



NOUVELLES de France, Suisse

Session Corps-Âme-Esprit à Épernon



Une session sur le thème « **Corps-âme-esprit** » animée par Éric Clotuche a eu lieu à Épernon, les 23-25 octobre derniers. Nous étions une vingtaine, réunis dans une belle maison entourée d'un grand parc. Éric nous a préparé un programme très bien élaboré et très clair. Il a commencé par montrer combien était grande, dans notre vocabulaire, la confusion entre les notions d'esprit, d'âme, de cœur, de psyché... Faisant du ménage dans ces termes en précisant leur signification, 3 dimensions de l'être ont été clairement définies puis explicitées à travers toutes sortes d'exemples tirés de textes bibliques ou issus d'autres traditions, de films, d'événements télévisuels, musicaux...

Nous avons ainsi pu, peu à peu, discerner et mieux comprendre ces trois instruments de nos vies que sont le corps, l'âme et l'esprit. Ils nous apportent chacun trois formes de vérité : matérielle, intellectuelle et ontologique (vérité d'être, de vie). Ce sont trois réalités distinctes qui nous amènent à mieux comprendre qui nous sommes, de quoi nous sommes faits, et à pouvoir nous exprimer sur trois modes différents : je sens, je sais, je crois. Ce sont comme trois yeux : celui de la chair qui voit le monde, celui de l'intellect qui comprend et celui du cœur qui peut voir Dieu. Il nous revient de les protéger et de les faire grandir : « *Demande la sagesse d'abord, la santé de l'âme ensuite, enfin celle du corps* » (Sénèque). John Main précise : « ce que la nourriture est pour le corps, la méditation l'est pour l'esprit » (et non le mental : on répète le mantra pour ne plus être dans le mental).

De ces 3 réalités découlent différentes formes d'amour, de conscience, de naissance, de vérité. Eric a développé pour nous chacun de ces domaines en mettant à notre disposition, au fur et à mesure qu'ils étaient présentés, des textes donnant des repères sur chaque étape du week-end. Tout cela est beaucoup plus clair pour moi désormais...

Une belle chapelle nous a permis de nous réunir pour des temps de méditation. Nous nous sommes rendus le dimanche matin à l'église d'Épernon pour une messe dynamique et stimulante. Le beau temps était là, plaisir du corps, de l'âme et de l'esprit !

Chantal Mougin

Rencontre inter-traditions à Genève

Du 20 au 22 novembre, trois intervenants de prestige ont échangé sur le thème « **Le Cœur de Silence** ». Le père Laurence Freeman représentait la tradition chrétienne, alors que Lama Denys Rinpoché évoquait la vision bouddhiste et le Dr. Faouzi Skali celle des musulmans soufis. Lama Denys est un auteur très connu et le créateur d'une communauté bouddhiste près de Chambéry qui a été développée selon un principe d'éco-compatibilité. De son côté, le Docteur Skali est le créateur du Festival des musiques sacrées de Fès, au Maroc, et l'animateur d'un forum de réflexion intitulé « *Une Âme pour la Mondialisation* ». La rencontre s'est tenue dans le cadre magnifique du Château de Bossey, dans les environs de Genève. Environ 80 personnes y ont participé. Ceux qui venaient d'en dehors de la région genevoise ont pu séjourner au château.



Les conférences et échanges se sont déroulés du vendredi soir au dimanche en fin d'après-midi. Chacun des intervenants a rappelé la place que tient la vie contemplative dans sa tradition et nous a également fait expérimenter des pratiques contemplatives spécifiques à celle-ci. L'attention de l'auditoire était totale et des moments d'intensité ont alterné avec des traits d'humour, dans une ambiance très chaleureuse. Les participants sont repartis avec une meilleure compréhension des différences mais également des similitudes des trois traditions, et surtout avec une tolérance accrue envers les démarches différentes des leurs. Le samedi soir, les participants ont pu écouter un magnifique concert de

musique sacrée, donné par le duo mère-fille Terra Maïre, venu exprès de Toulouse.

