



(Photo Laurence Freeman, France)

Sagesse du jour

(2020-08-07)

Nous pensons devoir être parfaits, avoir l'air parfait, agir parfaitement, faire croire aux autres que nous avons réussi et qu'en plus de tout cela, nous n'échouons jamais. Mais en termes de leadership, la capacité à accepter et à montrer que l'on est imparfait est un bon principe. Vous pouvez être humain devant les personnes avec lesquelles vous travaillez ou que vous dirigez. Faites donc attention à ne pas attraper ce virus du perfectionnisme dans votre méditation. Car il vous affaiblira et vous amènera peut-être à abandonner. L'échec est une chose que nous devons apprendre. Donc, chaque fois que vous dites votre mantra et que vous êtes distrait, ne le considérez pas comme un échec. Apprenez simplement à partir de cette expérience, et vous apprendrez en recommençant. Il ne s'agit donc pas de réussite, mais de persévérance. Ce n'est pas une question de succès, mais de fidélité. C'est ainsi que nous apprenons et que nous grandissons, que vous apprendrez quelque chose d'immensément bénéfique. Si vous essayez de le faire en voulant être parfait, vous vous épuiserez et vous abandonnerez.

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