

PROCHAIN RENDEZ-VOUS EN FRANCE

Retraite à Sénanque (Vaucluse) avec Michel Fromaget du 18 au 21 octobre 2012

Michel Fromaget animera une retraite de 3 jours sur le thème : « Introduction à la spiritualité de Maurice Zundel »
Renseignements et inscription auprès de
Étienne Zombas e.zombas@gmail.com 04 93 77 50 60

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

Lecture hebdomadaire – 20 mai 2012

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.

John Main o.s.b., extrait de *Monastery Without Walls, The Spiritual Letters of John Main*, "Self-Will and Divine-Will", Norwich, Canterbury Press, 2006, p. 195-196.

Saint Paul nous dit qu'une lumière brille dans nos cœurs. Saint Jean nous dit que cette lumière est le point de conscience divine, d'amour infiniment pur que toute personne peut trouver et vénérer en elle-même – la lumière qui illumine toute personne qui vient dans ce monde. Tel est ce que signifie être humain : sanctifier ce point unique et universel. Saint Paul et saint Jean en sont les témoins. Mais notre expérience personnelle doit aussi nous apprendre que toute chose et tout être est illuminé par ce même point de lumière qui se trouve en soi. Nous devons découvrir les autres en soi-même et soi-même dans les autres. Nous devons devenir des êtres réels. L'amour divin est la puissance qui donne naissance à toute création et toute conscience, et la maintient. Nos espoirs de paix ne sont pas vains parce que l'expérience de Dieu, dans le Christ-lumière qui brille en nous, nous conduit à la paix et nous unifie. Elle harmonise nos forces intérieures et satisfait nos désirs au-delà de tout ce qu'on peut imaginer ou désirer.

La vie est la poursuite de la sagesse parce que la sagesse exige que nous apprenions à vivre des ressources de cette lumière et énergie. Être sage, c'est être en harmonie avec elle et vivifié par elle. Sortir de cette harmonie, c'est s'abaisser de la sagesse à la simple intelligence et commencer à glisser sur une pente qui se termine dans l'enfer du non-être. Cette glissade est l'inverse du processus de la conversion. Chaque fois que quelqu'un avance dans cette direction opposée, il se peut qu'il voit tout ce que voit une personne en conversion, mais il le voit à l'envers comme des images miroirs de la réalité. Si la conversion nous mène à l'amour et à plus de vie, glisser ne fait qu'accroître l'égoïsme qui diminue la vie. L'amour est créateur ; l'égoïsme est mortifère. La conversion est un engagement à la créativité de l'amour... C'est vrai pour les individus et pour les sociétés. Pour les uns comme pour les autres, la richesse et le pouvoir ne sont pas les critères de la vraie créativité. La seule mesure

fiable est la profondeur de la paix qui émane du centre et qui harmonise toutes les parties dans l'amour.

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.

**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**