

Retenez la date

La retraite avec le père Laurence aura lieu les 4, 5 et 6 septembre au centre de la Roche d'Or (Besançon) sur le thème « L'amour et la bénédiction de l'échec ».

Laurence reprendra le thème de la retraite de Monte Oliveto, de juin 2015. S'inspirant d'un poème de George Herbert : « Amour m'a dit d'entrer, mon âme a reculé... », il explorera l'immense don de l'être qui nous est fait, et les manières dont nous tentons sans cesse de l'éviter. Comment, en définitive, ces échecs peuvent se retourner à notre avantage, et nous entraîner vers une ouverture à un niveau plus profond de notre être, où le don nous attend patiemment.

Renseignements et inscriptions : Geneviève et Gabriel Vieille-Foucaut, 4, rue Parguez, 25000 Besançon.
Tél. +33 (0)3 81 51 16 12. gabriel.vieille@sfr.fr - genevieve.vieillefoucaut@sfr

Site Web français : www.wccm.fr. Forum d'échange : <http://meditationchretienne.forumactif.fr/>.

Sites de nos amis canadiens : www.meditationchretienne.ca, et de nos amis belges : <http://wccm.be>. Ils sont riches en ressources complémentaires en français. Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la CMMC dans le monde.

Lectures hebdomadaires – 31 mai 2015

Même si vous êtes physiquement éloigné d'autres méditants, vous êtes unis à eux dans l'Esprit. Chaque matin et chaque soir, prenez le temps de méditer entre 20 et 30 minutes. Il est préférable, autant que possible, de méditer au même endroit et à la même heure, de telle sorte que vos temps de méditation s'intègrent naturellement à votre journée. Soyez généreux avec votre temps, soyez fidèle au mantra, et vous entrerez dans le réseau de silence qui nous unit tous dans l'Esprit.

John Main o.s.b., extrait de *Monastery Without Walls: The spiritual letters of John Main*, Canterbury, Norwich, 2000, p. 127-128.

Le don de la vision est la merveille de la création. Nous sommes habilités à voir la réalité dans laquelle nous avons la vie, le mouvement et l'être. Ce n'est pas un don que nous pourrions jamais posséder parce que c'est un don que nous recevons en continu. En le retournant, en lâchant prise, nous le recevons de nouveau encore plus pleinement. C'est pourquoi, plus nous méditons, plus nous le faisons sans demandes ni attentes. La connaissance que Dieu nous a créés pour avoir part à l'être prend possession de nous sans que nous le sachions. Cependant, la lumière de la conscience dans laquelle nous nous dilatons est complète, telle que la conscience de soi bornée de l'ego ne peut jamais être.

Pour ceux qui avancent humblement sur le chemin de la prière dans la lumière, c'est le savoir essentiel dont ils ont besoin. La connaissance est expérience. C'est aussi la Parole qui, une fois prononcée, rend conscient qui l'entend. Elle nous appelle à sortir des vieux schémas arrêtés et nous pousse à respirer plus profondément dans la réalité en expansion et à placer notre centre de conscience au-delà de la préoccupation pour soi-même. C'est découvrir que notre centre est en Dieu. Comment nous en sommes arrivés à faire ce voyage est moins important que de l'entamer véritablement. Pour commencer, il est nécessaire d'effectuer à un moment ou un autre un engagement réel. Ce moment de don de soi, d'abandon de l'ego, est le trou dans le mur de l'ego qui, quoique fugitivement au début, laisse passer la lumière. La lumière entrera avec de plus en plus d'intensité jusqu'à ce qu'elle balaye tout ce qui bloque la translucidité.

Ce moment d'engagement nous est toujours accessible. Ce n'est pas un idéal absent, une possibilité théorique, mais toujours une réalité présente accessible par la foi. La question est : sommes-nous suffisamment présents à nous-mêmes pour le voir, pour entendre l'invitation et y répondre ? Tout moment est *le moment* parce que le temps tout entier a été chargé de sens divin. « Maintenant est le temps acceptable. » Tout le temps est le « moment du Christ ». Tel un amant, tel un jardinier, Dieu attend patiemment notre réponse, notre croissance.

Méditez pendant trente minutes

Rappelez-vous : Asseyez-vous. Restez immobile et le dos droit. Fermez doucement les yeux. Soyez détendu mais vigilant. En silence, intérieurement, commencez à dire un mot unique. Nous recommandons le verset de prière « Maranatha qui signifie « Viens, Seigneur » en araméen. Récitez-le en détachant chaque syllabe. Ecoutez-le tout en le disant, doucement, mais sans discontinuer. Ne retenez et n'entretenez aucune pensée, aucune image, spirituelle ou autre. Laissez passer les pensées et les images qui surgissent. Ramenez simplement votre attention – avec humilité et simplicité – sur la répétition intérieure de votre mot dans la foi, du début à la fin de votre méditation.

Après la méditation

Andrew Harvey, *A Journey in Ladakh*, Houghton Mifflin, Boston, 2000, p. 92-93

Considérer que cette rivière, ces rochers, cette lumière, ces montagne qui changent dans la lumière, « vont de soi » et s'en délecter : c'est cela que j'apprends lentement ici. J'apprends à ne pas jeter des noms sur les choses. Même lorsque j'écris ou pense, simplement, rocher, rivière, lumière, montagne, je commence à voir la chose à travers le mot, à accompagner la chose, le rocher, cette lumière sur mes mains, sans peur ni besoin de parler.

Les choses existent dans l'innommable. Parfois je suis libre, ou libéré par ce paysage, pour les voir comme elles sont, sans souhaiter les nommer. Parfois, quand les rochers rougeoient dans le soleil qui décline, ou la rivière lance soudain des éclairs entre les pierres, ou deux oiseaux se cachent dans un éclat de lumière au-dessus de ma tête, je comprends que tous les noms échouent à traduire l'éclat des choses. Et cette compréhension, tant qu'elle dure, est paix.

Notre site : WWW.WCCM.FR Vous retrouverez les lectures à la rubrique <lectures>. Pour toute demande les concernant, ne plus les recevoir ou nous signaler un changement d'adresse, renvoyez cet email en notifiant votre souhait.