

PROCHAIN RENDEZ-VOUS EN FRANCE

Retraite de 3 jours avec le P. BENOÎT STANDAERT osb

ATTENTION : il est instamment demandé de s'inscrire avant le 1^{er} mai

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

NOUVEAUTÉ : FORUM DE LA MÉDITATION CHRÉTIENNE

Un forum d'échange et de partage autour de la méditation chrétienne selon l'enseignement de John Main vient d'être créé. Vous pourrez le découvrir à l'adresse <http://meditationchretienne.forumgratuit.fr/>

Les méditants peuvent y poser leurs questions et partager leur expérience et leurs découvertes. Il permet d'échanger sur divers sujets (vie spirituelle, découvertes d'œuvres, vie de la communauté, etc). Nous espérons, grâce à vous, en faire un lieu d'échange vivant et fructueux. Il est modéré par Myriam, Étienne et Louis que nous remercions chaleureusement pour cette initiative.

NOUVEAUTÉS SUR LE SITE FRANÇAIS WWW.WCCM.FR

Carême 2012

Le père Laurence Freeman nous accompagne pendant tout le Temps du Carême avec une courte réflexion quotidienne sur l'évangile du jour. Elles sont postées chaque jour sur notre site.

<http://meditationchretienne.org/site/pag.php?Pag=area&Area=82>

Rencontres de la méditation chrétienne 2012

Les enregistrements des conférences du P. Laurence Freeman osb et de Francine Carillo, ainsi que les échanges avec le public sont maintenant en ligne. Vous pouvez les écouter à la rubrique « Rencontres-Rencontres de la méditation chrétienne »

<http://meditationchretienne.org/site/pag.php?Pag=area&Area=81>

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 – 4 mars 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, « La voie de la dépossession » extrait de *Fully Alive, Meditatio Talk Series* 2011-D, oct-déc, Londres, WCCM, 2011, p. 11.

Un des aspects de la méditation auxquels il faut s'habituer, c'est de l'approcher sans chercher à en retirer quelque chose, à posséder quelque chose. En revanche, nous devons nous efforcer de l'approcher sous l'angle d'une totale dévotion à l'au-delà de nous-mêmes.

Les chrétiens ont souvent envisagé leur vie spirituelle en termes de récompense, de possession. L'ennemi de toute valeur spirituelle est le désir : chercher la récompense, chercher à posséder. La sagesse qui ouvre le trésor spirituel est l'esprit de pauvreté, un esprit de non-possession. Or dans la méditation, nous apprenons à être déposés.

Le chemin spirituel conduit de soi vers l'autre. Comme vous le savez par l'expérience que vous avez maintenant de la méditation, nous devons nous y engager avec foi et courage.

Apprendre à dire le mot de prière de sorte que nous nous dépossédions de toute pensée, de toute conscience de soi, exige de la dévotion. Et ce chemin nous conduit à l'absolue liberté parce que nous avons laissé derrière nous toutes les valeurs secondaires : succès, richesse, possession, pouvoir, quels qu'ils soient. En méditation, nous ne sommes pas préoccupés par le fruit de l'action, mais par le seul fait de dire humblement notre mot. Celui-ci est pour nous le moyen de dépasser le désir pour entrer dans l'union. Nous ne cessons pas d'être humains ; nous ne cessons pas d'être nous-mêmes. En fait, nous *devenons* nous-mêmes.

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

Kabir, traduit sur la version anglaise de Robert Bly, *Ecstatic Poems*, Boston, Beacon, 2004, p. 26-27.

J'ai dit à la créature désirante qui est en moi :
Quelle est cette rivière que tu veux traverser ?
Il n'y a pas de voyageurs sur la route fluviale, et pas de route,
Vois-tu quelqu'un marcher sur cette rive, ou se reposer ?
Il n'y absolument aucune rivière, et aucun bateau, et aucun batelier.
Il n'y a pas de corde de halage non plus, et personne pour la tirer,
Il n'y ni terre, ni ciel, ni temps, ni rive, ni gué !

Et il n'y a ni corps, ni mental !
Crois-tu qu'il existe un endroit où l'âme sera moins assoiffée ?
Dans cette grande absence tu ne trouveras rien.

Sois donc fort, et entre dans ton corps ;
Là, tu trouveras un endroit solide pour tes pieds,
Penses-y soigneusement !
Ne vas pas ailleurs !

Kabir dit : rejette toute pensée de choses imaginaires,
Et tiens-toi fermement dans ce que tu es.