



L'INDONÉSIE : une bonne terre pour la méditation

Nous avons été tellement contents que le P. Laurence fasse halte en Indonésie sur son chemin de retour depuis l'Australie de manière à pouvoir lancer en sa présence quelques livres et CD récemment traduits et produits. Cette fois-ci, nous avons ménagé un peu plus de temps libre dans son emploi du temps, ce qui lui a permis de visiter les célèbres temples de Borobudur et de Prambanan. Le premier l'a apparemment inspiré, car il a fait référence à son symbolisme dans l'une de ses conférences.

Ses différents niveaux représentent différentes façons de vivre à différents niveaux de conscience. Ceux-ci sont abondamment illustrés par des bas-reliefs et des sculptures. Mais au niveau le plus élevé, correspondant au début de la conscience spirituelle, les images sont absentes. Sur trois de ces niveaux supérieurs, les stupas représentent également les différents degrés de distraction pendant la méditation, le plus élevé n'admettant aucune distraction extérieure. Le P. Laurence a utilisé ce symbolisme à bon escient pour initier à la méditation chrétienne un public nombreux et intéressé qui connaissait le temple mais qui, pour la plupart, n'avait jamais pensé à une analogie avec la prière.

En Indonésie, nous avons la chance de bénéficier du soutien des évêques et du clergé. Mgr Ignatius Suharyo, archevêque de Semarang, a signé la préface de la traduction de *The Prayer of the Priest* (« La Prière du prêtre »). Le P. Laurence a donné sa première conférence à la cathédrale de Semarang qui, pour l'occasion, était pleine. Il a également pris la parole à Yogyakarta et Djakarta où sa conférence « La méditation pour les gens occupés », à l'université catholique d'Atma Jaya, a attiré les membres de la paroisse catholique internationale. Avant de partir, le père a initié des enfants à la méditation, à l'église Ste Theresia. Le programme d'initiation sur six semaines sera mis en œuvre dans chacune des villes qu'il a visitées. Nous avons aussi la chance d'avoir le P. Tan Thian Sing comme modérateur national, et également excellent interprète.

Hendra Widjaja, coordinateur national Indonésie www.meditasikristiani.com

Séminaire John Main 2009 « When God Disappears »

27 - 30 août, Londres
Invité d'honneur : Robert Kennedy s.j.

Prêtre jésuite et maître zen, le P. Kennedy a une longue expérience de l'enseignement de la méditation aux chrétiens d'aujourd'hui, d'où il a tiré une compréhension profonde et un point de vue éclairant sur la soif d'expérience de Dieu de nos contemporains.

Le séminaire aura lieu au Centre de méditation chrétienne de St Mark's, Myddelton Square, du vendredi 18h30 au dimanche 16h. Il est non résidentiel. Renseignements et inscriptions sur www.jms09.com (également sur le site wccm.fr, par courriel à jms2009@wccm.org, par courrier à The International Office, St Mark's Myddelton Sq, London EC1R 1XX, Grande-Bretagne, ou par téléphone au +44 27 278 2070.

La méditation sur Internet

Outre les sites dérivés de www.wccm.org, les ressources en ligne comprennent désormais des séries d'enseignements de John Main, Bede Griffiths, Gerry Pierce et Laurence Freeman, entre autres, que l'on peut télécharger sur iTunes ; cherchez « Christian Meditation ». Pour voir des vidéos sur YouTube, cherchez « the-wayofpeace ».



NOUVELLES DE FRANCE

Impressions après une retraite avec Jacques de Fôiard-Brown

La Loire, le dernier fleuve sauvage... l'abbaye de Fleury... le P. Jacques... Les rencontres avec le P. Jacques sont toujours

une fête, mais aussi une Aventure. Je ne crois pas que, lui-même, en définisse d'avance les contours ; d'autant que, cette fois, le sujet : « la folie de Dieu » peut nous emmener très loin...

Le P. Jacques nous a donné à feuilleter l'album souvenir des « Fous de Dieu ». Autrement dit, ceux qui s'élancent, dans un abandon total à la Divine Providence. Avec, vu d'en bas, démesure, prenant tous les risques, faisant fi du jugement des hommes, outrepassant toute critique pour filer comme des météores... Allant jusqu'à y perdre leur vie après avoir enduré, avec joie, les pires avanies ; rencontré le mépris le plus total. Souvent dévorés par la maladie, voire la vermine ; enduré des privations. Rien n'y a fait !



Mais le Père Jacques ne s'attarde pas en chemin ; il nous conduit à grandes enjambées, allant de la folie des hommes à la folie de Dieu, la folie de l'Incarnation, la folie des folies ! Avec, parfois un arrêt plus marqué, sur un saint François par exemple.

Et nous écoutons, silencieux, bouche bée... ce n'est pas tant l'évocation de ces grandes figures qui nous touche, mais la façon dont le père Jacques nous les présente. C'est son verbe, à lui, qui les recrée.

Un ermite qui sort de son mutisme pour rendre témoignage avec force et douceur, alliant spiritualité et humour, ça n'est pas commun. Riant souvent de lui-même, mais qui nous confond par ses silences d'une exceptionnelle gravité. Ses silences qui nous creusent, nous dépouillent.

Ainsi pendant toute la durée de la retraite, imperceptiblement, au début, il va peu à peu nous soulever au-dessus de nous-mêmes. Nous rendre meilleurs pendant quelques heures, afin que nous nous souvenions plus tard de ces états de grâce et que nous aspirions à les retrouver. Que

nous nous souvenions, non de lui-même, mais de l'espace de liberté qu'il aura creusé en nous, en s'effaçant, délivrant son message avec passion et fidélité. Un message qui embrase.

