

Les 7 lois spirituelles

Loi n°1 : La Loi de la pure potentialité

La loi de la pure potentialité, appelée également Loi de l'Unité, s'appuie sur le fait que votre nature essentielle, c'est-à-dire, qui vous êtes en réalité, votre "vrai moi" est pure potentialité et n'est aucunement séparé de ce champ d'énergie. Plus vous vous rapprochez de cette conscience, de votre vraie nature, plus vous vous rapprochez du champ de tous les possibles.

Concrètement, lorsque vous cessez de vous identifier à votre masque social, votre statut, votre fonction ou votre richesse, vous êtes libre et vous devenez indifférent aux critiques, vous n'avez peur d'aucun défi et ne vous sentez ni inférieur, ni supérieur à quiconque. Vous considérez alors que tous les autres font partie du même soi, le même esprit sous différentes formes et apparences. Vous vivez alors dans le respect de chacun et attirez à vous tout ce que vous souhaitez. Vous êtes capable de magnétiser les personnes, les situations et les circonstances pour qu'elles répondent à vos désirs, et vous bénéficiez de l'aide des lois de la nature.

À l'inverse, si vous vous attachez aux objets extérieurs au Soi, et que vous êtes influencé par les situations, les événements, les gens ou les choses, vous êtes dominé et contrôlé par votre ego. Or l'ego n'est pas qui vous êtes réellement, mais uniquement l'image que vous avez de vous-même. Il vous pousse à chercher constamment l'approbation des autres car il est basé sur la peur. Le pouvoir du Soi, contrairement au pouvoir de l'ego, est le vrai pouvoir. Il est permanent et se fonde sur la conscience du Soi.

Comment appliquer la Loi de la pure potentialité ?

La pratique du silence : consacrez du temps à ne rien faire d'autre qu'être. Cela consiste donc à ne pas parler, ne pas regarder la télévision, ni écouter la radio ou lire. Cette pratique est efficace pour diminuer la turbulence de votre dialogue intérieur. Chaque jour, restez assis, seul, dans une méditation silencieuse, au moins deux fois par jour.

La pratique du non-jugement : cesser d'évaluer les choses en juste ou faux, bon ou mauvais. Lorsque vous êtes occupé en permanence à évaluer, classer, étiqueter ou analyser, vous créez des turbulences dans votre dialogue intérieur. Vous empêchez au flot d'énergie de circuler librement entre vous et le champ de potentialité. Commencez votre journée par cette résolution : "Aujourd'hui, je ne jugerai rien de ce qui arrivera" et tout au long de la journée, vous vous souviendrez de ne pas juger.

La méditation : l'idéal est de consacrer une demi-heure le matin et une demi-heure le soir. Cela peut-être vous concentrer sur votre respiration ou réciter un mantra. Cette expérience vous ouvrira au champ du pur silence et de la pure attention.

Passez régulièrement du temps en communion directe avec la nature : c'est un excellent moyen pour partager l'harmonie des forces de la vie et vous relier à l'intelligence de la nature. Observez régulièrement le coucher du soleil ou marchez dans l'herbe pour entrer en contact avec la profonde pulsation de la vie.

L'œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi de pure potentialité ?

Trouver sa voie, c'est d'abord écouter son cœur, et reconnaître qui vous êtes, vos qualités, vos dons, vos talents, et tout ce qui vous rend unique et original. L'introspection est donc la première étape indispensable pour parvenir à rencontrer votre véritable Moi. En faisant ce voyage vers vous-même, vous vous rapprochez de ce champ de pure potentialité, et pourrez créer le job et la vie de vos rêves, sans limites.

Loi n°2 : La Loi du don

La Loi du don, appelée aussi la Loi du Donner et du Recevoir, crée l'harmonie grâce à l'interaction permanente entre vous (votre corps et votre esprit) et le cosmos. Pour que la richesse et l'abondance (tous les bienfaits que vous souhaitez recevoir) puissent circuler, vous devez donner et recevoir. L'argent est le symbole de l'échange d'une énergie de vie, et correspond à un service que vous offrez à l'univers. Pour en recevoir, vous devez permettre de faire circuler l'énergie. Ainsi, si votre intention est de garder et accumuler de l'argent, vous empêchez l'énergie d'affluer dans votre vie. Donner engendre recevoir et recevoir engendre donner. Il s'agit en fait des deux faces d'une même pièce. Donc plus vous donnerez, plus vous recevrez.

