Prochain rendez-vous en France

*Retraite à l'abbaye de Sénanque, près de Gordes (Vaucluse)
prêchée par le frère Jean (moine de l'abbaye)*

du jeudi 29 septembre (16h) au dimanche 2 octobre (15h)

Frais d'inscription 60 €

Hébergement 30 € par jour

Nombre de places limité

Renseignements et inscription :

Étienne Zombas, Béthania, Cidex 306, 06330 Roquefort les Pins

e.zombas@gmail.com

Tél: 06 20 59 77 38 ou 04 83 05 62 16

Prochain rendez-vous en Suisse

Retraite silencieuse à Montbarry – Le Pâquier

16-18 septembre 2011

2 jours de silence pour approfondir la pratique et rencontrer d'autres méditants

Renseignements et inscriptions :

Catherine Charrière +41 (0)21 824 3062 ou +41 (0)78 830 3298 catherine.charriere@gmail.com

ou Deborah Walton +41 (0)79 688 8130 Deborah.walton@gmail.com

Bulletin d'inscription à télécharger sur le site

Notre site Internet : www.wccm.fr

Lectures hebdomadaires – 7 août 2011

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, "I Am as I Am"* (Je suis comme je suis), Londres, Darton, Longman & Todd, 1993, p. 40-41.

Si nous apprenons l'humilité, la patience et la fidélité nécessaires pour dire notre mot de prière, nous entrons pleinement dans tout ce qui est. C'est le présent du mystère de Dieu, qui est, qui est maintenant, qui est toujours, qui est tout. Les structures du langage liées au temps et les forces du désir et de l'imagination liées à l'ego échouent perpétuellement à trouver l'accès à ce mystère. Le mot de prière, en nous portant dans le moment présent et au-delà de l'ego, se glisse par la porte étroite et nous fait entrer dans la cité de Dieu.

Seul le silence, fondamentalement, donne du sens. Ce ne sont ni l'action ni la pensée, qui peuvent devenir des modes de fonctionnement tellement compulsifs, qui font celui que je suis. C'est l'être qui me fait. Ce qui fait qui nous sommes, c'est Dieu étant Dieu. Dieu est comme Dieu est et je suis comme je suis, ce qui veut dire que je ne peux être qu'en Dieu...

Dire ceci, naturellement, est une chose. Le comprendre en est une autre et la compréhension est terriblement restreinte à la finitude et aux dualités de nos perceptions mentales. Cependant, la compréhension est comme un panneau indiquant la direction de

cette expérience centrale d'être qui nous sommes. La vie ne peut nous satisfaire que si elle est vécue depuis ce noyau central. Pourquoi tenter d'être autre chose si Dieu se contente d'être Dieu ? Dieu est la créativité auto-communicatrice de l'amour. La prière est simplement la totale réceptivité à cette énergie créatrice au centre le plus profond, le plus réel de notre être, où nous ne sommes que ce que nous sommes. Ici, au-delà de tout effort, toute projection de soi-même, toute culpabilité, toute honte et au-delà de toutes les opérations psychologiques, la conscience survient avec fulgurance d'être connu par Celui qui est...

La fidélité à la méditation quotidienne et au mot de prière durant la méditation est tout. Nous savons que nous ne devons pas penser à Dieu ou imaginer Dieu pendant ces moments capitaux, tout simplement parce qu'il est présent. Dieu est ici, non pas simplement pour être trouvé, mais pour être aimé. Étant dans l'amour, nous laissons les pensées se dissiper.

Oui, j'en ai l'assurance : ni la mort ni la vie, ni les anges ni les dominations, ni le présent ni l'avenir, ni les puissances, ni les forces des hauteurs ni celles des profondeurs, ni aucune autre créature, rien ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu manifesté en Jésus Christ, notre Seigneur. (Rm 8, 38-39)

Pourquoi dès lors se laisser décourager par les distractions ?

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 ». 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

Histoire soufie racontée par **Willigis Jager**, dans *Search for The Meaning of Life*, Liguori, MS: Triumph Books, 1989, p. 267.

Demande-leur, me supplia encore l'abbé, comment ils se préparent à venir devant Dieu. En jeûnant ?

Oh non, répondit en riant un jeune derviche. Nous mangeons et buvons, et nous louons Dieu.

En dansant, répondit le plus vieux derviche qui avait une longue barbe blanche.

En dansant ? demanda l'abbé. Mais pourquoi ?

Parce que danser efface l'ego, dit le vieux derviche. Quand l'ego s'est évanoui, il n'y a plus d'obstacle à l'union avec Dieu.

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.
Pour la pratique de la lectio divina, vous pouvez consulter les lectures quotidiennes de la liturgie sur le site www.levangileauquotidien.org