

PROCHAINS RENDEZ-VOUS EN FRANCE

Retraite de 3 jours avec le P. BENOÎT STANDAERT osb

Du 31 mai au 3 juin à l'abbaye d'En Calcat (Tarn), sur le thème « Les 3 colonnes du monde »

Nous avons le plaisir d'accueillir pour la première fois en France le P. Benoît Standaert, moine bénédictin de l'abbaye St-André à Bruges (Belgique). Bibliste et théologien, parfaitement bilingue, le père anime déjà des retraites pour la communauté néerlandophone.

Renseignements et inscriptions à l'aide du formulaire ci-joint.

Retraite avec le P. François Martz

Du 17 au 20 mai, à la maison Regina Caeli à Trois Épis (près de Colmar) sur le thème « Avec St Bernard de Clairvaux, vers la liberté des enfants de Dieu ». Renseignements et inscriptions à l'aide du formulaire ci-joint et sur le site www.wccm.fr – page d'accueil.

Session avec Michel Fromaget (sans méditation)

Du 22 au 25 mars, au monastère de l'Annonciade à Brucourt (Calvados), sur le thème « Introduction à la spiritualité de Maurice Zundel ». Michel Fromaget fut l'invité des Premières Rencontres de la méditation chrétienne en 2010.

Renseignements sur l'affiche ci-jointe et sur le site <http://michelfromaget.free.fr/>

PROCHAINS RENDEZ-VOUS INTERNATIONAUX (EN ANGLAIS)

Retraite de 10 jours à Bere Island (Irlande) avec Laurence Freeman osb

Du 1^{er} au 11 mars, renseignements sur le site international : <http://wccm.org/content/seeking-losing-finding-ten-day-christian-meditation-retreat>

Semaine sainte à Bere Island (Irlande) avec Laurence Freeman osb

Du 31 mars au 8 avril, 2 formules : pour les jeunes (45 ans et moins), et les moins jeunes, renseignements sur le site international : <http://wccm.org/content/seeking-losing-finding-ten-day-christian-meditation-retreat>

Retraite annuelle d'une semaine à Monte Oliveto (Italie)

Du 9 au 16 juin, sur le thème « The Book of the Heart, Stages of Contemplation », avec Laurence Freeman osb et Giovanni Felicioni (yoga). Renseignements sur le site international : <http://www.wccm.org/sites/default/files/users/MonteOliveto/MO%202012%20web.pdf>

Notre site Internet : www.wccm.fr

Vous pouvez aussi consulter les sites de nos amis canadiens www.meditationchretienne.ca et de nos amis belges <http://wccm.be>, riches en ressources complémentaires en français, ainsi que le site international (en anglais) www.wccm.org où vous découvrirez de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la Communauté dans le monde

Lectures hebdomadaires – 22 janvier 2012

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.

John Main o.s.b., *Conférences de Gethsémani*, « Deuxième Conférence », Méditation chrétienne du Québec, 1997, p. 38-40.

La méditation est une prière de foi parce que nous acceptons de suivre l'enseignement du Maître : nous sommes prêts à perdre notre vie afin que nous puissions nous réaliser pleinement. Quand nous avons trouvé notre moi véritable, nous n'en sommes encore qu'au début. Lorsque nous nous sommes trouvés nous-mêmes, nous avons trouvé, selon l'expression de saint Augustin, le « tremplin » qui nous conduira à Dieu. Alors, et alors seulement, nous avons trouvé la confiance

nécessaire pour faire le pas suivant qui consiste à cesser de contempler notre moi fraîchement découvert pour diriger le projecteur vers l'Autre. La méditation est une prière de foi justement parce que nous nous abandonnons *avant* que l'Autre apparaisse ; et cela, sans aucune garantie préalable que l'Autre apparaisse. L'essence de toute pauvreté, c'est ce risque d'annihilation.

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

La tentation est de retourner à cette prière qui est celle, dirions-nous, d'une piété flottante, anesthésiée, celle que Jean Cassien qualifie de *pax pernicioosa* (paix pernicieuse) de *sopor letalis* (sommeil mortel). C'est une tentation que nous devons transcender. Jésus nous a appelés à *perdre* notre vie et non à tenir bon en négociant de meilleures conditions. Si nous la perdons, et uniquement si nous la perdons, nous la retrouverons en lui. Pour Jean Cassien, le fait de restreindre notre mental à un seul mot est la preuve de l'authenticité de notre renoncement. Dans sa vision de la prière, on renonce à la pensée, à l'imagination et même à la conscience de soi, matrice du langage et de la réflexion.

Mais, soyons bien clair sur les motifs du renoncement aux dons de Dieu pendant la prière... Il ne suffit pas de dire que nous renonçons à ces dons uniquement parce qu'ils nous « distraient ». Du reste, il serait absurde de nier qu'ils sont les moyens primordiaux de la compréhension de soi et de la communication avec les autres. Nous ne les refusons pas non plus parce que nous considérerions qu'ils n'ont pas leur place dans notre relation sociale ou personnelle avec Dieu. Il est bien évident que toute notre réponse liturgique à Dieu s'appuie sur la parole, le geste et l'image. Jésus lui-même nous a dit que nous pouvions prier le Père en son nom pour tous nos besoins, pour les besoins du monde entier.

Toutes ces considérations doivent toujours être présentes à l'esprit. Mais au centre de notre être, nous connaissons tous la vérité contenue dans les paroles de Jésus nous invitant à perdre notre vie pour la trouver. Dans ce centre de l'être, nous ressentons tous le besoin d'une simplicité radicale... En d'autres termes, chacun ressent le besoin de se réjouir de son être sous sa forme la plus simple, là où nous existons simplement sans autre raison que d'en rendre gloire à Dieu, lui qui nous crée, nous aime et nous maintient dans l'être. Or, c'est dans la prière que nous faisons l'expérience de la pure joie qui jaillit du simple fait d'être. Ayant abandonné tout ce que nous possédons, tout ce par quoi nous existons, nous nous tenons devant le Seigneur Dieu dans la simplicité la plus totale. La pauvreté de l'unique verset à

laquelle Jean Cassien nous convie est le moyen qui nous est donné... de perdre notre vie pour la trouver, de devenir rien pour devenir tout.

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

Jean Cassien, *Les Conférences*, « Dixième Conférence : De la prière, XI », traduction Dom E. Pichery, tome II, « Sources chrétiennes » n° 54, p. 90-91.

Que l'âme retienne incessamment cette parole, tant que... elle ait acquis la fermeté de refuser et rejeter loin de soi les richesses et les amples avoirs de toutes sortes de pensées, et que restreinte ainsi à la pauvreté de cet humble verset, elle parvienne par une pente facile, à la béatitude évangélique qui, entre toutes, a la primauté : « Heureux les pauvres en esprit, parce que le royaume des cieux est à eux. » Devenu pauvre de cette pauvreté éminente, on accomplira la parole du prophète : « Le pauvre et l'indigent loueront le nom du Seigneur. » De fait, quelle pauvreté ou plus grande ou plus sainte, que celle d'un homme qui se sait dépourvu de tout moyen et sans force aucune, et sollicite de la largesse d'autrui le secours dont il a besoin chaque jour ; qui voit que sa vie et son être ne se soutiennent à tout instant qui passe que par la divine assistance... ?

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