



LETTRE DE L'ÉCOLE INTERNATIONALE *n°10*

La Communauté Mondiale de Méditants Chrétiens

La voie du mot de prière par Peter Ng

Il nous semble tout à fait inouï, presque incroyable, quand nous commençons à apprendre à méditer, que la simple répétition de ce petit mot, notre mot de prière, puisse être un vrai chemin spirituel qui transforme peu à peu notre vie en profondeur. Pourtant, c'est le cas. Pensez à la graine de moutarde dont Jésus parle dans l'Évangile, qui pousse jusqu'à devenir un arbre immense, et les oiseaux du ciel viennent se reposer sur ses branches. Il en va exactement de même pour le mot de prière. C'est un mot très court, c'est une semence minuscule de foi, mais elle nous enracine au-delà de l'éphémère, au-delà des choses qui ne font que passer. Elle nous enracine dans cette réalité éternelle que nous appelons Dieu.

Le mot de prière est l'expression de notre foi et de notre amour. Si vous préférez, c'est un sacrement au sens où il est une expression extérieure de notre foi intérieure en la présence de Dieu dans nos cœurs. Dans notre méditation, tous nos sentiments de foi, d'amour, de dévotion, de louange, de reconnaissance, etc., sont contenus dans la parole confiante et inconditionnelle du mot de prière.

Dire le mot de prière est une façon de prier qui nous mène à l'état de silence et d'immobilité, de simplicité, de pauvreté, d'attention totale et désintéressée à la présence de l'Esprit Saint qui habite en nous. C'est un chemin de silence, d'immobilité, de simplicité, d'engagement, de discipline, d'esprit de pauvreté, de renoncement à soi, de foi, de sacrifice, de générosité, et par là d'amour. Le chemin "de" est aussi le chemin "vers". Le chemin vers le silence est un chemin de silence. Il n'est pas étonnant que la fidélité à la récitation du mot de prière conduise à développer ces qualités spirituelles dans notre vie.

Le mot de prière est le moyen de dépasser les distractions et les machinations de l'ego pendant la méditation.