Beaucoup de personnes présentes ont exprimé le souhait que ces rencontres inter-traditions puissent continuer. C'est dans cet esprit que nous imaginons d'organiser une nouvelle rencontre l'année prochaine, peut-être avec la présence d'un rabbin très connu.

Autres retombées de la rencontre : un second dialogue entre L. Freeman et Lama Denys, au centre de Karma Ling, et la possibilité d'une rencontre avec le F. Skali dans le cadre du festival des musiques sacrées de Fès.

Les conférences ont été enregistrées par le père Antonio Pedretti, qui a accueilli le premier groupe de méditation chrétienne à Genève, au Cénacle, la communauté qu'il dirigeait à l'époque. Un de nos méditants genevois, Pier Blattner, a photographié la rencontre, et va développer un site internet qui s'appellera « le cœur de silence ». Il est question de graver un CD qui reprendra les temps forts de ces trois jours et comprendra un cahier photographique.

John Moederle

PROGRAMME 2010

Week-end du 29-31 janvier

Premières Rencontres de la méditation chrétienne au Centre Valpré (Lyon) autour du professeur Michel Fromaget, anthropologue, et du père Laurence Freeman, sur le thème « **Mourir et Naître** ».

Renseignements et inscription auprès de Leila Tilouine (+33 (0)6 28 32 23 64 leilatilouine@yahoo.fr.). Pas d'inscription par téléphone (uniquement par courrier, avec un chèque d'arrhes). Vous trouverez le **bulletin d'inscription**, un **plan d'accès** et le **programme** sur le site Internet

En prélude à cette rencontre, vous pourrez lire le texte d'une conférence de Michel Fromaget, « *L'anthropologie ternaire, ou conception de l'homme chez les Pères de l'Église des deux premiers siècles* », à la rubrique « Documents » de notre site.

2 retraites co-animées par le père Fr. Martz
Week-end du 26-28 mars, avec Mme G. Jacquin, professeur de yoga, sur le thème « **Entrer dans la Semaine Sainte** : « *Mourir et renaître en Jésus-Christ* », au couvent de Reinacker, à Reutenbourg (Bas-Rhin). Hébergement : 44 €/jour (draps : + 5 €).

Trois jours du 13 au 16 mai, avec M. Paul Rummelhardt, professeur de yoga, sur le thème « *Vers la Pentecôte – Laissez-vous conduire par l'Esprit* », au couvent des Dominicaines d'Orbey, dans la vallée de Kayersberg (Haut-Rhin). Hébergement : 96 € pour les 3 jours (draps : + 7 €).

Frais de session libres. Renseignements et inscriptions auprès du P. Martz : 06 74 72 15 29 ou abba.martz@wanadoo.fr

Retraite animée par le P. Laurence Freeman
Week-end du 16-18 avril, au Centre culturel et spirituel de l'Abbaye de Rhuys à St-Gildas-de-Rhuys (Morbihan), sur le thème « *La pratique, chemin vers la perfection – mythe ou réalité* ». Inscriptions dès maintenant avec le bulletin ci-joint.

Du 25 juin au 3 juillet à Kergallic, Belle-île
8 jours au hameau de Kergallic, Belle-île (Morbihan). Le programme associera une pratique corporelle inspirée du yoga (guidée par Leila Tilouine, avec possibilité de 2 séances par jour), des méditations et la découverte de l'île. Frais de pension : 340 € (+ 60 ou 100 € pour le yoga). Inscriptions et renseignements : Leila Tilouine (leilatilouine@yahoo.fr, 06 28 32 23 64). Bulletin d'inscription dans le prochain bulletin trimestriel.

