

A méditer... chaque jour !

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. Je serai heureux, rien qu'aujourd'hui, 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 tous mes désirs.

5. Rien qu'aujourd'hui, je consacrerai dix minutes à la bonne lecture en me souvenant que comme la nourriture est nécessaire au 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'essaierai 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 entièrement, 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 bonne 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 le faire bien pendant douze heures, ce qui ne saurait pas me décourager, comme si je pensais que je dois le faire toute ma vie durant.



Saint Jean XXIII