

Échos du silence

Échos du silence est publié deux fois par année

20^e anniversaire – numéro spécial



Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada

2715, Chemin de la Côte-Sainte-Catherine, bureau H-205

Montréal (Québec) H3T 1B6 - Tél.: (514) 525-4649

info@meditationchretienne.ca - <http://meditationchretienne.ca>

Éditorial

C'est avec joie que ce numéro de *l'Échos du Silence* vous parvient, soulignant le 20^e anniversaire de Méditation... Fruit du travail des divers auteur-e-s qui contribuent au devoir de se souvenir. Bilan, assurément, et aussi prospective pour ouvrir de nouveaux sentiers dans l'avenir. La présentation, composition et mise en page reviennent à Louise Lamy, notre webmestre, à qui nous exprimons toute notre reconnaissance. Que les réflexions, ici engagées, deviennent autant de tremplins pour dynamiser chacune de nos communautés. La cheville ouvrière de cette entreprise est la coordination générale depuis Michelle Dubuc, Monique Piché et Michel Boyer o.f.m., et les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux avec qui tout devient possible. Il y faut audace, créativité, courage et foi pour toujours mieux diffuser cette « perle de grand prix », legs de John Main o.s.b. Ouvrons ce numéro par un de ses enseignements prophétiques.

Yvon R. Thérooux, responsable de *l'Échos du silence*.

Extrait de John Main o.s.b., *Conférences de Gethsémani, Deuxième conférence, Méditation chrétienne du Québec, 1997, p. 38.*

La méditation est une prière de foi parce que nous acceptons de suivre

l'enseignement du Maître : nous sommes prêts à perdre notre vie afin que nous puissions nous réaliser pleinement. Quand nous avons trouvé notre moi véritable, nous n'en sommes encore qu'au début. Lorsque nous nous sommes trouvés nous-mêmes, nous avons trouvé, selon l'expression de saint Augustin, le « tremplin » qui nous conduira à Dieu. Alors, et alors seulement nous avons trouvé la confiance nécessaire pour faire le pas suivant qui consiste à cesser de contempler notre moi fraîchement découvert pour diriger le projecteur vers l'Autre. La méditation est une prière de foi justement parce que nous nous abandonnons avant que l'Autre apparaisse; et cela, sans aucune garantie préalable que l'Autre apparaisse. L'essence de toute pauvreté, c'est ce risque d'annihilation.

C'est le saut dans la foi, de soi vers l'Autre. Ce qui risque est inhérent à tout amour... et c'est un moment critique dans le développement de notre prière. Lorsque nous commençons à prendre conscience de l'engagement total exigé par la prière profonde, la prière qui est dépouillement de soi, la tentation est forte de retourner en arrière, d'esquiver l'appel à la pauvreté absolue, d'abandonner la méditation, l'ascèse du mantra, et de revenir à une prière centrée sur soi plutôt que sur Dieu.

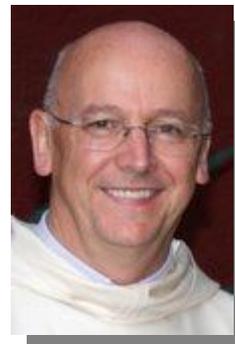
Un message de Laurence Freeman, o.s.b., accompagnateur spirituel de la Communauté mondiale de la Méditation chrétienne /Janvier 2011

Chers amis,

En ce temps de l'année, mes pensées se tournent chaleureusement vers le Québec. Je me rappelle mon premier hiver à Montréal qui devait, nous avait-on averti, être un sérieux test de courage, alors qu'il n'y avait pas eu de neige du tout ! Je me rappelle comment j'en suis venu à aimer l'hiver et la culture entourant le magnifique et spectaculaire climat du Québec. Et, ces jours-ci, je me souviens des derniers moments du Père John dont nous célébrons l'anniversaire le 30 décembre et dont la mort fut offerte pour l'œuvre qu'il avait commencée et qui maintenant s'épanouit au Québec. L'esprit du lieu importe dans tout voyage intérieur, puisque le Verbe se fait chair en nous dans les endroits mêmes où nous habitons, accompagnés des gens que nous aimons, et avec lesquels nous apprenons à vivre.

Cette année encore, l'histoire intemporelle de Noël nous parle et illumine de plusieurs façons les cœurs à l'écoute. Il y a la simplicité de l'histoire et le mystère insondable qu'elle nous raconte. Ainsi, l'histoire de nos propres vies, telles que nous les avons vécues jusqu'ici, peuvent être racontées en quelques mots ; mais aucun mot ne peut exprimer leur sens et la merveille de nos joies, de nos souffrances, de nos échecs et de nos découvertes. On y rencontre la fragilité humaine et l'aspect marginal des personnages : Marie, Joseph, Jésus et les bergers- aucun d'entre eux ne figurant parmi les puissants de ce monde. Et pourtant, autour d'eux et en eux, c'est la

présence de Dieu exprimant sa Parole dans le silence, qui renverse les puissants de leur trône et qui simplifie nos ego bavards.



Dans cette histoire, on trouve à la fois tendresse et puissance, endurance et résilience. Nous ressentons une profonde émotion et pourtant, nous contemplons une réalité qui nous amène au-delà des sentiments et des émotions vers un espace de vérité et d'amour où tous les désirs sont comblés et toutes les béances amenées à leur pleine plénitude.

Alors que nous méditons, pendant les jours qui viennent, puisse le silence que nous partageons enrichir notre communauté et nous aider- nos petits groupes de méditation, nos communautés nationales, et Meditatio, notre nouveau mode de sensibilisation- à partager la présence vivifiante et réparatrice du Verbe fait chair avec tous ceux et celles que nous rencontrons, quelle que soit la route que nous empruntons.

J'espère être de nouveau avec vous avant longtemps, mais de jour en jour, nous marchons par notre méditation collective dans le silence aimant du Christ.

Avec toute mon affection.

Laurence

Traduction française : Louise de Blois, méditante

Mot du président – Jean St-Onge Là où tout a commencé en 1977

C'est en toute humilité, mais aussi avec une grande fierté, que j'entreprends l'année 2011 avec enthousiasme à titre de président de Méditation chrétienne du Québec (MCQ) et des régions francophones du Canada (RFC). En effet, l'année 2011 soulignera le 20^e anniversaire d'existence de MCQ-RFC. Michel Boyer dresse un excellent sommaire historique (1991-2011) à titre de coordonnateur général dans cette édition spéciale de notre bulletin *Échos du Silence*. Au passage, je remercie Yvon R. Théroux, notre responsable, qui maintient par ce bulletin un lien privilégié entre les méditantes et méditants de notre organisme. Au cours de cette année 2011, qu'il me soit permis de souligner les dynamismes individuels et collectifs qui coloreront cette année anniversaire.

