

L'éveil n'est pas un état futur qu'on s'efforce d'atteindre.

Nous ne pratiquons pas pour devenir quelque chose d'autre -
notre pratique ne dépend pas de nos idées sur ce qu'est une méditation
appropriée -

Notre pratique est ce groupe d'amis qui se rencontre pour faire face à la réalité
ensemble, maintenant.

Nous nous soutenons les uns les autres, notre présence nous donne la
permission d'embrasser pleinement ce mystère ensemble, à mesure qu'il nous
traverse.

Notre pratique consiste à accueillir l'éveil maintenant sans résistance ni
confusion -

Dans l'amour et la pleine conscience, nous embrassons ce mystère ensemble.
Si nous pratiquons pour tous les êtres, nous trouvons le courage de nous
asseoir.

Pratiquer seul est difficile. Merci pour votre présence.

