.

#### A LEI DA DÁDIVA

O universo opera através da troca dinâmica... dar e receber constituem diferentes aspectos do fluxo de energia do universo. e se estivermos dispostos a dar aquilo que procuramos, a abundância do universo circulará nas nossas vidas.

A vida renovada volta sempre a esse frágil vaso tantas e tantas vezes esvaziado. Nessa pequena flauta de cana que te acompanhou por montanhas e vales tocaste sempre novas melodias. As tuas dádivas infinitas chegam às minhas minúsculas mãos. O tempo passa e tu continuas a fluir e há sempre espaço para receber as tuas dádivas.

Rabindranath Tagore, Gitanjali

#### A LEI DA DÁDIVA

A segunda lei espiritual do sucesso é a Lei da Dádiva. A Esta - lei também se podia chamar A Lei de Dar e Receber, pois o universo opera



através da troca dinâmica. Nada é estático. O nosso corpo mantém-se em troca Constante e dinâmica com o corpo do universo; o nosso espírito mantém uma interacção dinâmica com o espírito do cosmos; a nossa energia constitui uma expressão da energia cósmica. O fluxo da vida constitui apenas a interacção harmoniosa de todos os elementos e forças que estruturam o Campo da existência. Essa interacção harmoniosa de elementos e forças da vida funciona como a Lei da Dádiva. COMO o nosso corpo, o nosso espírito e o universo vivem da troca constante e dinâmica, fazer parar a circulação da energia é como parar o fluxo do sangue. Quando o sangue deixa de fluir, começa a formar grumos, a coagular, a estagnar. Por isso se deve dar e receber, para que a riqueza e a prosperidade - ou tudo aquilo que quiser continuem a circular nas nossas vidas. A prosperidade provém da afluência, palavra cuja raiz "affluere", significa "fluir para". O termo "afluência" significa

"fluir com abundância. O dinheiro constitui de facto um símbolo da energia vital que trocamos e da energia vital que utilizamos como resultado dos serviços que prestamos ao universo. O termo inglês "currency", aplicado ao dinheiro em circulação revela bem a natureza fluente da energia. A palavra "currency" vem da palavra latina "currere", que significa "Correr" ou fluir. Portanto, se pararmos a circulação do dinheiro, se a nossa única intenção for guardar e acumular dinheiro, também faremos com que ele deixe de voltar a circular nas nossas vidas, já que o dinheiro constitui energia vital. Para que essa energia continue a chegar até nós, temos de a manter em circulação. Como um rio, o dinheiro deve fluir, senão começa a estagnar, a parar, a sufocar e estrangular a sua própria força vital. A circulação mantém-o vivo. Todas as relações implicam dar e receber. O dar engendra o receber e o receber engendra o dar. Aquilo que sobe também desce; aquilo que vai também volta. Na realidade, receber representa a mesma coisa que dar, pois dar e receber constituem diferentes aspectos do fluxo de energia do universo. E se pararmos qualquer destes fluxos, estamos a interferir com a inteligência da natureza.

Em cada semente encontra-se a promessa de milhares de florestas. Mas a semente não deve ser guardada; deve fazer oferta da sua inteligência ao solo fértil. Através da dádiva, a sua energia oculta flui para a manifestação material. Quanto mais der, mais receberá, porque assim a abundância do universo continuará a circular na sua vida. Na verdade, tudo o que na vida tem valor multiplica-se quando se dá. Aquilo que não se multiplica através da dádiva não merece ser dado nem recebido. Se, no acto de dar, sentir que perdeu alguma coisa, a dádiva não foi feita com sinceridade e nada se multiplicará. Se der de má vontade, não haverá nenhuma energia nessa dádiva. A intenção que se encontra por de trás do acto de dar e receber é o mais importante. A intenção deve ser sempre para gerar alegria para quem dá e para quem recebe, para que a felicidade constitua o apoio e o suporte da vida E portanto gera o progresso. O retorno é directamente proporcional à dádiva, se esta for incondicional e feita com amor. Por isso o acto de dar tem de ser feito com alegria. É preciso que o seu estado de espírito seja de alegria no próprio acto de dar. Assim a energia que se encontra por de trás da dádiva

multiplica-se muitas vezes. Na verdade, a prática da Lei da Dádiva é muito simples: se quer alegria, dê alegria aos outros; se quer amor, aprenda a dar amor; se quer atenção e apreço, aprenda a dar atenção e apreço; se quer prosperidade material, ajude os outros a tornarem-se prósperos no aspecto material. O modo mais fácil para obter aquilo que queremos é de facto ajudar os outros a obterem aquilo que querem. Este princípio aplica-se da mesma forma a indivíduos, corporações, sociedades e nações. Se quiser que a vida o abençoe com todas as

coisas boas, aprenda a abençoar os outros, em silêncio, com todas as coisas boas da vida. Até a ideia de dar, a ideia de abençoar, ou uma simples oração têm o poder de afectar os outros. Isto acontece porque o nosso corpo, reduzido ao seu estado essencial constitui um feixe localizado de energia e informação implica energia, que se manifestam sob a forma de pensamento. Portanto, somos feixes de pensamento num universo pensante. E o pensamento possui o poder de transformar. A vida consiste na eterna dança da consciência, que se exprime pela troca dinâmica de impulsos de inteligência entre o microcosmo e o macrocosmo, entre o corpo humano e o corpo universal, entre o espírito humano e o espírito cósmico. Quando aprendemos a dar aquilo que desejamos para nós, activamos e coreografamos a dança, através do movimento delicado, enérgico e vital, que constitui a eterna vibração da vida. O melhor meio para pôr em prática a Lei da Dádiva é dar início a todo o processo de circulação, que consiste em tornar a decisão de dar qualquer coisa a cada pessoa com quem contactamos. Não tem de ser sob a forma de coisas materiais; pode ser uma flor, um cumprimento, uma oração. Na verdade, as mais poderosas formas de dar não são Materiais. O carinho, a atenção, o afecto, o apreço e o amor constituem algumas das mais preciosas dádivas que se podem oferecer e não custam nada. Quando encontrar alguém pode, em silêncio, fazer recair uma bênção sobre essa pessoa, desejando-lhe felicidade, alegria e prazer. Este tipo de dádiva silenciosa revela-se muito poderoso. Uma das coisas que me ensinaram em criança, e que eu depois também ensinei aos meus filhos, foi o nunca ir a casa de ninguém sem levar qualquer coisa. Nunca visitar ninguém sem levar uma oferta. Pode perguntar: "Como posso dar alguma coisa aos outros em certas alturas, se não tenho o suficiente para mim?" Pode, leve uma flor. Pode levar um bilhete ou um postal que diga qualquer coisa acerca dos seus sentimentos pela pessoa que está a visitar. Pode fazer um cumprimento ou uma oração. Tome a decisão de dar, para onde quer que vá, ou quem quer que vá visitar. Na medida em que der, também receberá. Quanto mais der, maior será a sua fiança nos efeitos miraculosos desta lei. E quanto mais receber, mais aumentará a sua capacidade para dar. A nossa verdadeira natureza consiste na prosperidade e na abundância; somos naturalmente prósperos, porque a natureza provê todas as necessidades e desejos. Não nos falta nada, porque a nossa natureza se baseia na potencialidade pura e nas possibilidades infinitas. Portanto, aceitemos a prosperidade como inerente à nossa natureza, independentemente de termos pouco ou muito dinheiro, pois o campo da potencialidade pura constitui a fonte de toda a riqueza. É a consciência que sabe como realizar todas as necessidades, incluindo alegria, amor, prazer, paz, harmonia e sabedoria. Se procurar primeiro estas coisas, não só para si, mas também para os outros, tudo o resto lhe chegará espontaneamente.

#### COMO APLICAR A LEI DA DÁDIVA

Ponho em prática a Lei da Dádiva, seguindo os passos:

1 onde quer que vá, ou seja quem for que vá encontrar, levo comigo uma oferta. A oferta pode ser Um cumprimento, uma flor ou uma oração. Hoje vou oferecer qualquer coisa a todos aqueles com quem contactar e, assim darei início ao processo de fazer circular alegria, riqueza e prosperidade na minha vida e nas vidas dos outros.

2 Hoje receberei com gratidão todas as dádivas que a vida me ofertar. Receberei as dádivas da natureza: a luz do Sol, o canto das aves, as chuvas de Outono, as primeiras neves do Inverno. Também espero receber dos outros dádivas, sejam elas sob a forma de dinheiro, um cumprimento ou uma oração.

\_ 3 Comprometo-me a manter a riqueza a circular na minha vida, dando e recebendo as mais preciosas dádivas da vida: dádivas de carinho, afecto, apreço e amor. sempre que encontrar alguém, desejar-lhe-ei, em silêncio, felicidade, alegria e prazer.....

