

DEEPAK CHOPRA

ΟΙ  
ΕΠΤΑ  
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΙ  
ΝΟΜΟΙ  
ΤΗΣ  
ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ



ΕΝΑΣ ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ

ΤΩΝ ΟΝΕΙΡΩΝ ΣΑΣ



**Β**ασισμένο σε φυσικούς αναλλοίωτους νόμους που διέπουν ολόκληρο το Σύμπαν, το βιβλίο αυτό θέτει σε εντελώς νέα βάση το περίφημο «κυνήγι της επιτυχίας»! Εφοδιάζοντας τον αναγνώστη με νέα, συμπαντικής εμβέλειας “προσόντα”, μετατρέπει την γνωστή αγχωτική προσπάθεια του καιρού μας σε αυθόρμητη αβίαστη καταξίωση! Και κυρίως καταρρίπτει το μύθο, ότι η επιτυχία έρχεται στη ζωή μόνο σαν αποτέλεσμα σκληρού κόπου, εξαντλητικού σχεδιασμού και ασύδοτης φιλοδοξίας.

Στους *Επτά Πνευματικούς Νόμους της Επιτυχίας*, ο Deepak Chopra - συμπυκνώνοντας όλη τη φυσική σοφία και μέθοδο σε επτά απλές αλλά πανίσχυρες δημιουργικές αρχές - μας παρουσιάζει μια μοναδική και εντελώς διαφορετική άποψη για την κατάκτηση της ευτυχίας και της επιτυχίας:

Από τη στιγμή που θα κατανοήσουμε την αληθινή μας φύση και μάθουμε να ζούμε σε αρμονία με τους νόμους του σύμπαντος, ένας ολόκληρος ωκεανός πληρότητας, καλής υγείας, ζωτικότητας, αισιοδοξίας και δημιουργικών ανθρώπινων σχέσεων θα εισρεύσει στη ζωή μας, εξασφαλίζοντάς μας παράλληλα την υλική αφθονία, εύκολα και αβίαστα.

Ακτινοβολώντας μια αιώνια σοφία, αλλά και με απλά και πρακτικά βήματα που μπορούμε να εφαρμόσουμε άμεσα, το βιβλίο αυτό θα διαβαστεί ξανά και ξανά, ανοίγοντας διαρκώς νέους ορίζοντες στην καθημερινή μας βίωση της ευτυχίας.

Πρόκειται για ένα έργο που θα μας εμπνέει σ' όλη μας τη ζωή, αφού με τα ανεξάντλητα μυστικά του μπορεί να εκπληρώσει όλα μας τα όνειρα!

ISBN 960-7228-15-4

Δεν είσαι παρά εκείνο  
στο οποίο σε οδηγεί η βαθιά σου επιθυμία.  
Η επιθυμία σου, καθορίζει ανάλογα τη θέλησή σου.  
Η θέλησή σου, καθορίζει ανάλογα τις πράξεις σου.  
Η ακολουθία των πράξεών σου  
υφαίνει το πεπρωμένο σου.

*Μηριχανταρασιάκα Ουπανισάντ IV.4.5*

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ευχαριστίες xi

Εισαγωγή 1

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΚΑΘΑΡΗΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑΣ 7

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ 25

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΚΑΡΜΑ  
Ή ΤΗΣ ΑΙΤΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ 37

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΕΛΑΧΙΣΤΗΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑΣ 51

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΣΗΣ  
ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ 65

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΑΠΟΣΠΑΣΗΣ 81

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΝΤΑΡΜΑ  
Ή ΤΟΥ ΣΚΟΠΟΥ ΤΗΣ ΖΩΗΣ 93

Σύνοψη και επίλογος 105

Σχετικά με το συγγραφέα 112

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

**Θ**α ήθελα να εκφράσω την αγάπη και την ευγνωμοσύνη μου στα παρακάτω πρόσωπα:

Στη Τζάνετ Μιλς, η οποία αγκάλιασε μ' αγάπη αυτό το βιβλίο, από τη θεωρητική του σύλληψη μέχρι την ολοκλήρωσή του.

Στη Ρίτα Τσόπρα, τη Μαλίκια Τσόπρα και τον Γκοτάμα Τσόπρα - ζωντανές εκφάνσεις των Επτά Πνευματικών Νόμων.

Στον Ρέι Τσέιμπερς, τη Γκέιλ Ρόουζ, την Αντριάνα Νιένοφ, τον Ντέιβιντ Σάιμον, τον Τζορτζ Χάρισον, την Ολίβια Χάρισον, τη Ναόμι Τζουντ, τη Ντέμι Μουρ και την Αλις Γουόλτον για το θάρρος και την α-

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

φιέρωσή τους σ' ένα υψηλό όραμα που προκαλεί δέος, έμπνευση και μεταμόρφωση στη ζωή μας.

Στον Ρότζερ Γκάμπριελ, τον Μπρεντ Μπέκβαρ, τη Ρόουζ Μπουένο-Μέρφι και όλο το προσωπικό μου στο *Κέντρο Ψυχοσωματικής Ιατρικής*, οι οποίοι αποτέλεσαν παραδείγματα μίμησης για όλους τους επισκέπτες και ασθενείς μας.

Στον Ντίπακ Σινγκ, τη Γκίτα Σινγκ και όλο το προσωπικό των *Εκδόσεων Κβάντομ* για την ακούραστη ενεργητικότητα και αφοσίωσή τους.

Στη Μούριελ Νέλις, για την απερίσπαστη πρόθεσή της να διατηρήσει τον υψηλότερο βαθμό ακεραιότητας σ' όλες μας τις προσπάθειες.

Στον Ρίτσαρντ Περλ, που αποτελεί ένα σπουδαίο και αληθινό υπόδειγμα εσωτερικής εστίασης.

Στην Άριελ Φορντ για την ακλόνητη πίστη της στην αυτογνωσία, το μεταδοτικό ενθουσιασμό της και την αφιέρωσή της στη μεταμόρφωση της ζωής τόσων ανθρώπων.

Και στον Μπιλ Έλκους για την κατανόηση και τη φιλία του.

**Α**ν και το βιβλίο αυτό έχει τον τίτλο *Οι Επτά Πνευματικοί Νόμοι της Επιτυχίας*, θα μπορούσε να ονομάζεται και *Οι Επτά Πνευματικοί Νόμοι της Ζωής*, μιας και αναφερόμαστε στις ίδιες αρχές που η φύση χρησιμοποιεί για να δημιουργήσει οτιδήποτε με υλική υπόσταση - κάθε τι που μπορούμε να δούμε, ν' ακούσουμε, να μυρίσουμε, να γευθούμε ή ν' αγγίξουμε.

Στο βιβλίο μου, *Δημιουργώντας την Αφθονία: Η Συνείδηση του Πλούτου στο Πεδίο των Απεριόριστων Δυνατοτήτων*, περιέγραψα τα βήματα που οδηγούν σε μια αντίληψη της αφθονίας, η οποία βασίζεται στην αληθινή κατανόηση των έργων της φύσης. Οι *Επτά Πνευματικοί Νόμοι της Επιτυχίας* αποτελούν την πεμπτοσύνη αυτής της διδασκαλίας. Όταν αυτή η γνώση ενσωματωθεί στη συνείδησή σας, θα σας προσφέρει την ικανότητα να δημιουργείτε απερίοριστο πλούτο, με άκοπη ευκολία

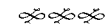
και να πετυχαίνετε σε κάθε σας προσπάθεια.

Η επιτυχία στη ζωή θα μπορούσε να οριστεί ως "η συνεχιζόμενη επέκταση της ευτυχίας και η σταδιακή συνειδητοποίηση πολλών αξιόλογων στόχων". **Επιτυχία είναι η ικανότητα να πραγματοποιείτε τις επιθυμίες σας με άκοπη ευκολία.** Και όμως, οι άνθρωποι πάντα πίστευαν πως η επιτυχία - συμπεριλαμβανόμενης και της δημιουργίας του πλούτου - είναι κάτι το οποίο απαιτεί σκληρή δουλειά και που συχνά επιτυγχάνεται σε βάρος των άλλων. Έχουμε ανάγκη μια πιο πνευματική προσέγγιση στην επιτυχία και την αφθονία, η οποία να βασίζεται στην αστείρευτη ανάβλυση όλων των καλών πραγμάτων που κρύβουμε μέσα μας. Γνωρίζοντας και τηρώντας τον πνευματικό νόμο, εναρμονιζόμαστε με τη φύση και αποκτούμε ό,τι κι αν θελήσουμε, με ξεγνοιασιά, χαρά και αγάπη.

Υπάρχουν πολλές πλευρές της επιτυχίας. Ο υλικός πλούτος είναι μονάχα ένα απ' τα πολλά συστατικά της. Επιπλέον, **η επιτυχία βρίσκεται στο ίδιο το ταξίδι και όχι στον προορισμό.** Η υλική αφθονία, σ' όλες της τις εκφάνσεις, τυχάνει να είναι ένα μόνο από τα πράγματα που κάνει το ταξίδι πιο ευχάριστο. Όμως η επιτυχία συμπεριλαμβάνει ακόμα την καλή υγεία, την ενεργητικότητα και τον ενθουσιασμό για τη ζωή, τις ολοκληρωμένες ανθρώπινες σχέσεις, την ελευθερία

της έκφρασης, τη συναισθηματική και ψυχολογική ισορροπία, μια αίσθηση ευφορίας και, φυσικά, τη γαλήνη και διαύγεια του πνεύματος.

Αλλά ακόμα κι αν έχουμε όλ' αυτά τα πράγματα, δεν μπορούμε να ολοκληρωθούμε σαν άνθρωποι αν δεν καλλιεργήσουμε τους σπόρους της θεότητας μέσα μας. Στην ουσία, δεν είμαστε παρά μεταμφιεσμένες όψεις του θείου, και οι εμβρυακοί θεοί και θεές που εμπεριέχονται μέσα μας ζητούν να "υλοποιηθούν" και να ολοκληρωθούν. Είναι παρούσα η αίσθηση του θείου, οπουδήποτε κι αν πάμε και σ' οτιδήποτε βλέπουμε - στα μάτια ενός παιδιού, στην ομορφιά ενός λουλουδιού, στο πέταγμα ενός πουλιού. Όταν αρχίσουμε να βιώνουμε τη ζωή μας σαν μια θαυμαστή έκφραση του θείου - όχι περιστασιακά, αλλά ακατάπαυστα - τότε μόνο θα γνωρίσουμε την αληθινή έννοια της επιτυχίας.



Πριν καθορίσουμε τους *Επτά Πνευματικούς Νόμους*, ας κατανοήσουμε την έννοια του νόμου. **Νόμος είναι η διαδικασία μέσω της οποίας ο παρατηρητής γίνεται το αντικείμενο της παρατήρησής του.** Είναι η διαδικασία μέσω της οποίας ο οραματιστής γίνεται το

σκηνικό. Η διαδικασία μέσω της οποίας ο ονειρευτής υλοποιεί το όνειρο.

Τα πάντα στη Δημιουργία, όλα όσα υπάρχουν στο φυσικό κόσμο, είναι αποτέλεσμα του ανεκδήλωτου που μετατρέπεται σε εκδηλωμένο. Όλα όσα βλέπουμε προέρχονται απ' το άγνωστο. Το υλικό μας σώμα, το υλικό σύμπαν - ο,τιδήποτε μπορούμε ν' αντιληφθούμε με τις αισθήσεις μας - γεννιούνται από μια διαρκή μετατροπή του ανεκδήλωτου, του άγνωστου και του αόρατου, σε εκδηλωμένο, γνωστό και ορατό.

Το υλικό σύμπαν δεν είναι τίποτα άλλο από τον *Εαυτό*, ο οποίος στρέφεται στο Εσωτερικό Του για να ζήσει αυτό το Εσωτερικό, ως πνεύμα, νους και φυσική ύλη. Με άλλα λόγια, **όλες οι φάσεις της δημιουργίας είναι διαδικασίες μέσα απ' τις οποίες ο Εαυτός ή Θεότητα αυτοεκφράζεται**. Η συνειδητότητα σε κίνηση εκφράζεται μέσα απ' όλα τα δημιουργήματα του σύμπαντος στον αέναο χορό της ζωής.

Πηγή όλης της δημιουργίας είναι το Θείο (ή πνεύμα). Διαδικασία της δημιουργίας είναι η Θεότητα σε κίνηση (ή ο νους). Το αντικείμενο της δημιουργίας είναι το υλικό σύμπαν (το οποίο περιλαμβάνει και το υλικό μας σώμα). Αυτά τα τρία συστατικά της πραγματικότητας - πνεύμα, νους και σώμα, ή παρατηρητής, διαδικασία παρατήρησης και αντικείμενο παρατήρη-

σης - είναι ουσιαστικά το ίδιο πράγμα. Όλα προέρχονται από το ίδιο σημείο: *το πεδίο της καθαρής δυνατότητας*, η οποία είναι φύσει ανεκδήλωτη.

Οι φυσικοί νόμοι του σύμπαντος συνιστούν στην πραγματικότητα αυτή τη διαδικασία της θεότητας σε κίνηση ή της συνειδητότητας σε κίνηση. Όταν κατανοήσουμε αυτούς τους νόμους και τους εφαρμόσουμε στη ζωή μας, μπορούμε να δημιουργήσουμε ο,τιδήποτε θελήσουμε, μιας και οι ίδιοι νόμοι τους οποίους η φύση χρησιμοποιεί για να δημιουργήσει ένα δάσος, ένα γαλαξία, ένα άστρο ή ένα ανθρώπινο σώμα, μπορούν να φέρουν και την εκπλήρωση των πιο βαθιών επιθυμιών μας.

Ας δούμε λοιπόν τους *Επτά Πνευματικούς Νόμους της Επιτυχίας* και με ποιον τρόπο μπορούμε να τους εφαρμόσουμε στη ζωή μας.



∞ 1 ∞

## Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΚΑΘΑΡΗΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑΣ

*Πηγή όλης της δημιουργίας είναι η καθαρή  
συνείδηση... καθαρή δυνατότητα που αναζητά  
έκφραση, απ' το ανεκδήλωτο στο εκδηλωμένο.*

*Όταν συνειδητοποιούμε πως ο αληθινός μας Εαυτός  
διαθέτει αυτή την καθαρή δυνατότητα,  
τότε συντονιζόμαστε με τη δύναμη  
που εκδηλώνει τα πάντα μέσα στο σύμπαν.*

✓

∞

Στην αρχή

δεν υπήρχε ούτε Ύπαρξη, ούτε Ανυπαρξία.

Όλος αυτός ο κόσμος ήταν μια ανεκδήλωτη ενέργεια...

Το Ένα ανάπνεε χωρίς ν' ανασαίνει,

αποκλειστικά με τη δική Του δύναμη

Δεν υπήρχε τίποτε άλλο εκεί...

— Ύμνος στη Δημιουργία, Ριγκ Βένια

**Ο** πρώτος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος της Καθαρής Δυνατότητας*. Αυτός ο νόμος βασίζεται στο γεγονός πως αποτελούμαστε - στην ουσιαστική μας κατάσταση - από καθαρή συνείδηση. Καθαρή συνείδηση, όμως, σημαίνει καθαρή δυνατότητα. Πρόκειται για ένα πεδίο όλων των πιθανοτήτων, ένα πεδίο απεριόριστης δημιουργικότητας. **Η καθαρή συνείδηση είναι η πνευματική μας ουσία**. Και επειδή είναι άπειρη και αδέσμευτη, είναι επίσης και καθαρή χαρά. Άλλα γνωρίσματα της συνείδησης είναι η καθαρή γνώση, η απόλυτη σιωπή, η τέλεια ισορροπία, η αορατότητα, η απλότητα και η μακαριότητα. Τέτοια είναι η ουσιαστική μας φύση. Διαθέτει καθαρή δυνατότητα.

Όταν ανακαλύψετε την αληθινή σας φύση και γνωρίζετε ποιοι στ' αλήθεια είστε, τότε αυτή η γνώση από μόνη της προσφέρει τη δυνατότητα να εκπληρώσετε κάθε όνειρό σας, αφού αποτελείτε μια αιώνια πιθανότητα, μια απροσμέτρητη δυνατότητα όλων όσων υπήρξαν, υπάρχουν και θα υπάρξουν. Ο *Νόμος της Καθαρής Δυνατότητας* θα μπορούσε να ονομαστεί και *Νόμος της Ενότητας των Πάντων*, αφού κάτω απ' την απέραντη ποικιλία της ζωής κρύβεται η ενότητα του ενός και μοναδικού πνεύματος που διαχέει τα πάντα μέσα στη δημιουργία. Δεν υπάρχει διαχωρισμός ανάμεσα σ' εσάς και αυτό το ενεργειακό πεδίο. **Το πεδίο της καθαρής δυνατότητας είναι ο ίδιος ο Εαυτός.** Όσο περισσότερο αντιλαμβάνεστε την αληθινή σας φύση, τόσο πιο κοντά πλησιάζετε στο πεδίο της καθαρής δυνατότητας.

Η εμπειρία του Εαυτού ή "*έσω-αναφορά*" σημαίνει πως εσωτερικό μας σημείο αναφοράς γίνεται το ίδιο μας το πνεύμα και όχι τα αντικείμενα των εμπειριών μας. Το αντίθετο της *έσω-αναφοράς* είναι η *έξω-αναφορά*. Στην *έξω-αναφορά* επηρεαζόμαστε πάντα από παράγοντες *έξω* απ' τον Εαυτό - δηλαδή καταστάσεις, περιστάσεις, ανθρώπους και πράγματα. Η σκέψη μας και η συμπεριφορά μας προσβλέπουν διαρκώς σε κάποια εξωτερική ανταπόκριση, για αυτό το λόγο και

χτίζονται πάνω στο φόβο.

Στην *έξω-αναφορά* νιώθουμε επίσης μια έντονη ανάγκη για έλεγχο των πραγμάτων, καθώς και για εξωτερική δύναμη. Η ανάγκη για επιδοκιμασία, η ανάγκη του ελέγχου πάνω στα πράγματα και η ανάγκη για εξωτερική δύναμη είναι τάσεις που βασίζονται στο φόβο. Αυτό το είδος δύναμης δεν έχει καμιά σχέση με τη δύναμη της καθαρής δυνατότητας, τη δύναμη του Εαυτού, την αληθινή δύναμη. Όταν αισθανόμαστε τη δύναμη του Εαυτού, ο φόβος απουσιάζει και δεν υπάρχει καμιά ανάγκη για άσκηση ελέγχου ούτε και αγώνας για επικρότηση ή εξωτερική εξουσία.

Στην *έξω-αναφορά*, εσωτερικό σημείο αναφοράς γίνεται το *εγώ* σας. Το *εγώ*, ωστόσο, δεν είναι αυτό που πράγματι είστε. **Το *Εγώ* είναι η εικόνα που έχετε πλάσει για τον εαυτό σας.** Είναι η κοινωνική σας μάσκα, ο ρόλος που παίζετε. Αυτή η κοινωνική σας μάσκα ζει και μεγαλώνει με την επιδοκιμασία. Επιθυμεί να ελέγχει και να τρέφεται από την εξουσία, μιας και ζει μέσα στο φόβο.

Ο αληθινός σας Εαυτός - δηλαδή το πνεύμα ή η ψυχή σας - είναι απολύτως ελεύθερος απ' όλ' αυτά τα πράγματα. Είναι απυρόβλητος στις επικρίσεις, άφοβος μπροστά σε οποιαδήποτε πρόκληση και δεν νιώθει κατώτερος από κανένα. Είναι όμως ταυτόχρονα

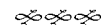
ταπεινός και δεν νιώθει ανώτερος από κανένα, αφού αναγνωρίζει πως τα πάντα είναι ο ίδιος Εαυτός, το ίδιο πνεύμα κάτω από διαφορετικά προσώπεια.

