



(Photo : Laurence Freeman, France)

Sagesse du jour

(2020-10-25)

Pourquoi faut-il dire continuellement le mantra pendant le temps de méditation ? Cassien et *Le Nuage* sont très clairs sur la récitation continue du mantra. Cassien dit : « dites-le quoi qu'il arrive, continuez à y revenir ». Lors de la *Dixième Conférence*, il passe en revue une longue liste d'expériences, d'humeurs et de sentiments possibles que nous vivons pendant que nous prions - les saisons de l'âme, les humeurs, les états d'esprit que nous avons. Et à la fin de chaque description, il dit : « Dites ce verset, continuez à dire le mantra. Dites-le dans la prospérité et dans l'adversité ». Je pense qu'il faut comprendre que le but du mantra n'est pas simplement de nous amener au calme, ni de nous faire ressentir un sentiment d'euphorie ou de bien-être, mais d'aller à la racine même de notre ego et finalement de nous conduire, au temps voulu par Dieu et par grâce, au-delà du monde étroit et limité de l'ego, au-delà de l'orbite de l'ego autour duquel nous tournons habituellement.

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