



## **Le voyage de la méditation (2), par Kim Nataraja**

La semaine dernière, nous avons évoqué ce qui pouvait nous arriver durant notre voyage de méditation. Nous commençons avec enthousiasme, nous nous engageons résolument dans la pratique quotidienne, mais avec le temps, inévitablement, nous faisons la rencontre du « démon de l'acédie ». Nous commençons à ressentir ennui et agitation, comme si nous entrions dans le désert. À propos de cette expérience de « désert », Thomas Merton disait : « Lorsque nous sommes capables de lâcher tout ce qui est en nous, tout désir de voir, de savoir, de goûter et d'éprouver la consolation de Dieu, à ce moment-là seulement nous sommes capables de faire l'expérience de Sa présence. »

Donc un « lâcher prise » est nécessaire et en ce sens, cette « expérience du désert » est purificatrice. C'est un défi de dépasser notre égocentrisme et de méditer sans attendre de récompense, sans savoir où l'Esprit nous mène, de méditer même si nous sommes assaillis par de profondes distractions. Dès lors que nous continuons malgré tout à nous asseoir fidèlement pour pratiquer, nous finirons par briser toute résistance et nous parviendrons à la vraie connaissance de soi, purifiés et plus forts. En ce sens, le désert est aussi notre chemin vers la Terre Promise, car, comme le dit Évagre, le Père du Désert : « Aucun autre démon ne s'attache aux pas du démon de l'acédie, mais un état de paix profonde et de joie inexprimable succède à cette lutte. »

Cette « paix profonde et joie inexprimable », les Pères et Mères du Désert l'appelaient « *apatheia* » (impassibilité), un calme profond et imperturbable, l'état d'une âme véritablement guérie. Ils savaient que l'« *apatheia* » ou « pureté de cœur » était la condition indispensable pour entrer dans le « Royaume de Dieu », être dans la Présence de Dieu.

« Ce que les Pères cherchaient avant toute chose était leur vrai soi dans le Christ. Et pour le trouver, ils devaient rejeter complètement le faux moi, fabriqué sous la pression sociale du monde. » (Thomas Merton). Notre « vrai soi en Christ » brille quand le flot des pensées et des sentiments s'est calmé, quand les masques que revêt l'ego et les fausses images de soi sont tombés et que les émotions sont purifiées. Nous nous connaissons alors comme « enfants du Christ », faits « à l'image et à la ressemblance » de Dieu. Ce calme, cette félicité, cette paix et cette joie sont en même temps conscience parfaite, vigilance intense. Alors nous sommes « pleinement vivants ».

À cette étape, succède l'étape finale de l'agapè, l'expérience la plus élevée, un sentiment d'unité et de conscience de l'amour universel et inconditionnel de Dieu. Le monde connaissable des formes et tout concept de l'intelligence sont transcendés. Nous savons que « Dieu est sans quantité et sans aucune forme extérieure » ; nous « voyons avec émerveillement la lumière de notre esprit et nous connaissons cette lumière comme quelque chose qui dépasse notre esprit et en est la source » (John Main). Nous savons que notre esprit est un avec l'Esprit. Nous sommes entrés dans le flot d'amour qui unit le Créateur au créé. Nous sommes rentrés à la maison.

« L'homme doit d'abord être rendu à lui-même, afin qu'après avoir édifié en lui-même comme un tremplin, il puisse de là s'élever et être porté jusqu'à Dieu » (St Augustin).