4 retraites avec le père J. de Foiard-Brown
Sur le thème de la « *Lectio divina* » :
1er-3 octobre à Épernon (Eure et Loire)
8-10 octobre à Metz (Meuse)
15-17 octobre à Fanjeaux (Aude)
21-24 octobre à Sénanque (Vaucluse)
Renseignements et inscriptions dans les prochains bulletins.

RETRAITE DE JEUNES MÉDITANTS À LONDRES

J'ai décidé de participer à la retraite pour les jeunes méditants organisée à Londres, en août, après avoir participé à la retraite de Pâques à Bere Island au cours de laquelle j'ai vraiment pris conscience de l'existence d'une communauté mondiale. Passée la porte du monastère de Cockfosters, j'ai pénétré dans une charmante oasis de verdure où j'ai été chaleureusement accueillie par les oblates résidents qui se sont montrés d'excellents hôtes durant toute la semaine : Pierre, Stefan et Tony.

Dans sa première causerie, à l'aide d'exemples clairs, drôles et réconfortants, le P. Laurence a parlé de l'anxiété que nous cherchons à dissimuler au moyen de stratégies diverses pour nous dérober à l'incertitude

inhérente à la vie. J'ai senti mon souffle se détendre. En reconnaissant la condition humaine commune, je me suis sentie unie à ceux qui m'entouraient, en quête de Dieu. La première méditation fut intégrée à la messe. Dans les prières des participants, je fus touchée et surprise par la franchise avec laquelle ils partageaient les peines de leur vie quotidienne. Leur honnêteté m'a également frappée dans leurs questions sur l'objet réel de la prière et le sens de la célébration de l'eucharistie. Nous formions un groupe d'une vingtaine de personnes très diverses mais suffisamment confiantes pour montrer leur vulnérabilité et poser de vraies questions.

Le P. Laurence, Stefan et Giovanni nous ont bien guidés. Les cinq méditations de la journée, le travail en silence au jardin et à la cuisine, le plaisir de partager en silence, dans une confiance paisible, les repas savoureux et préparés avec amour, les promenades tranquilles dans le beau Trent Park, ou le parcours du labyrinthe qui se trouvait à côté du centre, tous ces éléments nous ont aidés à comprendre les paroles du psalmiste : « *Arrête et sache que je suis Dieu.* » Grâce au yoga de Giovanni, tous les matins nous avons appris à « lire » notre corps et à être plus vivants en lui tout en priant et en travaillant. Le P. Laurence et Stefan, quant à eux, nous ont guidés dans l'écoute des paroles de l'Écriture.

Au retour, dans le train qui me ramenait chez moi, je souriais en regardant défilé la ville de Londres. Elle avait perdu son attrait. Malgré les quelques jours supplémentaires que je m'étais réservés pour visiter la ville après la retraite, en fait je n'avais pas quitté celle-ci. J'ai découvert un autre plaisir : vivre en communauté avec d'autres méditants très différents et croître en connaissance de soi à travers mes propres petites joies, amours, limites et gênes. Je me sentais plus intégrée. Quelque chose au tréfonds de moi murmure que, à tout moment, je peux écouter ce que, peut-être, avec précaution, j'oserais appeler « Dieu ».

Henriette, La Haye, Pays-Bas

La retraite de Cockfosters pour jeunes méditants était ma première expérience de vie communautaire centrée sur la pratique de la

méditation. Au cours de la semaine, nous avons examiné la question du paradoxe et en particulier les oppositions qui semblent être au cœur de nombreuses paraboles de Jésus. Nous avons le fils prodigue et le fils obéissant, par exemple, et la contradiction inattendue entre les membres inactifs de l'Église et le Samaritain dont l'attention va bien au-delà du devoir. Comme il l'a montré dans le temple, sans ménagement, le Christ n'hésitait pas à mettre les choses sens dessus dessous.

