



(Photo : Laurence Freeman)

Sagesse du jour

(2020-12-10)

Le silence est nécessaire pour que notre moi, notre vrai moi, émerge du chaos, des turbulences ressenties dans la succession des douleurs, des pertes, des rêves, des souvenirs, tout le chaos et la jungle de notre mental. Et plus nous vieillissons, plus la jungle peut s'étendre. Avant même de pouvoir commencer à apprécier ce que signifie le vrai soi, nous devons nous engager plus profondément dans ce travail du silence, puis nous commencerons à découvrir ce que produit le silence.

Laurence Freeman OSB, *Finding Oneself*, 1