

Divers Textes Partiels

Période du 23/05/2025 au 16/06/2025 Avertissement : *Sagesses uniquement*

Pour trois semaines les sagesses publiées s'appuient sur deux ouvrages :

-1 *The Ego on our spiritual journey 1* (1 chapitre sur 6 existants) : 1 semaine (du 23/05 au 28/05)

-2 *Tasting Wisdom* **Goûter à la Sagesse** (2 semaines, du 29/05 au 16/06), ouvrage qui est encore commercialisé (donc en principe protégé...)

REF : **Tasting Wisdom : A daily companion for meditation . Hymns Ancient & Modern** [Goûter à la sagesse : un compagnon quotidien pour la méditation. Hymnes anciens et modernes], Kindle Edition, 2025.

Ces deux ouvrages ne sont donc pas encore référencés à ce jour dans le répertoire général.

Vendredi 23 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, ROYAUME-UNI)

Extrait des paroles de Jésus dans l'Évangile de Luc :

Il leur disait à tous : « Celui qui veut marcher à ma suite, qu'il renonce à lui-même, qu'il prenne sa croix chaque jour et qu'il me suive. Car celui qui veut sauver sa vie la perdra ; mais celui qui perdra sa vie à cause de moi la sauvera. Quel avantage un homme aura-t-il à gagner le monde entier, s'il se perd ou se ruine lui-même ? » (Luc 9,23-25)

Le grand obstacle à ce cheminement, à la suite du Christ, est la façon dont nous nous identifions à tort à notre ego. Il se peut que nous, croyants, tenons un peu trop pour acquis qu'il est bon de renoncer à soi. Je discutais un jour avec une femme d'affaires new-yorkaise plutôt prospère qui assistait à une conférence que je donnais là-bas sur le fait de renoncer à l'ego, et on aurait cru que personne ne pourrait vraiment s'y opposer. Elle est venue à la fin me dire : « Vous dites n'importe quoi ! Je ne veux pas renoncer à mon ego derrière moi. » Elle ajouta : « Je suis mon ego. » Je pense du moins qu'elle avait une idée claire de ce qu'elle croyait. La plupart d'entre nous nous identifions inconsciemment à notre ego.

Laurence Freeman OSB, [The Ego on our Spiritual Journey I P3

Samedi 24 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN)

En accomplissant ce travail de prière, nous parvenons à mieux nous comprendre, nous-mêmes et notre ego. Nous voyons que l'ego est à la fois la cause et la conséquence de notre souffrance. Pour le Bouddha, la vie est souffrance et la souffrance est la vie. Je suppose qu'il fait référence à l'ego. L'ego se manifeste de multiples façons et s'immisce partout, y compris dans notre travail et notre cheminement spirituel. Nous ne perdons pas notre ego en devenant plus religieux, ni même en nous mettant à prier. Nous prenons davantage conscience de certains signes de l'activité de l'ego à mesure que nous devenons plus simples.

Dimanche 25 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, BELGIQUE)

Le premier signe de l'ego est le désir de grandeur, par exemple celui d'être numéro un, de dominer. Vient ensuite le désir de prendre : l'ego préfère prendre plutôt que donner ou laisser faire. Il désire garder, s'accrocher, s'agripper, posséder, ne pas lâcher. Il désire avancer, obtenir plus, être plus, savoir plus, posséder plus. L'ego désire détenir tout, même au détriment des autres, autrement dit en se plaçant avant les autres. Ces caractéristiques de l'égoïsme sont propres à toutes nos activités, spirituelles, physiques ou mentales. Il existe donc un réel danger, en particulier pour les personnes religieuses, d'avoir une spiritualité égocentrique, une spiritualité qui aspire à la grandeur, qui désire acquérir une expérience de Dieu ou de sainteté, la conserver, en acquérir davantage et s'y accrocher, même au détriment des autres.

