Meditatio

Bulletin de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne

Édition francophone - Automne 2020 - http://www.wccm.fr

Éditorial

Chères amies, chers amis,

Durant le temps de l'Avent, il nous était proposé de « préparer nos chemins » (Isaïe), d'assainir nos cœurs et de veiller (Marc 13, 33-37) pour mieux accueillir l'extraordinaire simplicité de Celui qui vient et que Noël célèbre. Ce rendez-vous traditionnel a pris une couleur particulière du fait de la situation exceptionnelle de notre monde. Ce contexte nous invite plus que jamais à contempler dans la lumière de la Crèche, « la fragilité, l'impermanence et l'imprévisibilité de notre condition humaine » telles qu'en parle Laurence Freeman dans ce bulletin, en faisant référence au vécu de l'année qui se termine. La Crèche nous enseigne la force dans la fragilité, la lumière dans la pauvreté, l'espérance dans le dénuement, la confiance dans l'adversité. N'est-ce pas là, un enseignement susceptible de répondre aux questions soulevées par Laurence Freeman : « Que signifie "revenir à la normale" dans un moment pareil ? Nous souviendrons-nous de ce que nous avons appris ? ». Nous sommes en effet appelés à une conscience plus profonde et plus authentique des changements à opérer pour l'unité et l'intégrité de notre Terre dont nous ne pouvons plus nous dissocier. Cette transformation appelle à une fraternité indéfectible.

Dans cet esprit, les personnes qui vivent à Bonnevaux soutiennent l'ensemble de notre communauté internationale : par leur prière, par de nombreuses vidéos ou des évènements en ligne faute de rencontres réelles. La coordinatrice des pays WCCM (World Community for Christian Meditation ou Communauté mondiale pour la méditation chrétienne – CMMC), Kath Houston, est aussi très présente auprès des coordinateurs nationaux comme moi ; et l'équipe de coordination française prend des nouvelles des groupes de méditation, auprès de leurs animateurs, chaque fois que possible. De nombreuses expériences ont permis, malgré la distance imposée et grâce à la créativité de tous, de préserver les liens autour de la pratique partagée de la méditation (l'article de Gabriel, en page 11, l'explique très bien).

Dans la continuité de ces expériences, et bien que notre impatience de vous retrouver soit grande, il nous est apparu important en ce mois de décembre, de permettre à ceux qui le souhaitent, l'accès en français aux messes internationales de Bonnevaux, grâce à une traduction simultanée (y compris le soir de Noël à 22h30). Il nous a semblé aussi intéressant de proposer à compter du mois de février des temps d'enseignements et de méditation en ligne, guidés depuis Bonnevaux par Laurence Freeman, en français. Vous trouverez dans ce numéro toutes les informations sur ces temps privilégiés auxquels vous êtes chaleureusement invités.

Au niveau international, la santé a été choisie par notre communauté comme thème de l'année. Ce sujet fait écho aux questionnements soulevés par la crise sanitaire mais aussi plus largement par la crise de notre planète. Il permettra, nous l'espérons, de compléter les apports des deux évènements qui ont marqué en 2020 notre communauté, tous deux porteurs d'une sagesse que nous devons plus que jamais incarner : l'évènement **Meditatio écologie** de mai dernier (« *S'élancer vers une nouvelle Terre* ») ainsi que le dernier **Séminaire John Main** qui a eu lieu au Mexique en octobre et qui s'intitulait « *Un cœur, un espoir – La sagesse indigène et le futur de l'Humanité* ». Ces deux évènements nous ont invités à nous réconcilier avec notre Terre et à vivre ensemble en faisant communauté. Ils nous ont fait comprendre que la complexité du temps présent et les inquiétudes qu'elle génère, nous conduisent inexorablement vers plus de simplicité et de solidarité les uns envers les autres, particulièrement envers ceux qui souffrent.

Lumière de l'Avent – Pascale Callec

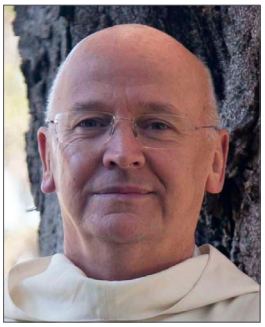
La méditation nous aide chaque jour à nous tenir sur ce chemin d'unification et d'amour, en faisant l'expérience du silence et de l'abandon de soi. Formulons ensemble le vœu que par la Grâce, ce Noël 2020 éclaire notre chemin de simplicité et illumine notre espérance pour une *metanoïa*, transformation qui sauve.

Je vous souhaite un Noël de Paix et de Joie profondes.

Pascale Callec
Coordinatrice CMMC France

La lettre

de Laurence Freeman, o.s.b.



Directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne

Très chers amis,

Entre confinements et isolements à répétition, je me suis éclipsé quelques jours pour aller visiter les origines de l'humanité. J'avais depuis longtemps envie de visiter les grottes de Lascaux qui se trouvent à quelques heures de Bonnevaux, dans cette belle région de Dordogne. Le 23 septembre 1940, elles ont été découvertes par trois garçons qui jouaient au foot. Robot, leur chien, est tombé dans un gouffre et en voulant le récupérer, ils ont glissé le long d'une pente raide pour se retrouver dans une vaste chambre souterraine. Ils ont alors remarqué sur les murs de la grotte les images puissantes et silencieuses d'animaux, de bisons, chevaux, aurochs, taureaux, cerfs et celle d'un ours. Ces enfants ont été les premiers à les voir depuis 20 000 ans. Ils ont couru le dire à leur instituteur qui ne pouvait pas descendre dans le trou mais leur a demandé de dessiner les images qu'ils avaient vues pour qu'il puisse les montrer aux experts.

"Lascaux II" par JackVersloot (sous licence CC BY 2.0)

Cet événement a non seulement ouvert de nouveaux horizons à l'art paléolithique, mais aussi à la compréhension que l'humanité a d'elle-même. Nous ne pouvions plus considérer nos ancêtres humains, même d'il y a 40 000 ans, comme des demeurés ou comme ce que nous entendons généralement par des «primitifs». Leur pensée était plus complexe et plus sensible que nous ne l'imaginions. L'étude de cet art ancien et énigmatique a convaincu les chercheurs que ces images ne sont pas le fruit du hasard, mais qu'elles sont intelligemment et magnifiquement composées et qu'elles ne sont pas simplement magiques, mais consciemment symboliques. Cela a changé notre façon de penser ce que signifie «humain» tout en nous intriguant par ce mystère intime et étrangement familier que nous ne pourrons jamais résoudre ou prouver.

Six ans plus tard, trois jeunes bergers bédouins sont entrés dans une grotte du désert de Judée et ont découvert d'anciens manuscrits juifs datant du troisième siècle avant Jésus-Christ. Les manuscrits de la mer Morte, comme on les appelle, sont devenus le centre d'une honteuse compétition scientifique et financière pendant des années, mais ils ont changé notre compréhension de la tradition biblique et du christianisme primitif. En Dordogne comme dans les grottes de Qumran, les découvertes faites ont révélé notre ignorance, notre complaisance à l'égard de ce que nous pensions savoir et elles nous ont permis une plus grande compréhension de nous-mêmes.

