

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 à télécharger sur le site www.wccm.fr

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 à télécharger sur le site www.wccm.fr.

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 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 – 12 février 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 osb, extrait de « Les Deux Silences de Dieu », in *The Way of Unknowing*, New York, Crossroad, 1990, p. 6-8.

Nous vivons dans un monde profondément non silencieux. Nous vivons dans un monde qui est tellement assailli de bruits de fond et de surface que nous entendons tout en même temps et n'écoutons rien. Pourtant, tout le monde est appelé à l'état de prière, de pure attention, d'expansion de l'esprit dans le silence éternel de Dieu...

[Mais une] seconde sorte de silence, lorsque Dieu semble avoir retiré sa présence, est aussi une réalité. C'est un silence où nous n'avons aucun sentiment de son être mais seulement le sentiment de son total retrait du monde, de notre conscience... Certes, il est merveilleux d'avoir le sentiment que l'infinité de Dieu nous remplit d'un calme infini, d'un sens profond d'émerveillement. C'est un don merveilleux mais ce n'est pas un

don qu'il faut rechercher ou chercher à posséder ou à fabriquer. L'une des choses que l'on apprend par la méditation en devenant plus matures, en avançant sur le chemin, c'est à être autant satisfaits par l'une que par l'autre de ces formes de silence, par le sens infini de sa présence autant que par le sens fini de son absence. Ceci est plus difficile pour nous au début, parce que lorsque nous commençons à méditer, nous ne sommes pas très avancés dans l'apprentissage du détachement. Nous n'avons pas atteint le stade où nous pouvons être aussi satisfaits de l'absence que de la présence, et de toute façon, nous sommes toujours en train de chercher à ce que notre méditation nous satisfasse, à nous prouver que ça marche, que maintenant nous connaissons Dieu, maintenant nous avons appris à vivre en sa présence. Mais le but de la seconde forme de silence, son absence, est de nous purifier de manière à ce que nous apprenions à aimer Dieu de manière désintéressée tel qu'il nous aime (et qu'il s'aime). Il nous enseigne à être fort dans l'amour, fort dans la fidélité, et à être sûr que nous aimons Dieu pour lui-même et en lui-même et pas seulement pour une quelconque manifestation de sa présence qui nous fait plaisir...

Pour devenir plus matures, à tous les niveaux, nous devons traverser toutes les difficultés qui découlent du changement ou de la perte, tous les sentiments, les émotions et les pensées qu'ils font naître, et apprendre à aimer Dieu simplement et fortement. Une partie de la discipline du mot de prière consiste à nous apprendre à demeurer dans cet amour, quoi qu'il advienne. Rien ne pourra alors ébranler notre conviction que Dieu est, que Dieu est Amour, et que cet amour habite en nos cœurs. Si nous sommes engagés sur le chemin, alors le sens de l'absence approfondira et fortifiera notre conviction que Dieu existe, le rendant plus familier, nous apprenant à le connaître plus profondément. À cette profondeur de foi, nous sommes indifférents au fait d'avoir le sentiment de sa présence rapprochée ou de son absence. Qu'il soit proche ou lointain dans notre perception ou sentiment n'a aucun effet sur la discipline que nous maintenons dans la pratique de la méditation, parce que notre conviction est fondée non sur le sentiment mais sur un fait : le fait qu'il est le Dieu tout-miséricordieux, tout-aimant, tout-compatissant. Les deux silences nous enseignent avec autant de force l'un que l'autre. Le silence de révélation nous remplit d'émerveillement et le silence d'absence nous apprend la fidélité. Le Verbe est présent dans les deux.

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 : **La Bhagavad-Gîtâ**, 4, 16-17, d'après la traduction anglaise de Mascaro, Londres, Penguin, 1962.

Je t'enseignerai la vérité sur l'action pure, et cette vérité te rendra libre. Apprends également sur une action qui est le silence : mystérieuse est cette voie d'action. La personne qui, dans son action trouve le silence, et qui voit que le silence est une action, voit la lumière et trouve la paix dans toute action.

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