Lundi 26 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, FRANCE)

Les apophtegmes des Pères du Désert sont en réalité un commentaire constant sur les dangers d'une spiritualité égocentrique. C'est peut-être pour cette raison que saint Jean de la Croix nous recommande d'abandonner tout désir, même le désir de Dieu. Non pas l'amour de Dieu ni notre désir inné de Dieu que nous ne pouvons pas abandonner, mais notre désir de posséder Dieu, de le contrôler, de l'avoir et de le garder. Par cette forme de prière qu'est la simple ascèse d'un mot unique, nous nous attaquons à la « racine du péché », comme l'appelait ***Le Nuage de l'Inconnaissance***, à la racine de notre ego. Nous lâchons prise. Les Alcooliques Anonymes disent de *lâcher prise et s'en remettre à Dieu.*

Laurence Freeman OSB, [The Ego on our Spiritual Journey I] P3-4

Mardi 27 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, USA)

Comment comprendre le problème de l'égoïsme, de tous ces obstacles, tous ces défauts qui peuvent même s'immiscer dans notre vie spirituelle ? Mais si nous regardons Jésus, je crois que nous voyons un homme qui avait certainement un ego, qui pouvait dire 'je' et qui avait une volonté, qui put renoncer à son ego et à sa volonté à la fin de sa vie : « non pas ce que je veux, mais ce que tu veux ». Nous voyons donc un homme qui avait un ego, et de tout évidence un ego fort, mais un homme qui n'a pas péché car il ne s'est jamais identifié à son ego. Il n'a jamais dit « je suis mon ego ». Il fut tenté et ce fut la grande tentation qu'il subit dans le désert : s'identifier aux tendances de l'égoïsme qui se manifestèrent clairement en lui, mais il n'identifia jamais sa véritable nature à l'ego. Nous qui avons péché, nous devons travailler à nous détacher de cette identification, la briser, simplement prendre conscience, autrement dit, que nous avons un ego, que c'est utile tant qu'il est là, mais qu'il n'est pas ce que je suis. L'ego n'est pas mon identité véritable et profonde.

Mercredi 28 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, MEXIQUE)

Dans notre société, l'ego est en hyper activité. Il est la force motrice d'une société technologique, une société de consommation qui veut tout contrôler, qui est dominée par le désir. Dans une telle culture, il faut être particulièrement vigilant face à la création d'une spiritualité de consommation ou une spiritualité technologique qui s'identifie, par exemple, aux techniques psychologiques. Ou encore une spiritualité qui s'identifie uniquement aux désirs de plaisirs spirituels.

Laurence Freeman OSB, [The Ego on our Spiritual Journey I] P4

Jeudi 29 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, USA)

Lire un menu nous apporte des informations : un bon menu stimule le désir et l'attente. Il ne s'agit pas encore de manger et de goûter. De même, réfléchir à des idées relevant du domaine spirituel peut nous préparer à l'expérience, mais ne constitue en aucun cas l'expérience elle-même. Si la religion instituée a perdu aujourd'hui autant de crédibilité et d'autorité, c'est peut-être parce que la dimension de l'expérience religieuse ou spirituelle est tombée à un niveau trop bas, surtout à une époque où nous sommes si avides d'expérience. La faible priorité accordée à l'expérience contemplative par les églises, les séminaires et l'enseignement religieux en général a abouti à l'exode de nombreuses personnes vers le désert. Cela rappelle l'avertissement de Jésus : « Vous êtes le sel de la terre. Mais si le sel perd sa saveur, comment lui rendra-t-il sa saveur ? » (Matthieu 5,13).

Laurence Freeman OSB, [Tasting Wisdom]
<https://mediomedia.com/collections/recent-titles/products/>

Vendredi 30 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN)

La sagesse est le sel de la vie. Sans elle, la vie semble fade et dénuée de sens. Goûter à la sagesse redonne du goût à la vie. Le mot latin pour sagesse est ***sapientia***, d'une racine ancienne signifiant goûter ou percevoir. La méditation est une pratique universelle capable de guérir, grâce au sel de la sagesse, les blessures des divisions et des conflits. Méditer quotidiennement, c'est goûter chaque jour à la sagesse.

