

Changer votre vie en 10 conseils des Anges

par Doreen virtue



1. Vis dans l'intégrité.

Les Anges m'ont dit : « Prends le temps de faire les activités qui correspondent à tes plus hautes intentions. Laisse aller les choses que ton intuition t'incite à abandonner. Elles te deviendront peut-être un jour plus agréables ou elles disparaîtront par elles-mêmes. »

Les Anges m'ont conseillé de faire confiance à mon cœur. Ils m'ont assuré qu'il était prudent de refuser un travail qui ne correspond pas à mes vrais intérêts. Je me suis vite aperçue qu'ils avaient raison.

2. Seul le moment présent existe.

« Tu es complète et entière maintenant. Ne tourne pas ton regard sur ce que demain pourrait apporter, car cela implique que tu es imparfaite, qu'il te manque quelque chose dans le présent et que tu ne seras entière que lorsque ce quelque chose à l'extérieur de toi se manifesterait dans ta vie. »

Quand les Anges m'ont dit cela, j'ai réalisé que je vivais pour le futur. Mon attention était portée sur ce que demain apporterait au lieu de la bénédiction du moment. Je fais maintenant la « liste de mes grâces » chaque soir.

3. Tous les conflits sont dans ta tête.

« Tout conflit que tu vis ou vois dans le monde est une projection de ton ego. En vérité, le monde est complètement en paix et tu projettes ta peur de la paix sur le monde. Tu ne veux pas faire face à ton conflit intérieur, mais tu veux l'éloigner de toi. Alors, tu le projettes sur les autres et tu crois qu'ils sont la cause de ton inconfort. Les autres sont neutres, des pages blanches que tu colores de tes propres significations et définitions et qu'ensuite tu prends pour la réalité. En retour, les autres te traitent selon tes attentes ; c'est la prophétie qui se réalise. »

Quand les Anges m'ont expliqué cela, j'ai réalisé que je permettais à la peur de me rendre misérable. Mais j'ai toujours eu le pouvoir de choisir les pensées et les sentiments que j'attribuais à chaque situation.

4. Purifie ton alimentation.

« Tous les aliments portent des vibrations, et tu veux vibrer à des fréquences plus hautes et plus raffinées possible. Adopte une diète composée de fruits et légumes frais, de noix, de grains entiers qui possèdent tous de hautes fréquences vibratoires. Évite de manger les aliments à basses vibrations dont la viande, les produits laitiers, l'alcool, le sucre, le chocolat et la caféine. Puis, rappelle-toi que l'essence de tous les aliments que tu manges a des effets même une fois digérés et évacués. »

Au moment où l'Ange m'a parlé de la leçon 4, ma diète était déjà très saine. J'avais abandonné la viande, la volaille et l'alcool. Mais, il y avait encore de la place à l'amélioration. J'ai donc suivi les conseils diététiques de mon Ange et j'ai adopté une approche végétarienne. L'amélioration pour mon énergie et ma conception de vie a été immédiate. Le choix d'aliments sains m'a paru facile et naturel, sans que j'aie à me priver de quoi que ce soit.

5. Ne donne pas pour recevoir.

« Lorsque tu donnes, cesse de définir les résultats auxquels tu t'attends. En donnant, tu recevras ; c'est une loi universelle. Mais ce n'est pas à toi de décider comment la cause et l'effet doivent se produire. De plus, lorsque tu attends quelque chose en retour, tu n'as pas réellement donné. Au lieu de cela, tu comptes ce que tu donnes en esprit, espérant d'abord recevoir quelque chose avant de faire ton propre don. »

Encore une fois, j'étais gênée que les Anges puissent voir les profondeurs de mon âme. Ils savaient que j'étais une personne généreuse. Pourtant, je dois admettre que parfois je donnais en m'attendant à recevoir en retour. Avec une confiance aveugle en mes Anges, j'ai décidé de couper tous les filets qui étaient rattachés à mes cadeaux. Presque immédiatement, j'ai commencé à recevoir des cadeaux-surprises, tels de nouvelles opportunités professionnelles et de merveilleuses expériences avec mes amis.

