

LAS 7 LEYES ESPIRITUALES DEL ÉXITO - DEEPAK CHOPRA

D. Chopra es doctor en medicina (endocrinólogo), su formación la hizo en Estados Unidos y en la India. Es líder en el campo de la medicina de la mente, el cuerpo y el potencial humano. Sus innovadoras conferencias y libros mezclan la Física y la Filosofía (lo práctico y lo Espiritual), la venerable sabiduría de Oriente y la vanguardia científica de Occidente. Su aporte a la realización del hombre es de suma actualidad, su actitud es diferente a la de Otros guías espirituales, que cuidan en su lenguaje las referencias a lo que llamamos "material", Chopra no tiene ningún prejuicio en hablar de dinero, éxito empresarial, realización financiera y cosas así.- Pero esto no quiere decir que sea un "instructor" de ejecutivos o un director técnico de personas que sólo buscan tener algo más de dinero. En realidad está muy lejos de eso. Según Chopra el éxito, incluso el económico no se logra a través del esfuerzo agotador y violento, la estrategia competitiva inescrupulosa y la fría estrategia. El hombre debe acercarse al éxito e incluso a la riqueza a partir de una posición y una actitud mucho más espirituales. El éxito tiene muchos aspectos y la riqueza material es en este sentido el resultado del flujo abundante de lo bueno hacia nosotros, a partir de una correcta búsqueda con objetivos claros y concretos por la senda del espíritu y con base en las Leyes naturales que gobiernan toda la Creación.

Es decir que, según Chopra, la riqueza deja de ser un fin en sí mismo, sino que es el resultado lógico de un proceso durante el cual hemos ido apuntando la fuerza espiritual que nos va llevando a armar todo el rompecabezas del éxito, que incluye nuestra salud, la energía, el entusiasmo por la vida, las relaciones personales, la libertad creativa, la estabilidad emocional y psicológica, y en ese camino también está el tan deseado BIENESTAR MATERIAL.

Para llegar al éxito no hay otra forma que empezar por conocer nuestra verdadera naturaleza, en este sentido Chopra sugiere que comencemos a reconocer y cultivar la divinidad que está en cada uno de nosotros, manifestación de la divinidad universal. Somos parte de eso, tenemos en nosotros 'la semilla divina'.-

MIENTRAS NO SEPAMOS HACERNOS CARGO DE ESA SEMILLA Y GERMINAR CON ELLA, jamás llegaremos a nada.

EL VERDADERO EXITO ES EL DESPLIEGUE DE ESA DIVINIDAD VIVIENTE EN NUESTRO INTERIOR. Entendiendo la vida como una expresión milagrosa de la Divinidad Universal en comunión con la Divinidad Interior que habita en todas las cosas que existen, recién entonces estaremos en condiciones de entender, obtener y disfrutar el verdadero éxito. ¿QUÉ ES EL ÉXITO?

Para Chopra el éxito en la vida puede definirse como el crecimiento continuo de la felicidad y la realización progresiva de metas dignas. El éxito es la capacidad de convertir en realidad los deseos de una manera fácil. Para esto es necesario ir hacia el éxito por UN CAMINO ESPIRITUAL, conociendo y practicando las Leyes del espíritu. Las 7 Leyes Espirituales del Éxito - DEEPAK CHOPRA 2

Así llegaremos a experimentar lo milagroso, que es la esencia del éxito, el cual no es en sí mismo un destino, sino una travesía. Para llevar a cabo ese viaje hacia la riqueza en todas sus formas, la guía son las leyes espirituales. Según la concepción de Chopra todo lo que existe en el mundo físico, todo lo que podemos observar, todo lo que perciben nuestros sentidos, son manifestaciones de la transformación de lo 'inmanifiesto' en 'manifiesto'.

Nuestro cuerpo, el universo físico, todo lo que puede percibirse es la transformación de lo desconocido e invisible en lo conocido y visible. Lo que Chopra llama Ley es ese proceso de transformación. Estos procesos se dan en el campo de la esencia profunda de la creación, campo de la "potencialidad pura o ente inmanifiesto", y al cumplirse el proceso o Ley, entonces el Universo inmanifiesto pasa a ser manifiesto.

Las Leyes espirituales del éxito son exactamente las mismas leyes y principios que la naturaleza emplea para crear todo lo que existe en forma material, todo el mundo físico, sólo que en este caso son aplicadas a fin del lograr el éxito personal.

LAS SIETE LEYES NATURALES, las siete leyes del éxito.

Siguiendo este orden de procesos naturales que se encadenan uno con otro, potenciándose en esa interrelación, la posibilidad de cumplir un sueño se convierte en una REALIDAD PRÁCTICA.

