



## Éditorial

### Chers méditants et amis de la CMMC,

En avant-première de notre rencontre annuelle, qui va réunir du 17 au 19 novembre bon nombre d'animateurs de groupes et de bénévoles actifs au sein de notre communauté, j'ai le privilège et le plaisir de vous annoncer que depuis un mois – le 19 octobre – la WCCM est officiellement propriétaire de l'abbaye de Bonnevaux. Un long

coin du feu avec Andrew et Delyth Creswell qui occupent aujourd'hui en mode « spartiate » la maison principale. Une deuxième étape démarre : les travaux qui vont s'étaler sur plusieurs phases, la création de la structure qui va gérer le futur centre et la poursuite des relations localement et également au niveau national. Comment la communauté française va s'investir dans le centre sera une

française tout en participant, pour ceux qui le souhaitent, au rayonnement de ce lieu dédié à la contemplation et à la paix, à la fois sur un plan local, national et international. L'article que vous trouverez dans ce numéro de *Meditatio* (p. 6) sur la rencontre qui a eu lieu cet été dans le monastère de Snowmass aux USA entre jeunes de quatre mouvements contemplatifs, illustre le besoin actuel dans un monde de plus en plus virtuel de rencontres physiques, de temps de partage et de vie en commun dans des lieux propices. La lettre de Laurence et l'article de Pascale Callec (p. 10) sur les deux semaines en silence de l'école, organisées cet été (l'une en Italie et l'autre en France), mettent l'accent sur les bienfaits de ces temps de ressourcement dans le silence. L'une des vocations de Bonnevaux sera d'accueillir ce type de retraites. Mais d'ici-là, il y a un peu de chemin à faire et nous avons encore besoin de nombreuses bonnes volontés, de vos prières et du souffle de l'Esprit.

Quoi qu'il en soit, gardez en tête et dans votre cœur la date du 21 novembre : Monseigneur Wintzer viendra bénir Bonnevaux en présence du père Laurence et du petit groupe de personnes impliquées dans le projet. ■



Signature de l'acte d'achat de Bonnevaux par Marie-Dominique Renaud au nom de la WCCM.

parcours qui a nous a permis, avec la collaboration très efficace du groupe de méditants de Poitiers et leur deux dynamiques animateurs, Thérèse et Christian, de prendre le temps de commencer à créer un maillage relationnel chaleureux et amical avec les voisins et la municipalité de Marçay, le diocèse et les moines de l'abbaye de Ligugé tout proches géographiquement et de cœur. Le groupe de méditation de Poitiers est déjà venu méditer au

des questions voire un des enjeux de notre week-end d'animateurs. Ce qui ressort des différents échanges que nous avons pu avoir avec certains d'entre vous, est qu'au sein de notre communauté certains se réjouissent que le centre international de la WCCM soit sur le sol français (et vous êtes nombreux), d'autres sont plus inquiets. Le challenge des prochaines années sera donc de continuer à faire vivre et grandir notre communauté

**Sandrine Hassler-Vinay**

Coordinatrice nationale de la CMMC France  
[sandrine@wccm.fr](mailto:sandrine@wccm.fr)

# La lettre de Laurence Freeman, o.s.b.

Directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne

**La source profonde de la paix et de la joie.** Laurence Freeman nous partage les conférences de la dernière retraite de l'École, sur les différents aspects de la contemplation.



Chers amis,

J'écris ceci pendant le « jour de désert » de la retraite de notre École internationale de méditation qui se déroule cette semaine dans un monastère près de Rome. Si vous n'avez pas encore eu l'occasion de faire une retraite d'une semaine en silence, je vous invite à y penser. De nombreux pays en organisent aujourd'hui. Au moment opportun de votre cheminement, des séances de méditation quotidiennes plus fréquentes et un silence qui s'intensifie au cours de la semaine peuvent vous amener à une clarté nouvelle et une ouverture profonde et paisible à l'Esprit. Comme pour toutes les retraites, il vaut mieux penser à ce que vous perdez plutôt qu'à ce que vous allez obtenir. Mais la plupart de ceux qui la font estiment que la retraite de l'École est une bénédiction et une richesse dans leur vie et qu'elle continue à libérer ses bienfaits longtemps après leur retour à la vie ordinaire.

Un silence de plus en plus profond et libérateur entoure les huit temps de méditation ponctués d'une marche contemplative, la rencontre personnelle quotidienne avec l'un des responsables de la retraite, une brève conférence et, le soir, une eucharistie contemplative. En vivant cela, on est surpris de découvrir ses capacités de profondeur et de paix. Comme m'a dit l'un de ceux que je rencontre tous les jours : « J'ai parfois du mal à faire deux séances de méditation d'une demi-heure. Ici, j'en fais davantage et je vois que c'est possible et nécessaire. Le père John disait que deux séances par jour sont un minimum ; maintenant je vois pourquoi. » Au bout de deux jours, on ressent nettement un apaisement de l'esprit et une nouvelle clarté. Il devient plus facile de surfer sur les vagues des pensées et des sentiments, de la lumière intérieure et de l'ombre. Une unification plus

profonde ne dépend pas de l'auto-analyse. Au troisième jour, on sent que cette équanimité – qui semble si étrangère à la vie courante – est notre état naturel. Elle est le fondement de toute prière et de toute vie spirituelle.

source profonde de la paix et de la joie. Nous oublions si facilement à quel point elle est réelle et présente ; et notre monde blessé a tant besoin de se rappeler que le royaume est vraiment « à portée de main ».



Photo de groupe des participants à la retraite de l'École de méditation en Italie

Le quatrième jour, nous avons une journée de désert : ce n'est pas un jour de repos (il n'y a pas de jours de repos dans les meilleurs voyages de la vie), mais un jour saint où la solitude est une dimension manifeste. Comme la méditation nous l'enseigne, la solitude et la communauté sont deux faces de nous-mêmes qu'il faut continuellement ajuster. Aussi ce jour-là où nous restons tous en grand silence, certains gardent le rythme quotidien et méditent ensemble aux temps habituels ; d'autres prennent un sandwich et vont se promener dans les collines des environs ou prennent le temps d'écrire davantage de haïkus qui enrichissent nos liturgies du soir. Aujourd'hui, je garde les mêmes temps de méditation mais j'utilise le temps libre pour partager avec vous ce que j'ai dit dans les courtes conférences du matin sur le thème de la contemplation. Peut-être pouvez-vous en profiter pour prendre un peu plus de temps dans vos journées chargées et vous relier à la

## Premier jour : le sens de la contemplation

Nous sommes une quarantaine de personnes et venons de seize pays. Ce jour était un jour de voyage et les changements de temps et d'espace produisent toujours en nous de l'agitation. Nous commençons cette soirée par une méditation pour aider nos corps et nos esprits à se recueillir et se rejoindre. La maison qui nous accueille cette semaine, Fara Sabina, est un ancien monastère de sœurs clarisses. Pendant des siècles, la prière a été vécue ici et nourrie comme une priorité suprême de la vie. Je pense que vous avez déjà senti combien cela sature les murs et les sols qui nous entourent.

