



LETTRE DE L'ÉCOLE INTERNATIONALE n°8

3^e année

Communauté Mondiale pour la Méditation Chrétienne

La foi, par Kim Nataraja

Comme nous l'avons vu, la validité de notre méditation est fondée sur la foi en l'habitation de l'Esprit. Il faut ajouter à cela la prise de conscience que ce n'est pas notre prière, mais que nous nous associons à la prière de Jésus dans l'Esprit, dans la profondeur de notre être, là où notre conscience est unie à Sa conscience.

John Main a toujours souligné que nous pouvons vérifier notre foi chrétienne par l'expérience - l'expérience de la prière profonde, contemplative, à laquelle mène la méditation. Elle devient par conséquent plus qu'une simple croyance, elle est fondée sur la foi, sur une relation de confiance et d'amour avec Dieu, qui se construit et approfondie par l'engagement dans une pratique régulière et fidèle : « Dans la méditation, nous avançons dans cette prise de conscience croissante que l'Esprit prie en nous, simplement par une fidélité de plus en plus profonde à la récitation du mantra. C'est la répétition fidèle de notre mot qui assure l'intégration de tout notre être. Elle le fait parce qu'elle nous conduit au silence, à la concentration, au niveau de conscience nécessaire pour nous permettre d'ouvrir notre esprit et notre cœur à l'œuvre de l'amour de Dieu dans la profondeur de notre être. »

Beaucoup de mystiques, en particulier saint Augustin et Maître Eckhart, appelèrent cette prise de conscience *la naissance du Christ dans l'âme*. John Main utilise exactement les mêmes mots : « Voilà tout ce que est la méditation : une préparation de notre cœur pour la naissance du Christ ... nous devons renoncer à tout le reste, pour qu'il y ait un espace pour lui dans notre cœur. »

C'est notre engagement fidèle à la méditation, à la récitation du mantra qui nous permet de laisser aller toutes les pensées et les images qui sont à la surface de notre conscience pour entrer dans ce niveau de conscience plus profond. On doit *renoncer à soi-même* pour prendre conscience qu'on est bien plus que ce qu'on croit être. L'ego tente toujours de nous placer au centre de notre attention et de celle des autres, et ce faisant, il construit des barrières qui nous séparent des autres, de la création et de Dieu. Nous ne pouvons pas prendre conscience qu'il y a en notre être plusieurs niveaux de conscience si nous ne renonçons pas temporairement à toutes nos pensées et images conditionnées. Nous ne pouvons pas prendre conscience de l'amour qui demeure en notre cœur profond si nous ne déplaçons pas le centre de notre attention en dehors de nous-mêmes. Une fois que nous avons éprouvé cet amour, même fugitivement, il changera notre attitude envers toute personne et toute chose autour de nous. Notre foi est que Dieu est Amour et notre expérience sur le chemin de la méditation nous enseigne que nous pouvons toucher cette réalité au cœur de notre être.

Nous commençons avec foi et engagement la voie de la découverte de notre véritable être profond dans le Christ. Nous continuons dans l'espoir et la confiance que la grâce de vivre cette réalité nous sera donnée. Cet engagement et cette confiance constituent l'essence de notre foi.