Αυτή είναι η ουσιαστική διαφορά ανάμεσα στην έξω-αναφορά και στην έσω-αναφορά. Στην έσω-αναφορά, έχετε πλήρη συνείδηση της αληθινής σας ύπαρξης, η οποία δεν φοβάται καμιά πρόκληση, σέβεται όλους τους ανθρώπους και δεν νιώθει κατώτερη από κανένα. **Η δύναμη του εαυτού είναι η μόνη αληθινή δύναμη.**

Από την άλλη πλευρά, η δύναμη που βασίζεται στην έξω-αναφορά είναι επίπλαστη. Προσκολλημένη στο *εγώ*, διαρκεί μόνο όσο υφίσταται κάποιο αντικείμενο αναφοράς του. Αν έχετε κάποιο αξίωμα - είστε ο πρόεδρος της χώρας ή ο διευθυντής μιας εταιρίας - ή αν έχετε πολλά χρήματα, η δύναμη που απολαμβάνετε συμπορεύεται με τον τίτλο, τη δουλειά και τα χρήματα. Η δύναμη που βασίζεται στο *εγώ* θα κρατήσει μόνο όσο κρατούν αυτά τα πράγματα. Μόλις ο τίτλος, η δουλειά ή τα χρήματα χαθούν, ταυτόχρονα χάνεται και η δύναμη.

Η δύναμή του Εαυτού, όμως, είναι μόνιμη, ακριβώς επειδή βασίζεται στην αληθινή γνώση του Εαυτού. Υπάρχουν ορισμένα συγκεκριμένα χαρακτηριστικά αυτής της δύναμης του Εαυτού. Ελκύει τους κατάλ-

ληλους ανθρώπους κοντά σας, όπως επίσης και τα πράγματα ή τα γεγονότα που επιθυμείτε. Μαγνητίζει άτομα, καταστάσεις και περιστάσεις που υποβοηθούν τις επιθυμίες σας. Αυτό αποκαλείται *Βοήθεια από τους Νόμους της Φύσης*. Είναι η υποστήριξη της θεότητας, αυτή η οποία έρχεται αβίαστα όταν κάποιος βρίσκεται σε *κατάσταση χάριτος*. Η δύναμή σας είναι τέτοια, ώστε ν' απολαμβάνετε ένα στενό δεσμό με τους ανθρώπους, αλλά και οι άνθρωποι ν' απολαμβάνουν ένα στενό δεσμό μαζί σας. Η δύναμή σας είναι αυτή του ουσιαστικού δεσίματος με τους ανθρώπους - ενός δεσίματος που προέρχεται από αληθινή αγάπη.



Πώς μπορούμε να εφαρμόσουμε στη ζωή μας το *Νόμο της Καθαρής Δυνατότητας*, το πεδίο όλων των πιθανοτήτων; Αν θέλετε να απολαύσετε τα πλεονεκτήματα του πεδίου της καθαρής δυνατότητας, αν θέλετε να χρησιμοποιήσετε πλήρως την εγγενή δημιουργικότητα της καθαρής συνείδησης, τότε θα πρέπει να αποκτήσετε την πρόσβαση σ' αυτό. Ένας τρόπος είναι η **καθημερινή εξάσκηση στη σιωπή, το διαλογισμό και την απουσία κριτικής**. Αν περνάτε κάποιο χρόνο κοντά στη φύση, αυτό θα σας επιτρέψει επίσης την πρό-

οβραση στις εγγενείς ποιότητες αυτού του πεδίου: *την αστείρευτη δημιουργικότητα, την ελευθερία και την ήρεμη χαρά.*

Η εξάσκηση στη σιωπή απαιτεί να βρίσκετε κάθε μέρα λίγο χρόνο, απλά και μόνο για να *Υπάρχετε!* Για να έχετε την εμπειρία της σιωπής, θα πρέπει να απέχετε για κάποιο διάστημα από τη δραστηριότητα του λόγου, όπως επίσης και από δραστηριότητες όπως η παρακολούθηση τηλεόρασης, το άκουσμα του ραδιοφώνου ή το διάβασμα ενός βιβλίου.

Αν ποτέ δε δώσετε στον εαυτό σας την ευκαιρία να νιώσει τη σιωπή, ο εσωτερικός σας διάλογος θ' αποτελεί πάντα σοβαρό παράγοντα σύγχυσης και πλάνης.

Προσπαθείτε να βρείτε λίγη ώρα για να αισθανθείτε τη σιωπή, ή πάλι αποφασίστε να μη μιλάτε για ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα κάθε ημέρα. Μπορείτε να το κάνετε για δυο ώρες ή - αν αυτό σας φαίνεται πολύ - τουλάχιστον μια ώρα καθημερινά. Μια φορά στις τόσες, προσπαθείτε να αισθανθείτε τη σιωπή για ένα μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, όπως μια ολόκληρη ημέρα, δυο ημέρες ή ακόμα και μια εβδομάδα.

Τι συμβαίνει όταν βιώσετε την εμπειρία της σιωπής; Στην αρχή ο εσωτερικός σας διάλογος δυναμώνει ακόμη περισσότερο. Νιώθετε μια έντονη ανάγκη να πείτε πράγματα. Έχω γνωρίσει ανθρώπους οι οποίοι

κυριολεκτικά τρελάθηκαν την πρώτη μέρα που αποφάσισαν να τηρήσουν μια παρατεταμένη περίοδο σιωπής. Ξαφνικά νιώθουν να τους πνίγει μια αίσθηση αγωνίας και βιασύνης. Όσο όμως ζουν την εμπειρία, ο εσωτερικός τους διάλογος αρχίζει να καταλαγιάζει. Γρήγορα η σιωπή γίνεται βαθιά. Αυτό συμβαίνει επειδή μετά από λίγο το μυαλό εγκαταλείπει την προσπάθεια. Συνειδητοποιεί πως δεν ωφελεί να κάνει γύρους στα ίδια και τα ίδια όταν εσείς - ο Εαυτός, το πνεύμα, Αυτός που κάνει τις επιλογές - έχει αποφασίσει να μη μιλήσει. Καθώς ο εσωτερικός διάλογος ησυχάζει, αρχίζετε να νιώθετε τη σιωπή του πεδίου της καθαρής δυνατότητας.

Η εξάσκηση στη σιωπή - και σε περιόδους που σας είναι βολικό - είναι ένας μόνο τρόπος για να νιώσετε το *Νόμο της Καθαρής Δυνατότητας*. Ένας άλλος τρόπος, είναι να περνάτε ένα χρονικό διάστημα κάθε μέρα με διαλογισμό. Το ιδεατό θα ήταν να διαλογίζεστε τουλάχιστον μισή ώρα κάθε πρωί και άλλη μισή ώρα κάθε βράδυ. Με το διαλογισμό μαθαίνετε να ζείτε μέσα στο πεδίο της καθαρής σιωπής και της καθαρής αντίληψης. Μέσα σ' αυτό το πεδίο της καθαρής σιωπής ενυπάρχει ένα *πεδίο άπειρου συσχετισμού*, ένα *πεδίο απεριόριστης οργανωτικής δύναμης*, ένα *υπέρτατο πεδίο δημιουργίας*, όπου τα πάντα συνδέονται αναπόσπαστα μεταξύ

τους.

Στον πέμπτο πνευματικό νόμο, το *Νόμο της Πρόθεσης και της Επιθυμίας*, θα μάθετε πώς να παρεμβάλλετε μια αμυδρή τάση επιθυμίας μέσα σ' αυτό το πεδίο, έτσι ώστε η πραγματοποίηση των επιθυμιών σας να έρχεται σχεδόν στιγμιαία. Πρώτα όμως θα πρέπει να διδαχθείτε τη σιωπή. **Η σιωπή είναι η πρώτη προϋπόθεση για την υλοποίηση των επιθυμιών σας**, αφού μέσα στη σιωπή εξασφαλίζεται η σύνδεσή σας με το πεδίο της καθαρής δυνατότητας που μπορεί να ενορχηστρώσει για σας άπειρα σενάρια ή εκδοχές.

Φανταστείτε πως ρίχνετε μια μικρή πέτρα σε μια λιμνούλα και παρακολουθείτε τους κυματισμούς που δημιουργεί. Μετά από λίγο, όταν η επιφάνεια του νερού ηρεμήσει, μπορείτε να ρίξετε άλλο ένα πετραδάκι. Αυτό ακριβώς κάνετε όταν μπαίνετε στο πεδίο της καθαρής σιωπής και εισάγετε την πρόθεσή σας. Μέσα στη σιωπή, ακόμα και η πιο αδιόρατη πρόθεση θα δημιουργήσει κυματισμούς στα νερά της παγκόσμιας συνείδησης, η οποία συνδέει τα πάντα μεταξύ τους. Αν όμως δεν νιώσετε την ακινησία της συνείδησης, τότε το μυαλό σας μοιάζει με φουρτουνιασμένο ωκεανό, μέσα στον οποίο θα μπορούσατε να ρίξετε έναν ουρανοξύστη χωρίς να προκαλέσετε κάποια αισθητή διαφορά. Στη Βίβλο υπάρχει η φράση: *“Τώρα σιώπησε,*

*και κατάλαβε πως είμαι ο Θεός”*. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσα απ' το διαλογισμό...

Ένας άλλος δρόμος για να προσεγγίσει κανείς το πεδίο της καθαρής δυνατότητας είναι η εξάσκηση στη μη-κρίση. Κρίση είναι η συνεχής εκτίμηση των πραγμάτων ως σωστά ή λανθασμένα, καλά ή κακά. Όταν συνεχώς εκτιμάτε, κατατάσσετε, αναλύετε και κολλάτε επικέτες, δημιουργείτε μεγάλη αναταραχή στον εσωτερικό σας διάλογο. Αυτή η αναταραχή περιορίζει τη ροή ενέργειας ανάμεσα σε σας και το πεδίο της καθαρής δυνατότητας. Στην κυριολεξία στενεύετε το “κενό” ανάμεσα στις σκέψεις.

**Το κενό είναι η επαφή σας με το πεδίο της καθαρής δυνατότητας.** Είναι αυτή η κατάσταση της καθαρής αντίληψης, το σιωπηλό διάστημα ανάμεσα στις σκέψεις, η εσωτερική ακινησία, που σας συνδέει με την αληθινή δύναμη. Όταν μειώνετε το κενό, μειώνετε τη σύνδεσή σας με το πεδίο της καθαρής δυνατότητας και της απεριόριστης δημιουργικότητας.

Στο βιβλίο *«Μαθήματα Θανμάτων»*, υπάρχει μια προσευχή που λέει: *“Σήμερα δεν θα κρίνω τίποτα απ' όσα θα δω να μου συμβαίνουν”*. **Η μη-κρίση δημιουργεί μέσα στο μυαλό σας τη σιωπή.** Είναι μια καλή ιδέα, λοιπόν, να ξεκινάτε τη μέρα σας μ' αυτή τη δήλωση. Σ' όλη τη διάρκεια της ημέρας να θυμάστε αυτή τη φρά-

ση, κάθε φορά που συλλαμβάνετε τον εαυτό σας να κρίνει κάτι. Αν η αποχή αυτή σας φαίνεται δύσκολη για μια ολόκληρη ημέρα, μπορείτε απλώς να πείτε στον εαυτό σας: “Για την επόμενη ώρα, δεν θα κρίνω κανέναν” και από εκεί και πέρα να επεκτείνετε σταδιακά αυτό το χρονικό διάστημα.

Μέσα απ’ τη σιωπή, το διαλογισμό και τη μη-κρίση, θα προσεγγίσετε τον πρώτο νόμο, το *Νόμο της Καθαρής Δυνατότητας*. Έτσι και ξεκινήσετε, θα μπορέσετε να προσθέσετε κι ένα τέταρτο στοιχείο σ’ αυτή την πρακτική, δηλαδή να περνάτε κάποιο χρόνο σε άμεση επικοινωνία με τη φύση. Αυτό θα σας βοηθήσει να δημιουργήσετε μια αρμονική και αμφίδρομη σχέση μ’ όλα τα στοιχεία και τις δυνάμεις της ζωής. Είτε πρόκειται για ένα ρυάκι, είτε ένα δάσος, ένα βουνό, μια λίμνη ή μια ακρογυαλιά, αυτή η σύνδεση με τη διάνοια της φύσης θα σας βοηθήσει να προσεγγίσετε το πεδίο της καθαρής δυνατότητας.

Πρέπει να μάθετε πώς να έρχεστε σ’ επαφή με την εσωτερική ουσία του Είναι σας. **Η αληθινή ουσία βρίσκεται πέρα απ’ το εγώ.** Είναι άφοβη και ελεύθερη. Δεν την αγγίζουν οι επικρίσεις και δεν τρέμει ούτε την παραμικρή πρόκληση. Δεν νιώθει κατώτερη αλλά ούτε και ανώτερη από κανέναν και είναι γεμάτη μαγεία και μυστήριο.

Η πρόσβαση στην αληθινή σας ουσία, θα σας δώσει ακόμα μια καλύτερη εικόνα του καθρέφτη των σχέσεων, αφού **κάθε σχέση αποτελεί ένα καθρέφτισμα της σχέσης που έχετε με τον εαυτό σας.** Για παράδειγμα, αν νιώθετε ενοχές, φόβους ή ανασφάλειες σχετικά με τα χρήματα, την επιτυχία ή ο,τιδήποτε άλλο, τότε αυτές αποτελούν καθρεφτίσματα της ενοχής, του φόβου και της ανασφάλειας που αποτελούν βασικές πλευρές της προσωπικότητάς σας. Κανένα ποσό χρημάτων και καμιά επιτυχία δεν μπορούν να λύσουν τα βασικά προβλήματα της ύπαρξης. Μόνο η γνώριμία με τον Ανώτερο Εαυτό μπορεί να φέρει την αληθινή θεραπεία. Όταν γειωθείτε με τη γνώση του Ανώτερου Εαυτού σας - όταν πράγματι κατανοήσετε την αληθινή σας φύση - τότε δεν θα ξαναβιώσετε ποτέ μια ενοχή, φόβο ή ανασφάλεια σχετικά με τα χρήματα, την αφθονία ή την εκπλήρωση των επιθυμιών σας, μιας και θα έχετε συνειδητοποιήσει πως η ουσία κάθε υλικού πλούτου είναι η ζωτική ενέργεια και η καθαρή δυνατότητα. Η καθαρή δυνατότητα είναι αναπόσπαστα δεμένη με την αληθινή σας φύση.

Καθώς θα προσεγγίζετε όλο και περισσότερο την αληθινή σας φύση, θ’ αρχίσετε να γεννάτε αυτόματα δημιουργικές σκέψεις, ακριβώς επειδή το πεδίο της καθαρής δυνατότητας είναι επίσης και το πεδίο της α-

περιοριστής δημιουργικότητας και της καθαρής γνώσης. Ο Φραντς Κάφκα - ο Αυστριακός φιλόσοφος και ποιητής - είπε κάποτε: *“Δεν χρειάζεται να βγείτε απ’ το δωμάτιό σας. Μείνετε καθισμένοι στο τραπέζι σας και ακούστε. Δεν χρειάζεται καν να ακούσετε, απλώς περιμένετε. Δεν χρειάζεται καν να περιμένετε, απλώς μάθετε πως να μένετε αμίλητοι, ακίνητοι και μόνοι. Ο κόσμος θα σας προσφερθεί ελεύθερα για να τον ξεσκεπάσετε. Δεν θα έχει άλλη επιλογή. Θα πέσει εκστασιασμένος στα πόδια σας”*.

Η αφθονία του σύμπαντος είναι μια έκφραση του δημιουργικού νου της φύσης. Όσο πιο συντονισμένοι είστε με το νου της φύσης, τόσο μεγαλύτερη πρόσβαση θα έχετε στην απεριόριστη δημιουργικότητα. Πρώτα όμως θα πρέπει να ξεπεράσετε την αναταραχή του δικού σας εσωτερικού διαλόγου και να έρθετε σ’ επαφή με τον πλούσιο, άπειρο και δημιουργικό νου. Τότε θα μπορείτε να εκμεταλλεύεστε τις δυνατότητες της δυναμικής δραστηριότητας, ενώ ταυτόχρονα θα ζείτε την ακινησία του αιώνιου, απεριόριστου, δημιουργικού νου. Αυτός ο υπέροχος συνδυασμός του σιωπηλού, απεριόριστου και άπειρου νου, με τον δυναμικό, ελεγχόμενο και εξατομικευμένο νου, αποτελεί μια τέλεια ισορροπία ακινησίας και κίνησης ταυτόχρονα, η οποία μπορεί να πραγματοποιήσει οτιδήποτε θελήσετε. Αυτή η συνύπαρξη των αντιθέτων, σας

κάνει ανεξάρτητους από καταστάσεις, γεγονότα, ανθρώπους και πράγματα.

Όταν αποδεχθείτε ήρεμα αυτή την υπέροχη συνύπαρξη των αντιθέτων, συντονίζεστε με τον κόσμο της ενέργειας - την κβαντική "σούπα", το μη-υλικό, το οποίο αποτελεί και την πηγή του φυσικού μας κόσμου. Αυτός ο κόσμος της ενέργειας είναι πάντοτε ρευστός, δυναμικός, εύκαμπτος, αεικίνητος. Παραμένει όμως ταυτόχρονα απaráλλαχτος, ήρεμος, ακίνητος, αιώνιος και σιωπηλός.

**Η ακινησία από μόνη της αποτελεί δυνατότητα δημιουργίας.** Η κίνηση από μόνη της αποτελεί δημιουργία, περιορισμένη όμως σε μια συγκεκριμένη όψη της εκδήλωσης. Έτσι, ο συνδυασμός ακινησίας και κίνησης, σας επιτρέπει να εξαπολύσετε τη δημιουργικότητά σας προς όλες τις κατευθύνσεις - οπουδήποτε σας οδηγεί η δύναμη της προσοχής σας.

Όποτε βρίσκεστε μέσα στην κίνηση και τη δραστηριότητα, φροντίστε να έχετε την ακινησία μέσα σας. Μ’ αυτό τον τρόπο, η χαοτική κίνηση γύρω σας ποτέ δεν θα επισκιάσει την πρόσβασή σας στη δεξαμενή της δημιουργικότητας, το πεδίο της καθαρής δυνατότητας.



## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΗΣ ΚΑΘΑΡΗΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑΣ

**Θ**α θέσω το *Νόμο της Καθαρής Δυνατότητας* σε λειτουργία, αποφασίζοντας ν' ακολουθήσω σταθερά τα παρακάτω βήματα:

- (1) Θα έρθω σ' επαφή με το πεδίο της καθαρής δυνατότητας, εξασφαλίζοντας κάθε μέρα το χρόνο για να μένω σιωπηλός και απλά να *Υπάρχω*. Ακόμα, θα κάθομαι μόνος σε σιωπηλό διαλογισμό τουλάχιστον δυο φορές τη μέρα, για τριάντα περίπου λεπτά το πρωί και τριάντα το βράδυ.
- (2) Θα βρίσκω το χρόνο κάθε ημέρα, για να επικοινωνώ με τη φύση και να παρακολουθώ σιωπηλά τη διάνοια του Θεού μέσα σε κάθε ζωντανό πράγμα. Θα κάθομαι αμίλητος και θα παρακολουθώ ένα ηλιοβασίλεμα, ή θ' ακούω τον ήχο της θάλασσας ή ενός ρυακιού, ή απλά θα μυρίζω ένα λουλούδι. Μέσα στην έκσταση της σιωπής μου και με την επικοινωνία μου με τη φύση, θ' απολαμβάνω τον παλμό της ζωής που ρέει αιώνια, το πεδίο της καθαρής δυνατότητας και της απεριόριστης δημιουργι-

κότητας.

- (3) Δεν θα κρίνω τίποτα. Θ' αρχίζω τη μέρα μου με τη φράση: "*Σήμερα δεν θα κρίνω τίποτα απ' όσα θα μου συμβούν*" και όλη την ημέρα θα υπενθυμίζω στον εαυτό μου να μην κρίνει.

