

Âme de 'Hass!d

PROVERBE

"N'attends pas que les choses changent pour être heureux. Sois heureux maintenant, et les choses changeront naturellement."

Rabbi Nahman de Breslev

Cette citation de Rabbi Nahman, nous rappelle que notre bonheur ne dépend pas de notre situation ou de nos circonstances, mais de notre état d'esprit et de notre façon de voir les choses. En choisissant d'être heureux maintenant, plutôt que d'attendre que les choses changent pour l'être, nous pouvons avoir un impact positif sur notre vie et sur notre environnement. Cela peut nous aider à être plus positifs, à avoir une attitude plus constructive et à être plus enclins à faire des choix qui nous mèneront vers le bonheur et la réussite.

PSAUME

Voici un psaume qui va dans le sens de l'idée que notre bonheur dépend de notre état d'esprit et de notre façon de voir les choses:

זְהֵי-הַיּוֹם עֲשֵׂה יְהוָה נְגִילָה
וְנִשְׁמְחָה בּוֹ: (תהלים קיח:כד)

"C'est ce jour-là que l'Éternel a fait, que nous réjouissons et nous serons heureux en Lui." (Psaume 118:24)

Ce psaume rappelle que chaque jour est un cadeau de Dieu et que nous avons le choix de voir le positif ou le négatif dans notre vie. En choisissant de nous réjouir et d'être heureux, nous pouvons trouver la paix et la joie en toutes circonstances.

Cela peut nous aider à être plus positifs, à avoir une attitude plus constructive et à être plus enclins à faire des choix qui nous mèneront vers le bonheur et la réussite.

IL ÉTAIT UNE FOIS

Voici une parabole qui pourrait illustrer l'idée que notre bonheur dépend de notre état d'esprit et de notre façon de voir les choses:

Il y avait une fois deux fleurs qui poussaient dans un jardin. L'une d'elles se trouvait sous un grand arbre, et l'ombre de l'arbre lui cachait le soleil. La fleur vivait dans l'obscurité et se sentait triste et découragée.

L'autre fleur se trouvait en plein soleil et était entourée de toutes les abeilles du jardin qui butinaient ses pétales. La fleur était heureuse.

Un jour, la fleur qui vivait dans l'ombre s'est mise à chanter une douce mélodie. Les abeilles du jardin ont été attirées par sa voix et se sont mises à butiner ses pétales. La fleur a commencé à rayonner de lumière et de vie, et elle s'est sentie heureuse et reconnaissante pour tout ce qu'elle avait.

Grâce à sa mélodie, la fleur a réussi à compenser la lumière du soleil par sa lumière intérieure et toute la forêt s'est mise à chanter avec elle. Les oiseaux et les autres animaux se sont joints à la chanson, et

bientôt, tout le jardin était rempli de musique et de bonheur.

Cette parabole illustre l'idée que notre bonheur dépend de notre état d'esprit et de notre façon de voir les choses. Même si nous vivons dans l'obscurité ou dans des circonstances difficiles, nous avons le pouvoir de trouver le bonheur et la paix en nous concentrant sur ce qui est positif et en exprimant notre gratitude pour ce que nous avons. Comme la fleur qui a trouvé le moyen d'attirer les abeilles grâce à sa mélodie, nous pouvons trouver le bonheur en choisissant de voir le positif et en exprimant notre gratitude, même dans les moments les plus difficiles.

En partageant notre lumière intérieure avec les autres, nous pouvons inspirer la joie et le bonheur chez ceux qui nous entourent, et créer un monde meilleur pour tous. En choisissant d'être heureux et reconnaissant, nous pouvons créer une onde de positivité qui peut avoir un impact sur notre vie et sur celles de ceux qui nous entourent.

DEVINETTE

Je suis une fleur qui pousse dans l'obscurité, mais je parviens à rayonner de lumière et de vie grâce à ma mélodie. Qui suis-je?

Réponse : Vous

Vous êtes la fleur qui vivait sous l'arbre, symbole de la source de votre délivrance. Grâce à lui, vous avez pu devenir le chef d'orchestre de votre propre vie, en choisissant de voir le positif et en exprimant votre gratitude même dans les moments les plus difficiles.

Vous avez réussi à trouver le bonheur et la paix en vous concentrant sur ce qui est

positif et en partageant votre lumière intérieure avec les autres.

Vous êtes une fleur qui rayonne de lumière et de vie, malgré les obstacles qui se dressent sur votre chemin.

PRIÈRE

Voici une prière qui pourrait être adaptée à ce sujet:

Ribono chel 'olam (Maître du monde), Aide-moi à trouver le bonheur et la paix dans chaque moment de ma vie. Quand les choses ne vont pas comme je le souhaite, rappelle-moi que mon bonheur ne dépend pas de mes circonstances, mais de mon état d'esprit et de ma façon de voir les choses.

Donne-moi la force de voir le positif dans chaque situation, et de trouver la gratitude même dans les moments les plus difficiles. Aide-moi à être reconnaissant pour tout ce que j'ai, et à trouver la paix et la joie dans tout ce que Tu as mis sur mon chemin.

Je Te remercie pour tes bénédictions infinies et pour Ton amour inconditionnel. Aide-moi à rester enraciné en Toi et à trouver le bonheur dans Ta présence. Amen!

