

Échos du silence

VOLUME 26 N°2 SEPTEMBRE 2018

PUBLICATION SEMESTRIELLE

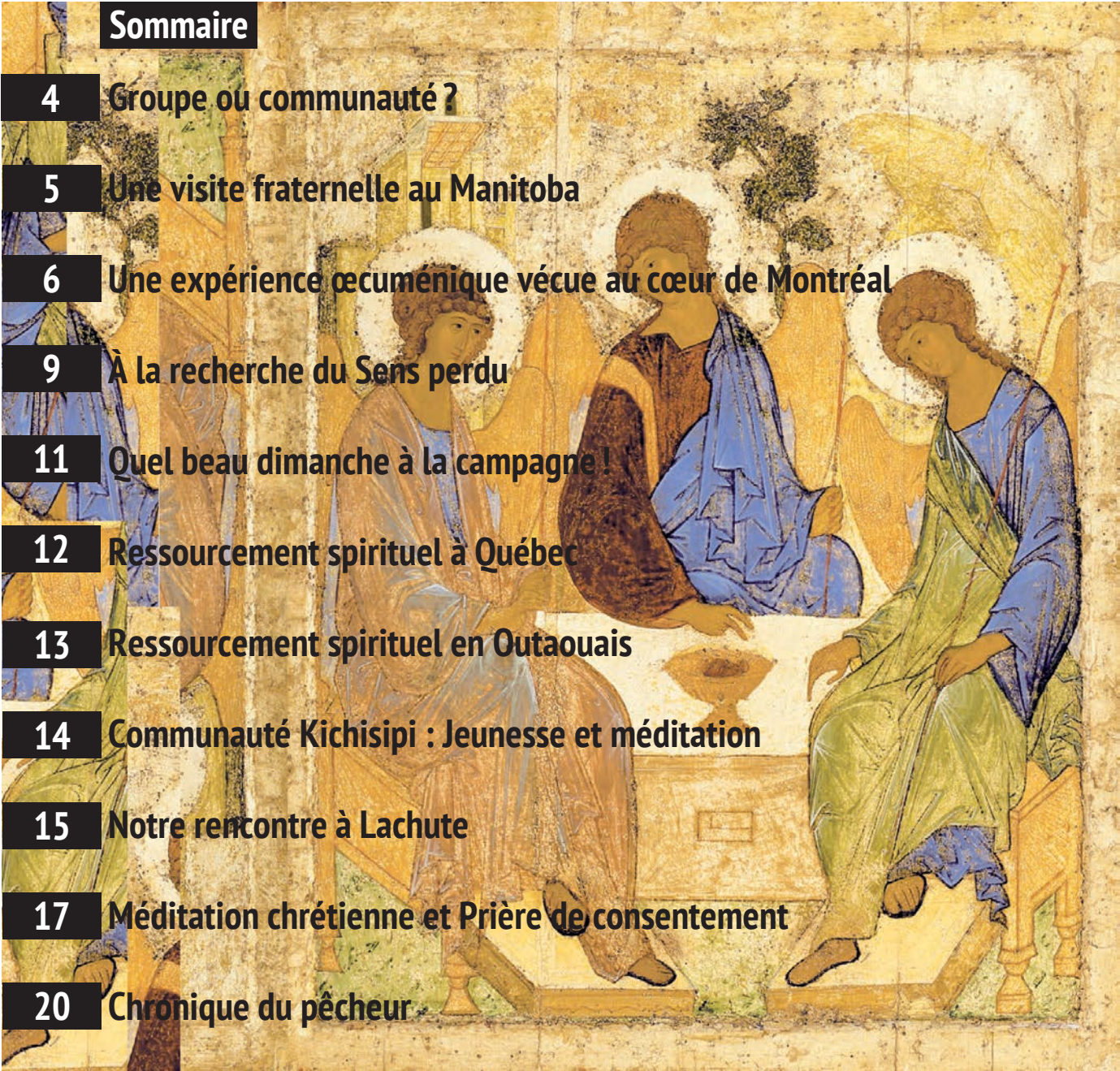
MARANATHA



MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC
ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA

105, chemin du Richelieu, bureau B, McMasterville (Québec) J3G 1T5 Canada
Tél. : 450-446-4649 • info@meditationchretienne.ca • www.meditationchretienne.ca

Sommaire

- 
- 4** Groupe ou communauté ?
 - 5** Une visite fraternelle au Manitoba
 - 6** Une expérience œcuménique vécue au cœur de Montréal
 - 9** À la recherche du Sens perdu
 - 11** Quel beau dimanche à la campagne !
 - 12** Ressourcement spirituel à Québec
 - 13** Ressourcement spirituel en Outaouais
 - 14** Communauté Kichisipi : Jeunesse et méditation
 - 15** Notre rencontre à Lachute
 - 17** Méditation chrétienne et Prière de consentement
 - 20** Chronique du pêcheur

Nous tenons à remercier ces deux commanditaires qui ont facilité la réalisation de la présente édition d'Échos du silence.



Beloeil
863, boul. Yvon l'Heureux Nord
450 536-5300

Mont-Saint-Hilaire
466, boul. Sir-Wilfrid-Laurier
450 813-3165



**IMPRIMERIE
INVITATIONS
BELOEIL**

450.467.6509

941, Bernard-Pilon
Beloeil (Québec)
J3G 1V7



Yvon R. Théroux



Gaétan Landreville



Jules-Daniel
Langlois-Lachapelle

Nourrir l'expérience de la prière profonde des méditant-e-s

Le dernier numéro d'Échos du silence (Vol. 26, N°1, mars 2018) mettait l'accent sur l'expérience que constitue la méditation. Comme dans toute expérience vitale on retrouve des éléments qui s'y greffent : la réflexion, l'ouverture à une nourriture substantielle, constat personnel des progrès tant sur le plan humain que spirituel. MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRFC) n'a pas seulement pour mission de diffuser le plus largement possible cette pratique de prière profonde dans le sillon de John Main, bénédictin. Elle se préoccupe aussi de fournir des lieux et des temps de ressourcement.

Michel Boyer, franciscain, a séjourné à Saint-Boniface au Manitoba et y a présidé un ressourcement du 6 au 11 mai dernier. Son compte rendu fait part manifestement des progrès accomplis. Des témoignages inspirants marquent le ressourcement à Québec tel que nous le raconte Pierre Therrien. En Outaouais, Gilles Côté, relève l'essentiel des propos du diacre Denis Paquette. Les thèmes mis de l'avant : « Le silence, espace qui nous parle, qui nous transforme » et « Les attitudes que nous devons cultiver en nous pour mieux vivre le Silence ». Louise Hébert-Saindon met en relief l'essentiel des propos de Maria-Rosario Lopez-Larroy communiqués le 19 mai au Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs à Montréal : « À la recherche du Sens perdu. Comment la méditation, la spiritualité et la psychologie confluent dans cette recherche de sens qui arrive à contrer le doute, le désespoir et le jugement condamnatrice qui nous assaille ». Jürgen Fesenmayr nous décrit une expérience œcuménique vécue au Relais Mont-Royal où y participent certains membres de MCQRFC.

Un des ingrédients majeurs de la méditation, c'est le silence et les paroles de Serge Leclerc, pratiquant la « prière de consentement », nous y incitent agréablement. Groupe ou communauté nos près de 60 regroupements de méditation chrétienne au Québec, en Ontario, au Nouveau-Brunswick et au Manitoba? La chronique du pêcheur de Marc Lacroix campe une situation vécue de belle manière, en référence à la souffrance subie par Job. Réponse à une question de Jean-Pierre Contant sur la comparaison entre méditation chrétienne et prière de consentement. La participation de méditantes et méditants de la région de Québec à la fête initiée par le cardinal Gérald-Cyprien Lacroix au sanctuaire marial du Lac Etchemin. Un texte de Syméon le Nouveau Théologien suivi de 2 suggestions de lecture terminent ce numéro. Bonne lecture.

**Yvon R. Théroux, Gaétan Landreville et Jules-Daniel Langlois-Lachapelle,
coresponsables d'Échos du silence**

**Échos du silence est la revue de tous les méditants.
Si vous désirez nous faire parvenir un article,
avec des photos de bonne résolution pour le prochain numéro,
nous vous invitons, à nous expédier le tout, le ou avant le 15 décembre,
à l'adresse suivante :
echos@meditationchretienne.ca**

Groupe ou communauté ?

Group en anglais se traduit littéralement par groupe en français. Par exemple group booking pour réservation de groupe; group dynamics pour dynamique de(s) groupe(s); the Group of Seven, le groupe des Sept; group work, travail en groupe ou en équipe. Il y a d'une part la vie conjugale avec ses enjeux et ses défis, et ce n'est jamais acquis avec une facilité proverbiale. L'engagement d'un groupe ou d'une équipe est encore plus exigeant. Demandez à n'importe quel enseignant, professeur, éducateur. Il y a pour ainsi dire, de manière inhérente à tout groupe, à toute équipe, un ou plusieurs parasites qui profitent de l'équipe en manipulant tout le monde. Ils profitent du travail des autres sans dépenser d'énergie ni investir de temps. Des situations toujours décevantes, frustrantes et injustes.

Il y a aussi une autre entité : la communauté (community). Elle se compose essentiellement de deux types : le type structurel et organisationnel qui fait appel à un regroupement d'entités qui partagent le même commun dénominateur. Exemple, la communauté des États indépendants ou la communauté scientifique internationale. Généralement l'expression est davantage accolée à la réalité du « groupe ».

Larousse évoque :

- **L'idée de l'état, du caractère de ce qui est commun à plusieurs personnes : Une communauté de biens, d'intérêts.**
- **Identité dans la manière de penser de plusieurs personnes : Une communauté de vues.**
- **Ensemble de personnes unies par des liens d'intérêts, des habitudes communes, des opinions ou des caractères communs : Communauté ethnique, linguistique.**
- **Ensemble des citoyens d'un État, des habitants d'une ville ou d'un village.**
- **Groupement spontané d'individus visant à échapper au modèle familial, social et politique constitué par la famille nucléaire, et aux circuits habituels de production. (Les communautés ont connu leur apogée en France dans les années 1970-1974.)**

Droit :

Usage commun d'une chose indivise.

Religion :

Réunion de personnes soumises à une règle, dans un dessein religieux ; lieu qu'elles habitent en commun.

(En savoir plus sur <http://www.larousse.fr>)

Le deuxième type de communauté est un regroupement de personnes qui sont unies par un dénominateur commun: un intérêt, une passion, une façon de vivre, un lieu, une expérience, etc. Les membres sont en principe égaux, mais ceux ayant une participation plus élevée/active ont souvent un statut implicite plus élevé.