Je crois qu'il ne faut jamais oublier que c'est ici au Québec en 1977, à Montréal, QUE TOUT A COMMENCÉ. Il m'apparaît important de prendre appui sur ce 20^e anniversaire pour nous rappeler collectivement que c'est bien ici, chez nous, que ce chemin de prière profonde et silencieuse a trouvé sa véritable impulsion pour ensuite se propager partout dans le monde sur tous les continents, dans plus de 114 pays. Seulement au Canada francophone, particulièrement au Québec, nous comptons près de 45 communautés de méditation qui, pour la plupart, se réunissent une fois par semaine pour partager en communauté cette perle de grand prix. C'est là une croissance prometteuse.

Vous conviendrez avec moi que c'est une lapalissade de dire que le Père

John Main, o.s.b., par l'exemple de sa vie et de son enseignement, est celui qui a inspiré des milliers de personnes de tous les horizons à cette voie de prière pure connue et reconnue depuis dix-sept siècles (cf. Jean Cassien, IV^e siècle) dans notre tradition chrétienne. Paradoxalement, forte d'une tradition de plusieurs siècles, ceci exige de notre jeune organisation de résolument se tourner vers de nouvelles approches afin de promouvoir la diffusion du message de John Main. Gérer c'est prévoir, disait mon prédécesseur à la présidence.



Que cela est vrai ! Gérer les défis des prochaines décennies vaudra dire aussi, et de plus en plus, S'ADAPTER à de nouvelles manières de communiquer afin de joindre des gens de tous âges. C'est pourquoi, autant dans ce domaine spécifique touchant la promotion du message de John Main, que dans d'autres aspects de la gestion de notre organisme à but non lucratif (OBNL), je ressens vraiment comme un devoir moral, avant de prendre toute décision, de soumettre la question suivante : est-ce que cela est bon pour la diffusion de la méditation chrétienne et la diffusion efficace du message de John Main? Une référence incontournable pour recentrer toujours nos énergies autour de *notre* mission liée au legs inestimable de John Main.

Avec un tel géant que représente encore et toujours John Main au XXI^e siècle, lui qui a restauré pour notre monde contemporain la

méditation chrétienne. Ce 20^e anniversaire (1991-2011) de MCQ-RFC veut bien l'illustrer. Je me permettrai de souligner combien grande est notre dette envers ce grand prophète de notre temps qu'est John Main, o.s.b. C'est cette âme silencieuse et agissante qui a tracé la voie de ce rendez-vous intime avec le Tout-Autre en revivifiant cette pratique contemplative issue des Mères et des Pères du désert, inspirés de Maître Jésus, un priant en lien intense avec son Papa – Abba, en araméen -.

Les membres du conseil d'administration de Méditation chrétienne du Québec (MCQ) et des régions francophones du Canada (RFC), et moi-même, considérons comme un privilège et une grande responsabilité, vingt ans après le début de son existence, d'en être toujours les fiduciaires. Notre coordonnateur général, Michel Boyer, o.f.m., notre secrétaire Marc Bellemare, les bénévoles, les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux soutiennent les intérêts immédiats sur le terrain. Ainsi, en est-il de même de la Communauté mondiale de Méditation chrétienne (WCCM) qui souligne aussi ses 20 ans d'existence. À l'automne 2010, lors de son passage au Québec, le Père Laurence Freeman, o.s.b., accompagnateur spirituel de la WCCM et successeur de John Main, me disait personnellement : « OUI, c'est vraiment ici que cette perle de grand prix fut présentée et enseignée. Que c'est vraiment *ICI, CHEZ VOUS AU QUÉBEC, QUE TOUT A VRAIMENT COMMENCÉ!* »

Conséquemment, sachez qu'ENSEMBLE, nous

sommes résolus à poursuivre l'excellent travail accompli par nos prédécesseurs afin que nous puissions continuer à *construire solidairement* ce que l'avenir nous réserve. Ne nous faut-il pas, collectivement et individuellement, déployer audace, courage, imagination et créativité pour répondre aux enjeux et défis des prochaines décennies?

En terminant, permettez-moi chères méditantes, chers méditants de nous rappeler à tous que nous avons décidé de nous inscrire au



cœur de la profonde mutation de notre monde contemporain dans le silence et la prière contemplative. Des témoins de l'essentiel. Je vous invite donc à suivre nos activités et les nombreuses initiatives entourant ce 20^e anniversaire d'existence via notre site Internet qui a déjà accueilli plus de 155,000 visites, provenant

d'abord du Québec et du Canada francophone, mais aussi touchant d'autres méditants de plus de 30 pays du monde entier (www.meditationchretienne.ca). Bref, autant d'événements, autant d'occasions de vous dire merci, et de vous associer à une autre étape de ce legs. À titre de président de MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC(MCQ) ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (RFC), je vous convie personnellement à ces festivités durant toute l'année 2011.

Bien chaleureusement,
Jean ST-ONGE, président de MCQ/RFC

Mot du coordonnateur général

20 ans de croissance – Une page d’histoire pour MCQ

Quel contraste avec les tout débuts en 1991, lors de la fermeture du prieuré bénédictin à Montréal. C’était la semence jetée en terre pour les francophones désireux de faire leur l’enseignement de la méditation chrétienne selon le bénédictin John Main décédé en décembre 1982.

Un premier groupe s’est constitué et a migré un moment avant de se fixer au centre communautaire Cap-Vie à Laval. Un premier secrétariat y a vu le jour. Des traductions et des publications ont été réalisées. Grâce à Michelle Dubuc, les Éditions Le Jour ont publié *Un mot dans le silence un mot pour méditer* de John Main, o.s.b., *La parole du silence et La méditation, voie de la lumière intérieure* de Laurence Freeman, o.s.b. Les premières bases étaient ainsi posées.

Le premier secrétariat s’est déplacé en 1998 au cœur de la ville au 530, rue Mont-Royal. De 2003 à 2010, il a eu pignon sur rue par la suite au 7400, boul. St-Laurent, soutenu généreusement pendant 4 ans par la bénévoles Francine Devroede. En janvier 2011, le secrétariat bouge à nouveau pour se retrouver chez les Dominicains au 2715, Chemin de la Côte Ste-Catherine. Un signe que nous sommes une communauté en mouvement et non une institution!

