



(Photo : Laurence Freeman)

Sagesse du jour

(2021-01-19)

La méditation n'est pas compétitive. Nous ne sommes pas en compétition avec nos performances précédentes ni avec personne d'autre. Nous ne rivalisons pas avec St Jean de la Croix ni avec telle autre personne de notre groupe de méditation. C'est vraiment une chose dont nous devons nous rappeler, parce que par nature, l'ego est compétitif et conflictuel. Là où il y a de la division, il y a de la compétition, et nous sommes même capables d'entrer en conflit avec nous-mêmes et, pour ainsi dire, rivaliser avec nous-mêmes dans notre chemin spirituel. Il est important de se rappeler, en entrant dans le silence, que nous devons renoncer à cette tendance compétitive de l'ego. Nous ne sommes en compétition avec personne. Nous n'essayons pas d'être le premier.

Laurence Freeman OSB, *Finding Oneself*, 2