LECTURES HEBDOMADAIRES DU 31 MAI 2020

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., « Understanding Faith », extrait de *First Sight: The Experience of Faith*, Continuum, Londres, 2011, pp. 14-15.

Plus que toute autre religion, le christianisme a succombé à la tentation du pouvoir que crée l'uniformité des croyances. Vouer un culte à l'orthodoxie de la foi – faire en sorte que les mots, les rituels, les manifestations extérieures de la foi et les formules soient exactement comme il faut – est une trahison du Dieu vivant au profit d'un faux dieu de notre fabrication. […]

La foi peut être héroïque. On peut refuser de renier sa foi et être heureux de mourir sur le bûcher ou d'être déchu de son rang et de son statut social pour elle. Beaucoup de croyants ont grandi avec des histoires de martyrs héroïques qui ont sacrifié leur vie plutôt que de renier leur foi. Il ne faudrait pas sous-estimer l'héroïsme de la foi face à l'oppression et à la persécution. Il faut du courage et de l'intégrité pour résister à la force violente qui nous ferait renier nos principes et notre foi. Mais le royaume spirituel n'est pas une affaire d'héroïsme. La mentalité héroïque du guerrier – ou du martyr – cède la place à une autre sorte de conscience de soi une fois que l'on a fait l'expérience du Dieu amour et non pourvoyeur de renom ou de gloire éternelle. […] La foi est plus que la croyance la plus héroïque. Elle n'est pas seulement une conviction à laquelle on tient passionnément, quelles que soient la loyauté et l'abnégation de notre attachement. La foi est plus qu'un concept et plus qu'un signe d'appartenance loyale à un groupe particulier.

Elle est une relation avec ce que l'on croit ; avec ce que l'on croit parce qu'on en fait l'expérience ; avec ce dont on fait l'expérience parce qu'on est simplement fait pour elle. Et par elle. La foi nous plonge dans […] les mystères de l'être […] et nous les révèle indéfiniment.

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 François d'Assise, *Prière devant le crucifix de Saint Damien.*
https://www.franciscain.org/prieres/priere-devant-crucifix-de-saint-damien

Volonté sainte

Dieu très haut et glorieux,
viens éclairer les ténèbres de mon cœur ;
donne-moi une foi droite,
une espérance solide
et une parfaite charité ;
donne-moi de sentir et de connaître,
afin que je puisse l'accomplir,
ta volonté sainte
qui ne saurait m'égarer.
Amen.

Retrouvez toute l'actualité de la communauté sur notre site http://www.wccm.fr
et sur notre page facebook.com/meditationchretiennedefrance

Retrouvez les lectures hebdomadaires de la communauté classées par auteur sur notre site web www.wccm.fr dans la rubrique *ressources*.

Site de nos amis québécois : www.meditationchretienne.ca. Il est riche en ressources complémentaires en français. Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la communauté dans le monde. Pour la pratique de la lectio divina, vous pouvez consulter les lectures quotidiennes de la liturgie sur le site www.levangileauquotidien.org