



(Photo : Laurence Freeman, Irlande)

Sagesse du jour

(2020-05-02)

On ne peut pas apprendre à rester immobile sans apprendre à s'aimer. Dans l'immobilité de la méditation, nous apprenons à traiter avec compassion, tolérance et non-violence notre colère, notre irritabilité, nos jugements. Nous avons du mal à comprendre, en entrant à l'école de l'amour, que cet amour de soi conduit à l'amour des autres et à l'amour de Dieu, et que c'est là un seul et même amour, une seule réalité. Nous avons besoin des autres, mais la solitude est nécessaire si nous voulons être capables de vivre avec les autres et de les aimer. Si nous n'arrivons pas à apprendre à rester seuls en nous-même, nous ne pourrons pas apprendre à avoir une relation véritablement aimante avec les autres. Cette solitude est la première étape que nous apprenons en nous asseyant pour méditer.

*(Apparences de l'Amour2 - Aspects of Love 2, Laurence Freeman OSB)*