## ∞ 2 ∞

### Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

*Ο κόσμος λειτουργεί μέσα από μια διαδικασία  
δυναμικής ανταλλαγής . . . προσφορά και αποδοχή,  
αποτελούν απλά τις δυο αντίθετες όψεις  
της ροής της ενέργειας μέσα στο σύμπαν.*

*Μέσα απ' την προθυμία μας να προσφέρουμε  
αυτό που οι ίδιοι αναζητάμε, επιτρέπουμε στην  
αφθονία του σύμπαντος να πλημμυρίσει τη ζωή μας.*



*Αυτό το εύθραστο δοχείο, το αδειάζεις ξανά και ξανά, και πάντα το γεμίζεις με καινούρια ζωή. Αυτή τη μικρή καλαμένια φλογέρα την έχεις κουβαλήσει μαζί σου πάνω από λόφους και μέσα σε δάση, αιώνια παίζοντας μαζί της νέες μελωδίες... Άπειρα τα δώρα σου έρχονται σε μένα, παρά τα μικροσκοπικά μου χέρια. Οι αιώνες περνούν, και εσύ συνεχίζεις ακόμα να γεμίζεις, κι υπάρχει ακόμα χώρος για γέμισμα.*

— Ραμπιντρανάθ Ταγκόρ, Τζιτανζάλι

**Ο** δεύτερος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος της Προσφοράς*. Αυτός ο νόμος θα μπορούσε επίσης να ονομασθεί *Νόμος της Προσφοράς και της Αποδοχής*, αφού το σύμπαν λειτουργεί μέσα από μια δυναμική ανταλλαγή. Τίποτα δεν είναι στατικό. Το σώμα σας βρίσκεται σε μια δυναμική και συνεχή ανταλλαγή με το σώμα του σύμπαντος. Ο νους σας βρίσκεται σε μια δυναμική αμφίδρομη σχέση με τον κοσμικό νου. Η ενέργειά σας δεν είναι παρά έκφραση της κοσμικής ενέργειας.

Η ροή της ζωής δεν είναι τίποτε άλλο απ' την αρμονική σχέση όλων των στοιχείων και των δυνάμεων που δομούν το πεδίο της ύπαρξης. Αυτή η αρμονική

αμφίδρομη σχέση των στοιχείων και των δυνάμεων στη ζωή σας λειτουργεί ως *Νόμος της Προσφοράς*. Τώρα, επειδή το σώμα, ο νους και το σύμπαν βρίσκονται σε μια συνεχή και δυναμική ανταλλαγή ενεργειών, το σταμάτημα της κυκλοφορίας της ενέργειας μοιάζει με το σταμάτημα της κυκλοφορίας του αίματος.

Όταν το αίμα σταματήσει να κυκλοφορεί, αρχίζει να πήζει και να δημιουργεί θρόμβους. Αντίστοιχα, για να διατηρείτε την κυκλοφορία του πλούτου και της αφθονίας στη ζωή σας, θα πρέπει να μάθετε να δίνετε και να παίρνετε.

Η λέξη αφθονία στα αγγλικά είναι *affluence* και προέρχεται από τη ρίζα *affluere* που σημαίνει *κυλώ*. Η λέξη λοιπόν αφθονία σημαίνει “*κυλώ με μεγάλη ροή*”. Το χρήμα είναι στην ουσία σύμβολο της ζωτικής ενέργειας που ανταλλάσσουμε και χρησιμοποιούμε, ως αποτέλεσμα των υπηρεσιών τις οποίες προσφέρουμε στο σύμπαν. Στα αγγλικά το χρήμα λέγεται και *currency*, λέξη που προέρχεται από το λατινικό ρήμα *currere*, το οποίο σημαίνει και πάλι “*τρέχω ή ρέω*”.

Αν λοιπόν μπλοκάρουμε την κυκλοφορία του χρήματος, αν ο μόνος μας στόχος είναι να το φυλάξουμε και να το αποθησαυρίσουμε - δεδομένου ότι αποτελείται από ζωτική ενέργεια - θα σταματήσει κι εκείνο με τη σειρά του να επιστρέφει πίσω στη ζωή μας. Για να

διατηρήσουμε αυτή τη ροή ενέργειας προς το μέρος μας, θα πρέπει να της επιτρέψουμε να κυκλοφορήσει. Όπως ένα ποτάμι, το χρήμα θα πρέπει να κυκλοφορεί, διαφορετικά θα μείνει στάσιμο, θα λιμνάσει και θα πνίξει την ίδια του τη ζωτική δύναμη. Μόνο η κυκλοφορία το διατηρεί ζωντανό και ζωηρό.

Σε κάθε σχέση δίνουμε και παίρνουμε. Η προσφορά γεννά την αποδοχή και η αποδοχή την προσφορά. Αυτό που ανυψώνεται πρέπει και να πέσει. Αυτό που εξωτερικεύεται πρέπει και να επιστρέψει στην πηγή του. Στην πραγματικότητα, η προσφορά και η αποδοχή αποτελούν διαφορετικές πλευρές της ροής της ενέργειας μέσα στο σύμπαν. Αν σταματήσετε τη ροή από οποιαδήποτε πλευρά, επεμβαίνετε στη διάνοια της φύσης.

**Σε κάθε σπόρο ενυπάρχει η υπόσχεση χιλίων δασών.** Όμως ο σπόρος δεν θα πρέπει να αποθησαυρίζεται. Πρέπει να προσφέρει τη διάνοιά του στο εύφορο έδαφος. Μέσα απ' αυτή την προσφορά, η αόρατη ενέργειά του ρέει μέσα στο υλικό σύμπαν.

Όσο περισσότερα προσφέρετε, τόσο περισσότερα θα πάρετε, μιας και έτσι θα καθιερώσετε την κυκλοφορία της αφθονίας του σύμπαντος στη ζωή σας. Στην πραγματικότητα, οτιδήποτε έχει αξία στη ζωή, πολλαπλασιάζεται μόνο όταν προσφερθεί! Αυτό που

δεν πολλαπλασιάζεται μέσα απ' την προσφορά, δεν αξίζει ούτε να δοθεί ούτε να γίνει αποδεκτό. Προσέξτε όμως. Αν με την πράξη της προσφοράς νιώθετε πως χάσατε κάτι, τότε το δώρο δεν έχει πραγματικά δοθεί και δεν θα προκαλέσει καμιά άνθιση. Αν προσφέρετε απρόθυμα, δεν υπάρχει καμιά ενέργεια πίσω από μια τέτοια προσφορά.

Το πιο σημαντικό πράγμα στην προσφορά και την αποδοχή είναι η πρόθεση που κρύβεται πίσω τους. Η πρόθεση θα πρέπει να είναι πάντα η πρόκληση ευτυχίας για τον δότη και το δέκτη, αφού η ευτυχία συντηρεί τη ζωή και γι' αυτό το λόγο δημιουργεί επαύξηση. **Η ανταπόδοση είναι άμεσα ανάλογη με την προσφορά, όταν η τελευταία είναι άνευ όρων και προέρχεται απ' την καρδιά.** Γι' αυτό το λόγο, κάθε πράξη προσφοράς θα πρέπει να γίνεται με χαρά - θα πρέπει να βρίσκεστε σε τέτοια πνευματική κατάσταση, ώστε να αισθάνεστε χαρά από την ίδια την πράξη της προσφοράς. Τότε η ενέργεια που κρύβεται πίσω απ' την προσφορά αυξάνει πολλαπλάσια.

Η εφαρμογή του *Νόμου της Προσφοράς* είναι ουσιαστικά πολύ απλή: αν θέλετε ν' αποκτήσετε χαρά, πρέπει να προσφέρετε χαρά στους άλλους! Αν θέλετε αγάπη, μάθετε ν' αγαπάτε. Αν ζητάτε την προσοχή και την εκτίμηση, μάθετε να προσέχετε και να εκτιμάτε

τους άλλους. Αν ζητάτε την υλική αφθονία, βοηθήστε τους άλλους να την αποκτήσουν. Στην πραγματικότητα, ο ευκολότερος τρόπος για ν' αποκτήσετε αυτό που θέλετε, είναι να βοηθήσετε τους άλλους να αποκτήσουν αυτό που θέλουν! Αυτή η αρχή λειτουργεί το ίδιο καλά για μεμονωμένα άτομα, όσο και για επιχειρήσεις, κοινωνίες και έθνη. Αν θέλετε ν' αποκτήσετε όλα τα όμορφα πράγματα στη ζωή, μάθετε να τα προσφέρετε εσείς οι ίδιοι σιωπηλά στον καθένα.

Ακόμα και η σκέψη της προσφοράς, η σκέψη της ευλογίας ή μια απλή προσευχή, έχουν τη δύναμη να επηρεάσουν τους άλλους. Αυτό συμβαίνει επειδή το σώμα μας - στην πραγματική του κατάσταση - δεν είναι παρά ένας κόμβος, μια συμπύκνωση ενέργειας και πληροφοριών μέσα σ' ένα σύμπαν ενέργειας και πληροφοριών. Αποτελούμε κόμβους συνείδησης μέσα σ' ένα συνειδητό σύμπαν. Η λέξη όμως "συνείδηση", υπονοεί κάτι περισσότερο από απλή ενέργεια και πληροφορίες - υπονοεί ενέργεια και πληροφορίες, οι οποίες είναι ζωντανές όπως κι η σκέψη. Είμαστε λοιπόν κόμβοι σκέψης μέσα σ' ένα σκεπτόμενο σύμπαν. Και η σκέψη έχει πάντα τη δύναμη να μεταμορφώνει.

Η ζωή είναι ένας αιώνιος χορός της συνείδησης, η οποία εκφράζεται σαν μια δυναμική ανταλλαγή νοητικών παλμών ανάμεσα στο μικρόκοσμο και τον μακρό-

κοσμο, ανάμεσα στο ανθρώπινο και το συμπαντικό σώμα, ανάμεσα στον ανθρώπινο και τον κοσμικό νου.

Όταν θα μάθετε να προσφέρετε αυτό που ζητάτε, ενεργοποιείτε και χορογραφείτε αυτό το χορό, με μια υπέροχη, ενεργητική και ζωτική κίνηση η οποία αποτελεί τον αιώνιο παλμό της ζωής.



Ο καλύτερος τρόπος για να θέσετε σε λειτουργία το *Νόμο της Προσφοράς* - και να ξεκινήσετε τη διαδικασία της κυκλοφορίας - είναι να πάρετε την απόφαση να προσφέρετε κάτι, σ' οποιονδήποτε με τον οποίο έρχεστε σε επαφή. Δεν χρειάζεται να 'ναι κάτι ακριβό, ούτε καν υλικό. Μπορεί να είναι ένα λουλούδι, μια φιλοφρόνηση ή μια προσευχή. Στην πραγματικότητα, **οι πιο υσχυρές μορφές προσφοράς δεν είναι υλικές**. Τα δώρα της φροντίδας, της προσοχής, της τρυφερότητας και της εκτίμησης είναι μερικά από τα πιο πολύτιμα που μπορείτε να προσφέρετε και που δεν σας κοστίζουν τίποτα. Όταν συναντάτε κάποιον, μπορείτε σιωπηλά να του εύχεστε ευτυχία, χαρά και ευημερία. Αυτό το είδος σιωπηλής προσφοράς είναι πολύ δυνατό.

Ένα απ' τα πράγματα τα οποία διδάχθηκα σαν παιδί, και το οποίο δίδαξα κι εγώ στα παιδιά μου, εί-

ναι να μην επισκέπτονται ποτέ κάποιο σπίτι χωρίς να φέρνουν μαζί τους ένα δώρο. Ποτέ μην επισκέπτεστε κάποιον χωρίς να του πάτε κάποιο δώρο. Ίσως μου πείτε: "*Μα πώς μπορώ να δώσω στους άλλους, τη στιγμή που δεν έχω αρκετά ούτε για τον εαυτό μου;*" Μπορείτε να προσφέρετε μονάχα ένα λουλούδι, ή μια κάρτα στην οποία να γράφετε τα καλά σας αισθήματα για το πρόσωπο που επισκέπτεστε. Μπορείτε να χαρίσετε μια φιλοφρόνηση ή μια προσευχή.

Πάρτε την απόφαση να προσφέρετε, όπου πάτε και σε όποιον συναντήσετε. Όσο θα δίνετε, τόσο θα παίρνετε. Όσο περισσότερο δίνετε, τόσο μεγαλύτερη πεποίθηση θ' αποκτάτε για τα θαυμαστά αποτελέσματα αυτού του νόμου. Καθώς θα δέχεστε περισσότερα, θ' αυξάνει και η δυνατότητά σας να προσφέρετε περισσότερα. Η αληθινή μας φύση είναι αυτή της αφθονίας, αφού η φύση υποστηρίζει κάθε ανάγκη και επιθυμία. Στην ουσία δεν μας λείπει τίποτα, μιας και η αληθινή μας φύση είναι αυτή της καθαρής δυνατότητας και των απεριόριστων πιθανοτήτων. Πρέπει λοιπόν να γνωρίζετε πως κατέχετε από τη φύση σας το χάρισμα της αφθονίας - ανεξάρτητα με το πόσο λίγα ή πολλά χρήματα διαθέτετε σήμερα - αφού πηγή κάθε πλούτου είναι το πεδίο της καθαρής δυνατότητας. Η συνείδηση γνωρίζει τέλεια πώς να εκπληρώνει κάθε

ανάγκη, όπως η χαρά, η αγάπη, το γέλιο, η γαλήνη, η αρμονία και η γνώση. Αν αναζητάτε πρώτα απ' όλα αυτά τα πράγματα - όχι μόνο για σας, αλλά και για τους άλλους - όλα τα υπόλοιπα θα έρθουν από μόνα τους και μάλιστα ανέλπιστα γρήγορα.

## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΟΡΑΣ

**Θ**α θέσω το *Νόμο της Προσφοράς* σ' εφαρμογή, αποφασίζοντας να ακολουθήσω τα παρακάτω βήματα:

- (1) Όπου και να πηγαίνω και σ' όποιον κι αν συναντώ, θα προσφέρω ένα δώρο. Το δώρο αυτό μπορεί να είναι ένας καλός λόγος, ένα λουλούδι ή μια προσευχή. Σήμερα θα χαρίσω κάτι σ' όποιον συναντήσω και έτσι θα ξεκινήσω τη διαδικασία της κυκλοφορίας της χαράς, του πλούτου και της αφθονίας στη ζωή μου και στις ζωές των άλλων.
- (2) Σήμερα θα δεχτώ μ' ευγνωμοσύνη όλα τα δώρα που η ζωή έχει να μου προσφέρει. Θα δεχτώ τα δώρα της φύσης: το ηλιόφωτο και το κελάηδημα των πουλιών, τις ανοιξιάτικες βροχές ή το πρώτο χιόνι του χειμώνα. Θα είμαι επίσης ανοιχτός στις προσφορές των άλλων, όποια μορφή κι αν έχουν - υλικού δώρου, χρημάτων, καλών λόγων ή μιας απλής ευχής.

(3) Θα αποφασίσω να διατηρήσω την κυκλοφορία του πλούτου στη ζωή μου, παίρνοντας και δίνοντας τα πιο πολύτιμα δώρα: τα αγαθά της τρυφερότητας, της φροντίδας, της εκτίμησης και της αγάπης. Κάθε φορά που θα συναντώ κάποιον, θα του εύχομαι σιωπηλά κάθε ευτυχία, χαρά και ευημερία στη ζωή.

∞ 3 ∞

**Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΚΑΡΜΑ  
Ή ΤΗΣ ΑΙΤΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ  
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ**

*Κάθε δράση δημιουργεί μια ροή ενέργειας  
η οποία επιστρέφει σ' εμάς με παρόμοια μορφή...  
Ό,τι σπέρνουμε, εκείνο και θερίζουμε.*

*Όταν επιλέγουμε δραστηριότητες  
οι οποίες φέρνουν ευτυχία και επιτυχία στους άλλους,  
τότε καρπός του Κάρμα μας  
είναι η ευτυχία και η επιτυχία.*





*Το Κάρμα είναι μια αιώνια επιβεβαίωση της ανθρώπινης ελευθερίας... Οι σκέψεις, τα λόγια και οι πράξεις μας γίνονται υψάδια σ' ένα δέχτι, με το οποίο διαρκώς περιβάλλουμε τον εαυτό μας.*

— Σουάμι Βιβεκάναντα

**Ο** τρίτος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος του Κάρμα.*

**Κάρμα είναι τόσο η πράξη, όσο και οι συνέπειες της κάθε πράξης.** Είναι ταυτόχρονα η αιτία και το αποτέλεσμα, αφού κάθε πράξη δημιουργεί μια ροή ενέργειας η οποία επιστρέφει σ' εμάς με παρόμοια μορφή. Δεν υπάρχει τίποτα παράξενο στο *Νόμο του Κάρμα.* Όλοι έχουν ακούσει την έκφραση “*Ό,τι σπείρεις θα θερίσεις*”. Είναι φανερό, πως αν θέλουμε να φέρουμε την ευτυχία στη ζωή μας, θα πρέπει να μάθουμε πώς να σπέρνουμε τους σπόρους της. Αυτό λοιπόν που στην Ανατολή λένε *κάρμα*, υπονοεί την ενέργεια μιας συνειδητής μας επιλογής.

Εσείς κι εγώ κάνουμε καθημερινά και ασταμάτητα πολλές επιλογές. Κάθε στιγμή της ύπαρξής μας βρισκόμαστε στο πεδίο των απεριόριστων πιθανοτήτων, όπου έχουμε πρόσβαση σε μια απειρία επιλογών. Μερικές απ' αυτές τις κάνουμε συνειδητά, ενώ κάποιες άλλες ασυνείδητα. Όμως ο καλύτερος τρόπος για να κατανοήσουμε και να μεγιστοποιήσουμε τη χρήση του καρμικού νόμου, είναι ν' αποκτήσουμε συνείδηση των επιλογών που κάνουμε κάθε στιγμή.

Είτε σας αρέσει είτε όχι, **όλα όσα σας συμβαίνουν αυτή τη στιγμή είναι αποτέλεσμα επιλογών του παρελθόντος.** Δυστυχώς, πολλοί από μας κάνουν τις επιλογές τους ασυνείδητα, κι έτσι δεν τις αντιλαμβάνομαστε καν σαν επιλογές - αν και πράγματι είναι.

Αν σας προσβάλλω, το πιο πιθανό είναι πως θα επιλέξετε να θυμώσετε. Αν σας κάνω μια φιλοφρόνηση, το πιο πιθανό είναι πως θα διαλέξετε να κολακευτείτε. Σκεφτείτε όμως, πως και πάλι πρόκειται για μια επιλογή.

Θα μπορούσα να σας προσβάλλω και εσείς να διαλέξετε να μη θυμώσετε. Θα μπορούσα να σας κάνω μια φιλοφρόνηση και εσείς να επιλέξετε να μην κολακευτείτε.

Μ' άλλα λόγια, οι περισσότεροι από μας - αν και έχουμε μια απειρία επιλογών - έχουμε μετατραπεί σε

πλέγματα εθισμένων αντανakλαστικών, τα οποία συνεχώς αντιδρούν σε ανθρώπους και περιστάσεις με απολύτως προβλεπόμενα αποτελέσματα στη συμπεριφορά. Αυτά τα *εξαρτημένα αντανakλαστικά* μοιάζουν μ' εκείνα του περιβόητου *Σκύλου του Παβλόφ*. Ο Παβλόφ έγινε διάσημος, γιατί απέδειξε πως αν κάθε φορά που δίνουμε τροφή σ' ένα σκυλί, χτυπά συγχρόνως κι ένα κουδούνι, μετά από λίγες μέρες τα σάλια του σκύλου αρχίζουν να τρέχουν απλά και μόνο μ' ένα χτύπημα του κουδουνιού, αφού το ζώο έχει ταυτίσει πλέον μέσα στη συνείδησή του τα δυο αυτά εντελώς διαφορετικά ερεθίσματα!

Οι περισσότεροι από μας, εξαιτίας αυτού του εθισμού, έχουμε επαναλαμβανόμενες και προβλεπόμενες αντιδράσεις απέναντι στα ερεθίσματα του περιβάλλοντός μας. Οι αντιδράσεις μας αυτές, φαίνεται να προκαλούνται αυτόματα από ανθρώπους και περιστάσεις, ενώ ξεχνάμε πως όλ' αυτά παραμένουν επιλογές, όπως αυτές που κάνουμε σε κάθε στιγμή της ύπαρξής μας. Απλά, κάνουμε τις επιλογές μας αυτές ασυναίσθητα.

Αν σταθείτε για μια στιγμή και παρατηρήσετε τις επιλογές σας την ώρα ακριβώς που τις κάνετε, μεταφέρετε μ' αυτόν τον τρόπο την όλη διαδικασία από το χώρο του ασυνειδήτου στο χώρο του συνειδητού. Αυτή η διαδικασία της συνειδητής επιλογής και της παρα-

**τήρησης προσφέρει μεγάλη δύναμη.**

Όποτε κάνετε οποιαδήποτε επιλογή, μπορείτε να ρωτήσετε τον εαυτό σας δυο πράγματα: **πρώτον**, “*Ποιες θα είναι οι συνέπειες της επιλογής που κάνω;*” Βαθιά μέσα σας, τις γνωρίζετε πολύ καλά.