LA PRIMER LEY: 'Potencialidad Pura'

Consiste en aplicar 'la potencialidad pura' en la vida cotidiana.- En nuestro estado

esencial somos conciencia pura, es decir: potencialidad pura. Los atributos de la conciencia son el conocimiento, el silencio infinito, el equilibrio perfecto, la invencibilidad, la dicha y la simpleza.-

Todo está en nuestra naturaleza en un sentido profundo.-

Según Chopra hay tres pautas para que tengamos acceso a esa potencialidad que son: - el silencio

- la meditación

- el hábito de no juzgar

mediante estas tres prácticas diarias y habituales la potencialidad en nosotros surgirá por encima del Yo social y del ego que mueve nuestros pasos y nos alinearemos con el mundo de la energía, ese caldo inmaterial que constituye la fuente del mundo material y que está siempre en movimiento.

LA SEGUNDA LEY: del "dar":

Todo en el Universo fluye, vá y viene. Debemos vivir en armonía con este concepto.

Dar y recibir es el flujo constante de la afluencia, que significa "fluir en abundancia". Si impedimos la circulación del dinero, si nuestra intención es acaparar dinero y aferrarnos

a él, estamos impidiendo que el dinero vuelva a circular en nuestra vida. Las 7 Leyes Espirituales del Éxito - DEEPAK CHOPRA 3

Para que fluya siempre hacia nosotros, debemos mantenerlo en circulación. Debemos dar para recibir. El dar engendra el recibir y el recibir engendra el dar. En realidad "dar y recibir" son lo mismo: dos aspectos del fluir de la energía del Universo.

Esto es tan simple como la idea que debo dar lo que quiero recibir, si deseo alegría, le daré alegría a otros. Si deseo amor, debo aprender a dar amor.

Si deseo riqueza material, debo ayudar a otros a conseguirla. Estos principios valen tanto para la persona como para una empresa o una nación. Si deseamos recibir el beneficio de todas las cosas buenas de la vida, APRENDAMOS A DESEARLE EN SILENCIO a todo el mundo todas las cosas buenas de la vida.

TERCERA LEY: del Karma: 'causa y efecto'.

Toda acción es una fuerza de energía que vuelve a nosotros de igual manera en que nosotros la hemos producido. Cada uno de nosotros puede elegir a cada paso una

opción, lo que nos convierte en "elegidores de opciones infinitas".... si alguien me insulta, lo más seguro es que yo me ofenda y le conteste en el mismo tono, por el contrario si alguien me alaba, probablemente me sienta complacida (depende de quien venga el elogio) pero aquí es donde Chopra dice: "Atención: pensemos, siempre hay otra opción.- Una persona podría insultarme y yo no ofenderme". Incluso podría elogiarme, y yo optar por que ese elogio no me envanezca..."

El punto es que estamos acostumbrados a reaccionar por reflejo condicionado, la mayoría de nosotros respondemos de manera predecible y repetitiva ante los estímulos de nuestro alrededor. En realidad tenemos infinitas opciones a disposición en cada momento, el simple acto de detenerse un momento antes de tomar una decisión y observar cuántas opciones tenemos para esa situación.

El hecho de PONERNOS POR UN MOMENTO COMO ESPECTADORES DE LA SITUACION, nos brinda la posibilidad de traer a nuestra conciencia todo el potencial del reino del inconsciente, este potencial de observación y elección nos otorga muchísimo poder.

Chopra dice que prestemos atención, y nos hagamos dos preguntas básicas

- 1) ¿Cuáles son las consecuencias de elegir este camino? el corazón nos responderá de manera inmediata.
- 2) ¿Esta decisión traerá felicidad para mí y para quienes me rodean? si la respuesta es "sí" entonces adelante sin duda alguna, si es "No" no sigamos en ese camino...

ASI DE SIMPLE.-

Elegir la opción que traerá felicidad para quienes nos rodean y para nosotros mismos es lo que Chopra llama "Acción correcta espontánea". y recibiremos ayuda para tomar las decisiones apropiadas en el momento oportuno de las sensaciones de nuestro cuerpo.-

El mundo físico, que en nosotros es nuestro cuerpo, es quien nos enviará las señales.-

Las señales del cuerpo son básicamente dos: 'de bienestar' y 'de malestar'. Las 7 Leyes Espirituales del Éxito - DEEPAK CHOPRA 4

Cuando estemos tomando una decisión consciente deberemos prestar mucha atención al cuerpo, al preguntarnos qué sucederá si tomamos tal decisión, el cuerpo enviará una señal de bienestar o malestar y deberemos actuar en consecuencia.

