



news

CE PETIT CHEMIN...

Se vider l'esprit comme on vide une tasse de thé, méditer comme on met de la lumière dans une pièce sombre, prier comme une fleur s'épanouit. Jung Mok manie l'art des mots avec justesse et poésie, pour nous mener à travers le plus beau des voyages : celui de la compassion envers nous-mêmes... et envers tous ceux qui nous entourent. Rentrée dans les ordres bouddhistes à l'âge de 16 ans, Jung Mok est connue dans son pays, la Corée, comme la première moniale animatrice de radio du monde ! En lisant ses mots, on comprend le succès de son émission : ses conseils sont concrets, simples et directs, mais jamais dénués d'empathie et de douceur. Elle livre ici une belle exploration de la méditation comme chemin de vie. *Jung Mok, chemins de méditation*, Éditions Philippe Picquier, septembre 2018, 18,50 €.

