

UNE VOIE D'INTÉRIORITÉ RETROUVÉE LA MÉDITATION CHRÉTIENNE

En plein 20^e siècle, John Main a voulu apporter une réponse pratique à la quête spirituelle de ses contemporains. Il s'agit de 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, cette 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.

Cette pratique spirituelle puise dans notre héritage chrétien. Elle remonte aux Pères du désert d'Égypte. Au 4^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. » De même, au 14^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 n'a fait que renouer avec cette tradition séculaire et travailler à son actualisation. Il a contribué à la rendre accessible aux laïcs chrétiens et à toute personne en recherche de l'essentiel.

La méditation chrétienne répond au fond à l'appel du concile Vatican II qui invitait à donner une orientation plus contemplative à la vie spirituelle des chrétiens.

En terminant, je vous invite fortement à visiter périodiquement notre site Internet. Vous y trouverez une belle source d'informations et un encouragement à poursuivre le pèlerinage intérieur.

www.meditationchretienne.ca

Salutations fraternelles,

Père Michel Boyer, o.f.m.
accompagnateur spirituel de MCQRFC