

La méditation chrétienne : 30 ans de croissance



L'ouverture du cœur à la prière contemplative est aussi naturelle que l'éclosion d'une fleur. Il faut simplement lui permettre d'être.
John Main, o.s.b.

Un apport à la vie ecclésiale

Alors que s'intensifie dans l'Église du Québec la préoccupation de l'éducation de la foi des adultes, la méditation chrétienne, selon l'enseignement du bénédictin John Main, tente d'y répondre à sa manière. Aux personnes qui cheminent au niveau de l'éveil de la foi comme de sa maturation, elle propose une voie de prière profonde, l'expérience du Tout-Autre au plus intime de soi, dans le silence. Le 30^e anniversaire de la méditation chrétienne offre une occasion de faire connaître davantage et d'expérimenter surtout cette voie d'intériorité encore trop méconnue.

Une vitalité appréciable

Depuis 30 ans, des centaines de personnes ont trouvé, dans l'enseignement du bénédictin John Main (1926-1982), la source d'une vitalité spirituelle nouvelle. On les retrouve s'adonnant seules ou participant aux quelque 57 petites communautés, présentes en diverses régions du Québec, en Ontario, au Manitoba et au Nouveau-Brunswick. Dans ces communautés, l'accueil est une attitude importante et des liens profonds d'amitié spirituelle se tissent au cœur du silence.

La méditation chrétienne, un héritage

En plein XX^e siècle, dans un monde en profonde mutation, John Main a voulu apporter une réponse pratique à la quête spirituelle contemporaine : la méditation chrétienne, une prière simple, dépouillée, silencieuse, accessible à toute personne et non réservée à une élite religieuse. Il propose, au cœur habité par la foi et l'amour, la reprise d'un seul mot-prière, par-delà les pensées et l'imagination qui nous agitent. Pour lui, l'usage d'un seul mot, comme une invocation constante, semble le moyen le plus pratique de calmer le bavardage intérieur et de se disposer à la simple présence. Plus qu'une technique, c'est une prière de pauvre où le cœur s'ouvre à l'Amour, source de transformation profonde.

Un ancrage dans la tradition chrétienne

Certaines personnes s'étonnent qu'une telle pratique spirituelle fasse partie de notre héritage chrétien. Pourtant, elle remonte aux Pères du Désert d'Égypte. Au IV^e siècle, le moine Jean Cassien, qui a exercé une influence marquante sur l'Église d'Occident, en est un témoin privilégié. Voici ce qu'il dit: «L'âme doit sans cesse revenir à cette formule (le mot-prière). Qu'elle se restreigne à la pauvreté de cet humble verset.» Au XIV^e siècle, dans l'ouvrage d'un mystique anglais, *Le Nuage de l'inconnaissance*, on peut lire : «Choisis un mot, un seul mot, court plutôt que long, puis fixe-le dans ton esprit pour qu'il y reste.» John Main a renoué avec cette tradition séculaire et il a travaillé à son actualisation. Grâce à lui, un trésor de la tradition chrétienne a été remis en évidence et rendu largement accessible aux laïcs chrétiens et à toute personne en recherche.

Une étonnante fécondité

Depuis le décès du Père Main, Laurence Freeman, bénédictin lui aussi et compagnon de la première heure, a pris la relève et poursuit la mission. Sous son impulsion, la semence jetée en terre a produit un grand arbre. Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada fait partie d'un vaste réseau qui compte plus de 2000 communautés de méditation, réparties dans 115 pays. Cette Communauté mondiale de la Méditation chrétienne souligne ses 30 ans d'existence en 2021, poursuit son développement par-delà les barrières de langues. Elle puise toujours son inspiration dans l'enseignement du bénédictin John Main, ce maître de prière.

Dans ses *Écrits théologiques*, le théologien Karl Rahner affirmait : «Le chrétien du futur sera un mystique ou ne sera pas.» Une quête spirituelle nouvelle s'exprime. Toutefois, plusieurs personnes désespèrent d'y trouver dans l'Église une réponse satisfaisante. Il est urgent que la tradition contemplative chrétienne soit mise à la portée de tant d'hommes et de femmes en recherche de l'essentiel. Il y a près de 60 ans, le Concile Vatican II avait souligné la nécessité de donner une orientation plus contemplative à la vie spirituelle des chrétiens. Le chantier reste largement ouvert.

Michel Boyer ofm
accompagnateur spirituel de MCQRFC

Pour toute information, communiquez avec le secrétariat de MÉDITATION CHRÉTIENNE DU QUÉBEC ET DES RÉGIONS FRANCOPHONES DU CANADA (MCQRFC) au 450-446-4649; par courriel : info@meditationchretienne.ca . Consultez le site Internet : www.meditationchretienne.ca