### 3. A LEI DO "KARMA" OU DA CAUSA-EFEITO

Toda a acção gera uma força de energia que nos é devolvida na mesma espécie... aquilo que semeamos é aquilo que colhemos. E quando escolhemos acções que trazem aos outros felicidade e sucesso, o fruto do nosso karma será de felicidade e sucesso. o karma constitui a eterna afirmação da liberdade humana... os nossos pensamentos, as nossas palavras e obras formam as malhas da rede com que nos envolvemos.

Swami Vivekananda

A terceira lei espiritual do sucesso é a Lei do Karma. A palavra "Karma" significa a acção e a sua consequência; constitui ao mesmo tempo causa e efeito, porque toda a acção gera uma força de energia que nos é devolvida na mesma espécie. Não há nada de novo na Lei do Karma. Todos já ouvimos a expressão "Colherás aquilo que semeares". Como é óbvio, se queremos criar felicidade nas nossas vidas, temos de aprender a semear as sementes da felicidade. Portanto, o karma implica a acção da escolha consciente. Nós somos acima de tudo sujeitos dotados da possibilidade infinita de escolher. Em todos os momentos da nossa existência, encontramos-nos naquele campo de todas as possibilidades que nos dá acesso a uma infinidade de escolhas. Algumas dessas escolhas são feitas conscientemente, outras fazem-se inconscientemente. Mas a melhor forma de compreender e aproveitar ao máximo a aplicação da Lei do Karma é adquirir o conhecimento consciente das escolhas que se fazem em cada momento. Quer isto lhe agrade ou não, todas as coisas que lhe acontecem no momento presente resultam das escolhas que fez no passado. infelizmente, muitos de nós fazemos escolhas das quais não temos consciência, por isso não as vemos como escolhas. No entanto, Se eu o insultasse, o mais provável seria você fazer a escolha de ficar ofendido. Se eu lhe fizesse um cumprimento, o mais provável seria você sentir-se satisfeito ou lisonjeado. Mas pense bem nisto: Não deixa de ser uma escolha. Eu poderia ofendê-lo e insultá-lo e você poderia escolher não ficar ofendido. Eu poderia fazer-lhe o cumprimento e você também poderia escolher não se lisonjear por isso. Por outras palavras, a maioria de nós apesar de sermos sujeitos dotados de uma infinita possibilidade de escolha tornamo-nos feixes de reflexos condicionados nos quais as pessoas e as circunstâncias desencadeiam efeitos de comportamento previsíveis. Esses reflexos condicionados funcionam como os reflexos de Pavlov. pavlov ficou conhecido por ter demonstrado que, se dermos a um cão qualquer coisa de comer sempre que tocarmos uma campainha, em breve o cão começará a salivar só de ouvir o som da campainha, porque faz a associação de um estímulo com o outro. A maioria de nós, como resultado do condicionamento, responde de formas repetitivas e previsíveis aos estímulos do ambiente. As nossas reacções parecem ser automaticamente desencadeadas pelas pessoas e pelas circunstâncias e esquecemo-nos de que elas não deixam de ser escolhas que estamos sempre a fazer em cada momento da nossa existência. Apenas fazemos essas escolhas inconscientemente. Se olhar para trás por um instante e reparar nas escolhas que faz no momento em que as faz, só pelo simples acto de testemunhar as suas escolhas transporta todo o processo do âmbito do inconsciente para o âmbito do consciente. Este processo de

escolha consciente e observada transmite-nos um grande poder. Sempre que fizer uma escolha, qualquer escolha pergunte duas coisas a si mesmo: em primeiro lugar, "Quais são as consequências desta escolha que estou a fazer?" o seu coração logo lhe dará a resposta; em segundo lugar, "Esta escolha que estou a fazer trará alegria, a mim e aos que me rodeiam?" Se a resposta for sim, mantenha a escolha. Se a resposta for não, se a escolha trazer angústia, a si ou aos que o rodeiam, diga não a essa escolha. É tão simples como isto. Só há uma escolha, entre toda a infinidade de escolhas que pode fazer em cada segundo, que trará ao mesmo tempo felicidade para si e para os que o rodeiam. E quando fizer essa escolha, daí resultar uma forma de comportamento que designaremos por acção correcta espontânea. A acção correcta espontânea consiste na acção correcta praticada no momento certo. Constitui a resposta certa para todas as situações à medida que elas ocorrem. É a acção que lhe dá suporte, a si e a todos os que estiverem sob a influência dela. O universo possui um mecanismo muito interessante para nos ajudar a fazer espontaneamente as escolhas correctas. Esse mecanismo encontra-se ligado às sensações do corpo. O nosso corpo sofre dois tipos de sensações: sensação de conforto e sensação de desconforto. Sempre que fizer uma escolha consciente. Consulte o seu corpo e pergunte-lhe: "Se é isto, o que é que vai acontecer? Se o seu corpo der uma mensagem de conforto, encontra-se perante a escolha correcta. Se o seu corpo emitir uma mensagem de desconforto, encontra-se perante a escolha errada. Para algumas pessoas, a mensagem de conforto e desconforto situa-se na área do plexo solar, mas para a maioria das pessoas situa-se na área do coração. Em consciência, volte a sua atenção para o coração e pergunte-lhe o que deve fazer. Depois espere pela resposta, uma resposta física sob a forma de sensação. Pode ser o mais leve grau do sentir - mas está lá, no seu corpo. Apenas o coração sabe a resposta correcta. A maioria das pessoas pensa que o coração é piegas e sentimental. Mas não é. O coração é intuitivo, holístico, contextual e relacional. Não possui uma orientação de ganho-perda. Bate no computador cósmico - o campo da potencialidade pura, da sabedoria pura e do poder organizador infinito - e toma tudo em conta. Por vezes pode não parecer racional, mas o coração possui uma capacidade de computador que mostra muito mais exactidão e precisão do que tudo o que se pode encontrar dentro dos limites do pensamento racional. Pode utilizar a Lei do Karma para produzir dinheiro e Prosperidade, e para que todas as coisas boas fluam para si sempre que quiser. Mas primeiro tem de estar bem consciente de que o seu futuro é gerado pelas escolhas que fizer em cada momento da sua vida. Se fizer isto com regularidade, aproveitará ao máximo a Lei do Karma. Quanto mais trouxer as suas escolhas para o plano do conhecimento consciente, mais escolhas rectas espontâneas fará - tanto para si como para aqueles que o rodeiam.

O que podemos fazer acerca do karma do passado e como o influenciar a ele agora? Há três coisas que pode fazer acerca do karma do passado. Uma é pagar as suas dívidas de karma. A maioria das pessoas escolhe fazer isso inconscientemente, claro. Também pode fazer essa escolha. Muitas vezes, o pagamento dessas dívidas implica muito sofrimento, mas a Lei do Karma afirma que nenhuma dívida no universo fica por pagar. O sistema contabilístico do universo é perfeito e todas as coisas constituem uma constante troca de energia "para lá e para cá". A segunda coisa que pode fazer é transformar o seu karma numa experiência melhor. Este constitui um Processo muito interessante, através do qual se interroga a si mesmo, enquanto paga a sua dívida de karma: "posso eu aprender com esta experiência? Porque está isto a acontecer-me? Que mensagem quer o universo transmitir-me? Como posso tornar esta experiência útil para os outros seres humanos?" Fazendo isto, procura a semente da oportunidade e depois liga-a ao seu dhanna,

a sua finalidade na vida, de que falaremos na Sétima Lei Espiritual do Sucesso. Isto permite-lhe transmutar o karma para uma forma de expressão diferente. Por exemplo, se partir uma perna quando estiver a fazer desporto, pode perguntar a si próprio: "O que posso aprender com esta experiência? Que mensagem quer o universo dar-me?" Talvez a mensagem seja que você está a precisar de abrandar, e ser mais cuidadoso Ou atento ao seu corpo, para a próxima vez. E se o seu kharma for ensinar aos outros aquilo que aprendeu, perguntando "Como posso eu tornar esta experiência útil para mim e para os outros seres humanos?", talvez decida partilhar aquilo que aprendeu, escrevendo um livro sobre como praticar desportos com segurança. Ou Pode conceber uns sapatos especiais ou um apoio especial para a perna, de modo a prevenir o tipo de acidente que lhe ocorreu. Assim, ao mesmo tempo que paga a sua dívida de karma, também converte a adversidade num bem que lhe pode trazer riqueza e realização. Esta é a forma de transmutar o seu karma numa experiência positiva. Na verdade, não se libertou dele, mas conseguiu pegar num dos seus aspectos e transformá-lo num karma novo e positivo. A terceira forma de lidar com o karma é transcendê-lo. Transcender o karma é tornar-se independente dele. A forma de transcender o karma consiste na experiência da abertura, do Eu, da Alma. É como lavar uma peça de roupa suja numa corrente de água. Cada vez que a lava, limpa-a de algumas nódoas. Se continuar a lavá-la repetidas vezes, de cada vez vai ficando um pouco mais limpa. Consegue lavar ou transcender as sementes do seu karma entrando na abertura e voltando a sair. Claro que isto se faz através da prática da meditação. Todas as acções consistem em aspectos do karma. Tomar uma chávena de café consiste num aspecto do karma. Essa acção gera memória e a memória possui a capacidade ou a potencialidade para gerar desejo. E O desejo gera de novo acção. O software operacional da nossa alma é constituído por karma, memória e desejo A nossa alma consiste num feixe de consciência que possui as sementes do karma, da memória e do desejo. Ganhando consciência destas sementes de manifestação, torna-se gerador de realidade consciente. se um sujeito consciente das escolhas que faz, começa a gerar acções que são evolucionárias para si e para aqueles que o rodeiam. Isso é tudo o que precisa de fazer. Se o karma for evolucionário - tanto para o Eu como para todos os que são afectados pelo Eu, o fruto do karma será de felicidade e sucesso.