Laurence Freeman OSB, [Tasting Wisdom]

Samedi 31 Mai 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, MAROC)

Il y a une différence entre voir et regarder. Dans la méditation, nous ne regardons pas Dieu, car Dieu n'est pas un objet. Nous ne nous regardons pas non plus, comme nous le faisons habituellement. Il s'agit de quelque chose d'exaltant et d'étrangement différent : la vision pure, la seule vision.

Laurence Freeman OSB, [Tasting Wisdom]

Dimanche 01 Juin 2025



(PHOTO : LAURENCE FREEMAN)

La méditation et l'amitié ont ceci en commun qu'elles nous conduisent directement à savoir qui nous sommes. Elles nous amènent à la connaissance de soi, qui reste toujours un mystère. « Qui suis-je ? » est une question qui demeure toute la vie. Et parce que cette question est sérieuse, il faut l'aborder avec une bonne dose d'humour.

Laurence Freeman OSB, [Tasting Wisdom]

Lundi 02 Juin 2025



La joie et la souffrance sont les expériences conjointes d'une vie vécue comme un cheminement spirituel. La souffrance provient de devoir y affronter et surmonter nos démons intérieurs. Chacun de nous a au moins un démon majeur à affronter. Si nous acceptons les conditions transcendantes de notre lieu intérieur de prière, sans nous soustraire à ce pour quoi nous sommes là, alors ce cheminement prend valeur et sens. Même dans la souffrance, la joie survient lorsque nous nous oublions.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, ÉTATS-UNIS)

Mardi 03 Juin 2025



Nous nous acceptons tels que nous sommes, avec nos défauts, nos faiblesses et nos tendances bizarres. Puis nous apprenons à nous connaître en comprenant ce que nous acceptons. Il ne suffit pas de s'accepter. S'accepter inconditionnellement signifie se connaître. Ensuite, lorsque nous nous connaissons, nous voyons au-delà de nous-mêmes. Nous voyons que nous ne sommes pas limités à ce personnage égocentrique particulier auquel nous nous identifions. Nous sommes plus grands et plus humbles que cela, car notre véritable centre n'est pas en nous-mêmes, mais en Dieu.

Laurence Freeman, *Tasting Wisdom : A daily companion for meditation . Hymns Ancient & Modern* [Goûter à la sagesse : un compagnon quotidien pour la méditation. Hymnes anciens et modernes], Kindle Edition, 2025.

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, FRANCE)

Mercredi 04 Juin 2025



Comment nous aimons-nous ? En devenant immobiles. L'immobilité est une grande discipline, c'est la grande découverte de la méditation. L'immobilité devient la dynamique de la transcendance. Plus nous sommes immobiles, plus nous dépassons nos limites. L'immobilité ne signifie pas s'arrêter, elle n'est pas statique. Nous faisons pleinement l'expérience de l'immobilité lorsque nous sentons qu'elle fait partie de l'ensemble du processus de croissance de la nature. Il existe une relation merveilleuse entre l'immobilité et la croissance.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, IRLANDE)

Jeudi 05 Juin 2025



L'ego ne se dissout que par l'amour, en s'ouvrant à ce qui l'entoure, à cette vraie lumière dont l'ego n'est qu'un pâle reflet. Nous ne pouvons aimer que dans la pauvreté, ce qui implique de lâcher prise. On ne peut pas s'aimer soi-même sans entrer dans la pauvreté d'esprit. C'est la première étape : abandonner, renoncer aux schémas de contrôle et aux efforts de l'ego dans lesquels nous sommes enfermés de manière addictive et inconsciente.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, ITALIE)

