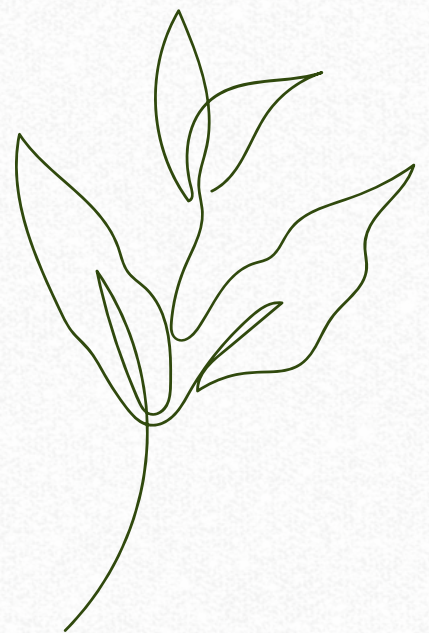
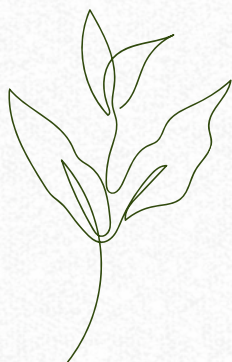


# 7 UNIVERSSELLA LAGAR FÖR MÄNSKLIGHETEN

---

EN SAMMANFATTNING AV DELAR  
AV BOKEN "LIVETS SJU ANDLIGA LAGAR"  
AV DEEPAK CHOPRA.



# I. Lagen om oändliga möjligheter

Vem är jag? Allt i hela universum är vibrerande energi. Jag är en vibrerande energi. Det som håller ihop energin som är mitt fysiska jag är mitt medvetande. Jag är mitt medvetande och mitt medvetande är ren energi. Medvetandet har tillgång till all kunskap eftersom mitt medvetande är ett hologram av ett högre medvetande. Ett hologram är när varje liten del av något större innehåller allt. Alla andra medvetanden är också hologram av samma högre medvetande. Vi är alla ihopkopplade på en högre nivå. Allt är ett.

Att ta kontakt med vårt eget högre medvetande, vårt högre jag är att hitta sig själv. Att börja leva inifrån sig själv utan att vara beroende av yttre påverkan är ett liv med oändliga möjligheter. Det är alltid dina tankar som är din begränsning. Är du beroende av yttre saker som exempel vad andra ska tycka om dig eller vilken jobbtitel du har så ändras ditt jag efter yttre omständigheter. Då har du inte åtkomst till oändliga möjligheter utan du blir ett offer för omständigheter och andras tyckande.

För att du ska komma åt ditt högre jag behöver du höja din frekvens vilket är vägen till oändliga möjligheter. Du kan höja din frekvens genom att vara ute i naturen. Du kan träna på icke dömande. Daglig meditation kan vara den bästa vägen till att höja frekvensen. Att dessutom vara ute i naturen och meditera är ännu mer frekvenshöjande. Det är bättre att meditera lite varje dag än att spara till en längre stund när man upplever sig ha tid. Alla har tid en liten stund varje dag. Det är uthållighet och repetition som skapar förändring.

Att vara i tystnad med endast naturens ljud är ett bra sätt. Vår inre dialog kommer till slut acceptera och bli allt tystare och till slut kommer man in i djupet av oss själva där oändliga möjligheter finns. Stillheten och tystnaden är det första steget i att medvetet manifesteras det du önskar i livet. Ditt sinne behöver bromsas upp för att få åtkomst till din obegränsade potential.

## 2. Lagen om att ge och ta emot

Hela universum handlar om ett samspel mellan att ge och ta emot. Att ge och ta emot är samma sak beroende på perspektiv. Om ingen ger stannar flödet och det finns inget att ta emot. När du ger ska du ge för att du vill ge och inte för att du måste. Du ska ge med kärlek och glädje. På det sättet kommer du få men troligen från annat håll. Ge utan förväntan att du ska få något tillbaka och ge för att du vill ge. Var glad och tacksam över att du kan ge och gläds även med den som tar emot. Det enklaste sättet att få det du vill ha är att hjälpa andra att få det dom vill ha.

Den principen fungerar på alla nivåer som grupper, företag, föreningar och enskilda. Om du vill vara omtyckt och ha beröm, visa att du tycker om andra och ge beröm. Vill du ha kramar ge kramar. Vill du ha pengar ge pengar. Det fungerar med allt. Orsaken till att det fungerar på det här sättet är att allt är energi. Lika energi attraherar lika och när vi sänder energi attraherar vi samma energi som vi sänder ut.