**Δεύτερον:** “*Θα φέρει την ευτυχία σ’ εμένα και τους γύρω μου αυτή η επιλογή;*” Αν η απάντηση είναι *ναι*, τότε προχωρήστε. Αν η απάντηση είναι *όχι*, αν αυτή η επιλογή θα προκαλέσει θλίψη - είτε σε εσάς, είτε στους γύρω σας - τότε μην την ακολουθήσετε. Είναι πολύ απλό...

Από την απειρία των επιλογών που έχουμε μπροστά μας κάθε στιγμή, μόνο μια είναι εκείνη που μπορεί να φέρει την ευτυχία σ’ εσάς και τους γύρω σας ταυτόχρονα. Όταν κάνετε μια τέτοια επιλογή, το αποτέλεσμα είναι μια αυθόρμητη μορφή συμπεριφοράς, η οποία αποκαλείται *αυτόματη ορθή δράση*. **Αυτόματη ορθή δράση είναι η κατάλληλη ενέργεια στην κατάλληλη στιγμή.** Είναι η σωστή αντίδραση σε οποιαδήποτε περίσταση, ακριβώς την ώρα που συμβαίνει. Είναι μια ενέργεια που θα βελτιώσει εσάς αλλά και οποιονδήποτε άλλον επηρεάζεται απ’ αυτήν.

Το σύμπαν διαθέτει έναν πολύ ενδιαφέροντα μηχανισμό για να σας βοηθά να παίρνετε αυτόματες ορθές αποφάσεις. Ο μηχανισμός αυτός έχει σχέση με τις αισθήσεις του σώματός σας. Το σώμα μπορεί να νιώσει

δυο ειδών αισθήσεις: *την αίσθηση της άνεσης και την αίσθηση της δυσφορίας*. Τη στιγμή που κάνετε συνειδητά μια επιλογή, προσέξτε το σώμα σας και ρωτήστε το: “*Τι θα συμβεί αν κάνω αυτή την επιλογή;*” Αν το σώμα σας στείλει ένα μήνυμα άνεσης, η επιλογή είναι σωστή. Αν σας στείλει ένα μήνυμα δυσφορίας, η επιλογή είναι λανθασμένη.

Για μερικούς ανθρώπους, αυτό το αίσθημα άνεσης και δυσφορίας εντοπίζεται στην περιοχή του ηλιακού πλέγματος, αλλά για τους περισσότερους βρίσκεται στην περιοχή της καρδιάς. Δώστε συνειδητά προσοχή στην καρδιά σας και ρωτήστε την τί να κάνετε. Ύστερα περιμένετε την ανταπόκριση - μια φυσική ανταπόκριση με τη μορφή κάποιας αίσθησης. Μπορεί να είναι ανεπαίσθητη, αλλά υπάρχει, εκεί, μέσα στο σώμα σας.

**Μονάχα η καρδιά γνωρίζει τη σωστή απάντηση.** Οι περισσότεροι άνθρωποι θεωρούν την καρδιά ρομαντική και συναισθηματική, αλλά δεν είναι έτσι. Η καρδιά λειτουργεί διαισθητικά, είναι ολιστική, ερμηνεύει και συσχετίζει τα πάντα. Δεν έχει τη λογική του “χαμένου ή κερδισμένου”. Έχει επαφή με τον κοσμικό υπολογιστή - το πεδίο της καθαρής δυνατότητας, της απόλυτης γνώσης και της απεριόριστης οργανωτικής δύναμης - και υπολογίζει τα πάντα. Μερικές φο-

ρές μπορεί να φαίνεται πως ενεργεί παράλογα, αλλά διαθέτει μια υπολογιστική ικανότητα, πολύ πιο αξιόπιστη απ' οτιδήποτε περιορισμένο μέσα στα όρια της ορθολογικής σκέψης.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το *Νόμο του Κάρμα* για να προσελκύσετε χρήματα, αφθονία και ροή όλων των καλών πραγμάτων γύρω σας, οποιαδήποτε στιγμή το θελήσετε. Πρώτα όμως θα πρέπει να συνειδητοποιήσετε ότι το μέλλον σας χτίζεται πάνω στις επιλογές που κάνετε την κάθε στιγμή της ζωής σας. Αν χρησιμοποιήσετε τις παραπάνω συμβουλές σε σταθερή βάση, τότε κάνετε πλήρη χρήση του *Νόμου του Κάρμα*. Όσο πιο πολύ φέρνετε τις επιλογές σας στο επίπεδο της συνειδητής αντίληψης, τόσο περισσότερες αυτόματες ορθές επιλογές θα κάνετε - τόσο για σας όσο και για τους γύρω σας.



Τι γίνεται, όμως, με το κάρμα του παρελθόντος και πώς αυτό επηρεάζει το παρόν; Υπάρχουν τρία πράγματα που μπορείτε να κάνετε για το κάρμα του παρελθόντος. **Το πρώτο** είναι να ξεπληρώσετε τα καρμικά σας χρέη. Οι περισσότεροι άνθρωποι κάνουν - ασφαλώς - αυτή την επιλογή, αλλά την κάνουν ασυναί-

σθητα. Εσείς μπορείτε να την κάνετε συνειδητά. Μερικές φορές η πληρωμή αυτών των χρεών απαιτεί πολύ πόνο, αλλά ο *Νόμος του Κάρμα* φροντίζει ώστε κανένα χρέος στο σύμπαν να μην ξεφεύγει απλήρωτο. Το σύμπαν διαθέτει ένα τέλειο σύστημα λογαριασμών και τα πάντα είναι ένα διαρκές ενεργειακό "γίγνεσθαι".

**Το δεύτερο** που μπορείτε να κάνετε είναι να μετουσιώσετε το κάρμα σας σε μια πιο επιθυμητή κατάσταση. Αυτή είναι μια πολύ ενδιαφέρουσα εμπειρία, κατά την οποία ρωτάτε τον εαυτό σας καθώς ξεπληρώνετε το καρμικό σας χρέος: "*Τι μπορώ να διδαχτώ απ' αυτή την εμπειρία; Γιατί μου συμβαίνει, και ποιο μήνυμα μου στέλνει το σύμπαν μ' αυτόν τον τρόπο; Πώς μπορώ να κάνω αυτή την εμπειρία χρήσιμη για τους συνανθρώπους μου;*"

Κάνοντας κάτι τέτοιο, αναζητάτε το σπόρο της ευκαιρίας, και στη συνέχεια δένετε αυτό το σπόρο με το *ντάρμα* σας, δηλαδή με το σκοπό της ζωής σας, για το οποίο θα μιλήσουμε στον *Έβδομο Πνευματικό Νόμο της Επιτυχίας*. Αυτό σας επιτρέπει να μετουσιώσετε το κάρμα σε μια νέα πολύτιμη εμπειρία.

Για παράδειγμα, αν σπάσετε το πόδι σας την ώρα που αθλείστε, μπορείτε να αναρωτηθείτε: "*Τι έχω να διδαχτώ απ' αυτή την εμπειρία; Ποιο είναι το μήνυμα που μου στέλνει το σύμπαν;*" Ίσως το μήνυμα να είναι, πως θα πρέπει να ηρεμήσετε και την επόμενη φορά να προ-

σέχετε περισσότερο το σώμα σας. Αν το νιάρμα σας είναι να διδάσκετε τους άλλους τα όσα ξέρετε, τότε θέτοντας την ερώτηση: “*Πώς μπορώ να κάνω αυτή την εμπειρία χρήσιμη για τους συνανθρώπους μου;*” ίσως αποφασίσετε να μοιραστείτε μαζί τους τα όσα διδαχτήκατε γράφοντας ένα βιβλίο πάνω στον ασφαλή αθλητισμό. Μπορεί πάλι να σχεδιάσετε ένα ειδικό παπούτσι ή προστατευτικό, που να προφυλάσσει απ’ τον τραυματισμό που εσείς ο ίδιος έχετε υποστεί.

Μ’ αυτό τον τρόπο, ενώ θα ξεπληρώνετε το κάρμα σας, θα μετατρέψετε αυτή την αντιξοότητα σ’ ένα πλεονέκτημα που μπορεί να σας φέρει πλούτο και ικανοποίηση. Αυτή είναι η μετουσίωση του κάρμα σε μια θετική εμπειρία. Δεν έχετε ουσιαστικά απαλλαγεί από το κάρμα σας, αλλά μπορείτε να εκμεταλλευτείτε ένα *καρμικό επεισόδιο* και μέσα απ’ αυτό να δημιουργήσετε νέο και θετικό κάρμα.

**Ο τρίτος τρόπος** για να αντιμετωπίσετε το κάρμα είναι να το ξεπεράσετε, δηλαδή να γίνετε ανεξάρτητοι απ’ αυτό. Ο τρόπος για να ξεπεράσετε το κάρμα είναι να αισθάνεστε συνεχώς *την Κενότητα*, τον Ανώτερο Εαυτό, το Πνεύμα. Μοιάζει σαν να πλένετε ένα βρόμικο ρούχο σ’ ένα ρυάκι. Κάθε φορά που το πλένετε, βγάζετε και μερικούς λεκέδες. Συνεχίζετε να πλένετε, κι αυτό γίνεται όλο και καθαρότερο. Μπορείτε να ξε-

πλύνετε ή να ξεπεράσετε τους σπόρους του κάρμα σας με το να εισέλθετε στην Κενότητα και να ξαναβγείτε. Αυτό, ασφαλώς, επιτυγχάνεται μόνο με την εξάσκηση του διαλογισμού.

Όλες οι πράξεις είναι *καρμικά επεισόδια*. Το να πιείτε ένα φλιτζάνι καφέ αποτελεί καρμικό επεισόδιο. Η πράξη αυτή ξυπνά κάποιες μνήμες και η μνήμη έχει τη δυνατότητα να δημιουργήσει την επιθυμία. Η επιθυμία με τη σειρά της, δημιουργεί νέες πράξεις. Το *λειτουργικό πρόγραμμα της ψυχής σας αποτελείται από κάρμα, μνήμη και επιθυμία*. Η ψυχή σας είναι ένας κόμβος συνειδητότητας, ο οποίος εμπεριέχει τους σπόρους του κάρμα, της μνήμης και της επιθυμίας.

Συνειδητοποιώντας αυτούς τους σπόρους της εκδήλωσης, μπορείτε να γίνετε ένας συνειδητός δημιουργός της πραγματικότητας. Αν κάνετε συνειδητά τις επιλογές σας, αρχίζετε να προκαλείτε ενέργειες οι οποίες βοηθούν στην εξέλιξή σας αλλά και στην εξέλιξη των γύρω σας. Αυτό είναι το μόνο που χρειάζεται να κάνετε.

Όσο το κάρμα παραμένει εξελικτικό - τόσο για τον Ανώτερο Εαυτό, όσο και για οποιονδήποτε άλλον επηρεάζεται απ’ Αυτόν - καρποί του θα είναι η ευτυχία και η επιτυχία.

## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΟΥ ΚΑΡΜΑ ΎΗ ΤΗΣ ΑΙΤΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ

**Μ**πορείτε να θέσετε το *Νόμο του Κάρμα* σ' εφαρμογή αποφασίζοντας να κάνετε τα ακόλουθα βήματα:

- (1) Σήμερα θα παρατηρήσω τις επιλογές που κάνω κάθε στιγμή. Απλώς και μόνο με την παρατήρησή τους, θα τις φέρω στη συνειδητή μου αντίληψη. Θα ξέρω πως ο καλύτερος τρόπος να είμαι έτοιμος για οποιαδήποτε στιγμή του μέλλοντος, είναι να έχω πλήρη συνείδηση του παρόντος.
- (2) Όποτε κάνω μια επιλογή, θ' αναρωτιέμαι δυο πράγματα: *“Ποιες είναι οι συνέπειες της επιλογής που κάνω;”* και *“Θα φέρει αυτή η επιλογή την ολοκλήρωση και την εντυχία σε μένα και σ' όσους άλλους επηρεάζει;”*
- (3) Στη συνέχεια θα ζητήσω απ' την καρδιά μου να με καθοδηγήσει μ' ένα μήνυμα άνεσης ή δυσφορίας. Αν αισθανθώ άνεση, τότε θ' ακολουθήσω την επιλογή μου άφοβα. Αν νιώσω δυσφορία, τότε θα σταματήσω και θα προσπαθήσω να δω με την εσώτερη όρασή μου τις συνέπειες της επιλογής μου.

Αυτή η καθοδήγηση θα με βοηθά να κάνω ορθές επιλογές, αυθόρμητα και άμεσα, τόσο για τον εαυτό μου όσο και για τους γύρω μου.

# ∞ 4 ∞

## Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΕΛΑΧΙΣΤΗΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑΣ

*Η διάνοια της φύσης λειτουργεί πάντα με άκοπη  
ενκολία... με ανεμελιά, αρμονία και αγάπη.*

*Όταν ελέγχουμε τις δυνάμεις της αρμονίας, της χαράς  
και της αγάπης, δημιουργούμε επιτυχία και καλοτυχία  
με άκοπη προσπάθεια.*



*Ένα ολοκληρωμένο ον γνωρίζει χωρίς να ταξιδεύει, βλέπει χωρίς να κοιτάζει και επιτυγχάνει χωρίς να ενεργεί...*

– Λάο Τσε

**Ο** τέταρτος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος της Ελάχιστης Προσπάθειας*. Αυτός ο νόμος βασίζεται στο γεγονός πως η διάνοια της φύσης λειτουργεί με άκοπη ευκολία και ελεύθερη ανεμελιά. Αυτή είναι η *αρχή της ελάχιστης δράσης* ή της *μη-αντίστασης*, άρα και η αρχή της αρμονίας και της αγάπης. Όταν διδαχτούμε αυτό το μάθημα από τη φύση, μπορούμε εύκολα να πραγματοποιήσουμε όλες τις επιθυμίες μας.

Αν παρατηρήσετε τη φύση να εργάζεται, θα δείτε πως καταβάλλει πάντα την ελάχιστη προσπάθεια. Το χορτάρι δεν προσπαθεί να μεγαλώσει, απλώς μεγαλώνει. Τα ψάρια δεν προσπαθούν να κολυμπήσουν, α-



πλώς κολυμπούν. Τα λουλούδια δεν προσπαθούν ν' ανθίσουν, απλά ανθίζουν. Τα πουλιά δεν προσπαθούν να πετάξουν, απλά πετούν. Τέτοια είναι η εγγενής τους φύση. Η Γη δεν προσπαθεί να γυρίσει γύρω από τον άξονά της. Είναι στη φύση της Γης να στροβιλιζεται με ιλιγγιώδη ταχύτητα μέσα στο διάστημα. Είναι στη φύση των μωρών να είναι χαλαρά κι ευτυχισμένα. Είναι στη φύση του ήλιου να λάμπει. Είναι στη φύση των αστεριών να αστραποβολούν. Και **είναι στη φύση των ανθρώπων να εκπληρώνουν τα όνειρά τους εύκολα και αβίαστα.**

Στη Βεδική Επιστήμη - την πανάρχαια φιλοσοφία της Ινδίας - αυτή η αρχή είναι γνωστή ως *αρχή της οικονομίας της προσπάθειας ή της βέλτιστης επίτευξης με τον ελάχιστο κόπο*. Τελικά φτάνει κανείς σε θέση να μην κάνει τίποτα και ωστόσο να επιτυγχάνει τα πάντα. Αυτό σημαίνει πως εμφανίζεται απλώς μια αμυδρή ιδέα και στη συνέχεια η υλοποίηση της ιδέας έρχεται άκοπα. Αυτό που συνήθως ονομάζεται "θαύμα" είναι στην πραγματικότητα μια έκφραση του *Νόμου της Ελάχιστης Προσπάθειας*.

Η διάνοια της φύσης λειτουργεί εύκολα, ακαριαία, χωρίς τριβές και αντιφάσεις. Δεν είναι γραμμικά λογική, αλλά διαισθητική, ολιστική και καρποφόρα. Όταν βρίσκεστε σε αρμονία με τη φύση, όταν έχετε

αποκτήσει τη γνώση του αληθινού σας Εαυτού, τότε μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το *Νόμο της Ελάχιστης Προσπάθειας*.

**Ελάχιστη προσπάθεια υπάρχει όταν οι πράξεις μας έχουν σαν κίνητρο την αγάπη**, μιας και όλη η φύση συγκρατείται απ' την ενέργεια της αγάπης. Όταν αναζητάτε την εξουσία και τον έλεγχο πάνω στους άλλους, δεν κάνετε τίποτα άλλο απ' το να σπαταλάτε ενέργεια. Όταν αποζητάτε τα χρήματα ή τη δύναμη για χάρη του "εγώ", τότε ξοδεύετε ενέργεια κυνηγώντας μια ψευδαίσθηση της ευτυχίας, αντί να απολαμβάνετε την ευτυχία της στιγμής. Όταν ποθείτε τα χρήματα μόνο για προσωπικό όφελος, τότε αποκόπτετε τη ροή της ενέργειας και παρεμβαίνετε στην έκφραση της διάνοιας της φύσης. Όταν όμως οι πράξεις σας έχουν ως κίνητρο την αγάπη, δεν υπάρχει σπατάλη ισχύος. Τότε το δυναμικό σας πολλαπλασιάζεται και συσσωρεύεται - και η επιπλέον ενέργεια την οποία συγκεντρώνετε, μπορεί να διοχευτεί έτσι ώστε να δημιουργήσετε ο,τιδήποτε θελήσετε, ακόμη και τον απεριόριστο πλούτο.

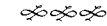
Μπορείτε να φανταστείτε το υλικό σας σώμα σαν μια συσκευή ελέγχου της ενέργειας: μπορεί να δημιουργήσει, να αποθηκεύσει και να ξοδέψει ενέργεια. Αν γνωρίζετε πώς να δημιουργείτε, να αποθηκεύετε

και να διοχετεύετε την ενέργεια με αποτελεσματικό τρόπο, τότε μπορείτε να δημιουργήσετε όσο πλούτο θέλετε. Η προσοχή και η προσκόλληση στο "εγώ" καταναλίσκει το μεγαλύτερο ποσοστό ενέργειας. Όταν λοιπόν, εσωτερικό σημείο αναφοράς σας γίνεται το "εγώ", όταν αναζητάτε τον έλεγχο και την εξουσία πάνω στους άλλους ή κυνηγάτε την επιδοκιμασία τους, ξοδεύετε ενέργεια με σπάταλο τρόπο.

Αντίθετα, όταν αυτή η ενέργεια απελευθερωθεί, μπορείτε να την επαναδιοχετεύσετε και να τη χρησιμοποιήσετε για να δημιουργήσετε οτιδήποτε θελήσετε. Όταν εσωτερικό σημείο αναφοράς είναι το πνεύμα σας, μπορείτε να μην επηρεάζεστε από καμιά κακόβουλη κριτική και να μη φοβάστε καμιά πρόκληση στη ζωή. Μπορείτε να τιθασεύσετε τη δύναμη της αγάπης και να χρησιμοποιήσετε την ενέργεια δημιουργικά για να επιτύχετε την αφθονία και την εξέλιξη.

Στο βιβλίο *Η Τέχνη Του Ονειρέματος*, ο Δον Χουάν λέει στον Κάρλος Καστανέντα: «...ξοδεύουμε το μεγαλύτερο μέρος της ενέργειάς μας για να επιβεβαιώσουμε τη σπουδαιότητά μας... Αν καταφέρναμε να χάσουμε ένα μόνο μέρος απ' αυτή τη σπουδαιότητα, θα μας συνέβαιναν δυο καταπληκτικά πράγματα. Πρώτον, θα απελευθερώναμε την ενέργεια με την οποία προσπαθούμε να διατηρήσουμε την απαιτηλή ιδέα του "μεγαλείου" μας και, δεύτερον, θα προμηθεύαμε στον εαυ-

τό μας αρκετή ενέργεια για να... μπορέσει ν' αντικρίσει έστω και στιγμιαία το πραγματικό μεγαλείο του σύμπαντος».