Dans une communauté, tous doivent participer, être impliqués.

(Voir <https://niviti.com/blogue/quest-ce-quune-communauté>)

On trouve plusieurs définitions des types de communautés, mais cet article de Richard Millington résume bien les différents types rencontrés en format virtuel. En voici les grands points:

- **Communauté d'Intérêts:** Les gens partagent le même intérêt et/ou passion.
- **Communauté d'Action:** Les gens s'unissent autour d'une cause et/ou essaient d'apporter des changements.
- **Communauté de Lieux:** Les gens sont unis par des repères géographiques.
- **Communauté de Pratique:** Réunissant des gens ayant le même emploi ou étant dans un même secteur d'activité.
- **Communauté de Circonstances:** Gens unis à cause d'événements ou de situations externes. On parle plus d'expériences de vie communes plutôt que d'intérêts communs. (1)

La majorité des communautés d'entreprises sont construites sur un modèle de communauté d'intérêts. Ce modèle est le plus difficile à développer dans un contexte d'affaires puisqu'elles entrent en concurrence avec les communautés d'intérêts orientées vers le loisir ou la passion. Il est beaucoup plus facile pour ces dernières de créer un fort lien d'appartenance entre les membres et l'intérêt qui les unit et ainsi atteindre l'objectif de toute communauté, c'est-à-dire que ce lien soit le plus fort possible.

Il y a alors lieu de se demander si votre marque ne serait pas en mesure d'innover et de se démarquer en construisant sa communauté selon un des quatre autres modèles.

Et vous, qu'en pensez-vous?

Sources: (1) http://en.wikipedia.org/wiki/Community_of_circumstance

Nos communautés de méditation chrétienne ne rassemblent-elles pas des gens partageant un même intérêt, une même passion? Ne réunissent-elles pas des gens autour d'une cause qui les dépasse toutes et tous? Cette activité quotidienne de la méditation chrétienne, individuelle deux fois le jour et hebdomadairement en communauté ne témoigne-t-elle pas de la foi vécue et partagée par tous les membres d'un lieu géographique bien identifié? Les rassemblements de communautés de méditation chrétienne ne sont-ils pas avant tout, et essentiellement, des expériences spirituelles fortes, signifiantes, vivantes, vivaces et vivifiantes?

L'utilisation du mot « communauté » dans le cadre de cette vie spirituelle de la méditation chrétienne n'est pas un caprice de langage ni une fleur à la boutonnière, mais bien plutôt un programme de vie exigeant, mais combien comblant. Je vais jusqu'à penser qu'une authentique vie communautaire de ce type ne peut se réaliser sans une base spirituelle solide et éclairante. Dès lors, les premières communautés des premiers âges du christianisme peuvent nous inspirer à partir de leur fondement.

Yvon R. Thérout, méditant

UNE VISITE FRATERNELLE AU MANITOBA

**Père Michel Boyer,
franciscain
Juin 2018**

Réal Sabourin, un méditant ces dernières années, a souhaité pour le Manitoba la visite d'un délégué de MEDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRFC). Père Michel Boyer, franciscain, méditant de longue date, a été mandaté pour cette première visite par le conseil d'administration. Une date a été arrêtée à son agenda : du 6 au 11 mai dernier, une visite rapide mais qui s'est avérée fructueuse.

Réal, avec son équipe d'organisation composée de René Fontaine, Gilles Bonin, Gérald Labossière et de Maurice Sabourin, ont vu au préalable avec soin l'itinéraire de la visite. Instigateur de la visite, Réal Sabourin, à cause d'ennui de santé important, n'a pu être présent à l'une ou l'autre des activités planifiées. Ce fut une grande déception pour lui.



Lundi le 7 mai – Repas avec Mgr Albert le Gatt, archevêque de Saint-Boniface. Une belle occasion de faire connaissance, de présenter la méditation chrétienne, de répondre à quelques questions, telle la réception par les évêques du Québec. Une rencontre cordiale susceptible de conforter l'archevêque en vue d'apporter tout le soutien aux laïcs de son diocèse désireux de faire découvrir cette pratique spirituelle à d'autres personnes en recherche. En soirée, une animation dans un village situé à environ 40 kilomètres de Saint-Boniface : Sainte-Anne-des-chênes. Belle surprise pour les responsables qui ont travaillé pour la publicité, d'accueillir pour cette rencontre près de 30 personnes, y compris 4 jeunes confirmés ! Une petite communauté de méditation existe depuis quelques mois à cet endroit. Un repas avec les responsables a précédé l'animation à l'église.



Mardi le 8 mai – Activité de ressourcement offerte aux personnes déjà méditantes, de 15h00 à 18h00. Ce ressourcement a comporté : enseignement, méditation, échange en atelier, période de questions. Le thème retenu pour l'occasion : Les étapes du voyage intérieur dans la pratique méditative. Ressourcement qui a rejoint les

attentes des 38 participant(e)s. Le tout s'est terminé par un lunch ensemble (pizza, salade et petite pâtisserie).

Mercredi le 9 mai – Dans leurs efforts de publicité, les organisateurs ont sollicité une interview à la radio de Radio-Canada. Ce qui fut effectivement réalisé mercredi matin. En fait, 2 interviews d'une quinzaine de minutes chaque fois ont permis de rejoindre un large auditoire francophone de l'Ouest canadien.



Michel Boyer

En après-midi, déplacement de 80 kilomètres vers le petit village de Saint-Jean-Baptiste. Ce fut l'occasion de faire découvrir à une douzaine de personnes, d'une résidence pour personnes âgées, auxquelles se sont joints quelques parents ou amies, ce chemin de prière profonde.

Jeudi le 10 mai – Une rencontre, avec les organisateurs et les 2 animateurs à Sainte-Anne, pour faire le point et regarder vers l'avenir. Cette rencontre fut suivie d'un bon repas au restaurant. Joie du partage, satisfaction d'avoir accompli un projet qui donne le goût d'aller de l'avant.

En soirée, animation à la paroisse Saints-Martyrs-Canadiens de la ville Saint-Boniface. Le curé Germain Kpakafi, un capucin, nous réserva un bon accueil et participa avec une bonne vingtaine de personnes à l'animation, qui fut suivie d'une collation gracieusement offerte. Mais malheur... cette animation a coïncidé avec une partie de hockey des Jets de Winnipeg en semi-finale de la ligue nationale. Vous pouvez imaginer que cela a connu plus de popularité !



Vendredi le 11 mai – Déjà le départ le matin, le cœur rempli de gratitude pour tous ces contacts agréables vécus au cours de la semaine et bien entendu pour l'équipe qui a si bien travaillé pour rendre agréable mon séjour et pour le souci de faire découvrir, à de nouvelles personnes, cette perle de grand prix de notre tradition chrétienne. Je peux donc dire: mission accomplie !

Une expérience œcuménique vécue au cœur de Montréal

par Jürgen Fesenmayr

Les prières méditatives de Taizé

Les prières méditatives de Taizé telles que nous les pratiquons chaque mercredi au Relais Mont-Royal (Montréal) peuvent, à juste titre, être comparées à la lectio divina. Celle-ci se poursuit en étapes : on commence par une analyse historique du texte biblique ; ensuite, on essaie de décrypter son message pour notre temps ; enfin, on tente de ne dégager qu'un verset du texte pour enchaîner, par la suite, avec la prière libre qui se déploie, selon Saint Isaac le Syrien (homélies, 22), en demandes, intercessions et louange.

Le fondateur du Relais, Georges Convert, insistait particulièrement sur la mastication ou la manducation de la parole évangélique. Déjà le prophète Ezéchiel était appelé à manger les rouleaux de la Tora dans l'Ancien Testament pour pouvoir après délivrer un message authentique auprès d'Israël (Ez. 3,1-3). La manducation est une opération antérieure à la digestion : si on veut intégrer « corps et âme » le message évangélique, une préparation à cette intégration est indispensable. Avant d'entamer la prière en tant que telle, nous nous réunissons pour poser les jalons d'une meilleure compréhension historique du texte évangélique d'abord et de sa signification pour aujourd'hui ensuite.

La préparation à la prière

Souvent, les gens qui viennent au partage font des lectures explicatives du texte du jour vu qu'il y a effectivement des passages évangéliques qui portent à confusion ; et les commentaires ne concordent pas nécessairement non plus. Matthieu 5, 29 – 30 recommande, par exemple, l'amputation de l'œil droit ou de la main droite en cas de tentation. Pour certains, la dextralité désignant au Moyen-Orient l'honneur, le texte exige donc le plus grand sacrifice en cas de déshonneur (interprétation symbolique). Pour les anciens comme Chrysostome, l'œil droit ou la main droite nous renvoie à notre prochain puisque le texte s'insère dans un cadre communautaire (interprétation symbolico-communautaire). Bref, si on veut laisser parler le texte évangélique, on ne peut se passer d'une analyse historique – tout en évitant les spéculations des érudits, car l'analyse historique n'est pas la partie la plus importante de la lectio divina : l'essentiel, à travers les étapes expliquées ci-dessus chez Isaac le Syrien, c'est le passage de la réflexion discursive à une prière dialogale. L'avantage, en tout cas, c'est que le partage en groupe sur un texte évangélique permet de développer une vision plus large, même d'un point de vue historique.



Jürgen Fesenmayr

Ce dernier point vaut d'autant plus pour l'interprétation de la signification personnelle et moderne de la Bible. En une seule soirée au Relais, il nous arrive de recueillir plusieurs témoins qui trouvent consolation, encouragement, espérance ou paix dans la mastication d'un texte évangélique. Innombrables sont les gens touchés par les passages mettant en évidence la relation privilégiée qu'avaient les femmes, les exclus, les échoués, les enfants, les démunis et les étrangers avec Jésus. Il suffit d'un petit effort pour se retrouver dans ces personnages ou y retrouver d'autres gens de notre entourage ou d'autres lieux de cette planète atteints par des malheurs et de rentrer ainsi dans sa dimension spirituelle. Ce n'est pourtant pas la fin de la prière. Bien au contraire, ce n'est que le début !

Le déroulement de la soirée basée sur la Lectio divina

Une fois le travail préliminaire accompli, nous commençons la soirée des prières méditatives pour de vrai. Si on y prêtait attention, on réaliserait que la structure de nos prières suit intuitivement les éléments énumérés par Isaac le Syrien : demandes, intercessions et louange. Les soirées s'amorcent toujours avec deux chants de Taizé sobres permettant des états d'âme incitant le priant à présenter ces demandes (spirituelles) pour la soirée. On vient souvent chargés de soucis et débordés par le quotidien au Relais et une demande pour plus de silence intérieur, de réconciliation avec quelqu'un, d'inspiration pour un problème ou, tout simplement, pour plus de paix en nous peut être une manière propice d'entamer la soirée.