Nous sommes ici pour la contemplation, que les anciens maîtres appelaient le but de la vie humaine. Si elle est le but, alors en elle se trouve aussi le sens que nous recherchons tous. Mais nous sommes ici pour la pratiquer, et non pour y réfléchir. Par la pratique, nous

parvenons à mieux la comprendre et en comprenant mieux, nous pouvons mieux l'enseigner et la partager avec d'autres. La contemplation est essentiellement centrée sur l'autre. Même si nous savons que nous en tirerons des bénéfices pour nous-mêmes, tel n'est pas notre objectif immédiat. Les spiritualités laïques contemporaines tombent souvent dans ce piège. Leur dimension contemplative est en elle-même limitée parce qu'elles ne voient pas au-delà des bénéfices qu'on en retire. La contemplation, d'après Thomas d'Aquin, est la « simple jouissance de la vérité ». Ce n'est pas égocentrique. Il n'est donc pas surprenant que ce soit plus souvent par les enfants que nous arrivions comprendre cela que par nous-mêmes. Cette semaine, nous devrions devenir des gens plus simples et plus proches de l'enfance, plus joyeux et plus vrais.

*Contemplatio* est la traduction latine du grec *theoria* qui, contrairement aux apparences, ne signifie pas « théorie ». *Theoria* signifie vision ; ce qui nous donne le mot « théâtre », un lieu où nous avons à voir. Cela vient d'une racine indo-européenne qui signifie « percevoir » ou « savoir ». Le sens théorique de quelque chose d'abstrait et pas tout à fait réel est un développement tardif – du XVII<sup>e</sup> siècle où la montée rapide de la méthodologie scientifique et des systèmes sociaux impersonnels a contribué à développer l'hémisphère gauche du cerveau, aux dépens de l'hémisphère contemplatif. Nous sommes passés progressivement du flux immédiat de l'expérience aux modèles de la réalité, de la vision à la théorie. Lorsque nous écrivons des haïkus ou que nous méditons, nous n'interprétons pas l'expérience par des modèles préexistants. Nous sommes présents à ce qui est. C'est profondément joyeux, surprenant et merveilleux, même si c'est parfois douloureux. Jésus appelle cela le « royaume », c'est-à-dire l'espace où Dieu règne.

Derrière le mot « contemplation » se cache le mot *templum* ou « temple ». Aujourd'hui, on imagine par là un édifice religieux. Le sens original n'était cependant pas la structure physique mais l'espace en lui-même – avant que l'édifice ne soit érigé ou que des liturgies sacrées ne s'y déroulent. Cela donne un sens

nouveau à ces paroles de saint Paul :

« Ne savez-vous pas que vous êtes un temple de Dieu, et que l'Esprit de Dieu habite en vous ? » (1 Co 3,16)

Ainsi nous sommes un espace. Pas seulement des contenants de pensées étonnantes et d'imagination, des connexions nerveuses et une biologie complexe. Nous sommes l'espace de Dieu.

La façon dont évolue au fil du temps le sens de mots comme « contemplation » montre comment des cultures entières – y compris des institutions religieuses – peuvent oublier complètement leur sens

*La contemplation est  
essentiellement centrée sur  
l'autre. Même si nous savons  
que nous en tirerons des  
bénéfices pour nous, tel n'est  
pas notre but immédiat*

original et essentiel, provenant d'une expérience première. Ce déplacement reflète la dérive dont nous pouvons tous souffrir parce que nous perdons notre équilibre et notre clarté et tombons dans la discordance et la confusion. La contemplation, c'est voir clairement, et non regarder objectivement. Elle nécessite un point focal où convergent les lignes de vue ou rayons de lumière, après avoir traversé une lentille ou un miroir. Le mantra est notre unique point focal pour ces jours-ci. Nous ne sommes pas ici pour lire ou pour parler, pour penser ou pour discuter. Mais pour devenir silencieux. Pour voir clairement.

### Deuxième jour : le bonheur contemplatif

*Le Nuage de l'inconnaissance* (au chapitre 8) décrit combien la contemplation et l'action sont interdépendantes. Dans notre existence actuelle, la vie ne peut être ni totalement active ni totalement contemplative (même pendant une retraite comme celle-ci). *Le Nuage* dit aussi que, pour discerner la fausse contemplation (égocentrique et avide d'expérience) de la vraie, l'élément le plus important est la connaissance de soi. La fausse contemplation se reconnaît facilement parce qu'elle poursuit le bonheur comme une priorité absolue.

La Déclaration d'Indépendance américaine, peut-être parce qu'elle était si centrée sur l'indépendance plutôt que l'interdépendance, proclame que nous avons tous des droits inaliénables. Outre le droit de porter des armes, elle décrit le droit à la vie, à la liberté et à la recherche du bonheur. Comme on le voit avec une régularité tragique dans les massacres américains liés au droit de porter des armes, tous les droits peuvent être violés. Nous devons équilibrer les droits (indépendance) avec les responsabilités (interdépendance).

Le droit universel au bonheur est une revendication légitime. Il n'est pas seulement le droit des privilégiés et des puissants. Mais on peut le confondre avec la définition de la santé de l'OMS (l'Organisation mondiale de la Santé) : « une condition de total bien-être physique, mental et social et non la simple absence de maladie ou d'infirmité ». Ça a l'air bien, mais avec ce raisonnement, personne n'a jamais été ou ne pourra jamais être toujours en bonne santé. Cela exclut l'expérience universelle de la souffrance et de la mort. Cela explique pourquoi le monde actuel de la santé est partout en crise, dépensant la majeure partie de son budget pour la fin de vie et le traitement des maladies chroniques, et produisant une industrie qui sépare de plus en plus les riches et les pauvres. Une telle vision de la santé nous rend malades. Une telle vision du bonheur comme un droit nous a rendus misérables.

Aujourd'hui, le bonheur est souvent assimilé au « bien-être » – plus on utilise cette expression, moins elle a de sens. Elle signifie en général obtenir ce qu'on veut et s'en trouver bien. Elle suggère que le bonheur dépend grandement de la chance. Dans notre tradition, Socrate fut le premier penseur connu à remettre cela en question et soutenir, comme le Bouddha, que le bonheur peut s'atteindre par un effort approprié. Seul celui qui est bon et moral peut vraiment être heureux. Cela signifie que les vertus fondamentales (ou valeurs, comme on dit maintenant) doivent être respectées, y compris celles de la justice et la maîtrise de soi. Une entreprise prospère, avec des dividendes et des actions en hausse, ne produit pas un vrai bonheur si

elle le fait en exploitant cruellement des pauvres de façon malhonnête. Un toxicomane peut satisfaire un manque, mais il n'est pas heureux.

