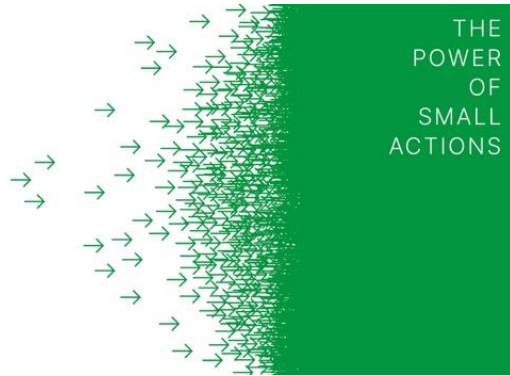


La puissance des petits actes



Contemplations sur la puissance des petits actes

Puissé-je reconnaître ce que j’envoie dans le monde.

Puissé-je planter et cultiver patiemment des graines bénéfiques, sans attendre un succès rapide.

Puissé-je méditer sur la force d’impact de mes actions –mes pensées, mes paroles et mes gestes.

Puissé-je comprendre profondément qu’aucun acte bénéfique n’est jamais perdu ni dépourvu de sens.

Puissé-je ne pas passer à côté des petites joies du quotidien.

Puissé-je faire de mon mieux et ensuite laisser aller mes attentes.

Puissé-je me libérer de la pression de devoir, ou de pouvoir, sauver le monde à moi seul.

Puissé-je ancrer dans ma vie de petits actes de bienveillance aimante et en faire une habitude.

Puissé-je apprendre à toucher le bonheur dans les choses simples et dans les rencontres de chaque jour.

Puissé-je sourire avec bienveillance à mes imperfections tout au long de la journée.

Puissent tous les êtres être heureux.