#### \_ COMO APLICAR A LEI DO KARMA

Ponho em prática a Lei do Karma, seguindo os passos:

1 Hoje vou observar cada escolha que fizer. E através da simples observação dessas escolhas, trago-as para o campo do meu conhecimento consciente. Reconhecerei que a melhor forma de me preparar para todos os momentos do futuro consiste em ser plenamente consciente no presente.

2 Sempre que fizer uma escolha, farei duas perguntas a mim próprio: "Que consequências advirão desta escolha que estou a fazer?" e "Esta escolha trar-me-á realização e felicidade, a mim e aos que por ela serão afectados?"

3 Depois pedirei conselho ao meu coração e deixar-me-ei conduzir pela sua mensagem de conforto. Se a escolha significar conforto, adiro totalmente a ela. Se a escolha implicar desconforto, paro e observo as consequências da minha acção, por meio da minha visão interior. Este conselho dá-me a possibilidade de fazer escolhas espontâneas e correctas para mim e para todos aqueles que me rodeiam.

#### 4. A LEI DO MENOR ESFORÇO

A inteligência da natureza funciona com um mínimo de esforço. com despreocupação, harmonia e amor. E quando aproveitamos as forças da harmonia, a alegria e o amor criamos sucesso e felicidade com um mínimo de esforço. Um ser integral conhece sem agir, vê sem olhar e realiza sem fazer.

Lao Tzu,

A quarta lei espiritual do sucesso é a Lei do Menor Esforço. Esta lei baseia-se no facto de a inteligência e a natureza funcionarem com um mínimo de esforço e total despreocupação. Este constitui o princípio da mais reduzida acção, da não resistência. Constitui, portanto, o princípio da harmonia e do amor. Quando aprendemos esta lição da natureza, realizamos os nossos desejos com facilidade. Se observarmos a natureza em acção, veremos como o esforço despendido é mínimo. A relva não se esforça Para crescer, cresce apenas. Os peixes não se esforçam para nadar, mas nadam. As flores não tentam florescer, apenas florescem. As aves não tentam voar, mas voam. É intrínseco à natureza. A terra não se esforça para girar em torno do seu eixo; faz parte da natureza. O estado de beatitude faz parte da natureza dos bebés. Brilhar faz parte da natureza do sol. Brilhar e cintilar faz parte da natureza das estrelas. Pertence à natureza humana fazer com que os sonhos se manifestem sob a forma física, com um mínimo de esforço. Na ciência védica, a ancestral filosofia da Índia, que é conhecida como o princípio da economia de esforço, ou "faça menos e realize mais". Acaba por ir, dar a um estado em que não faz nada e realiza tudo. Isto significa que existe apenas uma ténue ideia e a manifestação dessa ideia surge sem esforço. Aquilo que vulgarmente se designa por "milagre", na verdade constitui uma expressão da Lei do Menor Esforço. A inteligência da natureza funciona sem esforço, na fricção, com espontaneidade. É não-linear; é intuitiva e estimulante. E quando uma pessoa se encontra em harmonia com a natureza, quando já, adquiriu conhecimento do seu verdadeiro Eu, pode aplicar a lei do Menor Esforço. Despendemos o menor esforço quando as acções são motivadas pelo amor, porque a natureza é estruturada pela energia do amor. Quando procuramos poder e controlo em relação às outras pessoas, quando procuramos dinheiro ou poder, oíçamos a energia de que desfrutamos. para satisfazer o ego, gastamos energias atrás de uma ilusão de felicidade, em vez de desfrutarmos da felicidade do momento. Quando procuramos dinheiro apenas para nosso lucro pessoal, interrompemos o nosso fluxo de energia. e interferimos na expressão da inteligência da natureza. Mas quando as nossas acções são motivadas pelo amor, a nossa energia multiplica-se e acumula excesso de energia que possuímos e, que pode ser canalizada para criar aquilo que quisermos, incluindo riqueza ilimitada. Pense no seu corpo físico como um instrumento de controlo de energia: ele pode gerar, armazenar e despendar energia. Se souber como gerar, armazenar e desprender energia de modo eficiente, poderá criar toda a riqueza que quiser. A atenção dirigida para o ego consome uma grande parte da energia. Quando o nosso ponto de referência interior é o ego, quando procuramos Poder e controlo em relação às outras pessoas ou a aprovação dos outros, desperdiçamos as nossas energias. Quando essa energia se encontra liberta, pode ser canalizada e aplicada, de modo a criar tudo o que quisermos. Quando a alma constitui o nosso ponto de referência interior, quando nos tornamos imunes à crítica e deixamos de temer desafios, podemos aproveitar o poder do amor e utilizar a energia de forma criativa, no sentido da prosperidade e da evolução. Em *The Art of Dreaming*, Don Juan diz a Carlos Castaneda "... gastamos a maior parte da nossa energia para preservarmos a nossa importância. Se

fôssemos capazes de perder alguma dessa importância, duas coisas extraordinárias aconteceriam. Primeiro, libertaríamos a nossa energia do esforço para mantermos a ideia ilusória da nossa grandeza; segundo, ganharíamos energia suficiente para captar um relance da verdadeira grandeza do universo."

A Lei do Menor Esforço possui três componentes, três coisas que pode fazer para pôr em prática este princípio de "faça menos e realize mais". O primeiro componente é a capacidade de aceitação. A capacidade de aceitação requer apenas que estabeleça a seguinte regra: "Hoje vou aceitar as pessoas, as situações, as circunstâncias e os acontecimentos tal como eles ocorrerem." isto significa que sabemos que aquele momento foi aquilo que devia ser, e como deveria ser. Esse momento pelo qual está a passar agora constitui o culminar de todos os momentos que viveu no passado. Esse momento é como é, porque todo o universo é como é. Quando luta contra esse momento, está de facto a lutar contra todo o universo. Em vez disso, pode tomar a decisão de hoje não lutar contra todo o universo, lutando contra esse momento. Isso significa que a sua aceitação desse momento é total e completa. Aceita as coisas como elas são, não como gostaria que fossem na altura. É importante perceber isto. Pode desejar que no futuro as coisas sejam diferentes, mas nesse momento tem de aceitar as coisas como elas são. Quando se sentir frustrado ou aborrecido por uma pessoa ou situação, lembre-se de que não está a reagir a essa pessoa ou a essa situação, mas aos seus sentimentos acerca da pessoa ou da situação. Esses são os seus sentimentos e os seus sentimentos não são da responsabilidade dos outros. Quando reconhecer e compreender isto na totalidade, encontra-se preparado para aceitar a responsabilidade por aquilo que sente e para modificar os seus sentimentos. E se conseguir aceitar as coisas como são, encontra-se preparado para se responsabilizar pela sua situação e por todas as ocorrências que lhe parecem problemas. isso conduz-nos ao segundo componente da Lei do Menor Esforço: responsabilidade. O que significa responsabilidade? A responsabilidade significa não culpar ninguém, nem a si próprio, pela sua situação. Depois de ter aceite determinada circunstância, ocorrência, ou problema, a responsabilidade significa a capacidade de ter uma resposta criativa à situação tal como ela se apresenta no momento. Se conseguir isto, todas as famosas situações problemáticas poderão tornar-se uma oportunidade para a criação de coisas novas e boas, e todas as pessoas atormentadoras e tiranas lhe servirão para aprender mais a realidade e constituir uma interpretação. E se escolher interpretar a realidade desta forma, aproveitará muitos ensinamentos e terá muitas oportunidades de evoluir. Sempre que tiver de enfrentar alguém tirano ou atormentador, um professor, um amigo, ou um adversário (todos significam a mesma coisa) lembre-se disto: "Este momento é aquilo que deveria ser." Sejam quais forem as relações que tenha trazido para a sua vida, serão sempre aquelas de que necessita no momento que passa. Há Um significado oculto por trás de tudo o que acontece, e esse significado oculto serve a nossa evolução. O terceiro componente da Lei do Menor Esforço é o distanciamento, o que significa que o seu conhecimento se deve estruturar através do distanciamento e que deverá renunciar à necessidade de convencer ou persuadir os outros dos seus pontos de vista. Se observar as pessoas à sua volta, verá que elas passam noventa e nove por cento do tempo a defender os seus pontos de vista. Se renunciar à necessidade de defender os seus pontos de vista, por meio dessa renúncia ganhará acesso a imensas quantidades de energia que antes tinham sido desperdiçadas. Quando se torna defensivo, culpabiliza os outros e não aceita render-se ao momento presente, a sua vida encontra resistência. Sempre que encontrar resistência, o melhor é reconhecer que se forçar a situação, apenas aumentará a resistência. Não deve manter-se rígido como os altos