En 2002, on pouvait compter environ 20 communautés de méditation; en 2010, on dénombre 44 communautés, au Québec et ailleurs au Canada francophone, sans oublier quelques centaines de personnes qui méditent seules. Depuis 2003, j’assure le service de la coordination générale. Défi de gérer mon agenda avec d’autres engagements chez les

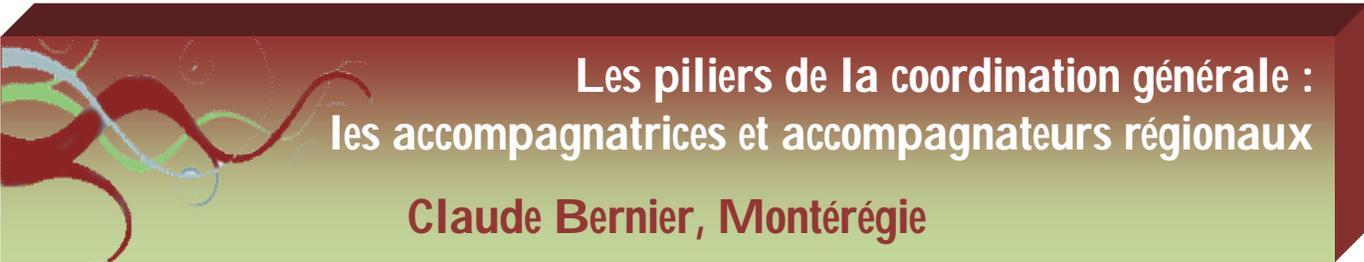
Franciscains de Lachute, d’accompagner cette croissance de la méditation chrétienne.



Que de chemin parcouru depuis 20 ans, depuis l’impulsion première donnée par Michelle Dubuc, suivie de Monique Piché (1998-2002), les deux premières coordinatrices! Des communautés de méditation se sont multipliées, un secrétariat est assuré, avec une permanence salariée à 2 jours/semaine, par Marc Bellemare, avec générosité et compétence. Depuis 2007, un site Internet assure une visibilité grandissante à la méditation chrétienne. Il faut ajouter des publications nouvelles, une équipe de méditantes et de méditants qui, dans un esprit de coresponsabilité, assure l’accompagnement sur une base régionale, des ressourcements, des conférences, des ateliers d’initiation à la méditation chrétienne, le bulletin ÉCHOS DU SILENCE riche d’informations et de textes de réflexion. Bref, c’est la vie qui tire en avant pour faire découvrir toujours mieux la méditation chrétienne, cette perle de grand prix, un chemin de prière profonde.

Devant cette croissance qui n’a cessé de se déployer depuis 20 ans, il y a tout lieu de s’émerveiller. Je suis heureux d’en être un témoin privilégié et d’y avoir contribué depuis 8 ans. Une nouvelle étape se dessine pour Méditation chrétienne du Québec. Que l’Esprit et la prière fraternelle de John Main ne cessent de nous soutenir et de nous pousser au large dans la confiance!

Michel Boyer, o.f.m.
Coordonnateur général MCQ/RFC



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Claude Bernier, Montérégie

Mon nom est Claude Bernier et, depuis 2010, je suis accompagnateur pour 7 communautés de méditation, dans la belle région de la Montérégie.

Déjà trois rencontres ont eu lieu, réunissant les responsables des communautés. Animés par la même conviction, nous nous sommes questionnés sur comment pouvions-nous, ensemble, favoriser l'émergence de communautés dynamiques et vivantes ? Il nous a semblé qu'en se mobilisant toutes et tous, et en faisant connaître la méditation dans notre milieu, nous aurions un bon terreau pour semer.

En 2010, nous avons eu la joie de voir naître une nouvelle communauté à Saint-Hyacinthe et de voir renaître celle de Marieville. Nous sommes à organiser une journée d'initiation à la méditation pour le 2 avril 2011 à Saint-Bruno de Montarville. Je réalise aujourd'hui que l'engagement est une attitude de l'esprit qui crée un mouvement vers l'autre et que, tout comme la méditation, il permet de contempler Dieu là où il se trouve. Bâtir le Royaume ne se fait pas avec des peurs, mais avec de l'audace. Celle de dépasser nos craintes, personnelles ou collectives,

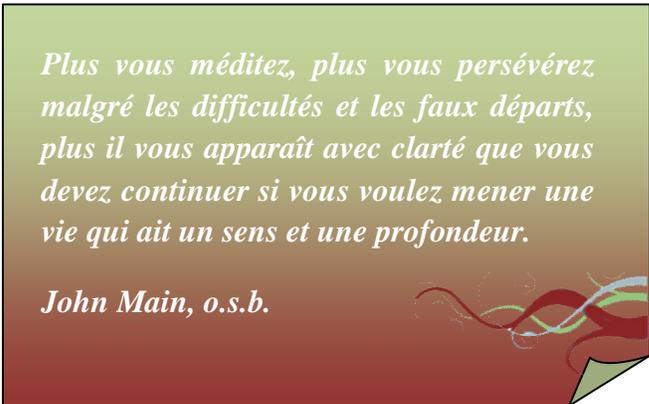
et de prendre sa place, sans prendre celle des autres.

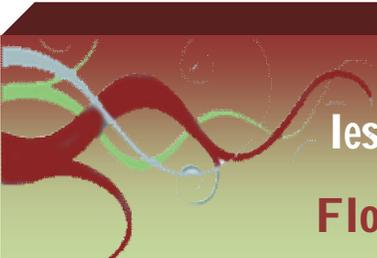
L'arbre qui tombe fait beaucoup de bruit, la forêt qui pousse ne s'entend pas, comme l'a dit Mahatma Gandhi. Après 20 ans d'existence, nous sommes devenus une forêt. La méditation est devenue un mode de vie qui a transformé la vie profonde de plusieurs personnes et transforme aussi notre Église, puisque la méditation chrétienne se pratique maintenant sur les cinq continents.

Merci au Père Michel Boyer et à Yvon R. Théroix de m'avoir fait confiance. Je me félicite d'avoir accepté le défi et d'avoir le privilège de côtoyer les responsables et coanimateurs des communautés qui croient en leur mission, partagent et pratiquent la méditation avec nous pour former des lieux d'éveil à ce que nous avons la capacité d'être, d'abord et avant tout.

Plus vous méditez, plus vous perséverez malgré les difficultés et les faux départs, plus il vous apparaît avec clarté que vous devez continuer si vous voulez mener une vie qui ait un sens et une profondeur.

