



Un jour,
l'âne d'un fermier
tombe dans un puits.

L'animal gémit, et le fermier se demande quoi faire.
l'animal est vieux et le puits doit disparaître .
ce n'est donc pas rentable pour lui de récupérer l'âne.

Il invite ses voisins à l'aider et commencent
à enterrer l'âne dans le puit.
Au début, l'âne réalise et crie.
Puis, silence.

Quelques pelletées plus tard,
le fermier regarde dans le fond du puits et s'étonne .



Avec chaque pelletée de terre qui tombe sur lui,
l'âne se secoue pour enlever la terre de son dos.

Pendant que les voisins continus
à pelleter sur l'animal,
il se secoue et monte, sort alors du puits,
pour se mettre à trotter !



La vie va essayer de t'engloutir
de toutes sortes d'ordures.

Le truc pour se sortir du trou
est de se secouer pour avancer..

Chacun de tes ennuis est une pierre
qui permet de progresser.

Nous pouvons sortir des puits les plus profonds
en n'arrétant jamais.

Il ne faut jamais abandonner!

Secoue-toi et fonce!

Rappelle-toi, les cinq règles simples !
Pour être heureux /heureuse :

- 1. Libère ton - cœur de la haine.
- 2. - esprit des inquiétudes.
- 3. Vis simplement.
- 4. Donne plus.
- 5. Attends moins.

Merci d'être là