carvalhos que a tempestade quebra e derruba. Em vez disso, deve ser flexível como o junco que dobra durante a tempestade, mas sobrevive. Desista de todo de defender os seus pontos de vista. Se não tiver nenhum ponto de vista para defender, não dar ocasião a que surjam argumentos. Se praticar isto com consistência, se deixar de lutar e resistir, experimentará a plenitude do presente, que constitui uma dádiva. Alguém disse um dia: "O passado é história, o futuro, um mistério, este momento é uma dádiva. Por isso este momento se chama presente. Se aproveitar o presente e formar com ele uma unidade, fundindo-se nele, sentirá um fogo, um brilho, uma centelha de êxtase vibrando em todos os seres vivos sensitivos. Quando começamos a sentir esta exultação da alma em todos os seres vivos, quando nos começamos a familiarizar com essa sensação, a alegria nasce dentro de nós, liberta-nos das terríveis amarras e obstáculos criados pelas pessoas defensivas, ressentidas e angustiadas. Só então sentiremos alegria, despreocupação, prazer e liberdade. Dotado desta liberdade simples e cheia de alegria, O seu coração sabe sem dúvida que você terá as coisas que deseja quando quiser, porque os seus desejos provêm do plano da felicidade, não do plano da ansiedade e do medo. Não precisa de se justificar; reserve apenas a sua intenção para si próprio e conhecerá a realização, o deleite, a alegria, a liberdade e a autonomia em todos os momentos da sua vida. comprometa-se a seguir o caminho da não-resistência. Este constitui o caminho através do qual a inteligência da natureza se desdobra espontaneamente, sem fricção e sem esforço. Quando conseguir a delicada combinação aceitação, responsabilidade e distanciamento, sentirá o fluir da vida, sem nenhum esforço. Se nos mantivermos abertos a todos os pontos de vista, se não nos prendermos com rigidez a um único, os nossos sonhos e desejos fluem com os desejos da natureza. Então podemos libertar as nossas intenções, com distanciamento, e esperar pela altura própria para os nossos desejos se tornarem realidade. Podemos ter a certeza de que quando chegar a altura própria, eles se manifestarão. Esta é a Lei do Menor Esforço.

#### COMO APLICAR A LEI DO MENOR ESFORÇO

Ponho em prática a Lei do Menor Esforço, seguindo estes passos:

1 Terei de praticar a Aceitação. Hoje aceito pessoas, situações, circunstâncias e acontecimentos, tal como eles ocorrerem. Reconhecerei que este momento é aquilo que deveria ser, porque todo o universo é como deveria ser. Não lutarei contra todo o universo, lutando contra o momento presente. A minha aceitação é total e completa. Aceito as coisas como elas são no momento, não como eu gostaria que fossem.

2 Depois de ter aceite as coisas como elas são, aceitarei a Responsabilidade pela minha situação e por todas as ocorrências que me aparecem. Sei que aceitar a responsabilidade significa não culpar ninguém, nem nada, pela minha situação (incluindo eu próprio). Também sei que em cada problema se encontra oculta uma oportunidade e o facto de me manter atento às oportunidades permite-me aceitar o momento que passa e torná-lo melhor.

3 Hoje o meu conhecimento refere-se ao Distanciamento. Renuncio à necessidade de defender os meus pontos de vista. Não sentirei necessidade de convencer nem de persuadir os outros a aceitarem os meus pontos de vista. Permanecerei aberto a todos os pontos de vista e não me prenderei com rigidez a nenhum deles.

#### 5. A LEI DA INTENÇÃO E DO DESEJO



Todas as intenções e todos os desejos contêm a sua própria possibilidade de realização. no campo da potencialidade pura, a intenção e o desejo possuem um poder organizador infinito. E quando introduzimos uma intenção no solo fértil da potencialidade pura, pomos esse poder organizador infinito a trabalhar para nós.

No princípio era o desejo; que constituía a primeira semente do espírito, os sábios, meditando do fundo do coração, descobriram com o seu conhecimento a ligação entre o existente e o não-existente. O Hino da Criação, Ríg Veda

A quinta lei espiritual do sucesso consiste na Lei da Intenção e do Desejo. Esta lei baseia-se no facto de a energia e a informação existirem em toda a parte da natureza. Na verdade, ao nível do campo quântico, não há nada senão energia e informação. O campo quântico constitui apenas outra designação para o campo da consciência e da potencialidade puras. E o campo quântico é influenciado pela intenção e pelo desejo. Vejamos este processo em pormenor. Se reduzirmos aos seus componentes essenciais uma flor, o arco-íris, uma árvore, uma folha de relva, um corpo humano, veremos que são constituídos por energia e informação. Todo o universo, na sua natureza essencial, representa o movimento da energia e informação. A única diferença entre um ser humano e uma árvore é o conteúdo da informação e a energia dos respectivos corpos. No plano material tanto o ser humano como a árvore são constituídos pelos mesmos elementos reciclados: basicamente, carbono, hidrogénio, oxigénio, nitrogénio, e outros elementos em menores quantidades. Poderia adquirir esses elementos numa loja de hardware por pouco dinheiro. Portanto, aquilo que faz a diferença entre o ser humano e a árvore não é o carbono, nem o hidrogénio, nem o oxigénio. Na verdade, o ser humano e a árvore realizam trocas constantes de oxigénio um com o outro. A verdadeira diferença entre os dois reside na energia e na informação. No sistema da natureza, nós somos uma espécie privilegiada. Possuímos um sistema nervoso capaz de reconhecer o conteúdo de energia e informação do campo localizado que dá origem ao nosso corpo físico, Possuímos a experiência subjectiva desse campo, sob a forma dos nossos próprios pensamentos, sentimentos, emoções, desejos, memórias, instintos, impulsos e Crenças. E também possuímos a experiência objectiva desse campo, através do corpo físico - e por meio do corpo físico, temos a experiência desse campo sob a forma do mundo, Mas tudo constitui a mesma substância. Por isso os profetas antigos diziam "Eu sou isso, tu és isso e isso é tudo o que existe.". o nosso corpo não se encontra separado do corpo do universo, pois no plano dos mecanismos quânticos não existem fronteiras bem definidas. Somos como linhas ondulantes, ondas, Autuações, convoluções, remoinhos, perturbações localizadas no imenso campo quântico. o imenso campo quântico, o universo, constitui uma extensão do nosso corpo. O sistema nervoso humano não só reconhece a informação e a energia do seu próprio campo quântico como também pode conscientemente modificar o conteúdo e a informação que origina o seu corpo físico, já que a consciência humana é infinitamente flexível, devido ao seu maravilhoso sistema nervoso. Podemos conscientemente mudar o conteúdo de informação e energia do nosso próprio corpo mecânico quântico e assim influenciar o conteúdo de energia e informação da extensão do nosso corpo - o nosso ambiente, o nosso mundo - e provocar nele a manifestação das coisas. Essa transformação consciente realiza-se através de duas qualidades inerentes à consciência: a atenção e a intenção. A atenção transmite energia e a intenção transmite forma.

