



## Éditorial

Chers méditants et amis de la CMMC



Vous serez peut-être surpris ou amusés de lire la lettre de Laurence Freeman écrite en janvier sur le thème de Noël, alors que nous venons juste de fêter

Pâques ! La nécessité de traduire ce texte originellement écrit en anglais, et le fait que toutes les personnes qui permettent que vous ayez chaque trimestre ce bulletin sont bénévoles, expliquent ce décalage dans le temps. En même temps, lire cette lettre tout en étant encore dans l'énergie de la Résurrection apporte un éclairage particulier sur le mystère pascal. J'ai, quant à moi, le sentiment d'avoir vécu la semaine sainte d'une manière différente cette

année : plus concernée, moins spectatrice, plus « avec mes tripes »... Et de nombreux liens se sont faits avec ma vie de tous les jours. Peut-être est ce l'un des fruits de la méditation ?

J'ai ressenti peut être pour la première fois, lors du chemin de croix, la souffrance, le désespoir absolu que les disciples de Jésus et les femmes au pied de la croix ont dû ressentir : le « c'est fini », le « plus jamais », le non-sens, l'horreur absolue... Trois jours durant. Mais le troisième jour, Marie-Madeleine croise un homme qu'elle prend pour le jardinier, ce jardinier l'appelle par son prénom et elle reconnaît Jésus.

Il arrive parfois dans la vie d'être dans ces trois jours, ou d'avoir un proche qui traverse un temps où plus rien ne va, où le désespoir vous engloutit. En ce moment, ouvrir un journal et lire ce qui se passe dans le monde peut nous plonger dans cet état d'abattement. Mais une heure après, une semaine après, des années après... vient le troisième jour.

« Que fut ce matin pour Marie-

Madeleine? Je l'ai suivie dans ses rues d'hésitation... À l'entrée du jardin, en lisière de la nuit je me suis arrêtée. J'ai entendu aussi une voix m'appeler par mon nom. Et je me suis tenue dans cette terre de foi qu'étaie à mes pieds la folie pascale. Soufflée par ce détail temporel avec lequel l'évangéliste commence le récit de l'inénarrable, j'ai reconnu que tout pouvait tenir en ce détail : il peut arriver que le matin vienne alors qu'il fait encore nuit. » C'est par ces mots que se termine le commentaire du pasteur Marion Muller-Collard sur le passage de l'évangile de Jean (20, 1), lorsque Marie-Madeleine se rend au tombeau. Merci à Geneviève Escaffit, animatrice à Fuveau (13) de m'avoir envoyé ce très beau texte d'espérance<sup>1</sup>. ■

**Sandrine Hassler-Vinay**

Coordinatrice nationale de la CMMC France  
[vinaysandrine@yahoo.fr](mailto:vinaysandrine@yahoo.fr)

1. Tiré de *Détails d'Évangile* de Marion Muller-Collard, préface de Jean-Paul Vesco op, Éd. Passiflores.

## Zoom



Kim Nataraja a donné deux conférences lors de la rencontre nationale de la CMMC qui s'est déroulée à Saint-Jacut-de-la-mer (voir pages 9 et 10).

# La lettre de Laurence Freeman, osb

Directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne



Transmise depuis vingt générations, l'histoire de Jésus n'est pas – et n'était pas censée être – une biographie et certainement pas le genre de reportage journalistique auquel nous sommes habitués de nos jours. Il ne s'agit même pas, principalement, d'événements historiques objectifs, sauf dans la mesure où ils se rapportent à une expérience inhabituelle de présence, ici et maintenant, d'une dimension de la réalité différente de toutes celles dont nous sommes conscients. Cette histoire semble tellement simple, limpide, savoureusement entrelacée de tous nos souvenirs d'enfance de Noël. Elle s'oppose pourtant implacablement à toutes nos façons fausses ou incomplètes de voir les choses.

Rappelez-vous comment elle commence. Marie est fiancée à Joseph, mais avant qu'ils vivent ensemble, elle tombe enceinte. Heureusement, Joseph est un homme bon et la prend quand même avec lui. Jésus entre donc dans le monde à la limite de la bonne respectabilité et d'une marginalité dangereuse. Le Fils de Dieu arrive presque comme un bâtard socialement exclu avec, pour l'époque, la pire de toutes les étiquettes pour démarrer dans la vie, la naissance hors mariage. Ouf, dira-t-on, il l'a échappé belle ; ensuite les choses peuvent continuer normalement, comme elles le devraient. Le conformisme, la respectabilité, la prévisibilité, le rêve que le jargon entrepreneurial d'aujourd'hui appelle la « viabilité », sont autant de tentatives que nous faisons pour être hors de danger, en sécurité, protégés. Elles semblent nous aider à nier la mortalité et à ignorer l'abîme sur lequel avancent nos vies fragiles.

Mais l'histoire continue à mal se dérouler. D'abord il n'y a pas de place à l'auberge, bien qu'il reçoive quelques jolis cadeaux, quoique plutôt symboliques. Désormais, se dit-on, il peut rentrer à la maison et profiter du bon entourage de sa famille élargie. Mais Joseph reçoit un autre rêve et les voilà devenus des réfugiés, fuyant pour sauver leur vie tandis qu'est perpétré un massacre d'innocents, comme celui

de Peshawar. Finalement, le danger s'éloigne, ils rentrent, et on imagine qu'il a connu quelques années paisibles et normales pendant qu'il a grandi. Mais c'était un pays occupé, avec des attaques et des attentats terroristes dont la sainte famille a dû au moins avoir entendu parler. Quoi qu'il en soit, supposons qu'ils ont joui dans une certaine mesure de ce que tout le monde désire, surtout les parents : du calme, de la sécurité et d'une vie régulière agrémentée de petits plaisirs abordables.

*« Ce qui est vraiment effrayant, ce n'est pas le vrai Dieu, mais la terreur que nous ressentons de perdre nos illusions »*

Puis il perd à nouveau tout cela quand, en lui, surgissent simultanément la connaissance de soi et sa mission. Il devient brièvement une célébrité controversée, une fois de plus sur le dangereux fil du rasoir du rejet et de l'exclusion sociale. Il défie (comme le pape actuel) les protections que les dirigeants et les privilégiés construisent pour échapper à la réalité : l'hypocrisie morale, la religion qui bloque la conscience spirituelle, et des images de Dieu fabriquées, bien défendues mais fausses, un blasphème en réalité, qui prétend être sacré. Il n'est donc pas surprenant que l'histoire se termine comme elle a commencé, par l'échec, le sauveur sortant des écrans radar, universellement condamné, un prophète raté, un guérisseur qui n'a pas pu se sauver lui-même.

Quelle histoire ! Peut-être que de nombreux parents qui vivent mal de ne pas avoir créé une « famille parfaite » et de ne pas avoir été capables de donner à leurs enfants toute la sécurité et l'amour dont ils ont besoin devraient se consoler. Cela nous rappelle qu'il y a du sens, ou tout au moins une issue à notre incapacité à être ce que nous voudrions (ou comme nous devrions). N'est-il

pas intéressant, alors, qu'on élude si facilement

le sens libérateur de l'histoire de Noël en la transformant en un pastiche, un conte de fées ? Ce faisant, on renforce cela même que l'histoire est censée mettre en lumière et dissiper pour nous en libérer. Si on n'en comprend pas le sens, on reste enfermé dans une image de Dieu qui non seulement est erronée, mais nous empêche de développer notre potentiel en nous emprisonnant dans la culpabilité et l'échec.

