

RAPPEL : Si vous avez des problèmes pour recevoir ces lectures (interruption inopinée, par ex), nous vous invitons à vérifier si elles n'ont pas été dirigées vers la boîte « courrier indésirable ». Nous vous rappelons également que vous pouvez toujours les retrouver sur le site Internet à la rubrique « lectures ».

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 – 16 décembre 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.

Message spécial de Noël à tous les membres du groupe hebdomadaire de méditation sur Internet et à tous les méditants, de la part de Laurence Freeman osb, référent spirituel de la Communauté mondiale de méditation chrétienne

Comme pour nous rappeler qu'il n'existe pas de fausse consolation dans le christianisme, les lectures proposées par l'Église dans la période qui précède Noël ont une qualité apocalyptique. Parfois, il semblerait qu'elles s'intéressent davantage aux fins qu'au grand nouveau départ qui est sur le point de faire irruption dans le monde. Jusqu'à l'instant de la naissance de Jésus, nous sommes confrontés à la fin convulsive de l'ordre ancien, à la mort des vieilles divinités de ce monde. Et les vieilles divinités, comme nous le savons d'expérience, ont la vie dure. Quelle lutte les dieux ancestraux et leurs « trônes et dominations » sociales n'engagent-ils pas lorsqu'ils sentent que leur dernière heure est arrivée.

Hier soir, j'assistai à une conférence donnée par une Israélienne du mouvement La Paix Maintenant. Elle décrivait l'horrible basculement dans la terreur qui s'est produit à cause des actes de violence commis de part et d'autre du fossé qui séparent Palestiniens et Israéliens. On assiste à une escalade des actes d'intimidation commis par les forces israéliennes d'occupation, et les Israéliens emmenant leurs enfants à l'école sont terrifiés à l'idée de se garer près d'un bus dans une rue pleine de monde. Des deux côtés, la majorité est favorable à un règlement non violent, mais des deux côtés également, on croit qu'il n'existe pas de partenaire pour un tel règlement. Les vieilles divinités sont les puissances de la guerre et de la séparation, de la violence réactionnelle, de la peur et de la méfiance chronique. Sur la terre qui a vu naître Jésus, elles tiennent encore le haut du pavé.

Cette femme s'exprimait calmement et rationnellement, avec une pointe d'humour juif face à la tragédie, et surtout, avec espoir. Je me suis rappelé que l'espoir n'est pas l'imagination ou le désir d'une fin heureuse, mais la conviction innée, plus forte que

la raison et plus proche, sans doute, de l'humour, que « les choses *finiront* bien, les choses, quelles qu'elles soient, finiront bien ».

Existe-t-il pour nous en convaincre une force plus puissante que le regard d'un enfant rencontrant le nôtre, plongeant dans nos profondeurs obscures pour les clarifier, sans peur ni méfiance ? Les politiciens et quelques rares chefs religieux en sont capables. Les philosophes perdent vite le fil. Les moralisateurs ne le tiennent jamais. Le divin s'exprime avec une écrasante plénitude dans l'innocence renouvelée. La méditation renouvelle notre innocence. La naissance qui s'est produite à Bethléem se produit également, si nous le voulons bien, dans la mangeoire de nos cœurs. Il nous suffit de dire, comme Marie, la femme de l'espérance, « qu'il m'advienne selon ta parole ». Notre mantra n'est que cela.

Méditez pendant trente minutes

Rappelez-vous : Asseyez-vous. Restez immobile, 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. Écoutez-le tout en le disant doucement mais sans discontinuer. Ne vous attachez à aucune pensée, aucune image, spirituelle ou autre. Quand elles surviennent, laissez-les passer. 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

Évangile de Jean, 1, 1-5. Bible de Jérusalem.

Au commencement était le Verbe et le Verbe était auprès de Dieu et le Verbe était Dieu. Il était au commencement auprès de Dieu. Tout fut par lui, et sans lui rien ne fut. Ce qui fut en lui était la vie, et la vie était la lumière des hommes, et la lumière luit dans les ténèbres et les ténèbres ne l'ont pas saisie.

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