



PLAN TRIENNAL MCQRFC 2023-2026

Note préliminaire :

Ce Plan triennal est une prérogative de l'Assemblée générale.

Rappel :

Règlements généraux

Art. 19: **Pouvoirs**

a) l'assemblée générale annuelle

3. adopte, à tous les trois (3) ans, le Plan Triennal rédigé par le(la) coordonnateur(trice) général(e), lequel est révisé par le conseil d'administration et déposé à l'assemblée générale pour être adopté;

À la lumière du programme triennal 2019-2022, ce document est le fruit d'un travail effectué, dans un premier temps, individuellement par les membres du Conseil d'administration, selon les 4 volets de l'énoncé de mission de MCQRFC.

Dans un deuxième temps, un sous-comité, formé de Marie Deschênes, Rachel Fortin et Louise Hébert-Saindon, a retravaillé les textes. Ensuite Michel Boyer et Louise Hébert-Saindon ont complété et fourni un document de base qui a été présenté pour discussion au CA. Finalement la trésorière, Sr Claire Cardinal, a révisé la partie concernant le financement. Le tout a été présenté et adopté au CA du 16 avril 2023. Le document que vous avez en main en est le résultat et il a été adopté à l'Assemblée générale 2023.

Ce sera au Conseil d'administration d'assurer la mise en application de ce plan triennal 2023-2026. À chaque Assemblée générale de 2024, 2025 et 2026, un bilan de sa mise en œuvre sera présenté.

PLAN TRIENNAL MCQRFC 2023-2026

1^{er} article de mission :

Communiquer l'enseignement de la méditation chrétienne selon la tradition reçue des bénédictins John Main et Laurence Freeman, l'actuel accompagnateur de la Communauté mondiale de la Méditation chrétienne.

Objectifs:

1. Diffuser largement la méditation chrétienne auprès de publics ciblés, mais aussi dans les réseaux des Églises chrétiennes.
2. Assurer toujours un message cohérent avec l'énoncé de mission, dans les divers canaux de communication de MCQRFC.

Stratégies:

- 1) Se doter d'un comité des communications (comprenant un membre responsable des médias numériques, un autre des médias traditionnels, un membre du CA et du comité de la formation continue).
- 2) Garder de façon continue les contacts avec les responsables de la méditation chrétienne de France et de Suisse, pour l'échange d'expériences mais aussi pour assurer une concertation en vue de nouvelles publications en français, mais aussi avec la CCMC (communauté canadienne anglophone).
(CA, secrétariat, accompagnement régional).
- 3) Réaliser des capsules web avec des témoignages brefs de méditants sur leur expérience.
(comité de formation continue, méditants/méditantes, secrétariat).
- 4) Assurer une meilleure présence dans les médias sociaux.
(accompagnement régional, secrétariat).
- 5) Publiciser nos activités de ressourcement non seulement auprès des membres MCQRFC, les rendant toujours accessibles à toute personne intéressée.
(secrétariat).
- 6) Stimuler nos communautés de méditation à se faire mieux connaître dans leur milieu (journal régional, bulletin ou site web diocésain, feuillet paroissial ou les équipes paroissiales)
(communautés de méditation).
- 7) Encourager et soutenir les initiatives prises par un méditant ou une méditante, ou une communauté de méditation, visant à proposer la méditation chrétienne aux personnes engagées dans une démarche de rétablissement d'une dépendance (alcooliques/toxicomanes; ex-prisonniers).

2^e article de mission :

Nourrir et soutenir les méditantes et les méditants, de même que les diverses communautés de la méditation.

Objectifs:

1. Valoriser davantage le rôle du comité de formation continue et celui du service de l'accompagnement régional.
2. Augmenter le sentiment d'appartenance à MCQRFC.
3. Assurer la formation continue des membres, afin de nourrir leur pratique de la méditation chrétienne, selon l'enseignement de John Main et de son successeur Laurence Freeman, et de favoriser leur croissance spirituelle.
4. Augmenter l'accès aux sources d'informations et aux ressources disponibles présentement et celles qui le seront dans l'avenir.

