



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne

**« Où est l'Esprit du Seigneur,
là est la liberté » (2 Co, 3-17)**



AVEC

JEAN-MARIE GUEULLETTE, o.p.

ENSEIGNANT-CHERCHEUR À L'UNIVERSITÉ CATHOLIQUE DE LYON,
DIRECTEUR DU CENTRE INTERDISCIPLINAIRE D'ÉTHIQUE

ET

LAURENCE FREEMAN, o.s.b.

DIRECTEUR SPIRITUEL DE LA COMMUNAUTÉ MONDIALE POUR LA MÉDITATION CHRÉTIENNE

Du 23 au 25 février 2018
à l'Espace Bernadette Soubirous
Nevers (Nièvre)



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

VENDREDI

- 17 h 00 - 18 h 30 Arrivée et installation
17 h 30 - 18 h 00 Répétition des chants *chapelle du noviciat*
18 h 00 Présentation de la méditation chrétienne *chapelle du noviciat*
- 18 h 35 - 19 h 05 **Lectures et méditation** *chapelle du noviciat*
19 h 30 **Dîner**
- 20 h 45 - 21 h 00 Mots d'accueil du comité, présentation du week-end dans ses aspects pratiques et présentation des ateliers *salle conférence*
- 21 h 00 - 22 h 00 Présentation de Jean-Marie Gueullette
1^{re} conférence de Jean-Marie Gueullette *salle conférence*

SAMEDI

- 6 h 45 - 6 h 55 **Éveil corporel** *à l'extérieur si le temps le permet*
7 h 00 - 7 h 30 **Méditation** *chapelle du noviciat*
7 h 40 - 8 h 10 **Lectures et méditation** *chapelle du noviciat*
7 h 00 - 9 h 00 **Petit déjeuner en libre service**
- 9 h 15 - 10 h 30 **1^{re} conférence de Laurence Freeman** *salle conférence*
10 h 30 - 10 h 45 *Pause*
10 h 45 - 12 h 00 **Ateliers 1 *** *salles diverses*
12 h 15 **Déjeuner**
- 14 h 00 - 15 h 00 **2^e conférence de Jean-Marie Gueullette** *salle conférence*
15 h 15 - 15 h 45 **Lectures et méditation** *chapelle du noviciat*
15 h 45 - 16 h 15 *Pause*
16 h 15 - 17 h 30 **2^e conférence de Laurence Freeman** *salle conférence*
18 h 00 - 19 h 15 Messe avec un temps de méditation après la communion *chapelle de Bernadette*
- 19 h 30 **Dîner**
20 h 45 **Veillée**



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

DIMANCHE

6 h 45 - 6 h 55	<i>Éveil corporel</i>	<i>à l'extérieur si le temps le permet</i>
7 h 00 - 7 h 30	Méditation	<i>chapelle du noviciat</i>
7 h 40 - 8 h 10	Lectures et méditation	<i>chapelle du noviciat</i>
7 h 00 - 9 h 00	<i>Petit déjeuner en libre service</i>	
9 h 00 - 10 h 30	Questions réponses J.-M. Gueulette /L. Freeman	<i>salle conférence</i>
10 h 30 - 10 h 45	<i>Pause</i>	
10 h 45 - 12 h 00	Ateliers 2 *	<i>salles diverses</i>
12 h 15	<i>Déjeuner</i>	
13 h 30 - 14 h 00	Lectures et méditation	<i>salle conférence</i>
14 h 30 - 15 h 15	Vie de la Communauté - Échanges avec Laurence FREEMAN	<i>salle conférence</i>

* les participants pourront s'inscrire aux ateliers de leur choix dès le vendredi soir.

Comment méditer

Asseyez-vous. Demeurez immobile le dos droit. Fermez vos yeux légèrement. Demeurez assis, détendu mais éveillé. Silencieusement, intérieurement, commencez à réciter une prière constituée d'un seul mot. Jean Cassien mit en valeur cette méthode dans ses conférences.

Nous vous recommandons le mot « Maranatha ». Récitez-le de façon à ce que chaque syllabe ait la même durée. Écoutez-le en le récitant, doucement mais continuellement. N' imaginez ni ne pensez à quoi que ce soit, qu'il s'agisse d'affaires d'ordre spirituel ou autre. Les pensées ou les images qui surgissent pendant la méditation sont des distractions ; lorsqu'elles se présentent retournez simplement à la récitation du mot.