Dieu est alors vu non pas comme venant vers nous pour « nous libérer de nos péchés », mais pour accroître le châtement. Thérèse de Lisieux, dans sa profonde simplicité – durement acquise –, l'a clairement vu. Elle était blessée de voir combien de chrétiens avaient peur de Dieu. Comment peut-on, s'étonnait-elle, être effrayé par un Dieu qui a été un bébé ?

Mais on ne peut pas se contenter d'en rejeter la responsabilité sur les autres. Ce qui est vraiment effrayant, ce n'est pas le vrai Dieu mais la terreur qu'on a de perdre ses illusions.

Pour protéger notre façon de construire le monde comme une défense contre la dure réalité, on échafaude des systèmes, surestime des institutions et élabore des stratégies présomptueuses. Ensuite, si on s'en sort, on dit que c'est ce que Dieu veut. Évidemment, la vie est si courte et si vulnérable qu'il n'est pas surprenant que nous attachions tant de valeur à nos systèmes et notre sécurité. Et souvent, ils fonctionnent bien. Comme l'industrie aéronautique qui a tissé sur le monde un continuum d'espace-temps et a changé notre façon d'imaginer la planète et de nous relier à nos frères humains. En même temps, bien sûr, nous sommes devenus des « clients » commerciaux plutôt que des « voyageurs » héroïques et des pèlerins. Les avions remplacent désormais la longue, dangereuse et inconfortable expérience du voyage qui était le privilège de quelques-uns, qui faisait traverser

des cultures et des climats différents à un rythme humain, en donnant le temps de savourer les transitions et les gradations entre les cultures, d'assimiler et de s'adapter à la diversité des langues, des nourritures, des croyances et des cultes. Au lieu de cela, on est obsédé par la vitesse. Nous avons créé une culture d'une stérilité sidérante, et un déchaînement de consumérisme dans le système des aéroports internationaux. Mais on y est en sécurité. Les règlements de l'industrie ont, non sans qu'il en coûte, créé le mode de transports le plus sûr de tous les temps. Alors bravo au réductionnisme, à la normalisation, et aux outils technologiques qui marchent.

Mais quand ils ne marchent pas, l'illusion de la sécurité, le déni de la réalité s'effondrent. Par une petite déchirure dans le voile, avant qu'il ne soit réparé, on voit que l'abîme est toujours là.

Pour autant que je me souviens, je n'ai raté que deux vols en vingt-cinq ans (bien plus ont été annulés ou retardés). En décembre, j'en ai raté deux dans la même journée. Lorsque l'agitation, la honte d'avoir à annuler un engagement, la course haletante de porte en porte pour sauver la situation, quand tout cela fut terminé, j'ai eu deux bonnes heures devant moi pour me détendre et j'ai reçu une grande grâce. (Toutes les mauvaises choses portent en elles des grâces qui attendent d'apparaître, comme un papillon hors d'une chrysalide ratatinée ou un ange s'élevant au-dessus des décombres d'un jour de tristesse, qui nous fait lever les yeux au-dessus de notre défaite). Hier, l'ange d'Heathrow n'est pas tout à fait apparu comme cela. Mais ma grâce a consisté en ce que, malgré ma propre agitation et la frénésie de consommation qui m'entourait, j'ai pu méditer dans un coin tranquille et me re-régler. J'ai vu que, alors que c'était bien sûr important, c'était aussi sans importance. J'ai vu que la paix est plus profonde que l'agitation. J'ai appris, une fois de plus, quel trésor nous attend, toujours si fidèlement, dans le cœur de l'homme. Je ne l'avais pas oublié. Je n'avais pas cessé d'y croire. Mais j'avais besoin de le vérifier ; et il était content d'être retrouvé. Ces retrouvailles sont ce qui rend la vie supportable, ce qui lui donne un sens et fait qu'elle vaut, fondamentalement, la

peine d'être vécue. À chaque nouvelles retrouvailles, la foi s'approfondit et notre cœur s'installe davantage dans un lieu de gratitude.

On nous apprend très jeune qu'on devrait être reconnaissant pour les cadeaux reçus ou pour les privilèges de la vie. Mais il faut beaucoup de temps pour pouvoir vraiment voir et apprécier ces choses qui devraient éveiller spontanément en nous un esprit de gratitude : non pas, d'abord, les choses que nous possédons, mais le fait que nous existons. On se focalise aisément sur ses insatisfactions et ses désirs insoumis. On considère comme allant de soi les choses vraiment bénies de la vie qui nous relie directement au don de l'être en lui-même. Si elles s'obscurcissent momentanément, on peut dire par déception ou désespoir, que « cela prouve qu'elles n'étaient que des illusions ». Pourtant, le risque, en vivant sans ce sentiment instinctif de gratitude, est de plonger dans l'abîme et de tomber du pont étroit que l'on traverse entre la naissance et la mort.

De toute façon, il importe peu qu'on nous dise ce qu'on « devrait ressentir ». On apprend vite à simuler, même à ses propres yeux, ce à quoi on est « censé » ressembler, à être poli et à se conformer aux attentes de ceux dont on dépend. Mais il s'agit de trouver la source de la vie qui jaillit en nous d'une source située au-delà du cosmos visible et au-delà du mystère du temps qui est venu à l'existence avec le cosmos. Que cette source soit en fait plus proche de nous que nous ne le sommes de nous-même dépasse l'imagination et donc le désir. Mais c'est le don de Noël (et de la méditation).

Libérer cette source de vie apporte spontanément la gratitude. Cette gratitude démantèle les barrières de la compétition et de la suspicion qui nous séparent constamment de toute relation véritable. Comment libérer cette source ? Si seulement il y avait un système, un programme qu'on puisse s'acheter ou s'injecter. Mais la libération vient simplement en restant immobile. Dans l'immobilité naît la connaissance. On imagine que cette connaissance va venir telle une célébrité accompagnée de ses acolytes ou une armée occupant le terrain conquis. Mais elle ne se trouve pas dans la tempête ni dans le

tremblement de terre. Elle vient avec la puissance de la tendresse, avec le toucher infiniment délicat de Dieu, et avec une sensibilité et un respect auto-révélateurs pour ce qu'il a créé. C'est pourquoi elle détruit si puissamment les tempêtes de la colère, de la peur et de la dépendance.

Ce trésor, la graine qui toujours croît en nous, doit être constamment redécouvert. Le trouver – personnellement et pour soi-même – est l'aspect essentiel du Royaume. On ne peut pas le transférer électroniquement. Il n'est jamais une marchandise, un objet d'échange. Il est sans prix. Si les riches et les puissants le trouvent si difficile à voir, ce n'est pas parce qu'ils sont punis d'être riches. C'est parce que leurs habitudes de perception et de relations sont si souvent conditionnées et piégées par la possessivité et l'âpreté au gain qu'ils sont simplement incapables de le voir. Ils sont comme des gens qui, dans une course à pied, essaieraient de sprinter avec des chaussures de randonnée. Et pourtant, ce trésor décide toujours du moment et de la manière qui lui conviennent pour se révéler. Nous pouvons le rencontrer où que nous soyons et quel que soit notre état d'esprit du moment, au temps de Dieu, pas au nôtre. Le poète W. B. Yeats l'a rencontré un jour, alors qu'il était assis dans un salon de thé à Londres. Son poème à propos de cet instant nous rappelle qu'il ne faut jamais être dogmatiquement normatif concernant l'endroit où cette rencontre avec Dieu peut se faire :

