



(Photo : Laurence Freeman)

Sagesse du jour

(2021-02-10)

Méditer, c'est apprendre à aimer. Nous parvenons à voir combien l'amour est au centre de chaque activité, à quel point il est la longueur d'onde de chaque communication, le rayonnement de fond, l'énergie à la base de tout ce que nous sommes et de tout ce que nous faisons. Il est le sens ultime de toute notre expérience. Parce que l'amour est notre besoin humain le plus profond, nous le recherchons. Mais parce qu'il peut si souvent nous amener à souffrir, nous le craignons aussi, car il est si étroitement associé à la perte de notre sentiment familier d'identité.

Laurence Freeman OSB, *Aspects of Love*, 1