John Main, o.s.b.





Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Florence Marquis-Kawecki, Outaouais

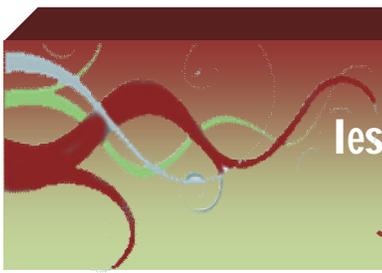
La région de l'Outaouais compte sept 7 communautés de Méditation chrétienne comme suit : Gatineau; Masson-Angers; Montebello; Ottawa (trois communautés), et Orléans. En novembre 2009, une réunion fut organisée pour nous permettre de rencontrer les responsables, partager nos expériences et identifier les défis à relever pour notre région. Mon désir était que les communautés de l'Outaouais puissent sentir qu'elles font partie d'une même communauté régionale, qu'elles puissent travailler ensemble pour organiser des activités de ressourcement spirituel et pour partager des idées, que ce soit sur la façon de faire de la publicité ou pour partager nos bonnes pratiques.

Suite à notre rencontre, un document d'information sur ce que d'autres communautés font comme activité et publicité fut développé et partagé avec le groupe. Avec la participation de tous les responsables des communautés, une journée de ressourcement pour nos méditant(e)s fut organisée et eut lieu au Carrefour de prière Béthel, de Masson-Angers en Outaouais, le 24 avril 2010. Cette journée spéciale fut animée par le Père Michel Boyer, o.f.m., coordonnateur de Méditation chrétienne du Québec. Le thème de cette journée était « Les Étapes du voyage intérieur » - 1) La grâce d'un commencement; 2) Les premières turbulences; 3) Un processus de

premières turbulences; 3) Un processus de guérison; 4) Le désert; 5) La paix retrouvée. 32 méditant(e)s participèrent à cette journée qui s'est avérée très enrichissante et qui fut très appréciée. Les responsables des diverses communautés entrevoient de tenir pareille activité de ressourcement sur une base annuelle. En tant qu'accompagnatrice régionale, j'ai animé une soirée de méditation dans chacune des 7 communautés.

C'est avec enthousiasme que nous recommençons les projets pour la nouvelle saison 2010/2011. Un des défis principaux est de trouver des moyens pour faire connaître la méditation et d'attirer de nouvelles personnes pour assurer la relève et la continuité des communautés.

Merci du fond du cœur à tous nos responsables de communautés : Jean Côté – Gatineau; Sr Raymonde Desaulniers - Masson-Angers; Gilles Labrosse – Montebello; Darquise Poupart – Orléans; Yvette Lafrenière et Lorraine Nadeau (Notre-Dame de Lourdes-Ottawa); Martine Thériault, coanimatrice – (Paroisse du Sacré Cœur-Ottawa) pour leur dévotion à la méditation et pour leur support. Un grand merci aussi aux personnes qui partagent l'animation des soirées à l'intérieur de nos communautés.



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Jean-Pierre Contant, Laurentides

La région des Laurentides, la belle région du Nord, les Pays d'En Haut, disait-on autrefois, sont témoins actuellement de deux communautés de Méditation chrétienne. On connaît aussi quelques personnes qui méditent à Prévost les lundis soirs. Ce groupe n'est cependant pas lié à MCQ. C'est toujours un plaisir pour nous d'aller méditer avec eux et de les recevoir à l'occasion.

Parlons donc de nos deux communautés. D'abord, celle de Lachute qui célèbre cette année son 10^e anniversaire. Ce qui est particulier chez elle, c'est la beauté de son lieu de recueillement. Une petite église franciscaine, ouverte au public vingt quatre heures par jour, ce qui est de plus en plus rare au Québec de nos jours. De plus, elle bénéficie de la présence du coordonnateur de Méditation chrétienne du Québec le père Michel Boyer, o.f.m. Quelle chance ! Une petite équipe se partage les tâches sous la responsabilité d'une des leurs. Tous les lundis soir, le petit temple se fait silence. Pour marquer son 10^e anniversaire, la communauté de Lachute a offert à la région des Laurentides cinq soirées d'initiation à la méditation. Quelle belle ouverture que de vouloir faire découvrir ce trésor à d'autres pèlerins de l'intériorité ! Chaque fin d'année est célébrée par un petit lunch avant la relâche estivale. C'est devenu une tradition, me dit-on.

Saint-Jérôme n'est surtout pas en reste quant à ses particularités. En effet, présente dans la région avec divers ajustements depuis 1994, la communauté actuelle a pris davantage forme en 2006 à la demande du groupe de

ressourcement spirituel Le Rocher. De trois ou quatre personnes au début, ils sont actuellement plus de quinze qui ont décidé d'intégrer cette forme de prière dans leur vie. Ce qui est particulier aussi dans cette communauté, c'est leur lieu de rencontre. Elle est probablement la seule au monde... qui médite dans un salon de barbier...oui, oui, vous avez bien lu. Mais quel beau décor ! Un ami, Pierre, qui offre gratuitement son local, est un homme de foi et de grandes valeurs. La communauté a le privilège de méditer devant une murale du Petit Prince sur laquelle on y trouve cette phrase de Saint-Exupéry: « *On ne voit bien qu'avec le cœur, l'essentiel est invisible pour les yeux.* » La communauté de Lachute bénéficie de la présence du Père Michel Boyer o.f.m., les méditants de Saint-Jérôme ont avec eux les doyens de la MCQ. Quelle richesse que ce couple Thérèse et Marcel ! Craignant la nostalgie de la relâche estivale, la communauté s'est réunie autour d'une épluchette de blé d'inde en août dernier. Il va sans dire que la principale activité à l'ordre de cette journée fut le moment de méditation dans le chalet typique d'un des leurs.

Pour terminer, je ne pourrais passer sous silence l'initiative des moments de partage entre la communauté de Lachute et celle de Saint-Jérôme. En effet, cette tradition de visites entre eux se confirme d'année en année. Au printemps dernier, Lachute recevait, et cet automne, ce fut le tour de Saint-Jérôme. De plus, chaque année, le pique-nique de la MCQ se tient à Lachute, c'est un autre privilège pour les deux communautés des Laurentides...quelle belle région n'est-ce pas ?



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Emöke de Galocsy, Sherbrooke

« Là où deux ou trois se réunissent en mon nom, je suis au milieu d'eux » Mt, 18, 20.

