



À l'écoute

À la question de la posture dans le hatha yoga, il répond « toute posture n'est qu'un prétexte pour habiter l'écoute. Le corps se désencombre ainsi de la pesanteur du moi et retrouve sa

transparence oubliée » (p. 183). Quel genre d'écoute est-ce ? « Une écoute globale, inclusive, libre du jugement et de l'interprétation ». À ce jeu des questions/réponses, l'auteur est inépuisable, qui invite le lecteur à tourner son regard du monde perçu vers ce qui le perçoit. Éternel retournement. L'auteur est médecin psychiatre, qui après avoir rencontré les écrits de Krishnamurti et de Ramana Maharshi, a suivi l'enseignement de Jean Klein. Ce livre, précis et vivant dans sa forme et son contenu, s'adresse à celles et ceux qui cheminent sur la voie de l'expérience pratique non-duelle

LA PRATIQUE SPIRITUELLE. DE L'EFFORT ET DU NON-EFFORT DE JEAN-MARC MANTEL.

ED. ACCARIAS L'ORIGINEL, 2021, 303 p. 21 €.