Le père John Main osb recommandait l'utilisation du mot « Maranatha » parce que c'est l'une des plus anciennes prières, formées d'un mot, dans la tradition chrétienne. Nous retrouvons ce mot à la fin de la première lettre de saint Paul aux Corinthiens de même qu'à la fin du livre de l'Apocalypse. C'est un mot araméen – la langue que parlait Jésus – qui veut dire : « Viens, Seigneur » ou « Le Seigneur vient ».

Toutefois, pendant la méditation, vous ne devez pas penser au sens de ce mot, ce serait alors une distraction. Si des pensées surgissent et demandent votre attention, retournez simplement et fidèlement à la récitation de votre mantra : **Ma - ra - na - tha.**



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Vendredi 18h35 – 19h05

Chant (voir p. 11)

Mon âme se repose en paix sur Dieu seul, de lui vient mon salut.
Oui, sur Dieu seul mon âme se repose, se repose en paix.

Avant la méditation

« Dans la méditation, notre tâche est de permettre le rétablissement de notre unité ainsi que l'alignement harmonieux au centre de notre être, de notre moi divisé. Pour ce faire, il faut éviter de nous éparpiller davantage. Nous devons nous concentrer, nous diriger vers notre centre. Au moment de l'éveil véritable de nos consciences à ce centre, dans le silence, un pouvoir se libère : le pouvoir de la vie, le pouvoir de l'Esprit. Ce pouvoir nous reconstitue, nous réunifie, nous recrée. Saint Paul déclarait : "Si donc quelqu'un est dans le Christ, c'est une création nouvelle" (2 Co 5,17). Le mantra nous conduit directement à ce centre. »

John Main, *Un mot dans le silence, un mot pour méditer* (p. 118)

*« Père céleste, ouvre nos cœurs à la présence silencieuse de l'Esprit de ton fils.
Conduis-nous dans ce silence mystérieux où ton amour se révèle
à tous ceux qui appellent. Ma-ra-na-tha. Viens, Seigneur Jésus. »*

MÉDITATION - 30 min

Après la méditation

« Tu sens bien maintenant qu'il ne s'agit pas tant de nous adresser à l'Esprit que de le reconnaître au fond de nous, au plus profond, à la racine, dans une sorte de transcendance intime, et de lui ouvrir la route, de le laisser nous envahir. »

Philippe Mac Leod, *Avance en vie profonde* (p. 131)



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Samedi 7 h 40 - 8 h 10

Chant (voir p. 11)

Misericordias domini, in aeternum cantabo.
(*Je chanterai sans fin les miséricordes du Seigneur*)

Avant la méditation

« Ce à quoi nous mourons lorsque nous persévérons dans notre volonté de nous ouvrir à l'Esprit, c'est à notre ego étroit et limité, à nos préoccupations insignifiantes et aux ambitions qui entravent le rayonnement de notre être ; nous mourons à tout ce qui constitue un obstacle à la vie, à la vie dans toute sa plénitude. La découverte de notre propre esprit, de notre vrai soi, est une expérience de joie indescriptible : la joie de la libération. »

John Main, *Un mot dans le silence, un mot pour méditer* (p. 62)

« Père céleste, ouvre nos cœurs à la présence silencieuse de l'Esprit de ton fils.
Conduis-nous dans ce silence mystérieux où ton amour se révèle
à tous ceux qui appellent. Ma-ra-na-tha. Viens, Seigneur Jésus. »

MÉDITATION - 30 min

Après la méditation

« La méditation nous rappelle continuellement que la joie du Seigneur se trouve dans la profondeur de l'être. Il nous reste seulement à la libérer, en acquérant le courage d'aller la chercher dans les profondeurs. »

Laurence Freeman, *La méditation, voie de la lumière intérieure* (p. 126)



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Samedi 15 h 15 - 15 h 45

Chant (voir p. 11)

Nada te turbe, nada te espante ;
quien a Dios tiene nada le falta.
Nada te turbe, nada te espante ;
solo Dios basta !

