

# Soyez tranquille et sachez que JE SUIS

Nous devons devenir ce point immobile entre deux roues qui tournent dans des directions opposées.

C'est difficile à expliquer et encore plus difficile à mettre en pratique, mais il y a un moment où une vague s'écrase sur une plage et avant que la vague suivante ne s'écrase également sur une plage, il y a un moment de calme. C'est ce que nous recherchons. Ce moment de calme. Ni être pris dans le bien ni dans le mal. Le moment entre les deux.

Comme Jésus l'a dit : « Soyez tranquilles et sachez que JE SUIS. » Le JE SUIS, c'est Dieu et le calme, c'est lorsque nous sommes un avec Dieu.

Nous pouvons atteindre ce moment de calme grâce à la [méditation](#).  
Pour télécharger cette leçon, veuillez cliquer sur le lien ci-dessous :