



(Photo : Laurence Freeman, France)

Sagesse du jour

(2021-01-11)

Il est facile de remplacer le travail de méditation, le travail du silence, par des idées sur la méditation, par le mot méditation. Nous pouvons nous asseoir pour méditer en pensant que nous sommes en train de méditer et en évaluant notre méditation ; ou bien nous pouvons parler de la méditation aux jeunes, aux médecins ou aux amis, mais nous ne faisons peut-être pas un travail de communication très efficace parce que nous ne leur laissons pas l'espace nécessaire pour en faire l'expérience par eux-mêmes. C'est le génie du maître qu'est John Main : il ne décrit pas pour vous la méditation, mais il donne juste assez de description ou d'évocation de ce qu'elle est pour vous donner envie d'en faire l'expérience. J'étais étudiant et c'était la première fois qu'on me parlait de la méditation. Je ne m'attendais pas du tout à ce qu'il en parle.

Laurence Freeman OSB, *Finding Oneself*, 2