*

J'ai toujours été attiré et un peu effrayé par les grottes. Elles sont profondes, sombres, mystérieuses et offrent la promesse d'un trésor. Comme pour la grotte du cœur, il faut ressentir une attraction – ou un abandon aux découvertes éventuelles – pour s'introduire dans ces espaces sacrés. Il nous faut être jeunes de cœur, plus curieux qu'effrayés, et risquer le voyage vers l'intérieur, pour glisser le long de la pente qui mène aux chambres intérieures pleines de la présence primale qui y réside et en laquelle nous nous découvrons. Et dans cette solitude, nous avons besoin de compagnons.

La grotte est le symbole du parcours de la connaissance de soi. Dans la célèbre allégorie de Platon, les hommes sont enchaînés dans l'ignorance et regardent les ombres vacillantes projetées sur un mur par un feu qui est derrière eux et qu'ils ne peuvent pas voir. L'un d'eux parvient à se libérer et entame le long parcours escarpé qui l'emmène de la grotte à la lumière. Là, il est émerveillé par les couleurs et la beauté du monde, et regardant encore plus haut, il aperçoit le soleil, la source de la lumière. Il revient dans la grotte et proclame sa découverte, en exhortant ses compagnons à le suivre vers la liberté. Mais ceux-ci se mettent en colère car ils ont peur de quitter la grotte et refusent de le croire. La descente dans la grotte est donc le début d'un voyage vers le

haut, au-delà de la grotte. Comme le disent souvent les grands maîtres de sagesse – qui aiment et ont besoin de paradoxes pour communiquer ce qu'ils ont trouvé – la descente est la voie de la montée. Le chemin vers l'avant est un retournement. J'ai été heureux de découvrir que la région de France où se trouve Bonnevaux contient un grand nombre de grottes préhistoriques dont les peintures ont contribué à inspirer une nouvelle avancée dans la découverte de l'humanité. À Bonnevaux aussi, où nous sommes unis dans la grotte du cœur, nous avançons sur le chemin de la connaissance de soi. À une époque aussi sceptique que la nôtre, largement déconnectée des symboles religieux et d'une foi commune, qui se défie de l'autorité et des institutions et recherche avant tout l'expérience personnelle et l'authenticité, la connaissance de soi semble être le but le plus authentique à atteindre. Mais comment pouvons-nous donner la priorité à la connaissance de soi sans sombrer dans le narcissisme, la fixation sur soi et l'ennui mortel d'une génération qui ne cesse de se référer à elle-même – la génération du "moi je" ? La fixation sur soi est un échec de la connaissance de soi.

Mais lorsque nous apprenons ce qu'enseignent toutes les traditions de sagesse, à savoir que la connaissance de soi se développe paradoxalement par un décentrement de soi, alors nous progressons. Nous apprenons rapidement que la connaissance de soi mène à la grotte du cœur. La présence qui y réside nous accueille avec une explosion de joie. Quel que soit le degré de connaissance de soi atteint – ce voyage est sans fin – c'est un degré de la connaissance de Dieu. Et cette connaissance de Dieu est cachée dans l'expérience d'être connu de Dieu.

*

L'humanité se redécouvre sans cesse. En chaque personne et dans l'expérience collective de l'humanité, la connaissance de soi se développe dans l'imbrication de la joie et de la souffrance. Et, devrions-nous ajouter, dans les intermèdes de l'ennui. Bien que nous supportions mal l'ennui, avec notre soif de stimulation constante, d'expérience maximale et de nouveauté, il a son importance. Une de nos jeunes invitées, qui passe un long moment avec nous, m'a dit qu'elle était intéressée et curieusement heureuse de découvrir que l'élément de l'ennui dans le rythme de la vie, une fois accepté, lui procurait un sentiment de renouveau et de paix qu'elle n'avait jamais ressenti auparavant. Cela m'a rappelé la première attirance que j'ai ressentie envers la vie monastique ; c'était celle d'un ennui apparent qui, d'une certaine manière, n'était pas ennuyeux.

La connaissance de soi donne au début à chacun un sentiment d'étrangeté. Nous pouvons même être désorientés pendant un certain temps en nous sentant étrangers à nous-mêmes. En fait, nous nous retrouvons pour la première fois. Nous rentrons à la maison et nous reconnaissons l'endroit que nous avions oublié. Nous nous sentons différents et nous voyons le monde avec la même différence. Deux expériences nous donnent un sentiment identique avec un même niveau de clarté intense : tomber amoureux et mourir. Généralement, nous sommes effrayés par les deux, tout en nous trouvant attirés vers eux malgré nous, plus fortement que par nos craintes. Lorsque la résistance est vaincue, nous nous sentons libres de

… la connaissance de soi mène à la grotte du cœur

prendre notre envol.

L'amour et la mort sont des messagers du vrai moi, des anges du divin que nous ne reconnaissons pas au début parce que nous ne nous connaissons pas encore nous-mêmes. Ces deux expériences expriment la force motrice fondamentale de la connaissance de soi qui est le décentrement de soi vers l'autre. Même si nous tombons amoureux et devenons désespérément compliqués par l'attachement et la possessivité, du moins la leçon que nous apprenons consiste à prêter attention à ce qui est autre que nous-mêmes et à nous trouver dans l'autre personne. Nous apprenons à accepter le pouvoir transformateur de la mort. En détournant l'attention de nous-même, nous apprenons la douleur de se détacher de ce que nous aimons. La possessivité est remplacée par l'altruisme et l'esprit de service. Le lâcher-prise qui nous permet de recevoir le don d'être trouvés est la mort de l'ego. Plus la mort est profonde, plus nous l'acceptons, plus l'étape suivante de la vie que nous traversons est pleine. Si nous n'arrivons pas à apprendre la leçon, d'autres chances se présenteront jusqu'à ce que nous l'ayons fait.

Les gens d'aujourd'hui s'identifient souvent davantage à la signification de la plénitude qu'à l'idée de Dieu. Mais ce qui importe le plus, c'est l'expérience plutôt que le nom que nous lui donnons. La plénitude émerge à travers un processus que nous appelons la croissance. Sentir que nous grandissons, même à travers une expérience douloureuse, nous aide à supporter un degré élevé d'incertitude et d'inconfort. Cela nous donne une expérience du sens, d'être lié à une sorte de processus, même si nous ne pouvons pas définir ce que signifie le sens ou à quoi sert le processus.