Au bout d'une semaine de vie dans une communauté de méditation, j'avais l'impression que la retraite avait créé un tel paradoxe. D'un côté notre groupe était uni : nous étions des « jeunes méditants » qui tous partageaient les méditations régulières, les repas, les échanges, les marches, le travail manuel, la cuisine et le silence. D'un autre côté, au-delà du signe extérieur de notre choix commun de partager les différents aspects de la retraite, il y avait la façon dont chacun s'était mis à méditer et méditait. Au cœur de notre unité, il y avait un silence très personnel, très distinct. En méditation, nous entrions chacun dans notre propre identité ; dans notre propre immobilité, nous devenions remarquablement différents les uns des autres. Peut-être notre méditation était-elle un temps de souffrance, peut-être était-ce un moment de réorientation, ou de totale superficialité, ou d'incertitude. L'expérience de chacun était naturellement différente de celle de la personne assise à côté de lui à la chapelle. Reprenant la métaphore du Christ, le P. Laurence a présenté la méditation comme une « *perle de grand prix* ». Cet enseignement s'est gravé dans mon cœur. Nous les méditants, jeunes ou vieux, avons vraiment de quoi être reconnaissants. L'idée des perles peut aussi donner du relief au paradoxe de la communauté et de la méditation. Notre communauté est constituée d'individus à qui l'on a fait don d'une perle. On pourrait dire que pendant cette semaine, nous avons fait un collier de nos précieuses perles. Chacun d'entre nous était singulier – par la couleur, la taille, la forme de sa perle – mais nous formions le même emblème de beauté par notre pratique commune.

Philip



Avec la méditation, je peux commencer à éprouver quelle pourrait bien être la signification d'une relation avec Dieu, et à éprouver une certaine paix indépendante des circonstances. Le mantra est le point de calme auquel je reviens tous les jours. À l'origine, ce qui m'a attirée vers la méditation, c'est que l'expérience de l'immobilité et du silence était la seule chose capable de calmer ma tête et mon cœur troublés et distraits. Il me semble qu'il existe bien différentes sortes de connaissance. Certes j'ai exercé mon intellect mais il existe cette autre connaissance, peut-être plus importante, qui s'obtient et se façonne par l'expérience. L'intellect peut rester aveugle ou même s'opposer à ce qui est le plus important.

C'est ce que j'ai vécu lors de la retraite des jeunes méditants. Toute ma vie, on m'a parlé de la Bible et des paraboles de Jésus mais, aujourd'hui, en repensant au temps que j'ai passé à l'église, je me dis que je n'ai pas entendu beaucoup d'homélie portant sur les histoires que racontait Jésus. Pendant la retraite, nous nous sommes penchés sur quelques paraboles très célèbres – le bon Samaritain, la brebis perdue, le fils prodigue – mais il me semblait les lire pour la première fois. Dans les discussions qui ont suivi, j'ai senti que je commençais à comprendre que le vrai sens du message de Jésus était l'amour et non le jugement. Être chrétien est sans doute quelque chose de très différent de ce que j'ai souvent connu. Les causeries

étaient très utiles mais revenir à la méditation me rappelle que le chemin ne consiste pas à se tourmenter pour trouver toutes les réponses dans sa tête. J'ai essayé cette voie et elle ne m'a pas conduite en un lieu paisible, ni donné les réponses ! L'important est simplement de mettre la foi en pratique et de suivre le chemin de la méditation tous les jours. Ce faisant, je dépasse les mots pour entrer dans le silence où je peux commencer à savoir ce qui est réel et vrai par l'expérience que j'en fais.

