

Deepak Chopra - isbn 90-6963-485-6 **Eerste wet: Het toepassen van de wet van pure potentialiteit**

Ik zal de wet van pure potentialiteit in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Ik zal in contact treden met het veld van pure potentialiteit door elke dag tijd te reserveren om stil te zijn, om te Zijn en niets anders. Ook zal ik minstens tweemaal per dag alleen en in stilte mediteren, ongeveer een half uur 's ochtends en een half uur 's avonds. Mediteren is voor iedereen verschillend. Sommige mensen mediteren al fietsend door de prachtige landschappen, andere tijdens de afwas of tijdens een flinke boswandeling. Ga voor jezelf na wanneer je voelt dat je in contact bent met je diepere zelf of hogere ik.

2

Ik zal elke dag de tijd nemen om één te worden met de natuur en in stilte getuige te zijn van de intelligentie in alles wat leeft. Ik zal stil naar een zonsondergang kijken, of naar het geluid van de oceaan of een rivier luisteren, of de geur van een bloem opsnuiven. In de vervoering van mijn eigen stilte en door een te worden met de natuur, zal ik genieten van de eeuwenoude klopp van het leven, het veld van pure potentialiteit en onbegrensde creativiteit.

3

Ik zal niet oordelen. Ik zal mijn dag beginnen met het voornemen: 'Vandaag zal ik over niets dat gebeurt, oordelen,' en de hele dag door zal ik mezelf eraan herinneren geen oordeel te vellen.

Tweede wet: Het toepassen van de wet van het geven

Ik zal de wet van het geven in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Waar ik ook ga en wie ik ook tegenkom, ik zal hem of haar iets geven. Dat kan een complimentje zijn, een bloem, een gebed of inspiratie. Vandaag zal ik iedereen met wie ik in

contact kom iets geven, en zo zal ik het proces in gang zetten van de circularie van vreugde, rijkdom en overvloed in mijn leven en in het leven van anderen.

2

Vandaag zal ik dankbaar alles in ontvangst nemen wat het leven te geven heeft. Ik zal de geschenken van de natuur aannemen: zonlicht en het geluid van zingende vogels, of lenteregen of de eerste sneeuw van de winter. Ik zal ook openstaan voor de geschenken van anderen, of dat nu materiële zaken, geld, complimentjes of gebeden zijn.

3

Ik zal mijn best doen om de rijkdom in mijn leven te laten circuleren door het geven en ontvangen van de kostbaarste geschenken van het leven: zorg, affectie, waardering en liefde. Elke keer dat ik iemand ontmoet, zal ik hem of haar in stilte geluk, vreugde en plezier wensen.

Derde wet: Het toepassen van de wet van het 'Karma', ofwel 'Oorzaak en gevolg'

Ik zal de wet van het karma in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Vandaag zal ik van een afstand kijken naar de keuzen die ik op elk moment maak. En alleen al door naar deze keuzen te kijken, word ik me ervan bewust. Ik zal beseffen dat de beste manier om me voor te bereiden op de toekomst is om me in het heden volledig bewust te zijn van mijn keuzen.

2

Elke keer dat ik een keuze maak, zal ik mezelf twee vragen stellen: 'Wat zijn de consequenties van de keuze die ik maak?' en: 'Zal deze keuze mij en degenen die erdoor beïnvloed worden voldoening en geluk brengen?'

3

Dan zal ik mijn hart om raad vragen en me laten leiden door zijn aangename of onaangename boodschap. Als de keuze me een aangenaam gevoel geeft, zal ik enthousiast die weg inslaan. Als de keuze me een onaangenaam gevoel geeft, zal ik met mijn innerlijke oog naar de consequenties van mijn actie kijken. Als ik me hierdoor laat leiden, zal ik in staat zijn spontaan de juiste keuzen voor mezelf en degenen om me heen maken.

Vierde wet: Het toepassen van de wet van de minste weerstand

Ik zal de wet van de minste weerstand in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Ik zal me toeleggen op acceptatie. Vandaag zal ik de mensen, situaties, omstandigheden en gebeurtenissen accepteren zoals ze zich voordoen. Ik zal weten dat dit moment is zoals het moet zijn, omdat het hele universum is zoals het moet zijn. Ik zal me niet verzetten tegen het hele universum door me te verzetten tegen het heden. Mijn acceptatie is volledig en totaal. Ik accepteer de dingen zoals ze op dit moment zijn, niet zoals ik zou willen dat ze waren.

