

Nathy LaBell



365 délices pour le cœur

*Un cocktail explosif de citations
et de messages positifs*



À mes chers lecteurs,

EXTRAIT

Préface

Bienvenue cher lecteur !

Installe-toi confortablement et détends-toi s'il te plaît.

Je t'ai concocté 365 délices pour le cœur à déguster et à consommer avec la plus gourmande des modérations.

En commençant la lecture de cet ouvrage, c'est un beau « voyage culinaire » que tu t'apprêtes à faire où ton âme se sustentera de 365 saveurs riches en vitamine A (Amour) et vitamine PP (Pensées Positives).

Un délice pour le cœur est à choisir, selon la date du moment, et est à savourer pleinement, pour le plus grand des bonheurs, afin de t'aider à faire le plein d'énergie au quotidien.

En effet, *365 délices pour le cœur* est un cocktail explosif de citations et de messages positifs.

Ce sont des petites douceurs pour le cœur, voire des piqûres de rappel variées, pour baigner, ne serait-ce un court instant, dans le bonheur, ou pour renouveler ton état d'esprit quand le moral vient à baisser.

Ces assertions positives, pour reprendre confiance en soi, notamment, sont des phrases plus ou moins courtes pour les assimiler rapidement, afin de faciliter la reprogrammation de ton subconscient.

Tu sais, la vie a le goût que tu lui donnes. À toi de faire de ta vie un met exquis.

Tu disposes là de 365 délices pour le cœur, de 365 saveurs exquises à intégrer au quotidien, selon ton choix. À toi de composer ton « menu », à présent.

Je te souhaite en tout cas, tout ce qu'il y a de plus beau, et surtout une belle vie en couleur : une vie délicieuse !

NB/ Ceci est un dialogue entre toi et moi, de cœur à cœur, d'où la marque de tutoiement.

De par le tutoiement, s'il te plaît, n'y vois point de marque d'irrespect à ton égard mais plutôt de l'affection.

C'est ma façon de souligner la proximité avec mon prochain, et surtout de me sentir concernée par toi.

De cette façon, entre nous, un dialogue fluide peut s'établir, une notion d'unité peut se créer et non une sensation de distance.

En m'exprimant de la sorte, j'ai le sentiment de t'avoir en face de moi, alors je me sens bien en ta présence.

Tu es en train de me lire, actuellement, tout se passe bien, et je t'en remercie.

Aussi, dans cet ouvrage j'emploie le nom de « Dieu », sait-on jamais, ne sois point rebuté par cette appellation, libre à toi d'employer le terme que tu veux, La Providence, Dame Nature, Le Très-Haut, Le Sans Nom, l'Univers, La Vie, etc.

Ceci étant dit, « l'aventure culinaire », où tu pourras te délecter de 365 délices pour le cœur, peut commencer à présent.

Bonne dégustation et bons délices !

Avec tout mon amour...

Ton amie, Nathy LaBell

(1^{er} janvier)

Dès ton réveil, vois comme la vie est généreuse. Elle t'offre 24h chaque jour.

À toi d'en jouir à ta guise et d'expérimenter ce que tu désires. Étant donné que la vie est en elle-même un livre à écrire, ce que tu expérimentes s'imprime sur les pages qui constituent l'histoire de ta vie. Puisse ta vie être un livre d'or.

(2 janvier)

Vis pour ce que cette nouvelle journée a à t'offrir et non pour ce que hier t'a enlevé. Ouvre grand ton cœur afin de recevoir joyeusement ce qui te revient de droit et vois comme l'univers s'occupe de toi.

(3 janvier)

Quand nous avons une idée en tête, élaborons sans plus attendre un plan d'action afin d'atteindre notre idéal.

Toute création a d'abord été une idée, sagement gardée. Cette idée, qui a force de la nourrir, s'est matérialisée, ce qui a donné place à toutes les merveilles que nous pouvons voir, aujourd'hui.

Nos idées d'aujourd'hui sont nos créations de demain.

(4 janvier)

Le cœur est le pont de la vie. Il permet de se connecter les uns avec les autres.

(5 janvier)

Si chacun d'entre nous s'occupe d'aimer au quotidien, nous baignerons sous une pluie d'amour pour notre plus grand bien car aimer et être aimé est la plus belle chose qui puisse nous arriver.