Debbie

Pour s'inscrire sur la liste de diffusion des jeunes méditants, veuillez contactez Lukasz Gruszka : lukaszgruszka@gmail.com



LETTRE DE LAURENCE FREEMAN OSB

Directeur de la Communauté Mondiale de Méditants Chrétiens

Très chers amis,

Récemment, je réfléchissais au silence – ce qui signifie, bien sûr, que je n'étais pas vraiment silencieux. Les concepts agitent les eaux du silence même lorsque l'on pense silencieusement. Tout ce qui ressemble au silence – l'humeur paisible, se taire, la tranquillité du cloître – n'est pas silencieux dans le sens où l'entend la tradition contemplative : *Si tu aimes la vérité, tu aimeras le silence, car il unit à Dieu lui-même*. Ainsi s'exprimait Isaac de Ninive au VII^e siècle, tout comme Maître Eckhart, au XIV^e : *Rien ne ressemble davantage à Dieu que le silence*.

ou John Main à notre époque : *En entrant dans le silence intérieur, nous entrons dans un vide qui nous défait. Nous ne pouvons pas rester la personne que nous étions ou pensions être. Mais nous ne sommes pas détruits, nous sommes plutôt éveillés à la source éternellement nouvelle de notre être*.

Tous comprennent le silence comme une profondeur d'être. C'est une dilatation de la conscience au-delà des limites de l'espace mental ordinaire dans lequel nous évoluons habituellement. C'est une libération de ces tendances de l'ego à se nier, se piéger, que les Pères du désert appelaient « *fautes principales* » et qui ont été ensuite quelque peu juridiciées en « *sept péchés capitaux* ». S'il est vrai que le silence ressemble à Dieu et qu'il nous éveille à la source de l'être, alors il serait profitable à une époque de l'histoire où l'homme est devenu tellement non-silencieux de revenir au « *travail du silence* », comme les Upanishads, il y a bien longtemps, décrivaient la pratique de la méditation. À une époque qui valorise et commercialise à ce point la « communication », on se doit de ne pas oublier que la communication n'est pas restreinte aux mots, aux mélodies ou aux images. Le silence est le langage du langage, un moyen de communication qui, s'il s'agit de vrai silence, ne peut déformer le message qu'il transmet.

FAUX SILENCE

Ma récente réflexion sur le silence faisait suite à une longue conversation avec R, une femme actuellement plongée dans une véritable tragédie grecque de la perte. Il y a trois ans, elle a perdu son mari dans un accident de pêche survenu au cours d'une brusque tempête. Il y a un an, son jeune fils qui se trouvait avec deux amis s'est noyé

dans un accident de voiture encore inexplicable impliquant un groupe d'autres jeunes gens. Ce double coup et la perte irremplaçable qu'il a entraînée est, pour quiconque, une épreuve suffisante pour toute une vie, et pour beaucoup, c'est déjà trop. Mais R est une femme de profondeur et de foi authentique, trop sagement enracinée dans la tradition de ses ancêtres pour exiger une explication à toute chose, ou pour blâmer Dieu quand ça va mal. Elle a été conduite directement dans le nuage du mystère. Elle l'endure avec courage, et au cœur de son chagrin se trouve un silence qui ressemble de plus en plus au silence divin. Cependant, en ce qui concerne la perte la plus récente, sa douleur est d'une brutalité redoublée. Son supplice a pris un tour cruel et injustifié qui appelle sans conteste à montrer les poings et à donner de la voix, à cause du silence d'étouffement qui enveloppe la séquence complète des événements de cette nuit tragique. Tandis qu'elle sort peu à peu de l'engourdissement consécutif au choc, elle se met à poser compulsivement les questions que tout le monde est en droit de se poser sur les circonstances exactes de la disparition d'un être cher. Mais une conspiration du silence et de l'évitement la prive de ce droit.

Cela me faisait penser aux femmes des places de Buenos Aires ou de Santiago qui, à l'époque des dictatures, marchaient en un lent cercle de douleur et de courage en portant les portraits de leurs enfants disparus sans laisser de traces. Des décennies plus tard, leur faim et soif de justice – la quatrième béatitude de Jésus – n'a pas faibli et n'est pas satisfaite. On imagine les politiciens et les fonctionnaires faisant comme si elles n'existaient pas. À quoi bon poser toutes ces questions ? Laissez les morts enterrer leurs morts. Circulez. Cela ne les fera pas revenir. Oublions le passé... Mais la passion de « voir le droit l'emporter » est tout simplement, comme le rappelle le Sermon sur la montagne, une faim et une soif, et comme telle, primordiale, incontournable et apolitique.