Le mot grec pour bonheur est *eudaimonia*. Aristote le considérait comme le but de la vie des hommes – il ne pensait probablement pas que les esclaves ou les femmes y avaient droit. Ce mot signifie quelque chose qui ressemble davantage à un « progrès » de l'humanité, où se marient la vertu et la raison, relativisant ainsi tous les autres objectifs de la vie. Lorsque Jésus a présenté les Béatitudes (« Heureux les pauvres en esprit... »), il n'a pas fait de différence entre les genres ou les classes sociales. Le mot *makarios* de l'évangile signifie à la fois béni et heureux. Mais le bonheur n'est pas seulement le fruit de la discipline et la maîtrise de soi, il demande aussi de traverser le paradoxe pour participer à quelque chose de plus grand que nous. Le vrai bonheur doit aussi être béni.

Les Béatitudes soulèvent le voile pour montrer le paradoxe de la réalité. Nous ne pouvons être heureux qu'en intégrant nos expériences de douleur et de souffrance. La sérénité, le détachement, la compassion, la liberté intérieure, l'amour considéré comme la vérité suprême, ce sont tous des éléments du bonheur. Le bonheur béni est plus qu'un droit, bien plus que la satisfaction d'un désir. Il est la destinée humaine, une vocation, un pur don de l'être qui s'épanouit lorsqu'on s'y attend le moins.

S'il existe une fausse et une vraie contemplation, il en va de même du bonheur. On doit être clair sur le modèle qu'on poursuit, sur ce qui est le plus vrai et le plus durable. Si l'on se base sur le désir, l'imagination et le rêve, ce sera l'échec, comme toujours avec le mensonge. Si l'on cherche à se libérer des images pour accueillir la joie d'être, on est bien sur la voie du vrai bonheur. Tout comme la méditation nous l'enseigne dès le premier jour de pratique, le bonheur nous montre qu'il ne vient pas d'une addiction à la satisfaction mais de l'harmonie croissante de tous les aspects de notre être.

### Troisième jour : la discipline contemplative

Lorsque John Main parle de discipline, il l'associe toujours à l'idée de liberté et de générosité.

« Voici le don gratuit à trouver dans notre cœur : l'amour infini du Christ. Rien n'est plus important que ce qu'on apprend par la discipline, par une discipline quotidienne : à s'ouvrir à cet amour et à le recevoir avec générosité. » (*Being on the way*)

Une conception contemplative de la discipline demande de comprendre qu'elle est distincte d'une technique. La technique (et la technologie) est plus adaptée à la culture moderne car elle est individualiste - comme nos téléphones mobiles. Elle promet la maîtrise et le succès. On peut la réduire à des programmes, des parcours et des règles. On peut l'acheter et la vendre. Une vraie discipline est tout à fait différente : elle transcende l'individualité, l'intègre au tout plus grand auquel nous appartenons. En fin de compte, par la discipline, nous apprenons bien davantage par amour, et non par une formation technique. Si vous ne parvenez pas à aimer ce que vous apprenez et la façon d'apprendre, vous serez bloqué au niveau technique, préoccupé d'auto-évaluation et de contrôle.

En quoi ceci a-t-il un lien avec l'apprentissage de la méditation ? Au début, nous sommes tous confrontés aux aspects techniques : rester assis, respirer, trouver le rythme du mantra, éviter les distractions, revenir au mantra. Assez vite, si nous ne tombons pas dans la tentation de maîtriser et de compliquer les choses en majorant les aspects techniques, nous éprouverons de l'acédie. C'est un sentiment inévitable de découragement et d'échec et nombreux sont ceux qui abandonnent alors la pratique pendant une semaine ou une dizaine d'années. Mais en fait, éprouver cet échec est une grâce. Elle purifie notre motivation et donne l'occasion de renouveler notre discipline avec plus de maturité. Quel que soit l'âge où nous commençons à méditer, c'est un processus d'apprentissage et de maturité.

Nous apprenons que la méditation n'est pas une affaire de récompense et de punition. Nous ne sommes pas des chiens qu'on dresse avec des sucres. Notre expérience la plus profonde de la prière vient parfois lorsque nous pensons le « mériter » le moins et que nous nous attendons à être corrigés et non approuvés. En développant la

discipline, nous apprécions la grâce. La théologie de la prière est une théologie du don, bien que ce soit difficile à comprendre pour un adulte blessé. Les enfants ont la capacité d'accueillir ce don *généreusement*, comme le dit John Main de la méditation. Cependant, la prière chrétienne ne consiste pas à recevoir passivement, mais à découvrir une générosité réciproque : le donneur, le don et celui qui reçoit sont emportés dans un même mouvement de générosité.

La discipline quotidienne de la méditation intègre cette « théologie » dans tous les aspects de la vie. Elle introduit en toutes choses l'esprit de discipline – maîtrise de soi, retenue, fidélité, vie consciente et confiante – et elle se manifeste dans toutes nos relations.

Nous maîtrisons une technique. Nous voulons parfois en être le grand maître et en être récompensé. Mais nous en venons à aimer une discipline. Et même si nous y devenons habiles et généreux, nous restons toujours un disciple. Au cœur de chaque vrai maître se trouve toujours un disciple, comme nous le voyons en la personne de Jésus, humblement tourné vers sa source, son Père.

### Quatrième jour : les relations contemplatives

Sœur Eileen O'Hea, qui m'a aidé il y a quelques années à animer ici la première retraite de l'École de méditation, avait une phrase émouvante dont je me souviens toujours : la relation est le fondement sacré de notre humanité. C'est une vision de toutes les relations. De façon existentielle, nous ne pouvons pas nous imaginer *ne pas* être insérés dans des relations, dans toutes leurs dimensions : historique, sociale, affective, écologique et cosmique. Nous existons et vivons dans un réseau d'interdépendance. Spirituellement, nous sommes reliés à tout ce qui existe, dans une dimension qui inclut toutes les dimensions – dans le Christ – en qui toutes choses se rassemblent dans l'unité.

La question est de savoir quel genre de relations nous apprécions. Il ne suffit pas d'être en relation. La qualité et l'esprit de nos relations déterminent la qualité de notre vie. Sont-elles tissées d'amour, de

vérité et de fidélité ? Nous devons faire le travail que requièrent des relations conscientes. La méditation est au cœur de ce travail et c'est pourquoi l'effet de la méditation se ressent d'abord dans nos relations. Une approche contemplative des relations est particulièrement nécessaire aujourd'hui où les relations sont devenues moins conscientes.

Nombreux sont ceux qui se sentent aujourd'hui seuls et isolés. Ils aspirent à des relations d'intimité. Les rencontres en ligne sont une réponse technologique à ce problème. En soi, le facteur chance qu'on trouvait dans le bal du village se retrouve là. Mais le risque d'objectivation, de déformation, d'attendre que le rêve devienne réalité et de se retrouver encore plus seul si les choses ne se passent pas comme prévu, tout cela est exacerbé par l'invasion technologique du domaine sacré.