Υπάρχουν τρία στοιχεία στο *Νόμο της Ελάχιστης Προσπάθειας* - τρία πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να θέσετε σ' ενέργεια την αρχή "*κάνε λιγότερα και πέτυχε περισσότερα*". Το **πρώτο στοιχείο είναι η αποδοχή**. Αποδοχή σημαίνει απλά να πάρετε μια απόφαση: "*Σήμερα θ' αποδεχτώ τους ανθρώπους, τις καταστάσεις, τις περιστάσεις και τα γεγονότα, όπως κι αν έρθουν*". Αυτό σημαίνει ν' αναγνωρίζετε ότι κάθε στιγμή είναι όπως ακριβώς πρέπει να είναι, αφού ολόκληρο το σύμπαν είναι όπως ακριβώς πρέπει να είναι. Αυτή η στιγμή - η στιγμή που βιώνετε ακριβώς τώρα - είναι το αποκορύφωμα όλων των στιγμών που περάσατε στο παρελθόν. Αυτή η στιγμή είναι έτσι, επειδή ολόκληρο το σύμπαν είναι έτσι.

**Όταν αντιμάχεστε αυτή τη στιγμή, στην ουσία αντιμάχεστε ολόκληρο το σύμπαν.** Αντί γι' αυτό, μπορείτε να πάρετε την απόφαση να μην αντιπαλέψετε το σύμπαν αντιπαλεύοντας αυτή τη στιγμή. Αυτό σημαίνει πως η αποδοχή της κάθε στιγμής στη ζωή μας θα πρέπει να είναι ολοκληρωτική και απόλυτη. *Αποδέχστε*

τα πράγματα όπως είναι και όχι όπως θα θέλατε να είναι αυτή τη στιγμή. Έχει σημασία να κατανοήσετε το νόημα αυτής της φράσης. Μπορείτε να εύχεστε ν' αλλάξουν τα πράγματα στο μέλλον, αλλά αυτή τη στιγμή θα πρέπει να τα αποδέχεστε όπως έχουν.

Όταν νιώθετε εκνευρισμένοι ή αναστατωμένοι από ένα πρόσωπο ή κάποια κατάσταση, θυμηθείτε πως στην ουσία δεν αντιδράτε σ' αυτό το πρόσωπο ή την κατάσταση, αλλά στα συναισθήματά σας γι' αυτά. Τα συναισθήματα είναι καθαρά δικά σας και κανείς άλλος δεν είναι υπεύθυνος για την εκδήλωσή τους.

Όταν αναγνωρίσετε και καταλάβετε πλήρως αυτή την ιδέα, τότε είστε έτοιμοι ν' αναλάβετε την ευθύνη για το πώς νιώθετε και να την αλλάξετε. Αν μπορείτε να αποδέχεστε τα πράγματα όπως έχουν, τότε μπορείτε να αναλάβετε την ευθύνη για την κατάστασή σας και για όλα τα γεγονότα τα οποία θεωρείτε ως προβλήματα.

Αυτό μας οδηγεί στο **δεύτερο στοιχείο** του *Νόμου της Ελάχιστης Προσπάθειας*: **την ευθύνη**. Τι σημαίνει ευθύνη; Ευθύνη σημαίνει να μην κατηγορείς κανένα και τίποτα για την κατάστασή σου, ακόμα κι εσένα τον ίδιο. Έχοντας αποδεχτεί μια κατάσταση, ένα γεγονός, ένα πρόβλημα, **ευθύνη είναι η ικανότητα να ανταποκριθείτε δημιουργικά στην κατάσταση όπως εμφανίζεται**

**νίζεται τώρα**. Όλα τα προβλήματα εμπεριέχουν το σπέρμα της ευκαιρίας και αυτή η συνειδητοποίηση σας επιτρέπει ν' αρπάξετε τη στιγμή και να τη μετατρέψετε σε μια καλύτερη κατάσταση ή αποτέλεσμα.

Όταν το καταφέρετε, η κάθε υποτιθέμενα προβληματική κατάσταση θα γίνει μια ευκαιρία για τη δημιουργία κάτι νέου και όμορφου. Και κάθε υποτιθέμενος βασανιστής ή τύραννος θα μετατραπεί σε δάσκαλό σας. **Η πραγματικότητα είναι θέμα ερμηνείας**. Αν επιλέξετε αυτή την ερμηνεία, θ' αποκτήσετε πολλούς δασκάλους και θα σας δοθούν πολλές ευκαιρίες να εξελιχθείτε.

Όποτε αντιμετωπίζετε έναν τύραννο, βασανιστή, ένα δάσκαλο, φίλο ή εχθρό (όλοι σημαίνουν το ίδιο πράγμα) να υπενθυμίζετε στον εαυτό σας: "*Αυτή η στιγμή είναι έτσι ακριβώς όπως πρέπει να είναι*". Όποιες σχέσεις κι αν έχετε προσελκύσει στη ζωή σας αυτή τη στιγμή, είναι ακριβώς όποιες χρειαζόσασταν για τη συγκεκριμένη στιγμή. Υπάρχει μια κρυφή σημασία πίσω από κάθε γεγονός και αυτή η κρυφή σημασία εξυπηρετεί οπωσδήποτε τη δική σας εξέλιξη.

Το **τρίτο στοιχείο** του *Νόμου της Ελάχιστης Προσπάθειας* είναι η **άρνηση υπεράσπισης**. Αυτό σημαίνει πως έχετε απαλλαγεί απ' την ανάγκη να πείσετε τους άλλους για τις απόψεις σας. Αν παρατηρήσετε τους

ανθρώπους γύρω σας, θα δείτε ότι περνούν το ενενήντα εννέα τοις εκατό του χρόνου τους υπερασπιζόμενοι τις απόψεις τους. Αν απαλλαγείτε από την ανάγκη να υπερασπίζετε τις απόψεις σας, θ' αποκτήσετε πρόσβαση σε τεράστια ποσοστά ενέργειας τα οποία μέχρι τώρα σπαταλούσατε άσκοπα.

Όταν περνάτε στην άμυνα, όταν κατηγορείτε τους άλλους και δεν παραδίδετε στη στιγμή, η ζωή σας συναντά αντίσταση. Αν οποιαδήποτε στιγμή συναντήσετε αντίσταση, αναγνωρίστε ότι - πιέζοντας την κατάσταση - απλά θ' αυξήσετε αυτή την αντίσταση ακόμα περισσότερο. Δεν πρέπει να στέκεστε άκαμπτοι σαν την ψηλή βελανιδιά που ραγίζει και καταρρέει μέσα στην καταιγίδα. Αντίθετα, θα πρέπει να είστε εύκαμπτοι και ευπροσάρμοστοι, όπως το καλάμι που λυγίζει μέσα στην καταιγίδα και επιβιώνει.

Αποφεύγετε εντελώς να υπερασπίζεστε τη γνώμη σας. Όταν δεν έχετε αντικείμενο για να υπερασπιστείτε, τότε θα δεν επιτρέπετε τη δημιουργία καμιάς διαφωνίας. Αν κάνετε κάτι τέτοιο συνεχώς - αν σταματήσετε να πολεμάτε και να αντιστέκεστε - θα έχετε την *πλήρη εμπειρία του παρόντος*, πράγμα το οποίο αποτελεί ένα ανεκτίμητο δώρο. Κάποιος κάποτε μου είπε: "*Το παρελθόν είναι ιστορία, το μέλλον είναι μυστήριο και το παρόν είναι δώρο*". Και είχε απόλυτο δίκιο...

Αν αγκαλιάσετε το παρόν και γίνετε ένα μαζί του, θα αισθανθείτε μια φωτιά, μια λάμψη, μια σπίθα έκστασης να πάλλεται μέσα σε κάθε ζωντανό πλάσμα. Καθώς θ' αρχίσετε να νιώθετε αυτή την αγαλλίαση του πνεύματος με ο,τιδήποτε είναι ζωντανό, η χαρά θα αναβλύσει μέσα σας και θ' απαλλαγείτε από τα τρομερά φορτία της άμυνας, της αντιπάθειας και της κακίας. Μόνο τότε θα νιώσετε ανάλαφρη την καρδιά σας και θα γίνετε χαρούμενοι, ανέμελοι και ελεύθεροι.

Μέσα σ' αυτή τη χαρούμενη και απλή ελευθερία, θ' αντιληφθείτε πέρα από κάθε αμφιβολία, πως οτιδήποτε επιθυμήσετε είναι δικό σας, οποτεδήποτε το θελήσετε, αφού η επιθυμία σας θα προέρχεται από ένα επίπεδο χαράς και όχι απ' το επίπεδο του άγχους και του φόβου. Δεν χρειάζεται να δικαιολογήσετε τίποτα. Απλά δηλώστε την πρόθεσή σας στον εαυτό σας και θα αισθανθείτε πληρότητα, ευτυχία, χαρά, ελευθερία και αυτονομία σε κάθε λεπτό της ζωής σας.

Αποφασίστε ν' ακολουθήσετε το μονοπάτι της *παθητικής αντίστασης*. Αυτό είναι το μονοπάτι μέσα απ' το οποίο η διάνοια της φύσης ξετυλίγεται αυτόματα, χωρίς τριβή ή προσπάθεια. Όταν θ' αποκτήσετε αυτόν τον υπέροχο συνδυασμό αποδοχής, ευθύνης και άρνησης αντίστασης, θα νιώσετε τη ζωή να κυλά με άκοπη

ευκολία.

Όταν μένετε ανοιχτοί σε όλες τις απόψεις - και δεν είστε άκαμπτα προσκολλημένοι μόνο σε μια - τα όνειρα και οι επιθυμίες σας θα ρέουν σύμφωνα με τις επιθυμίες της φύσης. Τότε θα μπορέσετε ν' απελευθερώσετε τις προθέσεις σας χωρίς προσκόλληση και απλώς να περιμένετε την κατάλληλη εποχή που θα πραγματοποιηθούν. Μπορείτε να είστε βέβαιοι, πως όταν θα έρθει η κατάλληλη εποχή, οι επιθυμίες σας θα υλοποιηθούν. Αυτός είναι ο *Νόμος της Ελάχιστης Προσπάθειας*.

## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΗΣ ΕΛΑΧΙΣΤΗΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑΣ

**Θ**α θέσω σ' εφαρμογή το *Νόμο της Ελάχιστης Προσπάθειας* αποφασίζοντας ν' ακολουθήσω τα παρακάτω βήματα:

- (1) Θα εφαρμόσω την *Αποδοχή*. Σήμερα θα αποδεχτώ τους ανθρώπους, τις καταστάσεις, τις περιστάσεις και τα γεγονότα όπως ακριβώς έρχονται. Θα γνωρίζω πως κάθε στιγμή είναι έτσι όπως ακριβώς πρέπει να είναι, επειδή όλο το σύμπαν είναι όπως ακριβώς πρέπει να είναι. Δεν θα αντιμάχομαι ολόκληρο το σύμπαν αντιπαλεύοντας την κάθε στιγμή. Η αποδοχή μου θα είναι πλήρης και απόλυτη. Θα αποδέχομαι τα γεγονότα όπως έχουν και όχι όπως θα ήθελα να είναι.
- (2) Έχοντας αποδεχτεί τα πράγματα όπως έχουν, θ' αναλάβω την *Ευθύνη* για την κατάσταση μου και για όλα τα γεγονότα τα οποία θεωρώ ως προβλήματα. Γνωρίζω ότι ανάληψη της ευθύνης σημαίνει πως δεν θα κατηγορώ κανέναν και τίποτα για την παρούσα κατάσταση μου (συμπεριλαμβανόμενου και

του εαυτού μου). Γνωρίζω επίσης πως κάθε πρόβλημα είναι μια μεταμφιεσμένη μοναδική ευκαιρία και η εγρήγορση απέναντι σ' αυτές τις ευκαιρίες θα μου επιτρέψει να αδράξω τη στιγμή και να τη μετατρέψω σ' ένα πολύ μεγαλύτερο όφελος για την εξέλιξή μου.

- (3) Σήμερα η συνείδησή μου θα βασίζεται στην *Απουσία Αρνίας*. Θ' απαλλαγώ από την ανάγκη να υπερασπίζω τις απόψεις μου. Δεν θα νιώθω την ανάγκη να πείσω τους άλλους ν' αποδεχτούν τις ιδέες μου. Θα μένω ανοικτός σ' όλες τις απόψεις και δεν θα παραμένω άκαμπτα προσκολλημένος σε καμιά τους.

∞ 5 ∞

**Ο ΝΟΜΟΣ  
ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΣΗΣ  
ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ**

*Κάθε πρόθεση και κάθε επιθυμία διαθέτει  
εγγενείς μηχανισμούς για την πραγματοποίησή της...  
η πρόθεση και η επιθυμία στο πεδίο της καθαρής  
δυνατότητας διαθέτει απεριόριστη οργανωτική δύναμη.*

*Όταν εισαγάγουμε μια πρόθεση στο εύφορο έδαφος  
της καθαρής δυνατότητας, επιστρατεύουμε  
αυτήν την απεριόριστη οργανωτική δύναμη  
ώστε να εργαστεί για μας.*



*Στην αρχή υπήρξε η επιθυμία, η οποία ήταν το πρώτο σπέρμα του νου. Οι σοφοί, αφού πρώτα διαλογίστηκαν βαθιά, ανακάλυψαν μέσα στη σοφία τους τη σχέση του υπαρκτού με το ανύπαρκτο.*

*— Ύμνος της Δημιουργίας, από τη Ριγκ Βέντα*

**Ο** πέμπτος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος της Πρόθεσης και της Επιθυμίας*. Αυτός ο νόμος βασίζεται στο γεγονός ότι η ενέργεια και οι πληροφορίες ενυπάρχουν παντού μέσα στη φύση. Πράγματι, στο κβαντικό πεδίο δεν υπάρχουν παρά μόνο ενέργεια και πληροφορίες. Και φυσικά, το κβαντικό πεδίο της μοντέρνας φυσικής είναι απλά ένα ακόμα όνομα για το πεδίο της καθαρής συνείδησης ή καθαρής δυνατότητας. Ας εξετάσουμε αυτόν τον ισχυρισμό με κάποια λεπτομέρεια.

Ένα λουλούδι, ένα ουράνιο τόξο, ένα δέντρο, ένα χορταράκι, ένα ανθρώπινο σώμα, όταν διασπαστούν στα βασικά τους στοιχεία, αποτελούνται από ενέργεια

και πληροφορίες. Ολόκληρο το σύμπαν - στην ουσιαστική του μορφή - δεν είναι παρά μια κίνηση της ενέργειας και των πληροφοριών. Η μόνη διαφορά ανάμεσα σ' εσάς και ένα δέντρο είναι οι πληροφορίες και η ενέργεια που περιέχουν τα αντίστοιχα σώματα.

Στο υλικό επίπεδο, τόσο εσείς όσο και το δέντρο αποτελείστε από τα ίδια ανακυκλώσιμα υλικά: άνθρακα, υδρογόνο, οξυγόνο, άζωτο και μερικά άλλα στοιχεία σε απειροελάχιστες ποσότητες. Θα μπορούσατε ν' αγοράσετε αυτά τα υλικά από μια αποθήκη με μερικά χιλιάδικα... Η διαφορά, λοιπόν, ανάμεσα σ' εσάς και το δέντρο δεν είναι ο άνθρακας, το υδρογόνο και το οξυγόνο. Στην πραγματικότητα, εσείς και το δέντρο ανταλλάσσετε συνεχώς άνθρακα και οξυγόνο μεταξύ σας. Η αληθινή διαφορά ανάμεσά σας βρίσκεται στην ενέργεια και τις πληροφορίες που σας χαρακτηρίζουν.

Μέσα στο σχέδιο της φύσης, εγώ και εσείς αποτελούμε προνομιούχα όντα. Διαθέτουμε ένα νευρικό σύστημα που μπορεί ν' αντιλαμβάνεται το ενεργειακό και πληροφοριακό περιεχόμενο του εντοπισμένου χωροχρονικά πεδίου το οποίο δημιουργούν τα φυσικά μας σώματα. Αισθανόμαστε αυτό το πεδίο εμπειρικά, με τη μορφή σκέψεων, συναισθημάτων, επιθυμιών, αμνησίων, ενστίκτων, ορμών και πεποιθήσεων. Το ί-

διο επίπεδο αντιλαμβανόμαστε στην ύλη ως φυσικό σώμα - και μέσα από το υλικό μας σώμα αντιλαμβανόμαστε αυτό το πεδίο σαν τον "κόσμο γύρω μας". Όλα όμως είναι ένα και το αυτό. Οι αρχαίοι σοφοί αναφώνουσαν: *"Είμαι αυτό, είστε αυτό, όλα είναι αυτό, κι αυτό είναι το μόνο που υπάρχει"*.

Το σώμα σας δεν είναι κάτι ξεχωριστό από το σώμα του σύμπαντος, αφού σε επίπεδο κβαντομηχανικής δεν υπάρχουν καθορισμένα όρια. Μοιάζετε μ' ένα κύμα, ένα σπασμό, έναν παλμό, μια δίνη, μια εντοπισμένη διαταραχή μέσα στο ευρύτερο κβαντικό πεδίο. **Το ευρύτερο κβαντικό πεδίο - το σύμπαν - στην ουσία δεν είναι παρά το εκταμένο σώμα σας.**

Το ανθρώπινο νευρικό σύστημα, όχι μόνο μπορεί ν' αντιληφθεί την ενέργεια και τις πληροφορίες του δικού του κβαντικού πεδίου, αλλά επειδή η ανθρώπινη συνείδηση είναι εξαιρετικά εύπλαστη, μέσα από αυτό το υπέροχο νευρικό σύστημα μπορείτε ν' αλλάξετε συνειδητά τα πληροφοριακά δεδομένα που αποτελούν το υλικό σας σώμα. Μπορείτε ν' αλλάξετε συνειδητά το ενεργειακό και πληροφοριακό περιεχόμενο του δικού σας κβαντομηχανικού σώματος, επηρεάζοντας μ' αυτό τον τρόπο το ενεργειακό και πληροφοριακό περιεχόμενο του εκτεταμένου σας σώματος - του περιβάλλοντός σας και ολόκληρου του κόσμου -



προκαλώντας την υλοποίηση πραγμάτων και καταστάσεων μέσα του.

Αυτή η συνειδητή αλλαγή επιτυγχάνεται με τη βοήθεια δυο εγγενών παραμέτρων της συνείδησης: **της προσοχής και της πρόθεσης**. Η προσοχή ενεργοποιεί και η πρόθεση μεταμορφώνει. *Ο,τιδήποτε στο οποίο στρέψετε την προσοχή σας θα ισχυροποιηθεί στη ζωή σας. Ο,τιδήποτε απ' το οποίο απομακρύνετε την προσοχή σας, ελαττώνεται, αποσυντίθεται και εξαφανίζεται. Η πρόθεση, από την άλλη μεριά, προκαλεί τη μεταμόρφωση της ενέργειας και των πληροφοριών. Η πρόθεση οργανώνει την ίδια της την εκκλήρωση.*

Η ποιότητα της πρόθεσης πάνω στο αντικείμενο της προσοχής, θα ενορχηστρώσει μια απειρία χωροχρονικών γεγονότων για να επιφέρει το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα, με την προϋπόθεση πως κάποιος θα ακολουθεί και τους υπόλοιπους πνευματικούς νόμους της επιτυχίας. Αυτό συμβαίνει επειδή η πρόθεση έχει απεριόριστη οργανωτική δύναμη μέσα στο εύφορο έδαφος της προσοχής. Απεριόριστη οργανωτική δύναμη, σημαίνει δύναμη για την οργάνωση μιας απειρίας χωροχρονικών γεγονότων, όλων ταυτόχρονα. Βλέπουμε την έκφραση αυτής της δύναμης σε κάθε φύλλο χορταριού, σε κάθε άνθος μηλιάς, σε κάθε κύτταρο του κορμιού μας. Τη διακρίνουμε σ' ο,τιδήποτε είναι ζωντανό.

Μέσα στο σχέδιο της φύσης, όλα σχετίζονται και συνδυάζονται μεταξύ τους. Η μαρμότα βγαίνει απ' τη φωλιά της μόλις έρθει η άνοιξη. Τα πουλιά μεταναστεύουν προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση, σε μια συγκεκριμένη εποχή του χρόνου. Η φύση είναι μια συμφωνία και αυτή η συμφωνία ενορχηστρώνεται σιωπηλά στο υπέρτατο πεδίο της δημιουργίας.

