

★ Obtenez un accès illimité au meilleur de Medium pour moins de 1 \$ /semaine. [Devenir membre](#)



COMMENT S'AIMER

26 août 2025



Laurence Freeman, OSB



Suivre



Écouter



Partager



Plus



Ouvrir dans l'application ↗

≡ Medium



Île de Bere

COMMENT NOUS AIMER ? Nous nous aimons en devenant immobiles. L'immobilité est une discipline transformatrice et l'une des découvertes les plus surprenantes de

la méditation. L'immobilité combinée du corps et de l'esprit déclenche en douceur la dynamique de la transcendance. Plus nous sommes immobiles, plus nous transcendons nos limites, simplement et sans effort. L'immobilité est bien plus que simplement s'arrêter ou abandonner le mouvement. Être statique ne doit pas être confondu avec l'immobilité. Nous atteignons la pleine expérience de l'immobilité lorsque nous apprenons par l'expérience qu'elle est un élément dynamique de tout processus de croissance dans la nature. Il existe une relation sacrée et merveilleuse entre l'immobilité et la croissance.



Suivre

Écrit par Laurence Freeman osb

731 abonnés · 1 suivant

Moine bénédictin, directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne et fondateur du Centre Bonnevaux pour la paix

Réponses (2)



MÉDITATION CHRÉTIENNE (MCQRFC)

What are your thoughts?



Robert Johnson

Sep 6



Beautiful insight



Reply