Jean-Jacques Duchamp a animé le groupe de méditation de Crozon avant de s'installer à Lannion où il vient de lancer 2 nouveaux groupes (jcduchamp29@aol.com).

On peut consulter les photos des week-ends d'Hurtebise et de Sénanque sur notre site www.wccm.fr.

RENCONTRE INTERRELIGIEUSE

(chrétiens - bouddhistes - musulmans)

près de Genève, les 20-22 nov. 09

Dom Laurence Freeman o.s.b. (moine bénédictin directeur de la Communauté mondiale de méditants chrétiens), le Dr Faouzi Skali (docteur d'État en anthropologie, ethnologie et sciences des religions, Université Paris VII, écrivain et spécialiste du soufisme) et Denys Rinpoché (Supérieur du Sangha Rimay dont l'Institut Karma Ling) se rencontreront les 20-22 novembre 2009 à l'Institut Œcuménique - Château de Bossey - Chemin Chenevière 2 - Bogis-Bossey - Suisse (Tél : +41 22 960 7300 - Fax : +41 22 960 7367). Le séminaire coûtera 195 CHF. Il aura lieu en français.

Plus d'informations seront fournies dans le prochain bulletin, mais vous pouvez déjà vous renseigner auprès de :

John Moederle, +41 22 700 2163, john.moederle@gmail.com

Catherine Charrière, +41 21 824 3062, catherine.charriere@gmail.com



VACANCES & MÉDITATION

Il reste quelques places pour ce séjour à **Belle-île**, au hameau de Kergallic mis à notre disposition par l'association l'Arche de Noé créée par le P. Cocagnac. Pour ceux qui le désirent, il y aura des cours de yoga par Leila Tilouine, diplômée de la Fédération nationale de yoga et animatrice du groupe de méditation de Lyon.

Le prix de la pension complète est de 250 € pour la semaine (200 € pour jeunes de moins de 25 ans et chômeurs de longue durée). P. a. f. en supplément : yoga : 60 € (facultatif), CMMC : 20 €. Renseignements sur le site www.wccm.fr ou auprès de Mme Stéphanie Barcet : 01 47 97 98 02 ou 06 63 15 24 73 ou stephanie.barcet@cnsad.fr. Pour réserver, merci d'établir un chèque de 100 € à l'ordre de l'Arche de Noé à adresser à Stéphanie Barcet, 6 av. Taillade, 75020 Paris, avec le bulletin d'inscription ci-joint.



WEEK-END CORPS-ÂME-ESPRIT les 23-25 octobre 2009 à Épernon

Dans le cadre du programme de l'École, nous proposons un week-end d'approfondissement de l'enseignement sur le thème « Corps-Âme-Esprit ».

À partir de la prière de Paul dans 1 Th 5,23, Éric Clotuche nous aidera à comprendre ce qui différencie une démarche spirituelle d'une démarche de simple bien-être psychique.

Éric anime un groupe de méditation à l'abbaye de Hurtebise en Belgique. Il est maître-assistant en psychologie et en philosophie à la Haute École Robert Schuman (Libramont).

Ce n'est pas un week-end d'initiation à la méditation, mais il n'est pas nécessaire d'être un méditant de longue date pour y participer. Les personnes non-initiées y découvriront une première approche de cette voie de prière.

Le prix varie entre 144 et 168 € selon le type de chambre souhaité. Le nombre de participants est limité.

Bulletin d'inscription ci-joint.



LETTRE DE LAURENCE FREEMAN OSB

Directeur de la Communauté Mondiale de Méditants Chrétiens

Très chers amis,

Apparemment, le vendredi après-midi n'est pas le moment idéal pour prendre la parole devant un groupe de jeunes gens de quatorze ans assis sur les bancs en bois d'une chapelle baroque de Lisbonne. Ils semblaient plus impatients de quitter leurs uniformes scolaires et de partir en week-end. L'interprète était excellente, mais je soupçonnai que la majorité des enfants n'en avait pas besoin ; le rythme s'en trouvait ralenti. Cependant, la méditation qui suivit fut étonnamment calme compte tenu du groupe, du lieu et de l'heure. À la fin, à peine eus-je demandé s'il y avait des questions ou des commentaires, qu'un garçon s'empressa de lever la main et après m'avoir remercié poliment – sans nul doute, à la satisfaction de ses professeurs –, il déclara qu'il avait trouvé la méditation très paisible mais plutôt ennuyeux l'exposé qui avait précédé. On ne sait jamais quand la vérité va frapper.

VÉRITÉS INOCCIDENTES

Il y a la vérité que l'on cherche au niveau intellectuel, en raffinant des concepts et un langage afin de s'approcher au plus près de la vision ou de l'intuition que l'on a envie de mieux connaître et de mieux exprimer. Il y a la vérité que l'on traque à coup d'expériences et de recherches, apprenant à partir des échecs, sans jamais abandonner. Il y a la vérité qui s'apprend des sentiments les plus profonds et des relations avec autrui. Et il y a la vérité qui se manifeste soudainement en un calme éclair, répandant autour d'elle une lumière nouvelle et transformante qui chasse les illusions et les lieux communs – comme la Résurrection, comme la vérité qu'est le Christ.

Les vérités inopportunes, nous essayons souvent de les remettre dans leurs cachettes. Les politiciens ont recours à la manipulation

de l'information, la psyché à la dénégalion, et les familles au silence. Mais une fois que la mèche a été vendue, si l'on peut dire, il est difficile de la récupérer. L'effort même que l'on fait pour nier ou fuir la vérité prouve qu'elle s'est manifestée, et même si elle ne nous a pas encore rendus libres, elle a tout modifié de manière irréversible. Ceci nous aide peut-être à comprendre le lent processus historique d'acceptation et de reconnaissance de la vérité incarnée dans la vie et la personne du Christ et la signification de la Résurrection.