Il s'ensuit la lecture du texte biblique qu'on a lu et interprété ensemble avant le début de la soirée des prières. Entendant le même texte, cette fois-ci lu par une autre personne, nous pourrions peut-être y trouver encore une fois d'autres éclaircissements à notre compréhension. À ce stade, pourtant, nous devrions essayer activement de trouver un verset particulièrement parlant pour entrer dans une conversation plus intime avec Dieu. Les dix minutes de silence que nous gardons suivant la lecture de l'Évangile sont le terreau idéal pour cette prise de contact plus personnel avec Dieu, qui peut se faire à travers la répétition d'un tel verset pour calmer le mental. Maintenant qu'on a trouvé la parole que Dieu dit à notre cœur, telle que « tu es mon fils [ma fille] bien-aimé[e] en qui j'ai trouvé complaisance », nous pouvons lui faire part de nos propres souffrances ou de celles des autres ; sinon exprimer notre gratitude pour tout ce qu'il y a de beau et de bien dans notre vie ou celle des autres. C'est la raison pour laquelle les soirées continuent avec des intercessions et des chants, en général, très sereins annonçant parfois même la résurrection des morts.



L'importance de la Bible

La Bible doit être lue et interprétée comme une pièce musicale. Elle doit être jouée pour son temps. Selon Paul Ricœur « Dieu parle par les hommes qui parlent de lui » et, nous pouvons rajouter, souvent sous forme poétique ou musicale. Il y a des paroles bibliques qui interpellent, qui créent du sens, d'autres choquent et nous font vaciller.

Une expérience m'est souvent arrivée. Je lis plusieurs commentaires à propos du texte du jour et je retiens de ce que j'ai lu ce qui est venu m'interpeller. Après avoir entendu prononcer une autre fois le texte de l'Évangile



pendant la célébration, et grâce aux commentaires des autres, une autre vérité m'apparaît, une autre interprétation vient s'immiscer dans mon silence.

Les chants de Taizé et le repos du cœur

Il faut dire qu'au Relais, les musiciens entament une musique pour signaler le début de la liturgie. Celle-ci marque l'intention de se mettre en présence de Jésus. C'est une forme de préparation. C'est un appel à faire silence, pour se rendre disponible, en mode écoute. « Je suis là ». On dit que l'important n'est pas le lieu, mais le cœur. Il ne faut pas négliger le lieu pour autant. Un sanctuaire réservé à la prière, comme le Relais, est un lieu habité. La communauté qui l'habite y a ses ancrages. Le souffle circule et favorise le contact avec l'être profond, le cœur. Au Relais, on retire ses chaussures avant d'entrer dans le lieu de prière, une marque de respect et un signe de préparation, signe que nous pénétrons un espace particulier. Il est bon de marquer ce passage.

Pendant les mercredi soirs, la lecture du texte de l'Évangile est précédée par deux chants. Chacun des chants est répété une dizaine de fois. C'est comme prendre la barque et s'embarquer pour un voyage. L'écoute des chants est une porte d'entrée dans la prière. L'horizon s'efface tranquillement, et nous sommes bercés, comme nous le sommes, par les paroles méditatives. Tranquillement, l'on se rend disponible à être en présence de Dieu, du Christ. Cette descente nous permet de lire notre quotidien, d'y discerner les appels, les signes qui nous permettent de faire sens et d'avancer.

La répétition des chants me permet de me situer, de m'apaiser, de descendre en moi. Il met mon corps en harmonie. J'entends et je lis parfois que chanter, c'est prier deux fois. Devant cette Parole que nous avons partagée un peu plus tôt, il est important pour moi de ne pas rester rivé aux idées développées précédemment. Je trouve important de rester ouvert à l'interpellation de l'Esprit. Parfois, ayant déjà posé certains jalons, des connexions se font. Puis, avec le partage, c'est comme si nous ressortions d'une descente dans l'intimité de notre relation avec le Christ, souvent enrichie des différents parcours partagés.

S'asseoir

La position de notre corps au long de la prière méditative est assise. Position qui permet de reposer le corps en fin

de journée. Il ne faut pas négliger le langage de notre corps : il est inséparable de notre prière. Nous sommes des êtres incarnés et Dieu est venu à nous comme un être incarné, en Jésus. Être assis, c'est se mettre à l'écoute. Sur la montagne, avant les enseignements et le repas partagé, Jésus a fait asseoir le peuple. Dans le récit de Luc concernant Marthe et Marie (10-39), Marie se tient assise pour écouter sa Parole. Être assis, c'est se mettre dans une position d'attente pour recevoir, accueillir (Jacques Gauthier, *La prière chrétienne*, 2017, Presses de la Renaissance).

Écoute, partage et communion

Avec l'écoute et le partage, nous vivons une communion avec Jésus. Les chants qui vont prendre le pas sur l'écoute de la Parole, sont des formes de louange : « Qui a Dieu ne manque de rien », « Rendez grâce au Seigneur car il est bon » puis « Heureux qui s'abandonne à toi dans la confiance du cœur ». Suivent les intentions de prières où les personnes présentes sont appelées à nommer leur esclavage, leur traversée du désert et ceux de leurs proches. Une fois exprimées nos peines, nos voies se joignent dans une version chantée du Notre Père. Le Notre Père, c'est la prière communautaire par excellence : la reconnaissance du lien filial, du primordial, de notre besoin de miséricorde et de notre devoir envers les autres afin de faire circuler cette même miséricorde. Chacune de nos voix discordantes y trouve l'harmonie. Le dernier chant, qui met fin à la prière méditative est un envoi dans la ville; un chant marqué par la joie, l'espérance et la confiance.

Un témoignage vivant lors du partage évangélique le mercredi soir

Commentaire de Jean 20, 18-25

Dans la nature, chaque feuille donne de l'oxygène sur la planète et nous aide à vivre. Sur le plan de la vie spirituelle, je peux aussi respirer un souffle d'amour qui m'aide à aimer là où j'ai les deux pieds. Cette inspiration vient de Jésus le ressuscité.

Chaque jour, je médite avec discernement un écrit de l'Évangile qui est source d'inspiration. C'est mon oxygène spirituel !

L'évangéliste Jean nous confie une attitude surprenante de Jésus : « ...il souffla sur eux... ».

Aussi, vivant dans un pays, je respire un air sociétal : art, culture, science, politique, économie, soins de santé, etc...

Je me situe dans l'essentiel de la vie en respirant à la fois un oxygène naturel, spirituel et sociétal. C'est un choix de vie qui m'aide à tisser la fraternité dans notre humanité.

En réalité, je reçois beaucoup : l'oxygène fourni par les feuilles, la tendresse et l'entraide tissées par les humains, la nourriture produite par la terre, un souffle d'amour donné par Jésus le ressuscité... Je n'ai que des mercis à crier tout en souhaitant qu'un souffle d'amour nous anime !

Du silence...

De cet endroit de silence où je suis aujourd'hui,
À la Trappe d'Oka,
Je peux t'écrire sur le silence.

Le silence est le lieu d'un appel à la vie.
Des fois il fait peur, des fois il réjouit.

Devant le silence,
Est-ce que j'écoute ?
Ou est-ce que je m'écoute ?

Quand le silence devient une barrière, une fermeture,
Un refus, une absence volontaire
À vouloir signifier ou dire quelque chose,
Le silence, comme l'obscurité, peut faire peur,
Peut me plonger dans mes vulnérabilités,
Dans mes interrogations, soupçons,
Interprétations, réactions ou même agressivités.

De là le silence a suscité le pire en moi.
Soit une spirale de réactions adverses,
Souvent négatives et destructives.
C'est la non confiance, la peur animale
devant l'inconnu.
C'est la levée des mécanismes de protection
et d'attaque.
C'est là où je m'écoute seulement.

Quand le silence m'appelle, m'interpelle,
Quand je sens que quelque chose va se manifester
Dans ce moment privilégié,
Quand je me fais attentif
Pour mieux écouter l'autre,
Et comprendre ce qu'il essaie de me dire,

Quand j'entre en moi,
Dans ma chambre intérieure
Pour m'ouvrir à plus grand que moi,
À une présence... aimante
C'est là que la relation naît et devient vivifiante,
C'est là que la joie émerge...
Et devient le fruit de l'amour.

Devant la lune qui brille par le reflet du soleil
Je peux m'émerveiller devant cette beauté silencieuse
Et parfois romantique.
Ou je peux me dire.... Elle ne me montre
Qu'un de ses côtés.
Elle veut me cacher quelque chose.

Mon regard et ce qu'il me dira,
Dépendra d'où il part en moi.
D'une écoute de mes vulnérabilités
Ou d'une écoute de la beauté de l'autre.

Le silence appelle l'écoute.

Serge Leclerc
17 mars 2017

À la recherche du Sens perdu

Résumé de la conférence de Maria-Rosario Lopez-Larroy du 19 mai 2018

Au Sanctuaire Marie-Reine-des-Cœurs le samedi 19 mai, Maria-Rosario Lopez-Larroy nous a entretenus de propos à la fois simples et profonds liés au sens de la vie. Cette psychologue doctorante à l'Universidad del Salvador à Buenos Aires en Argentine est depuis 1994, accompagnatrice pour les personnes en crise ou vivant des épreuves de la vie. Ce qui la distingue est son approche fondée sur la psychologie, la spiritualité et la méditation.

Son sujet était : *À la recherche du Sens perdu*. C'est de son créneau unique qu'elle a entretenu trente-huit personnes sur comment la méditation, la spiritualité et la psychologie confluent dans cette recherche de sens qui arrive à contrer le doute, le désespoir et le jugement condamatoire qui nous assaille.

D'emblée elle a affirmé que le sens donne une orientation, une raison pour notre agir au quotidien. Ensuite elle a détaillé les trois composantes principales : psychologie, spiritualité et méditation afin de bien situer ses propos.

Pour elle, la psychologie est l'étude de la conduite humaine qui inclut les aspects du développement, de la mémoire, du conscient, de l'inconscient et des émotions. Elle a affirmé que ce qu'on appelle la maladie mentale émerge souvent comme une forme d'évitement ou de déni de la souffrance. Il en est ainsi des dépendances aux substances pour une personne trop sensible ou du désordre obsessif/compulsif chez une personne troublée par un chaos interne. La psychologie positive (tout ira bien si j'affirme que tout va bien) nie la souffrance et augmente ainsi le doute, le jugement et le désespoir. Pour un chrétien, la souffrance a un sens que la psychologie positive courante tend à vouloir éviter ou contourner car, sans la souffrance et la mort de Jésus, il n'y aurait pas eu de résurrection.