Si en offrant, vous avez l'impression de perdre quelque chose, alors votre offrande n'est pas considérée comme un vrai don et vous bloquerez l'abondance dans votre vie. Le plus important est donc l'intention cachée derrière le fait de donner et recevoir. Lorsque le don est inconditionnel et vient du coeur, son retour est directement proportionnel. Si votre don s'accompagne d'une grande joie, l'énergie contenue dans ce don se multipliera plusieurs fois.

Comment appliquer la Loi du don ?

Offrez aux autres ce que vous aimeriez recevoir : si vous désirez de la joie, offrez de la joie aux autres. Si vous cherchez l'amour, apprenez à en donner. Si vous souhaitez qu'on fasse plus attention à vous et que l'on vous apprécie, montrez-vous attentif et apprenez à apprécier les autres.

Aidez les autres à recevoir ce qu'ils souhaitent : si vous voulez l'abondance matérielle, il ne s'agit pas de donner l'argent que vous n'avez pas, mais d'aider les autres à en acquérir ou de partager une part de ce que vous avez. Ce principe fonctionne aussi bien pour les individus que pour les entreprises ou les nations.

Pratiquez la pensée du don, les souhaits du bonheur et la prière : souhaitez le bonheur aux autres, verbalement ou en pensée. Toutes vos pensées contiennent une énergie et une information, plongées dans l'énergie et la conscience universelle. Elles sont vivantes et actives, et ont le pouvoir de transformer.

Faites un don chaque fois que vous rentrez en contact avec quelqu'un : ce don n'est pas nécessaire une chose qui coûte de l'argent. Cela peut être une fleur, un compliment ou une prière. Les formes de don les plus puissantes sont en réalité immatérielles, comme l'attention, l'affection, le respect, l'amour. Le don silencieux comme une bénédiction silencieuse, en souhaitant à l'autre le bonheur, la joie ou le rire, est très puissant.

Recevez tous les dons qu'on vous fait avec gratitude : reconnaissez tous les dons que l'on vous fait, que la nature vous offre. Acceptez un compliment avec reconnaissance, sans vous excuser, ni vous dévaloriser.

L'oeil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi du don ?

Lorsque vous avez fait ce travail d'introspection, et que vous avez pris conscience de tous vos dons et de vos talents, appliquez cette Loi du don en les offrant au monde. Faire profiter à d'autres de votre savoir-faire et de votre savoir-être est une manière de donner, même si vous êtes rémunéré en retour. Vous recevez justement de l'argent en échange de ce que vous donnez. L'abondance circulera naturellement lorsque vous partagerez ce qui fait de vous quelqu'un d'unique, car tout ce qui est rare est précieux.

Loi n°3 : La Loi du karma

La Loi du karma, appelée aussi la Loi de cause à effet, vous fait récolter tout ce que vous avez semé. Le karma contient l'action et la conséquence de l'action en même temps. La cause et l'effet sont simultanés, ce qui fait que chaque action vous reviendra, comme un boomerang. Ainsi, pour créer le bonheur dans vos vies, apprenez à semer les graines du bonheur. Cela implique d'avoir conscience, en agissant, des conséquences de vos actions, et de faire des choix conscients.

En saisissant cette loi, vous comprendrez que tout ce qui vous arrive en ce moment est le résultat de vos choix passés, même si cela est difficile à accepter. Comme beaucoup d'entre nous faisons des choix inconscients, la plupart pensent n'avoir pas vraiment choisi. Mais la vérité est que vous êtes responsable de ces choix et de vos décisions. Lorsqu'on vous insulte, vous avez le choix d'être offensé ou pas, comme vous pouvez décider de ne pas vous sentir flatté lorsqu'on vous fait un compliment.

Comment appliquer la Loi du karma ?

Observez vos décisions passées et présentes : en prenant conscience des décisions que vous faites chaque jour, vous jouirez davantage de leurs bénéfices.

Posez-vous deux questions lorsque vous prenez une décision. D'abord "Quelles sont les conséquences de ce choix ?" et ensuite, "Ce choix sera-t-il source de bonheur, pour moi comme pour ceux qui sont autour de moi ?" Si la réponse est oui, poursuivez. Dans le cas contraire, si ce choix peut causer de la détresse pour vous ou pour autrui, renoncez.