*

C'est peut-être la raison pour laquelle la connaissance de soi est liée à la préoccupation de notre santé. Il ne fait aucun doute que nos ancêtres qui ont peint ces images étonnantes dans les grottes de Lascaux se souciaient aussi de leur santé, lorsqu'ils ressentaient une nouvelle douleur ou voyaient un membre de leurs proches en train de mourir. Pendant plusieurs millénaires après eux, les traitements médicaux proposés aux gens pour soigner les maladies, comme les saignées, n'ont apporté aucun soulagement et ont souvent aggravé les choses. Aujourd'hui, comme le dit le Dr Barry White, nous vivons « l'âge d'or de la médecine ». Nous guérissons beaucoup plus de choses et nous prolongeons la vie de manière significative. Alors merci à la médecine techno-scientifique, en attendant les nouveaux vaccins anti Covid. Mais les soins modernes entraînent d'énormes problèmes pour les soignants et les patients. Les gens ont le sentiment qu'on leur fournit la santé alors que leur responsabilité personnelle de vivre sainement reste confuse étant donné le mode de vie dans lequel nous sommes conditionnés. La question de savoir ce qu'est la santé n'est donc pas seulement une question financière ou politique mais,

plus encore, une clé importante pour nous ouvrir à un niveau nouveau et urgent de connaissance de soi.

Le Comité directeur de la WCCM a choisi « la santé » comme thème de réflexion de la communauté pour l'année à venir. Chaque communauté nationale est invitée à choisir l'approche de cette question qui lui convient le mieux. À partir de janvier, Barry White et moi-même proposerons un séminaire mensuel en ligne qui explorera la signification et les différents aspects de la santé, y compris des aspects pratiques comme le sommeil et la nutrition, en les reliant à la tradition spirituelle. Nous espérons que cela contribuera à une approche contemplative non seulement de cette crise sanitaire, mais aussi de ce qui va au-delà.

Méditation en pleine nature à Bonnevaux

Je pense que la plupart d'entre nous ont le sentiment que la véritable crise à laquelle le monde est confronté dépasse la Covid. Il s'agit essentiellement d'une crise spirituelle que la Covid a mise en lumière. La pandémie nous a fait prendre conscience de la fragilité de la valeur de chaque vie humaine, qui a la même valeur pour les plus vulnérables comme pour les personnes âgées en Ehpad, les professionnels de la santé au service des malades, les travailleurs migrants d'Inde ou des grandes villes du monde. Le virus montre qu'il ne respecte pas les personnes et que les riches et les pauvres sont égaux et interdépendants en sa présence. Au cours de l'année écoulée, la fragilité, l'impermanence et l'imprévisibilité se sont inévitablement révélées comme des éléments essentiels de la condition humaine commune.

La question de la santé – ce qu'elle signifie réellement et comment être en bonne santé – nous aide à voir toute la signification de la crise sous-jacente. La Covid est l'un des nombreux points de basculement, avec d'autres à venir, comme notre relation malsaine avec l'environnement planétaire qui devient de plus en plus malade et présente des points de rupture, ou encore la question sociale qui a ébranlé la confiance dans les institutions et la démocratie. Au-delà de la Covid, il y a une crise financière majeure qui appelle une approche radicalement nouvelle de l'économie et de la justice sociale. Que signifie « revenir à la normale » dans un moment pareil ? Nous souviendrons-nous de ce que nous avons appris ?

*

Parvenir à la connaissance de soi dont nous avons besoin à l'échelle mondiale semble une montagne trop raide à gravir. Mais rappelez-vous l'esprit exprimé dans les peintures rupestres il y a des millénaires, sur différents continents, par des artistes qui n'avaient aucun contact entre eux. Les peintres des bisons de Lascaux ou des magnifiques chevaux de la grotte Chauvet ne se sont pas pris en photo devant leur dessin pour l'envoyer à leur groupe WhatsApp. Pourtant, on peut percevoir entre eux de grandes similitudes, un esprit commun. Ce qu'ils pensaient, nous ne le saurons jamais avec certitude. Mais ce qu'ils ont vu résonne encore en nous aujourd'hui.

La mystérieuse unité dans la conscience humaine de soi nous offre de l'espoir alors que nous sommes confrontés à la complexité de notre crise actuelle. Reconnaître les erreurs que nous avons commises est douloureux et décourageant : le mal que nous avons fait à cette beauté de la nature qui nous sauve du désespoir ; la cruauté envers les animaux qui sont aussi nos ancêtres et nos compagnons de vie ; la négligence ou pire encore à l'égard des membres les plus pauvres et les plus vulnérables de notre famille ; le mal que nous avons laissé les méga-riches infliger aux autres – ainsi qu'à eux-mêmes – parce que nous les avons flattés et encouragés au lieu de les appeler à faire face à la réalité de notre interdépendance ; les mauvais traitements infligés aux jeunes à qui nous avons refusé la connaissance et la formation spirituelle dans leur éducation matérialiste ; le mal fait à notre propre intelligence en nous laissant devenir dépendants de la technologie que nous avons créée. Mais, aussi douloureuse que soit cette première étape de la connaissance de soi, elle suscitera l'espoir et ouvrira de nouveaux horizons.

*

Si nous arrivons à comprendre ce que signifie la santé – et Barry White, comme méditant et médecin, l'exprime avec force – peut-être que nous ne manquerons pas ce qui pourrait être notre dernière chance de nous renouveler par la connaissance de soi. La responsabilité des contemplatifs est de mettre en lumière et d'insister sur cet espoir contre le pessimisme qui s'accroît aujourd'hui à l'égard de l'humanité. Dans ce travail, la tradition contemplative chrétienne a vraiment une immense sagesse à apporter.

Clément d'Alexandrie, un maître du christianisme du IIe siècle, y voit un mode de vie et un moyen naturel de croissance humaine, plutôt qu'une simple adhésion institutionnelle ou une orthodoxie doctrinale. Pour lui, la vie chrétienne commence par la conversion du paganisme qui représente l'absence d'une expérience de l'unité de Dieu et de l'amour centré sur la personne ainsi qu'une vision fragmentée de la divinité nous amenant à nous tourner vers de multiples dieux. Le paganisme se manifeste au sein de chaque culture tout comme dans

le consumérisme moderne. Une fois que nous amorçons cette transition, nous avons besoin de soutien dans la discipline de base et d'attention à notre mode de vie afin que puisse commencer une guérison de la division entre le moi intérieur et extérieur. Enfin, dans une troisième étape s'approfondit la maturité spirituelle par la connaissance intérieure, et se forme un être humain contemplatif.

Qu'est-ce qui est spécifiquement chrétien dans tout ceci ? C'est que le Christ, dont la venue complète toutes les sources de sagesse et ne concurrence pas les autres traditions, guide chaque étape à la fois en tant que maître et "médecin divin". Clément voit Jésus comme Jésus se voyait lui-même : un guérisseur et non un juge. « Ce ne sont pas les personnes en bonne santé qui ont besoin du médecin », déclarait-il. Ce qu'il guérit directement en chaque personne et dans la famille humaine dans son ensemble, c'est toute sorte de maladie de l'âme. Pour les premiers maîtres de la foi, cette maladie de l'âme est le péché. Clément (comme d'autres théologiens mystiques chrétiens) aime raconter l'histoire de la chute dans laquelle Adam est décrit comme une nouvelle créature envoyée en mission par Dieu. Avec un enthousiasme de jeunesse, il se précipite pour l'accomplir mais tombe rapidement dans une fosse dont il ne peut pas sortir. Dieu ne le blâme pas et ne le punit pas pour cela, mais il envoie son Fils pour le libérer et rendre à l'humanité sa mission.

