

PROCHAIN RENDEZ-VOUS EN FRANCE

**Retraite de 3 jours avec le P. BENOÎT STANDAERT osb**

***ATTENTION : prière de s'inscrire avant le 1<sup>er</sup> 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

[http://meditationchretienne.org/site/documents/45\\_Flyer\\_3\\_colonnes\\_du\\_monde.pdf](http://meditationchretienne.org/site/documents/45_Flyer_3_colonnes_du_monde.pdf)

**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

<http://meditationchretienne.org/site/documents/troisepis2012.pdf>

PROCHAINS RENDEZ-VOUS INTERNATIONAUX (EN ANGLAIS)

**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](http://www.wccm.fr)

Vous pouvez aussi consulter les sites de nos amis canadiens [www.meditationchretienne.ca](http://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](http://www.wccm.org) où vous découvrirez de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la Communauté dans le monde

Lectures hebdomadaires – 22 avril 2012 - Pâques

*Même si vous êtes physiquement éloigné d'autres méditants, vous êtes uni 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 **Laurence Freeman o.s.b.**, *La parole du silence*, « Le pouvoir de l'attention », Le Jour, éditeur, 1995, p. 50-53

Le grand danger, qui a toujours existé mais qui est particulièrement évident aujourd'hui dans notre société narcissique et préoccupée par son image, est de confondre introversion, fixation sur soi et auto-analyse avec la véritable intériorité. Les blessures psychologiques et l'aliénation sociale, des états très largement répandus, exacerbent ce danger tout en réclamant un traitement fait de douceur et de compassion... La vraie intériorité est l'opposé de l'introversion. Lorsque nous sommes éveillés à la présence qui nous habite, notre conscience est retournée, convertie, de sorte que nous ne nous préoccupons plus de nous-mêmes... en anticipant ou nous remémorant des sentiments, des réactions, des désirs, des idées ou des rêves éveillés, mais nous nous tournons vers quelque chose d'autre, et c'est toujours, pour nous, un problème.

Il serait plus facile, croyons-nous, de se détourner de l'introspection si nous savions vers quoi nous nous tournons. Si seulement nous pouvions fixer notre attention sur un objet

précis. Si seulement Dieu pouvait être représenté par une image. Mais Dieu, le vrai, ne peut jamais être une image. Les images de Dieu sont des dieux. Une image de Dieu ne nous conduit finalement qu'à contempler une image réaménagée de nous-mêmes. Être vraiment intériorisé, ouvrir l'œil de son cœur, c'est vivre dans la vision sans image qu'est la foi ; c'est cette vision-là qui nous permet de « voir Dieu ».

Dans la foi, l'attention est contrôlée par un nouvel Esprit, elle n'est plus soumise aux esprits du matérialisme, de l'égoïsme et de l'instinct de conservation, mais à l'ethos de la foi qui est par nature dépossession. Nous devons continuellement lâcher-prise, renoncer aux gratifications du renoncement qui sont immenses et donc d'autant plus nécessaires à abandonner... On peut avoir un aperçu [de cet Esprit] en pensant simplement à ces moments ou phases de notre vie où nous nous sommes sentis au comble de la paix, de la plénitude et de la joie, et en reconnaissant que ce furent des moments où nous ne possédions rien, mais où nous nous étions oubliés en quelque chose ou quelqu'un. Le passeport pour le Royaume exige le cachet de la pauvreté.

Cependant, apprendre à être centré sur l'autre est une discipline. Elle fait de nous des disciples, et implique une ascèse. Il n'y a rien de plus difficile que d'apprendre à détourner l'attention de soi-même... Nous n'avons que trop tendance à laisser notre attention vagabonder, à revenir à la conscience de soi, au souci de sa petite personne, et à l'état de distraction. Lorsque notre attention est en Dieu, avec la vision de la foi, tout nous révèle Dieu. Lorsque notre attention se porte sur nous-mêmes, nous sommes aveuglés par l'image de notre ego et tout nous distrait de Dieu.

Toujours garder l'attention fixée dans cette vision de la foi semble être un défi vraiment exigeant, jusqu'au jour où nous comprenons que c'est précisément ce pour quoi nous avons été créés.

*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*

**Thomas Merton**, *The Journals of Thomas Merton*, Tome V, 1963-1965, New York, Harper and Collins, 1997, p. 224.

4 avril 1965, dimanche de la Passion.

Petite pluie toute la nuit. Nécessité de poursuivre le travail sur la méditation, d'aller à la racine. La passivité pure ne convient pas à ce stade, mais l'activisme non plus. Temps de l'approfondissement sans mots, pour saisir la réalité intérieure de mon néant en Lui qui est. En parler en ces termes est absurde. Rien à voir avec la réalité concrète qui doit être appréhendée. Ma prière est paix et lutte silencieuse, pour être.

Notre site : [WWW.WCCM.FR](http://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](http://www.levangileauquotidien.org)