Todo acto es un episodio de Karma. Deteniéndonos a observar antes de decidir y prestando atención a la confirmación física que nuestro cuerpo nos dará estaremos eligiendo correctamente y creando un karma positivo. Todo acto es un episodio de karma, por ejemplo tomar un plato de sopa lo es porque esta acción genera un recuerdo, y este recuerdo tiene la capacidad de generar deseo y este deseo genera nuevamente acción. Cuando tomamos conciencia de esto, nos convertimos en generadores de realidad conciente. El futuro será entonces tan bueno como lo deseemos, la mejor manera de prepararnos para el futuro de éxito es estar plenamente concientes en el presente.

LA CUARTA LEY, del menor esfuerzo.

La inteligencia de la naturaleza funciona sin ningún esfuerzo, sin resistencia, en forma espontánea. Es intuitiva, sabia, estimulante.- Las flores no hacen ningún esfuerzo para crecer, sencillamente lo hacen. Las aves y los peces no hacen ningún esfuerzo para volar o nadar, simplemente lo hacen.

La tierra no necesita ningún esfuerzo para mantener su rumbo en el espacio.-

Si estamos en armonía con la Naturaleza, en este sistema natural de la acción, espontáneamente se dará entonces La Ley del menor esfuerzo.

Según Chopra para aplicar a la vida cotidiana esta Ley tiene tres componentes:

1) LA ACEPTACION: aceptar a las personas, los hechos, las situaciones y las circunstancias tal como se nos presenten. Aceptar que cada momento es como debe ser. Cuando nos resistimos contra el momento en realidad, estamos luchando contra todo el Universo. LO QUE PODEMOS DESEAR ES QUE SEAN DIFERENTES EN EL FUTURO, pero esto será a partir de que en ese momento las aceptemos como son.

SI NO LAS ACEPTAMOS NO PODREMOS CAMBIARLAS.-

2) LA RESPONSABILIDAD: no culpar a nada ni a nadie de lo que pasa, así podremos tener la capacidad creativa de encontrar una respuesta y una solución. Así nos enfrentemos a lo que sea, siempre debemos decir: "Este momento es como debe ser", hay un significado oculto en cada cosa que sucede y si en ese momento es de determinada manera, aunque no nos guste, tiene que ser así para que luego sea de otra manera.-

3) ASUMIR UNA ACTITUD NO DEFENSIVA: la actitud defensiva más común es el ataque y gastamos la mayor parte de nuestro tiempo y energía atacando a los demás con nuestras opiniones o intentando convencerlos de nuestro punto de vista. Chopra dice que debemos ahorrarnos toda esa energía desperdiciada.

La rigidez del roble sucumbe ante la tempestad, en cambio la flexibilidad de la caña se

dobra ante la tormenta y sobrevive. NO HAGAMOS ESFUERZOS INUTILES. Las 7 Leyes Espirituales del Éxito - DEEPAK CHOPRA 5

Dice Chopra: "Mantente en armonía con el presente, acepta el momento como es...

fluye con el universo... todo llegará cuando sea el momento indicado"

LA QUINTA LEY, de la intención y el deseo:

Esta idea de Chopra se basa en que la energía y la información existen en todas partes en la Naturaleza. Podemos aprovechar en nuestro beneficio esa energía e información porque además contamos con una enorme ventaja sobre otras manifestaciones naturales: tenemos conciencia. Y al disponer de un sistema nervioso que hace flexible a nuestra conciencia podemos cambiar conscientemente el contenido de energía e información de nuestro cuerpo cuántico y hacer que trabaje en función de nuestros deseos. Esto se logra a través de dos cualidades: LA ATENCIÓN Y LA INTENCIÓN.

LA ATENCIÓN da energía y la intención, transforma.-

LA INTENCIÓN es el verdadero poder detrás del deseo. Es muy poderosa porque es deseo sin apego al resultado. EL DESEO solo es algo débil, LA INTENCION es desear respetando estrictamente las Leyes de la Naturaleza, en especial la que Chopra denomina Ley del Desapego (que se analiza más adelante) La intención combinada con el desapego nos otorga una conciencia del momento presente. De este modo su eficacia es máxima, mientras la intención mira hacia el futuro, la atención está en el presente. Y esa intención de futuro entonces se cumplirá, porque el futuro se crea en el presente.

El futuro lo podemos crear a través de la intención desapegada, pero nunca debemos luchar contra el presente. La intención focalizada es la atención que no se separa de su propósito. Significa mantener la atención centrada en el resultado que buscamos con un propósito tan firme e inflexible que ningún obstáculo disipe la concentración de

nuestra atención.

