

8 Choses à se souvenir lorsque les temps sont durs

- 1- Tout peut et va changer.
- 2- Tu as déjà surmonté tant d'épreuves.
- 3- C'est un moment privilégié pour apprendre.
- 4- Ne pas obtenir ce que l'on désire est une bénédiction.
- 5- Se donner du temps pour avoir du plaisir.
- 6- Être bon envers soi-même est la meilleure des médecines.
- 7- La négativité provenant d'autres personnes ne vaut pas la peine de s'en inquiéter.
- 8- Il se trouve toujours quelque chose pour laquelle nous éprouvons de la reconnaissance.