A Saint-Élie d'Orford (Sherbrooke), dans l'Estrie, avec l'inspiration du Saint-Esprit et notre accompagnatrice régionale, madame Emöke de Galocsy, notre guide, nous nous réunissons pour méditer avec « *La parole du silence* », devant l'icône de la Très Sainte Trinité. C'est ce qui nous unit. Cette union avec les jeunes de chez nous, avec nos frères et sœurs du monde entier de tous les âges, de tous les milieux et de toutes les religions se transforme en une communion par la voie de la méditation, nous permettant ainsi de s'ouvrir aux autres. En se tenant immobile et pour seule concentration « *La parole du silence* » qui nous entraîne au centre du divin, là où y réside l'Amour en nous. Et l'Amour est la voie de l'Esprit. Par le silence, et par la prière du mantra « Maranatha », nous pouvons entendre cette parole de Jésus : « Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie ». Parole qui unifie sans mensonge possible nos pensées, nos cœurs, et nos corps, expérimentant ainsi nos Êtres véritables.

« Père du ciel, ouvre mon cœur à la présence silencieuse de l'Esprit de ton

Fils. Conduis-moi dans ce mystérieux silence où ton Amour est révélé à tous ceux et celles qui appellent : Viens, Seigneur Jésus. » John Main, o.s.b. « La beauté se trouve dans le cœur de celui qui la porte, et la méditation nous donne la capacité de voir la beauté. » Laurence Freeman, *La parole du silence*, p.130.

Les méditantes et les méditants de Saint-Élie d'Orford.



Nous devons amener nos esprits agités et vagabonds à l'immobilité. C'est l'une des premières grandes leçons d'humilité que nous apprenons, lorsque nous comprenons que nous n'atteignons la sagesse et la tranquillité, que nous ne passons au-delà des distractions, que grâce au seul don de Dieu... Tout ce que nous avons à faire, c'est à nous rendre disponibles – et ce, en devenant silencieux – à l'infinitude de Dieu. Nous apprenons à être silencieux en étant disposés à dire notre mot de prière dans une humble fidélité.

John Main, o.s.b.



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Pierrette Giguère, Vaudreuil-Soulanges

Notre région de Vaudreuil-Soulanges comprend 3 communautés de méditation.

La première a débuté ses premières rencontres en 2002, alors que Michel Legault avait été invité comme conférencier afin de présenter à la population de la région cette nouvelle forme de prière. Les rencontres ont lieu à Vaudreuil-Dorion.

Une méditante de ce groupe a commencé une deuxième communauté à Valleyfield quelques années plus tard. En 2007, une autre méditante ouvrait une communauté qui se rencontre le jour à Vaudreuil-Dorion.

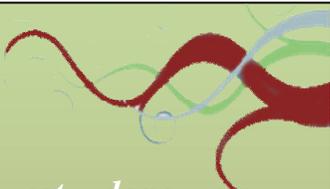
Les responsables de ces deux nouvelles communautés continuent à méditer chaque semaine avec le groupe initial.

Les membres du groupe initial sont de plus en plus impliqués au niveau de l'animation.

Au début de chaque année, en septembre, une invitation est offerte à toute la population par le biais des journaux locaux et des feuillets paroissiaux afin d'assister à une soirée d'information. Les trois communautés de méditants y sont représentées. On a eu le plaisir

d'entendre entre autres Guylain Prince, Alfred Couturier et sans oublier la présence de Michel Boyer à deux reprises.

Nous cherchons vraiment à faire découvrir cette forme de méditation qui nous amène à mieux nous connaître, à découvrir notre identité, et nous permettre d'entrer dans une relation nouvelle avec les autres et le monde. La méditation nous amène sur le chemin de la conversion du cœur. Selon l'enseignement de John Main « *Vivre, c'est être, et c'est en méditant qu'on apprend à être.* »



La méditation est donc un chemin de renoncement. De ce fait, c'est un chemin de discipline, une voie ascétique. Le renoncement, la discipline, l'ascèse, est englobée et liée à l'acte de foi qu'est la récitation du mantra, toujours plus grand à mesure que nous apprenons à dire notre mot avec une fidélité plus profonde...

John Main, o.s.b.



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Jacques Pelletier, Montréal

La région de Montréal regroupe actuellement 6 communautés, et moi Jacques Pelletier, à la demande de Michel Boyer, j'ai accepté d'assumer l'accompagnement régional.

Les responsables des communautés se sont réunis une première fois le 18 octobre 2010 à la Maison Orléans. L'objectif premier était de faire connaissance, de faire connaître et de réviser le rôle de l'accompagnateur régional.

Nous avons échangé sur les expériences de chacun des responsables des communautés. On y a vu une occasion de se donner du support, de partager nos expériences et nos idées et, qui sait, tout cela pourra susciter des projets communs.

On en a profité pour faire le point sur la vie de chacune des communautés, comme un bulletin de santé de chacune de celles-ci en quelque sorte (l'état actuel, les succès, les difficultés, les espoirs, les projets).

On a constaté que toutes les communautés vivaient à peu près les mêmes réalités. Entre autres, le renouvellement des membres semble être une préoccupation partagée par tout le monde.

On s'est questionné particulièrement sur la persévérance ou plutôt sur la « non-persévérance » des personnes qui s'engagent dans nos communautés de méditation.

Une bonne nouvelle : une nouvelle communauté, située à l'église Saint-Joseph de Bordeaux, animée par le Père Yvon Paquin, est en formation. La rencontre a lieu le lundi après-midi.

Somme toute, la rencontre du 18 octobre dernier a été très positive et les personnes qui étaient présentes à cette rencontre semblaient satisfaites. Elles ont convenu de se retrouver à la Maison Orléans, le 21 février 2011, pour une autre rencontre.

La prière pure restreint le désir. Dans l'immobilité de la prière, de plus en plus calme à mesure que l'on approche de la Source de tout ce qui est, de tout ce qui peut être, on est tellement rempli d'émerveillement qu'il n'y a plus de place pour le désir. Ce n'est pas tant que l'on transcende le désir mais plutôt qu'il n'y a simplement plus de place en nous pour un tel désir. Toute la place est occupée par la merveille de Dieu. L'attention, qui s'éparpille en désirs, est rappelée et absorbée en Dieu. John Main, o.s.b.



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Louise de Blois, méditante Trois-Rivières

Depuis quelques années, après une courte période de nomadisme, la communauté des méditants de Trois-Rivières se réunit les mardis à 19h30, à la chapelle de l'hôpital Cooke.