« J'étais assis, homme solitaire,  
 Dans un magasin de Londres plein  
 de monde,  
 Un livre ouvert et une tasse vide  
 Sur le plateau en marbre de la table.  
 Alors que je regardais la boutique et  
 la rue  
 Mon corps s'est soudain embrasé ;  
 Pendant vingt minutes plus ou moins  
 si grand était mon bonheur,  
 Il m'a semblé, que j'étais béni et  
 pouvais bénir. »

(*The Winding Stair and Others Poems*)

Comme pour l'histoire de Noël, on a toujours besoin de réapprendre à la fois l'expérience et le sens de la découverte de ce trésor. Ce qui s'est passé au cours des siècles, c'est peut-être qu'on a entendu le récit de ce qui avait (un jour)

été retrouvé enterré dans le champ. Jésus s'est totalement investi dans l'annonce que le Royaume est en nous et parmi nous, enterré dans un champ, poussant comme une graine, découvert en retrouvant ce qui est si douloureusement perdu, qu'il s'agisse d'un mouton, d'une pièce de monnaie, d'un fils ou de sa propre vie. Puis de grandes études de la tradition mystique ont été publiées, des professeurs ont défendu des théories, des psychologues ont expliqué cette expérience, des théologiens l'ont remarquée mais l'ont de plus en plus évitée. Comme Jésus lui-même, elle a été marginalisée. Elle est devenue une abstraction, une théorie, et même un privilège pour des religieux chastes. Puis, comme il arrive chaque fois qu'une partie d'un tout est séparée du reste, elle est devenue un objet de suspicion, d'incompréhension et même de peur. Les dimensions contemplative, sacramentelle et institutionnelle de la vie chrétienne qui ensemble forment un tout ont été séparées. Les significations les plus importantes de la découverte du Royaume en nous et parmi nous – à savoir qu'elle est immédiate, une grâce et non une récompense, inconditionnelle et qui ne peut pas être interrompue – tout ce qui pourrait faire qu'elle transforme un voyage en enfer en un jour de grâce, presque tout ce qui nous aiderait à avoir confiance pendant la longue-courte marche au-dessus de l'abîme humain, a été obscurci ou caché.

Nous oublions que la vie est un don et nous perdons la reconnaissance du cœur qui fait vibrer la vie. L'Incarnation affirme la bonté et la nature joyeuse de la création et elle le fait en intégrant le côté sombre, les échecs et les tragédies de l'inhumanité, pas en les niant. Comme l'a remarqué Simone Weil – et ce n'est pas une intuition qui survit longtemps dans la zone commerciale duty free d'Heathrow – la joie comme la souffrance livrent le même message. Si l'histoire de la naissance n'était qu'idyllique, une image publicitaire pour nos illusions, nous ne pourrions pas et ne devrions pas y croire. Ce ne serait pas un vrai don, mais une de ces promotions qui promettent « achetez-en trois pour le prix de deux ». C'est peut-être une bonne affaire qui répond à vos besoins ou désirs immédiats. Mais nous

savons que ce n'est pas gratuit, car si nous disions « donnez-moi celui qui est gratuit, je n'achèterai pas les deux autres », la vérité apparaîtrait. Le sourire du vendeur s'effacerait et on nous demanderait de partir. C'est pourquoi la vie dans une société de consommation a de nombreux avantages par rapport à la vie dans une société religieuse : elle nous donne tant d'occasions évidentes, faciles, de débarrasser la vie de ses illusions. La tentation du Jardin d'Éden est aussi toujours là également, bien sûr. Elle consiste à essayer de posséder le don de faire de l'argent (de la réputation ou du pouvoir) même avec l'expérience de Dieu, de mettre Dieu en bouteille ou dans un programme.

*« Le don, c'est que la bulle éclate et que l'air pollué soit purifié au contact de la fraîcheur de la réalité »*

La gratitude et la réalité sont inséparables et sont nécessaires à tout mode de vie équilibré. Faire l'expérience du don de la vie – lumineux et sombre – et de la pure grâce du royaume n'est jamais négatif. Il y a cependant des cadeaux qui imposent un sentiment d'obligation ou une demande de reconnaissance, ou qui nous rendent dépendant du donateur. Si celui-ci fixe des conditions, ce sont de faux cadeaux. Dieu nous donne Dieu en Jésus. Il entre dans un monde brisé et violent sans déployer de force ni menacer d'employer la force. Il est venu chez les siens (nous) et les siens ne l'ont pas reçu, car accepter un tel don, c'est être transformé. Nous aimerions tous changer, mais la transformation, comme la perte de nos illusions, est douloureuse et effrayante.

Un vrai don est donné. Ce qui est donné est également lâché et libéré pleinement dans la vie du bénéficiaire. Un tel don porte en lui la présence, l'amour, l'être même de la personne qui donne. Cependant, lorsqu'il est donné sans être lâché, il ne peut pas porter l'être du donateur. Ainsi Dieu donne Dieu en Jésus, mais lâche Jésus (l'abandonne même, comme Jésus l'a ressenti à la fin). Dieu ne pose aucune condition à la réception du don, ce qui le rend si exigeant et si facilement dénaturé.

Il est plus facile d'écrire en petits caractères ce que l'intention du legs ne stipule pas : par exemple, que nous devons être bons, obéissants, conformistes, religieux, orthodoxes. Recevoir le don de l'être d'une autre personne, c'est être changé, simplement parce qu'il met tellement de choses entre nos mains ; non pas de celles qu'on peut déposer dans une banque ou dont on peut s'enorgueillir, mais de celles qui nous dilatent au-delà de nous-mêmes et nous rendent capables de donner notre être aux autres.

Vous pouvez ignorer ou refuser un cadeau simplement parce que l'emballage n'est pas séduisant. Pour beaucoup, le don de Noël est enveloppé dans l'Église, qui très vite semble ajouter toutes sortes de conditions en petits caractères pour le recevoir. Cependant, l'Église fera toujours partie du don de Jésus au monde. En tant que communauté, elle s'est façonnée sous l'influence de ce don au cours de son expansion dans l'histoire et les cultures. Mais il y a de nombreux types d'emballage ecclésiastique et le pape François nous montre que nous devrions en jeter quelques-uns sans délai. Son cadeau de Noël à la Curie a consisté en une liste de quinze maladies de l'âme et du psychisme, ou comment le don est obscurci par le cléricalisme, le légalisme et l'habitude hypocrite de s'ériger en juge. L'Église peut mieux faire et donner une meilleure image d'elle-même. Mais derrière l'institution visible se trouve aussi l'expérience de la contemplation par laquelle on trouve et retrouve le don qui est enterré – qui attend d'être découvert – dans le champ du cœur.

La contemplation – la simple jouissance de la vérité – est essentiellement un don ou une grâce, que ce soit au milieu de la foule d'un café ou d'un aéroport, dans une chambre de soins intensifs, au fond d'une église ou dans la paix d'un cloître. Elle est radicalement simple, mais pas facile. La méditation nous entraîne à apprécier ce don à la source. En apprenant à l'accepter, nous apprenons aussi à le partager et cela produit un nouveau style de vie conçu non par une idéologie mais sous l'influence de l'amour. Personne ne peut recevoir ce don sans tomber amoureux de la source. Nous ne pouvons réfléchir profondément à la naissance



de Jésus sans la lier à la Résurrection. Nous ne sommes pas transformés par la réflexion, mais par la reconnaissance. Non par le souvenir mais par la restauration. La reconnaissance, graduelle ou soudaine, du Christ ressuscité constitue la transformation de l'être.