Damos força a todas as coisas da nossa vida às quais aplicamos a nossa atenção. As coisas às quais não aplicamos a nossa atenção enfraquecem, desintegram-se e desaparecem. A intenção, por sua vez, desencadeia a transformação da energia e da informação. A intenção organiza a sua própria realização. A qualidade da intenção aplicada ao objecto da atenção orchestra uma infinidade de ocorrências espacio-temporais que conduzem ao efeito pretendido, desde que sigamos as outras leis espirituais do sucesso. Isto acontece porque, no solo fértil da atenção, a intenção possui um poder organizador infinito. Este poder organizador infinito significa o poder de organizar uma infinidade de ocorrências espacio-temporais, todas ao mesmo tempo. Podemos ver a expressão deste poder organizador infinito em cada folha de relva, em cada flor de macieira, em cada célula do nosso corpo. Encontramo-lo em tudo o que está vivo. No sistema da natureza, todas as coisas se encontram ligadas umas às outras. A marmota sai de baixo da terra e sabemos que a Primavera está a chegar. Em certas épocas do ano, as aves começam a emigrar para locais determinados. A natureza constitui uma sinfonia. E essa sinfonia é orquestrada em silêncio no plano primordial da criação. O corpo humano constitui outro bom exemplo dessa sinfonia. Uma simples célula do corpo humano realiza cerca de seis triliões de coisas por segundo e tem de saber o que estão a fazer todas as outras células ao mesmo tempo. O corpo humano pode ao mesmo tempo tocar música, matar germes, fazer um bebé, recitar poesia e controlar o movimento das estrelas, pois o campo da correlação infinita faz parte do seu campo de informação. O sistema nervoso da espécie humana possui uma característica notável, um ser capaz de comandar o poder organizador infinito, através da intenção consciente. A intenção, na espécie humana, não se encontra fechada ou presa numa rede rígida de energia e informação. Possui uma flexibilidade infinita. Por outras palavras, se não violarmos as outras leis da natureza, através da intenção Poderemos literalmente comandar as leis da natureza, de forma a realizarmos os nossos sonhos e desejos. Podemos pôr o computador cósmico, com o seu infinito Poder organizador, a trabalhar para nós. Podemos, entrar no campo primordial da criação, introduzir nele uma intenção e só pelo facto de termos introduzido essa intenção estamos a activar o campo da correlação infinita. A intenção constitui a base de suporte do fluxo fácil, espontâneo e corrente da potencialidade pura, procurando o manifesto para exprimir o não-manifesto. O nosso único cuidado deverá ser utilizar a intenção para o benefício da espécie humana. Isso acontecerá espontaneamente, se cumprirmos as Sete Leis Espirituais do Sucesso. A intenção constitui o verdadeiro poder por trás do desejo. A intenção, só por si, é muito poderosa, pois ela consiste no desejo, sem a preocupação do resultado. O desejo, só por si, é fraco, já que para a maioria das pessoas o desejo consiste na atenção ligada à preocupação.

A intenção consiste no desejo, cumprindo estritamente todas as outras leis, mas em especial a Lei do Desprendimento, que constitui a Sexta Lei Espiritual do Sucesso. A intenção combinada com o desprendimento conduz a um conhecimento do momento presente centrado na vida. E quando a acção se realiza no âmbito do conhecimento do momento presente, torna-se mais eficaz. A nossa intenção dirige-se ao futuro, mas a nossa atenção encontra-se no presente, a nossa intenção para o futuro virá a manifestar-se, porque é no presente que se cria o futuro. Devemos aceitar o presente tal como é. Aceitemos o presente e criemos intenções para o futuro. O futuro constitui algo que podemos sempre criar através da intenção desprendida, mas nunca devemos lutar contra o presente. O passado, o presente e o futuro representam propriedades da consciência. O passado constitui a recordação, a memória - o futuro representa antecipação; o presente representa conhecimento. Portanto, o tempo constitui o movimento do pensamento.

Tanto o passado como o futuro nascem na imaginação; apenas o presente, que representa conhecimento, se pode dizer real e eterno. Pode dizer-se que o presente é: A potencialidade da relação espaço-tempo, da matéria e da energia. Constitui um eterno campo de possibilidades da manifestação de forças abstractas, quer seja a luz, o calor, a electricidade, O Magnetismo ou a gravidade. Essas forças não se situam no passado nem no futuro. Apenas são.

A nossa interpretação dessas forças abstractas dão-nos a experiência da forma e do fenómeno concreto. As interpretações rememorativas das forças abstractas geram a experiência do passado; as interpretações antecipadoras das mesmas forças abstractas criam o futuro. Elas constituem as qualidades da atenção na consciência. Quando essas qualidades se libertam do peso do passado, a acção no presente torna-se solo fértil para a criação do futuro. A intenção, baseada nesta liberdade despreocupada do presente, serve de catalisador para a mistura correcta de matéria, energia e ocorrências espacio-temporais, de modo a criar tudo aquilo que desejar. Se possuir um conhecimento do presente centrado na vida, os obstáculos imaginários, que constituem mais de noventa por cento dos obstáculos conhecidos desintegram-se e desaparecem. Os restantes cinco a dez por cento dos obstáculos conhecidos podem transmutar-se em oportunidades com uma intenção dirigida. A intenção dirigida constitui a qualidade da atenção que se caracteriza pela firmeza inflexível do seu objectivo. A intenção dirigida significa que aplicamos a nossa atenção, no sentido de obter o resultado que desejamos, com uma firmeza de objectivos tão inflexível, que recusamos em absoluto qualquer obstáculo que possa consumir e dissipar a qualidade focalizada da nossa atenção. Na nossa consciência, dá-se uma exclusão total e completa de todos os obstáculos. Somos capazes de manter uma serenidade inabalável, ao mesmo tempo que nos entregamos ao nosso objectivo com uma paixão intensa. É este o poder simultâneo do conhecimento desprendido e da intenção focalizada e dirigida. Aprenda a aproveitar o poder da intenção e criar tudo o que desejar. Também pode obter resultados, através de um grande esforço e sofrimento mas isso tem custos, que podem ir desde o stress até ao ataque cardíaco, ou ao comprometimento das funções do seu sistema imunológico. É muito melhor cumprir as cinco regras seguintes da Lei da Intenção e do Desejo. Seguindo estas cinco regras para realizar os seus desejos, a intenção gerará o seu próprio poder:

1 Deslize pela abertura. Isto significa concentrar-se no espaço silencioso entre os pensamentos, entrar no silêncio - um nível do Ser que constitui o seu estado essencial.

2 Depois de estabelecido nesse estado do Ser, liberte as suas intenções e desejos. Na própria abertura, não há pensamentos nem intenções, mas quando sair da abertura, na junção entre a abertura e um pensamento, a intenção é introduzida. Se tiver diversos objectivos, escreva-os e focalize neles a sua intenção, antes de entrar na abertura. Se desejar uma carreira de sucesso, por exemplo, entre na abertura com essa intenção e a intenção já lá estará, como uma ténue luz de conhecimento. Ao libertar as suas intenções e desejos na abertura, está a plantá-las no solo fértil da potencialidade pura, espere que floresçam quando chegar a estação. Não deve escavar para ver se as sementes dos seus desejos estão a crescer, nem deve prender-se muito para ver como elas se vão desenvolver. A única coisa que deve fazer é libertá-las.

3 Mantenha-se no estado de auto-referência. Isto significa que deve manter-se no plano do conhecimento do seu verdadeiro Eu - a sua alma,

a sua ligação ao campo da potencialidade pura. Também significa que não deve olhar para si próprio através dos olhos do mundo, Ou deixar-se influenciar pelas opiniões e críticas dos outros. Um bom meio para manter esse estado de auto-referência é guardar os seus desejos para si próprio; não os partilhe com mais ninguém, a menos que sejam pessoas que tenham exactamente os mesmos desejos que o leitor e estejam muito ligadas a si..

4 Renuncie à preocupação com os resultados. Isto significa que não se deve prender muito à expectativa de um resultado específico, mas sim viver com o conhecimento da incerteza. Significa que deve desfrutar todos os momentos da sua vida, mesmo desconhecendo os resultados.

5 Deixe os pormenores ao cuidado do universo. As suas intenções e os seus desejos, depois de libertos na abertura, possuem um poder organizador infinito. Confie no poder organizador infinito da intenção. Ele organiza-lhe todos os detalhes. Lembre-se de que a sua verdadeira natureza é pura alma. Mantenha sempre a consciência da sua alma, onde quer que vá, liberte com suavidade os seus desejos, e o universo cuidará por si dos pormenores. Não deixarei nenhum obstáculo consumir e dissipar a qualidade da minha atenção no momento presente. Aceitarei o presente tal como é, e deixarei que o futuro se revele através dos meus desejos e intenções mais profundos.

COMO APLICAR A LEI DA INTENÇÃO, E DOS DESEJOS mais queridos.  
Ponho em prática a Lei da Intenção e do Desejo, seguindo estes passos:

1 Faço uma lista de todos os meus desejos. Trago sempre comigo esta lista, para onde quer que vá. Leio sempre esta lista antes de entrar em silêncio e meditação. Também a leio antes de ir dormir, à noite. Volto a lê-la ao acordar de manhã.

2 Entrego e submeto esta lista de desejos ao movimento da criação, confiando que quando as coisas não parecerem conformes aos meus desejos há uma razão para isso e que o plano cósmico possui para mim desígnios ainda mais grandiosos do que aquilo que eu alguma vez imaginei.

3 Lembro-me de que devo praticar o conhecimento do momento presente em todas as minhas acções.

#### 6. A LEI DO DESPRENDIMENTO

No desprendimento se revela o conhecimento da incerteza. No conhecimento da incerteza se revela a libertação do passado, do conhecido, da prisão da circunstância do passado. E pela nossa vontade de entrar no desconhecido, no campo de todas as possibilidades, entregamo-nos ao espírito criativo que orchestra a dança do universo.

Como dois pássaros de ouro empoleirados na mesma árvore, como amigos íntimos, o ego e o Eu habitam o mesmo corpo - o primeiro come os frutos doces e amargos da árvore da vida, enquanto o último observa com desprendimento.

