

LE DECALOGUE DE LA SERENITE

Jean XXIII (1881-1963)

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 je 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 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 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 je n'en parlerai à personne.
7. RIEN QU'AUJOURD'HUI, je ferai au moins une chose que je n'aurai 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 je 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.