

PRENDRE LE TEMPS RIEN QU'AUJOURD'HUI

- 1. Rien qu'aujourd'hui, j'essaierai de vivre exclusivement la journée, sans tenter de résoudre le problème de toute ma vie.*
- 2. Rien qu'aujourd'hui, je porterai mon plus grand soin à mon apparence courtoise et à mes manières : je ne critiquerai personne et ne prétendrai redresser ou discipliner personne si ce n'est moi-même.*
- 3. Rien qu'aujourd'hui, je serai heureux dans la certitude d'avoir été créé pour le bonheur, non seulement dans l'autre monde, mais également dans celui-ci.*
- 4. Rien qu'aujourd'hui je m'adapterai aux circonstances sans prétendre que celles-ci se plient à mes désirs.*
- 5. Rien qu'aujourd'hui je consacrerai dix minutes à la bonne lecture, en me souvenant que, comme la nourriture est nécessaire à la vie du corps, la bonne lecture est nécessaire à la vie de l'âme.*
- 6. Rien qu'aujourd'hui, je ferai une bonne action, et n'en parlerai à personne.*
- 7. Rien qu'aujourd'hui, je ferai au moins une chose que je n'ai pas envie de faire, et si j'étais offensé, j'essaierais que personne ne le sache.*
- 8. Rien qu'aujourd'hui, j'établirai un programme détaillé de ma journée. Je ne m'en acquitterai peut-être pas. Mais je le rédigerai. Et me garderai de deux calamités : la hâte et l'indécision.*
- 9. Rien qu'aujourd'hui, je croirai fermement, même si les circonstances prouvent le contraire, que la Providence de Dieu s'occupe de moi comme si rien d'autre n'existait au monde.*
- 10. Rien qu'aujourd'hui, je ne craindrai pas, et tout spécialement je n'aurai pas peur d'apprécier ce qui est beau et de croire en la bonté. Je suis en mesure de faire le bien pendant douze heures, ce qui ne saurait pas me décourager comme si je pensais que je devais le faire toute ma vie durant.*