

PROCHAINS RENDEZ-VOUS EN FRANCE ET EN SUISSE

4 novembre 2012 à la cathédrale de Lausanne, Journée « Taizé » avec 2 ateliers d'introduction à la méditation chrétienne selon John Main, par Catherine Charrière

Atelier « Enseignement de base » à Saint-Antoine l'Abbaye du 9 au 11 novembre 2012

Week-end de l'École destiné aux animateurs de groupe actuels ou futurs

Renseignements : Catherine Charrière catherine.charriere@gmail.com +41 21 824 3062

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 – 14 octobre 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., extrait de « *A Theology of Experience* » in *Monastery Without Walls*, les lettres spirituelles de John Main révisées par Laurence Freeman, Canterbury Press, 2006, p. 232-233.

Un jour, John Main raconta comment des moines trappiste irlandais avaient réagi à une conférence sur la prière qu'il avait prononcée dans leur monastère. L'abbé lui avait demandé de parler impromptu pendant une heure sur la prière contemplative et l'avait conduit dans une église austère où deux chœurs de moines silencieux et encapuchonnés étaient rangés contre les murs. Il parla de la méditation en y mettant tout son cœur. À la fin de son exposé, les moines quittèrent l'église un à un en silence, sans manifester aucune réaction, mais, tout au bout de la file, l'un des plus vieux moines s'arrêta près de lui et murmura une question : « Quel était le mot de prière, déjà ? » « Maranatha », lui répondit John Main. Le vieil homme le rumina quelques instants et, alors qu'il allait repartir, il leva les yeux sur le père John et dit : « Vous savez, j'ai attendu 40 ans d'entendre cela. »

Pour ceux qui l'entendaient transmettre la tradition de la méditation chrétienne, sa présence et son autorité personnelles pouvaient être une expérience transformante. Ses paroles reprenaient avec force un enseignement ancestral, qu'il faisait revivre avec fraîcheur et de manière stimulante. Pour John Main lui-même, un phénomène comme celui de l'éveil de ce vieux moine témoignait de l'autorité de l'enseignement lui-même, du message plutôt que du messenger. Pour lui, le moyen de communication n'était pas essentiellement une personnalité humaine mais le Saint Esprit, qui est présent de manière égale dans l'orateur et l'auditeur, et dans la Parole vivante qui les relie. Il parlait et écrivait avec l'autorité de quelqu'un qui a été conduit directement dans le cœur vivant de la tradition et qui se l'était complètement appropriée, mais c'était la tradition vivante et non son expérience personnelle qu'il entendait communiquer.

« Selon votre propre expérience » est une expression qui revient souvent dans les lettres de saint Paul comme dans les écrits et les conférences de John Main. Il était sûr que l'enseignement se chargerait lui-même de convaincre au moyen de l'expérience. Le Bouddha délivrait son dharma avec une autorité qui émanait de sa personne, mais il disait à ses disciples de le mettre eux-mêmes à l'épreuve, dans leur vie. De même, le kérygme (enseignement) chrétien insiste sur la foi (*pistis*) qui se développe en connaissance (*gnosis*). La formule de Cassien *experientia magistra* (l'expérience est le maître) exprime une vérité profondément chrétienne : le Christ est l'enseignement et l'enseignant et si nous sommes capables de remplir fidèlement les conditions spirituelles éprouvées par le temps – silence, immobilité et simplicité –, nous serons amenés à la compréhension, par l'expérience, de cette unité. Aussi, comme John Main avait coutume de le dire, la première tâche de l'enseignant humain est de « s'effacer au plus vite » et d'amener les gens à voir le Christ comme « le maître ».

L'expérience occupe une place très importante dans l'enseignement de John Main. Pour lui, la méditation est un chemin d'expérience dans la foi et non de croyance seule. Il n'y a que l'expérience contemplative qui permette de le comprendre réellement. Il n'a pas élaboré de théologie systématique ni d'enseignement consistant à dire sans cesse des choses nouvelles. Son imagination et son intelligence auraient pu l'y conduire, mais sa propre expérience, en fait, – celle dérivée de sa pratique quotidienne de la méditation – était si réelle qu'elle ne lui a pas permis d'oublier ce qu'il avait découvert, à savoir que le but de la prière chrétienne est la *connaissance* par participation, et non par la *pensée*. « Par la pensée, vous ne Le connaîtrez jamais, déclare le *Nuage de l'inconnaissance*, uniquement par 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 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

Rowan Williams, archevêque de Canturbery, extrait du « Message de l'archevêque au synode des évêques réuni à Rome », 10 octobre 2012 ; texte complet sur www.archbishopofcanterbury.org

« ...Je crois que le pouvoir de [la méditation] d'ouvrir les jeunes aux profondeurs de notre foi est véritablement considérable. Et pour ceux qui ont abandonné la pratique régulière de la foi sacramentelle, les rythmes et les pratiques de [la méditation] sont souvent une manière de revenir à ce cœur et foyer sacramentel. Ce que des personnes de tous âges reconnaissent dans ces pratiques, c'est tout simplement la possibilité de vivre plus humainement, de vivre avec un désir de posséder moins frénétique, en faisant une place au silence, avec l'espoir d'apprendre, et surtout, avec la conscience qu'il existe une joie substantielle et durable à découvrir dans les disciplines de l'oubli de soi qui est bien différente des gratifications à attendre de telle ou telle impulsion d'un instant. »

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