Le piège du désespoir est augmenté par le fait que le cerveau est arrimé pour la survie et : « on a donné le volant à l'intellect mais l'intellect n'a pas le rôle d'orienter notre vie » dit-elle. C'est plutôt par la psychologie et l'introspection que nous arrivons à comprendre nos intentions afin d'orienter nos actions. En se référant à Carl Jung, Mme Lopez-Larroy a apposé le Moi extérieur au Soi qu'elle a nommé le Moi profond dont le premier est conscient et le second inconscient. Le rôle de la Méditation est donc de rendre le Moi (ego) conscient de ses intentions profondes, car par la méditation, le silence et le recueillement, la personne accède à son Moi profond (l'inconscient / le cœur).

Le but est donc de se connaître et de connaître sa vraie couleur en prenant conscience des murs de défense éri-



Maria-Rosario Lopez-Larroy

gés. Pour devenir authentiques a-t-elle dit, il faut pouvoir tolérer de plus en plus de douleur afin de pouvoir refléter l'image du Christ.

La spiritualité est centrale à l'approche de Maria-Rosario car toute interrogation sur les grandes questions de la vie et la mort est une question spirituelle. Les trois pièges : doutes, jugements et désespoir peuvent se décrire ainsi ; les doutes mettent en question la tradition reçue qui peut être entièrement rejetée, le jugement condamatoire exclut toute autre perspective que la mienne ; (j'ai la vérité donc tu es dans l'erreur) suivi du désespoir causée par la perte de repères qui fait perdre tout sens à la vie.

Une attitude spirituelle est une attitude ouverte au questionnement et au mystère qui s'échelonne plutôt comme la spirale de l'ADN. C'est s'ouvrir avec émerveillement à la vérité, affirme Mme Lopez-Larroy. Plutôt qu'une lecture simpliste de la vie : extrémiste, traditionnaliste ou intolérante, la lecture symbolique de la vie ressemble à l'analogie. Chaque chose qu'on fait est un reflet de notre vie, le OU est remplacé par le ET et les coïncidences sont remplacées par les synchronicités.



« L'assemblée a bien apprécié sa présentation à la fois simple et profonde... tout comme son message. »

Intégrer tous les aspects de notre personnalité, c'est accepter qu'on est à la fois la Belle et la Bête avec nos incohérences et qu'il nous faut embrasser le tout. Ceci est nécessaire afin de devenir un bon acteur, un acteur pour le bien.

Méditer, c'est se donner une disposition intérieure, une méthode pour accéder à son Moi profond. Méditer peut aussi nous faire découvrir non seulement nos côtés sombres, mais aussi nos valeurs et nos talents. Parfois ça prend 5 ans de méditation assidue avant de recevoir les fruits de la méditation. La méditation permet de se recueillir dans la vie et vivre au présent, elle aide à franchir le seuil du Moi profond, en soulevant les vêtements du Moi extérieur. C'est aussi un oasis de paix dans notre journée. Avec la méditation, on arrive à s'enraciner dans les aspirations de notre cœur profond, plutôt que de succomber aux désirs de l'égo. Méditer favorise l'empathie, car le plus on se comprend soi-même, le moins accusateur on devient des autres. Ceci nous permet de mieux supporter le questionnement, de demeurer ouvert, d'accepter l'ambivalence, car tout prend un sens. Tout nous mène vers la rencontre de nous-mêmes. On arrive à accepter ce qui nous échappe par la croyance que tout ce qui arrive dans notre vie a un sens, même s'il est caché. Le cheminement de la méditation est donc inconfortable au début, mais devient plus lumineux lorsqu'on acquiert une lecture symbolique de la réalité. On arrive à faire la lumière sur soi, à reconnaître le mal qu'on fait par exemple : en critiquant les autres on ne veut pas intentionnellement leur

faire du tort, mais lorsque s'éclairent nos intentions, on se détache de tels comportements nuisibles. Les fruits de la méditation sont donc : les intentions claires, la lecture symbolique de la vie qui prend son sens et le recueillement. Plus ouvert à la réalité, on est aussi plus ouvert à la relation. L'objectif final de la méditation est l'amour. Le chef d'œuvre est notre cœur qui est unique et sans pareil. La plénitude n'est plus le bonheur, mais la félicité. Soins de l'âme, soin du monde.



Louise Hébert-Saïndon

Après avoir comparé la recherche de repères symboliques en passant par Carl Jung et Mircea Eliade, Mme Lopez-Larroy a fait un clin d'œil à l'œuvre de Proust : À la recherche du temps perdu, mais elle nous a plutôt éclairé sur le sens perdu de la vie et comment le retrouver par la psychologie, la spiritualité et la méditation.

Elle a conclu sa conférence en nous lisant sa merveilleuse traduction du poème de Jorge Luis Borges : *Pour Eversion du I King* (1975) disponible sur notre site web. Elle a ajouté une touche d'humour, lorsqu'elle fut interrogée sur l'importance de la connaissance de soi : « Toute réalité niée prépare sa vengeance ».

Louise Hébert-Saïndon

QUEL BEAU DIMANCHE À LA CAMPAGNE !

Merci Monsieur le Cardinal de nous avoir conviés à ce pèlerinage, le 29 juillet dernier, dans ce beau Sanctuaire de Notre-Dame d'Etchemin. Nous avons passé une journée merveilleuse, dans la joie, l'amitié. Tout était harmonieux et empreint d'une grande paix.

Notre journée a commencé par une belle méditation chrétienne que monsieur Pierre Therrien a eu l'initiative de proposer aux adeptes de cette pratique. La méditation a eu lieu dans le Sanctuaire sous le regard bienveillant de Notre-Dame. C'est donc dans la paix que nous avons pu nous joindre au reste des pèlerins qui arrivaient par petits groupes.

Nous avons partagé notre repas avec tout le groupe. Nous étions une cinquantaine de personnes. Les discussions allaient bon train. Nous avons apprécié le verre de l'amitié offert par le père Hervé Bernard qui nous a si chaleureusement accueillis. Nous avons également beaucoup apprécié l'amabilité des bénévoles qui ont fait tout ce qui leur était possible pour nous rendre cette journée agréable.

Nous avons heureusement eu le temps de nous promener dans le beau jardin. Certains ont pu faire le tour du chemin de Croix en silence, d'autres se sont promenés en bavardant, le bord du lac étant très invitant; de temps en temps des éclats de rire fusaient, suscitant un sourire chez les autres.

Puis, nous avons assisté à l'office célébré par notre bon archevêque Gérald-Cyprien Lacroix et co-célébré par l'abbé Hervé Bernard, recteur de ce sanctuaire marial du diocèse de Québec.

Une belle journée à la campagne dans l'Amour et la fraternité.

On comptait 11 méditants-es et leurs 5 amis-es à ce beau pèlerinage.

Merci.

Michèle Attard



TÉMOIGNAGES:

Ressourcement spirituel régional du 2 juin 2018, Québec

Je vous communique les messages des participants-tes de notre ressourcement. 4 nouvelles personnes sur 20 ont participé à notre activité. Elles furent ravies de découvrir ce qu'est la méditation chrétienne en ayant l'opportunité de côtoyer de jeunes et moins jeunes méditants-tes.

Elles ont fait part d'une grande générosité dans leurs commentaires, bonne lecture de ces 12 commentaires.

Je suis très contente de cette rencontre. Je sens un appel à laisser aller... « La dépossession » est à faire... à laisser l'Esprit mener ce chemin. (Anonyme)

Les 3 attitudes de la méditation : le silence, l'immobilité, la simplicité, pour ma prière personnelle ça sera aidant. Merci! Le témoignage de Mathieu et son feu à transmettre la méthode... Bravo! Les feuilles reçues, et la lettre d'amour du Père très appréciées. Merci de nous aider à mieux prier et mieux aimer. Félicitations!

(Anonyme)



La méditation chrétienne, c'est entrer en communion avec la vérité, l'Amour et les autres. Merci pour l'enseignement et la partage d'expérience. (Anonyme)

Merci, Seigneur, d'avoir guidé mes pas vers la méditation chrétienne! C.B.

La Méditation chemin de simplicité, immobilité, de silence; voilà ce que j'ai approfondi dans le partage de la rencontre. Merci. H.E.

Adorons le Seigneur en esprit et en vérité. G. E.

L'inconfort de celui qui doute... Oh mon rocher vient à mon aide! Le Seigneur est mon berger... M.L.

« Voyez comme ils (elles) s'aiment » Relire Actes des Apôtres... Début de l'Église... Mettre son grain de sel dans le ciment de la construction du Royaume. Tous ensemble, sous la mouvance de l'Esprit, on peut refaire le monde. Merci! R.L.



Pierre Therrien



Une rencontre de formation qui vise l'essentiel de la vie chrétienne. L.O.

Les infos et pratiques véhiculées aujourd'hui m'ont rejoint et ont permis de découvrir des personnes engagées qui ont à cœur le mouvement et qui désirent faire découvrir le Seigneur à travers l'enseignement de John Main (Silence – Immobilité – Simplicité). Merci Pierre, Mathieu et à l'épouse de Pierre, pour tout et que le Seigneur multiplie le nombre de gens engagés. R.R.

Se donner comme mission évangélique d'ouvrir les groupes de méditation chrétienne : aller vers les autres en les accueillant dans toutes leurs différences et surtout partager sur la Parole de Dieu. C'est elle qui rend libre. Je félicite Mathieu pour son travail et sa présence auprès des plus jeunes. Merci! (Anonyme)

Belle organisation! J'ai beaucoup aimé de recevoir ton expérience. La respiration : excellent! Le jeu de cartes : Dieu est partout, même dans les cartes! (1,3,12,52,365!)

Beau partage, bel échange avec 3 femmes qui ont une belle vision de la simplicité. Bravo à Pierrette pour l'accueil et les collations! Merci pour la personne que tu es, Pierre! M.B.

Souhaitons-nous, les uns aux autres, d'oser croire que du neuf peut jaillir dans nos vies, en méditant en toute simplicité avec abandon et lâcher-prise.

Pierre Therrien

Ressourcement spirituel en Outaouais avec Denis Paquette, diacre permanent

(Samedi le 21 avril 2018)

C'est sous un beau soleil de printemps, qu'une trentaine de méditants et méditantes de communautés de méditation chrétienne de la région de l'Outaouais se sont rassemblés et ont été chaleureusement accueillis, pour une journée de ressourcement spirituel à la Maison Accueil Sagesse à Ottawa le 21 avril dernier.

