

Prochaines rencontres de la méditation chrétienne

Les **6^e Rencontres de la méditation chrétienne** auront lieu les **13-14-15 mars 2015** à l'**abbaye St-Jacut-de-la-Mer** dans les Côtes d'Armor, sur le thème « Quêtes de sens ». Les deux intervenants seront **James Alison**, prêtre, théologien et écrivain anglais et **Kim Nataraja**, directrice de l'École de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne, écrivain et spécialiste des mystiques chrétiens.

Renseignement et inscriptions à l'aide du bulletin disponible en ligne :

<http://meditationchretienne.org/site/pag.php?Pag=area&Area=80>

Retraite de Pâques à Bere Island avec Laurence Freeman osb

Comme chaque année, une retraite est proposée à **Bere Island (Irlande)** durant la **Semaine sainte, du 29 mars au 5 avril**. Elle commence le dimanche à la messe des Rameaux et se termine le dimanche de Pâques au matin. Elle comprend des conférences spirituelles du P. Laurence, des temps de méditation, des séances de yoga et la participation aux offices à l'église paroissiale de l'île. Certaines rencontres sont principalement destinées aux jeunes adultes. Les participants organisent eux-mêmes leur séjour (mais ils peuvent se faire aider).

Renseignements : <http://www.wccm.org/sites/default/files/users/sliderImages/Easter%20leaflet15pdf.pdf>

Inscriptions : <https://io-wccm.org/civicism/event/info?reset=1&id=13>

Site Web français : www.wccm.fr. Forum d'échange : <http://meditationchretienne.forumactif.fr/>.

Sites de nos amis canadiens : www.meditationchretienne.ca, et de nos amis belges : <http://wccm.be>. Ils sont riches en ressources complémentaires en français. Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la CMMC dans le monde.

Lectures hebdomadaires – 18 janvier 2015

Même si vous êtes physiquement éloigné d'autres méditants, vous êtes unis à eux dans l'Esprit. Chaque matin et chaque soir, prenez le temps de méditer entre 20 et 30 minutes. Il est préférable, autant que possible, de méditer au même endroit et à la même heure, de telle sorte que vos temps de méditation s'intègrent naturellement à votre journée. Soyez généreux avec votre temps, soyez fidèle au mantra, et vous entrerez dans le réseau de silence qui nous unit tous dans l'Esprit.

Extrait de **John Main** o.s.b., *Le Chemin de la méditation*, « L'innocence originelle », Bellarmin, 2001, p. 99-101.

Toutes les grandes vérités sont la simplicité même. On ne peut les connaître qu'en devenant simple. Quand nous nous asseyons pour méditer et commençons à dire notre mot, notre mantra, nous sommes en route vers cette simplicité. Nous sommes en route vers le fondement sur lequel repose notre être entier. Nous sommes en route vers l'union, l'union avec Jésus... Voilà ce qui a inspiré et inspire encore ces mots de saint Paul :

Qui peut savoir ce qui est dans l'homme, sinon l'esprit de l'homme qui est en lui ? De même, nul ne connaît ce qui est en Dieu, si ce n'est l'Esprit de Dieu. Quant à nous, nous n'avons pas reçu l'esprit du monde, mais l'Esprit qui vient de Dieu, ce qui nous fait connaître les grâces que Dieu nous a faites. (1 Co 2, 11-12)

Telle est l'invitation lancée à chacun pour qu'il puisse connaître personnellement, par l'expérience, « tous les dons que Dieu nous a faits ». Le chemin de cette connaissance est un chemin de fidélité, de fidélité quotidienne à la méditation : se détourner

fidèlement, chaque matin et chaque soir de sa vie, de tout ce qui est passager pour s'ouvrir à l'éternel Esprit de Dieu. Mais aussi un chemin de fidélité pendant la méditation : dire fidèlement son mot, son mantra, du début à la fin, sans poursuivre des idées, sans multiplier les formules ou les mots, dans une simplicité grandissante.

La force qui nous permet d'accomplir tout cela nous est donnée. C'est la force de l'amour de Jésus. Comme saint Paul nous le dit : « Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu, et que l'Esprit de Dieu réside en vous ? » (1 Co 3, 16) Dans notre méditation, nous cherchons à nous ouvrir aussi pleinement qu'il nous est possible en cette vie à l'Esprit de Dieu qui habite en nous.

Méditez pendant trente minutes

Rappelez-vous : Asseyez-vous. Restez immobile et le dos droit. Fermez doucement les yeux. Soyez détendu mais vigilant. En silence, intérieurement, commencez à dire un mot unique. Nous recommandons le verset de prière « Maranatha qui signifie « Viens, Seigneur » en araméen. Récitez-le en détachant chaque syllabe. Ecoutez-le tout en le disant, doucement, mais sans discontinuer. Ne retenez et n'entretenez aucune pensée, aucune image, spirituelle ou autre. Laissez passer les pensées et les images qui surgissent. Ramenez simplement votre attention – avec humilité et simplicité – sur la répétition intérieure de votre mot dans la foi, du début à la fin de votre méditation.

Après la méditation

Extrait de : **Pseudo-Macaire**, *Homélie I*, extrait de : *An Anthology of Christian Mysticism*, ed. Harvey Egan, Collegeville, MN, The Liturgical Press, 1996, p. 83-84.

Car l'âme qui a le privilège d'être en communion avec l'Esprit... devient toute lumière, toute visage, toute œil, et il n'y a aucune partie en elle qui ne soit pas remplie des yeux spirituels de la lumière... De même que le feu, la lumière même du feu, est la même en tout point, n'ayant en elle ni premier ni dernier, ni plus ni moins, de même l'âme qui est parfaitement irradiée par l'ineffable beauté de la lumière du Christ... devient toute œil, toute lumière, toute visage, toute gloire, toute esprit, étant façonnée de la sorte par le Christ qui la dirige, la guide, l'emmène, la porte et la pare ainsi de beauté spirituelle.

Notre site : WWW.WCCM.FR Vous retrouverez les lectures à la rubrique <lectures>. Pour toute demande les concernant, ne plus les recevoir ou nous signaler un changement d'adresse, renvoyez cet email en notifiant votre souhait.