En reliant la guérison à la foi religieuse, beaucoup de gens sautent directement à l'idée de remèdes miraculeux. Tant que nous serons mortels, ce sera une réponse compréhensible à la douleur et à la souffrance. Mais, même si beaucoup de ces miracles sont maintenant disponibles sur ordonnance, il y aura toujours une maladie dont nous ne pourrons pas nous remettre. Cependant, une approche contemplative de la santé tisse un lien entre la guérison et le traitement. Les guérisons sont souhaitables et souvent mystérieuses. De nombreux facteurs autres que les médicaments ou les traitements semblent jouer un rôle dans le succès des cures. Mais la guérison est un mystère encore plus profond. On peut mourir guéri. Et on peut vivre guéri avec des handicaps ou des maladies chroniques. La guérison est la restauration de la personne entière à un nouveau niveau de plénitude qu'elle n'aurait pas atteint sans la maladie. Si la guérison physique se produit également, il y a lieu de s'en réjouir ; mais même si ce n'est pas le cas, la guérison exprime le but essentiel de la médecine.

*

Comme Barry White l'expliquera dans ses conférences mensuelles en ligne à partir de janvier, pour comprendre l'humanité, nous devons comprendre ce que signifie la santé. À quoi aspirons-nous vraiment lorsque nous voulons être rétabli et nous sentir mieux ? Au cœur du mystère de la guérison et de la santé véritable se trouve le pouvoir merveilleux de l'attention simple et pure. La distraction, la fragmentation, la division intérieure et extérieure sont toutes des formes de maladie qui nécessitent de l'attention pour guérir et se rétablir.

Le parcours de l'humanité signifie grandir dans un esprit commun et dans l'unité

La méditation est la sagesse universelle qui nous introduit à cette vérité de la manière la plus simple et la plus immédiate. L'attention nous amène à l'immobilité et, dans l'immobilité, émerge la connaissance salvatrice. Si nous persévérons, la voie de l'attention devient de plus en plus simple jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de travail à faire, plus de but à atteindre, plus d'observateur qui observe :

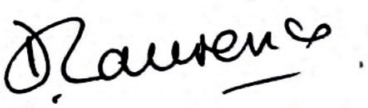
Sois tranquille et sache que je suis Dieu
Sois tranquille et sache que je suis
Sois tranquille et sache
Sois tranquille
Sois

J'ai un jour rencontré une étudiante diplômée qui prenait des médicaments contre l'hyperactivité (trouble du déficit de l'attention) depuis l'âge de dix ans. Elle m'a dit combien il lui était impossible de rester physiquement immobile quelque part pendant plus d'une ou deux minutes. Au-delà, c'était comme si une armée de fourmis rampait sur elle. Si elle arrivait à tenir jusqu'à dix minutes lors d'une séance de méditation, elle était ravie. Nous ne pouvons mesurer la santé et le bien-être qu'en fonction de critères uniques à chaque personne. Mais on reconnaît la santé là où on la trouve. Être en bonne santé et jouir de la liberté d'une plénitude est au fond identique pour tout le monde. Cela fait partie de notre commune humanité. À leur manière, les peintres de Lascaux ont dû ressentir à peu près ce que nous ressentons. Nous sommes surtout en état de santé les uns avec les autres si nos divisions personnelles ont été guéries. Si nous sommes unis en nous-mêmes, alors nous trouvons l'unité avec tous. Le parcours de l'humanité signifie une croissance dans un esprit commun et dans l'unité.

John Main a compris que toute croissance se fait du centre vers l'extérieur. Au centre se trouve l'innocence originelle que nous ne pouvons jamais perdre, notre plénitude dans l'infinie simplicité de Dieu. Retourner à ce centre pas à pas, jour après jour, c'est être guéri en grandissant.

Toute croissance a besoin d'un enracinement. Notre besoin de racines est essentiel pour la santé et nous devons donc apprendre à traiter le déracinement du monde moderne. La contemplation guérit le monde en rétablissant la santé là où la brutalité, la cruauté, l'avidité et l'égoïsme nous ont blessés. La destination va même au-delà de cela, comme le révèle aux yeux du cœur le mystère de l'Incarnation. Notre destination commune, notre destin personnel est l'unité, où nous connaissons parce que nous sommes connus, où nous aimons parce que nous sommes aimés et où notre travail, quel qu'il soit, est un service.

Avec beaucoup d'amour,



Laurence Freeman, o.s.b.

Téléchargez l'audio de cette lettre lue par Laurence sur : http://tiny.cc/LFletter1120

JMS 2020

Cinq enseignements du séminaire John Main 2020

par Leonardo Corrêa

***Le séminaire John Main, qui s'est déroulé en ligne du19 au 22 octobre derniers, a été organisé par la WCCM du Mexique avec Alex Zatyrka s.j. comme orateur principal sur le thème** « Un cœur, un espoir - La sagesse indigène et l'avenir de l'Humanité »*

1 - Il est possible de faire un séminaire en ligne tout en maintenant le sens de la communauté et de la relation humaine

Alex Zatyrka et Laurence Freeman lors d'un échange en ligne

Le séminaire de cette année a été la preuve qu'il est possible de basculer vers le format en ligne sans perdre l'esprit et le véritable sens du lien et de la communauté. Le coordinateur de la WCCM au Mexique, Enrique Lavin, le décrit ainsi :

« Au cours de l'été 2019, j'ai lu qu'un indigène se sentait chez lui parmi des tribus de Finlande, d'Australie et du Canada parce qu'elles partageaient les mêmes principes. J'ai commencé à enquêter et j'ai découvert que les indigènes du monde entier partagent de nombreuses valeurs : prendre soin de soi, de la communauté, de la terre. Et ils considèrent le cœur comme un centre de sagesse spirituelle.

Lorsque nous étions au JMS2019, le projet a pris forme et nous avions un titre : Un cœur, un espoir : la sagesse indigène et l'avenir de l'humanité. *De retour au Mexique, nous avons passé un certain temps à chercher un lieu qui convienne. Nous avions tout préparé pour faire un beau séminaire en "présentiel", avec tout un ensemble d'activités autour de ce thème. Puis il y a eu la pandémie, le manque de certitude, les confinements forcés et inhabituels. Nous nous sommes alors remis au travail. Il y avait le problème des fuseaux horaires ! Il fallait modifier le temps imparti aux orateurs, etc…*

Nous avons donc suivi le conseil de John Main et nous avons récité notre mantra. Finalement, tout a commencé à se mettre en place. Quand une porte se fermait, une fenêtre s'ouvrait, la Grâce est intervenue partout.