2

Als ik de dingen heb geaccepteerd zoals ze zijn, zal ik verantwoordelijkheid nemen voor mijn situatie en voor alle gebeurtenissen die ik als problemen zie. Ik weet dat het nemen van verantwoordelijkheid betekent niets of niemand de schuld geven van mijn situatie (ook niet mezelf). Ik weet ook dat er in elk probleem een gelegenheid schuilt, en door alert te zijn op gelegenheden, kan ik dit moment transformeren tot iets gunstigers.

3

Vandaag zal mijn bewustzijn geworteld blijven in weerloosheid. Ik zal afstand nemen van de behoefte mijn standpunt te verdedigen. Ik zal niet proberen anderen te overtuigen of over te halen tot mijn standpunt. Ik zal open blijven staan voor alle standpunten en niet star vasthouden aan één ervan.

Vijfde wet: Het toepassen van de wet van intentie en wens

Ik zal de wet van intentie en wens in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Ik zal een lijst maken van al mijn wensen. Ik zal deze lijst altijd bij me dragen. Ik zal naar deze lijst kijken voordat ik aan mijn periode van stilte en meditatie begin. Ik zal ernaar kijken voordat ik 's avonds ga slapen. Ik zal ernaar kijken als ik 's ochtends wakker word.

2

Ik zal deze lijst met mijn wensen loslaten en overgeven aan de schoot van de schepping, en erop vertrouwen dat als de zaken voor mij niet goed lijken te gaan, daar een reden voor is, en dat het kosmische stelsel plannen voor me heeft die veel groter zijn dan degene die ik zelf had bedacht.

3

Ik zal mezelf eraan herinneren alles wat ik doe te doen vanuit een op het heden gericht bewustzijn. Ik zal weigeren de kwaliteit van mijn aandacht in het heden te laten aantasten en vervliegen door obstakels. Ik zal het heden accepteren zoals het is, en de toekomst met behulp van mijn diepste, dierbaarste intenties en wensen verwezenlijken.

Zesde wet: Het toepassen van de wet van het afstand nemen

Ik zal de wet van het afstand nemen in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Vandaag zal ik me wijden aan het afstand nemen. Ik zal mezelf en de mensen om me heen de vrijheid geven te zijn zoals ze zijn. Ik zal mijn mening over hoe dingen zouden moeten zijn niet rigide opleggen. Ik zal problemen niet op een geforceerde manier oplossen, omdat ik daarbij nieuwe problemen schep. Ik zal in alles een afstandelijke betrokkenheid handhaven.

2

Vandaag zal ik onzekerheid beschouwen als een essentieel ingrediënt van mijn ervaringen. In

mijn bereidheid onzekerheid te accepteren, zullen oplossingen spontaan volgen uit het probleem, uit de verwarring, wanorde en chaos. Hoe onzekerder de dingen lijken, hoe veiliger ik me zal voelen, want onzekerheid is mijn weg naar de vrijheid. Met behulp van de wijsheid van de onzekerheid zal ik mijn zekerheid vinden.

3

Ik zal in het veld van alle mogelijkheden stappen en me verheugen op de opwindende die zich kan voordoen als ik me openstel voor een oneindig aantal keuzen. Als ik in het veld van alle mogelijkheden stap, zal ik al het plezier, het avontuur, de magie en het mysterie van het leven leren kennen.

Zevende wet: Het toepassen van de wet van het 'dharma', ofwel 'Doel in het leven'

Ik zal de wet van het dharma in praktijk brengen door me voor te nemen de volgende stappen te doen:

1

Vandaag zal ik de god of godin die in embryonale vorm diep in mijn hart huist, liefderijk voeden. Ik zal aandacht besteden aan de ziel in mij die zowel mijn lichaam als mijn geest leven geeft. Ik zal me bewust zijn van deze diepe stilte in mijn hart. Ik zal het bewustzijn van het tijdloze, eeuwige Zijn met me meedragen te midden van tijd gebonden ervaringen.

2

Ik zal een lijst maken van mijn unieke talenten. Dan zal ik alle dingen opschrijven die ik graag doe terwijl ik mijn unieke talenten gebruik. Als ik mijn unieke talenten gebruik ten dienste van de mensheid, raak ik mijn gevoel voor tijd kwijt en creëer ik weelde in mijn leven en in het leven van anderen.

3

Ik zal mezelf elke dag vragen: 'Hoe kan ik van dienst zijn?', en: 'Hoe kan ik helpen?' De antwoorden op deze vragen zullen me in staat stellen mijn medemensen met liefde te helpen en van dienst te zijn.

