



LECTURES HEBDOMADAIRES DU 28 JUIN 2020

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.

Laurence Freeman osb, Bulletin trimestriel de la CMMC, hiver 2000.

Il faut sacrifier la certitude du fondamentaliste et s'autoriser un doute radical pour se remettre en question. L'expérience de la mort de la certitude est aussi celle de la mort du désir – le désir égoïste d'avoir raison, d'être en sécurité, d'être meilleur que les autres. Une telle mort est notre participation à la croix. La renaissance du désir qui vient ensuite est celle d'un désir transformé, jaillissant d'un cœur pur, dans la vision de Dieu. Ce « désir de Dieu » ne ressemble pas aux désirs que nous avons connus. Cependant, « heureux l'homme dont le désir de Dieu est devenu la passion d'un amant pour sa bien-aimée, » nous dit saint Jean Climaque. Il ne s'épuise pas et n'amène pas à exploiter autrui afin de le satisfaire. Il est à la fois désir et affranchissement du désir tel que nous le connaissions auparavant. [...]

La méditation est purification du cœur et mort du désir. De même qu'une naissance succède à chaque mort, il existe aussi une régénération du désir en tant que désir de Dieu. Celui-ci ne peut jamais être un désir pour un objet de satisfaction de l'ego, mais il est, bien sûr, un désir de notre bonheur ; on ne peut jamais désirer être malheureux. Le désir de Dieu est un désir de bonheur par l'obéissance à la loi de l'amour. [Or cette loi] énonce que la seule forme de désir qui nous rendra vraiment et en permanence heureux est le désir du bonheur d'autrui.

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

Simone Weil, Lettre 6, 26 mai 1942, « Dernières pensées », in *L'Attente de Dieu*, Paris, Editions Fayard, 1966, pp. 61-62.

(http://classiques.uqac.ca/classiques/weil_simone/attente_de_dieu/attente_de_dieu_1966.pdf).

Notre amour doit avoir la même étendue à travers tout l'espace, la même égalité dans toutes les portions de l'espace, que la lumière même du soleil. Le Christ nous a prescrit de parvenir à la perfection de notre Père céleste en imitant cette distribution indiscriminée de la lumière. [...] Il faut être catholique, c'est-à-dire n'être relié par un fil à rien qui soit créé, sinon la totalité de la création. [...] Nous vivons une époque tout à fait sans précédent, et dans la situation présente l'universalité, qui pouvait autrefois être implicite, doit être maintenant pleinement explicite. Elle doit imprégner le langage et toute la manière d'être.

Retrouvez toute l'actualité de la communauté sur notre site <http://www.wccm.fr>

et sur notre page [facebook.com/meditationchretiennedefrance](https://www.facebook.com/meditationchretiennedefrance)

Retrouvez les lectures hebdomadaires de la communauté classées par auteur sur notre site web www.wccm.fr dans la rubrique *ressources*.

Site de nos amis québécois : www.meditationchretienne.ca. Il est riche en ressources complémentaires en français.

Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la communauté dans le monde. Pour la pratique de la lectio divina, vous pouvez consulter les lectures quotidiennes de la liturgie sur le site www.levangileauquotidien.org