Le mot « relation » tel que nous l'utilisons date du XVII<sup>e</sup> siècle. Peu après, il s'est mis à impliquer les relations sexuelles. Sa signification est devenue plus intime mais aussi plus limitée. On croit souvent que les « relations » courent le risque de se terminer lorsque l'élément érotique (la force d'attraction et l'aptitude à s'amuser ensemble) commence à s'affaiblir. Le mot « relation » signifie essentiellement un *retour* ensemble ou une *restauration*. Il n'est pas bon pour l'homme d'être seul – comme Dieu le constate après la création d'Adam. Pourtant, les affres de la séparation et de la perte sont nécessaires au développement humain et à la maturité des relations. Celles-ci sont les plus intenses à l'adolescence et une grande partie de la culture moderne en reste à ce stade intermédiaire de développement ; c'est pourquoi les médias sociaux, en dépit des jeunes et de ceux qui veulent rester jeunes, semblent aussi chroniquement « dé-connectés ».

Une relation contemplative implique de dépasser le sens étroit de l'ensemble de « mes » relations – elles que je contrôle, possède, pour lesquelles je ressens de la jalousie ou que je défends violemment, ainsi que le côté sombre de l'éros. Alternativement, nous voyons dans les relations un lieu de croissance où nous apprenons à être fidèles, non possessifs, aimant avec détachement

et sans projection, et un lieu où nous grandissons en connaissance de soi. Les relations sont des espaces-temps, et non des constructions de l'égo. Nous ne devons pas adorer ceux avec qui nous sommes en relation. Nous réalisons l'union avec eux en adorant *avec eux*, en esprit et en vérité, dans le fondement divin de toute relation.



La méditation ne consiste pas à maîtriser une technique mais à pratiquer de vraies relations.

#### Cinquième jour : la lecture contemplative

La lecture est une compétence de base élémentaire. Si vous ne l'avez pas, elle semble magique. Si vous l'avez, elle élargit la conscience vers la compassion universelle, la tolérance et l'empathie. Pour saint Benoît, elle est l'un des piliers pour bien vivre, avec la prière et le travail. À notre époque numérique, où nous sommes plus enclins à regarder un épisode de *Game of Thrones* qu'à lire avant d'aller se coucher, l'art de la lecture devient souvent fonctionnel ou superficiel.

Pour des maîtres comme Hugues de Saint-Victor au XII<sup>e</sup> siècle, lire était un remède et une médecine (la guérison ultime est la sagesse de Dieu). La lecture requiert de l'humilité, du calme, du temps et une relative bonne santé. Comme la méditation, elle demande une discipline intérieure et extérieure. Tout comme nous dérivons hors du mantra, nous pouvons remarquer que nous avons lu une page entière d'un livre sans y prêter attention. Nous

devons y « revenir en arrière », comme nous revenons au mantra.

Cassien interrogea Abba Isaac sur la prière en précisant qu'il lui fallait quelque chose d'aussi élémentaire et pratique que pour des enfants qui apprennent l'alphabet et ne distinguent que quelques mots. Il reçut le mantra. La méditation est l'ABC de la prière, si ce n'est que nous demeurons des

enfants dans cette pratique toujours plus simple car elle nous établit dans un esprit de débutant, qui est notre voie vers le royaume.

La retraite de l'École de méditation se termine demain. Ceux qui étaient nerveux à l'arrivée me disent qu'ils ne veulent pas partir. Ces notes brèves des courtes conférences du matin (qui seront bientôt en ligne) ne disent rien de l'expérience même de la retraite. Peut-être, quand le moment sera venu pour vous, pourrez-vous aussi découvrir un silence plus profond dans une retraite comme celle-ci – et voir combien c'est simple, dans une période assez courte, de ralentir et de clarifier son mental à son état naturel.

Ce soir, après la fin du silence, je dirai aux retraitants que Bonnevaux accueillera bientôt des retraites de ce genre, et sera un lieu où l'on pourra vérifier par soi-même la vérité de cette retraite, qui est que le « royaume des Cieux est proche ».

*Laurence*

Laurence Freeman, o.s.b.

## News internationales

### Le Séminaire John Main 2017 Une transmission vivante

« Je lis John Main depuis de nombreuses années, toujours avec un grand plaisir. Quand on lit John Main, on trouve souvent qu'il est simple et direct. Mais j'ai découvert qu'il y avait dans sa pensée et son enseignement une profondeur extraordinaire. Aussi suis-je heureux de retransmettre à un groupe comme celui-ci certaines des choses que j'ai apprises de lui au cours de ces années. »



Bernard McGinn et Laurence Freeman lors du Séminaire John Main 2017, à Houston (USA).

Ce sont les paroles d'ouverture de Bernard McGinn lors du Séminaire John Main 2017, qui s'est tenu du 10 au 13 août à l'Université Saint Thomas à Houston (États-Unis). Le professeur est l'un des grands spécialistes de la tradition mystique chrétienne occidentale

de notre temps. « Prier aujourd'hui avec les maîtres », tel était le titre de sa conférence. Son enseignement nous a présenté Origène, Évagre, Jean Cassien, Grégoire le Grand, Maître Eckhart, Julienne de Norwich, ainsi que la *lectio, meditatio, oratio*, la contemplation, et

le Notre Père, entre autres sujets. Pendant le séminaire, Bernard McGinn a également participé à une séance de dialogue avec le père Laurence. Avant le séminaire, le père Laurence a animé une retraite pré-séminaire sur le thème de la chambre intérieure, avec une conférence à la chapelle Rothko.

« Je pense que ce séminaire portera beaucoup de fruits dans la communauté mondiale. À plusieurs reprises au cours de la semaine avec Bernard, j'ai pensé que ces conférences constitueraient une ressource formidable à partager avec les groupes de méditation de toutes les communautés nationales », a déclaré le père Laurence à la fin du séminaire. Le séminaire John Main de Houston a rassemblé près de 200 participants de dix-sept pays. En 2018, le séminaire se tiendra à Bruges (Belgique) du 17 au 23 septembre. ■

**SUR LE NET :** Vous pouvez écouter et/ou regarder toutes les conférences de la retraite du pré-séminaire et du séminaire John Main sur : [http://tiny.cc/JMS2017\\_allt](http://tiny.cc/JMS2017_allt)

### Échange contemplatif Regard sur l'avenir du christianisme contemplatif

Vingt jeunes membres de quatre groupes contemplatifs chrétiens se sont réunis en août 2017 au monastère de saint Benoît, à Snowmass (Colorado, États-Unis), pour une rencontre à l'initiative des « pères fondateurs » de quatre mouvements majeurs de contemplation Contemplative Outreach (Thomas Keating), le Centre Action et Contemplation (Richard Rohr), l'Institut Shalem (Tilden Edwards) et la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne (Laurence Freeman). Les fondateurs de ces mouvements étaient également présents.