Comme R en a fait l'expérience, une grande perte nous plonge dans le silence de Dieu où nous devons assimiler une autre sorte de connaissance. Elle s'est rendu compte que les réponses à nos questions ne sont pas données dans les termes des questions posées. Mais elle a aussi fait l'expérience de la contre-image de ce silence. Le

silence falsificateur du déni de la vérité. Dénier est un acte mortel, une crucifixion perpétrée, souvent, lorsque ceux avec qui nous sommes liés par un contrat de vérité refusent carrément de reconnaître ce qui est vrai. Les gouvernements le font – le journalisme n’a-t-il pas pour fonction, bien souvent, d’obtenir des élus qu’ils disent la vérité ? Les partenaires d’un couple et les époux le font – se cachant l’un à l’autre des informations essentielles. Les familles le font – comme on s’en aperçoit quand les placards s’ouvrent laissant tomber leurs cadavres après des années de déni. Les religieux le font – pour maintenir le superego de l’institution enveloppé de la fausse lumière de sa prétendue perfection. Nos propres psychismes le font – chaque fois que nous réprimons ce que nous ne pouvons pas regarder en face.

LABORATOIRES DE SILENCE

Si l’on est incapable d’apprécier le silence, si l’on n’a pas le courage d’être silencieux, il est difficile d’être une personne qui dit la vérité et par conséquent difficile aussi d’être pleinement humain. Notre potentiel de vie reste entravé et ne peut atteindre la plénitude à cause de la peur de la vérité, ou de la colère, ou de la violence avec laquelle nous défendons le déni de la vérité. Comme toujours, c’est la peur, l’opposé de l’amour, qui crée le gâchis et la confusion qui affectent tant d’existences. La vérité nous effraie parce que nous avons peur d’être punis, rejetés ou humiliés. Il paraît si difficile, comme il l’a été pour le fils prodigue de la parabole, de croire que nous pourrions être pardonnés ou que les roues de la justice, finalement, tourment au profit de la victime et du coupable.

Ou bien, nous avons simplement l’impression que nous ne pouvons pas trouver les mots justes pour exprimer la vérité et que nous serons mal compris et condamnés si nous essayons. La personne qui a encore en mémoire le goût du silence risque moins d’être dominée par ces peurs et ces doutes inhérents à la psyché. Elle saura – l’impression est trop récente pour avoir été complètement oubliée – que le silence transmet un avant-goût de la vérité non frelatée. Bien qu’il soit parfois difficile de cheminer dans ce silence tant les voiles à écarter sont nombreux, à chaque pas nous découvrons qu’au bout du chemin, ce qui nous attend est une étreinte et non une condamnation ou un rejet. La nature de tout cheminement dans la vérité, c’est l’acceptation, de soi comme de l’altérité sacrée d’autrui.

Ainsi il faut être un familier du silence pour vivre dans la vérité et être juste. Cette connaissance formatrice, familière, s’engendre en passant par des cycles et des sphères de silence. Il ne s’agit pas simplement de s’abstenir de parler ; il y a un temps pour parler et un temps pour retenir ses paroles. Le silence englobe les deux. Le discernement nous indique à quel moment lequel des deux est approprié et naturel. Les personnes qui ont une pratique régulière de la méditation découvrent le secret d’une vie sans mensonge. Si le discernement ne s’apprend pas – on l’a ou on ne l’a pas, disent certains – il peut s’acquérir par le travail du silence. C’est la pratique et non les privations qui nous fait avancer sur le chemin spirituel et nous pousse à grandir au-delà de nos limites.

