

CREUS EN LA MÀGIA?

“Qui no creu en la màgia no la trobarà mai.”

ROALD DAHL (1916–1990)

ESCRITOR

Recordes la teva infància, quan la vida et tenia en un estat permanent d'entusiasme i meravella? La vida era màgica i emocionant, i la cosa més trivial et semblava d'allò més engrescadora. Et fascinava veure el gebre a l'herba, una papallona voleiant per l'aire o qualsevol fulla o còdol estrany que hi hagués al terra.

T'emocionaves si et queia una dent, perquè volia dir que els angelets et visitarien aquella nit, i comptaves els dies que faltaven per a les nits màgiques de Nadal i de Reis! Malgrat no tenir ni idea de com s'ho feien el Pare Noel i els Reis per arribar a tota la canalla del món en una sola nit, se'n sortien, i no et fallaven mai.

Els rens del Pare Noel volaven, hi havia fades al jardí, els animalons de casa eren com persones, cada joguina tenia la seva personalitat, els somnis es feien realitat i

podies tocar el cel. Tenies el cor ple d'alegria, la teva imaginació era il·limitada i per a tu la vida era màgica!

Hi ha una sensació magnífica que molts de nosaltres teníem de petits, la sensació que tot era bo, que cada dia prometia més emoció i aventura, i que res del món no podria truncar la nostra alegria davant tota aquesta màgia. Però, quan vam créixer, les responsabilitats, els problemes i les dificultats ens van passar factura, vam desil·lusionar-nos i la màgia en què creïem de nens es va començar a consumir fins que es va apagar. És una de les raons que, quan ens fem grans, ens encanti estar amb la canalla, per poder gaudir d'aquella sensació del passat, ni que sigui per un moment.

He vingut a dir-te que la màgia en què vas creure un dia és vertadera, i que el que és fals és la perspectiva desil·lusionada dels adults. La màgia de la vida és *real*, tan real com tu. De fet, la vida pot arribar a ser molt més meravellosa del que et podies arribar a imaginar de petit, i més sensacional, extraordinària i emocionant del que has vist mai. Quan sàpigues què fer per crear la màgia, viuràs la vida dels teus somnis. I aleshores te'n faràs creus, de com vas poder deixar de creure en la màgia de la vida!

Potser no veuràs volar els rens del Pare Noel, però *sí* que veuràs aparèixer davant teu les coses que sempre has desitjat, i veuràs com, tot d'una, comencen a passar les coses amb què tant havies somiat. No sabràs mai ben bé com es va conjurar tot perquè es fessin realitat els teus somnis, perquè la màgia funciona al regne de l'invisible, i això és el més emocionant!

Estàs a punt per tornar a viure la màgia? Estàs a punt perquè la sorpresa i l'admiració et tornin a inundar, igual que en la infantesa? Prepara't per a la màgia!

La nostra aventura arrenca fa dos mil anys, quan un coneixement transformador romania ocult en l'interior d'un text sagrat...



LA REVELACIÓ D'UN GRAN MISTERI

El passatge següent correspon a l'Evangeli segons Mateu, de les Sagrades Escripures, i al llarg dels segles, molts dels qui l'han llegit han restat perplexos, confosos o no l'han entès.

“Perquè al qui té, li donaran encara més, i en tindrà a vessar. Mentre que al qui no té, li prendran fins allò que li queda.”

Val a dir que, en llegir el passatge, sona injust; sembla que digui que els rics s'enriquiran més i els pobres s'empobriran més. El passatge, però, conté un trencaclosques per resoldre, un misteri per descobrir, i quan ho facis se t'haurà obert un món nou.

La resposta al misteri que durant segles se li ha escapat a tanta gent rau en una paraula oculta: **gratitud**.

*“Perquè al qui té **gratitud**, li donaran encara més, i en tindrà a vessar. Mentre que al qui no té **gratitud**, li prendran fins allò que li queda.”*

En revelar-se una paraula oculta, un text críptic esdevé cristal·lí. Han passat dos mil anys des que es van recollir aquestes paraules, però continuen sent igual de certes: si no et molestes a ser agraït mai no tindràs més, i el que tinguis ho perdràs. I la promesa de la màgia que s’esdevindrà amb l’agraïment s’expressa en aquestes paraules: *Si tens gratitud, te’n donaran encara més, i en tindràs a vessar!*

A l’Alcorà, la promesa de la gratitud és igual d’emfàtica:

“(Recordau) Quan va avisar el vostre Senyor: ‘Si vosaltres sou agraïts, Nós us afegirem encara més al que teniu. Però si sou uns infidels, ben certament, el càstig Nostre serà molt dur.’”