Cette rencontre de quatre jours a permis aux participants de vivre des temps de pratique et d'échanges très profonds et productifs. Une vidéo sur ce rassemblement sera bientôt disponible sur notre site web. Cinq méditants représentaient la WCCM à Snowmass :

Sicco Claus (Pays-Bas), Sarah Bachelard (Australie), Vladimir Volrab (République tchèque), Karen Pedigo (États-Unis) et Leonardo Corrêa (Brésil).



#### Quelques commentaires sur le rassemblement de Snowmass

« Un développement organique s'est produit entre nous, enraciné dans nos contextes propres, qui nous a permis de faire des liens, de voir des opportunités de collaborations et d'éprouver un sentiment d'imagination. Nous avons pris

conscience de la façon dont l'Esprit est à l'œuvre, éclairant notre façon de concevoir les tâches ou les objectifs spécifiques. Nous ne voulions pas arrêter ni définir cela. Nous voulions écouter profondément ce que l'Esprit est en train de faire. »

Stuart Higginbotham, institut Shalem

« Ce fut personnellement très nourrissant pour moi d'être avec mes pairs et de rencontrer de nouveaux compagnons sur ce chemin. Lorsque je pense à l'avenir, je fais confiance aux membres de ces quatre groupes et à ceux d'autres groupes pour pouvoir donner une priorité aux liens vraiment fondés sur l'amitié. Nous serons alors en mesure de discerner ensemble comment nous pouvons être utiles en ce monde qui nous tient tant à cœur, et que nous désirons voir apaisé. »

Phileena Heuertz, CAC



## Méditation et dépression

« Et maintenant mon âme en moi s'épanche ; des jours d'affliction m'ont saisi. La nuit transperce mes os, et ce qui me ronge n'a pas de répit. »

Ce sont les mots de Job en qui certains ont reconnu l'un des premiers malades de dépression dans toute la littérature mondiale. Il paraît souvent familier à ceux qui ont vécu de telles épreuves : « car ce que je redoutais tant m'est arrivé, et ce dont j'avais peur est venu jusqu'à moi. Je n'étais pas en sécurité, je ne connaissais plus de repos, plus de tranquillité ; encore et encore revenaient les maux. »

Quelle que soit la manière de définir ou d'expliquer la dépression, elle s'accompagne presque toujours de ces miasmes d'effroi. Il n'y a aucun lieu où se cacher, où se reposer, et la terreur menace d'envahir à chaque instant. On peut donc prédire que les rapports venant de la terre de la dépression seront sombres, désespérés et... déprimants. C'est donc une étonnante surprise d'entendre parfois un son de cloche différent : « La dernière chose à faire est de gâcher votre dépression. S'il vous plaît, ne laissez pas toute cette souffrance se perdre. Plus que toute autre chose, elle vous apportera de meilleures indications sur la manière dont vous vivez et vous montrera comment elle peut vous

faire avancer. Une fois survécue et utilisée correctement, la dépression pourrait être la meilleure chose qui vous soit jamais arrivée. »

Voici un langage différent. Ce sont là les mots de Gwyneth Lewis, éminente auteure et poète galloise. Dans *Sunbathing in the Rain*, un livre gai sur la dépression, elle partage son expérience et nous invite à la considérer sous plusieurs angles. Elle laisse au lecteur une question presque scandaleuse : se pourrait-il, après tout, que ce que nous appelons la dépression puisse être réellement... utile ?

J'écris actuellement un travail intitulé Méditation et dépression. Je m'intéresse particulièrement à la manière dont la pratique de la méditation peut ou non aider des personnes à se remettre des périodes où le moi désespéré semble perdu dans le désert et la nuit noire. Une telle pratique peut-elle aider à prévenir les rechutes destructrices ? Par ailleurs, y a-t-il des moments où ce n'est tout simplement pas adapté, peut-être même néfaste ?

Si vous souhaitez partager des expériences de votre voyage dans ce territoire, alors n'hésitez pas à prendre contact avec moi (en toute confidentialité, bien sûr). Je suis certain qu'il existe des trésors d'expérience et une sagesse durement acquise dans notre commu-

➔ « L'essentiel sera de maintenir des liens d'amitié et de confiance. Beaucoup de ceux qui consacrent leur vie à la voie contemplative ou à d'autres ministères souffrent souvent d'un sentiment d'isolement. Nous avons l'impression que toute notre énergie va dans notre travail. Une chose qui, je l'espère, peut ressortir de ce rassemblement, c'est d'avoir des amis qui peuvent nous soutenir, des amis avec qui nous pouvons être humains et vulnérables, qui partagent nos idées, nos peines et nos joies. »

**Mark Kutolowski, Contemplative Outreach**

« Cette rencontre est un très bon signe pour le monde ainsi que pour le christianisme, en particulier le christianisme institutionnel. Il s'est développé là une possibilité de compréhension et de relations mutuelles créatives et très promet-

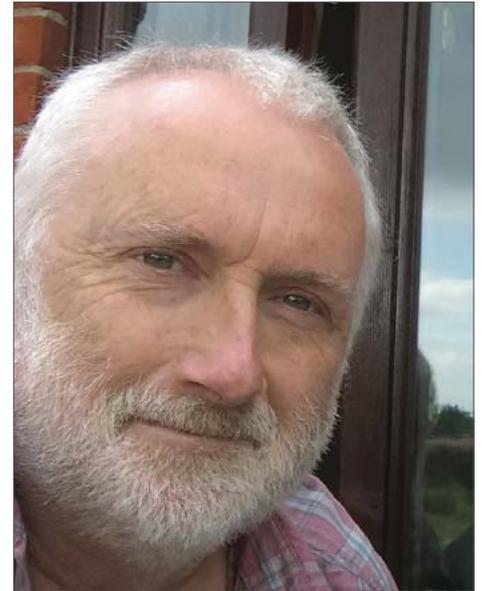
teuses. Je crois que nous avons créé ici de nombreux liens, à la fois personnels et entre les groupes. »

**Vladimir Volrab, WCCM**

« Dans cette rencontre, l'important est que nous ayons commencé à nous connaître beaucoup plus profondément. Pas seulement faire connaissance, mais se connaître. De ces relations ressortent davantage de possibilités de collaboration avec différentes régions du monde, ou sur des thèmes différents, pour apprendre les uns des autres et devenir une véritable source de renouvellement et d'énergie dans l'Église et dans le monde. »

**Sarah Bachelard, WCCM**

**SUR LE NET** : Vous pouvez voir la vidéo des interviews de l'échange contemplatif sur : <http://tiny.cc/contXch2017>



nauté de méditation, que je voudrais honorer et mettre à jour. Je répondrai à tous ceux qui me contacteront.