Το ανθρώπινο σώμα είναι ένα καλό παράδειγμα αυτής της συμφωνίας. Ένα και μόνο κύτταρο του σώματος κάνει περίπου έξι τρισεκατομμύρια πράγματα το δευτερόλεπτο και πρέπει συγχρόως να γνωρίζει τι κάνουν όλα τα άλλα κύτταρα την ίδια στιγμή! Το ανθρώπινο σώμα μπορεί να παίζει μουσική, να σκοτώνει μικρόβια, να δημιουργεί ένα μωρό, να απαγγέλλει ποίηση και να παρακολουθεί τις κινήσεις των άστρων ταυτόχρονα, επειδή το πεδίο της απεριόριστης συσχέτισης είναι μέρος του πεδίου των πληροφοριών.

Το αξιοθαύμαστο με το νευρικό σύστημα του ανθρώπινου είδους, είναι πως μπορεί να ελέγχει αυτή την απεριόριστη οργανωτική δύναμη μέσω της συνειδητής πρόθεσης. Η πρόθεση στο ανθρώπινο είδος δεν περιορίζεται σ' ένα άκαμπτο δίκτυο ενέργειας και πληροφοριών. Έχει απεριόριστη ευκαμψία. Με δυο λόγια, εφ' όσον δεν παραβιάζετε τους άλλους νόμους της φύσης, μέσω της πρόθεσής σας μπορείτε κυριολε-

κτικά να ελέγχετε τις δυνάμεις της φύσης για να εκπληρώσετε τα όνειρα και τις επιθυμίες σας.

Μπορείτε να βάλετε αυτόν τον κοσμικό υπολογιστή με την απεριόριστη οργανωτική του δύναμη, να δουλέψει για λογαριασμό σας. Μπορείτε να ταξιδέψετε σ' αυτό το υπέρτατο έδαφος της δημιουργίας και να φυτέψετε εκεί μια πρόθεση, ενεργοποιώντας μ' αυτό τον τρόπο το πεδίο του άπειρου συσχετισμού.

Η πρόθεση βάζει τα θεμέλια για την άκοπη, αυτόματη και ανεμπόδιστη ροή καθαρής δυνατότητας, η οποία αναζητά έκφραση απ' το ανεκδήλωτο στο εκδηλωμένο. Η μόνο προϋπόθεση είναι πως θα πρέπει να χρησιμοποιείτε την πρόθεσή σας για το καλό της ανθρωπότητας. Αυτό συμβαίνει αυτόματα όταν ακολουθείτε και τους Επτά Πνευματικούς Νόμους της Επιτυχίας.



**Η αληθινή δύναμη πίσω από την πρόθεση είναι η επιθυμία.** Η πρόθεση από μόνη της είναι πολύ ισχυρή, επειδή ουσιαστικά είναι μια επιθυμία χωρίς προσκόλληση στο αποτέλεσμα. Η επιθυμία από μόνη της είναι αδύναμη, μια και στους περισσότερους ανθρώπους δεν είναι τίποτε άλλο από προσοχή συνδυασμέ-

νη με προσκόλληση. Η πρόθεση είναι μια επιθυμία αυστηρά σύμφωνη με όλους τους άλλους νόμους, αλλά ειδικά με το *Νόμο της Απόσπασης*, ο οποίος είναι ο Εκτός Πνευματικός Νόμος της Επιτυχίας.

Η πρόθεση σε συνδυασμό με την αποστασιοποίηση οδηγεί σε μια αντίληψη η οποία επικεντρώνεται στη ζωή και στο παρόν, οπότε κάθε πράξη είναι πολύ πιο αποτελεσματική όταν εκτελείται μέσα στην αντίληψη του παρόντος. Η πρόθεσή σας μπορεί να προσβλέπει στο μέλλον, αλλά η προσοχή σας βρίσκεται στο παρόν. Εφ' όσον η προσοχή σας βρίσκεται στραμμένη στο παρόν, η πρόθεσή σας για το μέλλον θα υλοποιηθεί, αφού το μέλλον πλάθεται μέσα στο παρόν. Πρέπει να δεχτείτε το παρόν όπως έχει. Αποδεχτείτε το παρόν και στοχεύστε στο μέλλον. Το μέλλον είναι κάτι που μπορείτε πάντα να διαμορφώσετε μέσω της αποστασιοποιημένης πρόθεσης, αλλά δεν πρέπει ποτέ να αντιπαλεύετε το παρόν.

Παρελθόν, παρόν και μέλλον, αποτελούν όλα ιδιότητες της συνείδησης. Το παρελθόν είναι η μνήμη και η θύμηση, το μέλλον η προσμονή και το παρόν η επίγνωση. Γι' αυτό το λόγο, **ο χρόνος δεν είναι τίποτε άλλο από την κίνηση της σκέψης.** Τόσο το παρελθόν όσο και το μέλλον γεννιούνται μέσα στη φαντασία. Μόνο το παρόν, δηλαδή η αντίληψη της στιγμής, είναι α-

ληθινό και αιώνιο. Υπάρχει και αποτελεί το δυναμικό του χωροχρόνου, της ύλης και της ενέργειας. Είναι ένα αιώνιο πεδίο πιθανοτήτων, το οποίο αποκτά την εμπειρία του εαυτού του με τη μορφή αφηρημένων δυνάμεων όπως το φως, η θερμότητα, ο ηλεκτρισμός, ο μαγνητισμός ή η βαρύτητα. Αυτές οι δυνάμεις δεν βρίσκονται ούτε στο παρελθόν, ούτε στο μέλλον. Απλώς υπάρχουν.

Ο τρόπος με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε αυτές τις αφηρημένες δυνάμεις, μας προσφέρει την εμπειρία των συγκεκριμένων φαινομένων και μορφών. Οι αναμνήσεις των ερμηνειών αυτών των αφηρημένων δυνάμεων, δημιουργούν την εμπειρία του παρελθόντος και οι προσδοκούμενες ερμηνείες των ίδιων δυνάμεων δημιουργούν το μέλλον. Αυτές είναι οι ιδιότητες της προσοχής μέσα στη συνείδηση. Όταν οι ιδιότητες αυτές απαλλαχθούν από το βάρος του παρελθόντος, τότε η δράση στο παρόν γίνεται το εύφορο έδαφος για τη δημιουργία του μέλλοντος.

Η πρόθεση, αν είναι γειωμένη σ' αυτή την αποστασιοποιημένη ελευθερία του παρόντος, εξυπηρετεί σαν καταλύτης για το σωστό μείγμα ύλης, ενέργειας και χωροχρονικών γεγονότων, το οποίο μπορεί να δημιουργήσει ο,τιδήποτε επιθυμήσετε.

Αν έχετε μια αντίληψη επικεντρωμένη στη ζωή και

στο παρόν, τότε τα φανταστικά εμπόδια - τα οποία αποτελούν τουλάχιστον το ενενήντα τοις εκατό των θεωρούμενων εμποδίων - διαλύονται και εξαφανίζονται! Το υπόλοιπο πέντε με δέκα τοις εκατό μπορεί να μετουσιωθεί σε νέες ευκαιρίες μέσω της εστιασμένης πρόθεσης.

**Η εστιασμένη πρόθεση είναι η ιδιότητα της προσοχής που παραμένει αμετακίνητη στο στόχο της.** Εστιασμένη πρόθεση σημαίνει να κρατάτε την προσοχή σας πάνω στο σκοπούμενο αποτέλεσμα, με τέτοια αμετακίνητη αποφασιστικότητα, ώστε να μην επιτρέπετε σε κανένα εμπόδιο να την ελαττώσει ή να την καταστρέψει. Μ' αυτό τον τρόπο αποκλείετε ολοκληρωτικά όλα τα εμπόδια απ' τη συνείδησή σας. Μπορείτε να διατηρείτε μια ακλόνητη γαλήνη, ενώ παράλληλα αφιερώνετε στο στόχο σας με έντονο πάθος. Αυτή είναι η δύναμη του συνδυασμού αποστασιοποιημένης αντίληψης και εστιασμένης πρόθεσης.

Μάθετε να τιθασεύετε τη δύναμη της πρόθεσης, και θα μπορείτε να δημιουργήσετε ο,τιδήποτε επιθυμείτε. Μπορείτε ασφαλώς να δείτε αποτελέσματα και μέσα απ' τις σκληρές προσπάθειες, αλλά αυτά θα έχουν το ανάλογο κόστος τους, με τη μορφή άγχους, καρδιακών προσβολών και της ελαττωμένης λειτουργίας του ανοσοποιητικού σας συστήματος. Είναι πολύ

καλύτερο ν' ακολουθήσετε τα παρακάτω πέντε βήματα του *Νόμου της Πρόθεσης και της Επιθυμίας*. Ακολουθώντας την παρακάτω διαδικασία για την πραγματοποίηση των επιθυμιών σας, η πρόθεσή σας απελευθερώνει αβίαστα τη δική της μοναδική δύναμη:

(1) **Γλιστρήστε μέσα στο "κενό"**. Αυτό σημαίνει πως πρέπει να επικεντρωθείτε σ' εκείνο το σιωπηλό διάστημα ανάμεσα στις σκέψεις, δηλαδή να βρεθείτε μέσα στη σιωπή - το επίπεδο της Ύπαρξης που αποτελεί την ουσιαστική σας πρωταρχική κατάσταση.

(2) Μέσα σ' αυτή την κατάσταση, **απελευθερώστε τις προθέσεις και τις επιθυμίες σας**. Όταν βρισκόσαστε κυριολεκτικά μέσα στο κενό, δεν υπάρχουν σκέψεις ούτε επιθυμίες, αλλά καθώς θα βγαίνετε απ' το κενό - στο όριο ανάμεσα στο κενό και μια σκέψη - μπορείτε να εισαγάγετε την πρόθεση. Αν έχετε μια σειρά από στόχους, μπορείτε να τους γράψετε σ' ένα κομμάτι χαρτί και να εστιάσετε την προσοχή σας επάνω τους πριν περάσετε στο κενό. Αν επιθυμείτε επιτυχημένη καριέρα, για παράδειγμα, μπειτε στο κενό μ' αυτή την πρόθεση, και η πρόθεσή σας θα σας συνοδεύει σαν ένα αμυ-

δρό λαμπύρισμα της συνείδησής. Αν εγκαταλείψετε τις προθέσεις και τις επιθυμίες σας μέσα στο κενό, είναι σαν να τις φυτεύετε στο εύφορο έδαφος της καθαρής δυνατότητας και να περιμένετε να βλαστήσουν όταν έρθει η κατάλληλη εποχή. Δεν πρέπει να σκεφτείτε ν' ανασκάψετε τους σπόρους των επιθυμιών σας για να δείτε αν πράγματι μεγαλώνουν, ούτε και να προσκολληθείτε άκαμπτα στον τρόπο με τον οποίο θα εξελιχθούν. Απλώς θέλετε να τους σπείρετε.

(3) Παραμείνετε στην κατάσταση της έσω-αναφοράς. Αυτό σημαίνει **να έχετε αντίληψη του αληθινού Εαυτού σας** - του πνεύματός σας, της σύνδεσής σας με το πεδίο της καθαρής δυνατότητας. Σημαίνει επίσης πως δεν θα κοιτάτε τον εαυτό σας μέσα απ' τα μάτια του κόσμου, ούτε και θα επιτρέψετε να σας επηρεάσουν οι γνώμες και οι κριτικές των άλλων. Ένας καλός τρόπος για να διατηρείτε αυτή την κατάσταση της έσω-αναφοράς, είναι να κρατάτε τις επιθυμίες σας κρυφές. Μην τις μοιράζεστε με κανέναν άλλο, εκτός κι αν είναι κοινές με συγκεκριμένους ανθρώπους με τους οποίους είστε πολύ στενά δεμένοι.

(4) **Μην προσκολληθείτε στο αποτέλεσμα.** Εγκαταλείψτε την προσμονή μιας συγκεκριμένης εξέλιξης και ζήστε με τη σοφία της αβεβαιότητας. Απολαύστε κάθε στιγμή του ταξιδιού σας στη ζωή, ακόμα κι αν δεν γνωρίζετε τι θα σας συμβεί στη συνέχεια.

(5) **Αφήστε το σύμπαν να χειριστεί τις λεπτομέρειες.** Οι προθέσεις και οι επιθυμίες σας, όταν απελευθερωθούν μέσ' στο κενό, έχουν απεριόριστη οργανωτική δύναμη. Πιστέψτε πως αυτή η οργανωτική δύναμη της πρόθεσης θα ενορχηστρώσει όλες τις λεπτομέρειες για λογαριασμό σας.

Να θυμάστε πως στην πραγματική σας φύση είστε καθαρό πνεύμα. Μεταφέρετε τη συνείδηση του πνεύματός σας όπου κι αν βρίσκεστε, απελευθερώνοντας αβίαστα τις επιθυμίες σας, και το σύμπαν θα αναλάβει τα υπόλοιπα.

## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΗΣ ΠΡΟΘΕΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΘΥΜΙΑΣ

**Θ**α θέσω σ' εφαρμογή το *Νόμο της Πρόθεσης και της Επιθυμίας* αποφασίζοντας να ακολουθήσω τα παρακάτω βήματα:

- (1) Θα κάνω έναν κατάλογο όλων των επιθυμιών μου και θα τον έχω μαζί μου όπου κι αν βρεθώ. Θα τον διαβάζω πριν περάσω στη σιωπή και το διαλογισμό, πριν πέσω για ύπνο και μόλις ξυπνήσω το πρωί.
- (2) Θ' απελευθερώσω αυτόν τον κατάλογο των επιθυμιών μου και θα τον παραδώσω στη μήτρα της δημιουργίας, πιστεύοντας πως όταν τα πράγματα δείχνουν να μην έρχονται όπως τα θέλω, υπάρχει κάποιος λόγος και πως το σύμπαν έχει για μένα πολύ μεγαλύτερα σχέδια απ' ό,τι έχω φανταστεί.
- (3) Θα υπενθυμίζω στον εαυτό μου να εξασκώ πάντα την αντίληψη του παρόντος σ' όλες μου τις ενέργειες. Θ' αρνηθώ να επιτρέψω στα όποια εμπόδια συναντήσω, να κατασιρέψουν την ποιότητα της

προσοχής μου στην παρούσα στιγμή. Θα αποδέχομαι το παρόν όπως είναι και θα υλοποιώ το μέλλον μέσα απ' τις πιο βαθιές και ειλικρινείς προθέσεις και επιθυμίες μου.

## ∞ 6 ∞

### Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΑΠΟΣΠΑΣΗΣ

*Μέσα στην απόσπαση αναπαύεται η σοφία της αβεβαιότητας... μέσα στη σοφία της αβεβαιότητας αναπαύεται η απελευθέρωση απ' το παρελθόν μας - από το "γνωστό", που αποτελεί τη φυλακή των εθισμών.*

*Μέσα στην προθυμία μας να μπούμε στο άγνωστο,  
στο πεδίο όλων των δυνατοτήτων,  
παραδιδόμαστε στο δημιουργικό νου,  
ο οποίος ενορχηστρώνει το χορό του σύμπαντος.*

*Σαν δυο χρυσά πουλιά κουρνιασμένα στο ίδιο κλαδί, σαν δυο καρδιακοί φίλοι, το εγώ και ο Εαυτός κατοικούν στο ίδιο σώμα. Το πρώτο τρώει τους γλυκούς και ξινούς καρπούς του δέντρου της ενσάρκωσης, ενώ ο δεύτερος παρατηρεί αποστασιοποιημένος.*

– Μουντάκα Ουπανισάντι

**Ο** έκτος πνευματικός νόμος της επιτυχίας, είναι ο *Νόμος της Απόσπασης*. Ο νόμος αυτός λέει πως **για ν' αποκτήσετε ο,τιδήποτε στο σύμπαν, θα πρέπει πρώτα ν' απαλλαγείτε από την προσκόλλησή σας σ' αυτό**. Κάτι τέτοιο δεν σημαίνει πως θα πρέπει να εγκαταλείψετε την πρόθεση να υλοποιήσετε την επιθυμία σας, αλλά απλά, ότι εγκαταλείπετε κάθε προσκόλλησή σας στο αποτέλεσμα.

Πρόκειται για μια πολύ ισχυρή στάση ζωής. Τη στιγμή που εγκαταλείπετε την προσκόλλησή σας στο αποτέλεσμα, συνδυάζοντας την εστιασμένη πρόθεση με την ταυτόχρονη αποστασιοποίηση, θ' αποκτήσετε σίγουρα αυτό που επιθυμείτε. Μπορείτε να κερδίσετε

ό,τι θέλετε μέσα απ' την απόσπαση, αφού αυτή βασίζεται στην αδιαμφισβήτητη εμπιστοσύνη που δείχνετε στη δύναμη του αληθινού σας Εαυτού.

Η προσκόλληση - από την άλλη πλευρά - βασίζεται στο φόβο και την ανασφάλεια. Η ανάγκη, πάλι, για ασφάλεια βασίζεται στην ανεπαρκή γνώση του αληθινού Εαυτού. Η συνείδηση είναι εκείνη που γνωρίζει πώς να υλοποιήσει κάθε ανάγκη. Όλα τ' άλλα δεν είναι παρά σύμβολα: αυτοκίνητα, σπίτια, χαρτονομίσματα, ρούχα, αεροπλάνα. Τα σύμβολα είναι παροδικά. Έρχονται και φεύγουν. Αν κυνηγάτε τα σύμβολα, είναι σαν να προτιμάτε το χάρτι από την ίδια την περιοχή. Σας δημιουργεί άγχος και σας κάνει να νιώθετε κενοί, αφού ανταλλάσσετε τον αληθινό Εαυτό σας για κάποια σύμβολα του Εαυτού.

Η προσκόλληση προέρχεται από μια *θεώρηση φτώχειας*, επειδή πάντα σχετίζεται με σύμβολα. Η αποστασιοποίηση είναι συνυφασμένη με την *αντίληψη του πλούτου*, αφού χάρη σ' αυτήν υπάρχει η ελευθερία της δημιουργίας. Μόνο μέσα από την αποστασιοποιημένη ανάμειξη με την πραγματικότητα μπορεί κανείς να βρει το γέλιο και τη χαρά. Τότε τα σύμβολα του πλούτου δημιουργούνται αυτόματα και άκοπα. Χωρίς την αποστασιοποίηση είμαστε αιχμάλωτοι της ανημποριάς, της απελπισίας, των κοινωνικών αναγκών, των τιποτένιων

εννοιών, της απόγνωσης και της σοβαροφάνειας - χαρακτηριστικά της καθημερινής μετριότητας και της θεώρησης φτώχειας που συχνά μας καταλαμβάνει.

Μια αληθινή αντίληψη του πλούτου είναι η ικανότητα να κάνετε ο,τιδήποτε θέλετε, οποιαδήποτε στιγμή και με την ελάχιστη προσπάθεια. Για ν' αποκτήσετε αυτή την εμπειρία, θα πρέπει να βασιστείτε στη σοφία της αβεβαιότητας. Μέσα σ' αυτή την αβεβαιότητα θα βρείτε την ελευθερία να δημιουργήσετε ο,τιδήποτε επιθυμήσετε.

Οι άνθρωποι αναζητούν συνεχώς την ασφάλεια, αλλά η ασφάλεια είναι κάτι πολύ εφήμερο. Ακόμα και η προσκόλληση στο χρήμα είναι δείγμα ανασφάλειας. Μπορεί να λέτε: *“Όταν θα έχω Χ εκατομμύρια δολάρια, θα είμαι ασφαλής. Τότε θα είμαι οικονομικά ανεξάρτητος και θα σταματήσω να δουλεύω. Θα μπορώ να κάνω όλα τα πράγματα που επιθυμώ”*. Όμως αυτό δεν συμβαίνει ποτέ.

Αυτοί που αναζητούν την ασφάλεια, την κυνηγούν σ' όλη τους τη ζωή χωρίς ποτέ να τη βρίσκουν. Παραμένει άπιαστη και εφήμερη, αφού δεν κατακτιέται ποτέ μονάχα με το χρήμα. Η προσκόλληση στο χρήμα θα δημιουργεί πάντα ανασφάλεια, όσα χρήματα και να έχετε στην τράπεζα. Στην πραγματικότητα, οι πιο ανασφαλείς άνθρωποι είναι μερικοί απ' τους πιο πλούσιους!



Η αναζήτηση της ασφάλειας είναι μια αυταπάτη. Στις αρχαίες φιλοσοφικές παραδόσεις, η λύση σ' αυτό το δίλημμα βρίσκεται στη σοφία της ανασφάλειας ή την σοφία της αβεβαιότητας. Αυτό σημαίνει πως η αναζήτηση της ασφάλειας και της βεβαιότητας, συνιστούν στην πραγματικότητα μια προσκόλληση στο γνωστό. Και τι είναι το γνωστό; Το γνωστό είναι το παρελθόν μας.

