



Sagesse du jour

(2020-03-10)

Lorsque les méditants se rencontrent par-delà les clivages religieux, ce qu'ils ont en commun est très concret. Ils savent qu'il est difficile de méditer. Ils savent ce que signifient les distractions pendant la méditation. Ils savent que vous traversez des cycles de croissance lorsque vous méditez. Et que vous devez traverser des zones sèches, des zones où vous vous sentez un peu découragé, où vous avez l'impression de ne pas progresser. Alors vous devez continuer à passer par là et pour continuer, vous avez besoin d'un certain soutien. Les bouddhistes appellent cela un sangha. Nous pourrions l'appeler un groupe de méditation ou l'Église ou la communauté où nous sentons qu'il existe une amitié personnelle et mutuelle, une amitié spirituelle et un soutien, enracinés dans une tradition qui nous encourage à continuer à grandir et à ne pas abandonner.

(Spiritualité à un âge séculier, Laurence Freeman OSB)