La méditation nous aide à accepter le don. John Main disait qu'elle est notre façon d'« accepter le don de notre être » et tout ce qui y est inclus. Mais il est parfois décourageant de voir combien nous sommes lents à apprendre. Seul l'échec peut nous enseigner cela, et nous ne devrions donc pas sous-estimer le don même de l'échec. Nous entendons et répondons au don et nous voyons les fruits apparaître. Pourtant, nous revenons tellement facilement au vieux système par défaut de l'égoïsme. Le souffle profond de l'allogocentrisme est à nouveau coupé. Ou bien nous faisons une offre, peut-être pour tenter de nous offrir nous-même, librement, sans conditions ; mais quand elle ne produit pas la réaction escomptée, nous faisons machine arrière, en fixant des conditions et en nous durcissant contre le rejet.

Le don de Noël et du temps que nous avons durant ces jours pour y réfléchir nous rappelle qu'il n'y a pas vraiment lieu d'être surpris quand les dons sont refusés, ou que l'ancien système de l'égo reprend le dessus. Souvenons-nous des circonstances réelles de la naissance et de la vie de Jésus et comment son enseignement s'est condensé dans le don de lui-même réalisé par l'inhabitation de l'Esprit. Malgré, et même à cause des apparences défavorables et des rechutes humaines, nous voyons que le don est bon. « Pourquoi m'appelles-tu bon ? » a, un jour, demandé Jésus : « Dieu seul est bon. »

La plupart de nos idées sur la bonté sont prises dans nos idées sur la méchanceté. Nous jugeons le bien par contraste avec le mal. Ce genre de contraste semble assez pratique mais il fait partie d'une façon dualiste de voir les choses, que l'Incarnation transcende. Si Dieu se fait homme, la plus fondamentale des séparations a été transcendée. Lorsque, comme les premiers maîtres l'ont précisé, il « s'est fait homme afin que nous devenions Dieu », toute la stratégie de jeu change. La bonté est-elle équivalente

à un comportement éthique (respecter les règles, ne pas faire de mal) ? Le don de Noël nous dit que non. Un nouveau mode de perception est entré dans le monde matériel et le royaume des hommes, qui affirme que la bonté qui « est » Dieu dépasse nos distinctions habituelles entre bien et mal. Il ne dit pas qu'il est bien de voler, tuer, mentir et exploiter. Mais il dit que Dieu ne nous punira pas si nous le faisons. Le châtiement pour ce genre de comportements est inclus dans nos manières de refuser le don de la vraie bonté. C'est parce que Dieu ne punit pas, même Hérode ou les bouchers de Peshawar, que nous sommes en mesure de voir la bonté qu'est Dieu, d'une manière qui révèle et met en danger toutes les obscurités humaines. Et nous donne aussi le courage d'y faire face.



Le comportement éthique est au mieux épisodique. Très vite, nous échouons sous la pression des circonstances. Le véritable don de la bonté, cependant, est continu et ne peut s'interrompre. Le Verbe qui s'est fait chair existait depuis des temps immémoriaux. Pourtant, cette bonté qui est Dieu et qui est aussi l'essence de l'humain imprègne et rachète le temps avec tous ses échecs et ses fautes. Avant qu'on puisse la voir correctement en soi-même, on rencontre cette bonté, non dans la pensée, mais dans des personnes. Quand je suis allé, l'an dernier, en Birmanie avec quelques-uns

de nos enseignants pour présenter la méditation à l'invitation de l'Église locale, j'ai visité une maison pour personnes handicapées tenue par un groupe de religieuses. En Birmanie, il n'y a pas de centres ni de programmes officiels pour les handicapés et beaucoup de familles sont incapables de faire face. Dans cette maison, les religieuses avaient établi un environnement bien géré et chaleureux – et plus encore. Il n'y avait pas de dépersonnalisation des individus. Cela n'allait d'ailleurs pas sans une certaine désorganisation. Il n'y avait pas de condescendance ou de froide pitié mais un sens remarquable de l'égalité et de la communauté. Je ne pense pas que ce témoignage aurait été possible sans une expérience du don de la bonté qui transcendait l'éthique. Il ne procédait pas du désir, avant toute chose,

de bien faire, mais du fait d'être bon.

Le témoignage de ces religieuses et des personnes dont elles prenaient soin étaient des plus exaltants. Les succès et l'héroïsme qui font les gros titres des journaux et nous inspirent un moment s'effacent aussi, en général, de la mémoire. Les vrais héros de l'humanité ne se retrouvent pas en première page des journaux et leur image ne se diffuse pas à l'infini, comme les célébrités des médias. Mais ils demeurent dans nos vies par leur don de soi. Ils nous ramènent au don même de l'être et donc, au bout du compte, au don de Noël. Alors, hurrah ! Jésus est venu.

Mais, plus important encore, il est resté.

Sa naissance dans la petite poudrière de Bethléem, chaotique et – à l'époque déjà – violente, marqua le début d'une histoire qui n'en est pas encore à sa fin. Les circonstances de sa naissance amènent à se demander si nous sommes vraiment nés bons ; innocents, purs et étonnamment capables de voir les choses comme elles sont – ou plutôt réellement bons comme seul l'allocentrisme est bon ? Nous sommes nés avec un instinct dominant pour la survie et nous grandissons conditionnés par l'attraction pour le plaisir et l'aversion pour la souffrance. Jusque-là, tout va bien. Mais très vite, ce conditionnement fabrique les miasmes de l'illusion. « Miasmes » est le mot qui désigne l'atmosphère polluée dans laquelle, pensait-on, naissent les maladies graves. Nous vivons dans des bulles de miasmes, d'illusion, mais entourés par l'air frais de la réalité. Ensuite, nous sommes bien vite éduqués à penser que l'illusion vaut mieux que le réel.

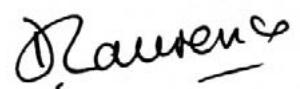
Le don consiste à faire éclater la

bulle en sorte que l'air pollué soit purifié par la fraîcheur de la réalité. C'est pourquoi Jésus a surgi dans le monde. L'amour découle de la plénitude et c'est de la plénitude de l'être appelé le Père qu'il s'est élancé dans le monde des hommes. À l'instar de la beauté qui véhicule dans une partie du tout l'expérience pleine et entière du tout, ce don non seulement rend la vie supportable, mais il transforme notre aptitude à la vie.

Cette année, comme d'habitude, j'ai reçu la bénédiction de visiter de nombreuses parties de cette communauté que la méditation crée et renouvelle chaque jour. Je rencontre l'ensemble dans chacune de ses parties, dans chaque méditant. J'aimerais remercier tous ceux qui m'ont reçu si chaleureusement au cours des douze derniers mois et m'ont si puissamment inspiré, pour le don que vous avez partagé avec moi et que vous partagez avec tant de personnes dans vos communautés nationales et locales. Il y a de cela bien des générations, saint Augustin

évoquait dans ses écrits la courte prière du mantra, « lancée comme une flèche », que pratiquaient les moines du désert. Aujourd'hui, elle est sortie du désert et même de la vie monastique. Elle rejoint la vie de jeunes enfants, de personnes âgées, d'étudiants, de ceux qui se rétablissent d'une addiction, de gérants de fonds spéculatifs et de sans-abri, de paroissiens et de tous ceux qui cherchent un foyer spirituel. C'est un don qui nous apprend ce qu'est vraiment un don et cela éveille en moi une merveilleuse gratitude.