**Jim Green** ([jg@greenjim.co.uk](mailto:jg@greenjim.co.uk))

### Retraite de Monte Oliveto

La retraite de Monte Oliveto sur le thème du silence, animée par Laurence Freeman et Giovanni Felicioni, a eu lieu du 24 juin au 1<sup>er</sup> juillet à l'abbaye de Monte Oliveto Maggiore en Italie. 45 personnes venant de 14 pays ont participé à cette retraite silencieuse d'une semaine. Voici un commentaire de Connie Wong, de Singapour :

« Ce fut un peu décevant pendant les premiers jours, parce que je n'arrivais pas vraiment à m'y mettre. Les conférences du père Laurence étaient la seule chose que j'appréciais vraiment, peut-être parce que cela éveillait et inspirait mon côté cognitif. Mais il me fut un peu difficile d'entrer dans le silence. Ce que j'ai compris de mon expérience, c'est qu'il faut trois à quatre jours pour vraiment y entrer. C'est un travail que nous faisons, dans le cadre des loisirs, mais c'est beaucoup de travail. Je pense que je reviens avec cette notion que c'est un travail pour lequel je dois mettre du temps de côté, tous les jours, et j'espère pouvoir m'y engager.

La retraite de Monte Oliveto du 2 au 9 juin 2018 aura pour thème « Être seul ensemble ». Pour plus d'informations, contactez [monteoliveto@wccm.org](mailto:monteoliveto@wccm.org)

**SUR LE NET** : Pour voir tous les échanges : <http://tiny.cc/MO2017talks>

## En mémoire de **Serena Woon** (1944-2017)



Serena, la première coordinatrice nationale de la WCCM en Malaisie, est retournée au Seigneur le 7 août 2017. Elle fut une pionnière et un pilier de la communauté malaisienne, un guide, un maître et une amie pour tous.

Son parcours de méditation a commencé sur l'île de Penang, lorsqu'elle fut chargée d'organiser la première visite du père Laurence en Malaisie, en novembre 1993. Elle a souvent raconté l'histoire de ce rassemblement d'environ 150 personnes qui ont assisté à la première conférence. À regrets, elle a même dû refuser des participants car la salle était pleine.

La semaine suivante, alors qu'elle proposait une réunion de groupe de méditation au même endroit, la foule avait diminué de moitié. Au cours des semaines suivantes, il y eut davantage d'abandons. En fin de compte, elle s'est retrouvée totalement seule. Malgré cela, elle a continué à se lever pour méditer chaque semaine. Elle méditait seule, fidèlement, semaine après semaine. Environ trois mois plus tard, les paroissiens ont commencé à revenir, un par un, et le nombre de membres réguliers a augmenté. Ils ont formé le premier groupe de méditation en Malaisie, un groupe qui

se réunit encore tous les mardis à la cathédrale du Saint-Esprit à Penang.

En 1997, Serena passa environ cinq mois au Royaume-Uni au London Meditation Centre de Camden Hill Road. Elle assista également au premier week-end d'enseignement essentiel (ETW) de l'École de méditation de la WCCM à Florence la même année.

À son retour en Malaisie, elle continua à former de nouveaux groupes et créa un groupe de méditation de langue chinoise qui s'est réuni chez elle au début de l'année 2000. Elle quitta le poste de coordinatrice nationale de la WCCM de Malaisie pour se consacrer à son engagement de laïque franciscaine où elle fut élue en 2004 ministre régionale pour deux mandats consécutifs. Là aussi, la sagesse et le dynamisme de Serena eurent un impact profond.

Nous avons accueilli le séminaire John Main en Malaisie en 2006, le premier en Asie. L'aide de Serena fut inestimable. Inlassablement, elle se dépensa de multiples façons pour que l'événement se passe bien. En 2009, elle se retira à Ipoh, au sud de Penang. Elle apporta une nouvelle vie à la communauté de méditation fragile et initia la formation de nouveaux groupes. Membre fondatrice du Conseil national formé en juin 2011, Serena est restée centrale et active dans tous les programmes de la WCCM que nous avons menés. Elle continua à partager dans tout le pays le don de la méditation chaque fois qu'elle en eut l'occasion.

Serena était en bonne santé jusqu'à il y a seize mois, où elle dut consulter pour une toux récalcitrante. Lors de l'examen, elle apprit qu'elle avait un cancer du poumon de stade 4. Elle opta pour des soins palliatifs, mais accepta une chimiothérapie ciblée pour soulager les symptômes. Cela lui apporta une relative qualité de vie pendant neuf mois durant lesquels elle put participer à notre retraite an-

nuelle, en novembre l'an dernier et même accueillir notre dernière réunion du Conseil national chez elle, en mars cette année.

Alors que nous pensions qu'elle allait mieux, le cancer est revenu, se propageant rapidement au cours des trois dernières semaines. Pendant ce temps, elle combattit la maladie parce qu'elle désirait tellement être là pour célébrer le 25<sup>e</sup> anniversaire de la WCCM en Malaisie l'an prochain. Le père Laurence l'appela de Londres avec des mots de réconfort et de bénédiction. Il l'assura que « le Père John serait là pour lui tenir la main » lorsqu'elle franchirait le seuil. Elle parut lâcher prise après cela, entra ce soir-là dans le coma et décéda vingt-quatre heures plus tard. Elle eut avec elle au moment de son décès sa sœur de 80 ans, ses nièces, une amie proche, quelques laïcs franciscains et des membres de l'Église.

Nous pleurons la perte de Serena et nous la regretterons beaucoup, mais nous sommes réconfortés qu'il y ait maintenant un nouvel ange dans le ciel. Repose en paix, Serena.

**Patricia Por**  
coordinatrice nationale de Malaisie

### USA

#### Retraite des oblats à Chicago

*La retraite des oblats aux États-Unis, animée par le père Laurence, eut lieu à Chicago du 9 au 11 juin. Il reçut sept novices oblats et quatre oblatures finales. « D'innombrables façons, notre retraite fut une bénédiction pour notre communauté oblate : nous avons davantage réalisé ce que signifie être une communauté d'amour. L'esprit lumineux des nouveaux novices et des oblats est une nouvelle expression de la croissance de notre communauté », a déclaré Mary Robison, coordinatrice des oblats aux États-Unis.*

## La communauté en France

## Guadeloupe

### Retraite spirituelle à l'occasion du lancement d'un premier groupe

*Un séminaire sur la méditation chrétienne a eu lieu à Baie Mahault, en Guadeloupe, du 24 au 27 août 2017 : un événement sans précédent, le premier groupe de méditation de la région ayant été créé en février 2017.*



Constitué d'une majorité de protestants issus de l'Église évangélique, le groupe de méditation chrétienne de la Guadeloupe s'est vite trouvé confronté à deux questions principales : peu de Guadeloupéens avaient entendu parler de la méditation chrétienne selon l'enseignement de John Main, et pour beaucoup d'entre eux, celle-ci semblait incompatible avec le christianisme en général et le protestantisme en particulier. L'enjeu de la manifestation était donc double : faire connaître la méditation et son ancrage chrétien au public, offrir des repères structurants aux méditants.