M. Denis Paquette, diacre permanent, était le conférencier invité. À partir d'une expérience personnelle de plus de 40 ans comme méditant et de ses études en théologie et en spiritualité à l'Université Saint-Paul, il nous a entretenus sur les thèmes suivants : « Le silence, espace qui nous parle, qui nous transforme » et « Les attitudes que nous devons cultiver en nous pour mieux vivre le Silence. »

Le silence nous permet de descendre en ce « lieu » en nous où Dieu vient à notre rencontre. Toutefois, ce « lieu », où Dieu nous attend, n'est pas toujours facile à atteindre. Comme pour le paralytique qui veut se rendre à Jésus dans l'Évangile de Marc (2, 1-12), il y a des obstacles à franchir pour y arriver. Il y a une « foule » en nous – des distractions, des préoccupations, des attentes – qui nous empêchent de devenir disponibles à la présence de Dieu en nous.

C'est pourquoi il est nécessaire de se donner des moyens et de développer des attitudes pour nous aider à contourner ces obstacles et à persévérer dans la prière méditative. Parmi ces moyens nous savons que John Main, qui s'insère en cela dans une longue et riche tradition chrétienne, nous propose la répétition d'un seul mot ou d'une courte phrase pour nous détacher de ce qui nous consume. Mais il y a aussi d'autres moyens :

- Adopter une attitude de réceptivité : « être dans l'attente sans attentes. » Laisser de côté ses attentes en méditant est un risque que nous prenons, mais c'est un risque qui nous ouvre à recevoir plus que nos attentes nous permettent d'anticiper et nous dispose à la rencontre d'un autre.
- Rechercher la simplicité, c'est-à-dire se délester de nos appuis pour compter de plus en plus uniquement sur Dieu (... « vends ce que tu possèdes.... Puis viens, suis-moi. » (Matthieu 19, 21). Ceci nous permet d'entrer progressivement dans une relation de cœur à cœur avec lui et nous dispose à le laisser agir en nous.
- Revenir sans cesse à notre mot avec la tendresse et avec l'amour de celui ou celle qui fait confiance à Dieu et qui n'essaie pas de le contrôler.

- Tout laisser tomber et se reposer en Dieu. Se laisser « être » devant Dieu, le « Je suis. »

Il n'y a plus alors que deux « Je suis » qui se rencontrent.

Avec le temps, la méditation nous permet d'entrer de plus en plus en relation avec ce qu'on ne peut pas toucher, mais qui est tout de même à l'œuvre en nous pour nous transformer. L'Esprit Saint agit dans le silence de la méditation. Il guérit ce qui est blessé en nous et évacue ce qui fait obstacle à la communion avec Dieu. Quand nous nous déposons dans ce silence qui, selon Maître Eckhart, est la première langue de Dieu, nous y trouvons une paix durable qui nous permet d'être à l'écoute de tout ce qui nous entoure. L'écoute dans ce silence est une voie de transformation qui permet à l'Esprit de graduellement devenir la source de nos paroles et de nos actions.

Ces entretiens de M. Paquette furent grandement appréciés. Cela était évident dans les échanges animés qu'ils ont provoqués dans les petits groupes de partage et par le nombre de questions qu'ils ont fait surgir.

Les participantes et participants à la journée de ressourcement ont aussi pu entendre un beau témoignage de Joanne Mineault, méditante de la communauté de méditation chrétienne de l'Arche Agapè à Gatineau. Après des années pendant lesquels Joanne sentait le besoin de chercher et de trouver un sens à sa vie dans la lecture, dans la pratique du yoga et de journées de méditation à Champboisé, elle s'est retrouvée dans la communauté de méditation chrétienne de l'Arche Agapè. Là, elle a trouvé une communauté accueillante qui lui donnait le goût de revenir à l'Église qu'elle avait délaissée depuis longtemps. Joanne a témoigné comment sa pratique de la méditation chrétienne a lentement transformé sa perception des choses pour lui permettre de mieux voir ce qu'il y a de bon dans les personnes qui l'entourent.

Mathieu Binette, coordonnateur général de MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA, était aussi présent à cette journée de ressourcement. Il nous a entretenus sur la vision qui l'anime dans son rôle et sur les objectifs qu'il vise. Il aimerait favoriser une plus grande communion entre les communautés de méditant-e-s, ouvrir des canaux de communications entre eux, offrir plus d'occasions de ressourcements spirituels et bâtir des ponts entre les méditant-e-s de diverses églises chrétiennes.

Sa grande passion est l'évangélisation et il espère faire de la méditation chrétienne un instrument d'évangélisation. Depuis sept mois, il s'est affairé à la refonte du site Web de MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRAN-

COPHONES DU CANADA (www.meditationchretienne.ca). Le nouveau site Web a été conçu en vue d'attirer une nouvelle génération de méditant-e-s. Il cherche donc au premier abord à introduire la méditation chrétienne auprès de personnes qui ne la connaissent pas. Les membres peuvent toutefois y trouver des ressources pour les soutenir dans leur cheminement, en particulier sous l'onglet « Boutique » où ils trouveront des outils pour animer un

groupe de méditants, des livres et des articles sur la méditation chrétienne et du matériel promotionnel.

Un grand merci aux membres du comité qui a organisé cette magnifique journée de ressourcement : Florence Marquis-Kawecki, Michel Legault, Lorraine Nadeau et Jules-Daniel Langlois-Lachapelle.

Gilles Côté, méditant de la communauté de Notre-Dame-de-Lourdes, Ottawa

Communauté Kichisipi : Jeunesse et méditation

À l'occasion de la préparation au baptême, j'ai initié Kuzo et Martin à la méditation chrétienne. Lors de chacune des 4 rencontres, je devais d'abord donner les explications sur la manière de se tenir pour méditer, puis nous récitons ensemble la prière de John Main. Chaque fois, nous avons médité 10 minutes, en silence.

Cette première expérience de méditation dans le contexte de la préparation au baptême d'enfants d'âge scolaire m'encourage à poursuivre en ce sens avec les autres catéchumènes dans l'avenir.

Jocelyne Kupfer Coté
Méditante de la communauté Kichisipi
Responsable de la préparation au baptême
d'enfants d'âge scolaire de l'Unité pastorale Grande-Rivière

Kuzo (13 ans) et Martin (12 ans) deux petits frères rwandais préparés au sacrement du baptême par Jocelyne Kupfer de la Paroisse St-Paul et de la Communauté de Méditation chrétienne Kichisipi de l'Unité pastorale Grande-Rivière (26, chemin Eardley, Gatineau



(Québec) J9H 0K2. J'ai inclus pendant nos rencontres dix minutes de méditation chrétienne. Ils semblent avoir apprécié ce geste.

Merci aux parents qui m'ont donné l'autorisation de faire paraître ces photos dans notre revue.



« À beaucoup de jeunes poussés par une faim spirituelle, les nouvelles communautés chrétiennes de prière offrent des possibilités réelles d'être fidèles à leur vocation – leur pèlerinage... ce fut du moins notre expérience... dans notre communauté bénédictine de Montréal. »

John Main, Communauté d'amour, Les Éditions du Net, 2017, p. 24

Notre rencontre fraternelle d'été à Lachute, le dimanche 10 juin 2018

Nous poursuivons cette belle tradition, jadis inaugurée par Michel Boyer, franciscain alors responsable de sa communauté à Lachute. Tradition d'une rencontre dans un lieu champêtre pour fraterniser et se ressourcer, tout en prenant conscience que ces retrouvailles réunissent des personnes, en provenance de diverses régions, qui partagent une même foi.



Tous les membres du réseau de MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRF) sont accueillis par la communauté chrétienne de Lachute pour faire tous ensemble eucharistie dès 11 h 00. Présidée cette année par Pierre Brunette, actuel responsable franciscain du lieu et méditant. Par la suite, ce furent les agapes. Autour des tables déjà dressées, les gens se sont réunis pour manger et partager. Il y avait aussi suffisamment de temps pour aller se promener après le repas, sur les terrains de cette communauté franciscaine de la Grotte à Lachute ou même pour se procurer sur place l'une ou l'autre de nos publications.

À compter de 13 h 30, tout le monde se rejoignait pour échanger à partir d'une seule question choisie parmi les trois soumises à l'attention de tous et chacun.

Première question plus personnelle et relevant de l'expérience vécue de la méditation chrétienne : « Comment la méditation m'aide à devenir une meilleure personne ? ». Elle fut choisie par une majorité d'équipes de partage d'environ 5 personnes.

La seconde faisait suite au ressourcement spirituel du 19 mai dernier, en avant-midi, avec Maria-Rosario Lopez-Larroy, femme de foi et doctorante en psychologie à l'université d'Argentine : « Comment la méditation peut aider à sortir d'une détresse spirituelle ? ».

La troisième, au niveau plus organisationnel, se libellait comme suit : « Comment ma communauté de méditation

chrétienne d'appartenance et moi pouvons diffuser efficacement la méditation chrétienne ? ».

Certaines équipes n'ont pas voulu sacrifier aucune question, en traitant les trois dans une perspective plus globale. On vous transmet donc ici, en vrac pour ainsi dire, les réponses, car chaque équipe devait synthétiser en une phrase l'essentiel des propos tenus.

- « Le silence me parle et améliore ma tolérance et ma patience. Mon écoute active est de meilleure qualité et mon regard sur les autres est bien différent. Je puis discerner tout le potentiel de l'autre, sa richesse et sa grandeur d'âme. »
- « Devenir une personne dans toute son humanité. Méditer change, transforme et bonifie. »
- « La méditation nous aide à identifier les causes de nos blessures et nous amène au détachement et permet de s'ouvrir à l'amour de Dieu qui me guérit, m'éclaire et me mène à la compassion. »
- « La méditation, par le silence et l'immobilité, nous rend disponibles. Elle favorise un apaisement et une réconciliation avec le passé et estompe nos doutes face à l'Église du passé. »
- « La méditation m'aide à être une meilleure personne tout le temps. »
- « Dans le tourbillon de la vie, la méditation nous apprend à nous déposer. En présence du Dieu qui nous habite, notre vie se simplifie et la méditation nous appelle à l'humilité et à goûter la vie dans son étonnante richesse. »
- « La méditation nous permet d'être tournée vers l'intérieur et de réagir extérieurement en douceur, d'être dans notre cœur plutôt que dans le mental. C'est une unification de la personne qui nous amène à respecter davantage les autres et à s'enrichir mutuellement de nos différences. »





• « La méditation nous permet d'entrer en nous, de nous interioriser et d'écouter ce que le Seigneur nous chuchote. »

Une pause a suivi ces échanges fort simples et instructifs relevant de l'expérience même de la méditation chrétienne. Puis, sous la gouverne de Michel Boyer, franciscain, aussi accompagnateur spirituel de MCQRFC, nous avons médité ensemble pendant vingt minutes.

