



COMBIEN PÈSE
CE VERRE D'EAU?

Le poids importe peu. Ce qui est une meilleure question est combien de temps vous le tenez. Pour une minute, ce n'est pas un problème. Si vous le tenez pendant une heure, vous ressentirez une douleur dans le bras. Après une journée entière, votre bras deviendra engourdi et paralysé. Imaginez toute une semaine!

Dans chaque cas, le poids du verre ne change pas, mais plus vous le tenez longtemps, plus il devient lourd. Le stress et les difficultés de notre quotidien sont comme ce verre d'eau; nous sous-estimons souvent l'impact de nos petites et grandes difficultés et reportons volontiers leur résolution à plus tard. Elles demeurent ainsi dans notre pensée et deviennent des voleuses d'énergie. Plus vous attendrez pour les régler, plus elles s'alourdiront.

Pensez à régler vos difficultés avant qu'elles ne vous paralysent.