Chacun d'entre nous à Meditatio House et tous les membres de l'équipe internationale au service de la communauté se joignent à moi pour vous souhaiter toutes sortes de bénédictions et un bonheur de plus en plus profond pour l'année 2015.



Laurence Freeman, osb

## News internationales

## Les Fleurs des Caraïbes

***Du 30 octobre au 8 novembre 2014, Laurence Freeman visitait les Caraïbes. La tournée des îles avait été organisée par Sœur Ruth Montrichard, avec le soutien de M<sup>gr</sup> Gordon, évêque de Bridgetown (la Barbade) et de Kingstown.***



***Des enfants de l'école primaire Saint-Patrick à la Barbade. Grâce aux dons de la WCCM, plus de 2000 adultes et enfants ont pu bénéficier de l'initiation à la méditation.***

Vingt ans de pratique de la méditation avec un ou deux groupes à la Trinité et un groupe à la Barbade : la première visite du père Laurence Freeman en novembre 2012 avait planté de nouvelles graines de méditation chrétienne. Octobre 2014 a vu fleurir ces graines, pour les enfants des écoles de la Trinité et des îles de Sainte-Lucie, Saint-Vincent et la Barbade. J'ai alors été nommée coordinatrice nationale pour les Caraïbes et M<sup>gr</sup> Jason Gordon, l'évêque de Bridgetown (la Barbade) et de Kingstown (Saint-Vincent et les Grenadines), m'a grandement soutenue.

Le dernier voyage du père Laurence lui a permis de voir fleurir ces graines.





*Le père Laurence, l'évêque Jason Gordon et Sœur Ruth Montrichard.*

La formation de nouveaux groupes nous a donné une belle motivation et encouragés à partager le don avec notre peuple. Le voyage du père Laurence a commencé à Trinidad (1,4 million d'habitants) par une session devant 350 personnes, où il est intervenu sur le thème « La méditation, voie de la paix ».

Suivit une intervention pour les professeurs d'écoles privées catholiques et anglicanes. 175 d'entre eux y assistèrent dans l'église de l'Assomption pour mieux connaître la méditation pour les enfants. À la fin de la journée, 70 directeurs ont exprimé le désir d'introduire la méditation dans leurs écoles. Et un projet pilote a démarré dans six écoles en janvier 2015. Cette rencontre a eu lieu à la demande de l'archevêque de la Trinité, de la Commission des écoles catholiques et de l'évêque anglican de la Trinité.

Pour approfondir la pratique des méditants, une retraite s'est déroulée du 31 octobre au 2 novembre. Trente personnes venues de Trinidad, Saint-Vincent et la Barbade ont assisté à ce week-end de ressourcement, tissé de temps de méditation, de silence, d'une messe, de repas partagés et de marches contemplatives.

Dans la soirée du 2 novembre, le père Laurence et moi sommes allés à Sainte-Lucie et nous avons été chaleureusement accueillis à l'arrivée par les Sœurs de Cluny. Le 3 novembre, la journée a débuté par une messe au

couvent. Nous nous sommes ensuite rendus au monastère bénédictin où a eu lieu une présentation de la méditation pour les prêtres, religieux, ministres et directeurs d'école hébergés par l'abbesse Mariana Pinto, osb. La conférence publique à la cathédrale a rassemblé de plus de 150 personnes. Un nouveau groupe animé par une sœur et par l'évêque a démarré aussitôt. 48 personnes ont participé à la première séance qui s'est tenue le lundi suivant.

Sur l'île de Saint-Vincent, rencontre avec M<sup>gr</sup> Jason Gordon, qui dirige la WCCM caribéenne. Et déjeuner avec la communauté des hommes d'affaires à la résidence de l'évêque, suivi par 50 personnes. Le déjeuner a permis de mettre sur pied un groupe de méditation mensuel pour les chefs d'entreprise. Chaque participant s'est vu remettre le livret de la WCCM « *Le business de l'Esprit* ».

Le 5 novembre, journée avec des enfants. Le père Laurence a rencontré 200 élèves du couvent Saint-Joseph, 500 de l'école primaire Saint-Mary, 50 de l'école secondaire de garçons Saint-Martin et 180 de l'école secondaire Mesopotamia. La séance finale s'est déroulée avec des prêtres et des diacres, lors d'un dîner à la résidence de l'évêque.

Le 6 novembre, nous avons été accueillis à la Barbade par Rosalind Jackson. Notre première étape a été l'école primaire Saint-Patrick, déjà initiée à la méditation chrétienne.

Ce fut un plaisir de voir l'effet de la pratique sur le comportement de quelque 100 enfants. Leur gentillesse et leur silence étaient impressionnants. Une séance s'est tenue au centre Living Water for Civil Society avec 60 participants.

Dernière visite à l'école du couvent des Ursulines. Le père Laurence y a parlé de la méditation chrétienne comme élément essentiel de la vie de prière. Et la dernière séance se déroula avec un groupe de 80 adolescents dynamiques qui se préparent à la confirmation, en présence de M<sup>gr</sup> Jason Gordon. ■

**Sœur Ruth Montrichard**  
Coordinatrice nationale des Caraïbes

## Brèves

**Deux membres du bureau du Conseil de la WCCM**, Sean Hagan et Peter NG, ont participé à un forum sur l'éthique et la finance au cours de l'assemblée générale du FMI à Washington. D'autres membres du forum et de la communauté ont assisté à une messe et une méditation au Centre John Main de l'université de Georgetown.

**Singapour et l'Australie étaient les dernières destinations** de Laurence Freeman en 2014. À Singapour, le dernier week-end de novembre, 600 personnes se sont rassemblées au Catholic Junior College Arts Centre pour la retraite qu'il a animée sur le thème : comment transcender les huit grands problèmes de la vie pour vivre plus pleinement et joyeusement. Vous pouvez lire une description complète de cette retraite sur : [http://tiny.cc/retreat\\_SNG](http://tiny.cc/retreat_SNG).

En Australie, début décembre, le père Laurence a enseigné à Brisbane, Lismore, Sydney, Canberra et Melbourne.

## Malaisie Méditation avec les enfants

*Penny Sturrock, coordinatrice de la WCCM pour la méditation avec des enfants, a visité la Malaisie pour donner une série d'ateliers.*



« Demain, méditez avec un enfant ! » L'invitation stimulante de Pénélope Sturrock a touché la corde intérieure des participants des ateliers qu'elle a animés en Malaisie en novembre dernier. Certains ont commencé à méditer avec les enfants le lendemain de l'atelier. Praveen, un jeune garçon de 7 ans, s'est écrié : « J'adore ! » Tout était dit dans l'éclat de ses yeux.

Le premier atelier s'est tenu à Kepong pendant toute une journée. Près de 200 personnes y ont assisté, dont des parents et des jeunes et des catéchistes. Enthousiasme sans égal. Une des séances s'est tenue à Kuala Selangor où, chaque mois,

une messe est célébrée pour les enfants. La petite chapelle était bondée et un interprète traduisait en tamoul, la langue locale. À la fin, le célébrant, le père Edwin Paul, a confirmé l'enseignement sur la méditation chrétienne. Avant la messe mensuelle des enfants, a-t-il déclaré, on pratiquerait désormais une méditation.

À Shah Alam, Penny a rencontré quelques catéchistes et le curé de la paroisse, le père Paulino, méditant lui aussi. Grâce à son soutien fervent, les enseignants de l'école du dimanche pratiquent la méditation dans tous les cours de catéchisme de la paroisse. Ils ont commencé il y a quatre ans.

