

3- L'animateur d'un groupe de méditation

Démarrer un nouveau groupe de Méditation chrétienne représente un pas important dans la foi, mais ce sera une responsabilité gratifiante. Quoique vous donniez, vous recevrez au centuple en retour. N'oubliez jamais qu'on n'attend pas de vous que vous soyez un expert ou un méditant modèle. Juste un méditant humblement engagé.

Les qualités d'un animateur

- Un engagement personnel dans la méditation telle qu'elle est enseignée par la CMMC.
- Le désir de partager ce don.
- Le sentiment d'appartenir à la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne qui est issue de cet enseignement.
- Une attitude d'ouverture.

Le rôle d'un animateur

- Être un point de référence stable pour les réunions hebdomadaires du groupe ; être présent ou s'arranger pour se faire remplacer ; régler les détails pratiques de temps et d'espace ; avoir préparé/trouver un enseignement et minuter le temps de méditation.
- Garder le focus du groupe sur la méditation.
- Accueillir les nouveaux, les initier à l'enseignement et les présenter aux autres membres du groupe de manière amicale. Témoigner de l'intérêt pour leurs questions.
- Encourager à méditer deux fois par jour, tout en reconnaissant qu'il faut du temps pour acquérir cette discipline.
- Être le contact pour la communauté des méditants.
- L'animateur accepte la responsabilité, au nom du groupe, de faire respecter le cadre suivant :
 - Un temps d'enseignement (enregistré ou parlé)
 - Un temps de méditation silencieuse qui peut être d'une durée de 20 ou 25 minutes
 - Un temps de libre-partage sur le texte présenté ou sur la pratique de la méditation

Les défis

- Comprendre que le sens et la force du groupe résident dans la foi de ses membres et non dans leur nombre. Un groupe de 2 ou 3 personnes a autant de valeur qu'un groupe de 20 ou 30.
- Comprendre que l'on peut venir aux réunions pendant un certain temps puis s'éloigner. On ne sait pas ce que l'Esprit a pu accomplir en cette personne pendant son court passage dans le groupe.
- Approfondir sa pratique personnelle afin d'avoir une meilleure présence aux autres.
- Comprendre que son expérience de Dieu s'approfondit en prenant part au cheminement des autres vers Dieu.