



(Photo Laurence Freeman, Royaume-Uni)

Sagesse du jour

(2020-07-30)

La solitude est l'un des grands problèmes de notre culture moderne. Elle est l'un des prix que nous payons pour notre richesse, avec qui vient la compétitivité et l'isolement. C'est l'une des grandes maladies de notre époque. Même les personnes qui vivent en famille, avec des amis, avec une vie très active, peuvent être profondément seules. Et croyez-moi, la méditation est le remède, l'antidote à l'isolement. La raison en est qu'elle vous introduit dans une solitude qui est le contraire de l'isolement, car elle est la découverte de votre identité unique, de votre être unique. Chacun d'entre nous ici est absolument et totalement unique. Irremplaçables, inclassables, nous sommes uniques. Et cette unicité nous effraie parfois parce que nous ne voulons pas être trop uniques. Nous voulons tous avoir un nom ou quelque chose qui nous permette de nous identifier à d'autres personnes. Nous aimons avoir un sentiment d'appartenance. Mais en fait, nous devons éprouver cette unicité pour pouvoir nouer des relations plus profondes.

(*The Work of Selfless Attention*, Laurence Freeman OSB)