

Ne vous laissez pas déborder !



Ne vous laissez pas déborder !

Si vous avez l'impression de manquer de temps, voici quatre conseils à mettre en pratique.

Anticipez

Les imprévus sont dévoreurs de temps. Prévoir consomme moins de temps (et d'énergie) que réagir et s'adapter. Rassemblez toutes les données avant de rédiger un rapport. Repérez l'itinéraire avant de partir. Prévoyez vos menus de la semaine avant de faire les courses.

« En effet, si l'un de vous veut construire une tour, il s'assied d'abord pour calculer la dépense et voir s'il a de quoi la terminer. » (Luc 14 :28)

Délégez

Appuyez-vous davantage sur votre entourage (sans oublier vos enfants). Commencez par vous faire à l'idée que tout ne soit pas fait comme vous le souhaiteriez (abandonnez le perfectionnisme). Ensuite, préparez bien votre délégation. Choisissez la bonne personne et formez-la. Le temps investi sera vite rattrapé.

« C'est pourquoi, frères et sœurs, choisissez parmi vous sept hommes de qui l'on rende un bon témoignage, remplis d'Esprit [saint] et de sagesse, et nous les chargerons de ce travail. » (Actes 6 :3)

Résistez

Ce n'est pas en sacrifiant tout votre temps à votre entourage que vous serez plus apprécié. Au contraire, il vous en demandera toujours plus puis vous reprochera d'être épuisé. Apprenez à dire non et à garder du temps pour vous.

« Si c'est oui, dites "oui", si c'est non, dites "non", tout simplement ; ce que l'on dit en plus vient du Mauvais. » (Matthieu 5 :37)

Savourez

Vivez à fond les moments agréables. A table, ne ressassez pas la liste des tâches qui vous attendent : profitez de vos convives et des saveurs des plats. Pour que jamais vous ne disiez : "Je n'ai pas vu grandir mes enfants", pensez à... les regarder grandir. N'attendez pas la retraite pour profiter de la vie.

« Le Seigneur lui répondit : « Marthe, Marthe, tu t'inquiètes et tu t'agites pour beaucoup de choses, mais une seule est nécessaire. Marie a choisi la meilleure part, qui ne lui sera pas enlevée. » (Luc 10 :41-42)

NDLR : L'objectif d'ACSER est de permettre à chacun de vivre dans de bonnes conditions sa vie professionnelle et personnelle. Pour en savoir plus, visitez : www.acser.org.

[ACSER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

119 Partages

Partager par email

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2020 - www.topchretien.com