

خلاصہ کتاب

هفت قانون معنوی

نویسنده: دیپاک چوپرا

خلاصہ شدہ توسط: ژاله پور خورشید

تهیه شده توسط تیم آموزشی رایینز



قانون دوم: قانون بخشش

منظور این است که این جهان یک جهان متحرک؛ سیال و دینامیک است و نه دنیای توقف و ایستا؛ جهانی که رو به جلو است؛ این دنیا دنیای داد و ستد است نه توقف برای اینکه بتوانید رویاهایتان را به تحقق برسانید باید ببخشید تا بتوانید به رویاهایتان برسید مثل صدقه دادن؛ لبخند زدن؛ بخشیدن یک فکر

اگر حس خوب میخواهی حس خوب بده؛ اگر عشق می خواهی یاد بگیر که عشق بدهی؛ اگر پول و ثروت میخواهی ببخش تا پول و ثروت زیادی به دست آوری؛ اگر توجه و تشکر می خواهی یاد بگیر که توجه و تشکر به دیگران بدهی؛ اگر می خواهی که ثروتمند بشوی به دیگران کمک کردن را یاد بگیر که دیگران ثروتمند بشوند

ساده ترین راه برای اینکه چیزی را که میخواهید به دست بیاورید این است که به دیگران کمک کنید که به دست بیاورند آن چیزی را که می خواهند.

قانون سوم قانون کارما

کارما از یک واژه هندی آمده که به نام قانون جذب یا قانون علت و معلول هم معروف است.

بدین منظور که هر کاری در این دنیا انجام بدهیم یک نتیجه ای دارد و هرچه بکاریم همان را درو می کنیم. در نظر بگیرید در لحظه ای یک تصمیم می گیرید که این تصمیم گیری نتیجه ای دارد که در ناخودآگاه با اون رو به رو میشوید.

متأسفانه تعداد زیادی از ما انتخاب هایمان غیر هوشیارانه هست یعنی ناخودآگاه انتخاب می کنیم و فکر هم نمی کنیم که ما انتخاب کردیم در صورتی که این انتخابها؛ انتخاب های ما هستند مثلاً یک نفر حرفی به ما

میزند ما ناراحت میشویم و ما انتخاب می کنیم که ناراحت بشویم یا نشویم یا در ناراحتیمان باقی بمانیم یا نمانیم اگرچه آن شخص حرف اشتباهی زده باشد.

هر انتخابی اثر مستقیم در زندگی ما دارد متأسفانه اکثر انتخاب‌های ما ناآگاهانه است و انتخاب‌هایی هست که ما حواسمان نیست و ممکن است از صبح تا شب انتخاب اشتباه داشته باشیم و با نتایجی رو به رو میشویم و بعد می‌گوییم از کجا بوده؟

دکتر چوپرا پیشنهاد می دهد که جاهایی که میخواهید تصمیم‌گیری کنید درون و نیروی درون به تو کمک می‌کنند که این کارکن یا این کارکن و بهتر است به نیروی درون خودتان توجه کنید.

مثلاً زمانی که یک حس فیزیکی بد در ناحیه قفسه سینه یا شکم حس می‌کنید که بد هم هست یعنی باید به این حس بی توجه نباشیم و اگر بدن شما به شما یک پیام بدهد آن تصمیم درست است البته که این حس و این پیام خیلی ظریف میباشد و باید خیلی آدم تیزی باشیم که متوجه باشیم و این حس ظریف با تنبلی که پشتش پشیمانی است فرق می‌کند.

اگر بدن شما این پیام ناراحت‌کننده را بدهد یعنی آن راه یا آن کار؛ انتخاب مناسبی نیست قانون کارما در تمام سطوح زندگی مثل عمل؛ گفتار رفتار؛ افکار و باورها و کدهای ذهنی ما اثر دارد. یعنی آن چیزی که میبینیم؛ می‌شنویم؛ می‌خوریم روی تمام اینها اثر دارد و بسیار هم مهم هست

قانون چهارم قانون کمترین تلاش

این قانون می‌گوید: اگر کاری را از راه درستش انجام ندهیم باید چند برابر تلاش کنیم مثلاً ماهی تلاش نمی‌کند که شنا کند اما شنا می‌کند؛ گل تلاش نمی‌کند که شکوفا بشود ولی شکوفا می‌شود؛ تلاش با زور زدن فرق می‌کند و این به این مفهوم نیست که ما نباید کار و تلاش کنیم؛ ما کار را انجام میدهیم ولی با عشق انجام دهیم.