

Prochains rendez-vous en France

Un atelier « **Enseignement de base** » de l'École de la méditation aura lieu les **1^{er}-3 mars 2013** à **Épernon** (Eure et Loir). Il est destiné aux animateurs de groupe qui désirent approfondir leur engagement et à toutes celles et ceux qui souhaitent créer un groupe. Renseignements et inscription : Catherine Charrière +41 21 824 30 62 ou catherine.charriere@gmail.com

Deux **conférences débats**, animées par le **Fr Olivier Glaize** auront lieu à la **Maison d'accueil marianiste d'Antony** (Hauts-de-Seine) : **jeudi 21 février 2013 à 20h30** « Croyants ou non-croyants, jeunes ou moins jeunes, que peut apporter le silence ou la méditation ? », et **jeudi 16 mai 2013 à 20h30** « Soif de Dieu, vie spirituelle, vie intérieure... une affaire de spécialiste ? »
Renseignements : Olivier Glaize 01 46 11 58 21, olivier.glaize@gmail.com

Session animée par Michel Fromaget, « Le regard universel de Maurice Zundel, approfondissement de la spiritualité zundélienne », du **4 au 7 avril 2013 au monastère de l'Annonciade de Brucourt** (Calvados). Renseignements et inscriptions : Guillemette Cadel : cadel.guillemette@orange.fr

Deux **retraites** « yoga et oraison à l'école de John Main et de la tradition monastique » avec le **P. François Martz** : **9-12 mai 2013 à la maison Regina Coeli** (Haut-Rhin) et **4-9 juillet 2013 à l'abbaye Notre-Dame de Baumgarten** (Haut-Rhin)
Renseignements et inscriptions : P. François Martz, 06 74 72 15 29 abba.martz@wanadoo.fr

Les **4^e Rencontres de la méditation chrétienne** auront lieu les **26-28 juillet 2013 au Centre Valpré** (Rhône) sur le thème « Écologie et spiritualité », avec **Laurence Freeman osb** et **Michel Maxime Egger**, sociologue, animateur du réseau Trilogies.
Bulletin d'inscription avec le prochain bulletin trimestriel.
Renseignements : Sandrine Hassler-Vinay 06 37 53 74 71 vinaysandrine@yahoo.fr

Rappel

Les personnes qui voudraient recevoir la **Monthly Review** (le numéro de janvier est paru) peuvent s'inscrire sur <http://wccm.us4.list-manage2.com/subscribe?u=c3f683a744ee71a2a6032f4bc&id=6a3e7ee15d>

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 – 13 janvier 2013

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.

John Main o.s.b., extrait de *Le Chemin de la méditation*, « Mort et Résurrection », Bellarmin, 2001, p. 117-119.

Toute la tradition chrétienne nous apprend que, pour devenir sages, il faut nous faire à l'idée que nous n'avons pas ici-bas de « cité permanente » (He 13, 14)..., mais la grande illusion qui anime l'attachement aux biens de ce monde procède d'un point de vue diamétralement opposé... [L]a sagesse de notre tradition enseigne que la conscience de notre faiblesse physique nous permet de voir aussi notre fragilité spirituelle. Il y a en nous tous une profonde connaissance, si profonde en vérité qu'elle est la plupart du temps ensevelie, qu'il nous faut établir le contact avec la plénitude de vie et avec la source de vie. Il nous faut établir le contact avec la puissance de Dieu et, d'une manière ou d'une autre, ouvrir les fragiles « vases de terre » que nous sommes à l'amour éternel de Dieu...

La méditation est une voie de puissance parce qu'elle est le moyen de comprendre notre nature mortelle. C'est le moyen d'avoir clairement conscience de notre propre mort. Ceci parce qu'elle est la voie qui transcende notre mortalité. Elle est la voie, au-delà de la mort, vers la résurrection, vers une vie nouvelle et éternelle, la vie qui jaillit de notre union avec Dieu. Dans son essence,

l'Évangile chrétien proclame que nous sommes invités maintenant, aujourd'hui, à faire cette expérience. Nous sommes tous invités à mourir à notre vanité, à notre égoïsme, à nos limites. Nous sommes invités à mourir à notre exclusivisme. Nous sommes invités à tout ceci parce que Jésus nous a précédés dans la mort et a ressuscité des morts. Cette invitation à mourir est aussi une invitation à naître à une vie nouvelle, à une communauté, à une communion, à une vie pleine et sans peur. Il serait difficile, je présume, de déterminer ce qui fait le plus peur, la mort ou la résurrection. Mais, dans la méditation, nous nous défaisons de nos peurs parce que nous prenons conscience que la mort est mort à la peur et que la résurrection est naissance à une vie nouvelle.

Chaque fois que nous nous asseyons pour méditer, nous entrons dans cet axe de mort et de résurrection. Ceci parce que, dans notre méditation, nous dépassons notre vie et toutes ses limitations pour entrer dans le mystère de Dieu. Nous découvrons, chacun par sa propre expérience, que le mystère de Dieu est le mystère de l'amour, de l'amour infini, de l'amour qui dissipe toute peur. Telle est la résurrection, l'accession à la pleine liberté qui se lève en nous une fois que nos propres vie, mort et résurrection sont bien présentes à l'esprit. La méditation est le grand moyen de centrer notre vie sur la réalité éternelle qu'est Dieu, réalité éternelle qui est à découvrir dans notre cœur. La discipline de la récitation du mot de prière, la discipline du retour quotidien, matin et soir, à la méditation n'a que ce seul et suprême but : nous centrer totalement sur le Christ avec une acuité de vision qui permette de nous voir, de voir toute réalité, telle qu'elle est. Écoutons saint Paul s'adressant aux Romains (14, 7-8) :

Aucun d'entre nous ne vit pour soi-même, et aucun ne meurt pour soi-même : si nous vivons, nous vivons pour le Seigneur ; si nous mourons, nous mourons pour le Seigneur. Dans notre vie comme dans notre mort, nous appartenons au Seigneur.

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

Saint Paul, Lettre aux Colossiens 3, 1-3

Du moment donc que vous êtes ressuscités avec le Christ, recherchez les choses d'en haut, là où se trouve le Christ, assis à la droite de Dieu. Songez aux choses d'en haut, non à celles de la terre. Car vous êtes morts, et votre vie est désormais cachée avec le Christ en Dieu.

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