



(Photo : Laurence Freeman)

Sagesse du jour

(2020-10-23)

Je crois que l'un des fruits les plus courants de la méditation est la prise de conscience par une personne, généralement à sa grande surprise, qu'elle devient plus tolérante, plus patiente, encore plus bienveillante, moins critique, moins irritée, moins isolée. Tout simplement parce que dans ce travail du mantra, nous nous détachons de l'ego à la racine. C'est pourquoi *Le Nuage de l'Inconnaissance*, ce petit traité sur la méditation chrétienne, sur le mantra, dans la même tradition que Cassien, appelle cette prière le temps du travail, et il dit aussi que dans ce travail nous allons à la racine même du péché. *Le Nuage* va même jusqu'à dire que cette prière est plus efficace que toutes les autres pénitences parce qu'elle va à la racine même du péché, notre ego.

(*Why are we here ?* Laurence Freeman OSB)