

### Retenez les dates

- Une retraite avec le père Jacques de Foïard-Brown aura lieu sur le thème « L'abandon spirituel, le lâcher-prise, la confiance » : du 16 au 18 octobre à l'abbaye de Rhuys (Morbihan), organisée en partenariat avec Ephata Quimper. Renseignements et inscriptions : Sophie Fayet, 3 allée des Mirabelles, 69340 Francheville  
Tél : [+33 \(0\)6 15 76 77 66](tel:+33615767766). [so.fayet@sfr.fr](mailto:so.fayet@sfr.fr) - [Télécharger le dépliant](#)
- La retraite en silence avec le père Jean-Luc Souveton initialement prévue du 30 octobre au 1er novembre à l'abbaye de Pradines (Loire) est malheureusement annulée pour des raisons logistiques.
- Une retraite de présentation et de pratique de la méditation chrétienne avec Éric Clotuche aura lieu du 6 au 8 novembre au monastère d'Hurtebise (Belgique).  
Renseignements : [contact@wccm.be](mailto:contact@wccm.be)  
Inscriptions : Monastère d'Hurtebise, 6870 Saint-Hubert - [hurtebise.accueil@skynet.be](mailto:hurtebise.accueil@skynet.be) - [Télécharger le dépliant](#)
- Les inscriptions à la journée de réflexion, d'initiation et de pratique de la méditation du 11 novembre 2015 au Théâtre du Châtelet sont closes.
- Une retraite en silence avec Éric Clotuche aura lieu du 13 au 15 novembre à l'abbaye de Landévennec (Finistère) sur le thème « Le combat spirituel : un chemin de détachement et de liberté ».  
Renseignements et inscriptions : Service diocésain pour l'animation spirituelle, Yves le Thérésien, Espace Ozanam – Centre de Keraudren 110, rue E. De Tremaudan, 29200 BREST  
Tél : [+33 \(0\)6 85 33 22 73](tel:+33685332273) – [aspir29@hotmail.com](mailto:aspir29@hotmail.com) - [Télécharger le dépliant](#)
- Du 4 au 6 septembre a eu lieu une retraite avec le père Laurence Freeman sur le thème « L'amour et la bénédiction de l'échec ». Vous pouvez écouter et télécharger les enregistrements des conférences données par Laurence Freeman en vous rendant [sur la page dédiée de notre site web](#)

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

Sites de nos amis canadiens : [www.meditationchretienne.ca](http://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](http://www.wccm.org), avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la CMMC dans le monde.

### Lectures hebdomadaires – 11 octobre 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.**, *Word Made Flesh*, « The Silence of Love », Canterbury, Norwich, 2009, p. 29-30.

Le langage est tellement impuissant à exprimer la plénitude du mystère. C'est la raison pour laquelle le silence absolu de la méditation est d'une importance suprême. Nous ne cherchons pas à penser à Dieu, à parler à Dieu ou à imaginer Dieu. Nous nous tenons dans ce silence stupéfiant, ouvert au silence éternel de Dieu. Nous découvrons en méditation, par la pratique et par l'enseignement quotidien de

l'expérience, qu'il est, pour tous, notre milieu naturel. Nous sommes créés pour cette expérience et notre être s'épanouit et se dilate dans ce silence éternel.

Mais déjà le mot « silence » dénature l'expérience et peut faire peur à beaucoup, parce qu'il suggère une expérience négative, la privation de son ou de langage. On craint que le silence de la méditation ne soit de nature régressive, mais l'expérience et la tradition nous enseignent que le silence de la prière n'est pas l'état pré-linguistique mais post-linguistique dans lequel le langage a accompli sa tâche de nous conduire à travers et au-delà de lui-même et de l'univers entier de la conscience mentale. Le silence éternel n'est privé de rien, et il ne nous prive de rien. C'est le silence de l'amour, de l'acceptation sans réserve et sans condition. [ ... ] Nous nous connaissons aimés, ce qui nous permet d'aimer. La méditation est une façon d'achever ce cycle de l'amour. Par notre ouverture à l'Esprit qui réside en nos cœurs, et qui, en silence, est tendresse pour tous, nous entamons le pèlerinage de la foi. Nous terminons dans la foi parce qu'il y a toujours un nouveau commencement à la danse éternelle de l'être-dans-l'amour.

*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*

Diane Ackerman, "School Prayer" in I PRAISE MY DESTROYER (New York: Vintage, 2000, Kindle edition), p.3.

Au nom du point du jour  
et des paupières du matin  
et des voyages de la lune  
et de la nuit lorsqu'elle se retire,

Je jure que je ne déshonorerai pas  
mon âme par de la haine,  
mais que je m'offrirai humblement  
comme gardienne de la nature,  
comme soignante de la misère,  
comme messagère de la merveille,  
comme architecte de la paix.

Au nom du soleil et de ses miroirs  
et du jour qui l'écarterait  
et des voiles de nuages étirés par-dessus  
et du plus fort de la nuit  
et de l'homme et de la femme  
et des plantes qui font éclater les graines  
et des saisons suprêmes  
de la luciole et de la pomme,

J'honorerai toute vie  
- où que ce soit et sous toute forme  
où elle demeure ó sur ma maison la Terre  
et dans les manoirs des étoiles.

Notre site : [WWW.WCCM.FR](http://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.  
Pour la pratique de la lectio divina, vous pouvez consulter les lectures quotidiennes de la liturgie sur le site [www.levangileauquotidien.org](http://www.levangileauquotidien.org)