À Kuala Lumpur, Penny a visité la Pure Life Society de Puchong, là où le père John a commencé à méditer avec Swami Satyananda. Elle a rencontré Mère Mangalam et passé une matinée avec des représentants du Sahaja Yoga.

À Penang, Penny a rencontré le père Gérard Theraviam, qui fait le lien entre la WCCM et les évêques de Malaisie ; elle est

passée au séminaire du collège général et a dîné avec M<sup>re</sup> Sebastian Francis. Les deux jours suivants, elle a animé des ateliers à Bukit Mertajam et Ipoh.

Penny a souligné le besoin de simplicité, de patience, de persévérance et d'un ancrage quotidien équilibré dans la pratique de la méditation. La méditation est « simple mais pas facile », a-t-elle dit et va à l'encontre de ce qui est ordinairement enseigné. Il ne s'agit pas de perfection. Il n'y a ni succès ni échec, ni gagnants ni perdants. Sont à l'œuvre l'humilité, la foi, l'amour. « L'enfant sera votre maître », a-t-elle assuré aux participants.

Compte tenu de l'appui sans réserve de l'archidiocèse catholique de Kuala Lumpur et de la Commission catéchétique de l'archidiocèse, la visite a été une avancée pour l'église catholique locale. Beaucoup de portes se sont ouvertes. Un atout important pour donner l'impulsion nécessaire à la mission de la WCCM en Malaisie. ■

**Niloufer Harben**

## Portugal Un espace ouvert à la croissance spirituelle

Une journée de pratique de la prière continue, c'est le but d'Ora et Labora. La journée commence par un hymne de louange à Jésus et une prière pour demander à Dieu de bénir la journée et notre travail du jour. Ensuite, on donne une brève explication du travail à faire pendant la journée et on expose le concept Ora et Labora, son objectif et son lien avec notre tradition, et avec les principaux enseignements du père John et du père Laurence. C'est aussi l'occasion de présenter la méditation chrétienne.

Après la méditation, on travaille jusqu'à l'«appel» du déjeuner, tout en restant dans le silence, en répétant intérieurement notre mantra. L'heure du déjeuner est un temps de convivialité, pour rencontrer et mieux connaître nos anciens et nouveaux compagnons, pour parler et pour rire... Après le déjeuner, une marche contemplative nous ramène au silence, à l'attention et à

la concentration et nous conduit au temps de travail de l'après-midi, à la fin duquel on se rassemble pour la méditation du soir. La journée se termine par un partage de nos impressions, nos observations, et ce qui nous a le plus touchés pendant la journée.



Le travail doit être simple, manuel et « humble ». On le fait comme un cadeau, pour les pauvres. La gratuité est un élément aussi important que la discipline. Jusqu'à présent on travaille au jardin en contact avec la nature et c'est merveilleux parce qu'on peut sentir physiquement

l'effet du travail. On peut sentir la présence de nos compagnons et se rendre compte qu'on est, en quelque sorte, totalement synchronisés. On peut aussi apprendre, je crois, à « sentir » la Parole dans notre corps et sa résonance croissante... Ce qui nous conduit à nous voir comme des créatures... dans la relation avec nous-mêmes, avec les autres, avec toute la création et le Créateur...

Nous avons déjà vécu quatre journées Ora et Labora et, d'après mon expérience et le partage avec les autres participants, je crois que cela peut nous mener de la conscience à l'attention, en particulier dans notre engagement à être chrétiens. C'est une expérience radicale et merveilleuse d'immersion, et nous croyons tous qu'elle rejillira dans nos actions et dans le travail de nos vies quotidiennes. C'est un « espace ouvert », à la fois extérieur et intérieur, pour la croissance spirituelle. ■

**Gilda Monteiro**



## La communauté en France

### Rencontre nationale CMMC, abbaye de Saint-Jacut-de-la-Mer



La conférencière Kim Nataraja.

Quelque 70 personnes, réunies à l'abbaye Saint-Jacut-de-la-Mer du 13 au 15 mars 2015, ont pu vivre une Rencontre nationale exceptionnelle à plus d'un titre. En l'absence de James Alison, l'interlocuteur principal qui a dû déclarer forfait pour raisons familiales, Kim Nataraja, directrice de l'École de méditation de la CMMC, a assuré avec humour et grâce les deux conférences prévues durant le week-end. Il s'agissait de donner quelques éléments de réponse à cette question qui nous taraude tous : quel sens à donner à notre vie ? Comment sommes-nous reliés à la création, à l'humanité, à la vie divine... ? Kim nous a servi de guide pour revisiter les réponses apportées par philosophes et scientifiques, chercheurs en neurosciences et explorateurs de l'âme humaine, partant de ce cher Descartes grâce à qui nous avons survalorisé la pensée au détriment de la voie du cœur... Voie du cœur que nous suivrons l'après-midi du samedi, car c'est en empruntant les chemins spirituels que l'on risque le mieux d'apporter quelques lumières à cette vertigineuse question. La méditation chrétienne figure en bonne voie, c'est vrai, dans cette quête, puisqu'il s'agit, selon Jung, rien moins que de « devenir ce que nous avons toujours été... sans le savoir » !

## Échanges, communion, partage

Comment ai-je vécu ce week-end ? Qu'ai-je aimé dans ces Rencontres ? Comme le disent les enfants quand on leur demande ce qu'ils ont préféré : tout !

D'abord, un lieu magnifique bien choisi pour méditer et prier : une ancienne abbaye, chaude et accueillante. Et une grève sauvage, belle sous le crachin ou le ciel bleu. Les oies bernaches y avaient organisé leurs propres rencontres ! Je crois que tous sont tombés sous le charme de cet endroit.

Ensuite, j'ai trouvé le groupe – quelque soixante-dix participants – très riche, avec des personnes très différentes et pourtant toutes sur la même longueur d'onde, me semblait-il, toutes en recherche de l'essentiel.

Chacun était à l'écoute de son voisin de table ou d'atelier, cherchait à s'adapter à l'autre...

Et une équipe d'organisateur(trices) très « professionnelle », dans le bon sens du terme, c'est-à-dire efficace,

qui a su réagir après la défection en dernière minute de James Alison, vivant cette Rencontre avec le groupe. J'ai beaucoup apprécié les ateliers auxquels j'ai participé : la marche méditative avec Martine, et les obstacles à la méditation, avec Sandrine et Myriam.

Les conférences de Kim ? Un pur bonheur ! J'ai aimé sa présence simple et souriante, son humour, en particulier pour rire d'elle-même et de ses erreurs de français, sa légèreté pour parler des choses essentielles puisqu'elles concernaient « le sens de la vie », thème de la rencontre. Je n'ai plus en tête tout ce dont elle nous a parlé, mais je me suis senti complètement en accord avec sa réflexion. Comme je pourrais le dire de beaucoup de personnes rencontrées à Saint-Jacut : c'est une personne « selon mon cœur ».

Je retiens de nombreux temps très

forts : les temps de méditation, bien sûr, ou la veillée de prière du samedi soir. Les temps de partages, de questions dans la salle de l'Arbre. La messe à l'église du village.