Tant és quina sigui la teva religió o si ets una persona religiosa. Aquestes paraules de les Sagrades Escripures i de l’Alcorà se’t poden aplicar a tu i a la teva vida. Descriuen una llei fonamental científica i de l’Univers.

És una Llei Universal

La gratitud opera mitjançant una llei Universal que regeix tota la teva vida. Segons la llei de l’atracció, que regeix tota l’energia del nostre Univers, des de la formació d’un àtom fins al moviment dels planetes, «allò que és similar atreu allò que és similar». És per

la llei de l'atracció que les cèl·lules de tots els éssers vius es mantenen unides, i també la substància de qualsevol objecte material. En la vida, la llei opera en els teus pensaments i sentiments, perquè ells també són energia; així doncs, tot el que penses, tot el que sents, ho atreus.

Si penses: «No m'agrada la meva feina», «No tinc prou diners», «No trobo la parella perfecta», «No puc pagar els rebuts», «Em sembla que he enxampat alguna cosa», «No li caic bé», «No m'avinc amb els pares», «El meu fill és un problema», «La meva vida és un desastre», «El meu matrimoni no rutlla», aleshores atreuràs més experiències com aquestes.

En canvi, si penses en les coses que agraeixes, com ara: «M'encanta la meva feina», «La família em fa molt de costat», «He passat unes vacances formidables», «Avui em trobo la mar de bé», «Hisenda m'ha tornat més diners que mai» o «He passat un cap de setmana d'acampada genial amb el meu fill» i sents sincerament la gratitud, la llei de l'atracció diu que atreuràs més coses com *aquestes* a la teva vida. És com quan un imant atreu un metall; la teva gratitud és magnètica i, com més gratitud tens, més abundància atreus. És la llei Universal!

Segur que has sentit refranys com ara: «Qui sembla, cull», «Tal faràs, tal trobaràs» i «D'aquella pols surt aquest fang». Doncs totes aquestes dites descriuen la mateixa llei, i també descriuen un principi de l'Univers que va descobrir el gran científic Sir Isaac Newton.

Entre les troballes científiques de Newton, hi ha les lleis fonamentals del moviment a l'Univers, una de les quals diu:

Quan un cos exerceix una acció sobre un altre, el segon exerceix sobre el primer una reacció igual i de sentit contrari.

Si apliquem la idea de la gratitud a la llei de Newton, diu el següent: tota acció de *donar* gràcies provoca sempre una reacció igual i de sentit contrari consistent a *rebre*. I el que rebis sempre serà igual a la quantitat de gratitud que hakis donat. Això vol dir que la mateixa acció de la gratitud desencadena una reacció de recepció! I com més sincerament i profundament agrait et sentis (és a dir, com *més* gratitud donis), *més* rebràs.

El Fil Conductor de la Gratitud

Fa milers i milers d'anys, des que hi ha notícia de l'existència de la raça humana, es predicava i practicava el poder de la gratitud. Des d'aleshores, s'ha anat transmetent al llarg dels segles, ha arribat a tots els continents i ha impregnat una cultura i una civilització rere l'altra. En totes les grans religions – el cristianisme, l'islam, el judaisme, el budisme, el sikhisme i l'hinduisme –, la gratitud hi té una importància cabdal.

Mahoma deia que la gratitud per l'abundància que has rebut és la millor garantia de la continuïtat de l'abundància.

Buda deia que no tens motius per a res que no sigui gratitud i alegria.

Laozi deia que, si t'alegres de com són les coses, tot el món serà teu.

Krishna deia que ell acceptava de bon grat tot allò que li oferien.

El rei David parlava de donar gràcies pel món sencer, per tot el que hi ha entre el cel i la Terra.

I Jesús deia *gràcies* abans de fer cada miracle.

Des dels aborígens d' Austràlia fins als massais i els zulus de l'Àfrica; des dels navahos, els shawnees i els cherokees de Nord-amèrica fins als tahitians, els esquimals i els maoris, la pràctica de la gratitud és un element essencial de la majoria de tradicions indígenes.

“Quan et llevis al matí, dóna gràcies per la llum del dia, per la teva vida i força. Dóna gràcies pel menjar i per l'alegria de viure. Si no veus cap raó per donar gràcies, és per culpa teva.”