Vendredi 06 Juin 2025



Vous pouvez être totalement inconscient de ce qui se passe autour de vous, totalement aveugle aux besoins des gens. Ou bien vous pouvez constater ces besoins mais ne pas leur accorder votre attention. Lorsque la conscience se transforme en attention - et l'attention est toujours personnelle - on passe alors d'une sorte de conscience animale de base à une attention humaine où nous éprouvons de la compassion et connaissons ainsi la source de la compassion. Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, MEXIQUE)

Samedi 07 Juin 2025



Dans la pratique de la méditation, nous ne laissons pas nos demandes ou nos intentions s'immiscer dans la pure prière. « Dieu connaît nos besoins avant même que nous les lui demandions. » Mais nous sommes attentifs. Nous ne formulons pas d'intentions, mais nous prêtons notre attention. C'est la vision pure de la méditation, de l'état contemplatif. C'est la vision de Dieu, voir Dieu. Ainsi, nous n'entretenons pas d'idées, d'images ou de théories particulières sur Dieu. Nous ne parlons pas à Dieu, nous ne pensons pas à nos problèmes. Nous accomplissons quelque chose de plus grand : nous sommes en Dieu et avec Dieu.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, TURQUIE)

Dimanche 08 Juin 2025



Pour méditer, il faut pratiquer l'attention, et c'est pourquoi beaucoup abandonnent trop tôt : être attentif peut être un travail difficile. En lisant ceci, vous pensez peut-être à un dîner entre amis ou à un problème au travail. Vous vous dites peut-être aussi : « Je ne devrais pas penser à cela maintenant ; je devrais plutôt penser à ces belles pensées que nous partage ce vieux type dont je ne me rappelle pas le nom. » Mais lorsque nous prêtons attention à ce que dit une personne, n'importe qui – ou que écoutons le mantra – nous découvrons rapidement que l'attention est un travail bénéfique. Elle fait ressortir le meilleur de nous-mêmes et est bénéfique pour les autres. Toute forme d'attention implique de se mettre en retrait, car en accordant son attention, on se donne soi-même.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, ITALIE)

Lundi 09 Juin 2025



La théologie fondamentale de toute prière chrétienne est que le chemin de la prière va au-delà de notre prière personnelle, au-delà de « ma » prière égocentrique, et conduit à la prière même du Christ : « Je ne vis plus, mais c'est le Christ qui vit en moi... Nous ne savons pas prier, mais c'est l'Esprit qui prie en nous. » La méditation en est la preuve.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, IRLANDE)

Mardi 10 Juin 2025



La méditation, ou « pure prière » comme l'appelaient les pères du désert, nous mène au-delà de la pensée et par conséquent au-delà de l'ego. Elle nous prépare à l'étape suivante, qui est le fruit de la grâce et non de nos seuls efforts : l'étape finale pour aller de nous-mêmes à l'Esprit du Christ, qui nous plonge en Dieu. Jean Cassien, père du désert et maître de cette prière, montre comment elle est reliée à toutes les autres formes de prière. Intégrer la méditation à votre vie ne vous oblige à renoncer à aucune autre pratique spirituelle utile. Mais soyez prêt à tout changement de voie le moment venu.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom

<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>

(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, IRLANDE)

Mercredi 11 Juin 2025



John Main dit que la méditation est un parcours de foi. Il la voit comme un saut dans la foi que nous faisons vers l'Autre, vers Dieu, « avant que l'Autre n'apparaisse et sans aucune garantie préalable que l'Autre apparaîtra. » Il ajoute que c'est le risque inhérent à tout amour. » La foi est liée de façon inextricable à l'amour. La méditation vous montrera ce que signifie la foi. Dans la tradition chrétienne, on la conçoit également comme une manière d'aimer qui amène à devenir de plus en plus aimant.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, MAROC)

