



Photo : Laurence Freeman, Bonnevaux, France)

Sagesse du jour

(2020-04-27)

L'une des choses que nous commençons à ressentir, lorsque nous méditons régulièrement, c'est que ces moments de méditation, matin et soir, ouvrent un nouveau centre de conscience, une nouvelle paix de la conscience et de la perception, au plus profond de nous, qui n'est pas affectée par ce que nous faisons, quelle que soit notre activité, quelle que soit notre précipitation, quelle que soit notre implication dans une activité extérieure. Si notre méditation est régulière, nous constaterons qu'il y a un calme au milieu de toute notre activité ; en fait, nous commençons à réaliser que l'activité découle de ce calme. C'est ce calme que nous découvrons par la méditation, cette immobilité dans laquelle nous apprenons à nous aimer, à nous accepter, à nous connaître et à nous dépasser. Cette immobilité n'est pas en contradiction avec l'action. Elle est en fait la raison même de l'action ; elle est l'énergie de l'action.

*(Apparences de l'Amour 2 - Aspects of Love 2, Laurence Freeman OSB)*