Le séminaire a montré que l'esprit de John Main est bien vivant, quelles que soient les circonstances. Plus de 350 personnes de plus de 30 pays ont démontré que nous sommes une véritable communauté, un monastère sans murs et sans frontières, construit dans l'amour et présent à notre époque et aux autres. »

2- L'attitude théologique consiste à s'ouvrir à l'expérience contemplative

L'orateur principal, Alex Zatyrka s.j., a donné deux belles conférences très profondes sur la sagesse indigène, partageant également son expérience de missionnaire en Bolivie et au Mexique. Il n'est pas possible de tout résumer en quelques lignes, aussi ne retiendrons-nous qu'un seul point important de son enseignement, qu'il a appelé « l'attitude théologique » : il s'agit d'une attitude intérieure que nous pouvons cultiver pour percevoir la communication avec Dieu et l'expérience de la transcendance. Voici les paroles d'Alex Zatyrka :

« Quelles attitudes décrivent cette disposition vitale ? Je vais décrire les trois éléments fondamentaux d'où provient l'attitude théologique. Dans notre perspective chrétienne, la réalité ultime est une personne, et il est important

JMS 2020

d'aborder la rencontre avec cette réalité ultime en tant que personne. Pour cela je dois me préparer, je dois cultiver une série d'éléments, parce que ce que tous les mystiques soulignent, c'est que lorsque nous voulons traiter Dieu comme un objet, la perception de sa présence disparaît et nous nous retrouvons avec une idole et non plus avec le Dieu vivant et véritable. Premier élément fondamental : la culture de la solitude et du silence, pour nous guérir de la dispersion et de la superficialité. La solitude et le silence ne sont pas une fin en soi mais sont comme une atmosphère, une ambiance, pour la rencontre que nous recherchons.

Deuxième élément : une attention suffisante, apprendre à être entièrement présent, ce qui nécessite de réhabiliter notre capacité de perception ; cela implique à son tour d'apprendre à se libérer des discours de l'esprit qui, dans 90% des cas, fonctionnent comme des préjugés, une sorte d'automatisme qui filtre la réalité et qui en fin de compte nous en sépare. Ainsi, celui qui veut acquérir l'attitude théologique doit-il apprendre à se distancier de ses pensées et de ses discours pour guérir de cette habitude de tout préjuger.

Et, enfin, il faut se décentrer, ce qu'on appelle aussi l'inversion intentionnelle : j'inverse intentionnellement ma façon de me rapporter au monde et à la réalité. Voici ce que je veux dire : suspendre, mettre entre parenthèses, arrêter un moment mes tendances réactives et proactives. Je n'essaie rien, mais je m'exerce à prendre ce qu'on me donne. Je ne m'accroche à rien. Je donne ce qu'on me donne. Ce dernier élément est tout aussi fondamental que les deux premiers. Quand on réunit les trois, on peut alors parler d'attitude théologique.

3 - La valeur d'un profond respect et de la gratitude envers la Terre

La relation à la Terre et le respect à son égard étaient également présents lors du séminaire John Main. Hilario Chi Canul, linguiste mexicain d'origine maya, l'a souligné dans son exposé :

« Dans mon village, il y a quelque chose de très intéressant, parce que les gens fonctionnent avec leur langue et avec l'héritage des Mayas. Nous sommes un peuple qui marche avec la croix, nous héritons et nous croyons que l'arbre, la croix, parle ; et que cette croix est celle qui nous conduit. Et c'est pourquoi nous construisons autour d'elle toutes sortes d'offrandes, pour appeler tous les dieux dont nous avons hérité par nos cultures, nos cultures mayas ancestrales, (…) tous les dieux, pour leur demander leur permission. Pour partager l'espace avec eux. Nous avons toujours vu que la Terre a de la vie, qu'elle doit être nourrie et qu'on doit toujours s'en souvenir. Et nous avons toujours gardé à l'esprit que marcher à la surface de la Terre, c'est en soi marcher sur notre propre visage, c'est marcher sur le visage de notre mère – c'est pourquoi nous ne nous autorisons même pas à cracher par terre ; et, en temps voulu, la Terre nous demande aussi de la nourrir, de la nourrir avec de la fumée, de la nourrir avec de l'eau, de la nourrir avec notre spiritualité. »

Ana María LLamazares, d'Argentine, a parlé de « construire des ponts » et a également évoqué la nécessité de regarder la Terre comme un être vivant, possédant même une conscience propre :

Le sentiment d'appartenance à un réseau cosmique vital, au sein duquel la Terre est un être vivant, est fondamental dans la participation de la conscience humaine. La Terre ne constitue plus seulement un réservoir de matières premières exploitables, mais se révèle un être vivant que nous devons honorer et respecter. C'est une façon d'ajuster notre passage en tant qu'êtres humains au pas de la nature et du cosmos. D'où cette idée d'un temps qui ne s'écoule plus selon une trajectoire linéaire mais selon un flux cyclique se déroulant de manière très qualitative, non métrique, non mécanique, et qui donnerait lieu à un développement non pas nécessairement en cercles qui se répètent, mais en une spirale évolutive. Cette façon de considérer que l'univers possède une conscience ou même qu'il contient des formes de conscience au-delà de l'humain pourrait constituer une sorte de pont conceptuel permettant un dialogue entre les cultures, la spiritualité, les religions, les peuples et les différents points de vue.

Hilario dans l'une des images de sa présentation : la culture maya montre du respect et de la gratitude pour la Terre mère.

JMS 2020

4 - L'importance de la communauté et l'idée d'Ubuntu

Puleng Matsaneng, d'Afrique du Sud, a parlé de la liturgie et de la spiritualité africaine. L'un des éléments clés qu'elle a mentionné est l'importance de la communauté :

La spiritualité africaine indigène s'exprime différemment selon la variété des groupes africains indigènes. Ils partagent cependant certains aspects communs. L'un d'entre eux est la place centrale qu'occupe la communauté. Contrairement à de nombreux endroits dans le Nord et l'Ouest, l'individu est moins important que la communauté. Le proverbe (zoulou) bien connu : umuntu ngumuntu ngabantu / motho ke motho ka batho ba bang *(en sesotho), signifie qu'une personne est une personne à travers d'autres personnes et exprime cela avec force. L'*Ubuntu *est le lieu où chaque personne est vue, entendue, appréciée et aimée. Sa dignité fondamentale est affirmée. Lorsque nous parlons d'*ubuntu, *nous parlons de l'amour* agapè. *C'est l'amour dont parle Jésus lorsqu'il dit : « Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés ». Dans notre contexte très fracturé, c'est l'amour qui chasse la peur. Les évangiles sont* ubuntu *et nous atteignons l'*ubuntu *lorsque nous pratiquons les valeurs de l'évangile. Pour nous, et en tant que chrétiens, les évangiles sont un chemin vers l'*ubuntu.