Ensuite, le président du conseil d'administration, Yvon R. Thérour, a donné quelques nouvelles sans négliger de remercier nos hôtes avant de clore cette rencontre. Il a



Jacques Boyer trésorier

publiquement remercié M. Jacques Boyer, méditant de la région d'Ottawa, d'avoir accepté le dernier poste vacant au conseil d'administration, celui de trésorier. À partir de maintenant le conseil d'administration est complet et formera une équipe dynamique et proactive pour 2018-2019.

Il a joint une invitation cordiale à collaborer et à contribuer à notre revue semestrielle, Échos du silence qui permet de communiquer entre nous tous de régions différentes, de nous former spirituellement par des textes ou des dossiers spécifiques qui nourrissent notre réflexion et notre foi et de diffuser la méditation chrétienne en tous lieux. Il est toujours temps de faire parvenir votre article avec quelques photos en haute résolution, si possible, pour une prochaine édition. Tout événement, si humble soit-il, mérite un traitement adéquat. Il suffit d'envoyer le tout à echos@meditationchretienne.ca ou au secrétariat à l'attention de Marc Bellemare, à info@meditationchretienne.ca ou au 105, chemin du Richelieu, Bureau B, McMasterville (Québec), J3G 1T5. (Tél. : 450-446-4649).

Merci à la communauté des cinq franciscains de Lachute pour leur aimable accueil. De leur générosité à l'égard de notre réseau MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRFC).

Merci à tous ces 61 participants qui se sont déplacés, car sans votre présence et votre participation, nous n'aurions pu vous rapporter une telle réussite.

Cette initiative relève de tous les membres du conseil d'administration, c'est pourquoi nous signons tous ici :

Madame Louise Hébert-Saïndon (Winnipeg, Manitoba),
1^{re} vice-présidente

Madame Huguette Lapointe Plante (Montréal),
2^e conseillère (Les communications)

Monsieur Jacques Boyer (Ottawa, Ontario), trésorier

Père Michel Boyer, franciscain (Mauricie et Centre du Québec)

2^e vice-président (Affaires nationales et internationales) et accompagnateur spirituel de MCQRFC

Monsieur Giraud Ekanmian (Québec, Université Laval),
1^{er} conseiller (Documentation juridique et autres)

Monsieur Yvon R. Thérour (Montréal), président

Monsieur Pierre Therrien (Québec), secrétaire
et Monsieur Mathieu Binette (Montréal), coordonnateur général, membre d'office.

Méditation chrétienne et Prière de consentement



Yvon R. Théroux



Marc Lacroix

Ce texte est une réponse à la question de Jean-Pierre Contant soumise lors de l'assemblée générale du 19 mai 2018. Elle avait été ajoutée au point « Divers », mais le temps a manqué. La question était d'expliquer les différences entre les approches de la méditation chrétienne et celle de la prière de consentement. Nous avons promis une réponse et la voici.

Les principaux auteurs de référence sont, dans le cas de la méditation chrétienne, John Main et Laurence Freeman, tous deux bénédictins. Pour prière de consentement (Centering prayer) ces auteurs sont Basil Pennington, Thomas Keating, moines cisterciens américains, et Cynthia Bourgeault prêtre de l'Église épiscopale américaine.

Les francophones d'ici et d'ailleurs doivent faire appel à des traductions des ouvrages, autant pour lire sur la méditation chrétienne, que pour la prière de consentement : quelques titres, en français, vous seront suggérés à la fin de cet article.

Autre référence, l'article « Méditer », une affaire de moine? Sûrement pas! dans *Échos du silence*, volume 26 no 1, mars 2018. Nous y retrouvons le cheminement du Père Luc Ferland, moine à l'abbaye Saint-Benoît-du-Lac, qui a pratiqué les deux approches méditatives dont il est question ici. L'union et la communication avec Dieu dans le silence mental (la prière de consentement), telle que présentée par Basil Pennington, fut son lieu de méditation pendant douze ans. Éprouvant des problèmes de santé, il découvrit un peu plus tard, la méditation chrétienne dans le sillon de John Main, bénédictin, qui lui apparaissait un peu moins exigeante.

Les méthodes :

La méthode est similaire dans les deux pratiques. Sur le site «<http://prieredeconsentementquebec.weebly.com/>» on décrit la prière de consentement :

La méthode :

A. Choisis un mot sacré comme symbole de ton intention à consentir à la présence et à l'action de Dieu en toi.

B. Assis confortablement, les yeux clos, prends quelques minutes pour t'apaiser, puis introduit tout en douceur et silencieusement le mot sacré comme symbole de ton consentement à la présence et à l'action de Dieu en toi.

C. Quand tu t'aperçois que tu t'es attaché aux pensées*, reviens tout en douceur au mot sacré.

* « pensées » désignent les perceptions sensorielles, les sentiments, les images, les réflexions.

D. À la fin de la période de prière, reste en silence avec les yeux clos encore quelques minutes.

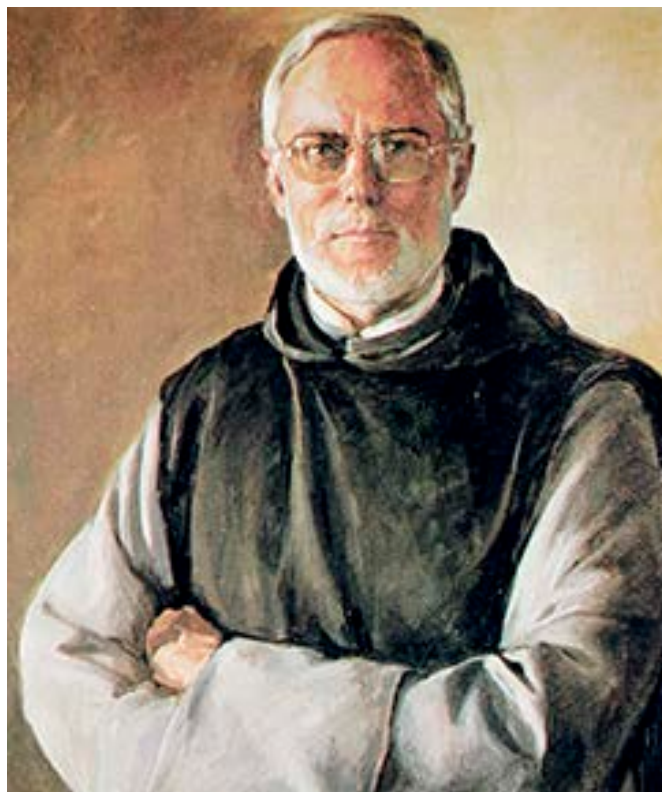
Un petit ouvrage de Michel Boyer *Méditation chrétienne : Un chemin de prière profonde*, au chapitre *Un dernier rappel : comment méditer*, décrit la méthode préconisée par Main :

« Assoyez-vous. Restez assis, immobile, le dos bien droit. Fermez délicatement les yeux. Silencieusement, intérieurement, commencez à dire un seul mot. Nous recommandons le mot-prière Maranatha.

Appuyez également sur chacune de ses quatre syllabes. Ne pensez à rien, n'imaginez rien de spirituel ou de quelque autre ordre. Si des pensées ou des images vous viennent pendant la méditation, tenez-les pour des distractions et reprenez simplement chaque fois la récitation du mot. Méditez de vingt à trente minutes, chaque matin et chaque soir. » (p. 49).

Note sur le mot-prière Maranatha : expression araméenne (la langue maternelle de Jésus) et qu'on retrouve en 1 Co 16,22 et Ap 22, 20 et signifiant : « Viens Seigneur ».

Dans les deux organismes, des activités d'initiations sont prévues. Ces sessions sont montées selon la formule de Laurence Freeman o.s.b., ou celle de Michel Boyer, o.f.m., et pour se nourrir spirituellement des ressourcements sont organisés. Pour la prière de consentement, des journées (ou des fins de semaine) d'initiation sont tenues un peu partout au Québec. Par ailleurs, Prière de consen-



John Main



Thomas Keating

tement Québec organise régulièrement des retraites de méditation dans le silence de six, et de dix jours. D'ailleurs, Jules Daniel Langlois-Lachapelle, ancien secrétaire de MCQRFC a vécu une telle retraite et a écrit un article dans le numéro de mars 2018 d'*Échos du silence*, à la page 13. À noter que pour participer à des retraites intensives de Prière de consentement Québec, vous devez être méditant depuis au moins un an et être disposés à pratiquer trois heures de méditation par jour, ce qui n'est pas à la portée de tous les méditants.

Les auteurs qui ont inspiré ces deux pratiques se recoupent : Jean Cassien, l'auteur inconnu du *Nuage de l'inconnaissance*, François de Sales, Thérèse d'Avila, Jean de la Croix, Thérèse de Lisieux et Thomas Merton. Le fondement biblique de la prière de consentement est le sermon sur la Montagne et sa principale source d'inspiration est *Le Nuage de l'inconnaissance* (XIV^e siècle).

La prière de consentement est une réponse à l'invitation du Christ :

« Pour toi, quand tu pries, retire-toi dans ta chambre, ferme sur toi la porte, et prie ton Père qui est là dans le secret; et ton Père qui voit dans le secret, te le rendra. » (Mt 6,6).

Quant à la méditation chrétienne, autant John Main que Laurence Freeman font continuellement appel à des passages bibliques pour appuyer leurs réflexions sur la prière contemplative. On a juste à lire *Méditer chaque jour et trouver la paix intérieure* de John Main pour s'en convaincre. Ce sont les écrits de Jean Cassien, un moine du IV^e siècle, qui ont fourni la base à dom John Main dans l'élaboration de sa méthode de méditation.

Dans les deux méthodes, l'objectif est de mourir à soi, de nous vider de nous-mêmes, de demander à Dieu de venir remplir ce vide, pour mieux nous reconstruire. L'outil utilisé, c'est le mot-prière.

La différence : la répétition du mot-prière

Comme nous le mentionnions un peu plus tôt, au départ, les méthodes se ressemblent, cependant, il existe un point sur lequel il nous faut apporter des précisions : la répétition du mot-prière.

Dans leurs textes, les bénédictins John Main et Laurence Freeman, ainsi que le franciscain Michel Boyer insistent sur la répétition incessante du mot-prière, le transformant ainsi en mantra.