Une des façons de traiter les perturbations créées par la vérité en bouleversant nos vieilles façons de voir les choses consiste à la domestiquer, à la traduire dans le langage du monde tel qu'il était avant l'apparition de la vérité. Ceci semble presque inévitable au niveau collectif. Les institutions sont notoirement enclines à la dénégalion afin de se préserver. L'enseignement de Jésus sur la non-résistance au mal est dilué, son insistance sur une communauté non hiérarchique est rationalisé pour faire place à notre besoin de structures de pouvoir, sa révélation de la vérité du pardon divin est inversé en vue de cautionner une conception punitive et vindicative de la divinité. D'après Dietrich Bonhoeffer, « la distinction entre la personne et la fonction est totalement étrangère à l'enseignement de Jésus ». Finalement, la vérité est personnelle et elle ne pénètre le monde qu'en ayant d'abord conquis le cœur de l'homme.

LE TEST DE LA VIE QUOTIDIENNE

Le personnel est mis à l'épreuve et se vérifie dans la vie de tous les jours. C'est pourquoi, sans doute, nous sommes curieux jusqu'à l'indiscrétion pour la vie privée des célébrités. Nous pensons que nous les connaissons mieux et serons plus proches d'elles si nous connaissons leurs petits secrets, leurs goûts et leurs manies. Cependant, on sait notoirement peu de choses de ces aspects de la vie des maîtres spirituels qui ont fait progresser l'humanité et ont véritablement modifié la psyché humaine. Le critère pour que nous leur fassions confiance et qu'ils transmettent la vérité qu'ils ont incarnée, c'est leur authenticité personnelle et non leur journal intime. La rare et puissante autorité du vrai maître nous permet de lui faire confiance pour nous efforcer de mettre en pratique ce qu'il enseignait.

Mais l'autorité personnelle ne s'identifie pas à la puissance institutionnelle. Beaucoup, aujourd'hui, considèrent qu'en répétant à tout propos : « Voici ce que vous devez croire pour être l'un des nôtres », l'orthodoxie sape l'autorité dogmatique du christianisme. Un enfant ou un adulte non réalisé peuvent l'accepter, car ils en retirent la sécurité d'appartenir à un groupe aux convictions solides et l'apaisement de la peur d'être rejeté ou livré à soi-même. Mais à y regarder de plus près, l'idée que la croyance puisse être imposée par la force est absurde. La croyance en toute révélation

La vérité ne pénètre le monde qu'en ayant d'abord conquis le cœur de l'homme.

de la vérité grandit selon un processus fait à la fois d'expérience personnelle et de confiance en l'authenticité du maître. Ce n'est pas que les dogmes du christianisme sont sans importance ; ils sont si importants qu'ils ne peuvent être réduits à des formules toutes faites, figées dans des formes linguistiques immuables. Ce ne sont pas des visas d'entrée dans le Royaume ou des tampons sur une carte de membre d'un parti. Les dogmes doivent pousser sur le terreau de la vie quotidienne, telle la semence du Royaume.

La vérité grandit en nous comme nous grandissons par rapport à la vérité. Toute institution, qu'elle soit politique, éducative ou religieuse qui nie ce fait finit par perdre la confiance de ses membres. La bonne foi est faite de confiance autant que de croyance.

Ainsi, comment comprendre cette expérience de la vérité relativement à deux des révélations centrales attachées à la foi en Christ : la résurrection et la nature trinitaire de Dieu ? Ces deux vérités se situent-elles uniquement sur le plan intellectuel et théologique, vouées à générer l'ennui, et pas seulement chez des adolescents, un vendredi après-midi ? Ou bien sont-elles des expériences de la réalité qui changent réellement nos vies et cherchent une expression, toujours inadéquate, en mots et en concepts ? Si nous comprenions pourquoi la messe du Vendredi saint est plus fréquentée que celle du Dimanche de Pâques, nous serions peut-être capable de répondre à ces questions. Est-ce que la vie quotidienne entre davantage en résonance avec la vérité telle qu'elle se révèle dans la visibilité même de la Croix qu'avec la vérité et la puissance telles qu'elles se libèrent dans la subtilité spirituelle de la résurrection physique ?

LES CERCLES DE LA VÉRITÉ

Chaque fois que je prends la voiture en Irlande, j'arrive tard à ma destination parce qu'il m'est difficile de résister à l'appel des nombreux panneaux signalant des sites mégalithiques et des monuments anciens. Parfois, je fais un long détour infructueux, car il faudrait un don de double vue pour les trouver. Mais souvent, je suis récompensé par la découverte d'un site sacré, un petit ensemble de menhirs, généralement renversés ou inclinés, d'où émane encore l'aura d'une immobilité ancestrale. L'immobilité qui, selon le psalmiste, conduit à la vérité de la connaissance de Dieu est très présente en ces lieux où le temps semble se contracter sur plusieurs millénaires. Ils n'essayent pas de convertir – de quoi pourraient-ils nous persuader ? Nous savons si peu de choses des croyances de leurs bâtisseurs. Peut-être avaient-ils eux aussi leurs orthodoxies, mais ce que nous voyons maintenant, c'est le lieu où ils pratiquaient. La densité de leur présence est émouvante, authentiquement silencieuse. Pour certains, cet effet n'est qu'une simple nos-



talgie des temps passés, mais le calme mental auquel ils conduisent leurs visiteurs, au moins ceux qui restent plus longtemps que le temps de prendre une photo suggère qu'ils sont de vraies portes du sacré, insensibles à la manière dont ils ont été catalogués ou signalisés. Comme la méditation, ils sont la vérité sans dogme imposé, mais la source du dogme est contenue dans leur silence.

