

ALEXANDRE : Qu'est-ce qu'un contemplatif à tes yeux ?

MATTHIEU : Le contemplatif, du moins dans le sens bouddhiste, est celui qui comprend que son esprit peut être son meilleur ami, mais aussi son pire ennemi, et qu'il doit donc le transformer par la méditation. Il contemple la nature fondamentale de l'esprit, et cette pratique a pour effet de changer sa perception des autres, de lui-même et du monde. Et quand tu changes ta perception du monde, d'une certaine façon tu changes le monde.

MATTHIEU RICARD
TROIS AMIS EN QUETE DE SAGESSE