Voilà, pour résumer : échanges, partage, communion... Grande tristesse de quitter ces nouveaux amis et hâte de les retrouver. Où ? Quand ? Et le sentiment de repartir un peu différent de la personne que j'étais en arrivant, avec surtout le désir que ce ne soit pas juste un (très) beau week-end et un beau souvenir, mais un élan, le point de départ d'une nouvelle route, ou d'une nouvelle manière de marcher. ■

**Bruno Pinelli, Brest (29)**

## Un rendez-vous d'amour



Kim Nataraja, Sheelah Treffe-Hidden et Sandrine Vinay

Membre de la communauté depuis 2004, j'anime un groupe de quatre personnes dans les Yvelines. Cette année, j'ai décidé de venir à cette Rencontre à l'abbaye de Saint-Jacut. Philippe, mon mari, qui ne médite pas, m'accompagnait. C'était donc une grande joie pour moi.

Nous sommes arrivés juste avant la première méditation. Il m'a été difficile de me centrer sur ce temps de silence, mais j'ai immédiatement pu apprécier la douceur de l'ambiance du groupe. Après le dîner, l'accueil de Sandrine et de Kim était clair et chaleureux. Le partage en petits groupes sur la « quête de sens » a été un temps étrange quand j'ai pris conscience des points de vues parfois divergents de chacun. Première leçon : à chacun son modèle du monde, mais on peut méditer ensemble avec nos différences.

La première nuit fut troublée par les prises de conscience que je commençais à faire. Je voyais de façon plus concrète que je ne connaissais rien, ou si peu... Belle leçon d'humilité qui s'est poursuivie le lendemain à l'écoute de Kim. Quelle richesse que ces conférences : des exposés clairs, simples et profonds avec la pointe d'humour qui amène de la légèreté dans ces sujets sérieux. Les temps de méditations furent pour moi de purs moments de bonheur. Plus on avançait dans le week-end, plus je ressentais une joie profonde à venir m'asseoir dans la chapelle. Un vrai rendez-vous d'amour !

Cette sensation m'accompagne aujourd'hui. Ma pratique a changé, elle s'est intensifiée. J'ai compris de l'intérieur l'importance de la régularité biquotidienne. Je sens que quelque chose de fort est en train de se passer.

J'étais une graine. Vous l'avez arrosée avec votre douceur, votre amour, et je sens que la graine a cassé sa coquille. J'ai senti vendredi et samedi physiquement cette ouverture comme quelque chose de douloureux. Dimanche la petite pousse est sortie vers la lumière et va grandir.

J'ai mis dix ans à vous rejoindre, c'était

ma route, et je suis heureuse de vous avoir rencontré tous.

Mon petit groupe attend mon compte rendu. David a pu répondre à mes questions sur l'animation du groupe. Tout le monde va en profiter. Merci ! ■

**Frédérique Saillard, Orgerus (78)**



## L'intelligence du cœur

Je suis pleine de gratitude pour ce week-end organisé à l'abbaye de Saint-Jacut-de-la-Mer.

Pour le choix de cette abbaye enracinée dans la tradition chrétienne depuis des siècles sur cette presqu'île comme le doigt de Dieu plongeant dans la mer.

Pour la profondeur, la douceur d'un souffle divin, l'humour des interventions de Kim Nataraja, enracinées dans l'histoire de la tradition chrétienne. Elle a su nous parler aussi de... neurosciences et de physique quantique ! Kim Nataraja incarne la dimension verticale et horizontale : oblate bénédictine, elle est directrice de l'École de méditation, fait partie du conseil de pilotage international à Londres. Spécialiste des mystiques chrétiens, elle est aussi très ouverte au dialogue interreligieux. C'est proprement l'intelligence du cœur.

James Alison était absent, mais Sheelah Treffe-Hidden, qui connaît bien ses recherches, nous l'a brillamment présenté.

Je rends grâce aussi pour les partages pendant les repas et nos échanges, les temps de méditation (huit au total) et, bien sûr, les marches méditatives au bord de la mer. ■

**Bernadette Regnaud-Dombrevail, Massy (92)**

### Quel est pour vous le sens de la vie ?

**Réunis en petit groupe, nous avons réfléchi ensemble à ce qui donnait sens à notre vie. Voici quelques réponses...**

« Ce que j'ai à faire, dans mon petit lopin de terre, personne ne le fera à ma place. »

« VIVRE ; vivre l'instant présent, comme un don de Dieu à partager dans la JOIE. »

« Consentir à l'instant présent

Épouser la vie/laisser faire

Défaire, lâcher prise. Devenir plus libre

Consentir aux moments difficiles, à la solitude, à la mort

S'émerveiller ; moments d'éternité, joie, gratuité

Accepter le mystère (jamais fini)

Répondre à l'appel du Christ

Marcher dans ses pas

Chercher Son visage dans l'autre... »

« Être incarné dans le monde, dire oui à la vie, consentir

Retrouver la source et que notre vie émerge de là

Rechercher la vérité, la vie n'est qu'une étape, un passage

Se laisser ouvrir par l'amour. »

## À Nanterre (92) Mélodies de l'Unité

Comme un chemin de réponse à la barbarie du mois de janvier, le 8 février dernier, sur l'invitation de l'Association soufie MTO, croyantes et croyants se sont retrouvés dans une célébration interreligieuse, autour de chants sacrés de différentes traditions, dans le centre de l'école de soufisme MTO à Nanterre. Chrétiens, musulmans, juifs, bouddhistes et hindouistes : une centaine d'invités étaient rassemblés pour ces « Mélodies de l'unité ». Le but de cette rencontre était non pas de chercher des points communs, mais de vivre et prier ensemble nos différences et, en même temps, notre unité qui transcende les particularismes religieux.



La musique et les chants sacrés sont un langage commun par excellence : support esthétique autant que prières véritables, ils ont su révéler la soif de Dieu qui nous habite. Se sont succédé dans une ambiance très recueillie, des mantras du centre bouddhiste Shinnyo, l'école de louange d'Igor Reznikoff et ses chants chrétiens antiques, un « *Sim Shalom* » de la synagogue Kehilat Geisher, tandis que le groupe Shanti Gaïa interprétait des *bhajans* hindous.

À la fin de la rencontre, nous avons toutes et tous été invités à vivre un « *zkr* », pratique de prière soufie. Assis en tailleur en un cercle, au son de la musique, nous avons prié avec nos voix et nos cœurs des louanges à Dieu. Loin des clichés syncrétistes et « poudre aux yeux », cette rencontre était belle, paisible et surtout priante. Oui, nous avons prié, les uns pour les autres, les uns avec les autres. Certes, nous étions différents, mais il était encore plus évident que nous étions frères et sœurs en Dieu, tout simplement.

**Aline Di Carlo, Paris 20<sup>e</sup>**

### Poème du Zekr

*Abandonne ton ego  
Il faut élever ton cœur  
Tel le mont Qâf du phénix  
Ô mendiant ! Supplie le roi*

*Cherche-Le l'instant d'un souffle  
Dans la mort trouve la vie  
Cherche Dieu au fond de toi  
Connais le secret du souffle*

*Ton essence est vérité  
Sers donc afin d'être pauvre  
Donne au temps de la valeur  
Demande à Dieu de vouloir*

tiré du livre *Ghazaliat*  
du maître Hazrat Shah Maghsoud  
Sadegh Angha

C'était une rencontre interreligieuse tout à fait insolite. On n'a pas discuté, ni cherché à s'informer. L'Association soufie a créé l'espace de l'expérience où s'exprimaient des prières d'autres religions, et celles des jeunes soufis. L'après-midi s'est terminé par des échanges conviviaux et nous avons pu goûter à l'extraordinaire hospitalité musulmane. Tout m'est allé directement au cœur. Merci à l'Association soufie !