Chopra sugiere hacer una lista de todos los deseos que uno tenga y llevarla a todas partes con uno, mirarla en la mañana y en la noche, antes de las meditaciones. Tener todo el tiempo presente los deseos, mientras estamos atentos a las decisiones que vamos tomando en pos de ese futuro que queremos construir para nosotros y para quienes nos rodean.

SEXTA LEY, que habla del DESAPEGO

No debemos jamás renunciar a nuestra intención de cumplir nuestros deseos.

Debemos renunciar al interés por el resultado, de esto según Chopra, se deriva un enorme poder.- Esta renuncia se basa en que el apego a algo es una demostración del temor a perderlo. Y así como nuestros deseos se cumplen, si lo que hay en nosotros es temor a perder lo que tenemos, seguro que lo perderemos.

El apego a las cosas es sinónimo de segura pobreza, pues nos lleva tarde o temprano, a la desesperación, esto nos hace perder la concentración de nuestra atención, se disuelven las intenciones y acabamos por perderlo todo. Las 7 Leyes Espirituales del Éxito - DEEPAK CHOPRA 6

El desapego es sinónimo de riqueza, el cual no obstaculiza la Ley de la intención y el deseo, es decir la fijación de metas. SIEMPRE DEBEMOS TENER UNA META, pero entre el punto de inicio y el punto de alcance de esa meta, hay infinitas posibilidades, y si nos APEGAMOS podremos cambiar de dirección en cualquier momento, si es que en el camino vimos una posibilidad mejor o un ideal más elevado. ESO ES EVOLUCION. Siguiendo este principio no forzaremos la solución de los problemas, cada problema que se presenta es LA OPORTUNIDAD de algún beneficio. Si nuestra intención está abierta a las posibilidades, encontraremos la oportunidad justa y la solución aparecerá espontáneamente, la gente llama a esto "buena suerte".- La buena suerte no es otra cosa que la unión del estado de preparación con la oportunidad. Cuando los dos se mezclan con una ATENTA VIGILANCIA de los hechos por nuestra parte, surge una solución que nos trae BENEFICIO Y EVOLUCIÓN.-

SEPTIMA LEY: El propósito de la vida

El Dharma es una palabra sánscrita que significa "propósito en la vida".

CADA UNO DE NOSOTROS TIENE UN TALENTO UNICO Y UNA UNICA MANERA DE EXPRESARLO. También unas NECESIDADES ÚNICAS.- Cuando estas necesidades se unen con la expresión creativa de nuestro talento, se produce la chispa que crea la abundancia. El expresar nuestros talentos para satisfacer necesidades CREA RIQUEZA Y ABUNDANCIA SIN LIMITES.-

Según Chopra la Ley del Dharma tiene tres componentes:

El primero es la CERTEZA de que cada uno de nosotros está aquí para descubrir su verdadero yo, su yo espiritual.- No somos seres humanos que pueden tener experiencias espirituales, sino por el contrario SOMOS SERES ESPIRITUALES QUE OCASIONALMENTE TIENEN EXPERIENCIAS HUMANAS. El campo de la potencialidad pura no es otra cosa que la divinidad en su esencia. La divinidad adopta la forma humana para cumplir un propósito.

El segundo componente es LA EXPRESIÓN DE NUESTRO TALENTO ÚNICO, cada uno de nosotros lo tiene, incluso más de uno.- ESO QUIERE DECIR QUE HAY ALGO QUE PODEMOS HACER Y UNA MANERA DE HACERLO (la nuestra) QUE ES MEJOR QUE LA DE CUALQUIER OTRA PERSONA EN ESTE PLANETA. Cuando estamos conectados con esa actividad (QUE ES NUESTRA EXPRESION MEJOR) hasta el tiempo deja de existir.-

El tercer componente: es el SERVICIO A LA HUMANIDAD, cuando combinamos la capacidad de expresar nuestro talento de único con el servicio a la humanidad, estamos ejerciendo a pleno el propósito de la vida. La pregunta correcta es ¿Cómo puedo ayudar? Y NUNCA ¿Qué gano yo con todo esto? entonces utilizaremos nuestros talentos únicos para atender a las necesidades de nuestro prójimo.

Por último, cabe una pregunta querido lector: ¿Qué harías tú si no tuvieras que preocuparte por el dinero, si dispusieras de todo el dinero y todo el tiempo del mundo? La respuesta a esa pregunta debería ser: "haría lo mismo que estoy haciendo ahora".