Vissa säger att de inte har något att ge men vi har alltid något att ge. Vi kan ge av det vi har. Något som vi alla har är tid och det kan i många fall vara ett av det finaste vi kan ge. Därför kan vi alla ge på något sätt.

När du får ska du ta emot med tacksamhet och säga tack. Om du säger att det där behöver du inte ge mig så stoppar du flödet eftersom ge och ta emot är samma sak. Håll flödet öppet genom att tacksamt ta emot. Ge med glädje och ta emot med tacksamhet.

Låt alla du möter känna ett ökat värde av att ha träffat dig. Det kan vara en blick, ett leende, en öppnad dörr eller bara en snäll kommentar. Tänk hur världen skulle bli om den här andan sprider sig. Du kan vara den som börjar genom att du frågar och med nu ger ett ökat värde till alla du möter.

### 3. Lagen om orsak och verkan

Den här lagen handlar om attityd. Attityd är blandningen av tanke, känsla och handling. Det vi sänder ut får vi tillbaka. Det man sår får man skörda. Varje handling har en verkan. Om vi vill känna lycka behöver vi så frön av lycka och därför kan man säga att den här lagen handlar om våra val. Alla val fram till idag har lett oss dit vi är idag och gillar vi inte det vi ser behöver vi ändra våra val från och med nu.

Vi gör enormt många val varje dag och de flesta av valen gör vi helt automatiskt utan att reflektera över att det är ett val. Om någon förolämpar dig så reagerar du, om något berömmar dig så reagerar du. Hur vi reagerar är ett val. Vi skulle kunna reagera på ett helt annat sätt om vi väljer att göra det.

Vi är fulla av triggers som aktiveras när något händer och då reagerar vi helt automatiskt och oftast på ett dåligt sätt. Vi är lite som Pavlos hundar där man hade kopplat en trigger till klockringning och mat. När man ringde i klockan började tandvattnet på hundarna att rinna. Liknande triggers har vi människor massor av i våra kroppar.

Många förklarar det med att vi gör saker på grund av en vana. Men en vana är när vi gör något omedvetet. När vi gör något medvetet så är det ett val. Att röka är för det mesta inte en vana, utan ett val. Första steget till förändring är att inse att man har något man vill förändra. När du är medveten om dina val börjar du medvetet styra livet.



## 4. Lagen om minsta ansträngning

Gräset försöker inte växa utan det bara växer. Fåglar försöker inte flyga utan de bara flyger. Spädbarn försöker inte vara lyckliga utan dom bara är lyckliga. Vi människor manifesterar hela tiden oavsett om vi försöker eller inte. Vi manifesterar hela tiden det som automatiskt snurrar i våra tankar för det följer lagen om minsta ansträngning. Men det är inte alltid vad vi vill ha i våra liv. Enligt Indiens urgamla Vediska visdom säger man att ju mindre man anstränger sig ju mer får man uträttat. När vi uträttar något stort utan stor ansträngning brukar det vanligtvis kallas för mirakel vilket egentligen bara är ett uttryck för lagen om minsta ansträngning.

När du lägger energi på att få makt över andra blockerar du energi. När du strävar efter pengar eller saker för ditt egos skull blockerar du energi. Du söker lycka men det är bara en illusion du söker. Lyckan kommer inte från yttre saker utan lyckan kommer inifrån. När du gör saker av kärlek följer du lagen. Gör man saker av kärlek går allt dessutom extremt lätt. Om vi släpper på vikten av vår egen betydelse så frigör vi stora mängder energi som vi istället kan använda till att manifesteras det vi önskar i livet vilket innebär att vi känner lycka.

Tre saker som hjälper dig att följa den här lagen och därmed skapa mer med mindre ansträngning.

**1)** Acceptera nuläget. Nuet är alltid precis som det ska. Alla dina val fram till just precis nu är orsaken till att allt är som det är just precis nu, därför acceptera alltid nuet.

**2.)** Ta ansvar. Med ansvar menas att allt som händer dig har du ett ansvar för. Du skapar ditt liv oavsett vad som händer dig. Du attraherar samma energi som du håller och du kan medvetet ändra din energi och frekvens med dina tankar.

**3.** Försvarsfrihet. Det innebär att du inte behöver försvara dig och dina åsikter. Du behöver inte övertyga eller överbevisa andra om dina åsikter. Att försvara dina åsikter är energislöseri. Våga vara den du innerst inne vill vara och du blir en förebild för dina åsikter och värderingar istället för att övertyga andra.