*Que rien ne te trouble, que rien ne
t'effraie ; qui a Dieu ne manque de rien.
Que rien ne te trouble, que rien ne
t'effraie ; seul Dieu suffit !*

Avant la méditation

« Dans l'Esprit, unité et diversité sont conciliées en simplicité. Paul voyait dans l'unité de pensée et de cœur des premiers foyers ecclésiaux le don et le signe de l'Esprit. Cependant, unité ne veut pas dire uniformité, car "où est l'Esprit est la liberté". Dans l'Esprit, nous ressentons que toi et moi sont un mais que nous sommes toujours libres d'être nous-mêmes. L'Esprit permet que différents aspects de la vérité coexistent harmonieusement. »

Laurence Freeman, *Jésus, le maître intérieur* (p. 228)

« Père céleste, ouvre nos cœurs à la présence silencieuse de l'Esprit de ton fils.
Conduis-nous dans ce silence mystérieux où ton amour se révèle
à tous ceux qui appellent. Ma-ra-na-tha. Viens, Seigneur Jésus. »

MÉDITATION - 30 min

Après la méditation

« La simplicité et la sobriété de la prière silencieuse chrétienne prennent leur source dans l'éminente simplicité de Dieu, celui qui est, celui dont l'existence et la présence à nos côtés nous comblent, "bien au-delà, infiniment au-delà de tout ce que nous pouvons demander ou concevoir." Ep 3, 20 »

Jean Marie Gueullette, *L'assise et la présence* (p. 175)



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Dimanche 7h40 - 8h10

Chant (voir p. 11)

Misericordias domini, in aeternum cantabo.
(*Je chanterai sans fin les miséricordes du Seigneur*)

Avant la méditation

« Grâce au pouvoir du silence, la méditation nous tourne vers la communion sans trace de l'égo au cœur de notre « relation » consciente avec Dieu. Dans ce mouvement, nous abandonnons l'égo dans le détachement du soi libéré. Nous apprenons de ce fait la véritable nature de la liberté. »

Laurence Freeman, *La parole du silence* (p. 184)

« Père céleste, ouvre nos cœurs à la présence silencieuse de l'Esprit de ton fils.
Conduis-nous dans ce silence mystérieux où ton amour se révèle
à tous ceux qui appellent. Ma-ra-na-tha. Viens, Seigneur Jésus. »

MÉDITATION - 30 min

Après la méditation

Les Pharisiens demandèrent à Jésus quand viendrait le royaume de Dieu. Il leur répondit : « Le royaume de Dieu ne vient pas de manière à frapper les regards. On ne dirait point : « Il est ici », ou : « Il est là. » Car voici, le royaume de Dieu est au milieu de vous. »

Évangile de Luc 17, 20-21

Dimanche 13h30 - 14h

Chant (voir p. 11)

Nada te turbe, nada te espante ;
quien a Dios tiene nada le falta.
Nada te turbe, nada te espante ;
solo Dios basta !

*Que rien ne te trouble, que rien ne
t'effraie ; qui a Dieu ne manque de rien.
Que rien ne te trouble, que rien ne
t'effraie ; seul Dieu suffit !*



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Avant la méditation

« L'Esprit nous attend patiemment dans son silence éternel. Notre pèlerinage de méditation nous apprend qu'en esprit et en vérité, nous sommes déjà là, avec le Père, qui nous a appelés à être Lui, qui nous a créés pour être avec Lui et qui aime que nous soyons avec Lui.

L'éveil à cette réalité dilate notre esprit. Avec la dilatation vient la liberté, la liberté de l'esprit qui repousse les limites de notre conscience en nous unissant à la conscience humaine de Jésus qui demeure, avec l'espace infini de son amour, dans notre cœur humain.

(...) La liberté, c'est notre capacité d'entrer avec une conscience unifiée dans ce destin et de le connaître en tant que perfection du mystère de l'amour. »

John Main, *Méditer chaque jour et trouver la paix intérieure* (p. 34)

« Père céleste, ouvre nos cœurs à la présence silencieuse de l'Esprit de ton fils.
Conduis-nous dans ce silence mystérieux où ton amour se révèle
à tous ceux qui appellent. Ma-ra-na-tha. Viens, Seigneur Jésus. »

MÉDITATION - 30 min

Après la méditation

« L'Esprit en personne se joint à notre esprit pour attester que nous sommes enfants de Dieu. Enfants et donc héritiers ; héritiers de Dieu, et cohéritiers du Christ, puisque nous souffrons avec lui pour être aussi glorifiés avec lui.