A sexta lei espiritual, do sucesso consiste na Lei do Desprendimento. A Lei do Desprendimento diz-nos que para adquirirmos qualquer coisa no universo físico temos de renunciar à nossa ligação a ela. Isto não significa que desistamos da intenção de criar o desejo. Não devemos desistir da intenção, nem devemos desistir do desejo. Devemos desistir da nossa ligação ao resultado. Esta atitude é muito poderosa. No momento em que renunciamos à ligação ao resultado, combinando ao mesmo tempo intenção dirigida e desprendimento, teremos aquilo que desejamos. Tudo o que quisermos pode adquirir-se através do desprendimento, já que este se baseia na fé inquestionável, no poder do nosso verdadeiro Eu. Por outro lado, a ligação ao resultado baseia-se no medo e na insegurança - e a necessidade de segurança baseia-se no facto de não conhecermos o nosso verdadeiro Eu. A fonte de riqueza, de abundância ou de qualquer outra coisa do mundo físico encontra-se no Eu; é a consciência que sabe como realizar todas as necessidades. Tudo o mais constitui um símbolo: carros, casas, contas bancárias, roupas e aviões. Os símbolos são transitórios; vêm e vão. Procurar obter estes símbolos é o mesmo que preferir o mapa ao território. Provoca ansiedade; acaba por nos fazer sentir ociosos e vazios por dentro, porque estamos a trocar o nosso Eu pelos símbolos do nosso Eu. A ligação ao resultado significa consciência da pobreza, pois esta ligação prende-se sempre aos símbolos. O desprendimento significa consciência da riqueza, pois ele traz-nos a liberdade para criar. Só com um envolvimento desprendido se pode obter alegria e prazer. Só assim obtemos os símbolos de riqueza, com espontaneidade e sem esforço. Sem o desprendimento, tornamo-nos prisioneiros de necessidades mundanas desesperadas e impossíveis, preocupações triviais, desespero passivo e tristeza. Marcas distintivas de uma existência quotidiana medíocre e da consciência da pobreza. A verdadeira consciência da riqueza consiste na capacidade para obtermos aquilo que queremos, quando quisermos, e com um mínimo de esforço. Para chegar a esta experiência tem de se basear no conhecimento da incerteza. Na incerteza encontrará a liberdade para criar tudo o que quiser. As pessoas estão sempre à procura de segurança, mas com o tempo verão que a busca da segurança constitui uma coisa muito efémera. Mesmo a ligação ao dinheiro constitui um sinal de insegurança. Pode dizer: "Quando eu possuir X milhões de escudos, estarei seguro. Serei economicamente independente e poderei reformar-me. Nessa altura, hei-de fazer tudo aquilo que de facto quero fazer." Mas isso nunca acontece - nunca. Aqueles que procuram segurança perdem-na para sempre e nunca a encontram. É uma atitude ilusória e efémera, pois a segurança nunca pode vir apenas do dinheiro. A ligação ao dinheiro gerará sempre insegurança, independentemente da quantidade de dinheiro que tivermos no banco. Na verdade, algumas das pessoas mais inseguras são as que mais dinheiro têm. O desejo de segurança constitui uma ilusão. Nas antigas tradições de sabedoria, a solução para todo este dilema encontra-se no conhecimento da insegurança, ou no conhecimento da incerteza. Isto significa que o desejo de segurança e certezas, na verdade, constituem uma ligação ao conhecido. E o que é o conhecido? O conhecido é o nosso passado. O conhecido não é mais do que a prisão do condicionamento do passado. Não há evolução aqui absolutamente nenhuma. E quando não há evolução, surge a estagnação, a entropia, a desordem e a decadência. A incerteza, por sua vez, constitui o solo fértil da criatividade e da liberdade puras. A incerteza significa entrar no desconhecido em cada momento da nossa existência. O desconhecido constitui o campo de todas as possibilidades, sempre vivas, sempre novas, sempre abertas à criação de novas manifestações.

Sem a incerteza e o desconhecido, a vida consiste apenas na repetição obsoleta e desgostosa de memórias. Tornamo-nos vítimas do passado - aquilo que vivemos ontem é o que nos atormenta hoje. Renuncie à sua ligação com o conhecido, entre no desconhecido e entrará no campo de todas as possibilidades. O conhecimento da incerteza constitui um elemento da vontade de entrar no desconhecido. Isto significa que, em cada momento da sua vida, terá emoção, aventura, mistério. Terá a experiência da alegria de viver a magia, a celebração, a alegria e a exultação do seu próprio espírito. Todos os dias pode procurar a emoção daquilo que virá a ocorrer no campo de todas as possibilidades. Quando tiver a experiência da incerteza, encontra-se no caminho certo, por isso não desista. Não precisa de ter uma ideia rígida e completa daquilo que vai fazer na semana seguinte ou no próximo ano, pois se tiver ideias bem definidas acerca do que vai acontecer e se ficar muito preso a elas, fechará um grande número de possibilidades. Uma característica do campo de todas as possibilidades consiste na correlação infinita. o campo pode orquestrar uma infinidade de ocorrências espaço-temporais para chegar ao resultado pretendido. Mas quando nos deixamos prender, a nossa intenção fecha-se num estado de espírito rígido e perdemos a fluidez, a criatividade e a espontaneidade inerentes ao campo. Quando nos deixamos prender, retiramos ao desejo a sua infinita flexibilidade e fluidez, encerrando-o numa moldura fixa, que interfere com todo o processo de criação. A Lei do Desprendimento não interfere com a Lei da Intenção e do Desejo. Com a definição de um objectivo Mantemos a intenção de seguir em determinada direcção, mantemos o nosso objectivo. Mas entre o ponto A e o ponto B há uma infinidade de possibilidades. Tendo interiorizado o elemento da incerteza, podemos mudar de direcção em qualquer momento, se encontrarmos um ideal mais elevado ou uma coisa mais emocionante. Também nos encontramos menos dispostos a forçar as soluções para os problemas e isso permite-nos manter-nos atentos às oportunidades. A Lei do Desprendimento acelera todo o processo de evolução. Quando compreender esta lei, não se sentirá compelido a forçar soluções. Quando força soluções ou problemas, apenas cria novos problemas. Mas se aplicar a atenção na incerteza e observar a incerteza enquanto espera, atento, que a solução surja do caos e da confusão, aquilo que surgirá será qualquer coisa fabulosa e muito estimulante. Este estado de atenção, encontrar-se-á preparado no presente, no campo da incerteza, liga-se ao seu objectivo e à sua intenção e permite-lhe aproveitar a oportunidade. O que é a oportunidade? Encontra-se em cada problema que tiver na vida. O menor problema que tiver na vida constitui a semente para uma oportunidade de um benefício maior. Depois de ter percebido isso, abre um grande número de possibilidades e mantém vivos o mistério, a dúvida, a emoção e a aventura. Pode ver cada problema da sua vida como uma oportunidade para um benefício maior. Pode manter-se atento às oportunidades baseando-se no conhecimento da incerteza. Se estiver preparado e a oportunidade surgir, a solução aparecerá espontaneamente. Aquilo que aqui advém designa-se muitas vezes por "boa sorte". A boa sorte consiste apenas no encontro entre a oportunidade e a pessoa que se encontra preparada para ela. Quando as duas se juntam com a observação atenta do caos, surge uma solução, que constituirá um benefício evolucionário para a pessoa e para todos aqueles que a rodeiam. Esta constitui a receita perfeita para o sucesso e baseia-se na Lei do Desprendimento, que é o melhor caminho para a liberdade. Entre no campo de todas as possibilidades e antecipo a emoção que pode ocorrer se eu me mantiver aberto às escolhas. Ao entrar no campo de uma infinidade de escolhas Ponho em prática a Lei do Desprendimento, seguindo todas as possibilidades, experimento toda a alegria, com estes passos: aventura, magia e mistério da vida.

1 Hoje vou praticar o desprendimento. Darei a mim próprio e aos que me rodeiam a liberdade de sermos como somos. Não imporei ideias rígidas sobre como as coisas deviam ser. Não forçarei soluções para os problemas, pois isso criaria novos problemas. Participarei em tudo com um envolvimento desprendido.

2 Hoje interiorizo a incerteza como um ingrediente essencial da minha experiência. A minha boa vontade para aceitar a incerteza fará com que as soluções surjam, espontâneas, dos problemas, da confusão, da desordem e do caos. Quanto mais incertas as coisas parecem, mais seguro me sentirei, porque a incerteza é uma fonte inesgotável.

## 7. A LEI DO "DHARMA" OU DA FINALIDADE DA VIDA

Todas as pessoas possuem uma finalidade na vida... uma dádiva singular ou um talento especial para oferecer aos outros. E quando pomos o nosso talento especial ao serviço dos outros, experimentamos o êxtase e a exultação do nosso espírito, que é a finalidade suprema da vida.

