



(Photo : Laurence Freeman, Irlande)

Sagesse du jour

(2021-01-24)

La méditation nous apprend que l'immobilité est un maître merveilleux. En nous entraînant à être immobiles, nous apprenons le renoncement et une nouvelle vision des choses. Être qui nous sommes - c'est tout ce que nous avons à faire - et voir ce qui est. Dans cette immobilité, on trouve un grand éveil. Voir qui nous sommes, être qui nous sommes et voir ce qui est autour de nous peut parfois représenter un choc. Parfois nous y résistons, nos images de nous-même et nos jugements sur les autres sont si forts que nous ne les lâchons pas. Nous nous sommes créés une vision du monde, généralement en nous mettant en position de juge et de jury, et il nous est très difficile de lâcher cette emprise sur le monde et cette vision du monde. Il s'agit d'un choc - un choc de conversion, un choc de libération, d'une manière ou d'une autre.

Laurence Freeman OSB, *Aspects of Love*, 1