J'estime en effet que les souffrances du temps présent ne sont pas à comparer à la gloire qui doit se révéler en nous. Car la Création en attente aspire à la révélation des fils de Dieu : si elle fut assujettie à la vanité, c'est avec l'espérance d'être, elle aussi, libérée de la servitude de la corruption pour entrer dans la liberté de la gloire des enfants de Dieu.

Saint Paul, *Lettre aux Romains* (8, 16-21)



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Dans nos obscurités

Dans nos obs-cu - ri - tés, al - lu - me le feu qui ne s'é-teint ja -
mais, qui ne s'é-teint ja - mais. Dans nos obs-cu - ri - tés, al - lu - me le
feu qui ne s'é-teint ja - mais, qui ne s'é-teint ja - mais. Dans nos obs-cu - ri -

Misericordias Domini

Mi - se - ri - cor - di - as Do - mi - ni in æ - ter - num can - ta - bo.

La ténèbre

La té - nè - bre n'est point té - nè - bre de - vant toi: la
nuit com - me le jour est lu - niè - - re. La té -



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne
Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Ubi caritas

U-bi ca-ri- tas et a - mor, u-bi ca-ri - tas De-us i - bi est.

The musical score for 'Ubi caritas' is written in 2/4 time. It begins with a piano (*p*) dynamic. The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: 'U-bi ca-ri- tas et a - mor, u-bi ca-ri - tas De-us i - bi est.' There is a triplet of eighth notes in the final measure of the first line.

Mon âme se repose

Mon â - me se re - po - se en paix sur Dieu seul de lui vient mon sa - lut.

Oui, sur Dieu seul mon â - me se re - po - se, se re - po - se en paix. Mon

The musical score for 'Mon âme se repose' is written in 4/4 time. It features a key signature of one sharp (F#) and a common time signature (C). The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: 'Mon â - me se re - po - se en paix sur Dieu seul de lui vient mon sa - lut.' and 'Oui, sur Dieu seul mon â - me se re - po - se, se re - po - se en paix. Mon'. The score includes a repeat sign at the end of the first line.

Nada te turbe

Na - da te tur - be na - da te es - pan - te; quien a Dios tie - ne na - da le fal - ta.

Na - da te tur - be, na - da te es - pan - te: só - lo Dios bas - ta.

The musical score for 'Nada te turbe' is written in common time (C). It features a key signature of one sharp (F#) and a common time signature (C). The melody is in the treble clef, and the accompaniment is in the bass clef. The lyrics are: 'Na - da te tur - be na - da te es - pan - te; quien a Dios tie - ne na - da le fal - ta.' and 'Na - da te tur - be, na - da te es - pan - te: só - lo Dios bas - ta.' The score includes a repeat sign at the end of the second line.



Communauté mondiale pour la méditation chrétienne Rencontre nationale 23-25 février 2018 à Nevers

Jésus le Christ

Jé - sus le Christ, lu - mière in - té - rieu - re, ne lais - se pas mes té - nè - bres me par - ler.

Jé - sus le Christ, lu - mière in - té - rieu - re, don - ne - moi d'ac - cueil - lir ton a - mour. Jé - sus le

The musical score is written in G major and common time (C). It consists of two systems of vocal melody and piano accompaniment. The first system covers the first two lines of lyrics, and the second system covers the next two lines. The piano accompaniment features a steady bass line and chords that support the vocal melody.

The Kingdom of God

The king - dom of God is jus - tice and peace and joy in the Ho - ly Spi - rit.

Come, Lord, and o - pen in us the gates of your - king - dom. The

The musical score is written in G major and common time (C). It consists of two systems of vocal melody and piano accompaniment. The first system covers the first line of lyrics, and the second system covers the next two lines. The piano accompaniment features a steady bass line and chords that support the vocal melody.

Bless the Lord

Bless the Lord, my soul, and bless God's ho - ly name.

Bless the Lord, my soul, who leads me in - to life.

The musical score is written in G major and common time (C). It consists of two systems of vocal melody and piano accompaniment. The first system covers the first line of lyrics, and the second system covers the second line. The piano accompaniment features a steady bass line and chords that support the vocal melody.