Jeudi 12 Juin 2025



La preuve que notre méditation nous mène quelque part ne réside pas dans la hauteur à laquelle nous lévitions, les dons psychiques que nous développons ou les expériences que nous pouvons avoir pendant la méditation. Le véritable test est la réponse que nous donnons à la question suivante : « Sommes-nous en train de devenir une personne plus aimante ? » Comme tout acte de foi répété, la méditation approfondit notre aptitude à croire et devient un mode de vie. Notre humanité s'épanouit en devenant plus fidèle. La culture moderne parle beaucoup de croissance humaine mais oublie souvent que la foi (et non la croyance) est au cœur de l'être humain. Nous pouvons observer nos expériences et nous demander : « Est-ce que cela va être une expérience de croissance ? Qu'est-ce que cela va m'apprendre ? » Il serait peut-être préférable de se demander : cela me rendra-t-il plus fidèle ?

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, BIRMANIE)

Vendredi 13 Juin 2025



En vérité, la croissance est une épreuve d'authenticité. La vie a toujours du sens. Même dans la douleur d'une perte ou toute autre souffrance, nous grandissons dans la foi et dans l'amour. Sans saisir le sens de l'expérience, nous risquons de manquer une occasion de foi et de devenir un simple éclair dans l'obscurité, un aperçu fugace du mystère. Mais lorsque l'expérience est ancrée dans la foi, dans l'amour et dans la communion, soutenue par une tradition vivante, elle devient transparente, une vision diaphane. Une vision et non un simple aperçu fugace.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, IRLANDE)

Samedi 14 Juin 2025



John Main disait que chaque fois que nous nous asseyons pour méditer, nous entrons dans une tradition. La foi est l'expérience d'une tradition en tant que transmission vivante. La tradition ne se résume pas à un ensemble de croyances, de structures ou de rituels fraîchement sortis du congélateur. Ce n'est pas quelque chose de figé dans le temps. Le mot tradition signifie littéralement « transmission », comme dans une course de relais. Bien conçue, elle permet de transmettre sans abandonner le relais de la sagesse, de la connaissance sûre et d'une plus grande capacité de foi.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN)

Dimanche 15 Juin 2025



L'une des phrases typiques des moines du désert est celle qu'un jeune moine adresse à un aîné, une mère ou un père ou spirituel, pour lui demander : « Donne-moi une parole qui m'aide à de vivre. » On retrouve souvent cette expression dans les Conférences ou les Entretiens avec les Pères de Scété, que Jean Cassien écrivit au début du Ve siècle, après avoir quitté l'Égypte pour apporter en Occident la sagesse du désert, y compris la méditation. Il vint à Marseille, pas si loin de Bonnevaux, et fonda un monastère double, composé d'hommes et de femmes. Son œuvre apporta l'ordre de la sagesse à une époque de désintégration sociale, anarchique et sauvage, pas si différente de la nôtre. Nous aussi, nous devons rechercher des paroles de sagesse.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN)

Lundi 16 Juin 2025



Pour un contemplatif, la prière chrétienne ne consiste pas essentiellement à parler à Dieu ou à penser à Lui. Il s'agit d'entrer dans une « conversation » unique, sans paroles, sans pensées, silencieuse avec Dieu, ce dont l'Esprit du Christ nous rend capables. Il ne s'agit pas de négocier entre notre volonté et celle de Dieu, de le flatter pour obtenir ce que nous voulons ni de lui demander de changer d'avis. Dieu change-t-il d'avis ? La prière est pure action, abandon sans réserve à l'amour de Dieu qui connaît déjà nos besoins. Son amour est particulièrement intime car il participe directement à notre humanité, partageant toutes nos blessures, nos doutes et notre complexité. Est-ce de l'abandon ? En quelque sorte, mais un abandon triomphant et non une défaite.

Laurence Freeman OSB, Tasting Wisdom
<https://wccm.us4.list-manage.com/track/click...>
(PHOTO : LAURENCE FREEMAN, ITALIE)