

RAPPEL DES PROCHAINS RENDEZ-VOUS

DIALOGUE CHRISTIANISME-BOUDDHISME-ISLAM

20-22 novembre 2009, au château de Bossey, près de Genève (Suisse), avec Laurence Freeman, Lama Denys et Faouzi Skali. Renseignements et inscriptions sur le site et auprès de John Moederle : john.moederle@gmail.com ou +41 79 817 44 51

RENCONTRES DE LA MÉDITATION CHRÉTIENNE 2010

Les premières Rencontres de la Méditation chrétienne autour de Michel FROMAGET, anthropologue, et du P. Laurence FREEMAN, avec la participation amicale du cardinal Philippe BARBARIN, auront lieu au Centre Valpré, à Lyon, les 29-31 janvier 2010. Vous trouverez le bulletin d'inscription, le programme et un plan d'accès sur le site Internet. Vous pouvez vous renseigner auprès de Leila Tilouine (leilatilouine@yahoo.fr, 06 28 32 23 64) mais nous ne prenons pas d'inscription par téléphone (uniquement par courrier avec un chèque d'arrhes).

Notre site : www.wccm.fr Vous retrouverez les lectures à la rubrique <lectures>

Lectures hebdomadaires – 8 novembre 2009

Même si vous êtes physiquement éloigné d'autres méditants, vous êtes unis à eux dans l'Esprit. Chaque matin et chaque soir, prenez le temps de méditer entre 20 et 30 minutes. Il est préférable, autant que possible, de méditer au même endroit et à la même heure, de telle sorte que vos temps de méditation s'intègrent naturellement à votre journée. Soyez généreux avec votre temps, soyez fidèle au mantra, et vous entrerez dans le réseau de silence qui nous unit tous dans l'Esprit.

Extrait de **John Main** o.s.b., *Word Made Flesh*, Darton, Longman, Todd, Londres, 1993, p. 29-30.

Le langage est tellement impuissant à exprimer la plénitude du mystère. C'est la raison pour laquelle le silence absolu de la méditation est d'une telle importance. Nous n'essayons pas de penser à Dieu, de parler à Dieu ou d'imaginer Dieu. Nous nous tenons dans ce silence stupéfiant, ouverts au silence éternel de Dieu. Nous découvrons en méditant, par la pratique et l'enseignement quotidien de l'expérience, que c'est notre milieu naturel. Nous sommes créés pour lui, notre être s'y épanouit et se dilate dans ce silence éternel.

Mais déjà le mot « Silence » dénature l'expérience et peut faire peur à beaucoup de gens, parce qu'il suggère une expérience négative, la privation de son ou de langage. On craint que le silence de la méditation soit régressif, mais l'expérience et la tradition nous enseignent que le silence de la prière n'est pas l'état pré-discursif mais l'état post-discursif dans lequel le langage a accompli sa tâche de nous conduire à travers et au-delà de lui-même et de tout l'univers de la conscience mentale. Le silence éternel n'est privé de rien, et il ne nous prive de rien. C'est le silence de l'amour, de l'acceptation sans réserve et sans condition. Nous demeurons là avec notre Père qui nous invite à être là, qui aime que nous soyons là et qui nous a créés pour être là...

Nous nous connaissons aimés, ce qui nous permet d'aimer. La méditation est une façon d'achever ce cycle de l'amour. Par notre ouverture à l'Esprit qui réside en nos cœurs, et qui, en silence, est amour pour tous, nous entamons le pèlerinage de la foi. Nous finissons dans la foi parce qu'il y a toujours un nouveau commencement à la danse éternelle de l'être-dans-l'amour.

La foi et l'amour engendrent l'espoir. L'espérance chrétienne est la confiance absolue en la véracité de Jésus et la réalité de son amour. Cette confiance nous permet de dire le mantra. Nous lâchons tout ce que nous voulons, tout ce que nous savons... Nous le lâchons dans l'abandon de la pauvreté, et nous sommes alors libres de nous élancer dans les profondeurs du mystère qu'est l'amour...

Méditez pendant trente minutes

Rappelez-vous : Asseyez-vous. Restez immobile et le dos droit. Fermez doucement les yeux. Soyez détendu mais vigilant. En silence, intérieurement, commencez à dire un mot unique. Nous recommandons le verset de prière « Maranatha qui signifie « Viens, Seigneur » en araméen. Récitez-le en détachant chaque syllabe. Ecoutez-le tout en le disant, doucement, mais sans discontinuer. Ne retenez et n'entretenez aucune pensée, aucune image, spirituelle ou autre. Laissez passer les pensées et les images qui surgissent. Ramenez simplement votre attention – avec humilité et simplicité – sur la répétition intérieure de votre mot dans la foi, du début à la fin de votre méditation.

Après la méditation

Extrait de : H. Backhouse, ed., *The Best of Meister Eckhart*, Crossroad, New York, 1996 p. 138.

De qui sont les prières que Dieu écoute toujours ? Quiconque adore Dieu en tant que Dieu, Dieu l'entend. Mais celui qui adore Dieu pour des biens de ce monde n'adore pas Dieu : il adore ce pour quoi il adore Dieu, et fait de Dieu son serviteur afin d'être exaucé. Comme l'a dit saint Augustin : « Ce que vous aimez, vous l'adorez ; la vraie prière, la prière réelle, n'est rien d'autre qu'amour. »

Notre site : WWW.WCCM.FR Vous retrouverez les lectures à la rubrique <lectures>. Pour toute demande les concernant, ne plus les recevoir ou nous signaler un changement d'adresse, renvoyez cet email en notifiant votre souhait.