



## **Présenter la méditation à un public majoritairement chrétien** **par Kim Nataraja**

Voici quelques sujets qu'il est conseillé d'aborder lors de la réunion du groupe de méditation hebdomadaire. Ces quelques suggestions vous permettront d'alimenter une série de causeries introductives. Tâchez de limiter votre intervention à un quart d'heure maximum.

- Présentez-vous et situez-vous brièvement dans la Communauté mondiale des méditants chrétiens. Expliquez rapidement comment vous en êtes arrivé à méditer. Soulignez l'universalité de la tradition de la méditation, qui n'est pas seulement une tradition orientale, mais a aussi des racines dans la tradition chrétienne. Puis restez quelques instants en silence, avant de lire un passage approprié des Écritures que vous commenterez de manière à présenter la méditation comme une forme de prière, profondément ancrée dans la tradition chrétienne. Par exemple : Matthieu 6,6 ; intériorité, peu de paroles ; Matthieu 6,8 : confiance ; Matthieu 6,25 : détachement des soucis, attention.
- Attirez l'attention sur le fait que dans beaucoup d'Églises, on accorde trop d'importance au « faire » : activités paroissiales, comités, etc. Introduisez la distinction entre « être » et « faire ». Il se peut que nous soyons tous trop axés sur le « faire ». Rappelez à votre auditoire l'histoire de Marthe et de Marie (Luc 10, 38-42) en soulignant qu'il nous faut être l'une et l'autre, à des moments différents, mais suggérez que la qualité de notre « faire » dépend de notre « être », être en paix avec nous-même et être intérieurement silencieux de manière à écouter les autres.
- Présentez John Main et sa redécouverte de la tradition chrétienne de la méditation chez Jean Cassien. Soulignez le fait que Jean Cassien est un maître reconnu par tous les chrétiens, qui a vécu longtemps avant les divers schismes ayant donné naissance aux diverses confessions chrétiennes. C'est pourquoi, la méditation est très importante pour l'œcuménisme. Pour les chrétiens, c'est une manière naturelle de prier ensemble, alors que les mots et les rituels peuvent nous diviser. La prière profonde nous montre que nous sommes déjà « un dans le Christ ». « Car là où deux ou trois se trouvent réunis en mon nom, je suis au milieu d'eux » (Matthieu 18,20). La méditation ne fait pas disparaître les différences mais nous les voyons de manière plus douce et indulgente. Elle agit comme un antidote au fondamentalisme en respectant les différences et en apprenant à nous pardonner les uns les autres du fond du « cœur ». La diversité et l'unité sont nécessaires toutes les deux. Dans Marc 9,38-41, Jésus se montre tolérant et respectueux des différences. La méditation est un retour chez soi, à notre relation personnelle avec le Christ et à notre unité chrétienne originelle.
- Présentez la méditation comme le chaînon manquant dans la chaîne de la prière. Elle complète et améliore les autres formes de prière, elle ne les remplace pas. Elle enrichit particulièrement la lecture priante des Écritures. Soulignez que la méditation est une dimension de la prière qui amène au silence. Nous ne parlons pas à Dieu, nous ne pensons pas à Dieu, nous « sommes avec » Dieu, nous sommes en communion avec la présence du Christ dans nos cœurs. Le silence est « l'adoration en esprit et en vérité ».