

Prochains rendez-vous CMMC en France

LAURENCE FREEMAN o.s.b., de passage à **Marseille**, donnera une **conférence** le **lundi 26 mai 2014 à 19h30**, à l'**église Saint-Joseph**, 124 rue Paradis (13006)
« **La sagesse du désert** », sans inscription, libre participation aux frais
Renseignements : Sandrine Hassler-Vinay sandrine@wccm.fr 06 37 53 74 71
et P. Luis Gonzaga Galvis luis.galvis@orange.fr 06 75 28 02 54

5-7 septembre 2014, RETRAITE NATIONALE avec le père Philippe Dautais,
à l'ancienne **chartreuse de Pierre Chatel** (Ain)
sur le thème « **En quête de l'unité intérieure** »
Dépliant avec renseignements et bulletin d'inscription téléchargeable sur le site :
http://meditationchretienne.org/site/documents/60_Flyer_RN_2014.pdf

Prochains rendez-vous CMMC à l'étranger

14 au 21 juin au monastère de Monte Oliveto (Italie)
Retraite annuelle (en anglais) dirigée par Laurence Freeman osb sur le thème : « Health, Healing and Wholeness »
Renseignements : monteoliveto@wccm.org

Séminaire John Main 24-27 juillet 2014 à Elmhurst (près de Chicago), USA
Sur le thème : « Muslims and Christians, Listeners for the Word »
Avec retraite dirigée par Laurence Freeman du 21 au 24 juillet.
Renseignements et inscriptions (avant le 30 juin) :
<http://www.wccm.org/sites/default/files/users/JMS2014/JMS%2B2014%2Bbro%2Bfinal%2Bweb.pdf>

Autres événements

Plusieurs stages de yoga et méditation chrétienne vous sont proposés :

Retraites avec le P. François Martz et Gabrielle Jacquin, professeur de yoga,
au **monastère de Baumgarten**, 67140 Bernardvillé
du **jeudi 29 mai au dimanche 1^{er} juin 2014**
Renseignements et inscriptions à l'aide des fiches téléchargeables :
<http://www.meditationchretienne.org/site/pag.php?Pag=area&Area=100>

Stage animé par **Barbara Litzler** à l'**Abbaye de La-Pierre-Qui-Vire**
Du **7 juin (dans la matinée) au 9 juin (dans l'après-midi)**
Renseignements : 06 64 45 41 81 ou barbara.litzler@gmail.com
Inscription : http://meditationchretienne.org/site/allegati/254_yoga_medit_chret.pdf

Stage d'une semaine animé par **Leila Tilouine** à **Kergallic (Belle-Île-en-Mer)**,
accueilli par l'association L'Arche de Noé (<http://kergallic.org/spip.php?article78>)
Du **6 au 12 juillet**. « Yoga et silence, se poser et respirer »
Renseignements et inscriptions : 06 28 32 23 64 ou leila.tilouine@yahoo.fr

Divers

Le dernier numéro de la revue **SOURCES** (n°26, avril/mai/juin 2014) publie
un **entretien avec Laurence Freeman « Méditer, l'expérience chrétienne du Christ »**
signé par Martine Perrin de la CMMC Paris.

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 – 18 mai 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., extrait de *The Heart of Creation*, "Kissing the Joy as it Flies" (Embrasser la joie au vol), New York, Continuum, 1998, p. 74-75.

Le détachement n'est pas une dissociation de soi ou une fuite de ses problèmes et responsabilités. Ce n'est pas une négation de l'amitié ou de l'affection, ni même de la passion. Le détachement est, dans son essence, détachement de la préoccupation de soi, de cette disposition d'esprit souvent inconsciente qui fait que je mets mon moi au centre de toute la création... Le détachement rend l'amour possible parce qu'il fait sortir de l'isolement, il libère de la complaisance envers soi-même... de l'habitude d'utiliser autrui pour ses propres fins.

Mais par-dessus tout, et c'est la grande leçon que nous devons apprendre en méditant, le détachement est la libération de l'anxiété concernant *ma propre* survie en tant que moi. La vie enseigne à tout le monde qu'aimer, c'est par essence se perdre dans la réalité plus vaste de l'autre, des autres, et de Dieu. Le détachement de l'égoïsme nous rend libre pour aimer, si bien que nous ne sommes plus dominés par la quête animale de la survie. Le détachement requiert une confiance pleinement humaine : confiance en l'autre, à la fois humain et divin. Il requiert le désir de lâcher prise, d'abandonner l'habitude de contrôler, et [la force] d'être.

Avec la méditation, en apprenant à dire votre mantra, vous apprenez à faire confiance, vous apprenez à être. Car la joie de la méditation c'est d'être une célébration de l'être, une pure célébration de la joie de recevoir la vie comme un don, et de faire ce que William Blake appelait « embrasser la joie au vol ». Prier, ce n'est pas posséder, ce n'est pas contrôler mais purement et simplement célébrer l'être. Nous parvenons à cette célébration parce que la méditation nous conduit au recentrement, au point d'immobilité. En chaque personne, se trouve un point d'immobilité qui est moi et qui n'est pas exclusivement moi. Ce que vous apprendrez de la méditation, c'est qu'il n'y a qu'un seul centre, qui est le centre de tous les centres.

Telle est la compréhension à laquelle nous parvenons grâce à la méditation, par l'expérience personnelle : celle de l'unité profonde de l'être, l'unité qui est en nous et en laquelle nous avons l'être. S'engager à méditer, c'est se détacher de la préoccupation consciente de soi, par la fidélité au mantra et à la pratique biquotidienne de la *discipline* du détachement. Les temps de méditation, progressivement, deviennent alors plus simples, plus joyeux, plus centrés. Et nos vies, qui sont profondément changées par la méditation, révèlent, par l'expérience, ce que veut dire « Dieu est 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

Extrait de : **T. S. Eliot**, *Quatre Quatuors*, « East Coker », in *Poésie*, Le Seuil, 1947, p. 183-185.

Comme nous avançons en âge
Le monde devient plus étrange, et plus compliqué le motif
De morts et de vivants. Non le moment intense
Isolé, dénué d'avant comme d'après,
Mais bien toute une vie brûlant à chaque moment
Et non le temps de vie d'un homme seulement
Mais celui-là des vieilles pierres indéchiffrables...

Les vieillards doivent être des explorateurs
Ici-et-là n'importe pas
Il nous faut être immobile et toujours nous mouvoir
Au sein d'une autre intensité
Pour une union plus intime, une communion plus profonde.

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