

**Den mindst mulige anstrengelses lov:**

Accepter tingene som de er.  
I dette øjeblik kan de ikke være anderledes.  
(Du kan ønske dem anderledes i fremtiden)

Sørg for at dine handlinger er motiveret af kærlighed  
- derved spildes der ingen energi.  
( Gør mindre og opnå mere)

**Accept.**

**Dette øjeblik** – det øjeblik, du oplever lige præcis **NU** – er  
kulminationen af alle de øjeblikke, du har oplevet tidligere.

Når du kæmper imod dette øjeblik,  
kæmper du imod hele universet.

I stedet kan du beslutte, at i dag vil du ikke kæmpe imod  
hele universet, ved at kæmpe imod dette øjeblik.

Det betyder, at din accept af dette øjeblik er total og  
fuldstændig.

Du accepterer tingene som de er –  
(ikke som du ønsker at de var lige nu)

De forhold til andre mennesker, du har tiltrukket i dit liv  
på nuværende tidspunkt, er præcis de forhold,  
du har brug for på nuværende tidspunkt i dit liv.

Deepak Chopra.  
Indisk læge og filosof.