(6 janvier)

Le chemin le plus court pour parvenir à la joie véritable et durable est celui de l'amour.

(7 janvier)

La vie est un écho, elle nous renvoie ce que nous lui donnons.

Puissions-nous lui offrir notre plus beau sourire, et la vie nous le rendra au centuple.

(8 janvier)

Le passé te retient prisonnier.

Le présent te vivifie, te libère.

Le futur te fait espérer, rêver.

(9 janvier)

Entretiens bien la flamme de l'amour et apprends à t'aimer tel que tu es.

(10 janvier)

Va calmement ton chemin, un jour à la fois, en ouvrant ton cœur à l'amour.

Crains moins. Aime plus.

(11 janvier)

Respectons-nous les uns les autres comme « nous m'Aime ». C'est un cadeau précieux que nous nous faisons.

(12 janvier)

On crée notre réalité avec nos mots, nos pensées et nos émotions. Chacun d'entre nous vit dans son propre monde. Puisse notre monde être un havre de paix.

(13 janvier)

La félicité attire à elle les événements heureux, tel un aimant.

La tristesse annule les effets positifs de la félicité et attire les événements fâcheux. Mettons tout en œuvre pour demeurer dans un bon état d'esprit afin que notre chemin soit éclairé.

(14 janvier)

Pourquoi différer ton bien-être ? Sois heureux AUJOURD'HUI. Ici et maintenant.

Pourquoi croire que demain ce sera mieux ? Ceci n'est qu'une illusion.

Tu sais, quand tu es béatement heureux, la magie opère (« l'âme agit » et opère).

(15 janvier)

Quoi que nous fassions, faisons-le de tout notre cœur et nous serons récompensés.

(16 janvier)

Zen, soyons zen.

Rentrons en nous et trouvons le calme et la paix en nous.

Tout part de soi.

Si nous sommes en paix cela se reflètera à l'extérieur.

(17 janvier)

Nous nous préoccupons tellement au quotidien si bien que nous passons à côté de la chose la plus importante : vivre. Mais au fait, à quoi bon se soucier de quoi que ce soit ? Nos soucis n'enlèveront pas les problèmes de demain mais déroberont assurément nos opportunités d'aujourd'hui. Soyons donc alertes afin de saisir ces opportunités.

(18 janvier)

Quand tu ressasses ce qui t'est arrivé dans le passé, ne tombe pas dans une profonde détresse. Souviens-toi plutôt de la façon dont tu as surmonté les épreuves et surtout comment celles-ci t'ont fait grandir.

(19 janvier)

Ce que nous qualifions aujourd'hui d'échec donnera tôt ou tard naissance à ce que nous appelons réussite.

En effet, un échec contient en lui-même les graines du succès.

Si on regarde bien, l'échec n'est qu'un but qui n'est pas encore arrivé à maturité.

(20 janvier)

Puissant est le pouvoir de la pensée positive.

Puissions-nous orienter nos pensées dans cette direction pour de bonnes réalisations.

La pensée est créatrice.

(21 janvier)

Quand on fait les choses avec amour, pour l'amour du TOUT, on peut être surpris du résultat car la magie de l'instant présent opère, et ne demande aucun calcul.

(22 janvier)

Dans les moments difficiles, parfois, la foi est tout ce qui nous reste d'où l'utilité de maintenir notre foi intacte et nous verrons alors le bout du tunnel.

(23 janvier)

Le seul et unique enseignement véritable a lieu quand l'esprit de compétition a cessé.

Ainsi, la seule compétition valable est bien celle que l'on mène avec soi-même en vue de s'améliorer.

(24 janvier)

Dieu te parle dans tes rêves.

Écoute-Le car c'est à toi de manifester tes rêves dans la réalité.

Si ton rêve est récurrent, sois attentif : c'est de ta mission sur Terre dont il s'agit.

(25 janvier)

Soyons des alchimistes. Transformons la peur en possibilité, la haine en amour, la rancœur en réconciliation, le pardon en paix, l'étroitesse d'esprit en ouverture d'esprit, la méfiance en confiance, l'irrespect en respect, l'intolérance en tolérance, le doute en confiance, l'inaction en action. Enfin, quoi que nous désirions expérimenter, transformons-le en avantage.