Pour l'auteur du *Nuage de l'inconnaissance* et pour la pratique de la prière de consentement, le mot-prière sert à indiquer à Dieu que nous sommes disponibles pour lui, il constitue une invitation. Il sert également de bouclier qui nous protège contre les pensées qui dispersent notre esprit; lorsque ces pensées nous tourmentent sans cesse, il faut revenir doucement au mot-prière. En résumé, disons que tant que nous sommes assaillis par les pensées, nous nous abritons derrière notre mot-prière, mais si

« Dans les deux méthodes,
l'objectif est de mourir à soi, de nous vider
de nous-mêmes, de demander à Dieu de venir
remplir ce vide, pour mieux nous reconstruire. »

notre esprit atteint le silence et la paix, nous restons là, disponibles, pour Dieu ; la répétition du mot-prière n'est plus utile... (Ne nous le cachons pas, les périodes de silence sont une denrée rare, même pour des méditants chevronnés).

Si de son côté, comme règle générale, John Main insiste sur la répétition du mantra, il a tout de même indiqué qu'éventuellement nous passons à un autre stade, alors que la véritable méditation s'installe :

« C'est à ce moment que notre méditation commence vraiment. Nous commençons réellement à nous concentrer en nous détournant de nous-mêmes, car à partir de ce moment, au lieu de dire le mantra ou de l'entendre résonner, nous parvenons à l'écouter, enveloppées dans une attention de plus en plus profonde. Mon maître avait l'habitude de dire : "Quand vous atteignez ce stade de l'Écoute, vous éprouvez quelque chose de semblable à ce que l'on expérimenterait au cours de l'ascension difficile d'une montagne, pendant que résonnerait le mantra au creux de la vallée." »

La méditation est essentiellement l'art de la concentration, et ce, précisément parce que plus nous grimpons, moins nous percevons le son du mantra au creux de la vallée : nous devons alors l'écouter avec plus d'attention et de sérieux. Et arrive le jour où nous entrons dans le nuage d'inconnaissance, à l'intérieur duquel il y a le silence, le silence absolu, et où le mantra n'est plus du tout audible.

Nous devons cependant nous rappeler qu'il est inutile de tenter d'augmenter le rythme de la méditation ou d'accélérer le processus naturel par lequel le mantra, répété avec une fidélité absolue, s'enracine en nous. » (*Un mot dans le silence, un mot pour méditer*, page 99)

John Main étant décédé depuis plusieurs années, il lui a été impossible de préciser davantage sa vision, mais nous comprenons que le silence constituant un cadeau du ciel, en attendant que ce moment béni arrive, il faut répéter le mantra. En pratique, ceux qui ont un jour atteint cette étape vous le diront, lorsque nous sommes « silencieux », que le temps n'existe plus, le mantra s'efface de lui-même, comme Main le rapporte, toutefois, si vous vous entendez penser : « J'y suis arrivé ! », il ne vous reste plus qu'à revenir à votre mot-prière, le voyage continue ! En fait, nous pouvons dire que les expériences individuelles de méditation prennent le pas sur la différence « technique », au fur et à mesure que le voyage avance.

Une vision du futur :

Actuellement, des communautés de MCQRFC et de Prière de consentement Québec collaborent de façon ponctuelle, principalement au niveau des régions comme celles de Sherbrooke et de l'Outaouais. En Montérégie, Serge Leclerc qui anime les rencontres de la Prière de consentement les lundis soir à Saint-Lambert contribue à notre revue semestrielle *Échos du silence*. Yvan Cloutier, coordonnateur de Prière de consentement Québec a déjà été la personne-ressource pour le ressourcement de fin de semaine de Méditation chrétienne à la Villa Saint-Martin. L'auteur de la préface du livre de Thomas Keating, *The Better Part*, fut..., Laurence Freeman, l'actuel directeur de la communauté mondiale de méditation chrétienne qui parle : d'une « amitié spirituelle » entre deux approches différentes qui invitent toutes deux à un approfondissement spirituel et au renouveau de la vie chrétienne en notre temps.

Yvon R. Thérout et Marc Lacroix

Quelques références en français pour la méditation chrétienne :

John Main, *Un mot dans le silence, un mot pour méditer*, ISBN : 978-2-89044-815-5 (disponible au bureau de MCQRFC)

Paul Harris, *À l'école de John Main*, ISBN : 2-89507-539-5 (disponible au bureau de MCQRFC)

Branche française de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne, *Partager le don de la méditation chrétienne — Guide pour les animateurs de groupes de méditation chrétienne* (disponible au bureau de MCQRFC)

Site web :

<https://www.meditationchretienne.ca/>

Site web mondial de méditation chrétienne (en anglais) :

<http://wccm.org> » <http://wccm.org>

Deux références en français pour la prière de consentement :

Thomas Keating, *Prier dans le secret*, ISBN : 978-2-89129-563-5

Thomas Keating, *La condition spirituelle de l'être humain*, ISBN : 978-2-330-01833-7

Site web :

<https://prieredeconsentementquebec.weebly.com/>

Site web mondial de prière de consentement (en anglais) :

<https://www.contemplativeoutreach.org/>

Chronique du pêcheur : accident !

Je me réveille. L'éclairage du soleil levant ajoute des couleurs aux épinettes visibles de mon lit. Pas de nuage dans le ciel ni de bruit autre que celui de quelques oiseaux pour qui la journée a déjà commencé. Je regarde l'heure : cinq heures et quart, c'est le temps de me lever.

J'ai une drôle de sensation au pied gauche, un peu de chaleur et surtout le poids de mon sac de couchage d'été qui cause un inconfort !!?

Je pose le pied droit au sol, et sors le pied gauche du sac de couchage. Je l'amène au sol avec précaution.

De transférer un peu de poids sur mon pied provoque comme un choc électrique. Je fais quelques pas et m'installe à la table de cuisine. Pas d'enflure, mais il est clair que mon faux pas d'hier, dans la mousse humide au bord du petit lac, m'interdit les excursions de pêche pour quelques jours.

Dans un sens, ce n'est pas dramatique, je n'ai rien de cassé et l'occupant du chalet voisin, un ami, peut prendre ma place pendant les excursions. Condamné au chalet, me dis-je, mais j'ai des livres !

10h, la gang est partie, me voilà seul ! Je m'installe, en boitillant, dans la berçante de bois sur la galerie. Le thermomètre extérieur est passé de 3°C à 14°C. Mes pêcheurs ne reviendront pas avant 14h, j'ai donc du temps libre ; MA-RA-NA-THA, MA-RA-NA-THA...

10h30, le vent se lève, je retourne dans le chalet pour laver la vaisselle. Tout en essuyant les assiettes, je pense à la souffrance. Mon problème de pied reste une babiole



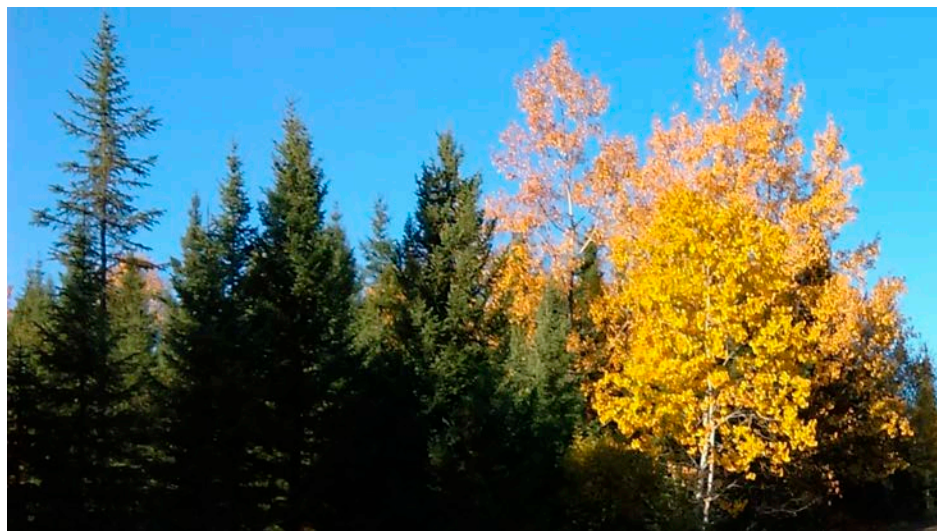
Marc Lacroix

que j'aurai oubliée dans un mois, mais la souffrance reste là, comme un fauve surveillant ses proies. Une fois la vaiselle terminée, je m'installe dans le fauteuil berçant. Oui, un jour la souffrance reviendra, une vraie souffrance, comment vais-je réagir ?

Des souvenirs remontent. Il y a quinze ans, quand je marchais ou si quelque chose m'énervait, comme la circulation dense de Montréal, bref, pour des raisons apparemment anodines, une sensation désagréable d'élancement à l'épaule gauche se présentait... J'ai été consulter mon médecin qui m'a dirigé

vers l'urgence, ma douleur l'agaçait. Une fois rendu au triage, je me suis retrouvé connecté à un moniteur de fréquence cardiaque qui montrait des anomalies. J'avais « gagné » un séjour à l'hôpital et une visite en ambulance à l'Institut de cardiologie. Au départ, je n'étais pas « heureux » du déroulement des événements, mais j'étais maintenant à l'hôpital et en observation constante ; j'avais un problème au cœur, bon, tant pis ! J'ai cru trop rapidement que mon problème se réglerait vite, et qu'en me passant « la balloune » (angioplastie), tout reviendrait à la normale, mais la visite ne se passa pas comme prévu. Lors de l'examen préalable à l'angioplastie, le cardiologue annula l'opération. Lorsqu'il me rencontra, il me dit que l'angioplastie n'était pas une option dans mon cas, mes artères étaient trop obstruées. La seule alternative praticable, c'étaient des pontages coronariens ; si je refusais l'opération..., le cardiologue me regardait et n'ajoutait rien. J'avais une conjointe et deux ados à la maison, j'ai accepté l'opération qui aurait lieu le mardi de la semaine

suivante ; quatre jours d'attente, « en pension » à l'Institut. Je n'avais plus de douleur physique, mais de là à dire que je me sentais « comme en vacances », il y avait une très grande marge. Je me suis posé des questions : je n'avais pas de testament, mais je pensais que mes assurances étaient bonnes au cas où..., car des pontages, c'est quand même sérieux comme opération. Les deux premiers jours furent peu agréables, des doutes, des questions, des « j'aurais dont dû » bien inutiles, qui ne faisaient que s'attaquer à mon moral. L'opération s'est bien passée.





