

Ottawa, le 11 juillet 2019

Jeunesse et méditation
Retour sur un atelier de pratique de la méditation chez les jeunes.

Le 8 juillet 2019, j'ai eu le plaisir de présenter la pratique de la méditation chez les jeunes. Nous avons eu deux groupes composés de 18 enfants de 4 à 12 ans, accompagnés de 6 adolescents.

C'est durant le Camp biblique à la paroisse St-Remi d'Ottawa que dans la salle paroissiale j'ai d'abord présenté la pratique de la méditation chrétienne. J'ai donné un bref aperçu de l'historique ainsi que la présence de John Main et sa mission et l'explication de notre mot de prière MA-RA-NA-THA.

Ensuite, j'ai passé en revue le petit dépliant jeunesse. Par la suite nous nous sommes déplacés dans l'église. Devant l'autel sur le plancher, on y avait installé une chandelle et une douce musique jouait pendant que les enfants prenaient place.

À l'aide d'un bol tibétain, j'ai sonné le début de la méditation silencieuse durant laquelle les enfants répétaient MA-RA-NA-THA pendant 5 minutes.

Il y a eu une période pour les questions et commentaires.

Avec mon épouse Jacinthe, nous avons fait un retour sur notre expérience, nous avons conclu ce qui suit:

- L'âge des enfants était trop différent, il faudrait créer des groupes de jeunes enfants de 4 à 7 ans et de 8 à 12 ans.
- La période d'explication devrait être plus courte.
- Il serait préférable de faire cette rencontre plus tard durant la semaine du camp et non pas au premier jour du camp (il y a beaucoup de nouveaux pour les enfants).
- Le rituel est important, la bougie, la musique et le lieu sacré si possible est préférable.
- Certains enfants étaient turbulents mais pas trop.
- Certains enfants étaient disposés à faire cette expérience, d'autres se sont calmés durant la pratique.
- L'organisatrice du camp m'a envoyé un courriel indiquant que les enfants et les adolescents ont bien aimé la présentation de la méditation.

Je suis heureux de mon expérience, c'est une première pour moi. Je suis chanceux que mon épouse m'a épaulé avant et pendant la présentation de la méditation chez les jeunes.

Je tiens à remercier madame Michèle Watson, responsable de l'évènement du camp biblique depuis 9 ans, de m'avoir permis de venir présenter la méditation chrétienne aux jeunes. Aussi, un grand merci à monsieur le curé Jean-François Morin à St-Remi pour son soutien.

Jacques Boyer

p.j. : 2 photos