Lorsque vous faites un choix, écoutez votre corps : l'univers vous aide à faire spontanément le bon choix, par l'intermédiaire de vos sensations physiques, localisées souvent dans le plexus solaire ou le coeur. Lorsque vous devez faire un choix, demandez à votre corps : "Si je prends cette décision, que se passera-t-il ?" et écoutez la réponse physique, qui se traduira sous forme de sensation. S'il vous envoie un message d'inconfort, même de manière très faible, votre choix n'est pas bon. Si vous ressentez un soulagement, c'est que c'est le bon choix. Écoutez votre coeur car il est intuitif, au lieu de vous battre contre votre pensée rationnelle.

Et si votre choix vous soulage mais risque de faire du mal à quelqu'un ? Alors c'est que c'est aussi la bonne décision car vous ne pouvez pas rendre heureux ou apporter du bien-être à quelqu'un si vous n'êtes pas en accord avec vous-même. C'est un leurre de vouloir protéger l'autre de la souffrance, à votre détriment. Car vous risquez de gâcher votre vie de vous rendre malade, et sans vous en rendre compte, vous gardez aussi l'autre prisonnier et coupable de la situation et de lui permettre pas non plus d'être complètement libre.

L'œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi du karma ?

Si vous n'êtes pas satisfait de votre vie aujourd'hui et aspirez au changement, observez votre présent et demandez-vous quels sont les choix qui vous ont amené jusqu'ici. Il n'est pas possible de retourner dans le passé, mais il est toujours possible de prendre de nouvelles décisions maintenant. Le changement est le résultat de plusieurs nouvelles décisions. Il suffit d'en enclencher une seule pour changer votre vie. Votre présent est le résultat de vos décisions passées, mais votre futur dépend de vos décisions présentes.

Loi n° 4 : La Loi du moindre effort

La Loi du moindre effort se fonde sur le principe que l'intelligence de la nature fonctionne sans aucun effort, sans résistance. Elle réside dans l'harmonie et l'amour. Observez la nature, elle ne se force jamais. Les plantes n'essaient pas de pousser, elles poussent. Les oiseaux n'essaient pas de voler, ils volent. La nature de l'homme est de donner à ses rêves une manifestation et une forme matérielle, sans effort, naturellement. Dans la science védique, il s'agit du principe de l'économie d'effort ou "faire moins et accomplir plus". Sans rien faire, vous accomplissez tout. C'est aussi ce que l'on appelle le miracle. La nature est intuitive, holistique et féconde.

Lorsque vos actions sont motivées par l'amour, votre énergie se multiplie et s'accumule. Avec ce surplus d'énergie, vous pouvez créer tout ce que vous souhaitez, y compris une richesse illimitée. À l'inverse, l'attention à l'ego consomme une quantité énorme d'énergie. Lorsque vous désirez le pouvoir et le contrôle sur autrui, et que vous recherchez l'approbation d'autres personnes, vous gâchez complètement l'énergie.

Comment appliquer la Loi du moindre effort ?

Acceptez ce qui vient à vous : prenez la décision suivante : "Aujourd'hui, j'accepterai les personnes, les situations et les circonstances telles qu'elles se présenteront". Ce moment que vous vivez maintenant est comme il devrait être, ni plus, ni moins. Ne résistez pas. Si vous êtes frustré ou énervé par quelqu'un ou une situation, souvenez-vous que vous n'êtes pas en train de réagir à la personne ou la situation, mais aux sentiments qu'elles font surgir en vous.

Soyez responsable : prendre la responsabilité de tout ce qui vous arrive, sans blâmer personne (y compris vous-même), vous apportera la capacité de trouver une réponse créative à la situation telle qu'elle est aujourd'hui. Vous aurez le pouvoir de transformer n'importe quelle difficulté en opportunité.

Pratiquez l'abandon et la non-résistance : n'essayez pas de convaincre ou de persuader les autres de votre point de vue. Observez les gens autour de vous, et vous vous apercevrez qu'ils passent 90% de leur temps à défendre leurs opinions. Si vous renoncez à faire comme eux, vous économiserez beaucoup d'énergie, jusqu'à maintenant gâchée, et vous éviterez beaucoup de conflits inutiles.

L'œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi du moindre effort ?