Quando trabalhamos somos como flautas e, ao nosso coração o murmúrio das horas soa como música. E o que é trabalhar com amor? É tecer o pano com os fios do coração, como se estivéssemos a tecer a roupa do nosso bem-amado...

Kahlil Gibran, O Profeta

A sétima lei espiritual do sucesso consiste na Lei do Dharma. Dharma é um termo sânscrito que significa "finalidade na vida". A Lei do Dharma diz-nos que nos manifestamos sob a forma física para cumprir uma finalidade. A divindade constitui a essência do campo da potencialidade pura e, o divino toma a forma humana para cumprir uma finalidade. Segundo esta lei, todos temos um talento específico e uma forma singular de o exprimirmos. Há qualquer coisa que conseguimos fazer melhor do que qualquer outra pessoa no mundo e, cada talento específico com a sua forma singular de se exprimir, também requer necessidades especiais. Quando essas necessidades se combinam com a expressão criativa do nosso talento, gera-se a centelha que dá prosperidade. Expressar os seus talentos para realizar aquilo que é necessário cria riqueza e abundância ilimitadas. Se ensinássemos isto às crianças desde pequenas, veríamos o efeito que teria na vida delas. Na verdade, fiz a experiência com os meus filhos. Repeti-lhes muitas e muitas vezes que havia uma razão para cada um de nós se encontrar neste mundo e que eles teriam de descobrir a razão por que existiam. Eles começaram a ouvir isto a partir dos quatro anos. Também os ensinei a meditar mais ou menos a partir dessa idade e disse-lhes: "Nunca, mas nunca se preocupem em ganhar a vossa vida. Se não forem capazes de ganhar a vossa vida quando crescerem, eu hei-de sustentar-vos, portanto não se preocupem com isso. Não quero que se esforcem por obter bons resultados na escola. Não quero que se esforcem por obter as melhores notas ou por ir para os melhores colégios. Aquilo que quero é que se interroguem acerca de como podem servir a Humanidade e quais serão os vossos talentos especiais. Porque cada um de vós possui um talento especial, que ninguém mais possui e cada um de vós tem uma maneira especial de exprimir esse talento, que também ninguém mais possui." Eles acabaram por vir a frequentar as melhores escolas, obtiveram as melhores notas, e mesmo na universidade são estudantes especiais, porque já são economicamente independentes, pois a vida deles focaliza-se naquilo que devem dar para cumprir a razão da sua existência aqui. E esta é a Lei do Dharma.

A Lei do Dharma possui três componentes.

O primeiro diz-nos que cada um de nós se encontra aqui para descobrir o seu verdadeiro Eu, para descobrir por si próprio que o seu verdadeiro Eu é espiritual, que na essência somos seres espirituais manifestando-se sob uma forma física. Não somos seres humanos que têm experiências espirituais ocasionais, ao contrário, somos seres espirituais que têm experiências humanas ocasionais. Cada um de nós encontra-se aqui para descobrir o seu eu superior, ou o seu eu espiritual. Esse constitui o primeiro requisito da Lei do dharma. Temos de descobrir por nós mesmos o deus ou a deusa em embrião, que existe dentro de nós e deseja revelar-se, para podermos exprimir a nossa divindade.

O segundo componente da Lei do dharma consiste em exprimirmos os nossos talentos especiais. A Lei do dharma diz-nos que todo o ser humano possui um talento especial. Todos possuímos um talento, cuja expressão é de tal modo singular, que não existe mais ninguém vivo no planeta que possua esse talento ou essa forma de o exprimir. Isto significa que há uma coisa específica que cada um de nós sabe fazer melhor do que qualquer outra pessoa no mundo. Quando está a fazer isso, perde a noção do tempo. Quando exprime esse talento especial que possui ou, em muitos casos, os diversos talentos especiais, a expressão desse talento é transportada para o conhecimento do eterno.

O terceiro componente da Lei do dharma consiste na vontade de servir a Humanidade. Servir os outros seres humanos é perguntar "Como posso eu ajudar? Como posso ajudar aqueles que me rodeiam?" Pondo a capacidade de exprimir o seu talento especial ao serviço da Humanidade, estará a aplicar totalmente a Lei do dharma. E se juntar a isto a experiência da sua própria espiritualidade, o campo da potencialidade pura, é impossível que não tenha acesso à abundância ilimitada, porque esta constitui a verdadeira forma de alcançar a abundância. Esta abundância não é temporária; é permanente, devido ao seu talento especial, à sua forma de o exprimir, aos serviços que presta e à dedicação que mostra pelos outros seres humanos, atitude que adquiriu, perguntando: "Como posso eu ajudar?", em vez de: "O que posso eu obter?" A questão "O que posso eu obter?" constitui o diálogo interior do ego. Perguntar "Como posso eu ajudar?" constitui o diálogo interior da alma. A alma representa o domínio do conhecimento onde experimentamos a nossa universalidade. Através da simples substituição, no nosso diálogo interior, da pergunta "O que posso eu obter?" pela outra "Como posso eu ajudar?", passamos logo do plano do nosso ego para o domínio da nossa alma. Embora a meditação constitua a forma mais útil de entrar no domínio da alma, a simples mudança do nosso diálogo interior para "Como posso eu ajudar?" também nos dá acesso a alma, esse domínio do conhecimento onde experimentamos a nossa universalidade. Se quiser aproveitar ao máximo a Lei do dharma, terá de se comprometer a seguir algumas regras.

A primeira regra é: Vou tentar descobrir o meu eu superior, que se encontra para além do meu ego, através da prática espiritual.

A segunda regra é: Vou descobrir os meus talentos especiais e, depois de os descobrir, vou entrar em estado de felicidade, pois o processo de felicidade ocorre quando adquiro o conhecimento do eterno. Nesse momento, entro em estado de beatitude.

A terceira regra é: Vou perguntar a mim mesmo quais as minhas melhores qualidades para servir a Humanidade. Vou responder a essa pergunta e depois pôr em prática a atitude. Vou utilizar os meus talentos



especiais para servir as necessidades dos outros seres humanos, vou combinar essas necessidades com o meu desejo de ajudar e servir os outros. Sente-se e faça uma lista das respostas a estas duas perguntas: Pergunte a si mesmo se o dinheiro não fosse uma preocupação para si e se tivesse todo o tempo e dinheiro do mundo, o que faria? se pensa que continuaria a fazer aquilo que faz no momento, isso significa que se encontra em dharma, porque tem uma paixão por aquilo que faz - exprime os seus talentos especiais. Depois, pergunte a si mesmo: "Quais as minhas melhores qualidades para servir a Humanidade?" Responda à pergunta e ponha a atitude em prática. Descubra a sua divindade, encontre o seu talento especial, utilize-o para servir a Humanidade e gerará toda a riqueza que quiser. Quando as suas expressões criativas responderem às necessidades dos outros seres humanos, a riqueza fluirá espontaneamente do não-manifesto para o manifesto, do âmbito da alma para o âmbito da forma. Começará a experimentar a vida como uma miraculosa expressão da divindade, não ocasionalmente, mas sempre. E conhecerá a verdadeira felicidade e o verdadeiro significado do sucesso, o êxtase e a exultação da sua própria alma.

#### COMO APLICAR A LEI DO "DHARMA" OU DA FINALIDADE DA VIDA

Ponho em prática a Lei do dharma, seguindo estes passos:

1 Hoje vou dar toda a atenção e amor ao deus ou deusa em embrião que se oculta no mais fundo da minha alma. Darei toda a atenção à minha alma interior que dá vida ao meu corpo e ao meu espírito. Vou tentar despertar para a profunda serenidade que existe dentro do meu coração. A consciência da eternidade e do Ser eterno acompanhar-me-á sempre durante a minha experiência temporal.

2 Faço uma lista dos meus talentos especiais. Depois faço uma lista de todas as coisas de que gosto de fazer quando exprimo os meus talentos especiais. Exprimindo os meus talentos especiais e utilizando-os ao serviço da Humanidade, perco a noção do tempo e crio abundância na minha vida, assim como na vida dos outros.

3 Pergunto a mim mesmo todos os dias "Como posso eu servir?" e "Como posso eu ajudar?". As respostas a estas questões vão permitir-me ajudar e servir os outros seres humanos com amor.

#### SUMÁRIO E CONCLUSÃO

Quero conhecer os pensamentos de Deus... o resto são pormenores.

