

7月26日（金）

気持ちを楽にして、この日をわたしの導きにゆだねなさい。
わたしは、すべてのことを支配している。わたしの支配下におさめている。

あなたはとにかく、目の前の一日を不安げに見つめがちだ。
何をしようか、いつしようか決めようとして一。

そうしているあいだにも電話や玄関のチャイムが鳴って、あなたは計画を立て直さなければならない。

計画を立てることばかりに追われ、あなたはすっかり気が散って、わたしから気持ちがそれてしまう。

わたしに注意を注ぐのは、あなたの平穏な時間だけではなく、すべての時間においてだ。

わたしに目を向ければ、わたしはあなたが今、何をしたらいいか、そして次に何をすべきかを教えよう。

あれこれ取りつかれたように計画を立てることで、膨大な量の時間とエネルギーが無駄になる。

“わたし”に歩みを導くように任せれば、あなたは解放されて、自由にわたしを楽しみ、今日のあなたのためにわたしが

