

Prochain rendez-vous

Les 5^e **Rencontres de la méditation chrétienne** auront lieu du **4 au 6 avril 2014**

à la **Roche d'Or** près de Besançon, sur le thème « **Dieu intime** ».

Les deux intervenants seront **Leili Anvar**, docteur en littérature persane, et **Éric Clotuche**, coordinateur national.

Renseignements et inscription à l'aide du bulletin disponible en ligne :

http://meditationchretienne.org/site/documents/53_Flyer_RMC_2014.pdf

Réflexions de Laurence Freeman pendant le Carême

Comme les années précédentes, Laurence Freeman osb partage ses réflexions quotidiennes pendant toute la période du Carême et de la Semaine Sainte. Vous les trouverez chaque jour sur le site :

<http://meditationchretienne.org/site/pag.php?Pag=area&Area=98>

Site Web français : www.wccm.fr. Forum d'échange : <http://meditationchretienne.forumactif.fr/>.

Sites de nos amis canadiens : www.meditationchretienne.ca, et de nos amis belges : <http://wccm.be>. Ils sont riches en ressources complémentaires en français. Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la CMMC dans le monde.

Lectures hebdomadaires – 16 mars 2014

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., *Word Made Flesh*, « The Silence of Love », Canterbury, Norwich, 2009, p. 29-30.

Le langage est tellement impuissant à exprimer la plénitude du mystère. C'est la raison pour laquelle le silence absolu de la méditation est d'une importance suprême. Nous ne cherchons pas à penser à Dieu, à parler à Dieu ou à imaginer Dieu. Nous nous tenons dans ce silence stupéfiant, ouvert au silence éternel de Dieu. Nous découvrons en méditation, par la pratique et par l'enseignement quotidien de l'expérience, qu'il est, pour tous, notre milieu naturel. Nous sommes créés pour cette expérience et notre être s'épanouit et se dilate dans ce silence éternel.

Mais déjà le mot « silence » dénature l'expérience et peut faire peur à beaucoup, parce qu'il suggère une expérience négative, la privation de son ou de langage. On craint que le silence de la méditation ne soit de nature régressive, mais l'expérience et la tradition nous enseignent que le silence de la prière n'est pas l'état pré-linguistique mais post-linguistique dans lequel le langage a accompli sa tâche de nous conduire à travers et au-delà de lui-même et de l'univers entier de la conscience mentale. Le silence éternel n'est privé de rien, et il ne nous prive de rien. C'est le silence de l'amour, de l'acceptation sans réserve et sans condition. Nous restons là, avec [Dieu], qui nous invite à être là, qui aime que nous soyons là, et qui nous a créés pour être là.

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

Ignace d'Antioche, Lettre aux Ephésiens 15, 1-2 (Les Pères apostoliques, Le Seuil, 1980)

Mieux vaut se taire et être, que de parler sans être. Il est beau d'enseigner, si l'effet accompagne la parole. L'unique Maître que nous possédons parla et le monde fut. Même les œuvres qu'il a faites dans le silence sont dignes du Père. Quiconque possède la parole de Jésus-Christ peut en vérité entendre aussi son silence, et ainsi accédera-t-il à la perfection : il agira par sa parole et se dévoilera par son silence »

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