**Το γνωστό δεν είναι τίποτε άλλο από τη φυλακή των εθισμών του παρελθόντος.** Σε μια τέτοια κατάσταση δεν υπάρχει καμιά απολύτως εξέλιξη, αλλά όπου δεν υπάρχει εξέλιξη, υπάρχει στασιμότητα, εντροπία, αποδιοργάνωση και αποσύνθεση.

Η αβεβαιότητα, απ' την άλλη πλευρά, είναι το εύφορο πεδίο της καθαρής δημιουργικότητας και ηρεμίας. **Αβεβαιότητα σημαίνει να βαδίζουμε μέσα στο άγνωστο, σε κάθε στιγμή της ύπαρξής μας.** Το άγνωστο είναι το πεδίο των απεριόριστων πιθανοτήτων, πάντα νέο και πάντα ανοιχτό στη δημιουργία νέων εκφάνσεων. Χωρίς την αβεβαιότητα και το άγνωστο, η ζωή είναι μονάχα μια στείρα επανάληψη φθαρμένων αναμνήσεων. Γίνεστε θύμα του παρελθόντος και ο σημερινός βασανιστής σας είναι τα απομεινάρια του χθεσινού εαυτού.

Εγκαταλείψτε την προσκόλλησή σας στο γνωστό, ακολουθήστε το άγνωστο και θα μπείτε στο πεδίο των

απεριόριστων δυνατοτήτων. Μέσα στην προθυμία σας να περάσετε στο άγνωστο, εκμεταλλεύεστε τη σοφία της αβεβαιότητας. Αυτό σημαίνει ότι κάθε στιγμή της ζωής σας θα βιώνετε ενθουσιασμό, περιπέτειες και μυστήριο. Θα νιώσετε τη χαρά της ζωής - τη μαγεία, τη γιορτή, την ευθυμία και την αγαλλίαση του ίδιου σας του πνεύματος.

Κάθε μέρα, μπορείτε να περιμένετε τα συναρπαστικά πράγματα που συμβαίνουν μέσα στο πεδίο των απεριόριστων πιθανοτήτων. Όταν αισθάνεστε αβεβαιότητα, βρίσκεστε στο σωστό δρόμο, γι' αυτό μην εγκαταλείπετε την προσπάθεια. Δεν χρειάζεται να έχετε μια πλήρη και ακλόνητη ιδέα τού τι θα κάνετε την επόμενη βδομάδα ή τον επόμενο χρόνο, αφού αν συμβεί κάτι τέτοιο - κι εσείς προσκολληθείτε σ' αυτή την ιδέα, αποκλείετε από τη ζωή σας μια ολόκληρη σειρά συναρπαστικών ενδεχομένων.

Ένα χαρακτηριστικό του πεδίου των απεριόριστων πιθανοτήτων είναι και ο *άπειρος συσχετισμός*. Το πεδίο μπορεί να ενορχηστρώσει μια απειρία χωροχρονικών γεγονότων για να προκαλέσει το αποτέλεσμα στο οποίο στοχεύετε. Όταν όμως είστε προσκολλημένοι, η πρόθεσή σας παγιδεύεται μέσα στην άκαμπτη σκέψη και χάνετε τη ρευστότητα, τη δημιουργικότητα και τον αυθορμητισμό που αποτελούν εγγενείς ιδιότητες

αυτού του πεδίου. Όταν είστε προσκολλημένοι, παγιώνετε την επιθυμία σας, παίρνοντάς την μακριά από την άπειρη ρευστότητα και ευκαμψία και μεταφέροντάς την σ' ένα άκαμπτο πλαίσιο το οποίο εμποδίζει την όλη διαδικασία της δημιουργίας.

Ο *Νόμος της Απόσπασης* δεν αντιφάσκει με το *Νόμο της Πρόθεσης και της Επιθυμίας*, δηλαδή με την επίτευξη στόχων. Διατηρείτε τόσο την πρόθεσή σας να κινηθείτε προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση, όσο και το στόχο σας. Ωστόσο, ανάμεσα στο σημείο Α και το σημείο Β υπάρχουν άπειρες πιθανότητες, άπειρες διαδρομές. Με τη βοήθεια του παράγοντα της αβεβαιότητας, μπορείτε ν' αλλάξετε κατεύθυνση οποιαδήποτε στιγμή - αν βρείτε ένα υψηλότερο ιδανικό ή κάτι πιο ενδιαφέρον. Είναι επίσης λιγότερο πιθανό να εξαναγκάσετε τα προβλήματα να βρουν συγκεκριμένες λύσεις, πράγμα που σας βοηθά ν' αντιλαμβάνεστε και να εκμεταλλεύεστε ευκολότερα κάποιες απρόσμενες ευκαιρίες.

Ο *Νόμος της Απόσπασης* επιταχύνει ολόκληρη τη διαδικασία της εξέλιξης. Όταν κατανοήσετε αυτό το νόμο, δεν θα νιώθετε εξαναγκασμένοι να δίνετε πιεστικές λύσεις. Αν δίνετε πιεστικές λύσεις στα προβλήματά σας, απλώς δημιουργείτε καινούρια. Όταν όμως στρέψετε την προσοχή σας στην αβεβαιότητα και πε-

ριμένετε υπομονετικά ν' αναδυθεί κάποια λύση μέσα από το χάος και τη σύγχυση, τότε αυτό που εμφανίζεται είναι πολλές φορές κάτι υπέροχο και συναρπαστικό.

Αυτή η κατάσταση της εγρήγορης - η ετοιμότητά σας μέσα στο παρόν, το πεδίο της αβεβαιότητας - εναρμονίζεται με το στόχο και την πρόθεσή σας και σας επιτρέπει να αρπάξετε κάθε ευκαιρία. Τι είναι ευκαιρία; Εμπεριέχεται σε κάθε πρόβλημα που έχετε στη ζωή σας. **Κάθε σας σημερινό εμπόδιο αποτελεί και το σπόρο μιας ευκαιρίας** για κάποιο μεγαλύτερο όφελος. Όταν αποκτήσετε αυτή την αντίληψη, ανοίγεστε σ' ένα ολόκληρο φάσμα δυνατοτήτων - κι αυτό διατηρεί ζωντανό το μυστήριο, το δέος, τον ενθουσιασμό και την περιπέτεια.

Μπορείτε λοιπόν να βλέπετε κάθε πρόβλημα που αντιμετωπίζετε στη ζωή σαν μια ευκαιρία για κάποιο μεγαλύτερο όφελος. Μπορείτε να εντοπίζετε και να εκμεταλλεύεστε τις ευκαιρίες εφοδιασμένοι με τη σοφία της αβεβαιότητας. **Όταν η ετοιμότητά σας συναντήσει την ευκαιρία, η λύση θα έρθει αυτόματα.**

Εκείνο που βγαίνει απ' όλα αυτά, συχνά αποκαλείται απ' τους ανθρώπους "καλή τύχη". Η καλοτυχία δεν είναι τίποτα περισσότερο από τη συνάντηση της ετοιμότητας με την ευκαιρία. Όταν αυτές οι δυο συνδυα-

στούν, η λύση που θα παρουσιαστεί, θα βοηθήσει τόσο τη δική σας εξέλιξη όσο και την εξέλιξη εκείνων με τους οποίους έρχεστε σ' επαφή. Αυτή είναι η τέλεια συνταγή για την επιτυχία και βασίζεται στο *Νόμο της Απόσπασης*.

## ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΗΣ ΑΠΟΣΠΑΣΗΣ

**Θ**α θέσω σ' εφαρμογή το *Νόμο της Απόσπασης* αποφασίζοντας να ακολουθήσω τα παρακάτω βήματα:

- (1) Σήμερα θα αφιερωθώ στην αποστασιοποίηση. Θα επιτρέψω στον εαυτό μου και τους γύρω μου την ελευθερία να είναι αυτό που είναι. Δεν θα επιβάλλω τις δικές μου ιδέες σχετικά με το πώς θα πρέπει να είναι τα πράγματα. Δεν θα δώσω πειστικές λύσεις στα προβλήματα, δημιουργώντας έτσι νέους περιορισμούς. Θα συμμετέχω στο κάθε τι με αποστασιοποιημένο ενδιαφέρον.
- (2) Σήμερα θα θεωρώ την αβεβαιότητα σαν ένα ουσιαστικό συστατικό των βιωμάτων μου. Με τη βοήθεια της πρόθεσής μου ν' αποδεχθώ την αβεβαιότητα, οι λύσεις θα εμφανίζονται αυτόματα μέσα απ' το πρόβλημα, τη σύγχυση, την αταξία και το χάος. Όσο πιο αβέβαια θα φαίνονται τα πράγματα, τόσο πιο ασφαλής θα αισθάνομαι, μιας και η αβεβαιότητα είναι το μονοπάτι μου προς την ελευθερία. Μέσα απ' τη σοφία της αβεβαιότητας, θ' ανακαλύπτω την ασφάλειά μου.

- (3) Θα μπω στο πεδίο των απεριόριστων πιθανοτήτων και θα περιμένω όλα τα συναρπαστικά πράγματα που μπορεί να συμβούν όταν παραμένω ανοιχτός σ' ένα φάσμα άπειρων επιλογών. Μπαίνοντας στο πεδίο όλων των πιθανοτήτων, θα απολαύσω την περιπέτεια, τη μαγεία, τη διασκέδαση και το μυστήριο της ζωής.

∞ 7 ∞

**Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΝΤΑΡΜΑ  
Ή ΤΟΥ ΣΚΟΠΟΥ ΤΗΣ ΖΩΗΣ**

*Ο καθένας μας έχει ένα σκοπό στη ζωή...  
ένα μοναδικό χάρισμα ή ξεχωριστό ταλέντο  
για να προσφέρει στους άλλους.*

*Όταν συνδύασετε αυτό το μοναδικό χάρισμα  
με την υπηρεσία προς τους άλλους, θα νιώσετε  
την έκσταση και την αγαλλίαση του πνεύματος,  
που αποτελούν υπέρτατο στόχο όλων των στόχων.*



*Όταν εργάζεστε, είστε μια φλογέρα, που μέσα απ' την καρδιά της ο ψίθυρος των ωρών μετατρέπεται σε μουσική... Τι σημαίνει να εργάζεσαι μ' αγάπη; Σημαίνει να υφαίνεις το ύφασμα, με νήματα βγαλμένα από την καρδιά σου, σαν να επρόκειτο να φορέσει το ρούχο αυτό το πιο αγαπημένο σου πρόσωπο...*

*Καλίλ Γκιμπράν, Ο Προφήτης*

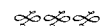
**Ο** έβδομος πνευματικός νόμος της επιτυχίας είναι ο *Νόμος του Ντάρμα*. "Ντάρμα" στα σανσκριτικά σημαίνει "σκοπός ζωής". Ο Νόμος του Ντάρμα λέει πως έχουμε πάρει υλική μορφή προκειμένου να υπηρετήσουμε κάποιον συγκεκριμένο σκοπό. Το πεδίο της καθαρής δυνατότητας είναι η θεότητα στην *ουσία* της. Η θεότητα, που όταν παίρνει ανθρώπινη μορφή, αποσκοπεί να επιτύχει κάποιο συγκεκριμένο σκοπό.

Σύμφωνα μ' αυτό το νόμο, διαθέτετε ένα μοναδικό χάρισμα, καθώς κι έναν μοναδικό τρόπο να το εκφράζετε. Υπάρχει κάτι που μπορείτε να κάνετε καλύτερα απ' οποιονδήποτε άλλον στον κόσμο - και για κάθε μοναδικό χάρισμα ή έκφραση αυτού του χαρίσματος,

υπάρχουν επίσης και κάποιες μοναδικές ανάγκες. Ο συνδυασμός αυτών των αναγκών με τη δημιουργική έκφραση του χαρίσματός σας, είναι η οπίθα που δημιουργεί την αφθονία. **Η έκφραση των χαρισμάτων σας για την ικανοποίηση αναγκών, δημιουργεί απεριόριστο πλούτο και αφθονία.**

Αν μπορείτε να διδάξετε αυτή τη σκέψη στα παιδιά σας από μικρή ηλικία, θα δείτε πόσο μεγάλη επίδραση θα 'χει στη ζωή τους. Εγώ το έχω κάνει με τα δικά μου παιδιά. Τους έχω πει αμέτρητες φορές, ότι υπάρχει λόγος που βρισκόμαστε εδώ και πως θα πρέπει να τον ανακαλύψουν από μόνοι τους. Αυτό το άκουγαν από την ηλικία των τεσσάρων ετών. Στην ίδια περίπου ηλικία τα δίδαξα και πώς να διαλογίζονται, και τους είπα: *“Ποτέ, μα ποτέ, μην ανησυχήσετε για το πώς θα βγάλετε χρήματα. Αν δεν μπορείτε να κερδίσετε μόνοι σας χρήματα όταν μεγαλώσετε, θα σας δίνω εγώ. Δεν θέλω να εστιάσετε την προσοχή σας μονάχα στα μαθήματα, επιδιώκοντας να πάρετε τους καλύτερους βαθμούς ή να μπειτε στα καλύτερα πανεπιστήμια. Αυτό που θέλω από σας, είναι ν' αναρωτηθείτε με ποιον τρόπο μπορείτε να βοηθήσετε καλύτερα την ανθρωπότητα και ποια είναι τα μοναδικά χαρίσματα που έχετε - αφού ο καθένας σας διαθέτει ένα μοναδικό χάρισμα που δεν το έχει κανείς άλλος, καθώς κι έναν μοναδικό τρόπο για να το εκφράζει”*. Τελικά κατέληξαν στα καλύτερα σχολεία, πήραν

τους καλύτερους βαθμούς και απέκτησαν την οικονομική ανεξαρτησία τους, επειδή ακριβώς εστίασαν την προσοχή τους σ' αυτά που είχαν έρθει για να προσφέρουν. Αυτός είναι ο *Νόμος του Ντάρμα*.



Υπάρχουν τρία στοιχεία στο Νόμο του Ντάρμα. **Το πρώτο** λέει πως **ο καθένας από μας έχει έρθει εδώ για ν' ανακαλύψει τον αληθινό του Εαυτό**, να μάθει από μόνος του πως ο αληθινός μας Εαυτός είναι πνευματικός, και ότι ουσιαστικά είμαστε πνευματικά όντα που έχουν πάρει υλική μορφή. Δεν είμαστε ανθρώπινα πλάσματα με περιστασιακές πνευματικές εμπειρίες. Συμβαίνει ακριβώς το αντίστροφο: **είμαστε πνευματικά πλάσματα, τα οποία έχουν περιστασιακές ανθρώπινες εμπειρίες.**

Ο καθένας από μάς, έχει έρθει για ν' ανακαλύψει τον ανώτερο ή πνευματικό εαυτό του. Αυτή είναι η πρώτη ολοκλήρωση του *Νόμου του Ντάρμα*. Πρέπει ν' ανακαλύψουμε από μόνοι μας, ότι μέσα μας υπάρχει ένας εμβρυακός θεός, ο οποίος περιμένει να γεννηθεί ώστε να μπορέσουμε να εκφράσουμε τη θεικότητά μας.

**Το δεύτερο** στοιχείο του *Νόμου του Ντάρμα* είναι η

έκφραση των μοναδικών χαρισμάτων μας. Ο *Νόμος του Ντάρμα* λέει πως το **κάθε ανθρώπινο πλάσμα διαθέτει ένα μοναδικό ταλέντο**. Μπορεί πάλι να έχετε ένα κοινό ταλέντο, μοναδικό όμως στην έκφρασή του, έτσι ώστε κανείς άλλος πάνω στον πλανήτη να μην μπορεί να το εκφράσει με τον ίδιο ακριβώς τρόπο. Αυτό σημαίνει πως μπορείτε να κάνετε κάτι, καλύτερα από οποιονδήποτε άλλο άνθρωπο. Όταν κάνετε αυτό το κάτι, χάνετε την αίσθηση του χρόνου. Όταν εκφράζετε αυτό το μοναδικό χάρισμα που κατέχετε - ή, σε πολλές περιπτώσεις, περισσότερα από ένα μοναδικά χαρίσματα - η έκφραση αυτή σας μεταφέρει σε μια αχνή χρονική κατάσταση συνείδησης.

**Το τρίτο** στοιχείο του *Νόμου του Ντάρμα* είναι η **υπηρεσία προς την ανθρωπότητα** - να εξυπηρετείτε τους συνανθρώπους σας και ν' αναρωτιέστε συνεχώς: "*Πώς μπορώ να βοηθήσω όλους εκείνους με τους οποίους έρχομαι σ' επαφή;*" Όταν συνδυάσετε την ικανότητα να εκφράζετε το μοναδικό σας χάρισμα με την υπηρεσία απέναντι στην ανθρωπότητα, τότε κάνετε πλήρη χρήση του *Νόμου του Ντάρμα*. Αν σ' αυτό προστεθεί και η συνειδητοποίηση της πνευματικότητάς σας, του πεδίου της καθαρής δυνατότητας, τότε αποκλείεται να μην αποκτήσετε την απεριόριστη αφθονία, αφού αυτός είναι ο αληθινός τρόπος με τον οποίο επιτυγχάνεται.

Δεν πρόκειται για μια περιστασιακή αφθονία. Είναι μόνιμη, εξαιτίας του μοναδικού χαρίσματός σας, του τρόπου με τον οποίο το εκφράζετε, και της αφοσίωσής σας στους συνανθρώπους σας, πράγματα που έχετε ανακαλύψει μέσα απ' την ερώτηση: "*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*" και όχι: "*Πώς μπορώ να ωφεληθώ εγώ;*"

Το ερώτημα "*Πώς μπορώ να ωφεληθώ;*" αναφέρεται στον εσωτερικό διάλογο του *εγώ*. Η ερώτηση: "*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*" αναφέρεται στον εσωτερικό διάλογο του *πνεύματος*. **Το πνεύμα είναι εκείνη η περιοχή της συνείδησης, μέσα στην οποία αντιλαμβάνεστε την παγκοσμιότητά σας**. Αν μετατοπίσετε τον εσωτερικό σας διάλογο από το "*Πώς μπορώ να ωφεληθώ;*" στο "*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*" αυτομάτως περνάτε πέρα απ' το *εγώ*, στο βασίλειο του πνεύματός σας. Ενώ ο διαλογισμός είναι ο πιο χρήσιμος τρόπος για να μπειτε σ' αυτό το βασίλειο, η απλή μετατόπιση του εσωτερικού σας διαλόγου στο "*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*" θα σας επιτρέψει μια το ίδιο καλή πρόσβαση στο πνεύμα σας, σ' εκείνο το χώρο της συνείδησης όπου αντιλαμβάνεστε την εμπειρία της παγκοσμιότητάς σας.

Αν θέλετε να κάνετε τη μέγιστη χρήση του *Νόμου του Ντάρμα*, τότε θα πρέπει να πάρετε αρκετές αποφάσεις.

**Η πρώτη απόφαση** είναι: Θ' αναζητήσω μέσα απ' την πνευματική εξάσκηση τον Ανώτερο Εαυτό μου, αυτόν που βρίσκεται πέρα απ' το εγώ.

**Η δεύτερη απόφαση** είναι: Θ' ανακαλύψω τα μοναδικά μου χαρίσματα και μ' αυτό τον τρόπο θα αισθανθώ ικανοποίηση, μιας και όταν αποκτώ αchronική αντίληψη, η ικανοποίηση είναι φυσικό επακόλουθο. Μ' αυτό τον τρόπο θα βρεθώ σε μια κατάσταση υπέρτατης ευτυχίας.

**Η τρίτη απόφαση** είναι: Θ' αναρωτηθώ με ποιον τρόπο μπορώ να εξυπηρετήσω καλύτερα την ανθρωπότητα. Θ' απαντήσω σ' αυτό το ερώτημα και μετά θα θέσω την απάντηση σ' εφαρμογή. Θα χρησιμοποιήσω τα μοναδικά μου χαρίσματα για να βοηθήσω τους συνανθρώπους μου. Θα συνδυάσω τις ανάγκες τους με τη δική μου επιθυμία, να βοηθήσω και να υπηρετήσω τους άλλους.

