

## Pourquoi les méditants chrétiens appellent-ils le mot-prière un « *mantra* »?

*Le mantra, qui nous amène dans le moment présent et plus loin que l'ego, se faufile par la porte étroite dans la cité de Dieu. (John Main, Word made Flesh)*

I

La tradition de la prière «monologique» - prière qui emploie un mot sacré, répété continuellement avec foi dans le cœur et dans l'esprit - est une tradition vénérable dans le christianisme. Elle vient peut-être de la vénération du nom de Jésus (« ... *pour que tout, au nom de Jésus, s'agenouille* », Ph 2, 10). La récitation du Saint Nom fut intégrée plus tard dans les diverses formes de la pratique du silence et de la prière à Jésus de l'Église orthodoxe. Dans l'Église occidentale, Jean Cassien fut le premier maître de cette forme de prière.

On trouve la première description détaillée de cette forme de prière dans la tradition des Pères du désert, dans la 10<sup>e</sup> conférence de Jean Cassien. Il recommande le verset 2 du Psaume 69 : « *Sauve-moi, ô Dieu, vite à mon secours* ». Saint Benoît l'adopta plus tard comme premier verset de l'Office divin; il l'est toujours. 1000 ans plus tard, en Angleterre, l'auteur anonyme du *Nuage d'Inconnaissance* recommande la même forme de prière tout en proposant l'usage d'un mot d'une seule syllabe tel que « *Dieu* ».

Au 20<sup>e</sup> siècle, John Main – héritier de cette même tradition et désireux de la transmettre – recommanda la prière chrétienne araméenne « *Maranatha* ». C'est une phrase tirée des saintes Écritures qui signifie « *Viens Seigneur Jésus* » (1Co 16,22), dans la langue de Jésus, l'araméen; une phrase sacrée dans les premières liturgies chrétiennes. Il existe plusieurs autres exemples de mots-prières dans l'histoire de la prière chrétienne. Ils reflètent une époque particulière ou la personnalité du maître de prière qui conduisait les gens dans le silence contemplatif et la tranquillité du cœur (*hesychia*). On retient de cette tradition l'insistance sur la répétition continue du mot, avec une foi toujours plus profonde et fidélité au même mot, qui s'enracine dans le cœur et qui ouvre à la grâce de la contemplation, notre entrée dans la prière de Jésus lui-même dans l'Esprit.

Ceux qui employaient le nom de Jésus nommaient ce mot « *Le Nom* » ou « *Le saint Nom* ». Cassien ne recommande pas ce nom; la phrase qu'il suggère, il l'appelle une « formule », dans le sens de « règle » ou « principe ». La « formule » n'a pas un sens sacré comme tel mais elle signifie un modèle ou un usage commun du même mot, ou de la même phrase, récité fidèlement, quelque soit l'état du priant, qui l'amène à la pauvreté du cœur.

John Main appelle le mot-prière le « *mot* » ou « *mantra* ». Pourquoi emploie-t-il le terme « *mantra* », particulièrement associé aux formes de méditation orientale?

Pour le comprendre, il faut se rappeler l'environnement religieux dans lequel John Main redécouvrit personnellement la méditation et commença à l'enseigner dans la tradition chrétienne. Avant son entrée dans la vie monastique, John Main avait connu cette pratique en Orient, bien qu'il l'ait adoptée comme prière chrétienne. C'est en Orient qu'il a d'abord découvert le terme « *mantra* » qui voulait dire « un mot ou une formule psalmodiée ou chantée comme incantation ou prière ». Vingt ans plus tard, quand il relut Cassien et reconnut cette forme de prière dans la tradition chrétienne, il reprit sa propre pratique et réalisa sa valeur universelle pour une spiritualité chrétienne contemporaine.

Vers 1975, diverses formes de méditation orientale étaient devenues populaires en Occident, en particulier la méditation transcendantale; le mot « *mantra* » faisait donc partie du langage populaire. Aujourd'hui, on trouve ce mot dans le dictionnaire anglais d'Oxford, défini comme « un texte ou verset sacré » utilisé en anglais depuis 1801. La plupart du temps, ce mot est employé dans un contexte séculier pour évoquer les promesses répétées des politiciens!

## II

Certaines personnes, qui entendent le mot « *mantra* » comme prière chrétienne, peuvent ressentir un certain malaise à cause de son appartenance orientale. Depuis 1975, depuis que John Main l'utilisa comme terme chrétien dénué de référence orientale, le mot est cependant devenu familier pour beaucoup de chrétiens. Nous pouvons maintenant affirmer qu'il appartient au vocabulaire de la spiritualité chrétienne.

De même, le sens profond du mot « *méditation* », connu depuis le début de la tradition chrétienne, doit également être retrouvé et compris dans sa signification première, plus contemplative. Pour beaucoup de chrétiens, « *méditation* » était restreinte à une prière mentale, s'appuyant sur les pensées et l'imagination, particulièrement dans une réflexion sur les saintes Écritures. Cette forme de prière est très valable; elle est aussi et probablement mieux décrite comme « *lectio* ». « *Méditation* » dans son sens premier : conduire dans une prière ou contemplation, sans mots, silencieuse, sans images, fut également vulgarisée en Occident récemment par les méthodes et pratiques spirituelles orientales. Le défi que John Main propose est de retrouver et de réintroduire le vrai sens de « *méditation* » dans la chrétienté.

L'usage du terme « *mantra* » s'appuie donc sur deux faits : d'abord, il est utilisé universellement et très bien compris dans le contexte chrétien; deuxièmement, certaines personnes qui commencent à apprendre la dimension contemplative de la prière peuvent avoir besoin d'y réfléchir attentivement et d'en discuter. Si les chrétiens modernes sont encouragés à approfondir le sens de « *mantra* » et de « *méditation* », ils peuvent arriver à comprendre et à retrouver la dimension contemplative de leur foi et de leur vie de prière.

Un auditoire plus traditionnel aura besoin d'un soutien particulier de la personne qui lui propose la méditation chrétienne. Le mot « *mantra* » devra donc être expliqué dès la première session d'enseignement. Par exemple, lorsque l'on présente la méditation chrétienne à un nouvel auditoire, il est peut-être sage d'utiliser les termes « *mot* » ou « *mot-prière* » pour commencer. Ensuite, au moment de présenter un mot spécifique tel que recommandé – par exemple, « *Jésus* » ou « *Abba* » ou « *Maranatha* » - l'enseignant peut s'y référer comme étant « anciens mantras ou mots sacrés chrétiens ».

Tout en étant consciente de ces sensibilités, l'expérience de la Communauté mondiale de la Méditation chrétienne – établie dans plus d'une centaine de pays - la convainc que le terme « *mantra* » ne fait pas du tout obstacle à la transmission de cet enseignement. Le défi plus grand est d'aider les gens, qui prient déjà par les sacrements ou les dévotions, à faire l'expérience du sens profond de la contemplation et de la prière du cœur. Même si pour plusieurs le terme « *mantra* » peut causer un certain malaise, l'aide qu'ils recevront pour comprendre le sens du terme peut les amener à mieux saisir le sens même de la méditation comme un chemin au-delà des mots, des pensées et des images pour entrer dans le silence du Christ. La prière d'introduction que John Main a composée pour la méditation chrétienne l'exprime bien :

*« Père du ciel, ouvre mon cœur à la présence silencieuse de l'Esprit de ton Fils.  
Conduis-moi dans ce mystérieux silence où ton Amour est révélé à tous ceux et  
celles qui appellent : **Maranatha, Viens Seigneur Jésus** ».*

**Laurence Freeman, o.s.b.**

Traduction : Francine Devroede