



Paix intérieure

« Gloire à Dieu au plus haut des cieux, et paix sur la terre aux hommes, qu'Il aime. » (Lc 2,14)

« La paix intérieure des personnes tient, dans une large mesure, de la préservation de l'écologie et du bien commun, parce que, authentiquement vécue, elle se révèle dans un style de vie équilibré joint à une capacité d'admiration qui mène à la profondeur de la vie. » (Laudato Si' 225)

Dans le calme de l'avent, nous apprenons à écouter, à ralentir et à percevoir la présence de Dieu dans le silence. La paix intérieure naît de l'harmonie avec Dieu, avec les autres et avec la création. Lorsque nous cultivons la paix intérieure, nous contribuons à la paix dans le monde.

Pratique : Remarquez les pauses. Lorsque le silence s'installe au cours de la journée, entre deux tâches, deux conversations ou deux sons, résistez à l'envie de le combler. Laissez-le devenir un lieu de rencontre.