Il est intéressant de constater qu'un groupe de méditants se dispose naturellement en cercle plutôt qu'en rangs parallèles comme à l'église. Parfois, un symbole sacré, une croix, une icône ou une bougie, peut être placé au centre ; parfois, ce symbole fait partie du cercle dont il marque à la fois les points de départ et d'arrivée. La vérité aime le symbolisme du cercle et de la spirale. Mais elle se sert parfois de l'horizontale et de la verticale plus dramatiques de la croix pour ouvrir le mental à de nouvelles façons de voir. Parfois, elle réunit les deux dans le mandala ou la rose des cathédrales. La Trinité elle-même est un dogme circulaire, tel un triangle tournoyant – les trois personnes se perdant et se trouvant éternellement l'une dans l'autre –, avec une dimension d'infinie profondeur – le mystère du Père –, et un développement infini dans l'expansion incessante de la Création.

Seule une âme immobile peut entrer dans le cercle, en prenant conscience qu'elle en fait déjà partie. Le premier travail, fondamental, de la prière est donc de calmer le mental. Il n'est pas de composer de belles paroles de louange ni de créer de belles images ni de mettre en scène des dialogues avec le divin ; il est, comme le disaient les Pères du désert, de « *laisser les pensées de côté* ». Plus vite dit que fait, surtout lorsque le mental est depuis longtemps agité, distrait ou sauvage, et que celui ou celle qui possède ce mental ne se souvient pas d'avoir jamais été autrement. Il peut sembler, alors, que calmer le mental soit impossible ou auto-destructeur ; être initié à la méditation dans cet état suscite souvent la peur et le rejet. Même pour les méditants expérimentés, le calme mental est rarement une expérience permanente et il n'est jamais totalement prévisible. On peut faire une retraite en pensant que les circonstances sont idéales pour la contemplation, et être en butte à une effervescence mentale permanente. Mais on peut aussi bien se trouver dans un hall d'aéroport, un jour de tempête de neige, entouré de personnes bruyantes et irritées, et atteindre une profondeur de silence et de calme lucide qu'on aurait cru nulle part possible.

Est-il réaliste de penser qu'on peut atteindre ce calme, d'une manière générale, dans la vie ordinaire ? C'est une question importante, car elle implique celle de savoir si nous avons l'espoir de faire un jour l'expérience personnelle profonde de la vérité de notre foi, ou si nous devons toujours l'accepter sur le témoignage de quelqu'un d'autre ? Avons-nous besoin d'aller au désert ou au sommet d'une montagne pour trouver le calme mental nécessaire à la manifestation de la vérité ? Même les pères et mères du désert, qui avaient fui le monde pour embrasser une vie de simplicité radicale et de solitude, étaient toujours en butte aux distractions et à l'agitation mentale. La génération d'aujourd'hui est sans doute

la plus distraite, la plus exposée aux sollicitations des médias qui ait jamais existé sur cette terre, mais la distraction est générique, elle n'est pas seulement culturelle. Les maîtres du désert pensaient même qu'il était difficile de la distinguer du péché originel, ce sentiment étrange mais universel de séparation de Dieu.

Le travail qui consiste à calmer le mental (« *Que votre cœur ne se trouble point* » a dit Jésus) peut provoquer de fortes résistances chez quiconque, n'importe où. Plus le mental est bruyant, plus le déséquilibre et la disharmonie qu'il engendre sont prononcés, et plus il est difficile de faire le premier pas qui consiste simplement à s'asseoir et à rester immobile. On a toujours un prétexte pour ne pas le faire ; il y a toujours autre chose à faire, à lire, à regarder ou à écouter.

Les semences des huit fautes principales identifiées et analysées par les moines du désert sont toujours présentes. Toute activité, travail, rencontre, relation ou accident de la vie quotidienne peut les faire germer. Mais elles peuvent aussi bien être activées par l'imagination, le fantasme, les schémas addictifs ou les forces mouvantes de l'in-

conscient. Même des conditions « idéales » de méditation peuvent les éveiller et nous retenir dans des états mentaux qui rendent le travail du silence apparemment impossible – on le constate dans n'importe quel monastère.

UN MYSTÈRE QUOTIDIEN

Cependant, l'Évangile s'adresse à la multitude, non à des champions d'athlétisme spirituel. Si la vérité de ce que Jésus révèle était impossible à atteindre à un niveau personnel, dans la vie ordinaire, alors à quoi bon une telle vérité ? Naturellement, il y a différents niveaux de réalisation, peut-être autant qu'il y a d'individus qui réalisent cette vérité. Il y a beaucoup de demeures dans la maison de mon Père, a dit Jésus. Malgré tout, il révélait une vérité sur la nature humaine et non les règles d'un championnat de perfectionnisme spirituel. Le Royaume des cieux est proche, à l'intérieur et parmi nous – pour nous tous.

Pour tous, il est également vrai que des sacrifices sont nécessaires. Si vous voulez sérieusement calmer le mental, vous devrez contrôler ce que vous laissez pénétrer en vous par un usage négligent du mental, ou au moins en avoir une plus grande conscience : télévision, affiches publicitaires lues et relues, rêvasseries, presse pipole que l'on feuillette, etc. Le bon usage du temps est essentiel à la vie spirituelle : il concerne non seulement la discipline des méditations quotidiennes, mais la réduction au minimum du temps consacré aux divertissements ou aux mondanités à caractère frivole. Les jours qu'on ne passe pas à gagner de l'argent peuvent être, au choix, des jours vains ou des jours saints.

Il est possible de calmer le mental, mais pour cela, il faut se faire disciple avec sérieux. Que l'on pratique dans le mariage, dans la vie sociale ordinaire ou au monastère est, pour une grande part, une question de tempérament. Les étapes de l'apprentissage sont les mêmes pour tous :

Le Royaume des cieux est proche, à l'intérieur et parmi nous.