Stratégies:

- 1) Offrir un ressourcement annuel (une fin de semaine) aux méditants et à toute personne intéressée.
(CA, accompagnateur spirituel, secrétariat, les responsables de communautés de méditation)
- 2) Inciter les régions à organiser un ressourcement annuel, une demi-journée ou plus.
(accompagnateur spirituel, responsable de l'accompagnement régional, responsables des communautés de méditation de la région)
- 3) S'assurer que la personne responsable de l'accompagnement régional maintienne des contacts périodiques avec les responsables et les communautés de méditation de la région concernée.
(accompagnement régional, comité de formation continue)
- 4) Soutenir le démarrage de nouvelles communautés de méditation, en offrant un accompagnement et une trousse de départ.
(accompagnement régional, comité de formation continue, secrétariat)
- 5) Faire en sorte que les lettres ou tout autre document du Père Laurence Freeman osb, accompagnateur spirituel de la Communauté mondiale, se retrouve sur le site internet de MCQRFC .
(secrétariat, accompagnement régional)
- 6) Continuer d'apporter du soin à la revue *ÉCHOS DU SILENCE* pour y trouver témoignages, textes de réflexion, écho des ressourcements, recensions et suggestions de lectures.
(rédactrice en chef, secrétariat et contribution des méditants)
- 7) Produire divers outils (numériques ou autres) qui favorisent la formation et le ressourcement des personnes et des communautés de méditation.
(accompagnateur spirituel, secrétariat, apport au besoin d'un technicien)
- 8) Encourager les contacts et le partenariat avec certains organismes à vocation convergente avec la méditation chrétienne, particulièrement avec la prière de consentement de Thomas Keating.
- 9) Proposer aux méditantes et aux méditants, qui le désirent, une démarche qui permette de découvrir les richesses de la tradition de la prière contemplative qui a marqué le christianisme, en organisant un groupe de lecture ou des sessions chaque année.
(accompagnateur spirituel, et personnes-ressources)

3^e article de la mission :

Assurer la formation continue des responsables et des personnes qui collaborent à l'animation de leur communauté ou de leur région.

Objectifs:

1. Réactiver et valoriser le rôle de la personne impliquée dans le service de l'accompagnement régional. (CA, comité de formation continue)
2. Soutenir les personnes engagées dans l'accompagnement régional. (comité de formation continue)
3. Offrir une formation continue à ces personnes, leur offrant du matériel susceptible de les aider dans leur service (comité de formation continue, secrétariat , accompagnateur spirituel)

Stratégies:

- 1) Organiser une rencontre biannuelle avec les personnes engagées dans l'accompagnement de leur région. (comité de formation continue, secrétariat)
- 2) Favoriser chaque année, dans les régions constituées de MCQRFC, une rencontre des personnes responsables de l'animation de leur communauté respective. (comité de formation continue, accompagnement régional)

4^e article de la mission :

JEUNESSE-MÉDITATION (J&M)

Faire découvrir aux jeunes du Québec et du Canada francophone, de manière personnelle ou par l'entremise de petites communautés d'appartenance, un chemin d'intériorité qui puisse transformer leur vie quotidienne et avec elle, le monde qui les entoure. Et ce, en favorisant un engagement social des jeunes au cœur de leur milieu de vie, au service d'une cause bien enracinée dans une pratique spirituelle de prière profonde.

Objectifs:

1. Faire découvrir aux jeunes générations un chemin d'intériorité qui puisse transformer leur vie quotidienne, par une pratique spirituelle de prière profonde.
2. Favoriser leur engagement social, dans l'esprit de l'Évangile.
3. Rejoindre les différentes tranches d'âges (enfants, adolescents, jeunes adultes).