Le séminaire, qui se composait d'une conférence et d'une retraite spirituelle, était animé par Éric Clotuche, qui a su captiver l'auditoire et répondre avec brio aux attentes. Interviewé la veille de la conférence par Radio Caraïbes International, Éric s'est expliqué sur la différence entre la méditation chrétienne – spirituelle – et le développement personnel ou encore la méditation chrétienne et certaines méditations orientales.

La conférence avait pour thème : « La méditation chrétienne, ses origines, ses effets ». Elle s'est tenue dans les locaux de l'église protestante de Baie Mahault et a abordé les questions suivantes : qui est John Main ? Quelle voie

propose-t-il et quelles en sont les origines au sein du christianisme ? La place de la contemplation dans les Écritures, l'histoire de la méditation chrétienne à travers les Pères du désert ou Jean Cassien sont des points qui ont égale-



ment été présentés, de même que la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne (CMMC). La séance de questions-réponses a permis de revenir sur différents points et, principalement, sur John Main et ses premiers contacts orientaux avec la méditation, le mot

« mantra », le mot de prière « maranatha » : des questions auxquelles notre conférencier a répondu clairement...

La retraite spirituelle portait sur la pureté de cœur. Ce fut un grand moment d'exploration de cette dimension spirituelle qu'est le cœur. Comment les Évangiles, la vie et les paroles du Christ proposent-ils à l'homme de développer le cœur ? Comment la pratique de la méditation aide-t-elle à creuser un chemin vers ce cœur profond ? Au cours de la séance de débriefing qui a suivi la retraite, les participants semblaient déterminés à poursuivre la démarche commencée.

L'événement n'aurait pas pu se tenir sans l'appui financier et les conseils de la CMMC France à qui nous disons un grand merci. Nous remercions également Éric Clotuche pour son soutien sans faille et son accompagnement depuis le début de cette aventure, Marie Palard pour son assistance et ses

conseils, Yvon R. Théroux, la Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada qui nous aident à faire connaître notre jeune groupe.

**Agnès Derelle**  
animatrice du groupe de Baie Mahault

## L'École de méditation

# La retraite en silence organisée pour la 1<sup>re</sup> fois en France

L'École de méditation a été créée par la WCCM pour aider les méditants à approfondir leur cheminement personnel à la lumière de l'enseignement de John Main et de la tradition chrétienne. Le parcours proposé vise aussi à donner une plus grande confiance à celles et ceux qui souhaitent partager le don de la méditation. Dans ce parcours, deux temps forts : le week-end sur les enseignements de base et la retraite en silence.

l'humilité qui étaient à l'œuvre et cela fait du bien de réunir ces préalables de paix dans ce monde perturbé.

Sur le chemin du retour, Marie – notre animatrice du groupe de méditation en ligne – nous fit l'amitié de venir constater, en gare de Lyon, qu'Hubert, Christiane et moi n'étions pas des avatars numériques et j'ai éprouvé un très grand plaisir à mesurer ce que notre méditation en ligne avait déjà créé entre nous.

La retraite en silence a été organisée pour la première fois en France du 20 au 27 août 2017 à Fains-les-Moutiers. Elle a été guidée par Liz Watson, ancienne coordinatrice nationale de la WCCM au Royaume-Uni qui consacre désormais son temps à l'enseignement de la méditation et accompagne des retraites spirituelles. Catherine Charrière, Sandrine Hassler-Vinay et moi-même avons eu la joie de co-animer au côté de Liz et en communion avec l'ensemble du groupe, cette magnifique semaine.

Les participants ont vécu une profonde expérience de solitude mais aussi de fraternité et de créativité comme en témoignent quelques-uns des nombreux haïkus ou dessins réalisés au cours de cette très belle semaine :

*La rosée du matin  
tombe sur les feuilles du noyer  
l'arbre chante.*

*La lumière fuit  
même au cœur de la nuit  
la grâce nous suit.*

*Couleurs de l'été  
un bruissement s'est levé  
la brise légère.*



### Le week-end d'enseignements de l'École

Le week-end sur les enseignements de base a eu lieu cette année du 12 au 14 mai 2017 à l'abbaye de Ste Lioba. Yves Le Bretton, participant du week-end et membre du groupe de méditation en ligne ainsi que du groupe de Lorient, nous a livré son ressenti concernant ce week-end riche en échange et partage :

« Invité à travailler préalablement le livre de John Main *Initiation à la méditation chrétienne* ainsi que deux conférences de Jean Cassien sur *La Prière*, je ne pensais pas trouver tant de pèlerins chevronnés de la méditation dont la diversité d'expériences permit un forum plein de partages fraternels autour de l'enseignement de base qui nous fut rappelé lors d'exposés plus formels.

J'ai beaucoup apprécié les ateliers en petits groupes où la bienveillante écoute de chacun permettait à la personnalité de chaque personne de se dévoiler pudiquement. C'est la vérité, la simplicité et

Voilà ce que, à la demande des présents à cette session, j'ai plaisir à partager avec vous. Un grand merci à vous, désormais pierres blanches sur mon "sentier" de pèlerinage vers le Centre qu'est Jésus. Je peux maintenant joindre mon "Maranatha" au vôtre en ayant rencontré votre visage. »

### La retraite en silence

Cette retraite constitue une étape d'approfondissement personnel et une progression naturelle par rapport au week-end sur les enseignements de base. Elle est particulièrement destinée aux personnes qui méditent depuis un certain temps et qui ont intégré la méditation dans leur vie quotidienne. C'est un temps de silence et d'immobilité rythmé par un programme quotidien de sept méditations, quatre marches contemplatives et une eucharistie, mis au point par la WCCM au niveau international.



**Pascale Callec**  
coordinatrice de l'École pour la France

# Retraite œcuménique en Provence

*C'était une première pour nos deux groupes de méditation du Pays d'Aix-en-Provence : un temps de retraite, chez les sœurs protestantes de Pomeyrol.*

Vingt-sept méditants, catholiques et protestants, se sont retrouvés, les 30 septembre et 1<sup>er</sup> octobre, à Saint-Étienne-du-Grès, près d'Arles.

Accueillis comme en famille par une communauté aux petits soins, nous y avons partagé temps de prière et expérience méditative.



Les étapes du chemin spirituel et les Pères du désert : telle était la double réflexion menée par un Eric Clotuche à l'écoute bienveillante. Venu de Belgique, le conférencier de la CMMC a balisé notre chemin avec une grande pédagogie qui nous a conduits vers la profondeur. Si le samedi a été surtout consacré aux enseignements, le dimanche matin a permis plus particulièrement de goûter au silence : méditation dans la pénombre de la chapelle avant l'office de la communauté, petit-déjeuner silencieux, marche méditative avec les senteurs de la colline exhalées par la pluie de la veille.