La spiritualité africaine valorise la sagesse des anciens

Puleng a partagé quelques vidéos intéressantes sur l'importance de la danse et la musique dans la liturgie africaine et sur les dégâts causés par la colonisation et l'apartheid en Afrique du Sud. Vous pouvez les regarder sur http://tiny.cc/pulvid

5 - Les blessures de la colonisation et le besoin de guérison et de réconciliation

Un autre aspect fortement présent lors du séminaire fut la réalité des blessures causées par la colonisation et le besoin profond de réparation et de réconciliation. Tau Huirama et Vanessa Eldridge, de Nouvelle-Zélande, ont partagé le point de vue des Maoris. Conteur charismatique et spirituel d'histoires indigènes, Tau a expliqué combien les lois imposées par les colonisateurs ont porté atteinte à la culture de guérison des Maoris :

« Je suis considéré comme un tohunga, mot maori qui désigne une personne qui a une grande expérience de ce qu'elle fait et en qui on a confiance. Une partie de mon travail est un travail de guérison. Je n'aime pas m'appeler guérisseur. Je pense que je me sens plus à l'aise en me situant comme un facilitateur des ancêtres et en étant capable d'aider. […] La loi sur la suppression des tohunga (1907) a eu un impact énorme sur les Maoris et leurs besoins, en particulier leur capacité à subvenir à leurs besoins face à des problèmes complexes de santé. À la suite de cette loi, nous n'avons plus été autorisés à pratiquer la thérapie naturelle maorie. Si vous le faisiez, vous étiez condamné à une amende ou envoyé en prison. Nous étions mis face à une alternative : ou nous abandonnions la possibilité de nous soigner par nous-mêmes, ou nous continuions, mais dans la clandestinité. »

Vanessa Edridge a également souligné l'impact de la colonisation et le besoin de réparation et de sauvetage de la culture Maori :

« La terre fut aménagée pour être comme une petite Angleterre. Elle fut déboisée et transformée en pâturages. La santé, la guérison, les croyances et pratiques spirituelles furent interdites. La centralité de la famille, des sous-tribus, des tribus, fut brisée et, pour ce qui est du sens religieux ou spirituel, on attendait de nous que nous oubliions nos dieux et divinités traditionnels et que nous passions au christianisme. C'est pourquoi, tout au long de l'histoire, les peuples indigènes ont été ostracisés. Ils ont été contraints de devenir des minorités dépendantes, sans terre et sans culture, sans ressources ni moyens de gagner ou créer une vie viable. Le pire est le sentiment de honte car nous avions oublié qui nous étions et qui nous sommes vraiment. Mais nous voici maintenant : nous cherchons à retrouver la sagesse indigène, nous travaillons pour sauver Papatūānuku, notre mère la Terre, l'endroit que nous appelons tous notre maison. Je suis convaincue que nous avons beaucoup à offrir au monde, et je suis profondément reconnaissante de l'occasion qui m'est donnée d'être ici. » ■

JMS 2020

Canada Sculpter la réconciliation

Ron Berezan et Ivan Rosypskye, de la Colombie-Britannique du Canada, ont évoqué certains des moments les plus émouvants du séminaire. Ron a été ordonné "éco-diacre" au sein de l'Église anglicane du Canada et exerce un ministère centré sur la justice de la Terre et la spiritualité de la Création. Ivan est un artiste, membre de la première nation Heiltsuk sur la côte nord de la Colombie-Britannique du Canada.

Au cours de leur présentation, Ron et Ivan ont parlé ensemble, décrivant là aussi combien la colonisation a nui aux autochtones, cette fois au Canada, où les enfants indigènes ont été forcés de fréquenter des «pensionnats indiens». Une commission canadienne de vérité et réconciliation a par la suite déclaré que cette pratique constituait une forme de génocide culturel contre les peuples indigènes. Ivan a parlé de façon touchante des souffrances de sa mère lorsqu'elle fut forcée d'aller dans l'un de ces pensionnats.

Ron a rencontré Ivan dans le cadre d'un projet de sculpture devant l'église de la paroisse de Ron, visant à attirer l'attention sur les questions de justice indigène et sur l'appel à la réconciliation. Ils ont décrit le processus et en ont montré les images pendant leur exposé. À la fin, ils étaient tous deux émus – comme l'ont été de nombreux participants en ligne. Ils ont terminé la présentation par une accolade et exprimé l'espoir que la réconciliation soit possible.

Ron a ensuite rappelé à tout le monde qu'il faut plus que des mots pour parvenir à cette réconciliation : *« Tout mouvement réel vers la réconciliation ne peut se limiter au dialogue et aux sentiments, il doit inclure des actions. Au Canada, le processus de décolonisation implique le respect des droits des autochtones à l'autodétermination, selon la Déclaration des Nations Unies sur les droits des peuples autochtones.*

Ivan et son œuvre d'art qui est devenue un symbole de réconciliation au Canada

Les modes d'exploitation des ressources indigènes du Canada, par exemple l'installation d'un pipeline à travers un territoire où les gens ne veulent pas qu'il passe, sont un exemple du même processus que la doctrine de la découverte qui justifia le pillage des terres colonisées. »

L'exposé de Ron et Ivan nous a laissés sur une question : *la réconciliation est-elle possible sans justice pour les peuples indigènes ? (Et c'est un oui ou un non !) Est-il juste de dire que nous sommes prêts à apprendre des peuples indigènes et à embrasser les cultures indigènes sans nous joindre à la solidarité avec les peuples indigènes en travaillant pour la justice et pour la fin de la colonisation, sans nous joindre aussi à la culture de résistance que les peuples indigènes nous proposent ?*

Voilà notre plus grand espoir aujourd'hui, et des gens comme Ivan et la communauté dont il est issu, ainsi que de nombreux autres peuples indigènes, nous montrent la voie à suivre, a déclaré Ron. ■

Regardez la vidéo sur le projet « Sculpter la réconciliation » : http://tiny.cc/carvrec

Agenda

Exceptionnellement, et compte tenu des contraintes sanitaires actuellement en vigueur, aucun événement n'a pu être programmé "en présentiel" pour le premier trimestre 2021.

En fonction de l'évolution de la situation au cours des prochains mois, certains événements, initialement prévus, pourraient être à nouveau programmés dans la mesure du possible.

Pour rester informés de ces éventuelles et imprévisibles re-programmations, vous êtes invités à vous rendre régulièrement sur notre site internet www.wccm.fr dans le menu Événements puis le sous-menu Agenda.

Bonnevaux

Perspectives 2021 à Bonnevaux

Méditation dans la grange de Bonnevaux

2020 fut une année d'adaptation pour Bonnevaux – et pour le monde entier – nous obligeant à faire face à la réalité du Covid-19. Après le mois de mars, la quasi-totalité du programme Bonnevaux a dû basculer vers un format en ligne et, pendant cette période étrange et difficile, nous avons appris qu'il est en effet possible d'élaborer un véritable sentiment de lien avec le monde en dépit du fait que toutes les interactions et conversations se soient déroulées sur un écran plat . Dialogues, webinaires, retraites en ligne, Eucharistie contemplative, cours de yoga , tous ces événements ont néanmoins créé une myriade d'opportunités pour que la Communauté mondiale se sente reliée et présente à Bonnevaux.