## 5. Lagen om fokus och intention

Den här lagen bygger på kunskapen om att allt i hela universum i dess minsta beståndsdel är vibrerande energi. Med allt menar man människor, saker, träd och natur m.m. Dina tankar är också vibrerande energi. På den materiella nivån är vi till största delen byggda av grundämnena kol, väte, syre och kväve. Det är inte grundämnena som skiljer oss åt. Vi människor och träden byter till exempel kolatomer med varandra dagligen. Det som skiljer ett träd från oss människor är frekvens och information som ligger på energinivån som är den minsta beståndsdel av allt som finns.

I naturens ordning är vi människor en privilegierad art eftersom vi har ett nervsystem och en hjärna som kan tolka energi. Det vi upplever som tomt och innehållslöst i rummet där vi befinner oss är i själva verket fullt av energi. Det finns massor av energi på olika frekvenser i allt tomrum. Det finns massor av tv-kanaler, radiokanaler, mobiltelefonsamtal och till och med dina tankar är energi som finns i rummet. Om du skulle kunna se energi istället för materia så skulle du inte kunna se var saker börjar och slutar för allt är en enda dans av energi som vibrerar. Du kan tänka dig lite som myrornas krig på tv:n.

Med vår kropp och sinnen upplever vi världen som egentligen bara är en total dans av energi och information. Vi människor är sannolikt den enda arten på jorden som medvetet kan ändra frekvens och information i vårt eget energifält. När vi gör det påverkar vi även energifältet som ligger utanför vår kropp och hela universum. Du kan tänka dig att du kastar en sten i ett kavlugnt vatten och då skapas ringar som sprider sig längre och längre. Du ändrar frekvens och information via dina tankar och du har oändliga möjligheter att ändra eftersom du kan välja tankar. Genom din påverkan av energifältet utanför dig så manifesterar du din verklighet. Lika frekvenser attraherar lika frekvenser. Du är som en radiomottagare, när du ställer in dig på en frekvens så är det bara den frekvensen du hör. Ställer du in radiomottagaren på P3 hör du bara P3 och inte P4.

Vi ändrar vår frekvens medvetet genom fokus och intention. Fokus genererar energi och intention förändrar. Det vi fokuserar på växer i våra liv och det vi inte fokuserar på tynar bort. Intention transformerar energi och information. Intention transformerar energin till det avsikten är menad. Allt i naturen följer den menade intentionen. En blommas intention är att växa och blomma och något annat gör den inte. Fåglarna

flyttar till varmare länder när kylan kommer och flyttar tillbaka när värmen kommer för det är deras inprogrammerade intention. Laxen återvänder till sin födelseplats för det är deras inprogrammerade intention. Vi människor kan välja intention och medvetet hålla fokus och därför skapa vad vi vill.

Det viktigaste med en medveten intention är att den är för mänsklighetens bästa. Den ska byggas på kärlek och ljus för allt medvetande är kärlek och ljus. Det som inte är kärlek och ljus är mindre medvetande. Vi kan jämföra det med att det finns ström. Ström är varken bra eller dålig utan ström är bara ström. Ju mer ström ju mer energi. Ju mer kärlek och ljus ju mer energi.

En intention där vi känner passion är den verkliga kraften bakom en önskan. Intention är för framtiden och fokus är i nuet. Så länge du har ditt fokus i nuet kommer du manifesteras din intention som ligger i framtiden för allt skapas alltid i nuet. När du befinner dig i nuet så försvinner ca 95% av alla hinder och problem. De fem procent som blir kvar blir till utmaningar och lärdomar att utvecklas ifrån.

När du lär dig använda kraften i intention och fokus kommer du manifesteras med lätthet. Du kan även genom hårt jobb och ansträngning uppnå stora mål men det kan kosta din hälsa. Sådana människor upplever ofta stress vilket kan leda till sjukdomar och försämrat immunförsvar. Om du följer de här fem stegen kommer din intention skapa sin egen kraft.

**Steg 1)** Meditera och var i mellanrummet mellan dina tankar varje dag. Då hamnar du i tillståndet av helt varande med tillgång till oändliga möjligheter.

**Steg 2)** Visualisera dina önskningar i samband med att du går in i mellanrummet. Skriv även ner dina önskningar och läs dom innan du går in i meditationen.

**Steg 3)** Var i ett självrefererande tillstånd vilket innebär att du inte ser dig själv genom omvärldens ögon. Att mentalt träna självbild är extremt effektivt för att bli mer självrefererande.