Sous la présidence de monsieur Robert Conway, environ une dizaine de personnes se rencontrent chaque fois. Ces rencontres se font sous le signe de la simplicité. Après une période d'accueil, un méditant lit un texte choisi, dans le but de favoriser un esprit d'intériorité. La méditation suit pour une période de 20 à 25 minutes. Par la suite, un temps de partage nous permet d'échanger quelques réflexions ou de rester en silence tout simplement.

Nous apprécions énormément cette formule qui donne la possibilité aux membres qui le désirent d'animer la soirée de méditation.

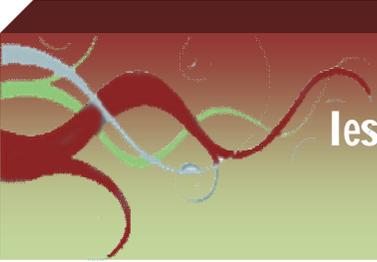
Cette année, un effort particulier a été fait pour publiciser nos rencontres de

méditation : distribution d'affichettes, publicité dans les médias écrits et électroniques, sans oublier le traditionnel bouche-à-oreille !

En 2010, nous avons eu le plaisir d'accueillir le père Michel Boyer pour un entretien qui a su nous refonder dans notre pratique de la méditation. Aussi, les méditants qui ont eu la chance de participer à la fin de semaine de ressourcement avec le Père Laurence Freeman, en septembre 2010, ont mesuré, là encore, l'importance de puiser à la source des enseignements de Dom John Main.

Pour ma part, c'est une première année de méditation que je vis au sein d'un groupe. C'est devenu une nourriture hebdomadaire: la rencontre du silence de Dieu dans la méditation et dans les visages des personnes de ma communauté !

Si nous sommes vraiment attentifs au mot de prière, nous ne pouvons pas nous faire une image de Dieu. Nous ne pouvons élaborer aucune idée ou icône de Dieu. Dans le contexte de cette pure attention, pure foi, nous apprenons que toute image, idée, souvenir et mot est impuissant à appréhender la réalité à laquelle nous faisons attention. Ils ne sont pas réels. Ils sont une illusion. Ainsi, en méditation, nous prenons conscience que Dieu n'est pas un souvenir absent ou un rêve abstrait. Dieu est. John Main, o.s.b.

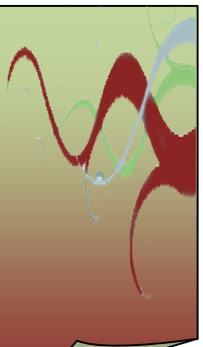


Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Louise Carrière, Laval

Dès février 1991, Laval s'avéra une terre d'accueil propice à la formation d'une première communauté de méditants à Cap-Vie avec sœur Laurence et Michelle Dubuc; ils étaient cinq. MCQ a alors vu naître par la même occasion son premier Secrétariat au même endroit. De nouvelles communautés ont essaimé par la suite: Cap-Vie (3), Bon-Pasteur, Maison de la foi, Résidence Bellerive (personnes âgées). Nous avons été privilégiés d'avoir la chaleureuse maison Cap-Vie comme point d'ancrage pour les méditants. La qualité exceptionnelle d'accueil et de respect qu'ont offert les premières animatrices (Céline, Micheline et Ginette) pendant plus d'une décennie ainsi que la présentation d'une documentation de soutien exhaustive furent déterminantes pour assurer la pérennité des diverses communautés de méditants à Laval. Cap-Vie fut le centre névralgique de nombreuses activités reliées à la

Méditation chrétienne: rencontres fraternelles assidues du père Richard Guimond, o.p. aux temps de Noël et de Pâques, visites ponctuelles de Laurence Freeman, o.s.b., sessions de yoga, de tai-chi, repas-partage entre méditants. Laval participait aussi activement aux retraites et journées de ressourcement offertes par MCQ. La forme de prière contemplative qu'offre l'école de Dom John Main a attiré beaucoup de personnes en quête de l'essentiel dans leur vie, à Laval. Le silence devient une valeur sûre qu'on peut intégrer dans notre quotidien. Savoir s'arrêter et réciter le « mot unique » pour se mettre en présence de Dieu, voilà un instrument d'intériorité accessible à tous. Enfin, à Laval, on aimerait aussi favoriser la création de nouvelles communautés, soit dans les prisons et auprès des générations plus jeunes. Nous souhaitons longue vie aux communautés de méditation !



L'art de vivre, de vivre comme des êtres pleinement humains, est l'art qui consiste à se nourrir de l'éternelle nouveauté de notre origine et à vivre pleinement à partir de notre centre, c'est à dire de notre esprit tel qu'il jaillit de la main créatrice de Dieu. Ce qu'il y a de terrible dans la vie moderne et matérialiste, c'est qu'elle puisse être si superficielle, que les profondeurs et le potentiel qui sont à la disposition de chacun d'entre nous pour peu que nous prenions le temps de méditer ne soient pas réellement reconnus...
John Main, o.s.b.



Les piliers de la coordination générale : les accompagnatrices et accompagnateurs régionaux

Marie-André Rémillard, méditante, Québec

Hommage à Réal Ouellette

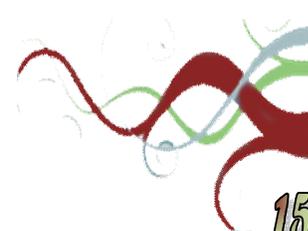
Le président de Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada, monsieur Jean ST-ONGE, m'a approchée afin de traduire les réalités que vivaient et vivent notre communauté. Un nom m'est rapidement revenu à l'esprit. Celui de Réal Ouellette. La Communauté de méditation chrétienne de la paroisse Saint-Roch à Québec ne pouvait pas en ce 20^e anniversaire de Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada omettre l'apport inestimable qu'a insufflé à notre groupe monsieur Réal Ouellette. En effet, nous voudrions saluer ici le départ de notre animateur, ami et méditant de longue date. Il a animé et inspiré notre communauté pendant au moins cinq ans. Nous nous souvenons de lui comme d'un être profondément croyant qui n'avait pas peur de parler de sa foi en Jésus ou de son Dieu. Nous avons toujours su que nous étions choyés avec Réal. Pour plusieurs, nous savions qu'il était psychothérapeute, théologien, mais par-dessus tout et avant tout un grand méditant depuis plus de vingt cinq ans tout autant qu'un bon enseignant pour notre communauté. Il a su nous partager généreusement toutes ses connaissances. Nous retenons, notamment, celles de l'importance du moment présent, des pièges de l'ego, la valeur du silence ainsi que notre vrai sanctuaire intérieur, notre cœur. Réal était attentif à ses méditants et, à