6. Passe du temps seul(e) dans la nature.

« Les sons et les parfums de la nature sont invisibles. Par conséquent, ils conduisent l'esprit vers le monde invisible où les choses vibrent plus haut et plus vite que la matière. Ce sont les propriétés guérissantes de la nature. Il y a aussi de vrais Anges de la Nature. Tu peux leur demander qu'ils te guérissent. Être dans la nature t'aide à t'adapter au rythme naturel de la terre et puisque le temps et les cycles font partie de l'ensemble, tu t'harmonises avec le rythme de la vie. »

Suite au conseil des Anges, j'ai décidé de m'éloigner de mon bureau plus souvent et j'ai commencé à prendre mes repas du midi à l'extérieur. L'air frais, le soleil et le parfum des fleurs m'aident à méditer plus profondément. Je m'assois dehors et je demande aux Anges de la Nature de m'envelopper.

7. Détache-toi de la matière.

« Lorsque ta pensée s'attache à la matière dans la pensée, tu restes attachée aux produits de l'ego et donc attachée à l'ego. L'esprit doit dominer la matière et non pas l'ego. »

Mes Anges gardiens m'ont bien fait comprendre qu'il n'y a rien de mal dans les choses matérielles. Selon les Anges, la matière est neutre. Ils savent bien que nous, les humains, avons des besoins matériels tels la nourriture, les vêtements et le logement. Cependant, lorsque nous contemplons exagérément les choses matérielles, c'est-à-dire si nous pensons continuellement à l'argent et aux possessions, nous nous focalisons sur notre nature inférieure et non sur notre Être supérieur.

8. Ne juge pas.

« Tu juges les autres pour te protéger, tu les éloignes pour ne pas avoir mal. Mais nous t'avons dit que tu n'as pas besoin de penser à ta sécurité. Tu es en sécurité, mais si tu as tendance à te préoccuper sans cesse de ta sécurité, tu peux attirer sur toi ce que tu crains le plus. »

Les Anges m'ont expliqué que nous attirons vers nous ce à quoi nous pensons. Si je pense à un danger physique ou émotionnel au point d'en être obsédée, je crée le climat dans lequel mes peurs deviennent réalité. Avec la pratique, j'ai commencé à noter à quel moment je jugeais les autres. J'ai confié mes peurs aux Anges et mes jugements ont cessé, avec le temps.

9. Concentre ta conscience sur ce que tu veux vivre.

« Si tu as une pensée sans amour (compétition, envie, inquiétude), tu souffres. Tu ES ta conscience et tu ressens les effets de ta concentration. Tu ne veux pas souffrir. Donc, choisis de délaissier tes pensées sans amour pour la lumière. »

Au début, il m'était pénible de comprendre cette leçon. J'avais toujours pensé que les circonstances extérieures influençaient mon bonheur. Pourtant les Anges m'ont montrée que cette attitude était arriérée et que mes pensées coloraient mon monde. Ils me disaient que mon bonheur ne reposait pas sur ce que j'avais, mais sur ce que je pensais.

10. Glorifie Dieu en toute chose.

« Ne cherche pas ta propre gloire. Mais quand tu glorifies Dieu, tu glorifies cette partie de toi qui fait UN avec Dieu. En glorifiant Dieu, tu demeures en dehors de l'ego et tu restes centrée dans la conscience de ton Être supérieur. »

Au début, cette leçon m'a rendue plus humble. Mais avant que je glisse vers la honte, mes Anges m'ont vivement rappelé qu'étant donné que mon moi véritable ne fait qu' UN avec Dieu, je félicite le vrai moi chaque fois que je glorifie Dieu.

Ces dix leçons sont devenues une pratique permanente dans ma vie quotidienne. Quand mes clients me complimentent sur la clarté des conseils divins que je leur transmets durant nos rencontres, je leur dis : « Merci, mais tout le crédit en revient à Dieu et aux Anges. Ils m'ont appris à recevoir ces conseils divins. Je n'ai que le mérite de les suivre parce que, grâce à eux, j'ai développé une bonne écoute. »