Les souffrances au départ physiques sont loin d'être les seules auxquelles nous sommes confrontés : les souffrances psychologiques ne doivent pas être oubliées. J'y ai déjà goûté à quelque chose du genre et je vous en ai glissé un mot dans des chroniques antérieures. On les connaît mal, pourtant chacun d'entre nous a des amis, des parents qui en ont souffert. Le problème avec celles-ci est que nous croyons souvent être en contrôle de la situation, même si dans les faits nous sommes dépassés. Ce qui est triste, c'est le fait que les personnes affectées éprouvent de la culpabilité envers leur employeur, leur famille..., parce qu'un problème psychologique, ce n'est pas visible comme une jambe cassée ! Entre vous et moi, c'est un enfer dont il est presque impossible de s'extirper sans une aide professionnelle, de la part de médecins, de psychiatres et de psychologues, mais ça aussi, c'est du passé. J'ai eu de l'aide et la méditation m'a aidé à passer au travers.

Évagre le Pontique et Jean Cassien, des moines du quatrième siècle, avaient élaboré des notions de ce que nous pourrions qualifier de psychanalyse, bien avant que cette discipline ne soit « découverte » au début du vingtième siècle. Une partie de ce que ces deux auteurs ont décrit a, par la suite, été comprise comme une description des « péchés capitaux », mais originellement ces « péchés » étaient plutôt des « vices “de fonctionnement” » de l'être humain qui l'empêchaient de se réaliser pleinement. L'idée de « péchés » pour lesquels nous devrions nous sentir coupables n'était pas privilégiée par ces auteurs, qui souhaitaient tracer un « chemin de purification de l'être ». Pourquoi se purifier ? Simplement parce que ces vices, ces défauts, provoquent des souffrances pour

nous et pour les autres. Ces deux auteurs ont également parlé de la prière et rappelons-nous que la méthode de méditation décrite par John Main provient d'une pratique proposée par Jean Cassien. Ainsi, les idées d'ascèse, de purification, de prière et de méditation vont de pair, si des moines font de tels liens, nous, comme méditants, devrions peut-être en faire ; je vais vous revenir là-dessus !

Mon esprit revient au chalet et fait le rapprochement avec le livre de Job et la souffrance. Oui, il y a eu des moments difficiles et il va y en avoir d'autres. Je regarde le lac. Le vent parsème sa surface de moutons blancs, mais le soleil y sème des diamants. Les épinettes se font brasser. L'épinette à tête croche à côté des chaloupes n'est plus là, l'hiver dernier fut son dernier hiver.

J'ai de beaux souvenirs rattachés au chalet. Je me souviens de quelques nuits étoilées vécues ici ; plein de poussière d'or sur un ciel de soie noire. L'odeur du poêle à bois et le goût des toasts qu'on fait griller sur les ronds, les truites, les steaks d'originaux... Tout ceci va se terminer un jour pour moi ; silence, réflexion !

Je comprends Job d'avoir retrouvé la paix après son dialogue avec Dieu. Le monde est tellement, tellement plus grand que moi, que je ne peux que me taire devant lui. Que va-t-il se passer une fois mon corps hors d'usage ? Je ne le sais pas, mais je fais confiance à l'Architecte du monde. Je n'ai pas besoin de « comprendre ». Il ne reste qu'à profiter du temps qui m'est alloué pour rendre le séjour ici agréable pour moi et pour ceux qui m'entourent !

MA-RA-NA-THA, MA-RA-NA-THA...

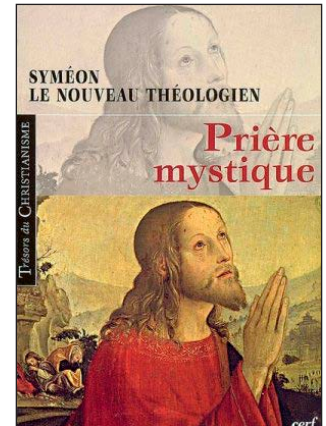
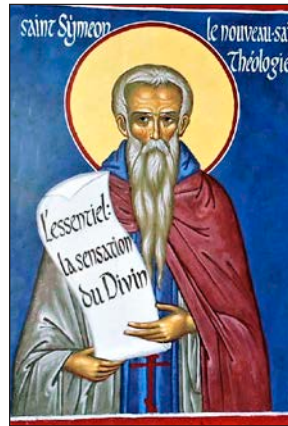
Marc Lacroix, méditant

« Combien plus le Père céleste donnera-t-il l'Esprit Saint à ceux qui le lui demandent ? »

Syméon le Nouveau Théologien

(v. 949-1022), moine grec

Hymnes, n°29 (trad. SC 174, p. 315s)



D'où viens-tu ? Comment pénètres-tu,
je veux dire : à l'intérieur de ma cellule,
fermée de toute part ?
Ceci est en effet étrange,
dépasse parole et pensée.
Mais que tu viennes en moi,
soudain tout entier et que tu brilles,
que tu te laisses voir sous forme lumineuse,
comme la lune dans sa pleine lumière,
cela me laisse sans pensée
et sans voix, mon Dieu !
Je sais bien que tu es
celui qui est venu pour illuminer
ceux qui sont assis dans les ténèbres (Lc 1,79),
et je suis stupéfait, je deviens
privé de sens et de paroles,
à voir une merveille étrange
qui dépasse toute la création,
toute la nature et tous les mots...

Comment Dieu est-il hors de l'univers
par son essence et sa nature,
par sa puissance et par sa gloire,
et comment aussi habite-t-il partout et en tous,
mais d'une manière spéciale dans ses saints ?
Comment dresse-t-il sa tente en eux
d'une manière consciente et substantiellement,
lui qui est totalement au-delà de la substance ?
Comment est-il contenu dans leurs entrailles,
lui qui contient toute la création ?
Comment brille-t-il dans leur cœur,
ce cœur charnel et épais ?
Comment est-il à l'intérieur de celui-ci,
comment est-il en dehors de tout,

et remplit-il lui-même toute chose ?

Comment, la nuit et le jour,
brille-t-il sans être vu ?

Dis-moi, est-ce que l'esprit de l'homme
concevra tous ces mystères
ou pourra te les exprimer ?
Certes non ! un ange ne pourrait,
ni un archange, te l'expliquer ;
ils seraient incapables
de t'exposer cela avec des mots.
C'est donc l'Esprit de Dieu, parce qu'il est divin,
qui seul connaît ces mystères
et qui les sait parce que lui seul
partage la nature, le trône et l'éternité
avec le Fils et le Père.
C'est donc à ceux pour qui cet Esprit resplendira
et à qui il sera uni libéralement
qu'il montre tout d'une manière inexprimable...
C'est comme un aveugle : s'il voit,
il voit tout d'abord la lumière
et ensuite aussi toute la création
qui est dans la lumière, oh merveille !
De même, celui qui a été éclairé
par le divin Esprit dans son âme,
aussitôt entre en communion de la lumière
et contemple la lumière,
la lumière de Dieu, Dieu vraiment,
qui aussi lui montre tout,
ou plutôt tout ce que Dieu décide,
tout ce qu'il désire et ce qu'il veut.
À ceux qu'il éclairera par son illumination,
il accorde de voir ce qui se trouve dans la lumière divine.

Suggestions de lecture



PRIX : 16,00 \$

(À la librairie de Méditation chrétienne).

Description

Un avant-propos intéressant en vue du Synode d'octobre prochain sur les jeunes et la foi.

Cinq trentenaires prennent la parole pour évoquer leur foi chrétienne, centrale dans leur vie. Une foi souvent issue d'une conversion plutôt qu'héritée de leurs parents; une foi qui se traduit dans des vocations variées; une foi soucieuse d'œcuménisme et des enjeux sociaux contemporains. Une foi assumée et ardente. L'abbé Alain Roy relit avec nous leurs témoignages et en dégage les traits annonciateurs d'un nouveau visage du christianisme.

Jürgen Fesenmayr est enseignant en français et en éthique et culture religieuse au secondaire. **Sébastien Gendron** est détenteur d'une maîtrise en théologie et coordonnateur de la pastorale pour le diocèse de Gaspé. **Valérie Jean** est depuis peu engagée dans le mariage. **Norman Lévesque** est directeur du Réseau des Églises vertes. **Sœur Lucie-Caroline** est membre des Fraternités monastiques de Jérusalem.

Format : livre de poche



PRIX : 18,00 \$

(À la librairie de Méditation chrétienne).

Description

Des milliers de personnes voient leur vie spirituelle enrichie par la pratique de la méditation chrétienne, cette méthode de prière silencieuse enseignée par le bénédictin John Main. Ce moine bénédictin a su harmoniser l'expérience spirituelle des maîtres de l'Orient et de l'Occident. Ce volume rassemble l'essence de son enseignement autour de la prière contemplative, nourrie de la tradition biblique, de la sagesse des Pères du désert, mais aussi des Upanishads.

John Main a écrit plusieurs livres sur la prière contemplative, mais ce recueil est le seul à rassembler en un volume l'essentiel de ses enseignements. Paul Harris a sélectionné avec grand soin les passages les plus fondamentaux de chacun des ouvrages de cet auteur et les présente ici sous un format commode et attrayant de lectures quotidiennes.

DISPONIBILITÉ :

1- Achat en ligne sur le site MCQRF: www.meditationchretienne.ca / e-Boutique / livres :
ou
(<https://www.meditationchretienne.ca/categorie-produit/livres/>)

2- Commander à la librairie : info@meditationchretienne.ca ou/et 450-446-4649

Ressourcement Spirituel Annuel

5 au 7 octobre 2018

Places disponibles

Pour participants « EXTERNES » seulement
Maximum de 24 personnes



Conférencier :

**Laurence Freeman,
bénédictin**

Guide spirituel actuel de la communauté mondiale de la Méditation chrétienne. Auteur de plusieurs livres traduits en français, dont *La voie de la contemplation* (Le Passeur, 2014), *Lettres sur la méditation – Le christianisme face au silence* (Albin Michel, 2007).

Thème :

Sources de la Sagesse

À l'ère de la laïcité où les gens se sentent souvent frustrés de la religion et où des structures religieuses sont en transition, la sagesse est notre grand espoir. Où trouvons-nous les ressorts de la sagesse ? Peut-être devons-nous commencer cette redécouverte dans un profond silence, dans l'art, dans la compassion et la justice, dans une nouvelle compréhension de la santé et du « bien vivre ». Laurence Freeman s'appuiera sur des sources de sagesse anciennes et nouvelles pour explorer avec nous comment nous pouvons vivre cette époque avec espoir et voir la guérison dans les liens qui ont été coupés avec la tradition.

INFORMATIONS :

www.meditationchretienne.ca

ou

Secrétariat MCQRFC : 450-446-4649 – info@meditationchretienne.ca