



MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS
FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRF)

450 250-4649
www.meditationchretienne.ca
info@meditationchretienne.ca



LETTRE AUX COMMUNAUTÉS RELIGIEUSES ET MEMBRES D'INSTITUT

Campagne de sollicitation – mars 2026

À la personne ou au comité responsable des dons,

Cette année alors que le climat se réchauffe, il semblerait que les cœurs se refroidissent. Au niveau politique et relations internationales, c'est du jamais vu... Pourtant Méditation chrétienne (MCQRF) a trouvé de quoi se réjouir. Avec tous les méditants du monde, nous fêtons, en cette année 2026, les 100 ans de naissance de notre fondateur le père John Main, o.s.b., décédé en 1982. L'annonce en a été faite par le Vatican¹. John Main était l'ami de bien des chercheurs de Dieu, assoiffés de paix et d'amour. Le souvenir de cet être si ouvert et chaleureux me rappelle le chant *Ami, reviens* de Jacques Michel. Il me semble qu'on voudrait tous s'asseoir auprès de son feu pour se réchauffer le cœur. À son tour, devant l'ampleur des désastres et des guerres, MCQRF voudrait embraser les cœurs qui ne savent plus prier.

La pratique de la méditation est une belle discipline qui offre un moyen de sauvegarder la paix intérieure, tout en s'ouvrant à l'Amour transformateur. Ce trésor est méconnu : pourtant la méditation trouve son ancrage dans la tradition chrétienne. Son origine remonte aux Pères du désert. Depuis plus de 35 ans, avec persévérance, nous nous employons à mettre en évidence ce trésor spirituel.

En 2025, près de 50 groupes, se sont réunis en présentiel ou par la plateforme Zoom, se retrouvant au fil des semaines. Notre communauté est bien vivante et vivifiante ! Elle permet de rassembler des personnes de diverses régions, au Québec et ailleurs au Canada francophone, du Nouveau-Brunswick jusqu'au Manitoba. Il est à noter que la grande majorité des personnes qui participent sont des laïcs, hommes et femmes. Des initiatives nouvelles sont prises pour rejoindre détenus et ex-détenus, ainsi que des personnes intervenantes en milieu de santé, ou des personnes en résidence pour personnes âgées.

Les initiatives se poursuivent pour offrir, sur une base périodique, un ressourcement s'adressant aux personnes déjà engagées, mais aussi ouvert à d'autres personnes intéressées. En septembre dernier, j'ai offert un ressourcement dont le thème était : *La résilience : de la blessure à l'amour* qui a rassemblé environ 80 personnes, soit en personne ou en Zoom. Le conseil d'administration prépare de beaux changements à notre page web en ajoutant des pages accrochantes pour les butineurs, soit

-
- 1** - Pour voir cet article, en français en PDF, à partir de notre site web : [CLIQUER ICI](#)
- Pour voir cet article, d'abord publié le 21 janvier 2026 par VATICAN NEWS: [CLIQUER ICI](#)
- Pour voir cet article, publié à partir du site international de la
Communauté mondiale de la Méditation chrétienne (WCCM): [CLIQUER ICI](#)

des pages Splash. Notre secrétaire exécutif et nos bénévoles gardent nos plateformes² à jour incluant la mise à jour du site internet www.meditationchretienne.ca, pour le rendre encore plus attrayant aux personnes en recherche qui visitent notre site. Le comité de formation continue d'apporter le soutien nécessaire aux personnes qui assurent l'animation de leurs groupes.

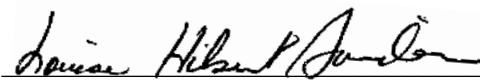
Deux autres initiatives visent les jeunes, dont une dans une paroisse d'Ottawa et une autre dans une école privée catholique. Les deux visent à initier les jeunes aux bénéfices de la méditation chrétienne. Je rêve d'un jour offrir une application (app) pour téléphone cellulaire, afin de faciliter l'accès à cette plateforme pour aider les jeunes à maintenir cette discipline de prière, mais c'est très coûteux.

Afin de poursuivre les projets qui nous tiennent à cœur et d'assurer la pérennité de notre organisme, nous faisons appel à vous... à vos prières et à votre soutien financier. Un grand merci d'apporter une attention toute particulière à l'étude de notre demande. Au chantier de la Nouvelle Évangélisation, l'apport, qui est le nôtre, est unique.

Avec toute notre reconnaissance, nous vous saluons bien fraternellement,



Père franciscain Michel Boyer, o.f.m.
Accompagnateur spirituel de MCQRFC



Madame Louise Hébert-Saindon
Présidente de MCQRFC

**au nom du Conseil d'administration de
MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRFC) :**

Père Michel Boyer, o.f.m. (Mauricie et Centre du Québec)

Catherine Bert (Montréal) **Marie Deschênes** (Saint-Bruno-de-Montarville)

Rachelle Fortin (Outaouais) **Réjean Gervais** (Rive-Sud de Montréal)

Louise Hébert-Saindon (Saint-Boniface - Manitoba) **Yvon Maillet** (Dieppe - Nouveau-Brunswick)

Michel Richer (Montréal) **Yvon R. Thérout** (Otterburn Park)

Notre numéro de charité : **8892 0436 RR01**

Merci de libeller votre chèque ainsi : **MCQRFC**

Puisque nous sommes déménagés à Saint-Hyacinthe, dans la Maison-Mère des Sœurs de la Présentation, voici notre adresse postale temporaire, seulement pour l'année 2026 :

**Méditation chrétienne (MCQRFC)
a/s Marc Bellemare, apt # 4301
550, boulevard Sir-Wilfrid-Laurier
Mont-Saint-Hilaire (Québec) J3H 5J7**

*« Le silence est le langage de l'Esprit.
Ce que nous devons faire, c'est y entrer,
devenir silencieux, devenir le silence. »*

John Main

² Nous utilisons trois (3) différentes plateformes informatiques. **Pour y accéder, cliquez sur l'une ou l'autre :**