**Steg 4)** Släpp all förväntan till resultatet av din önskan och intention. Var i nuet och lev i tillit.

**Steg 5)** Lita på att universum ordnar alla detaljer. Var öppen och lita på att allt alltid blir som det ska. Följ din känsla för det är genom dina känslor universum guidar dig. "Go with the flow!"

## 6. Lagen om fokus och intention

Människor söker hela tiden trygghet och vill veta vad som finns där framme. Bara jag har det ena eller det andra så kan jag göra det jag vill. Framtiden är alltid oviss och det behöver vi träna på att inse. Hitta njutningen i att framtiden är oviss och att du hela tiden har alla möjligheter. Att vara beroende av något är fattigdomsmedvetenhet. Det bygger på rädsla och osäkerhet. Det är vanligt att vi fått den känslan som barn och lever efter den även som vuxen. Att vara oberoende är rikedomsmåedvetenhet. För det är i ovissheten allt skapas. Ingen vet något om framtiden men vi kan med vårt fokus och intention styra framtiden. Det blir inte alltid som den bild vi målat upp men det blir alltid ett resultat som matchar den frekvens vi håller. Det kan innebära något mycket bättre än den bild vi målat upp i vårt inre.

När vi är beroende låser vi vår mentala balans till saker utanför oss som exempel materiella saker som bilar, hus eller pengar. Om vi kan känna tillit i oberoende så har vi vår referenspunkt i oss själva och vår yttre verklighet är en spegling av vårt inre.

De som söker efter yttre trygghet söker efter en illusion för det finns ingen yttre trygghet. Det finns ingen som vet något om framtiden. Därför är det bättre att söka inre trygghet för det är den enda trygghet som finns och acceptera yttre otrygghet. Framtiden blir alltid som vi vill om vi följer alla universella lagar. När du är beroende till din önskan blir din kreativitet låst och du begränsar flödet.

Om du försöker tvinga fram en lösning så motverkar du den här lagen och du kommer få mer problem. Alla problem du har i ditt liv innehåller fröet till en möjlighet för något bättre. Om du ser saker på det sättet kommer det hända saker som många kallar för tur. Tur är att vara beredd när möjligheterna kommer. När du har fokus på möjligheter så kommer du se dom annars inte.





## 7. Lagen om livets syfte

Enligt den här lagen har du ett syfte här på jorden. Livet i sig har ingen mening utan det är du som ger livet mening genom ditt syfte. Det finns något eller några saker du kan bättre än alla andra och då menas det på ditt sätt. Det finns ingen annan som kan göra det du är menad att göra lika bra som du kan på ditt sätt. När du gör detta någonting tappar du tid och rum för då är du inne i ditt flow. Det finns alltid behov för din unika talang. Om du känner in just nu vad som ger dig högsta glädje och lycka utan att någon annan upplever något negativt av just den saken så ska du göra det. Du ska göra det så långt och länge du kan. Sen känner du in på nytt vad som ger dig högsta glädje och lycka och så agerar du på det så långt du kan. Om du följer den principen kommer du hitta din unika talang och utveckla den till ditt syfte här på jorden. Ditt syfte kommer också gynna mänskligheten för universum är skapad att vara så. Det här sättet att tänka borde vi lära våra barn redan i tidig ålder istället för att begränsa dem med våra begränsade sanningar.

Vi behöver inse att vi är en själ som temporärt har en kropp och inte att vi är en kropp som har en själ. Det finns så mycket mer än det våra fem sinnen kan tolka och ta in. Hjärtat tar in långt mycket mer av det okända utanför oss än våra fem sinnen och hjärtat kommunicerar det till oss via intuition och känslor. Om vi stannar upp och lyssnar inåt och lär oss tolka dessa signaler får vi tillgång till en mycket större värld än den värld våra fem sinnen ger oss.

När du gör det du brinner för plus att andra människor får vinning av det du gör då kommer du känna lycka. Alla människor vill känna lycka och tänk att få ge till andra av det du tycker är det bästa som finns. Ställ dig själv frågan, om pengar, kunskap eller rädsla inte vore ett hinder vad skulle du göra då? Om du skulle fortsätta med det du redan gör då lever du enligt ditt syfte om inte så har du inte hittat rätt ännu. Då ska du söka vidare, vad är din unika talang och hur kan du tjäna mänskligheten med den talangen. När du hittat svaret så lev efter det varje dag och du kommer uppleva mycket mer lycka i livet.

Slutligen, här är en fråga du alltid kan ställa dig om du står inför ett val:

***Vad skulle en människa som älskar sig själv göra?***

Lyssna och följ vad hjärtat svarar, då gör du alltid rätt.