sa manière bien à lui, savait diffuser l'intense et profond message de prière pure et contemplative que John Main, o.s.b., avait revisité pour notre temps. Il va de soi qu'il croyait énormément à la méditation de tradition chrétienne et à ses bienfaits. C'est pourquoi, nous le remercions de toutes ces années passées avec nous et nous lui souhaitons beaucoup de bonheur dans sa nouvelle mission. Bien qu'il s'agisse d'une perte pour nous, Réal nous a peut-être laissé son ultime enseignement, message d'une importante capitale : c'est-à-dire qu'une communauté de méditation, si dynamique soit-elle, ne doit jamais, si elle désire se perpétuer dans le temps, ne reposer que sur les épaules d'une seule et unique personne. Nous tenterons de retenir ce sage conseil, afin que la communauté de méditation chrétienne Saint-Roch de Québec puisse désormais, dans un esprit de prise en charge communautaire, assurer ensemble sa pérennité pour l'avenir.

En ce sens, tu demeures, cher Réal, invité à te joindre au groupe et méditer avec nous tous les lundis soirs à 20 heures. Tu y seras toujours bien accueilli. Tu y seras toujours le bienvenu.

Merci Réal !

Communauté St-Roch, Québec



« Il sortit et se retira dans un endroit désert. »

Ne peut-on raisonnablement avancer que le désert est le temple sans bornes de notre Dieu ? Car celui qui habite dans le silence doit certainement se plaire dans les lieux retirés. C'est là que souvent il s'est manifesté à ses saints ; c'est à la faveur de la solitude qu'il a daigné rencontrer les hommes.

C'est dans le désert que Moïse, la face inondée de lumière, voit Dieu... Là, il est admis à converser familièrement avec le Seigneur ; il échange parole contre parole ; il s'entretient avec le Maître du ciel ainsi que l'homme a coutume de s'entretenir avec son semblable. Là, il reçoit le bâton puissant en prodiges ; et après être venu au désert comme pasteur de brebis, il quitte le désert en pasteur de peuples (Ex 3; 33,11; 34).

De la même manière, le peuple de Dieu, quand il doit être libéré d'Égypte et délivré des œuvres terrestres, ne gagne-t-il pas des lieux écartés, ne se réfugie-t-il pas dans les solitudes ? Oui, c'est dans le désert qu'il va approcher ce Dieu qui l'a arraché à la servitude... Et le Seigneur se faisait le chef de son peuple en guidant ses pas à travers le désert. Sur la route, de jour et de nuit, il déployait une colonne,

flamme ardente ou nuée rayonnante, signe venu du ciel... Les enfants d'Israël obtinrent donc de voir le trône de Dieu et d'entendre sa voix, tandis qu'ils vivaient



dans les solitudes du désert...

Faut-il ajouter qu'ils ne parviennent à la terre de leurs désirs qu'après avoir séjourné au désert ? Pour que le peuple entre un jour en possession d'une contrée où coulaient le lait et le miel, il lui a fallu d'abord passer par des lieux arides et incultes. C'est toujours par des campements au désert que l'on s'achemine vers la véritable patrie. Qu'il habite une terre inhabitable, celui qui veut « voir les biens du Seigneur dans la terre des vivants » (Ps 26,13). Qu'il soit l'hôte du désert, celui qui veut devenir le citoyen des cieux.

**Saint Eucher (? - v. 450), évêque de Lyon
L'Éloge du désert (trad. Sœur Isabelle de
la Source, Lire la Bible, t. 2, p. 109)**

Silence et musique

Au sujet de “*De la valeur du silence, selon Yehudi*” (*Échos du Silence*, vol. 18, no 2, Automne 2010), merci d’avoir publié ce discours plein de vérité de Yehudi Menuhin sur la valeur du silence. Ses mots se sont transformés en autant de notes vibrantes, égrenées avec virtuosité sur son violon.

En harmonique à son discours, permettez-moi de vous partager l’opinion d’un autre musicien sur la valeur du silence en musique, ainsi qu’une réflexion personnelle. Il s’agit de M. Pierre Segond (1913-2000), ancien organiste à la Cathédrale Saint-Pierre (Genève, Suisse). Au cours d’une leçon, M. Segond disait à ses élèves: “*La musique, c’est l’art de faire chanter le silence.*” Son but était d’aider ses élèves à jouer non pas seulement techniquement, mécaniquement, cérébralement, mais en mettant cœur et âme au bout de leurs doigts (et de leurs pieds !). Pour lui, le silence en musique était essentiel; il permettait de donner respiration et souffle aux diverses voix. Concrètement, il fallait commencer par faire silence avant de jouer, mais pas seulement; sa musique

venait d’ailleurs, du plus profond du cœur, du fin fond du silence.

À l’époque, cette petite phrase m’avait fortement intriguée, mais sans plus. Par la suite, elle a commencé à faire sens. Mon approche de la musique s’est alors transformée. Au lieu de me mettre aussitôt au clavier, j’ai commencé par lire mes partitions en silence, en essayant de faire chanter intérieurement chaque note, chaque voix, chaque ‘silence’, pour découvrir ce qu’ils avaient à dire et pour leur donner toute leur place. Une fois à l’orgue, la musique devait être l’aboutissement sonore de cette musique intérieure.

Au Nunavut, il n’y a pas d’orgue, pas même un piano à plus de 1000 km à la ronde. Mais, il y a le SILENCE, un silence pur, total, intense, profond, que rien ne vient troubler, sinon le vent. La musique intérieure s’est faite encore plus vibrante, chantante, ‘sanctifiante’...

Si “la musique, c’est l’art de faire chanter le silence”, alors j’ajoute désormais: le silence, c’est l’art de faire chanter Dieu.

