

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

Prochain rendez-vous en France

***Retraite à l'abbaye de Sénanque, près de Gordes (Vaucluse),
prêchée par le frère Jean (moine de l'abbaye) sur le thème « Le combat spirituel »,
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

Notre site Internet : www.wccm.fr

Lectures hebdomadaires – 21 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.

Laurence Freeman o.s.b., extrait de *La Parole du silence*, « Schémas et identités », Le Jour éditeur, Montréal, 1995.

La foi n'a pas de sens, elle n'a pas de réalité à moins qu'elle ne se répète, qu'elle ne persévère. En quoi persévérons-nous ? Et comment se fait-il que cette simple persévérance produise une expansion en profondeur de vie, de conscience et d'être ? La foi est persévérance dans l'identité réelle qui est la nôtre, dans l'identité durable que seul l'engagement peut révéler. Tant qu'on ne s'est pas engagé, on n'a pas d'identité constante. L'ego est le soi avant qu'il n'ait trouvé à s'engager dans quelque chose qui le dépasse...

Le niveau auquel nous nous engageons est le degré auquel notre identité se réalise. Si nous ne sommes engagés qu'au niveau de l'égoïsme, notre identité ne se réalisera pas au-delà du niveau des humeurs et des masques changeants de l'ego. Si nous sommes engagés dans les valeurs, et donc les défis de ce qui est plus profond que l'ego, alors une identité commence à émerger au niveau du vrai soi. La forme de notre identité change à mesure qu'on s'engage plus profondément, que l'on devient plus fidèle. Même notre nature change en méditant, tous les jours, année après année. On devient de moins en moins conscient du changement qui s'opère en nous parce que la conscience qui s'observe disparaît. Nous

savons que nous changeons, et nous le savons par les autres, parce que nous nous découvrons plus aimants. On se découvre agissant moins à partir des schémas rigides de l'ego et davantage à partir de la forme en expansion infinie et donc indéfinissable du vrai soi. En développant l'identité unique et infiniment aimable qui nous a été donnée pour la trouver et la réaliser, nous nous découvrons en train de devenir la personne que Dieu a choisie avant que le monde fût.

C'est comme une chute d'eau. Des gens vous disent : « Viens voir cette magnifique chute d'eau. » Vous y allez et vous voyez une puissance incroyable, une quantité d'eau incalculable se déversant à flanc de montagne. C'est la chute d'eau qu'ils voulaient voir, mais elle ne peut jamais être la même chute d'eau. Elle change d'instant en instant. Elle change en permanence, toujours nouvelle, toujours chutant du haut d'elle-même et malgré tout enracinée dans sa propre identité. Dans la foi, la conscience humaine sait tout cela parce que la foi nous amène à la vision de ce que l'on est vraiment au moment où on le devient. Sans la foi, nous ne voyons que des schémas fixes qui, en fait, sont en voie de décomposition. Par la foi, nous voyons des schémas en expansion qui évoluent. Nous voyons l'âme et nous voyons chaque personne comme un torrent de lumière qui s'écoule. L'identité de chaque personne infiniment aimable est de l'énergie dans un état permanent de transformation...

En méditant, nous trouvons cette puissance à notre propre source. Nous buvons à notre propre fontaine. Mais nous buvons directement au torrent qui alimente la fontaine. Nous buvons dans la lumière de l'être à la Source d'où s'écoule la lumière, l'Esprit divin, la source éternelle de l'eau vive. Plus nous buvons profondément, plus nous sommes fidèles, plus nous devenons lumière.

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

Olivier Clément extrait de *Sources, les Mystiques chrétiens des origines*, Stock, 1999, p. 213.

Entrevoir la lumière divine comme par une étroite meurtrière, c'est pourtant élargir prodigieusement son âme. Il suffit d'une lueur pour que tout soit transformé.

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