Καθίστε κάτω και κάντε έναν κατάλογο με τις απαντήσεις στα δυο ακόλουθα ερωτήματα: Πρώτα αναρωτηθείτε *τι θα κάνατε αν δεν σας απασχολούσαν τα οικονομικά ζητήματα και είχατε όλο τον καιρό και τα χρήματα στη διάθεσή σας*. Αν συνεχίζετε να θέλετε να κάνετε αυτό που κάνετε και τώρα, τότε ακολουθείτε το ντάρμα σας, αφού έχετε πάθος γι' αυτό που κάνετε και μ' αυτόν τον τρόπο εκφράζετε τα μοναδικά σας χαρίσματα.

Ύστερα αναρωτηθείτε: *Πώς μπορώ να εξυπηρετήσω καλύτερα την ανθρωπότητα*; Απαντήστε στο ερώτημα και θέστε την απάντηση σ' εφαρμογή.

Ανακαλύψτε τη θεικότητά σας, βρείτε το ξεχωριστό ταλέντο σας, εξυπηρετήστε την ανθρωπότητα με τη βοήθειά του και τότε θα μπορέσετε ν' αποκτήσετε όσα πλούτη θέλετε. **Όταν οι δημιουργικές εκφράσεις σας συνδυάζονται με τις ανάγκες των συνανθρώπων σας, ο πλούτος θ' αρχίσει να κυλά αυτόματα από το ανεκδήλωτο στο εκδηλωμένο**, από τον κόσμο του πνεύματος στον κόσμο της μορφής. Θ' αρχίσετε να αντιλαμβάνεστε τη ζωή σας ως μια θαυμαστή έκφραση της θεότητας - όχι μόνο περιστασιακά, αλλά συνεχώς. Και θα γνωρίσετε την αληθινή χαρά και την αληθινή σημασία της επιτυχίας - την έκσταση και αγαλλίαση του ίδιου σας του πνεύματος.



## Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΟΥ ΝΤΑΡΜΑ Ή ΣΚΟΠΟΥ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

**Η** α θέσω το *Νόμο του Ντάρμα* σ' εφαρμογή, αποφασίζοντας να ακολουθήσω τα παρακάτω βήματα:

- (1) Σήμερα θα θρέψω με αγάπη το έμβρυο του θεού που κρύβω στην ψυχή μου. Θ' αφιερώσω την προσοχή μου στο πνεύμα, που ζωοποιεί το σώμα και το νου μου. Θα επικεντρώσω την προσοχή μου στη βαθιά σιγή μέσα στην καρδιά μου. Θα μεταφέρω τη συνείδηση της αχρονικής, αιώνιας Ύπαρξης στο μέσο της εμπειρίας του χρόνου.
- (2) Θα κάνω έναν κατάλογο των ξεχωριστών μου χαρισμάτων. Στη συνέχεια θα καταγράψω όλα όσα μ' αρέσει να κάνω, εκφράζοντας παράλληλα τα μοναδικά μου χαρίσματα. Όταν εκφράζω αυτά τα χαρίσματα και τα θέτω στην υπηρεσία της ανθρωπότητας, χάνω την αντίληψη του χρόνου και δημιουργώ την αφθονία, τόσο στη ζωή μου όσο και στις ζωές των άλλων.

- (3) Θ' αναρωτιέμαι καθημερινά: "*Πώς μπορώ να υπηρετήσω;*" ή "*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*" Οι απαντήσεις σ' αυτά τα ερωτήματα, θα μου επιτρέψουν να βοηθήσω και να εξυπηρετήσω τους συνανθρώπους μου με αγάπη.

## ΣΥΝΟΨΗ ΚΑΙ ΕΠΙΛΟΓΟΣ

*Θέλω να γνωρίσω τις σκέψεις του Θεού...  
όλα τα υπόλοιπα είναι λεπτομέρειες.*

— *Άλμπερτ Αϊνστάιν*

**Ο** παγκόσμιος νους ενορχησιρώνει ο,τιδήποτε συμβαίνει σε δισεκατομμύρια γαλαξίες, με χάρη, ακρίβεια και απεγάδιαστη ευφυΐα. Η διάνοιά του είναι υπέρτατη και διαποτίζει κάθε ύπαρξη, απ' το μικρότερο μέχρι το μεγαλύτερο, από το άτομο μέχρι το σύμπαν. Ο,τιδήποτε ζωντανό, αποτελεί έκφραση της διάνοιάς του και αυτή η διάνοια λειτουργεί μέσα απ' τους Επτά Πνευματικούς Νόμους...

Αν εξετάσετε οποιοδήποτε κύτταρο του ανθρώπινου σώματος, θα διακρίνετε στη λειτουργία του την έκφραση αυτών των νόμων. Κάθε κύτταρο, είτε βρίσκεται στο στομάχι είτε στον εγκέφαλο, γεννιέται μέσα απ' το *Νόμο της Καθαρής Δυνατότητας*. Στην ουσία, αποτελεί την υλική έκφραση της καθαρής δυνατότη-

τας. Το ίδιο DNA που ενυπάρχει σε κάθε κύτταρο, εκφράζεται με διαφορετικό τρόπο για να εκπληρώσει τις ξεχωριστές υποχρεώσεις του. Κάθε κύτταρο, λειτουργεί επίσης και σύμφωνα με το *Νόμο της Προσφοράς*. Είναι ζωντανό και υγιές μόνο όταν βρίσκεται σε κατάσταση ισορροπίας. Αυτή η αρμονία διατηρείται μόνο μέσα από ένα συνεχές "δούναι και λαβείν".

Κάθε κύτταρο προσφέρει σε κάθε άλλο και το υποστηρίζει, ενώ ταυτόχρονα υποστηρίζεται κι αυτό απ' όλα τα υπόλοιπα. Το κύτταρο βρίσκεται πάντα σε μια κατάσταση δυναμικής ροής και αυτή η ροή δεν διακόπτεται ποτέ. Στην πραγματικότητα, αυτή η ροή είναι και η ίδια η ουσία της ζωής του κυττάρου. Μόνο διατηρώντας αυτή τη ροή της προσφοράς, μπορεί το κύτταρο και να δεχθεί, συνεχίζοντας έτσι την δονούμενη ύπαρξή του.

Ο *Νόμος του Κάρμα* ακολουθείται με θαυμάσιο τρόπο από κάθε κύτταρο, αφού αυτό διαθέτει μια ενσωματωμένη ευφυΐα με την οποία ανταποκρίνεται με τον πιο κατάλληλο και σωστό τρόπο σ' οποιαδήποτε κατάσταση.

Ο *Νόμος της Ελάχιστης Προσπάθειας* ακολουθείται επίσης θαυμαστά από το κάθε κύτταρο του σώματος. Όλα κάνουν το έργο τους με ήρεμη αποδοτικότητα

και μέσα σε μια κατάσταση αναπαυμένης εγρήγορσης.

Μέσω του *Νόμου της Πρόθεσης και της Επιθυμίας*, η πρόθεση του κάθε κυττάρου εκμεταλλεύεται την απεριόριστη οργανωτική δύναμη της διάνοιας της φύσης. Ακόμα και μια απλή πρόθεση, όπως ο μεταβολισμός ενός μορίου ζάχαρης, ξεκινά αμέσως μια συμφωνία γεγονότων μέσα στο σώμα, όπου ακριβείς ποσότητες ορμονών θα πρέπει να εκκριθούν την κατάλληλη στιγμή για να μετατρέψουν αυτό το μόριο σε καθαρή δημιουργική ενέργεια.

Ασφαλώς, το κάθε κύτταρο εκφράζει και το *Νόμο της Απόσπασης*. Είναι αποστασιοποιημένο απ' το αποτέλεσμα των προθέσεών του. Δεν διστάζει, επειδή η συμπεριφορά του βασίζεται σε μια "ζωοκεντρική" και ενστικτώδη αντίληψη του παρόντος.

Κάθε κύτταρο εκφράζει επίσης και το *Νόμο του Ντάρμα*. Πρέπει ν' ανακαλύψει την πηγή του, τον ανώτερο εαυτό. Πρέπει να υπηρετεί τις ζωντανές μονάδες που βρίσκονται γύρω του και να εκφράσει τα ξεχωριστά του ταλέντα. Κύτταρα της καρδιάς, κύτταρα του στομαχιού ή ανοσοποιητικά κύτταρα, όλα έχουν την πηγή τους στον ανώτερο εαυτό, το πεδίο της καθαρής δυνατότητας. Και επειδή συνδέονται άμεσα μ' αυτόν τον κοσμικό υπολογιστή, μπορούν να εκφράσουν τα

ταλέντα τους με άκοπη ευκολία και αχρονική αντίληψη. Μόνο εκφράζοντας τα μοναδικά ταλέντα τους, μπορούν να διατηρήσουν τόσο την ακεραιότητά τους όσο και την ακεραιότητα ολόκληρου του σώματος. Ο εσωτερικός διάλογος κάθε κυττάρου του ανθρώπινου σώματος είναι “*Πώς μπορώ να βοηθήσω;*” Τα κύτταρα της καρδιάς θέλουν να βοηθήσουν τα ανοσοποιητικά κύτταρα, τα ανοσοποιητικά κύτταρα επιθυμούν να βοηθήσουν να κύτταρα του στομαχιού και των πνευμόνων, τα εγκεφαλικά κύτταρα παρακολουθούν και βοηθούν όλα τ’ άλλα. Κάθε κύτταρο στο ανθρώπινο σώμα έχει μια και μόνη λειτουργία: να βοηθήσει όλα τα υπόλοιπα.

Παρατηρώντας την συμπεριφορά των κυττάρων μέσα στο ίδιο μας το σώμα, μπορούμε να δούμε την πιο εκπληκτική και αποδοτική έκφραση των Επτά Πνευματικών Νόμων. Αυτό είναι το μεγαλείο της διάνοιας της φύσης. Αυτές είναι οι σκέψεις του Θεού - όλα τα υπόλοιπα είναι λεπτομέρειες.



Οι *Επτά Πνευματικοί Νόμοι της Επιτυχίας* είναι πανίσχυρες αρχές, οι οποίες σας βοηθούν να επιτύχετε τον έλεγχο του εαυτού σας. Αν τους δώσετε τη δέουσα ση-

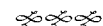
μασία και ακολουθήσετε τις συμβουλές αυτού του βιβλίου, θ’ ανακαλύψετε ότι θα μπορείτε να πραγματοποιήσετε ο,τιδήποτε θελήσετε - όλη την αφθονία, το χρήμα και την επιτυχία που επιθυμείτε. Θ’ ανακαλύψετε επίσης, πως η ζωή σας θα γίνει πιο χαρούμενη και αποδοτική από κάθε πλευρά, γιατί αυτοί οι νόμοι δίνουν στη ζωή μια ιδιαίτερη και μοναδική αξία.

Υπάρχει μια φυσική σειρά για την εφαρμογή των νόμων στην καθημερινή ζωή, η οποία μπορεί και να σας βοηθήσει να τους θυμάστε. Ο *Νόμος της Καθαρής Δυνατότητας* γίνεται αντιληπτός μέσα απ’ τη σιωπή, το διαλογισμό, τη μη-κρίση και την επαφή με τη φύση, αλλά ενεργοποιείται από το *Νόμο της Προσφοράς*. Το ζήτημα εδώ, είναι να μάθετε να προσφέρετε κάθε τι που επιζητάτε. Αν ζητάτε αφθονία, να προσφέρετε αφθονία. Αν ζητάτε χρήματα, δώστε χρήματα. Αν ζητάτε αγάπη, εκτίμηση και τρυφερότητα, μάθετε πρώτα να τα χαρίζετε εσείς στους άλλους.

Μέσα από τις πράξεις σας που ακολουθούν το *Νόμο της Προσφοράς*, ενεργοποιείτε το *Νόμο του Κάρμα*. Δημιουργείτε καλό κάρμα, το οποίο κάνει τη ζωή σας πολύ ευκολότερη. Θα δείτε πως δεν θα χρειάζεται να καταβάλλετε μεγάλη προσπάθεια για να πραγματοποιήσετε τις επιθυμίες σας, πράγμα που αυτομάτως οδηγεί στην κατανόηση του *Νόμου της Ελάχιστης Προ-*

*σπάθειας.* Όταν όλα είναι εύκολα και άκοπα, όταν οι επιθυμίες σας αρχίζουν να πραγματοποιούνται, τότε κατανοείτε και το *Νόμο της Πρόθεσης και της Επιθυμίας.* Υλοποιώντας τις επιθυμίες σας με άκοπη ευκολία, σας είναι και πιο προσιτό να εφαρμόσετε το *Νόμο της Απόσπασης.*

Τέλος, καθώς αρχίζετε να κατανοείτε όλους τους παραπάνω νόμους, αρχίζετε να επικεντρώνεστε στον αληθινό σκοπό της ζωής σας, πράγμα που οδηγεί στο *Νόμο του Ντάρμα.* Με τη χρήση αυτού του νόμου, εκφράζοντας τα μοναδικά ταλέντα σας και πραγματοποιώντας τις επιθυμίες των συνανθρώπων σας, αρχίζετε να δημιουργείτε ό,τι θέλετε και όποτε το θέλετε. Γίνεστε ξέγνοιαστοι και χαρούμενοι, ενώ η ζωή σας μετατρέπεται σε έκφραση απεριόριστης αγάπης.



**Ε**ίμαστε ταξιδιώτες σ' ένα κοσμικό ταξίδι - αστρική σκόνη που στροβιλίζεται και χορεύει μέσα στα ρεύματα και τις δίνες του απείρου. Η ζωή είναι αιώνια, αλλά οι εκφράσεις της είναι εφήμερες, παροδικές, στιγμιαίες. Ο Γκοτάμα Βούδα, ο ιδρυτής του Βουδισμού, είπε κάποτε:

*Η ύπαρξή μας είναι παροδική  
σαν τα φθινοπωριάτικα σύννεφα.  
Η γέννηση κι ο θάνατος των πλασμάτων,  
μοιάζουν με τις κινήσεις ενός χορού.  
Μια ολόκληρη ζωή δεν είναι τίποτα περισσότερο  
από μια αστραπή στον ουρανό,  
το κύλισμα ενός χειμάρρου σε μια απότομη πλαγιά.*

Έχουμε σταματήσει για μια στιγμή, να γνωριστούμε μεταξύ μας, ν' αγαπηθούμε και να μοιραστούμε αυτά που έχουμε. Η στιγμή είναι πολύτιμη αλλά περαστική - μια μικρή παρένθεση μέσα στην αιωνιότητα. Αν τη μοιραστούμε με φροντίδα, ανάλαφρη καρδιά και αγάπη, τότε θα δημιουργήσουμε την αφθονία και τη χαρά ο ένας για τον άλλο - και θα πειστούμε πως αυτή η στιγμή άξιζε τον κόπο.



## ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟΝ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ

**Ο** Ντίπακ Τσόπρα είναι ένας παγκόσμια γνωστός πρωτοπόρος στον τομέα της *ψυχοσωματικής ιατρικής* και του *ανθρώπινου δυναμικού*. Είναι συγγραφέας πολλών μπεστ-σέλερ, όπως τα *Αγέραστο Σώμα*, *Αχρονικός Νους*, *Κβαντική Θεραπευτική* και *Η Δημιουργία της Αφθονίας*, καθώς επίσης και δημιουργός πολυάριθμων οπτικοακουστικών προγραμμάτων, τα οποία βοηθούν στη βελτίωση της υγείας και της ευεξίας. Τα βιβλία του έχουν μεταφραστεί σε περισσότερες από είκοσι πέντε γλώσσες, ενώ παράλληλα πραγματοποιεί διαλέξεις σε πολλές πόλεις της Βόρειας και Νότιας Αμερικής, της Ινδίας, της Ευρώπης, της Ιαπωνίας και της Αυστραλίας. Σήμερα είναι Διευθυντής του *Ινστιτούτου Ψυχοσωματικής Ιατρικής και Ανθρώπινου Δυναμικού* στο Σαν Ντιέγκο της Καλιφόρνια.

GLOBAL NETWORK FOR SPIRITUAL SUCCESS  
POST OFFICE BOX 1001  
DEL MAR, CALIFORNIA 92014

Αγαπητοί φίλοι:

Στους *Επτά Πνευματικούς Νόμους της Επιτυχίας*, σας περιέγραψα τις αρετές εκείνες- καθώς και τις αρχές απ' τις οποίες απορρέουν - που βοήθησαν τόσο εμένα όσο και αμέτρητους άλλους συνανθρώπους μας, να φτάσουν σε μια πνευματική ολοκλήρωση αλλά και στην υλική ευημερία. Σας προσκαλώ λοιπόν, να συμμετάσχετε και σεις - μαζί με εκατομμύρια άλλους σ' όλο τον κόσμο - στο **Διεθνές Δίκτυο για την Πνευματική Επίτευξη** (Global Network for Spiritual Success), το οποίο και θα βασίζει τη λειτουργία του στην καθημερινή εξάσκηση και εφαρμογή των *Επτά Πνευματικών Νόμων*.

Στο Δίκτυο μπορεί να γίνει μέλος οποιοσδήποτε, αρκεί ν' αποφασίσει συνειδητά να εφαρμόζει στη ζωή

του τους *Επτά Πνευματικούς Νόμους*. Έχει αποδειχτεί ε-  
ξαιρετικά χρήσιμο, να εστιάζομαστε κάθε μέρα της ε-  
βδομάδας σ' έναν συγκεκριμένο νόμο, ξεκινώντας -  
κατά σειρά - την Κυριακή από το *Νόμο της Καθαρής*  
*Δυνατότητας* και τελειώνοντας το Σάββατο με το *Νόμο*  
*του Ντάρμα*. Εστιάζοντας την προσοχή μας σε κάποιον  
πνευματικό νόμο, οδηγούμαστε σ' έναν πλήρη μετα-  
σχηματισμό της ζωής μας - έτσι όπως συνέβη και σε  
μένα. Αν μάλιστα συγκεντρωθούμε κάθε μέρα, όλοι  
μαζί, στον ίδιο πάντα νόμο, θ' αποτελέσουμε σύντομα  
μια πολύ σημαντική ομάδα επιτυχημένων ανθρώπων,  
που θα μπορούν να επιφέρουν πολλές και κρίσιμες  
αλλαγές στον πλανήτη μας.

Πολλοί φίλοι σ' όλο τον κόσμο, έχουν ήδη αρχίσει  
να εστιάζονται κάθε μέρα και σ' έναν νόμο. Μάλιστα  
έχουμε εφαρμόσει και τακτές εβδομαδιαίες συναντή-  
σεις σε οικογενειακό ή φιλικό επίπεδο, όπου έχουμε  
την ευκαιρία όλοι μαζί ν' ανταλλάσσουμε απόψεις  
σχετικά με την καθημερινή μας άσκηση στους *Επτά*  
*Πνευματικούς Νόμους*. Θα συμβούλευα άλλωστε και  
σας, από τη στιγμή που θ' αρχίσετε να βιώνετε κάποι-  
ες σημαντικές εμπειρίες - πράγμα που αργά ή γρήγο-  
ρα θα γίνει ξεκινώντας την εφαρμογή των επτά νό-  
μων - να τις καταγράφετε και να μου τις στέλνετε τα-  
χυδρομικά.

Για να συμμετέχετε στο Δίκτυο, το μόνο που χρειά-  
ζεται είναι να μου στείλετε στην παραπάνω ταχυδρο-  
μική θυρίδα το όνομα και τη διεύθυνσή σας, καθώς  
και - αν θέλετε βέβαια - το τηλέφωνό σας. Θα λάβετε  
σύντομα μια μικρή κάρτα με τους *Επτά Νόμους* και θα  
ενημερώνεστε τακτικά για κάθε δραστηριότητα ή  
πρωτοβουλία του Δικτύου.

Η ίδρυση αυτού του Δικτύου, αποτελεί την εκπλή-  
ρωση ενός απ' τα πιο αγαπημένα μου όνειρα. Με τη  
συμμετοχή σας σ' αυτό και την εξάσκησή σας στην ε-  
φαρμογή των *Επτά Πνευματικών Νόμων*, είμαι σίγουρος  
πως θ' αποκτήσετε πνευματική πληρότητα, αλλά και  
ότι θα πραγματοποιήσετε όλες σας τις επιθυμίες. Και  
αληθινά, δεν βρίσκω να σας ευχηθώ τίποτα καλύτερο  
απ' αυτά.

*Με την αγάπη και τις καλύτερες ευχές μου,*

*Ντίνακ Τσόπρα*