1. Méditer une première fois. Même si vous ne méditez plus jamais de votre vie, vous passerez à l'étape suivante avec un petit avantage parce que vous saurez à quoi ressemble votre mental,
2. Répéter l'étape 1 tous les jours,
3. Répéter l'étape 2 deux fois par jour.

L'amour nous change en tant que personne et change notre vision de la réalité.

Le mantra est le point focal de ce mystère quotidien vécu de manière ordinaire. Sa répétition est un acte d'unité, une expression d'amour qui commence par un nouveau type d'amour pour soi-même, lequel peut paraître dur, au début, mais il s'épanouit dans l'expérience trinitaire elle-même – amour de Dieu, amour d'autrui, amour de l'amour. Il conduit à l'unité en soi, il guérit des dualités aux termes opposés et conflictuels d'un mental agité : est-ce que je veux ceci ou cela, ou les deux ? Cette personne est mon ennemi, celle-là l'objet de mon désir. La réparation de l'état de division intérieure du mental nous conduit dans le cœur trinitaire par une reconnexion immédiate avec la Pensée du Christ en nous.

Peu à peu, la réalité de la prière continue se déploie et imprègne toute activité. Comme saint Patrick, nous trouvons le Christ en marchant, en dormant, en nous levant et en travaillant. Même soumis au stress de la vie urbaine, en attendant le train, en restant bloqué dans un embouteillage, en palabrant avec la bureaucratie, en devant patiemment écouter au téléphone des messages automatisés, le mental calme peut prendre conscience de la montée de l'agitation et agir pour la faire retomber. Ceci n'est pas seulement une merveilleuse vision de la prière dans la tradition chrétienne (« *Je suis avec vous jusqu'à la fin des temps* »), c'est à peine moins qu'une nécessité dans le monde de division et d'agitation que nous nous sommes créé.

Comment savons-nous que le mental est en train de se calmer ? Simplement parce que dans des situations de tension, de confusion et d'agitation, nous sommes conscients d'une paix, d'une joie et d'une clarté qui confirment que la Vérité est en nous. Bien que nous puissions l'oublier ou la rejeter, elle ne nous abandonne jamais. Revenez à la méditation après une période d'infidélité (à la méditation ou à toute autre chose) et vous constaterez que, une fois passées les premières strates de culpabilité ou de trouble du mental, un accueil du fond du cœur vous attend, un banquet d'amour a été préparé pour votre retour.

LA TRINITÉ TOURNOYANTE

Tel est le contexte dans lequel le dogme commence à prendre sens et à s'incarner dans la vie quotidienne. Sans ce mental calme, une dérive dogmatique vers l'intolérance ou l'intégrisme est inévitable. Récemment, j'ai été choqué d'apprendre qu'un enfant de 7 ans qui venait juste de se confesser pour la première fois avait été réveillé, la nuit suivante, par un cauchemar où Dieu le jetait dans les flammes de l'enfer parce qu'il n'avait pas avoué tous ses péchés. On aurait pu croire que cette image démoniaque de Dieu n'était plus colportée. Elle est du même ordre que donner de la drogue à des écoliers. Mais sa résistance atteste de la facilité avec laquelle la vérité peut être pervertie, et de l'importance de préparer le terrain par l'apaisement du mental en vue de recevoir un enseignement spirituel.

La méditation est iconoclaste. Elle dissout toutes les images et les concepts, de Dieu y compris. Ce vide peut faire peur au point que même les personnes religieuses, si elles n'ont pas été initiées

à la tradition contemplative, peuvent penser qu'il ne s'agit pas de prière. Mais l'expérience montre que ce calme du mental devient vite l'espace où Dieu se révèle en plénitude. À la place du vieux modèle toujours prévalent de la monade divine – un monarque absolu assis sur un trône lointain et faisant ce qu'il veut de la vie de ses sujets – une nouvelle vision de Dieu émerge de l'expérience de l'amour donné et partagé dans la grâce.

Le Dieu monade est une unité singulière, solitaire et toute puissante, capable de miséricorde comme le sont tous les tyrans, mais tout aussi capable de vengeance et même de cruauté gratuite. Du point de vue anthropologique, il correspond à certains types de sociétés primitives (pas toujours absentes des démocraties modernes) et il se nourrit des images que l'ego se fait de lui-même. C'est l'« imagination » qui agite le mental, elle dont John Main disait qu'elle était « le grand ennemi de la prière ». À mesure qu'elle s'épuise, il devient plus facile, plus naturel, de découvrir l'expérience qui nous attend dans le cœur. Évidemment, cette expérience se présente sans étiquette ; aucun droit d'auteur religieux n'y est attaché. Beaucoup de bouddhistes ou de musulmans peuvent – du point de vue expérientiel – éprouver plus profondément la vérité de la Trinité en tant qu'amour qu'un chrétien croyant qui est toujours étranger à son propre cœur. Mais de quelle expérience parle-t-on ?

La Trinité est l'une des intuitions les plus profondes, les plus audacieuses et les plus belles qui aient été conçues par l'humanité. Elle explique la nature ultime de la réalité – autant que faire se peut – à l'aide d'une métaphore qui résonne avec tous les niveaux d'expérience parce que l'amour peut être senti à tous les niveaux. Quand on est dans l'amour cela nous change en tant que personne et cela change notre vision de la réalité. Plus le temps passe, à condition que l'expérience se prolonge et que nous y restions fidèle, plus les frontières entre moi et les autres se



redéfinissent, parfois en disparaissant complètement, sans détruire la merveilleuse réalité d'identités uniques qui se rencontrent et se fondent l'une dans l'autre, puis redeviennent distinctes pour s'unir à nouveau plus profondément. Tomber éperdument amoureux, pas seulement dans une liaison amoureuse, mais au plus profond de l'être, c'est ce que les mystiques chrétiens appellent la sobre ivresse, la lumineuse obscurité. Seul le paradoxe est capable d'exprimer l'expérience de l'amour quand l'ego est détrôné et qu'un sens nouveau d'un soi partagé est rendu possible.