**Jonathan Gardy, Paris 20<sup>e</sup>**

### Lui, Dieu Tout-Puissant,

Ô miroir de la grâce originelle et de la bonté, je porte les yeux sur toi et tes signes à chaque instant, De grâce, appelle-moi vers toi, mon cœur et mon âme sont à l'écoute de tes enseignements. Ô Seigneur, enseigne nous la patience, raffermis notre courage, et offre-nous ta connaissance. Ô Dieu, fais que notre âme soit humble et qu'elle entende le chant du royaume céleste. Ô Tout Puissant, par tous ceux qui ont un cœur pur, fais que notre cœur soit une source de pureté. Ô Seigneur, fais que nos enfants soient protégés par ton immense générosité, et guéris nos malades par ton souffle miséricordieux Amen.

Prière de l'école de soufisme Maktab Tarighat Oveyssi Shahmaghsoudi © 2015 Maktab Tarighat Oveyssi Shahmaghsoudi<sup>®</sup> School of islamic sufism<sup>®</sup> All rights reserved

## Agenda

**Deux rencontres régionales sont proposées** aux groupes de la région Rhône-Alpes (Saint-Étienne, Chambles, Saint-Marcellin-en-Forez, Lyon, Clermont-Ferrand, Roanne, Grenoble, Valence), mais sont aussi ouvertes à tous :

**Le samedi 6 juin** : méditation, partage, informations, pique-nique, détente dans le magnifique lieu de Notre-Dame-de-Grâces, à Chambles (Loire).

**Les 10 et 11 octobre** : week-end à Notre-Dame-de-Grâces (Chambles) avec la participation d'Éric Clotuche, membre du comité de pilotage.

#### Informations et inscriptions

Joël Dupuis : 06 84 79 56 86 ou  
Christine Vogel : 06 73 96 27 86 .

**Retenez la date ! La retraite en silence 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.

#### Informations et inscriptions

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



## Focus

## Ruth Montrichard « J'ai appris à aller dans le sens du courant »



Mes premières années de vie religieuse ont été riches et passionnantes avec une carrière d'enseignante que j'ai vraiment appréciée. Plus tard, je me suis engagée dans un projet de travail avec des enfants marginalisés. Ma vie était remplie, mes journées étaient longues et fatigantes, mais j'y trouvais un réel sentiment de satisfaction. Puis vint le conflit entre le travail et la prière : la structure de la communauté ne changeait pas et, souvent, je me précipitais à la chapelle pour dérouler le rituel des prières. Finalement, cela devint un fardeau où je ne faisais que réciter des mots sans véritable sens, trop fatiguée pour y prêter attention, la tête courant vers ce que j'avais à faire le lendemain.

Au fond de mon cœur, je savais que je ne pouvais pas continuer comme ça. Je sentais qu'il y avait un vide en moi qui ne pouvait être rempli par davantage

de projets. Quelque chose n'allait pas, quelque chose me manquait, mais je ne savais que faire, ni par où commencer. Des pensées tournaient dans ma tête : quitter la vie religieuse ? Dire plus de prières n'était pas la réponse. J'avais eu assez de paroles et elles avaient peu de sens en regard de ce que je vivais. J'ai continué la routine quotidienne, avec un sentiment de vide.

Et soudain c'est arrivé. Un ami avait rencontré John Main ; il m'a donné une cassette me disant que je devais l'écouter. Je me suis dit : « Encore un sermon, davantage de prières à dire ! » ; je n'avais pas besoin de ça. Je l'ai finalement écoutée, et ma vie a changé pour toujours.

Je savais instinctivement que c'était ce que je cherchais – un mode de prière où je pouvais seulement être : pas de mots, pas de pensées, juste le silence et l'immobilité. J'ai commencé à méditer et j'ai immédiatement senti un sentiment de liberté : la prière n'était plus un fardeau. Mes larmes coulaient librement au début et puis après cela il ne s'est pas passé grand-chose. J'ai lutté, mais je me suis tenue à la pratique et je pouvais sentir que mon comportement commençait à changer. Je savais que je devais accomplir un changement radical dans mon style de vie, si je voulais continuer sur ce chemin de la prière contemplative.

Je suis allée faire une retraite privée et, de manière tout à fait inattendue, j'ai rencontré le père Laurence qui venait de donner une retraite à Trinidad. Je ne savais pas qui il était mais, d'une manière ou d'une autre, la conversation est venue

sur la méditation chrétienne et avant qu'il reparte, nous avons médité ensemble dans la chapelle.

J'ai alors eu l'audace de prendre la décision de demander à vivre seule et je l'ai fait pendant six ans. J'ai pu alors réorganiser ma vie et mes deux périodes de méditation m'ont ancrée dans le Seigneur, avec un nouveau sens de Sa Présence et une nouvelle vision de la vie. Mon travail s'est poursuivi de façon plus ciblée ; mes priorités étaient plus claires, mes angoisses ont commencé à disparaître, je gérais plus calmement les problèmes et les frustrations. Je suis retournée dans la communauté et j'ai continué depuis sur la « voie ». La vie est toujours un voyage avec des hauts et des bas, mais j'ai appris à aller avec le courant et à « lâcher prise ». Je ne pense pas que John Main ait un jour pensé que ses paroles sur une cassette changeraient ma vie et ma vocation, mais c'est ce qui s'est passé, et je suis éternellement reconnaissante pour ce don. Je l'ai partagé avec d'autres et j'ai vu des vies progresser. Aujourd'hui, en tant que coordonnatrice pour les Caraïbes, ma mission s'est élargie ; elle est dirigée par l'Esprit. Je réponds simplement, et l'Esprit prend le relais.

Parfois, je pense que tout arrive trop vite, mais qui suis-je pour remettre en question les voies de l'Esprit ? J'ai appris dans la méditation que Ses Voies ne sont pas les miennes et que là où il conduit, il me suffit seulement de le suivre. ■

**Sœur Ruth Montrichard**

Coordonnatrice nationale des Caraïbes

## Un mot de John Main

« C'est le rôle fondamental de la communauté que chaque personne qui vient dans votre communauté comprenne pleinement, explicitement, clairement qu'elle mérite d'être aimée. Et la première étape au plein développement de la personnalité et à la pleine maturité, c'est que nous-mêmes, nous nous laissons aimer. »



**Directeur de la publication :** Dominique Lablanche, secrétaire de rédaction : Martine Perrin, mise en page : Louis Dubreuil, correction : Andrea Stori-Fabre.

**Ont participé à ce numéro :** Ont participé à ce numéro : Dominique Lablanche et Chantal Mouglin (traductions), Aline Di Carlo, Leonardo Corrêa, Laurence Freeman, Jonathan Gardy, Niloufer Harben, Gilda Monteiro, Sr Ruth Montrichard, Martine Perrin, Bruno Pinelli, Bernadette Regnaud-Dombreval, Frédérique Saillard.  
Les photos de la Rencontre nationale sont signées Louis Dubreuil.

**Informations et contacts en France :** Sandrine Hassler-Vinay, 135, bd de la Blancarde 13004 Marseille. vinaysandrine@yahoo.fr

**Publications :** <http://www.mediomedia.com>

**Centre international :** WCCM International Office, 32 Hamilton Road, London W5 2EH, Royaume-Uni

Tel + 44 (0) 20 8579 4466 – Fax + 44 (0) 20 8280 0046 – Email : [welcome@wccm.org](mailto:welcome@wccm.org)