



(Photo : Laurence Freeman, France)

Sagesse du jour

(2021-06-15)

Encore un mot sur le silence. Le silence est un travail. C'est un travail d'attention qui commence par un petit travail de maîtrise de soi en surveillant sa langue. Il nous fait ensuite entrer dans la dimension intérieure du silence : la mise à l'écart des pensées. C'est donc à la fois intérieur et extérieur. C'est pourquoi nous gardons le silence physique – sans parler – afin de pouvoir dépasser la première phase et entrer dans ce travail intérieur. C'est à la fois personnel et communautaire. Nous comprenons vraiment ce que signifie vivre en communauté lorsque nous acceptons de vivre en silence, car n'importe lequel d'entre nous peut perturber le silence. Un pour tous et tous pour un. C'est une énergie à la fois fragile et très puissante. Il s'agit de la langue et du mental ; c'est physique et c'est numérique. C'est difficile parce que nous sommes vraiment aujourd'hui liés de manière symbiotique au monde numérique, et à la communication. C'est donc à prendre au sérieux. Il y aura quelques symptômes de sevrage, mais vous vous sentirez mieux en le faisant.

Laurence Freeman OSB, [The Experience of Being](#)