Il y a toujours quelque chose de mystérieux dans l'amour : d'où vient-il et comment croît-il ? Cette dimension insondable s'exprime dans le Père qui est le mystère invisible, à jamais inconnaissable et intouchable de Dieu. Mais il prend forme et consistance dans des individus, comme il transcende leur individualité. Tel est le Verbe qui cherche à se faire chair. Et de plus, à partir du dualisme de la relation dans laquelle il est engendré, l'amour tourne en une créativité transcendante qui guérit, revivifie tout ce qu'il rencontre. Tel est l'Esprit. Les premiers Pères de l'Église se sont efforcés d'explorer intellectuellement cette vérité qui découlait de l'auto-révélation de Jésus. Leurs recherches se sont poursuivies sur plusieurs siècles, et dans le cadre même de l'expérience contemplative. Ils se sont efforcés, par-dessus tout, de préserver l'égalité et l'unité de ces trois aspects de l'amour, et ce faisant, ils nous ont aidés à comprendre la vérité de notre humanité avec plus de profondeur et de clarté. Le mental apaisé est mieux à même de le voir et de le reconnaître parce qu'il est en mesure d'éprouver sa propre et vraie nature d'icône divine. Voir Dieu en soi est le signe précurseur de la vision de Dieu en autrui et en toutes choses.

LE CHRIST RESSUSCITANT À JAMAIS

Tandis que je rédige cette lettre, nous nous préparons pour la Semaine sainte. Quand vous la lirez, le Dimanche de Pâques sera à nouveau derrière nous pour un an. Chaque année, je ressens une certaine tension et une certaine impatience, car c'est une nouvelle occasion qui se présente, d'une série limitée, de plonger plus profondément dans la signification de la résurrection au moyen des rituels et du symbolisme de la liturgie du Triduum. Parce que nous méditons à chacun d'eux, l'impact de la liturgie me paraît toujours pénétrer plus profondément en nous et nous nourrir plus longuement.

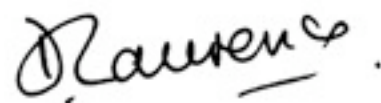
Cependant, aussi fort que puisse être ce temps sacré de Pâques, la résurrection fait également partie de la vie quotidienne. Mais elle n'est pas un objet d'expériences scientifiques, pas plus que les mystères des relations humaines, de l'art ou du mental apaisé lui-même. Les Évangiles ne montrent pas la résurrection en train de se produire tel un événement parce qu'elle ne peut être vue de l'extérieur ou objectivée. Ils la présentent comme un événement qui a eu lieu et continue d'avoir une influence sur les personnes chez qui sa connaissance devient une vérité personnelle.

Le mental agité – comme celui des disciples effrayés qui se barricadent dans une pièce – ne peut résister à la grâce inattendue de la venue du Ressuscité. Tout d'un coup, il était là au milieu d'eux, n'ayant aucune rancune, redonnant force et vie à des êtres épuisés. C'est alors que le travail d'apaisement du mental commence et il doit continuer jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'obstacles, plus de portes verrouillées derrière lesquelles se cacher, afin qu'il puisse se dilater dans la totalité de l'espace vide ainsi dégagé. La résurrection fut un événement qui se produit toujours, continuellement, contre toute attente et toute prédiction. Elle est aussi silencieuse et immobile qu'un cercle de menhirs issus d'un passé oublié. Mais elle est aussi une explosion de présence comme la reconnaissance soudaine d'un vieil ami dans la foule des passants. Il vient à nous caché, disait Simone Weil, et le salut consiste à le reconnaître.

Qui reconnaît qui le premier ? Qu'est-ce qui entre dans le psychisme quand apparaît la reconnaissance ? Non pas un individu de plus occupant une quantité limitée d'espace mental et physique, mais une personne avec qui nous sommes en relation aimante avec tout, car il est au cœur de la création et le bien-aimé du créateur.

Que toutes les joies et la plénitude de la paix vous accompagnent en ce temps pascal,

Avec toute mon affection,



Laurence Freeman, OSB

NOUVELLES DE LA COMMUNAUTÉ MONDIALE

Ce qui suit ne représente qu'une faible partie de la vie de la Communauté. Pour plus de nouvelles chaque semaine et d'informations, consultez le site de la Communauté : www.wccm.org

ROYAUME-UNI

Le P. Laurence a fait sa tournée de conférences au Royaume-Uni, en mars. Il a visité Shewsbury, Oxford, Portsmouth, Winchester et Hove, accompagné d'une équipe de quatre personnes du centre international et de la communauté anglaise. Le thème général était « méditer et trouver la voie du milieu ». Brijji Waterfield, coordinatrice régionale du Surrey s'est chargée de la promotion de l'événement et a obtenu plusieurs interviews à la BBC. Elle supervise les relations publiques et la communication dans le Royaume-Uni. Voir www.christian-meditation.org.uk

Pour la première fois au Royaume-Uni, la conférence nationale annuelle se tiendra en Écosse, à l'université de Stirling, du 12 au 14 juin. Le thème en sera : « Amener le mental dans le cœur : le chemin de la méditation chrétienne ». Il y aura 3 intervenants principaux. Shanida Nataraja, auteur de *The Blissful Brain* (Le cerveau bienheureux) s'intéressera à ce qui se passe dans le cerveau quand nous méditons. Stefan Reynolds parlera de « la prière du cœur », et Gretchen Stevens parlera de son expérience de la méditation dans la relation thérapeutique. Le duo de musiciens « Caim » enrichira de leur musique celtique ce week-end en terre

écossaise. Le P. Laurence célébrera la messe finale avec méditation. Détails et réservations sur www.christian-meditation.org.uk.

