

10月13日（日）

わたしのもとで静まって、心の落ち着ける時間を作りなさい。
気持ちがあせればあせるほど、あなたはわたしとふれあえる
この聖なる場所が必要になる。

さあ、ゆっくり深呼吸してごらん。そしてわたしのもとで、
わたしが顔を向けてあなたを照らす光の中で安らぎなさい。
こうしてあなたは、わたしが常にあなたに与えようとしてい
る平安を受け取ることができる。

わたしの子どもたちが、わたしからの平安の贈り物を無視し
て、不安でがんじがらめになっているときのわたしの心の痛
みを、あなたは想像できるだろうか。

わたしはあなたにこの恵みを保証するために、あえて^{つみびと}罪人と
して死んだのだ。

感謝してそれを受け取り、あなたの心の中に隠しなさい。
わたしの平安はあなたの内なる宝……わたしに信頼するに
つれて、あなたの内で大きくなっていく。

だから、どんな状況にも影響されることはない。

わたしのもとで心を休めて、平安を^{きょうじゆ}享受しなさい。

