

LES SEPT LOIS SPIRITUELLES DU SUCCÈS

Deepak Chopra

J'ai lu © 2004
112 pages

Livre anglais

Livre français



LES IDÉES

POUR SUIVRE ET ACCOMPLIR TA DESTINÉE

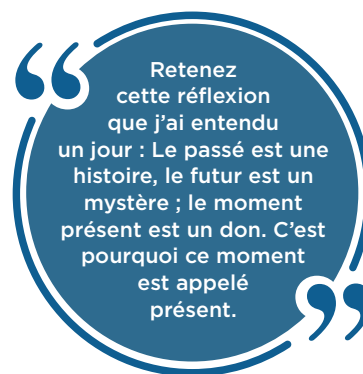


« Vous possédez un talent particulier, ainsi qu'une unique manière de l'exprimer. Il existe quelque chose que vous pouvez accomplir mieux que qui que ce soit dans le monde entier. » **La loi du Dharma** ... Va chercher au plus profond de toi même pour **analyser et comprendre ce que tu dois accomplir dans ta vie**. Marc-Aurèle disait dans ses pensées (notes ici) : « Chaque être à sa destination [...], et toi donc, pour quoi es-tu créé ? Pour jouir ? Vois si cette pensée est soutenable ». **Nous avons tous un objectif, une mission de vie. Ta principale quête dans la vie est de la trouver, et de l'accomplir.**



EXPÉRIENCE DE SOI / EXPÉRIENCE DE L'ÉGO

C'est la loi de pure potentialité : « Lorsque vous découvrez votre nature et savez qui vous êtes vraiment [...], vous trouvez le pouvoir de réaliser tous vos rêves ». **Nous DEVONS vivre le pouvoir du soi**. Lorsque nous faisons « référence au soi », notre point de référence devient notre propre esprit, et non les objets de nos expériences (influence des situations, des personnes, ...). **Ton égo n'est que l'image sociale que tu as de toi-même, ton vrai « toi » est libre de toutes les chaînes de la société. Comment vivre l'expérience du soi ? Tout simplement en pratiquant le silence, en méditant chaque jour, en vivant en communion avec la nature ou encore en pratiquant le non-jugement ...**



DONNER SI L'ON VEUT RECEVOIR



La loi du don. Nous ne sommes qu'énergie. L'univers agit par échanges dynamiques, l'énergie a besoin de circuler. **« Vous devez donc donner et recevoir pour que la richesse et l'abondance puissent circuler dans votre vie. »** « Donner engendre recevoir, recevoir engendre donner. » Voilà, pas plus compliqué que ça : P Loi tellement simple à mettre en pratique ... **Si tu veux un sourire, offre un sourire. Si tu veux de la joie, de l'amour, de l'attention, offre de la joie, de l'amour ou de l'attention.** Et retiens bien ceci : **« La voie la plus simple pour obtenir ce que l'on veut est d'aider les autres à recevoir ce qu'ils souhaitent ».**



ON RÉCOLTE CE QUE L'ON SÈME



L'idéal consisterait à méditer au moins une demi-heure le matin et une demi-heure le soir. La méditation vous offre l'expérience du champ de pur silence et de la pure attention.



« Que ceci nous plaise ou non, tout ce qui vous arrive est le résultat des choix que vous avez fait dans le passé. » La loi de cause à effet (#karma) !! **Prends conscience de chaque graine que tu sèmes. Sors des réflexes conditionnés du style « stimulus -> réponse », qui te font semer de mauvaises graines.** On a déjà vu ensemble avec Viktor Frankl dans *Man's search for meaning* (notes ici) que **quoi qu'il arrive, on aura toujours (toujours toujours) la liberté de choisir nos réponses à n'importe quelle situation donnée.** Prends conscience des choix que tu fais, prends conscience des graines que tu sèmes dans ta vie.

SE DÉTACHER DE CE QUE L'ON VEUT OBTENIR



Dernière loi que nous allons voir ensemble, celle du détachement. **« Pour acquérir quoi que ce soit dans l'univers physique, il faut savoir s'en détacher.** Cela ne veut pas dire que vous deviez abandonner l'intention de réaliser vos désirs. Ce que vous devez laisser tomber n'est ni l'intention, ni le désir, mais votre attachement aux résultats. » **Ne jamais se concentrer sur les résultats. La science montre aujourd'hui que le bonheur se situe dans le processus, et non dans le résultat** (Confucius disait aussi : « le bonheur ne se trouve pas au sommet de la montagne mais dans la façon de la gravir »). **Comment vit-on cette loi ? Vis tes projets étapes après étapes. Divise tes objectifs dans le temps. Garde de la flexibilité. Sors de ta zone de confort. Agis dans l'incertain !**