

## “Sérénité. — Pourquoi te mettre en colère?”

Sérénité. — Pourquoi te mettre en colère, si ta colère offense Dieu, agace ton prochain, te fait passer un mauvais quart d'heure... et si, à la fin, il faut que tu te calmes? (Chemin, 8)

8 juin

Ce que tu dis, dis-le sur un autre ton, sans irritation; ton raisonnement y gagnera en force et, surtout, tu n'offenseras pas Dieu. (Chemin, 9)

Ne réprimande pas sous le coup de l'indignation de la faute commise. — Attends le lendemain, ou plus longtemps encore. — Puis, une fois apaisé et ton intention purifiée, ne manque pas de faire ton observation. — Tu obtiendras davantage par un mot d'affection qu'en trois heures de dispute. — Maîtrise ton tempérament. (Chemin, 10)

Quand tu t'abandonneras vraiment entre les mains du Seigneur, tu apprendras à te contenter de ce qui arrive, et à ne pas perdre ta sérénité si tes activités ne prennent pas la tournure que tu souhaites malgré ton acharnement et les bons moyens que tu as employés... C'est qu'elles auront pris la "tournure" que Dieu voulait qu'elles prennent. (Sillon, 860)

S'il s'agit du bien du prochain, tu ne dois pas te taire, mais parler d'une façon aimable, sans intempérance ni colère. (Forge, 960)

.....

pdf | document généré  
automatiquement depuis [https://  
opusdei.org/fr/dailytext/serenite-  
pourquoi-te-mettre-en-colere/](https://opusdei.org/fr/dailytext/serenite-pourquoi-te-mettre-en-colere/)  
(20/01/2026)