



LETTRE DE L'ÉCOLE INTERNATIONALE n° 6

La Communauté Mondiale de Méditants Chrétiens

L'universalité de la méditation, par Kim Nataraja

La méditation est une discipline spirituelle universelle, centrale dans la plupart des religions et des traditions de sagesse du monde. Il existe beaucoup de formes différentes de méditation dans ces diverses traditions, toutes également valables, à leur manière. Toutes mettent l'accent sur la pratique et l'expérience plus que sur la théorie ou la connaissance.

La méditation est aussi une authentique discipline du christianisme, bien qu'il semble parfois que ce soit le secret le mieux gardé du monde. Comme le rappelle toujours Laurence Freeman, Jésus a enseigné la contemplation et c'est la raison pour laquelle cette forme de prière a prospéré, particulièrement au IV^e siècle, chez les Pères et les Mères du désert d'Égypte et de Palestine, qui avaient fondé leur vie sur l'exemple de Jésus. Jean Cassien a réuni leurs enseignements dans son livre *Les Conférences*. C'est en lisant cet ouvrage que John Main, un moine bénédictin, a redécouvert cette tradition, pour la transmettre à notre époque, et l'a offert à tous nos contemporains quel que soit leur état de vie, lui donnant le nom de « méditation chrétienne ». Ce n'est pas seulement la forme de prière des Pères et Mères du Désert mais aussi celle d'innombrables mystiques chrétiens de toutes les époques jusqu'à aujourd'hui. C'est aussi une forme de prière qui a été établie bien avant la Réforme, et avant la séparation entre le catholicisme romain et la chrétienté orthodoxe orientale. C'est donc un beau moyen, œcuménique, de prier ensemble.

Nous ne devons pas oublier que toutes les formes de prières sont valables. Selon Laurence Freeman : « La méditation est la dimension qui manque, la plupart du temps, à la vie chrétienne d'aujourd'hui. Elle n'exclut pas les autres formes de prières ; en fait, elle rend plus profonde la révérence pour les sacrements et les Écritures. » Il explique la connexion entre toutes les formes de prière en s'inspirant de l'image d'une roue en bois d'autrefois :

« La fonction d'une roue est de faire avancer une charrette. La prière est la roue qui fait avancer spirituellement notre vie vers Dieu. Pour tourner, la roue doit être en contact avec le sol. Si la roue ne touche pas le sol, elle ne peut faire avancer la charrette ; la roue seule tournera. De la même façon, il faut donner un temps réel et une place réelle à la prière dans notre vie quotidienne. Les rayons de la roue sont comme les différentes formes de prières. Toutes les formes de prière sont valables et efficaces. Il y a l'eucharistie, la prière d'intercession, les sacrements, la lecture des Écritures et les dévotions personnelles. Ce qui maintient les rayons ensemble et permet à la roue de tourner est le moyeu. Les rayons convergent vers le moyeu. Nous pouvons penser au moyeu comme étant la prière du Christ qui demeure dans nos cœurs. Le centre de la roue est immobile. Sans ce point fixe au centre, la roue ne peut pas tourner.

La méditation consiste à atteindre l'immobilité au centre de notre être. Quand nous méditons, nous entrons dans cette immobilité centrale qui est la source de toute notre action, notre mouvement vers Dieu par le Christ qui est en nous. Pour que la roue avance, il faut que son centre soit immobile. Telle est la relation entre action et contemplation. »