Liz Watson, coordinatrice nationale pour le Royaume-Uni lizwatson@blueyonder.co.uk

PORTUGAL

Première messe de la communauté

La première messe contemplative régulière de la communauté méditante de Lisbonne a été célébrée par le P. Luis Oliveira o.f.m. La prière de la CMMC a été dite à la fin. Nous n'étions que trente mais tout le monde se sentait en communion avec son voisin et la communauté mondiale. Ce fut un moment très particulier pour la communauté portugaise et nous avons l'intention de le renouveler tous les trois mois. Un projet pour l'Avent : durant cette période, nous avons fait quelque chose de nouveau : un beau petit Jésus en céramique est passé de groupe en groupe comme un cadeau pour nous rappeler qu'il nous est demandé d'être des cadeaux les uns pour les autres. Ce fut une manière efficace de souligner le sens de la naissance de Jésus dans nos vies tout en nous rappelant que nous sommes une communauté réelle enracinée dans la pratique de la méditation.

Le cours « *Racines du mysticisme chrétien* », 2e partie : La première session de cette année se déroule tous les mois de janvier à juillet. Les thèmes abordés sont : Julienne de Norwich, Sainte Claire, Maître Eckhart, Saint Jean de la Croix, Sainte Thérèse d'Avila et Simone Weil. Chaque conférence est suivie d'une méditation de 20 minutes. La retraite animée par le P. Laurence à la fin du mois de février a redonné à tous force et inspiration. Il a aussi rencontré des élèves du secondaire et a conduit une rencontre inter-religieuse après la retraite. Un nouveau groupe, le quinzième, a démarré près de Lisbonne.

Visitez : www.meditacaocrista.weebly.com

Maria Cristina Guedes de Sousa, coordinatrice nationale Portugal mcristinags@netcabo.pt

IRLANDE

En Irlande du Nord, le P. Martin McAlinden a dirigé une journée de récollection pour les méditants, à Lurgan, en mars, et le chanoine Timothy Kinahan dirigera un w-e de retraite à Larne, en mai.

Philomena McQuillan, coordinatrice régionale Irlande du Nord philomenamcquillan@hotmail.co.uk

« *Une perle de grand prix : partager un don* », tel était le titre du premier week-end résidentiel destiné au Conseil irlandais de la méditation chrétienne, l'organe constitué des coordinateurs régionaux et des membres du Comité exécutif. Tenu à Cork en janvier, il a rassemblé 10 coordinateurs régionaux, 4 membres travaillant en étroite collaboration avec eux, et 6 membres du comité exécutif originaires de diverses régions d'Irlande. Nous nous sommes réunis avec le P. Laurence et Lukasz Gruszka, un jeune oblat du Centre de retraite de Cockfosters, à Londres. Le P. Laurence nous a rappelé que le silence et la solitude entretiennent la communauté parce que même si la méditation est une pratique solitaire, en méditant ensemble, une énergie consciente et un sentiment d'être liés les uns aux autres naissent avec la communauté. Après leur départ, samedi soir, nous avons pris le temps de regarder 2 vidéos, « *Silence in the City* » et « *Quiet Mind* », et

nous avons discuté de la manière de développer le partage de ce don. Le temps passé ensemble a approfondi notre engagement. Quelques résolutions simples ont été prises, comme d'encourager la constitution d'une petite bibliothèque sur les lieux de réunion des groupes hebdomadaires et d'utiliser davantage les moyens de communication informatiques. Au total, nous avons vérifié la parole de John Main qui figurait sur la fiche d'inscription : La méditation est un moyen de croître, car ce en quoi nous grandissons est la vie elle-même. En mars, le P. Laurence a donné une conférence à Limerick et a dirigé la conférence nationale qui s'est tenue à Dublin.

Sylvia Thompson, coordinatrice nationale, Irlande sylviathompson@eircom.net



FIDJI : VISITE DU PÈRE LAURENCE

« *La méditation chrétienne, un chemin de paix* », tel était le thème choisi par les méditants fidjiens pour la visite du P. Laurence, du 6 au 10 février.

Le soir de son arrivée à Suva, un accueil traditionnel avec la cérémonie du kava lui fut réservé au Centre de prière Nazareth. Plusieurs parrains, membres du Conseil et méditants de la communauté des Fidji y assistèrent. Dans son discours de bienvenue, le P. Denis a fait remarquer que dans la culture fidjienne, la cérémonie qui venait d'avoir lieu cimentait les relations entre deux parties, en l'occurrence, le P. Laurence et la Communauté mondiale d'un côté et la communauté des méditants fidjiens de l'autre. Une foule nombreuse assista au séminaire et à la journée de récollection à Suva ainsi qu'à la soirée à Nadi, avant le départ du P. Laurence pour les Îles Salomon. Beaucoup de gens, jeunes et moins jeunes, avaient fait de longs trajets pour assister à ces événements qui les ont réjouis. Le P. Laurence a également rencontré et médité avec les enfants qui suivent une école de la méditation, tous les dimanches, à la chapelle du Centre de prière, après la messe dominicale. Là encore, les enfants ont fait bon accueil au père, et depuis lors, plusieurs d'entre eux se sont joints au groupe de méditation du Centre de prière, pour le plus grand bonheur de ses membres. Le matin, avant de quitter Suva, le P. Laurence a visité l'Institut Champagnat, une école fondée il y a plusieurs années par les frères maristes pour les jeunes qui ne peuvent suivre le cursus scolaire habituel. La méditation est intégrée aux programmes de l'Institut depuis sa création, et les professeurs attestent de son effet positif et de sa valeur pour les jeunes.

