

LES CONTRARIÉTÉS CHRONIQUE RADIO

Aujourd'hui je vais vous parler **des contrariétés**, un autre frein destructeur de notre sérénité.

Il y a les petites contrariétés, nombreuses et quotidiennes, qui pourraient être neutralisées facilement.

Puis il y a les grandes contrariétés, rares mais terriblement déstabilisantes auxquelles nous devons par notre approche philosophique nous préparer. Nous n'y échapperons pas, il nous faudra toute notre sagesse pour y faire face. Mais chaque jour, ce n'est pas une petite contrariété que nous subissons mais une accumulation. Cet ensemble de petites contrariétés du quotidien aboutira, pour une contrariété de trop, à perdre sa sérénité pour la journée. La goutte d'eau qui fait déborder le vase.

Dès la première contrariété du matin, c'est ce phénomène destructeur de joie de vivre qui commence son travail de sape. Cela peut être dès la première sonnerie d'un réveil matin qui vous sort du sommeil. La colère n'est pas loin. Mais ce sont principalement les autres qui génèrent chez nous des agacements.

C'est la vérité, nous dépendons tous des uns et des autres. Seuls les outils de la tolérance mutuelle, comme la courtoisie, le savoir vivre, la fraternité appliquée, peuvent nous sortir de telles situations.

Curieusement, ce n'est pas la plus grosse des contrariétés du jour qui peut nous faire déraiper. Finalement nous exploserons sur une autre petite contrariété du jour, enfin un bon prétexte pour libérer notre trop plein de peur, de colère, de ras le bol.

A chaque situation sa réponse. Toutes sont bonnes à condition de ne pas perdre sa sérénité. Si ce n'est pas le cas alors la réponse donnée à cette contrariété n'était pas la bonne.

Mais vaincre la fatigue, la lassitude et maîtriser toutes nos contrariétés, il est vrai, ne suffit pas, d'autres freins existent dont je vous parlerai la semaine prochaine.

Contrariés nous le sommes tous à un moment ou un autre que ça ne nous empêche pas de nous protéger et de prendre soin de nous.