

Тема 250

Молитва под давлением

Когда я чувствую в себе сильное напряжение, я удлиняю мои ежедневные прогулки и медленно повторяю нашу «Молитву о душевном покое» в ритм своим шагам и дыханию.

Если я чувствую, что моя боль хотя бы частично была вызвана другими людьми, я стараюсь повторять: «Боже, дай мне душевных сил полюбить лучшее в них, и никогда не смущаться худшим». Этот благодатный исцеляющий процесс, иногда продолжающийся по нескольку дней, почти всегда возвращает мне эмоциональное равновесие и надежды на будущее.

«Грейпвайн», март 1962