Le dimanche après-midi a permis un échange sur la prière avec des sœurs qui la pratiquent, selon les termes de l'un d'entre nous, comme... un « sport de haut de niveau » ! Ce qui n'a pas manqué de les faire réagir et donné l'occasion d'un échange vrai sur la richesse et la difficulté de nos pratiques. Week-end conclu, dans une même communion œcuménique, avec la sainte Cène, présidée par la prieure de la communauté. ■

**Geneviève et Jean-Claude Escaffit**

## Agenda

**Retraite en Suisse** avec Franz-Xaver Jans-Scheidegger du vendredi 24 au dimanche 26 novembre 2017 au monastère de Béthanie St. Niklausen OW sur le thème « Nicolas de Flüe - Trouver la Paix, Bâtir la Paix ».

**Questions et informations :** Fabienne Theytaz  
07 99 69 36 99 [theres.glauser@bluewin.ch](mailto:theres.glauser@bluewin.ch)

**Du 1<sup>er</sup> au 03 décembre** à Saint-Hugues-de-Biviers (Isère), Éric Clotuche animera une retraite sur le thème « Un chemin spirituel avec les Pères du désert ».

**Informations et inscriptions :**  
Marie-Christine Genêt 06 24 69 48 98  
[mariechristinegenet94@gmail.com](mailto:mariechristinegenet94@gmail.com)

**Du 26 au 30 décembre à Mouvaux** (Nord), Éric Clotuche animera une retraite sur le thème « Noël : Dieu intime ».

**Informations et inscriptions :**  
Centre spirituel du Hautmont  
03 20 26 09 61  
[contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)

**Les prochaines rencontres nationales** auront lieu du 23 au 25 février 2018 à l'Espace Bernadette de Nevers (Nièvre) avec Jean-Marie Gueullette et Laurence Freeman sur le thème « Là où est l'Esprit, là est la liberté ».

**Informations :** Marie Palard,  
06 23 23 04 42 [marie@wccm.fr](mailto:marie@wccm.fr)

**Inscriptions :** Geneviève Vieille-Foucaut  
03 81 51 16 12 [genevieve.vieillefoucaut@sfr.fr](mailto:genevieve.vieillefoucaut@sfr.fr)

« **Méditation & valeurs dans le monde des affaires** », c'est le thème du prochain séminaire Meditatio qui aura lieu à Londres le 17 février 2018.

**Contact :** [meditatio@wccm.org](mailto:meditatio@wccm.org)

**La retraite de la Semaine sainte et de Pâques** se déroulera sur l'Île de Bere (Irlande), du 25 mars au 1<sup>er</sup> avril.  
**Contact :** [theresawccm@gmail.com](mailto:theresawccm@gmail.com)

**SUR LE NET :** Les événements 2017-2018 sont consultables sur : [http://tiny.cc/wccm\\_cal1718](http://tiny.cc/wccm_cal1718)

## Focus Sarah Bachelard Vers le mystère le plus profond



Comme beaucoup dans notre communauté, j'ai été initiée à la pratique de la méditation par les bouddhistes. J'avais grandi dans la tradition anglicane et étudié la théologie, mais lorsque j'ai été initiée à la méditation, j'avais laissé l'Église et la foi chrétienne loin derrière (du moins, je le pensais). Je n'avais pas réussi à donner une « réalité » à ma foi et la question de la prière me semblait particulièrement épineuse. Si Dieu répond à une prière et pas à d'autres, où est la justice ? Si Dieu sait tout, pourquoi devons-nous prier ? La prière d'intercession et de demande semblaient liée à des questions éthiques et métaphysiques si insolubles que je ne pouvais plus du tout prier.

Ce que j'aimais dans la méditation, c'est que je n'avais pas à résoudre tout cela au préalable. Je n'avais même pas besoin de savoir ce que je croyais. Je devais juste suivre la pratique et croire que s'il y avait là quelque chose, la vérité apparaîtrait. Progressivement, à travers la pratique, j'ai commencé à comprendre les Écritures et les symboles de ma propre tradition d'une manière différente et vivifiante. Au-delà de mes doutes et de mes questions intellectuelles, j'entrevois quelque chose du mystère le plus profond. Je suis retournée à l'Église et j'ai continué à méditer. Quelques années plus tard, j'ai découvert la WCCM et la possibilité de faire le lien théologique entre ma méditation et ma foi naissante. J'étais revenue au port. Mon intuition d'une vocation à la prêtrise s'est imposée peu de temps après.

Au cours de la douzaine d'années écoulées depuis, la méditation a été au cœur de mon parcours de foi et de ma pratique spirituelle, bien que mon expérience continue à évoluer. Ce n'est pas seulement le niveau de distraction qui diminue graduellement, bien que je puisse encore être parfois très distraite ! Plus important encore, je continue à découvrir la sagesse inscrite dans la simplicité trompeuse de l'enseignement de John Main. La sagesse, par exemple, d'écouter le mantra plutôt que de le visualiser, et

le fait que l'attention nécessaire pour écouter nous attire au-delà de nos pensées. Cette année, j'ai rejoint le père Laurence et quatre autres membres de la WCCM (Sicco Claus, Leonardo Corrêa, Karen Pedigo et Vladimir Volrab) lors de l'échange contemplatif du monastère de Saint-Benoît, dans le Colorado. Ce rassemblement a vu le jour lorsque le père Laurence et le père Thomas, avec le père Richard Rohr et le révérend Tilden Edwards, ont conçu la vision de réunir un groupe de jeunes enseignants et de dirigeants de leurs communautés. Ce fut l'occasion pour nous de nous connaître, de partager l'expérience de nos différents charismes et particularités, et de nous ouvrir à l'écoute de ce qui pourrait être mis en avant lorsque nous voulons communiquer la tradition contemplative chrétienne et participer au travail de guérison de notre monde. Ce fut une semaine d'approfondissement de notre pratique et de renforcement des liens d'affection entre les branches du renouveau contemplatif. Cela ressemblait à un début ; nous ne savons pas encore où ces amitiés nous mèneront, mais nous sommes partis remplis d'un sentiment de louange. ■

**Sarah Bachelard**, Australie  
Prêtre anglicane,  
théologienne, fondatrice de  
l'Église contemplative Benedictus

### Un mot de John Main

« Il est possible de jouir d'une unité plus profonde et plus positive, ancrée dans une commune conscience du potentiel de l'esprit humain plutôt que les limites de la vie humaine. »



**Directeur de la publication :** Sandrine Hassler-Vinay, secrétaire de rédaction : Martine Perrin, traduction : Chantal Mougin, mise en page : Louis Dubreuil.

**Ont participé à ce numéro :**

Sarah Bachelard, Pascale Callec, Leonardo Corrêa, Agnès Derelle, Geneviève et Jean-Claude Escaffit, Phileena Heuert, Stuart Higginbotham, Jim Green, Mark Kutolowski, Vladimir Volrab.

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

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

**Centre international :** WCCM International Office, St Marks, Myddelton Square, London EC1R 1XX, Royaume-Uni.  
Tel +44 (0) 20 7278 2070 – Fax +44 (0) 20 8280 0046 – Email : [welcome@wccm.org](mailto:welcome@wccm.org)