Fabienne Theytaz / Rankin Inlet, Nunavut



RÉFLEXIONS ET LEÇONS DE VIE DE MON EXPÉRIENCE DU CHEMIN DE COMPOSTELLE

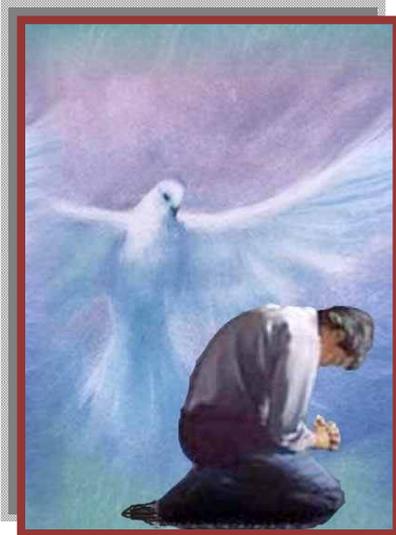
Cyrille Richard

- Le Chemin de Compostelle n'est pas une destination à atteindre mais une expérience à vivre.
- Le Chemin de Compostelle n'est pas seulement une occasion pour marcher mais une occasion pour cheminer.
- Je ne fais pas le Chemin de Compostelle, je laisse le Chemin de Compostelle me faire.
- Le Chemin de Compostelle est un *chemin* de silence et d'intériorité. Je suis sensible à ce qui se passe à l'intérieur. Je me mets dans ce lieu intérieur qui me permet de m'observer.
- Je décroche du mental en m'ouvrant à mes sens.
- Le Chemin de Compostelle est une école qui me permet d'apprendre de grandes leçons de vie.
- Je n'ai rien à prouver en faisant le chemin mais à tout simplement apprendre à « être ». Il n'y a pas de réussites et d'échecs mais une expérience à vivre dans l'instant présent.
- Ce n'est pas la marche comme telle qui est miraculeuse mais les miracles qui se passent en marchant.
- Je fais Compostelle dans un esprit d'ouverture, de disponibilité et d'accueil et de lâcher-prise.
- Le Chemin de Compostelle, c'est accepter de laisser le connu et le confort pour plonger dans l'inconnu et l'inconfort. Donc, je m'ouvre à l'Inconnu et j'accepte l'inconfort et je me rends disponible à l'expérience que j'ai à vivre, qu'elle soit agréable ou désagréable.
- J'accueille les belles choses que je vois, que j'entends, que je sens et que je touche ; je les apprécie. Tout est impermanent ici-bas ; donc je ne m'y attache pas.
- J'accueille les choses désagréables, je n'y résiste pas, je les accepte telles qu'elles sont. J'apprends à accueillir et à accepter les inconvénients du chemin. Les inconforts, les ennuis, les pertes, les oublis, la boue, le chemin glissant, les horaires et le sommeil chambardé, l'estomac à l'envers, les courbatures, les ronflements la nuit dans les auberges, les mauvaises odeurs, les égarements. Je me laisse déstabiliser. Je choisis de me laisser guider par le *Guide intérieur*, les flèches jaunes et les gens, donc je laisse tomber mon guide, les cartes et tout bidule électronique. Je choisis de laisser

- le temps au Canada. Je laisse le rationnel pour m'ouvrir à l'intuition.
- J'apprends à faire confiance en cette Présence bienveillante et aimante en moi et le lâcher-prise.
 - Je m'ouvre au sixième sens. Je le définis par l'intuition, l'improvisation, la créativité, la spontanéité.
 - Le Ciel est ici et maintenant, pas ailleurs. Que l'Esprit murmure à mon cœur ce que je dois entendre.
 - J'ai été créé par l'amour, dans l'amour et pour l'amour.
 - Je me laisse guider par le *Guide intérieur*, par les flèches jaunes et par les gens.
 - Je choisis de marcher seul mais cette solitude est habitée. Il m'arrive parfois de me sentir seul et isolé ; mais j'ai quand même la certitude que, même si je ne suis pas toujours présent à cette Présence qui est en moi, elle est toujours présente et agissante.
 - Je marche à mon rythme, je m'ouvre à l'improvisation et à la créativité.
 - Mon rythme de marche correspond à mon état intérieur.
 - Je m'égare souvent mais je ne me perds pas. Toujours, je me retrouve.
 - J'ai la certitude que, malgré mes égarements, mes mauvaises décisions et mes erreurs que je commets toujours, j'avance dans la correction de mes erreurs. Jamais je ne recule et perds mon temps. Toujours j'avance et toujours j'en retire de grandes leçons.
 - Le mot perdu et reculer ne se trouvent plus dans mon livre de vie. C'est un mot illusoire qui, lorsque j'y crois, déclenche de la peur et de l'anxiété. Je peux avoir l'illusion d'être perdu, de perdre mon temps et de reculer, mais j'ai intérieurement la certitude que j'avance, que je progresse et que je chemine...
 - Le Chemin de Compostelle peut m'être utile, mais il n'est pas nécessaire. Le Chemin de Compostelle continue à se vivre au quotidien, dans le trafic.



L'aventure intérieure



**Prends-moi Seigneur dans la richesse divine de ton silence,
Plénitude capable de tout combler en mon âme.**

**Fais taire en moi ce qui n'est pas toi, ce qui n'est pas ta
présence,
Toute pure, toute solitaire, toute paisible.**

**I mpose silence à mes désirs, à mes caprices,
À mes rêves d'évasion, à la violence de mes passions.**

**Couvre, par ton silence, la voix de mes revendications, de mes
plaintes.**

**I mprègne de ton silence ma nature trop impatiente,
Trop portée à l'action extérieure.**

I mpose même silence à ma prière, pour qu'elle soit un élan vers toi.

**Fais descendre ton silence jusqu'au fond de mon être
Et fais remonter ce silence vers toi,
En hommage d'amour !**

Saint Jean de la Croix, (1542-1591)

*Ce numéro spécial 20^e anniversaire d'Échos du Silence est réalisé, en partie, grâce à ces
commanditaires que nous tenons à remercier :*

Une équipe de professionnels toujours à l'écoute de vos besoins!

Services santé

- Livraison 7 jours pour les médicaments
- Fauteuils roulants, marchettes, béquilles et cannes (location et vente)
- Diabète : consultation, suivi et prise de la glycémie
- Système Dispill[®] et gestion de pilulier
- Hypertension : prise de la tension artérielle
- Traitement des médicaments périmés et des seringues souillées

Nos heures d'ouverture

Lundi au vendredi : 9 h à 21 h
Samedi et dimanche : 9 h à 18 h



Nous transférons vos ordonnances provenant d'autres pharmacies. Simple et rapide!

M.-E. CLOUTIER, M.-A. FORTIN ET J. PERREAU
Pharmaciens-propriétaires

Attesté par **UNIPRIX**

863, boul. Yvon-L'Heureux Nord • 450 536-5300
Nous sommes situés au coin de St-Jean-Baptiste et d'Yvon-L'Heureux. (voisins du IGA Pepin).



**IMPRIMERIE
INVITATIONS
BELOEIL**

941, Bernard-Pilon
Beoelil J3G 1V7

450 467.6509
ibo@videotron.ca