

# Les cinq premières minutes



“

**"C'est du fruit de sa bouche que l'homme rassasie son corps."**

**Proverbes 18.20**

Ce que vous dites, dans les cinq premières minutes, est déterminant. Les bons orateurs savent qu'ils doivent capter l'attention de leur auditoire, dans les cinq premières minutes, faute de quoi ils risquent de perdre leur impact et leur influence.

# “La mort et la vie sont au pouvoir de la langue.”

Le même principe s'applique à votre famille. Les cinq premières minutes de la journée en disent déjà long sur la façon dont une mère et ses enfants vont interagir. Il suffit de râler, ou de se plaindre, au moment du petit déjeuner, pour plomber l'ambiance pendant des heures. La façon dont un homme salue son épouse quand il rentre du travail, en fin de journée, a un impact sur le reste de leur soirée. S'il se plaint du dîner, la situation sera tendue jusqu'au coucher. Il y a moyen d'agir autrement chez soi ! Avant de franchir le seuil de la maison, vérifiez votre attitude et ajustez votre humeur. Bien sûr, il n'y a pas de mal à partager vos préoccupations, mais la plupart du temps vous avez intérêt à laisser vos soucis professionnels au travail.

Question : Votre famille est-elle impatiente de vous voir rentrer chaque soir ? Sinon, pourquoi ? Un minimum de sensibilité de votre part peut changer les choses et être très bénéfique.

La Bible dit : "Un frère offensé est pire qu'une ville forte, et les querelles sont comme les verrous d'un donjon. C'est du fruit de sa bouche que l'homme rassasie son ventre, c'est du produit de ses lèvres qu'il se rassasie. La mort et la vie sont au pouvoir de la langue." ([Proverbes 18.21](#)).

## Une action pour aujourd'hui

Rappelez-vous que les cinq premières minutes sont cruciales.

Bob Gass [S'ABONNER](#)

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



## 3286 PARTAGES

---

Cette méditation de Bob et Debby Gass, publiée en français par l'association PHARE MEDIA est la propriété de UCB UK (charity).

L'autorisation de diffusion est accordée aux églises et aux œuvres chrétiennes à raison de 52 textes par an sous réserve de citer les auteurs, Bob et Debby Gass, la source - [www.paroledujour.com](http://www.paroledujour.com) - et la possibilité d'obtenir gratuitement la version papier sous forme de brochure auprès de : [contact@paroledujour.com](mailto:contact@paroledujour.com).