Stratégies

- 1) Présenter *Jeunesse et Méditation*, lors d'une rencontre des personnes responsables de l'accompagnement régional à MCQRFC. On les invitera à chercher dans leur région des personnes ayant le goût et le charisme de s'impliquer dans le dossier jeunesse-méditation, pour les enfants, les adolescents ou les jeunes adultes.
(Responsable J&M, accompagnement régional et co-responsables des communautés MCQRFC)
- 2) Mettre à la disposition des personnes disponibles un kit de départ.
(Responsable J&M, accompagnement régional, secrétariat)
- 3) Continuer notre approche auprès des étudiants universitaires (Montréal, Québec, sans oublier Sherbrooke, qui a un campus à Longueuil). On portera la préoccupation, de rejoindre et de sensibiliser, les étudiants en théologie et en sciences des religions, clientèles susceptibles d'avoir un intérêt pour les questions d'intériorité.
(Responsable J&M, accompagnateurs régionaux)
- 4) Maintenir les contacts avec les personnes au Canada qui prennent des initiatives auprès des jeunes pour faire découvrir la méditation, par exemple à Toronto avec André Choquet. (Comité J&M)
- 5) Utiliser davantage les médias sociaux (exemple : la création d'un balado ou podcast), s'assurer d'un soutien technique.
(Comité J&M, secrétariat, aide technique)
- 6) Relancer les contacts, amorcés ces dernières années, avant l'intermède de la pandémie, auprès des responsables de la formation à la vie chrétienne, des diocèses de Nicolet et de Saint-Jean-Longueuil au Québec et St-Boniface au Manitoba pour l'initiation à la méditation des jeunes et adolescents.
(Accompagnement régional, responsables de communautés de méditation, Comité J&M)
- 7) Faire des démarches auprès des 8 Conseils scolaires catholiques pour francophones de la région d'Ottawa, pour sonder l'intérêt à la méditation chrétienne et y faire suite.
(Accompagnement régional, responsables de communautés de méditation, Comité J&M)
- 8) Cibler un groupe de jeunes adultes à la fois pour de futures présentations de la méditation chrétienne. Explorer la possibilité de créer un groupe en Zoom, comme soutien aux jeunes méditants, (pas nécessairement une rencontre chaque semaine).
(Comité J&M, secrétariat)
- 9) Cibler les jeunes adultes qui font une démarche du catéchuménat en vue du baptême, et de la préparation à la confirmation, afin de les introduire à la méditation chrétienne durant leur parcours. On essaiera de se mettre en contact avec la personne qui porte ce dossier au diocèse de Saint-Jean-Longueuil. Ce pourrait être une piste pour faire connaître la méditation chrétienne.
(Accompagnement régional, responsables de communautés de méditation, Comité J&M)

Pour soutenir les 4 articles de la mission : FINANCEMENT

Les activités et divers projets mis de l'avant veulent être au service de cette mission, compte tenu de nos ressources humaines et financières...

Dans un esprit de coresponsabilité, sensibiliser et stimuler les membres MCQRFC et les communautés de méditation à participer davantage au financement de MCQRFC.

Objectifs:

1. Former un comité des finances afin de procéder à une analyse approfondie de notre situation financière pour l'améliorer, et revoir la possibilité d'un meilleur rendement dans nos investissements.

Stratégies:

- 1) Sensibiliser les personnes qui participent aux rencontres de méditation chrétienne à devenir membres de MCQRFC.
(accompagnement régional, responsables des communautés de méditation, secrétariat)
- 2) Stimuler les responsables de communautés de méditation chrétienne pour trouver, selon leur initiative, un moyen de contribuer financièrement à notre organisme. Ex. panier ou autre...
(responsables de communautés de méditation, accompagnement régional)
- 3) Poursuivre la sollicitation financière auprès des communautés religieuses du Québec et autres régions du Canada, là où se trouvent des communautés de méditation chrétienne.
(secrétariat, CA, comité des finances)
- 4) Chercher de nouvelles sources de financement. Ex. : des fondations à caractère spirituel, reliées à un diocèse ou à une communauté religieuse, ou encore les Chevaliers de Colomb, les Filles d'Isabelle ou autres.
(secrétariat, comité des finances, méditant.e.s)
- 5) Relancer nos campagnes de financement et chercher différentes options. Ex. : Conférence-bénéfice annuelle. Augmenter les contributions lors de nos activités de ressourcement et autres.
(comité des finances, secrétariat)
- 6) Signaler à l'occasion le coût de nos principales dépenses récurrentes pour MCQRFC dont profitent nos méditant.e.s.
(infolettre, secrétariat)