Il se pourrait que votre situation actuelle ne vous convienne plus et que vous soyez dans une certaine résistance. Même si vous avez la volonté de changer de travail, il est important d'accepter votre présent, en comprenant qu'elle est le résultat de vos choix passés. Soyez dans la gratitude de ce que vous recevez, et prenez la pleine responsabilité de là où vous êtes. Cela signifie arrêter de vous plaindre de votre patron ou des conditions de travail, et cherchez comment vous pouvez être à l'origine d'un changement. Cette démarche vous aidera à prendre du recul, à engager une démarche plus saine et moins toxique, et à passer à l'action.

Loi n° 5 : la Loi de l'intention et du désir

La Loi de l'intention et du désir se fonde sur le fait qu'énergie et information existent partout dans l'univers. Ce qui vous distingue des autres éléments de la nature et des autres êtres humains réside dans le contenu informationnel et énergétique de vos corps respectifs. Mais en réalité, il n'y a pas de frontière définie entre vous et l'univers. Vous faites partie d'un champ quantique élargi – l'univers – qui est lui-même votre corps étendu.

Grâce à la conscience humaine – notamment l'attention et l'intention – vous avez la capacité de transformer consciemment le contenu d'informations qui donne vie à votre corps physique. L'attention énergétise et l'intention transforme. Tout ce à quoi vous portez votre attention crée une énergie qui grandit. L'intention transforme cette énergie et organise sa propre réalisation matérielle. Elle orchestre une infinité d'événements spatio-temporels car tout est relié et connecté dans la nature. C'est elle qui permet de réaliser tous vos rêves.

Comment appliquer la Loi de l'intention et du désir ?

Faites une liste de tous vos désirs : portez-la partout et lisez-la avant d'entrer dans le silence et la méditation, tous les matins au lever et tous les soirs avant d'aller vous coucher.

Confiez ces désirs à la matrice de la création : si les choses ne se présentent pas comme vous voulez, comprenez qu'il y a une raison précise à cela et que les plans cosmiques ont pour vous des projets bien plus importants que ceux que vous avez imaginés.

Pratiquez la conscience du moment présent et acceptez le présent comme il vient. Vous créez la manifestation du futur par votre attention ici et maintenant et vos désirs les plus profonds, et les plus chers.

L'œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi de l'intention et du désir

Conscient que vous souhaiteriez changer de situation, vous allez maintenant pouvoir exprimer ce que vous désirez, avec le plus de détails possibles. Dans quel environnement souhaitez-vous travailler ? Avec quel genre de personnes ? À quelle cause voulez-vous contribuer ? En vous posant des questions plus précises, vous réussirez à cibler votre attention et votre intention, la base pour que vos rêves puissent se manifester.

Loi n°6 : la Loi du détachement

La Loi du détachement enseigne que pour obtenir quoi que ce soit dans l'univers physique, il faut savoir s'en détacher. Cela ne signifie pas que vous devez abandonner votre intention de réaliser vos désirs, ni vos désirs eux-mêmes. Ce que vous devez laisser tomber est votre attachement au résultat.

L'attachement est construit sur la peur et l'insécurité. Le besoin de sécurité vient de l'ignorance du vrai Soi. L'attachement s'adresse toujours aux symboles – voitures, argent, maisons, vêtements, etc. Donc ne poursuivez pas les symboles mais les sources de l'abondance, comme la liberté de créer tout ce que vous voulez.

La plupart des gens recherchent la sécurité. Or, la sécurité est éphémère et l'attachement à l'argent est un signe d'insécurité. Si vous voulez être riche pour être en sécurité, financièrement indépendant, prendre votre retraite et faire enfin tout ce que vous rêvez, il y a peu de chances que cela se réalise. Chercher la sécurité vient de l'attachement au connu. Et le connu, est le passé. Il ne génère aucune possibilité d'évolution, et la stagnation crée frustrations et décadence. Soyez à l'inverse ouvert à l'incertain, sol fertile de la créativité pure et de la liberté. C'est le champ de tous les possibles. Et l'abondance viendra naturellement à vous.

Comment appliquer la Loi du détachement ?

Soyez ouvert à la multitude de solutions à vos problèmes : vouloir trouver absolument une solution à vos problèmes limite le champ des possibles, et bloque votre créativité. Détachez-vous du résultat, et la solution apparaîtra.