Nous planifions actuellement le programme 2021 et nous continuerons à nous efforcer de tirer parti des points forts de nos événements en ligne. Nous envisageons de proposer des événements en ligne uniquement jusqu'à la mi-2021, en fonction d'une prochaine solution à la pandémie.

En regardant vers l'avenir avec l'espoir et la foi que l'état du monde s'améliorera, nous pouvons également partager le fait que les travaux de rénovation du Centre de retraite de Bonnevaux devraient être terminés d'ici juin 2021, et qu'une journée d'ouverture officielle pour célébrer cette merveilleuse étape pourrait être prévue pour la seconde moitié de 2021.

Continuez à consulter notre site web et à nous rejoindre en ligne pour notre programme et pour les événements hebdomadaires régulièrement programmés. Gardez Bonnevaux dans vos prières – nous vous sommes reconnaissants de votre soutien, qui se manifeste de nombreuses et généreuses manières.

Pour plus d'informations, cf. le site www.bonnevauxwccm.org ■

La communauté en France

Une belle énergie

Pendant les confinements, une grande énergie a circulé dans la Communauté. Nous avons reçu beaucoup de messages des coordonnateurs régionaux et des groupes. En voici quelques-uns.

« Depuis le début du confinement, nous nous sommes d'abord proposé de vivre en communion, depuis nos domiciles. »

« Nous avons vraiment l'impression de vivre par là une expérience nouvelle, un peu hésitante parfois mais comblante pour beaucoup. Comme si les liens invisibles qui nous relient d'habitude prenaient un certain relief et une fraîcheur nouvelle ; ça ne vous fait pas penser à l'expérience des disciples après Pâques ? »

« Les personnes qui veulent méditer envoient un texto et j'envoie la liste des "présents". »

« Nous nous donnons des nouvelles par mail. Nous nous soutenons ; une personne a eu le coronavirus, une autre a été hospitalisée en psychiatrie. C'est important de veiller sur ceux qui en ont besoin. »

« Le confinement est un moment privilégié de cette connexion intérieure au plus grand que soi et de communion qui nous relie dans la prière silencieuse. »

« Pour ma part, j'ai vraiment eu la sensation de partage quasi physique de l'énergie du groupe. Une méditante m'a écrit qu'elle avait médité avec son mari, qui ne vient

Les fruits de l'Esprit et l'enseignement essentiel de la méditation chrétienne

Un enseignement bimestriel en français avec Laurence FREEMAN

À partir de février 2021

Nous avons la joie de vous inviter à un nouvel événement, ouvert à tous : un ensemble de conférences, de réflexions, de « causeries » qui seront animées en français par **Laurence FREEMAN**.

Aujourd'hui, nous avons besoin d'une approche contemplative et unifiante face aux problèmes globaux de notre monde.

Tous les deux mois, la rencontre (d'une durée d'environ 1 h 30) se fera à distance et se déroulera en trois temps : un temps d'enseignement, un temps de méditation, un temps de questions/réponses.

Le calendrier 2021 a été fixé ainsi :
15 février – 19 avril – 21 juin –
30 août – 25 octobre – 13 décembre

Chaque méditant·e francophone est cordialement invité·e.

Vous trouverez bientôt sur nos sites internet www.wccm.fr *et* www.bonnevauxwccm.org *des précisions pour vous inscrire et participer.*

pas au groupe physique, et qu'ils en étaient sortis plus forts.
Pendant cette période de « retraite » obligée, nous avons pu trouver trouver le vrai sens de la Liberté Intérieure que le Père nous offre avec la Vie retrouvée du Christ. »
« Quelle joie de recevoir des nouvelles de chacun ! De mon côté, j'envoie tous les jours un texte de méditation sur notre groupe *WhatsApp* et tout le monde semble très content de ce lien ! »
« Nous avons démarré un groupe quotidien à 8h15 sur Zoom. Des amis de toute la France nous ont rejoints ainsi qu'un groupe d'oraison. »
« De 5 ou 6 participants au départ, nous sommes maintenant entre 12 et 20 à nous retrouver tous les jours dans la joie et la bonne humeur. »
« Nous envisageons aussi de mettre sur pied une séance ou deux de travail sur un texte inspiré, style lectio divina qui réserve bien souvent de belles découvertes ! »
« La situation géographique et la beauté de la nature permettent de s'aérer, de marcher et de vivre de manière tranquille ce nouveau confinement. »
« Nous avons décidé alors ensemble de commencer à 18 h sur ma session Zoom, par la lecture du psaume de la liturgie du jour, puis le gong annonce la fin des 25 minutes, nous lisons l'évangile du jour et nous prenons environ 10 mn pour échanger. »
« Une méditation dans toute la pauvreté du silence, telle que la décrit Jean Cassien ; une méditation écologique, économe d'énergie électrique. »
« Cela fait plaisir d'avoir de vos nouvelles et d'être en lien par la méditation chrétienne… »
« Après une large concertation, nous avons été amenés à adapter notre méditation chrétienne au silence absolu du temps paroissial d'Adoration. »
« Ce partage de nos différentes adaptations au confinement est très vivifiant ! »
« J'ai partagé une plateforme sur internet avec les participants pour qu'ils y trouvent textes et musiques pour méditer tous les vendredis de l'été à 20h. »
« Globalement on sent une grande communion et une grande solidarité. Par ailleurs, grâce à la méditation, les personnes ne vivent pas dans la peur ! Ça change du discours médiatique ambiant. »
« Par téléphone, ou lors d'une rencontre sur le marché ou dans un magasin, nous échangeons, même derrière le masque, sur notre pratique quotidienne et nous encourageons mutuellement… Chacun est bien conscient de l'importance de ce réseau de prière. »
« Ces messages me permettent de prendre la mesure de l'importance de ces échanges. Ils sont tous d'une richesse intense. »

L'APPROFONDISSEMENT DE NOTRE COMMUNAUTÉ

Habitués à "perdre", à vivre dans un réseau de silence, à traverser des déserts, les confinements ont été l'occasion pour beaucoup de trouver des racines plus profondes et une paix permettant de sortir de la peur ambiante.
Plutôt que d'attendre la "reprise", cela a été l'occasion de parcourir une étape imprévue du pèlerinage. Nos temps de méditation ont été des oasis permettant à chacune et chacun de se ressourcer.
On peut dire qu'il y a eu une belle collaboration entre l'Esprit saint, internet et l'inventivité des groupes.

