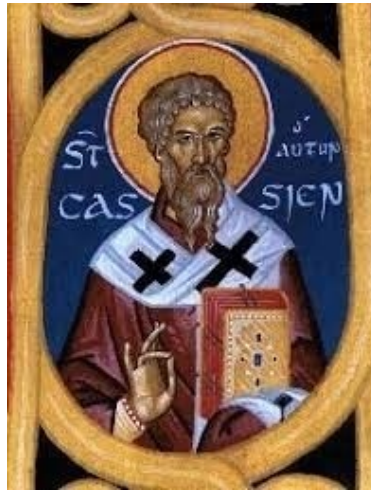


Méditation Chrétienne en Ariège

Le rendez-vous que nous avons chaque fois que nous rencontrons l'autre,
n'est-ce pas Dieu qui se donne rendez-vous ?

« Quand vous serez réuni(e)s deux ou trois en mon nom, je serai là au milieu de vous. »

Yvan Amar, extrait de conférence.



Première rencontre des méditant(e)s chrétien(ne)s d'Ariège
en présence de méditant(e)s chrétien(ne)s de Toulouse
et d'En Calcat dans le Tarn.

Samedi 18 mai 2019

de 10 h à 15h, au 7 rue de l'horloge 09 Foix

Merci d'annoncer votre venue auprès de François 05 61 96 41 32

Au programme, présentation de chacun(e) et de la méditation chrétienne,
2 temps de silence, buffet partagé (*chacun(e) amène quelque chose à manger
et ses couverts et assiette*), temps d'échange et de partage facilité, au revoir.



et on ne dira point: Il est ici, ou: Il est là. Car voici, le royaume de Dieu est au dedans de vous.

Luc 17.21

La méditation chrétienne, telle que proposée par John Main(1926-1982), est une prière contemplative qui se pratique en silence et dans l'immobilité en répétant un mot de prière ou mantra: « Maranatha ». La méditation est un chemin d'attention et de connaissance de soi, pèlerinage vers Dieu dans l'Esprit du Christ. Cette pratique trouve son origine dans l'expérience des mères et pères du Désert, décrite par Jean Cassien au V^e siècle.

La méditation chrétienne se pratique seul et en groupe. La répétition du mot de prière Maranatha, nous aide à nous recentrer continuellement et simplement sur le moment présent sans nous attacher aux distractions, pensées ou images de toutes sortes.

« La méditation est le moyen très simple par lequel nous nous mettons peu à peu en paix avec nous-mêmes afin d'être capables d'éprouver la paix de Dieu en nous ». John Main



Pour méditer, nous souhaitons parvenir à l'immobilité de l'esprit et du corps. Assis(e) au sol ou sur une chaise. Même si cela peut sembler extraordinaire, le silence est parfaitement accessible à chacun(e) de nous, en dépit des distractions du monde moderne. Mais pour atteindre le silence et l'immobilité, il faut du temps, de l'énergie et de l'amour.

La manière d'entreprendre ce pèlerinage est de réciter une courte expression, un mot communément appelé « mantra ». Ce moyen nous aide à porter notre attention au-delà de nous, nous éloigne des pensées et des préoccupations égocentriques qui nous habitent. Le vrai travail du méditant est d'atteindre l'harmonie du corps, de l'esprit et de la pensée. C'est ce à quoi nous invite le psalmiste :

« Sois silencieux et sache que je suis Dieu » (Ps. 45, v. 11)