TECUMSEH (1768–1813)

CABDILL NATIU AMERICÀ SHAWNEE

La història és plena de personatges famosos que van practicar la gratitud i van aconseguir coses que els van convertir en els éssers humans més grans que hi ha hagut mai: Gandhi, Teresa de Calcuta, Martin Luther King, el Dalai Lama, Leonardo da Vinci, Plató, Shakespeare, Isop, Blake, Emerson, Dickens, Proust,

Descartes, Lincoln, Jung, Newton, Einstein i molts, molts més.

Els descobriments científics d'Albert Einstein van canviar-nos la visió de l'Univers. Quan li preguntaven per les seves fites monumentals, ell només parlava de donar les gràcies als altres. Una de les ments més brillants de tots els temps agràia a altres persones, més de cent vegades al dia, la feina que havien fet!

No és gens estrany que a Albert Einstein se li revelessin tants dels misteris de la vida. No és gens estrany que Albert Einstein fes alguns dels descobriments científics més importants de la història. Practicava la gratitud tots i cadascun dels dies de la seva vida i, a canvi, rebia moltes formes d'abundància.

Quan li preguntaven com havia assolit les seves troballes científiques, Isaac Newton deia que s'havia enfilat sobre les espatlles de gegants. Isaac Newton, que no fa gaire fou escollit com la persona que més havia aportat a la ciència i a la humanitat, també estava *agraït* als homes i dones que l'havien precedit.

El científics, filòsofs, inventors, descobridors i profetes que practicaven l'agraïment en recollien els fruits, i gairebé tots s'adonaven del poder inherent a la gratitud. Tot i així, avui la majoria de la gent desconeix aquest poder, perquè, per gaudir de la màgia de l'agraïment a la teva vida, l'has de practicar!

El Meu Descobriment

La meva història constitueix un exemple perfecte de com és la vida quan una persona no coneix la gratitud i el que passa quan incorpores la gratitud a la teva vida.

Si m'haguessin preguntat, fa sis anys, si jo era una persona agraïda, hauria respost: «Sí, i tant que sóc una persona agraïda. Dic gràcies quan em fan un regal, quan m'obren la porta o quan fan alguna cosa per mi».

En realitat, jo no era una persona gens agraïda. No sabia el que volia dir *realment* ser agraïda, i el fet de dir la paraula *gràcies* de tant en tant no em convertia, ni de bon tros, en una persona agraïda.

La meva vida sense gratitud era ben complicada. Tenia deutes, que cada mes creixien una miqueta més. Treballava moltíssim, però no hi havia manera que la meva situació econòmica millorés. Per mirar de pagar els deutes, cada cop més elevats, i complir les meves obligacions, vivia en un estat continu d'estrès. Les meves relacions, com un pèndol, oscil·laven entre l'aprovat justet i el desastre perquè semblava que no tingués mai prou temps per a tothom.

Tot i que era el que es consideraria una persona «sana», cada dia acabava esgotada, i sempre em tocava enxampar els refredats o les passes pròpies de cada temporada. Tenia moments de felicitat quan sortia amb amics, o quan marxava de vacances, però després la realitat d'haver de treballar encara més per permetre'm aquelles alegries em superava.

Allò no era viure. Allò era sobreviure, dia rere dia, nòmina rere nòmina, i tan bon punt resolía un problema amb la meva vida en sorgien de nous.

Aleshores, però, va passar una cosa que canviaria la meva vida a partir d'aquell dia. Vaig descobrir un secret sobre la vida i, arran d'aquell descobriment, una de les coses que vaig començar a fer va ser practicar cada dia la gratitud. Com a resultat, em va canviar tota la vida i, com més practicava la gratitud, més miraculosos eren els resultats. La meva vida va esdevenir realment màgica.

Per primer cop a la vida, no tenia deutes i, al cap de poc, disposava de tants diners com em calien per fer el que volgués. Els problemes de relacions personals, feina i salut van desaparèixer i, en comptes d'enfrontar-me cada dia a obstacles, els meus dies es van començar a omplir de coses bones, una rere l'altra. Vaig guanyar espectacularment en salut i energia, em sentia millor que als vint anys. Les meves relacions van començar a tenir molt més sentit i, en només uns mesos, vaig gaudir de més moments bons amb la família i els amics que en tots els anys anteriors.

Per sobre de tot, em sentia més feliç del que mai hauria imaginat. Era absolutament feliç, feliç com no ho havia estat mai. La gratitud em va canviar, i tota la meva vida va canviar màgicament.