Zoom sur nos méditations et rencontres… en ligne

Depuis le premier confinement, beaucoup d'entre nous ont expérimenté méditations et rencontres par le biais de Zoom, Skype ou autres outils de visio conférence. L'évènement « Meditatio écologie » en a été une démonstration majeure. Certes, tout le monde n'est pas équipé en informatique et cet outil ne convient pas à tous, mais la situation actuelle permet à beaucoup de groupes, de coordinations régionales et bien sûr à Bonnevaux d'adopter ce mode d'échanges. Le distanciel s'est substitué au présentiel, nos écrans sont devenus nos oratoires de fortune…

Sans aucun doute, ce mode de fonctionnement génère des frustrations, le numérique ne remplacera jamais la proximité et la chaleur humaine de nos séances habituelles et de nos divers rassemblements… pour autant, à mesure que nous nous rencontrons à distance, il nous apparaît que ces rencontres ne sont pas non plus « virtuelles » et nous pouvons y voir plusieurs points positifs :

- *unanimement, nous reconnaissons que ces outils nous permettent de garder le lien, pendant le temps où nous traversons le gué ;*
- *les échanges et les moments partagés peuvent être riches, forts, emplis de « présence à distance » ;*
- *cette façon de procéder efface les distances et devient l'occasion de regrouper des personnes éloignées géographiquement ;*
- *ces rencontres sont peu coûteuses et permettent à nos voitures de rester au garage…*

Bien sûr, nous serons tous et toutes heureux et heureuses de nous retrouver « en vrai » dès que possible, nous en avons envie et besoin. Oublierons-nous alors ce mode réputé virtuel que nous aurons souvent pratiqué avec bonheur ?

Gabriel
Groupe de coordination nationale

LES ÉVÉNEMENTS

Seuls huit événements régionaux ont pu se tenir tandis que dix-sept régionaux et nationaux ont été annulés. Deux ont été réalisés en ligne : « Meditatio Écologie » et le week-end de la région centre avec William Clapier.

Notre-Dame-de-Grâces (Chambles)

NOTRE ÉQUIPE NATIONALE…

… a continué à se réunir en visio-conférence tous les mois, et a pu se rencontrer en septembre à Notre-Dame-de-Grâces (42) pour faire le point et construire une vision commune pour 2021. ■

Joël
Groupe de coordination nationale

Focus Naomi Downie Australie

Bonjour ! Je m'appelle Naomi et j'anime actuellement le groupe international de méditation en ligne des jeunes. Notre groupe se réunissait sur Zoom avant la pandémie de la Covid. C'est pour moi une bénédiction que nous ayons été prêts à apporter un soutien pendant la période du confinement en mettant en lien des communautés de personnes partageant les mêmes idées.

Je fais partie des groupes de méditation et de retraite des jeunes de la WCCM de Nouvelle-Galles du Sud depuis que je suis venue vivre à Sydney, il y a plus de 10 ans. Lorsque j'ai vu le dépliant à Cafechurch dans le Glebe, ce fut pour moi un grand soulagement d'avoir trouvé une voie chrétienne de silence méditatif.

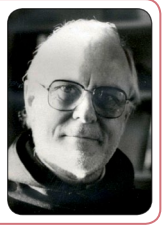
J'ai été attirée par la méditation depuis l'époque où j'étais à l'université et que j'empruntais à la bibliothèque des cassettes de méditations guidées. J'avais grandi dans l'Église, mais je cherchais une voie mystique que je n'avais pas trouvée dans l'Église de mon enfance. Les cassettes m'ont été très utiles et j'ai continué à participer à des retraites bouddhistes et à chanter *Om Mani Padme Hum*. J'ai participé à du chant kirtan avec les Hare Krishnas et j'ai chanté *Hare Hare Hare Rama Hare Krishna* en groupe en guise d'appel et de réponse. J'ai lu la Bhagavad Gita qui fut pour moi un texte fondateur. J'ai fait l'expérience de la méditation des chakras et du reiki, et j'ai tenté de faire s'élever ma kundalini par le travail de la respiration. Toutes ces choses furent pour moi enrichissantes et fascinantes, mais il me manquait encore la convivialité et l'aide d'un enseignement continu.

C'est alors que j'ai rejoint, à 25 ans, l'École de Philosophie de Newcastle. Pendant trois merveilleuses années, j'ai assisté à un cours hebdomadaire qui introduisait progressivement les concepts et les enseignements de la sagesse par des débats solides et de plus en plus profonds. Je n'ai jamais oublié mon initiation au mantra de l'École lors d'une belle cérémonie. J'ai continué à utiliser ce mantra pendant les quatre années suivantes, deux fois par jour, ainsi qu'à faire des lectures et dessiner des mandalas. J'y étais très investie. L'École utilisait comme mantra le nom d'un dieu hindou. Au bout d'un certain temps, le mot ne me correspondait plus très bien et je n'arrêtais pas de tousser en le disant. Après avoir quitté l'École, et suite à une rupture, quelqu'un m'a fait parvenir un CD du père Laurence sur la méditation chrétienne. Sa voix m'a semblé très apaisante et calmante. J'ai commencé un lent processus de retour au Christ et suis partie à Melbourne suivre une direction spirituelle.

Lorsque j'ai déménagé à Sydney pour mon travail, il fut très important pour moi de trouver une église où se pratiquait la méditation chrétienne. J'en ai trouvé une et je ne l'ai plus quittée. J'ai vécu de merveilleuses retraites à Mittagong et Dangar Island, des retraites en silence à St Mary's et des journées de retraite à Lavender Bay et Blue Mountains. J'ai également participé à des groupes à Paddington et Glebe, ainsi qu'à de merveilleux séminaires et conférences à Sydney et Melbourne.

Les séances de méditation en ligne, les retraites et les conférences furent pour moi une véritable source d'inspiration et de soutien dans ma quête d'un retour à une pratique régulière et personnelle. J'ai récemment rejoint le comité de l'équipe de coordination des jeunes de Nouvelle-Galles du Sud. J'ai hâte d'avancer vers l'avenir avec cette équipe et de travailler à la croissance de la méditation chrétienne des jeunes. ■

Un mot de John Main



« La méditation est ouverture à une réalité que nous ne pouvons découvrir et rencontrer que dans les profondeurs de notre être.
Ainsi, nous devons apprendre à être silencieux, profondément silencieux. »

Directeur de la publication : Pascale Callec, secrétaire de rédaction : Marie Palard, traduction : Chantal Mougin, mise en page : Louis Dubreuil.
Ont contribué à ce numéro : Pascale Callec, Leonardo Corrêa, Naomie Downie, Joël Dupuis, Laurence Freeman, Marie Palard, Gabriel Vieille
Informations et contacts en France : Pascale Callec, 399 chemin des Roux, 38410 Saint-Martin-d'Uriage - pascale@wccm.fr
Publications : http://www.mediomedia.com
Centre international : WCCM International Office, St Marks, Myddelton Square, London EC1R 1XX, Royaume-Uni.
Tel +44 (0) 20 7278 2070 – Fax + 44 (0) 20 8280 0046 – Email : welcome@wccm.org