

La gratitude est le remède miracle à chaque instant de malaise. C'est la façon la plus rapide de dissoudre l'anxiété, de guérir la déception, de remplacer la négativité par la positivité. C'est le plus court chemin d'un cul-de-sac vers la Voie. C'est l'énergie qui nous relie à Dieu.

Essayez, pour voir.

La prochaine fois que vous affronterez un résultat, ou une expérience, qui ne correspond pas à ce que vous avez demandé, arrêtez-vous. Arrêtez en plein dedans, peu importe ce que c'est. Vous n'avez qu'une chose à faire : arrêter.

Fermez les yeux un tout petit moment et dites intérieurement : "Merci, Dieu."

Respirez profondément et dites ensuite : "Merci pour ce cadeau et pour le trésor qu'il me réserve."

Soyez assuré qu'il détient un trésor, même si vous ne le voyez pas déjà. La vie vous le prouvera, si vous lui en donnez la chance.

Lorsque la gratitude remplace le jugement, la paix s'étend à tout votre corps, la douceur étreint votre âme, la sagesse remplit votre esprit. Que la gratitude remplace le jugement, et toute votre expérience de la vie changera pour le mieux, en cinq secondes.

En cinq secondes.

Car tout est dans l'attitude. Celle-ci corrige votre trajectoire de vie lorsque vous vous êtes écarté de la Voie. L'attitude, c'est la carte de l'Esprit. C'est le GPS du cerveau.

Une attitude négative vous enverra sur la route du malheur. Il n'y a pas moyen de l'éviter. Cela se produira à coup sûr, peu importe le problème. Une attitude positive vous remettra sur la Voie de la paix intérieure et du bonheur. Encore là, il n'y a pas moyen de l'éviter. Cela se produira inévitablement, peu importe le problème.

Cependant, comment peut-on passer à la gratitude lorsque les circonstances ou les situations qui se présentent sont absolument misérables et désolantes – ou même menaçantes pour la vie?

En sachant que chaque moment de la vie est pour vous une occasion unique de reconnaître en votre for intérieur, d'exprimer et de ressentir la Divinité présente en vous.

Extrait de "L'abondance véritable ?" de Naele Donald Walsch