

PROCHAIN RENDEZ-VOUS EN SUISSE

Retraite « École de silence » à Montbarry-Le Pâquier

Du 7 au 9 septembre 2012, cette retraite sera l'occasion d'approfondir nos connaissances sur la place de la méditation dans la tradition contemplative, les points essentiels de notre pratique et les aspects psychologiques de notre parcours spirituel. La rencontre se déroulera dans un esprit de silence et inclura des moments d'échanges. Renseignements et inscriptions à l'aide du formulaire à télécharger : http://meditationchretienne.org/site/allegati/118_Montbarry2012.pdf

PROCHAINS RENDEZ-VOUS INTERNATIONAUX

Séminaire John Main 2012 au Brésil, du 13 au 19 août
Spiritualité et Environnement, avec Leonardo Boff et Frei Betto.

Pèlerinage « Le Chemin de Paix » en Inde et Népal, du 7 au 23 janvier 2013, comprenant une rencontre avec le Dalaï-lama en présence de Laurence Freeman, le 12 janvier à Sarnath. Renseignements :
<http://www.wccm.org/sites/default/files/users/indiapilgrimage2013/wccm%20brochure%20b%202013%2020120706%20email%20version.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 – 29 juillet 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.

Laurence Freeman o.s.b., « Frequent Flyer » paru dans *The Tablet*, 10 août 2004.

Dans la chaleur sèche et intense d'un après-midi toscan, l'autobus a déposé les retraitants, originaires de plusieurs continents. Ils doivent maintenant descendre prudemment un sentier assez raide qui mène à l'hôtellerie et au monastère. C'est une parabole ; il est fait de vieilles briques étroites dont beaucoup s'effritent, manquent ou ont été remplacées par des neuves... Tout en marchant avec précaution sur ce sentier battu, les retraitants aperçoivent au loin les vallées boisées et respirent le parfum âcre des genêts. Ils s'inquiètent également de leurs bagages, se demandent comment seront leurs chambres et la nourriture. Mais Londres, Houston, Singapour et Genève sont déjà loin, ils s'aperçoivent avec surprise qu'ils ont déjà commencé à se sentir chez eux. Ils sont arrivés.

Cela fait quinze ans maintenant que j'observe les réactions de ceux qui participent pour la première fois à la retraite silencieuse annuelle de méditation chrétienne à Monte Oliveto Maggiore, le monastère mère de la congrégation des Bénédictins olivétains. La beauté physique du lieu, juste au sud de Sienne, est déjà dérangement en soi, comme lorsque l'on est présenté à une personne d'une beauté peu commune. La paix et la confiance qui émanent du lieu, la simplicité des moines en habit blanc qui vaquent à leurs occupations, se font plus surprenants encore à mesure qu'on s'y habitue. Notre monde moderne n'est pas si riche en lieux où règne un tel mélange de stabilité, d'harmonie et d'hospitalité. On pourrait

penser, au premier abord, que ce chez-soi est tellement celui d'un autre que *vous* êtes condamné à vous y sentir étranger. Mais il s'avère que c'est un de ces rares endroits ayant cette grâce que chacun puisse se sentir chez soi, ce qui veut dire pouvoir lâcher prise, être soi-même, se rappeler qui l'on est.

À notre époque d'intégrisme religieux, c'est une source d'illumination que de trouver un environnement profondément religieux, qui accueille des gens d'opinions et de cultures différentes ; qui ne se jette pas immédiatement sur les différences et ne colle pas des étiquettes d'approbation ou d'exclusion ; qui ne se met pas à juger et condamner avec dureté, ou à acquitter au nom du Christ, d'Allah ou de Yahveh. Je suppose que c'est cela, l'amitié du corps et de la pensée dans un environnement de beauté naturelle, l'amitié merveilleuse trouvée dans la contemplation partagée avec des étrangers, le fait d'être ensemble dans un courant d'eau vive de la tradition qui n'a pas rencontré de barrage qui l'aurait rendu stagnant, c'est cela qui fait que l'on se sent chez soi.

Comme le note hardiment Aelred de Rievaulx, Dieu n'est pas seulement amour. Dieu est amitié, avec soi-même, les autres et l'environnement. Ceux qui ne sont pas dans l'amitié ne peuvent rien connaître de Dieu, même et surtout s'ils sont habités de cette certitude impitoyable – celle des fondamentalistes – d'être en train de défendre Dieu contre ses ennemis. Cependant, l'absence inquiète d'un chez-soi qui caractérise notre société fragmentée a fait naître un instinct contemplatif de migration vers sa demeure qui est encore plus profond que le fondamentalisme. Dans un lieu comme celui-ci où règnent la chaleur humaine, la tolérance, l'hospitalité et la religion charitable, l'instinct d'un chez soi en Dieu s'intensifie. Cela fait partie de la quête spirituelle de notre temps que d'aspirer à un tel sentiment de connexion et de confiance mutuelle, à une religion qui nourrit la communauté et non la division. Et c'est peut-être ce sentiment inclusif, catholique, d'être chez soi avec la différence en quoi consiste le sens de la présence réelle.

Lorsque Bernardo Tolomei, un riche aristocrate siennois, arriva en ce lieu il y a sept cents ans, en quête de Dieu, il abandonnait un chez soi confortable pour une nature sauvage et, à l'époque, dangereuse. Il vécut dans la solitude et la prière, et lorsque des compagnons vinrent le rejoindre, il adopta la Règle de saint Benoît. Sainte Catherine de Sienne, une Joan Chittister du XIV^e siècle, lui reprocha, de même qu'elle réprimandait les évêques et le clergé pour leur tiédeur, d'accepter trop de moines issus de familles fortunées ; docilement, il élargit la base de recrutement des vocations... Lorsque la peste s'abattit sur Sienne, il quitta sa nouvelle demeure contemplative pour être auprès des mourants dans son ancienne cité où, bientôt, il tomba lui-même malade et mourut. Le cycle de son cheminement montre bien que le sentiment paisible d'être chez soi n'est pas attaché à un seul lieu et que, au contraire, plus on s'en détache plus on se sent chez soi. Si l'on est vraiment chez soi en Dieu, on se sentira chez soi, dans la paix et la compassion, partout.

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

Julienne de Norwich, *Le Livre des révélations*, Sagesses chrétiennes, Cerf, 1992, chap. 68, p. 223.

Alors notre bon Seigneur ouvrit mon œil spirituel. Il me montra mon âme au milieu de mon cœur. Je la vis aussi grande que si elle était un univers infini et, pour ainsi dire, un royaume bienheureux. Telle qu'elle m'apparut, je compris que c'est une cité de gloire. En son centre, siège notre Seigneur Jésus... Je le vis vêtu de vêtements somptueux et majestueux. Il réside au centre de l'âme dans la quiétude et le repos... La place que Jésus occupe dans notre âme, il ne la quittera jamais... car c'est en nous qu'il a sa demeure la plus intime et son habitation éternelle.

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