Considérez l'incertain comme un ingrédient essentiel de votre expérience : Familiarisez-vous avec l'incertain, et sentez-vous en sécurité dans cet incertain car c'est le chemin vers la liberté.

Soyez dans l'anticipation du bonheur : Lorsque vous anticipez le bonheur sans réfléchir à la forme que peut prendre le résultat, vous laissez entrer dans votre vie une infinité de choix. Vous faites l'expérience de la joie, de l'aventure et de la magie de la vie.

L'œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi du détachement ?

Si vous avez peur de ne jamais trouver votre voie, car vous cherchez depuis longtemps, ou bien parce que cela vous semble impossible à atteindre, je vous recommande de vous détacher de cette idée qu'il existe une voie qui vous attend quelque part. Vous avez de nombreuses possibilités qui s'offrent à vous, il ne tient qu'à vous de commencer par trouver ce qui vous rend unique et ce que vous aimez, et de créer vous-même votre voie à partir de cette découverte. En vous détachant de l'illusion qu'il n'existe qu'une seule voie possible, que vous avez peu de probabilité de trouver, vous ouvrirez de nouvelles potentialités. Vous trouverez votre voie dans une dynamique d'introspection et d'ouverture.

Loi n°7 : La Loi du Dharma

“Tout le monde a une mission dans la vie...

Un don unique

Ou un talent spécial à offrir à autrui.

Lorsque nous mettons ce talent

Particulier au service

Des autres, nous connaissons l’extase

Et l’exultation de notre propre esprit, lui

Qui est le but ultime de tous les buts.”

Deepak Chopra

La Loi du Dharma, ou but de la vie, enseigne que nous avons pris une forme physique pour réaliser un objectif bien précis. Selon cette loi, vous possédez un talent particulier et une manière unique de l’exprimer. Il y a quelque chose que vous pouvez accomplir mieux que quiconque dans le monde entier. Et cette chose répond à des besoins spécifiques. Lorsque vos talents et ces besoins se rencontrent, l’abondance afflue.

Il existe une raison à votre vie sur cette terre, et il est de votre responsabilité de la trouver. Cherchez comment servir l’humanité grâce à vos talents particuliers. C’est la seule obsession que vous devriez avoir si vous souhaitez vivre dans l’abondance. Il existe trois composantes à la Loi du Dharma :

Chacun est sur terre pour trouver son véritable Soi. Nous sommes des êtres spirituels, manifestés dans un corps physique. Nous devons découvrir par nous-mêmes la divinité en nous qui ne demande qu’à s’exprimer.

Chaque être possède un don particulier. Ce don est unique par sa nature ou son expression et personne d’autre ne peut l’exprimer de la même manière. En le mettant en œuvre, vous vous éveillez à l’intemporel.

Nous sommes sur terre au service de l’humanité. Chacun est né avec un don pour aider d’autres personnes.

Comment appliquer la Loi du Dharma ?

Demandez-vous ce qui anime votre corps et votre esprit. Écoutez ce que vous dit votre cœur, ce qui le fait vibrer, et poursuivez cette voie.

Faites une liste de vos talents particuliers : notez ce que vous aimez faire, ce qui exprime vos talents. Mettez ensuite ces talents en action pour le service de l’humanité. Vous échapperez au temps et attirerez l’abondance, aussi bien pour vous que pour autrui.

Posez-vous chaque jour les questions suivantes : comment puis-je servir ? Comment puis-je aider ? Les réponses à ces deux questions vous permettront d’aider et de servir vos semblables avec amour.

L’œil du coach : Comment trouver votre voie grâce à la Loi du Dharma ?

Si vous souhaitez vous épanouir pleinement, tant sur le plan professionnel que personnel, vous avez donc compris que vous ne pouvez pas faire l’impasse sur le fait d’activer vos talents et d’en faire don aux autres. Si vous en faites votre activité principale, vous n’aurez pas à vous inquiéter de vos revenus. Toutes les lois spirituelles se mettront en action naturellement, et vous ne manquerez de rien. Seulement, la plupart font l’inverse et se préoccupent d’abord de leur sécurité matérielle, avant de se demander quels sont leurs talents et comment ils pourraient les offrir au monde. En suivant cette démarche, vous risquez d’être frustré, vous limitez non seulement votre potentiel, mais également l’abondance dans votre vie.