

Legea detasarii

Vrei ceva? Renunta.

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

In dezvoltarea personala si profesionala se vorbeste foarte mult de stabilirea obiectivelor si de „tehnologii” de atingere a obiectivelor precum Programarea Neuro-Lingvistica (NLP). Legea atractiei spune ca atragi in viata ta acele lucruri pe care te focalizezi, carora le acorzi atentie si in care investesti emotie. Toate aceste principii la prima vedere se bat cap in cap cu „legea detasarii”, asa cum o numeste Deepak Chopra in „Cele sapte legi spirituale ale succesului”.

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

Securitate vs Incertitudine

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

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

Cautarea securitatii in sine este o iluzie. In aceasta lume, in afaceri, in viata, in personalitatea umana totul este intr-o continua schimbare. **Singura certitudine este schimbarea.** Solutia ar fi „incertitudinea”, sursa creativitatii si liberatii reale.

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

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

Securitate vs Diversitate

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

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

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

In schimb, persoanele care cauta securitatea sunt mai sensibile la critica, puternic incapatanate si inflexibile, de obicei au o imagine de sine medie sau scazuta si au in general frici si insecuritati. Iata ce ironie, exact asa cum spune si Deepak Chopra in cartea sa: persoanele care cauta securitatea sunt de fapt cele mai putin sigure, cele mai tematoare, cele mai putin increzatoare in fortele proprii. Iluzia

securitatii se traduce la nivel de personalitate in trasaturi specifice, clare, care se pot identifica prin Analiza Grafologica. Vestea buna ca trasaturile pot fi schimbate prin Grafo-Terapie.

Securitate vs Libertate

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

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

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

Primul pas este sa te focalizezi pe ceea ce vrei: prosperitate. Iar legea detasarii spune ca trebuie sa renunti la atasamentul tau fata de trecut, fata de securitatea efemera pe care acesta ti-o aduce. In plus, pentru a atinge prosperitatea, ai nevoie sa accepti incertitudinea, schimbarea si sa astepti oportunitatile aduse de viata. Apoi totul devine munca, solutii de gasit, obstacole de trecut. Adu-ti aminte ca succesul este calatoria, nu destinatia.

Acceptarea

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

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

Deepak Chopra scrie in carte sa exersezi sa te accepti pe tine asa cum esti. In plus, sa ii accepti pe ceilalti din jur asa cum sunt. Nu trebuie sa impui propriile tale idei, credinte, valori si emotii altora.

Participa la viata din jurul tau cu o implicare detasata. Cand ai reusit toate aceste lucruri in mod consecvent, spune-mi si mie cum ai facut.

Aventura

Al doilea pas in aplicarea legii detasarii este sa te deschizi incertitudinii. Renunta la atasamentul tau emotional fata de trecut, fata de ceea ce stii deja. Nu inseamna sa renunti la lectiile pe care le-ai invatat, ci doar la atasamentul fata de trecut. Ia ceea ce stii si priveste spre viitor cu incredere in creativitatea adusa de incertitudine.

Sugestia este sa te astepti ca solutiile sa apara spontan pornind chiar de la problemele create. Ideile cele mai bune provin din detasare, din haos, din incertitudine. Albert Einstein a descoperit ideea ce sta la baza teoriei relativitatii in timp ce statea relaxat la umbra unui copac intr-o zi insorita. Isi imagina cum porneste intr-o calatorie prin Univers cu viteza luminii, stand pe o raza de soare.

Incertitudinea este sursa primordiala a creativitatii umane si este calea spre libertate si solutionarea tuturor problemelor. Este doar o chestiune de timp si munca in aplicarea acestor solutii. Asa cum spunea Einstein, nu putem rezolva o problema la acelasi nivel de gandire ca acela prin care am creat problema respectiva. Gandirea „out of the box” („in afara cutiei”) presupune incertitudine, renuntarea la ceea ce stim deja, la ceea ce ne limiteaza imaginatia practic infinita.

Alegerea

Al treilea pas se refera la optiunile pe care le luam in fiecare zi, in fiecare moment al vietii. Pur si simplu da-ti voie sa alegi, experimenteaza aventura, magia vietii. Distreaza-te... succesul este calatoria, nu destinatia. La fel ca in training si invatare experientiala, daca nu este nostim, distractiv, atunci faci gresit ceva. Este ceea ce expertii mai numesc „funderstanding”: „fun” (nostim, distractiv) si „understanding” (intelegere).

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

Sursa: Articol publicat in: www.BizCafe.ro Autor: [Ionut Ciurea](#)