La visite du P. Laurence fut un temps de grâce, de joie et de bénédictions pour nous, ici à Fidji, et nous en sommes très reconnaissants.

Sr Denise McMahan denisemc@connect.com.fj

LA SALLE D'OPÉRATION EST MA CELLULE

En réfléchissant à cet article, j'ai pris conscience que ce qui est devenu clair et net dans ma vie, c'est mon engagement dans la pratique de la méditation et dans la communauté qui fournit la structure et le soutien capables d'entretenir cet engagement.

Enfant et adolescent, je fréquentais l'Église et une école catholiques. Je croyais en Dieu mais je ne ressentais pas le besoin d'avoir une relation avec Dieu. Petit à petit, je me suis senti de plus en plus seul. Pendant tout ce temps, je souffrais d'anxiété, de paranoïa et de brusques accès de colère. Avec l'âge, mes tendances paranoïaques se sont aggravées. C'est alors que j'ai rencontré Jan, ma future femme. Nous avons su l'un et l'autre, peu de temps après notre rencontre, que nous allions nous épouser, mais nous ne nous le sommes pas dit à ce moment-là. Jan avait cette qualité merveilleuse de savoir qui elle était, et que, plus tard, j'ai reconnue comme un signe de foi et de gratitude. Lorsque nous avons eu des enfants, elle voulut retourner à l'église. Comme j'étais attaché au catholicisme, nous nous sommes rapprochés de cette Église même si elle avait été élevée dans la confession baptiste. La messe me laissait le même sentiment que dans ma jeunesse, mais à un certain niveau, je savais que c'était important.

En 1993, entendant parler d'une retraite animée par Laurence Freeman, j'ai dit à Jan : « Il faut qu'on y aille. » Dès la première méditation, j'ai su que la méditation chrétienne était ce que je recherchais, et j'ai compris que je l'avais cherché avant même d'avoir conscience de cette quête. Il me fallut deux ans pour arriver à méditer deux fois par jour, et ceci s'est produit après une deuxième retraite avec le P. Laurence et le démarrage d'un groupe de méditation. Durant ces deux années, il m'arrivait fréquemment de dire le chapelet afin de m'aider à calmer suffisamment le mental pour dire le mantra. La plupart du temps, je pouvais à peine méditer une fois par jour. Avec le temps, j'ai pris conscience de l'importance de l'appartenance à la communauté afin de mainte-

nir et d'approfondir l'engagement dans la pratique quotidienne. La participation à la liturgie et à l'eucharistie ont pris un sens nouveau pour moi. J'ai aimé de plus en plus la tradition monastique. J'ai aussi pris conscience que tous les aspects de ma vie étaient et sont en train de s'entrelacer et de s'intégrer. La méditation chrétienne m'a aidé à devenir un mari et un père plus attentif, et dans mon travail de médecin, je ressens plus fortement ce que vivent mes patients. Je vois également le lien entre la guérison physique, mentale et spirituelle. Ma famille soutient mon implication dans la Communauté mondiale et m'encourage, et ma femme et moi méditons ensemble.

Mon travail d'anesthésiste me permet d'avoir des horaires flexibles et de passer pas mal de temps avec ma famille et à m'occuper des activités de la CMMC. Il me permet également de

l'aider financièrement. Mon travail m'oblige à passer de nombreuses heures assis au même endroit (la salle d'opération est ma cellule), ce qui me donne l'occasion de dire et d'écouter le mantra des heures d'affilée (les yeux ouverts naturellement).

Je me suis toujours demandé à quoi pouvait ressembler une vie joyeuse. Avec la pratique de la méditation chrétienne, j'ai atteint une grande joie en aidant d'autres personnes à vivre leur vie. Lors de la retraite de l'École aux États-Unis, en 2006, le P. Laurence m'a suggéré de réfléchir à ce que je pouvais demander à Jésus. Je n'en avais aucune idée, mais ce soir-là, il m'est apparu que je devais demander un « cœur reconnaissant » (comme celui de Jan). C'est plein de gratitude que j'ai fait mon oblation finale à la CMMC lors de cette retraite. Je n'avais jamais imaginé que, en tant que laïque, je pourrais un jour prononcer un vœu religieux. Je rends grâce à Dieu tous les jours pour Jan, pour mes fils (Johnny, Philip et Adam), pour nos familles, pour la CMMC, pour mon travail, pour les gens que je rencontre, et pour la pratique de la méditation chrétienne. Au fond, je rends grâce à Dieu, désormais, pour ma vie.

Gene Bebeau, coordinateur national pour les États-Unis
gbebeau@gmail.com



<http://www.wccm.fr>

2009-1 :: Édition francophone



Un mot de John Main

(extrait de *Word made Flesh*, Canterbury Press, 2009)

La théologie de la prière est la théologie de la Trinité. D'un point de vue expérientiel, c'est tout à fait déroutant. Le mental ne peut s'en emparer, de sorte que nous devons dépasser tout concept de Dieu.

Communauté Mondiale de Méditants Chrétiens

Renseignements et contacts en France

M. Dominique Lablanche
126, rue Pelleport
F - 75020 PARIS
tél. : 00 33 (0)1 40 31 89 73
dlablanche@noos.fr

Publications

<http://www.mediomedia.org>



Centre international

The World Community for Christian Meditation
St. Mark's, Myddelton Square
LONDON EC1R 1XX
tél. : (00 44 20) 7278 2070
fax : (00 44 20) 7713 6346
www.wccm.org
Contact pour les francophones :
Marie-Anne Pilot marianne@wccm.org