Albert Einstein

O espírito universal coreografa tudo o que acontece em biliões de galáxias, com uma exactidão cheia de elegância e uma inteligência inflexível. A sua inteligência é primordial e suprema e penetra todas as fibras da existência: desde a mais pequena à maior, desde o átomo ao cosmos. Tudo o que existe constitui uma expressão desta inteligência. E esta inteligência opera através das Sete Leis Espirituais. Se observar uma célula do corpo humano, verá que o seu funcionamento constitui a expressão destas leis. Todas as células, quer sejam do estômago, do coração ou do cérebro têm a sua origem na Lei da Potencialidade. O ADN constitui um exemplo perfeito da potencialidade pura; de facto, ele representa a expressão material da potencialidade pura. O mesmo ADN exprime-se de formas diferentes, conforme as células a que pertence, de modo a poder responder às

exigências específicas de cada célula em se articular. As células também funcionam por meio da Lei da Dádiva. Uma célula mantém-se viva e saudável, quando se encontra num estado de estabilidade e equilíbrio. Este provém do estado de equilíbrio e da realização e harmonia, mas mantém-se através de uma constante actividade de dar e receber. Cada célula tem algo para dar a todas as outras e constitui suporte de todas as outras, ao mesmo tempo que é apoiada por todas as outras. As células encontram-se sempre num estado de fluência dinâmica e o fluxo nunca se interrompe. Na verdade, o fluxo constitui a própria essência da vida da célula. E só mantendo esse fluxo de dar, a célula pode receber e assim continuar a sua vibrante existência. A Lei do Karma é executada com toda a delicadeza e rigor por cada célula, pois a capacidade de dar a resposta mais apropriada e exacta para cada situação que ocorre faz parte da própria inteligência da célula. A Lei do Menor Esforço também é primorosamente executada por cada célula do corpo: cumpre a sua tarefa, de modo bastante eficiente, quando o corpo se encontra desperto. Mas em repouso, Através da Lei da Intenção e do Desejo, cada intenção de cada célula aproveita o poder organizador infinito da inteligência da natureza. Mesmo uma simples intenção, como metabolizar uma molécula de açúcar, desencadeia logo uma sinfonia de ocorrências no corpo, em que determinadas quantidades de hormonas devem ser segregados em determinados momentos para que a molécula de açúcar se converta em pura energia criativa. E, claro, cada célula exprime a Lei do Desprendimento, pois o seu funcionamento encontra-se desligado do efeito das suas intenções. As células não cometem lapsos nem enganos, pois o seu comportamento constitui uma função do conhecimento do momento presente, centrado na vida. As células também exprimem a Lei do Dharma. Cada célula deve descobrir a sua própria origem, o seu eu superior; deve servir as outras células e exprimir os seus talentos especiais. As células do coração, do estômago, as células imunológicas, todas têm origem num eu superior, no campo da potencialidade pura. E como se encontram directamente ligadas a esse computador cósmico, exprimem os seus talentos especiais através de um mínimo de esforço e do conhecimento do eterno. Só exprimindo os seus talentos especiais, elas podem manter a sua integridade e a integridade de todo o corpo. O diálogo interior de cada célula do corpo humano consiste na pergunta "Como posso eu ajudar?". As células do coração querem ajudar às células imunológicas, as células imunológicas querem ajudar as células dos pulmões e do estômago, as células do cérebro escutam e ajudam todas as outras. Cada célula do corpo humano possui uma única função: ajudar todas as outras. Examinando o comportamento das células do nosso próprio corpo, observamos a mais extraordinária e eficaz expressão das Sete Leis Espirituais. Encontramo-nos perante o génio da inteligência da natureza. Temos aqui os pensamentos de Deus - o resto são pormenores.

As Sete Leis Espirituais do Sucesso constituem princípios poderosos que lhe permitem atingir o auto-domínio. Se aplicar a sua atenção a estas leis e praticar as regras indicadas neste livro, verá que será Capaz de fazer manifestar-se tudo aquilo que quiser - toda a prosperidade, dinheiro e sucesso que desejar. Também vai ver que a sua vida se torna mais feliz e abundante em todos os aspectos, pois estas leis também constituem as leis espirituais que fazem com que a vida valha a pena ser vivida. Na vida quotidiana, a aplicação destas leis obedece a uma sequência natural, que pode ajudá-lo a lembrar-se delas. A Lei da Potencialidade Pura pratica-se através do silêncio, da meditação, do não-julgamento, da comunhão com a natureza, mas é activada por meio da Lei da Dádiva. Aqui o princípio consiste em aprender a dar aquilo que deseja para si. Assim activa a Lei da Potencialidade Pura. Se deseja prosperidade, ajude os outros a serem prósperos; se procura dinheiro, dê dinheiro aos outros; se procura

amor, apreço e afecto, aprenda a dar aos outros amor, apreço e afecto. Através das suas acções, quando aplica a Lei da Dádiva, activa a Lei do Karma. Pode criar um bom karma e um bom karma torna a vida fácil. Verá que não precisa de despender grandes esforços para realizar os seus desejos, o que conduz logo à compreensão da Lei do Menor Esforço. Quando tudo parece surgir com facilidade e sem esforço e os seus desejos continuam a realizar-se, começa a perceber espontaneamente a Lei da Intenção e do Desejo. A realização dos seus desejos com um mínimo de esforço torna quase natural para si a prática da Lei do Desprendimento. Por fim, como começa a perceber todas as leis anteriores, passa a focalizar-se na sua verdadeira finalidade na vida, chegando assim à Lei do Dharma. Por meio da aplicação desta lei, em que exprime os seus talentos especiais e realiza as necessidades dos outros seres humanos, começa a poder criar tudo aquilo que quiser, sempre que quiser. Torna-se despreocupado e feliz e a sua vida passa a constituir a expressão do amor ilimitado.

Paremos por algum tempo para nos encontrarmos uns com os outros, para nos amarmos, para partilharmos. Este momento é precioso, mas passageiro. Constitui um pequeno parêntese na eternidade. Se o partilharmos com carinho, alegria e amor, criaremos abundância e felicidade uns para os outros. E assim este momento terá valido a pena. Como os viajantes que realizam uma viagem cósmica as partículas etéreas, girando e dançando nos turbilhões e remoinhos do infinito. A vida é eterna. Mas as expressões da vida são efémeras, momentâneas, transitórias. Gautama Buda, fundador do budismo, disse um dia: A nossa existência é tão passageira como as nuvens de Outono. Assistir ao nascimento e morte dos seres é como observar os movimentos de uma dança. uma vida é como o relâmpago no céu, Corre como a água que jorra da íngreme montanha.

#### ACERCA DO AUTOR

Deepak Chopra é um famoso especialista no campo da medicina do corpo e do espírito e do potencial humano. Ele foi o autor dos best-sellers: Creating Affluence (Como Alcançar Prosperidade), The Way of the Wizard, Ageless Body, Timeless Mind, Quantum Healing e The Return of Merlin, assim como de inúmeros programas áudio e vídeo, dedicados à saúde e ao bem-estar. Os seus livros encontram-se traduzidos em mais de vinte línguas e ele tem dado diversas conferências por toda a América do Norte, América do Sul, Índia, Europa, Japão e Austrália. Actualmente, é o Director Executivo do Centro Chopra para o Bem-Estar em La Jolla, Califórnia. GLOBAL NETWORK FOR SPIRITUAL SUCCESS

POST OFFICE BOX 1001

DEL MAR, CALIFORNIA 92014

Caro amigo: Em As Sete Leis Espirituais do Sucesso, descrevo as virtudes e os princípios associados que me ajudaram, e a muitos outros, a obter a satisfação espiritual e o sucesso material. Escrevo para o convidar a juntar-se a mim, e talvez a milhões de outras pessoas espalhadas pelo mundo, na Global Network For Spiritual Success, que se baseará na prática diária desses princípios. A participação na Rede está aberta a toda a gente que queira praticar As Sete Leis Espirituais. Eu achei muito compensador concentrar-me numa lei em cada dia da semana, começando no Domingo com a Lei da Potencialidade Pura e terminando no Sábado com a Lei do dharma. Se concentrar a sua atenção numa lei espiritual, transformará completamente a sua vida, como eu transformei a minha, e se diversas pessoas em conjunto aplicarem a sua atenção na mesma lei em cada dia,

em breve teremos um grupo importante de pessoas de sucesso que poderiam transformar a vida no planeta Terra. já há alguns grupos de amigos de todas as partes do mundo que começaram a concentrar-se numa lei em cada dia. Como eu fiz com a minha equipa de trabalho e com os meus amigos, sugiro que forme um grupo de reflexão com a família, com amigos ou com colegas de trabalho que possam encontrar-se uma vez por semana para discutirem as suas experiências com as leis espirituais. Se as experiências forem dramáticas, o que por vezes acontece, pode escrevê-las e enviá-las para mim. Para fazer parte da Global Network For Spiritual Sucess, basta-lhe enviar um envelope com o seu nome, direcção, e um selo, para o apartado indicado acima. Nós enviamos-lhe um pequeno cartão, que pode trazer na carteira, com as sete leis e um formulário para preencher e fornecemos-lhe informações sobre o nosso trabalho na Rede. A entrada para a Rede representa a realização de um dos meus mais queridos sonhos. Se entrar na Global Network e praticar As Sete Leis Espirituais, tenho a certeza de que conseguirá obter felicidade espiritual e realizar os seus desejos. Não posso desejar-lhe melhor bênção. Com amizade e os meus melhores votos,

Deepak Chopra

3 de março de 1999