

De 12 wetten — van — KARMA

Sandy Hinzelin en Anaka



DELTAS



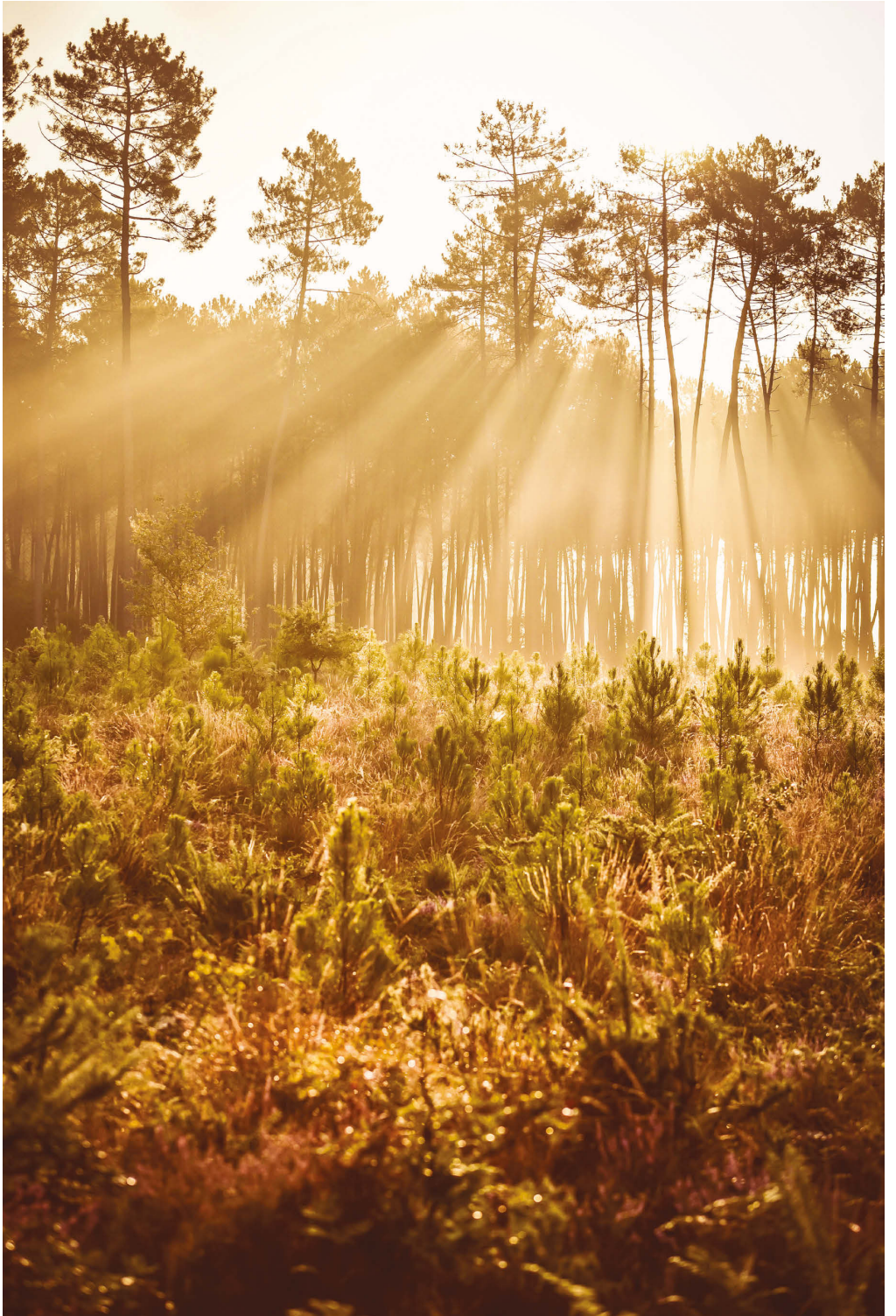
Voorwoorden	6
1. De grote wet <i>'We oogsten wat we zaaien.'</i>	17
2. De wet van creatie <i>'Onze intenties beïnvloeden de creatie van wat ons omringt.'</i>	33
3. De wet van nederigheid <i>'Wat we niet accepteren, blijft gebeuren.'</i>	47
4. De wet van groei <i>'Je kan de wereld alleen veranderen door eerst jezelf te veranderen.'</i>	63
5. De wet van verantwoordelijkheid <i>'Wat ons omringt, is slechts een spiegel van onszelf.'</i>	81
6. De wet van verbinding <i>'Alles is verbonden met het universum, van de kleinste gebaren tot de grootste stappen.'</i>	97

7. De wet van concentratie	115
<i>‘Als we ons op meer dan één ding tegelijk concentreren, verliezen we onze doelen uit het oog.’</i>	
8. De wet van geven en gastvrijheid	131
<i>‘Ons gedrag moet overeenkomen met onze overtuigingen en we moeten altruïstisch zijn.’</i>	
9. De wet van verandering	147
<i>‘De geschiedenis herhaalt zich tot we besluiten haar te veranderen door onze energie op iets anders te richten.’</i>	
10. De wet van het hier en nu	163
<i>‘Het heden is het enige wat we hebben. Verankerd blijven in het verleden of tijd verspillen door over de toekomst te fantaseren is zinloos.’</i>	
11. De wet van geduld	179
<i>‘Alles van waarde vereist geduld.’</i>	
12. De wet van waarde en inspiratie	195
<i>‘Onze acties mogen niet middelmatig zijn, want alleen met ons engagement kunnen we een positieve bijdrage leveren aan het Geheel waarin wij leven.’</i>	
Besluit	210
Eindnoten, dankwoorden, bronnen, over de auteurs	213

'Het woord komt van het Sanskriet *karman* van de wortel *kr-*, dat 'handelen, doen' betekent, en dat de basis is van het Latijnse *creare* en het Nederlandse *creëren*. In het hindoeïsme bepaalt karma dus wat we doen. Ook in de boeddhistische traditie is karma een centraal concept. Het bestaat in onze intenties en de sporen die worden achtergelaten door alle mechanismen en effecten die ons wezen in de wereld projecteert. We worden geboren met generationeel karma, we verwerven familiekarma en het karma van onze opvoeding, we creëren het karma van onze huidige realiteit...

Elk moment creëren we karma. Het is een van de drijvende krachten van ons bestaan in het universum. Zodra we ademen en leven, creëren we karma – positief of negatief.'

Marc de Smedt, journalist, auteur en meditatie-expert





1.

De grote wet

‘We oogsten
wat we zaaien.’



Karma is het verlengstuk van ons bewustzijn, dus kunnen we het veranderen.

Tussen onze handen hebben we een energie, die we kunnen gebruiken. Het is aan ons om te beslissen of ze al dan niet welwillend is.

Deze foto stimuleert ons om ons voor te stellen wat we in deze ruimte tussen onze handen willen leggen, in ons innerlijk toevluchtsoord, wat we de wereld zullen aanbieden.

Het zwart-wit zorgt voor onpartijdigheid, om niet te beïnvloeden wat we zien in deze leegte, die toch vol is van onze verlangens.

De close-up is een allegorie voor de zeer intieme aard van deze persoonlijke keuze.

Het clair-obscurlicht illustreert dat deze keuze voortkomt uit ons diepste wezen.

Deze energie of handeling zal een andere energie of een gevolg voeden.

Wat wil jij creëren?