Dans une vie pleine de bruit et d’agitation, exposée au bourdonnement des médias et bombardée de sollicitations visuelles, les temps de méditation du matin et du soir purifient et rechargent le silence. L’attention est le muscle du silence. Il acquiert de la force par un exercice régulier et modéré. Il a besoin d’être entraîné quotidiennement, mais aussi de s’insérer dans un programme varié. Nous ne pouvons pas compter maintenir notre attention sur un seul objet indéfiniment. Les maîtres du désert disaient que le mental est comme un arc. Pour garder sa tension et sa flexibilité, il doit tour à tour être tendu et détendu. Le silence nous initie en douceur à l’absolu.

Au demeurant, la vraie nature du silence consiste en ce que sa façon de voir pénètre au-delà de la surface apparente de l’objet au-

quel on se rend attentif. Ou plutôt, nous nous unissons à cet objet. En arrêtant d’y penser, on commence à être avec lui. Le silence, comme le dit Ramana Maharshi d’une façon très provocante pour le mental moderne, est l’absence de pensées.

Où et comment apprenons-nous cette sagesse humaine éternelle ? Dans des laboratoires de silence. Le mot « laboratoire » évoque à la fois l’idée de travail et celle de prière. Les chapelles font trop souvent l’impasse sur le travail nécessaire à un véritable changement, et portent à un état rêveur plutôt qu’à la vigilance aiguë de la prière. Dans les lieux de recherche scientifique, on est poussé à un travail intense et compétitif mais rarement à cette qualité plus profonde d’attention désintéressée qui fait du travail une prière. À la maison et à l’école, au désert et sur le flanc d’une montagne battue par les vents, nous devrions apprendre, très tôt dans l’existence, ce que signifie vraiment le silence, combien il est précieux et immédiat, combien sont nombreuses les sphères de merveilles qu’il contient et combien il est nécessaire à notre santé et notre bonheur.

ÉVOLUTION ET CONDITIONNEMENT

Évidemment, notre mode de vie contemporain et les institutions qui nous contrôlent ne font pas grand cas du silence. Par nature, il se perd facilement sans même qu’on s’en rende compte. Plus on est distrait, moins on remarque la perte d’attention. Plus l’esprit est occupé par un stimulus extérieur, moins on sait qu’on a perdu son espace intérieur. Lorsqu’on finit par sentir que quelque chose ne va pas, ou manque, il est difficile de lui trouver un nom.

Nous sommes tous les produits de notre conditionnement. Il ne peut pas en être autrement, au départ, sans devenir sauvage. La famille, les gènes, la culture sociale – si nos parents regardaient des jeux ou des séries historiques à la télévision –, la religion (traditionnelle, libérale, magique, intellectuelle ou oppressive) ou son absence totale, toutes ces circonstances diverses nous conditionnent avant même que nous ayons une pensée autonome ou que nous nous demandions qui nous sommes. La plupart d’entre nous, à un moment donné, prennent conscience des déficiences ou des faiblesses de notre conditionnement. Certains tentent de les nier ou de les corriger. Mais comme le silence est une qualité tellement absente, insaisissable et inexprimée de la quasi-totalité du conditionnement moderne, il est rare que l’on descende à cette profondeur silencieuse de notre identité qu’il est nécessaire d’atteindre afin de transcender tous les conditionnements externes, de trouver la vérité qui nous libère.

Récemment, j’étais en retraite avec un groupe de jeunes méditants. Il y avait des temps de méditation et de célébration en commun et des temps lumineux de partage et de dialogue. À mesure que le travail du silence en groupe nous aidait à abandonner la suspicion et la prudence habituelles aux premières rencontres de tout groupe humain, le niveau de vérité et d’ouverture augmentait. Certains parlèrent des expériences de leur petite enfance qui les avaient durablement restreints en générant un sentiment conditionné de peur, de colère, de blessure ou de confusion. Tous se sentaient attirés par le silence et son travail parce qu’il ouvrait une voie permettant de dépasser ces contraintes conditionnées venues du passé.

Comme nous tous, ils étaient aux prises avec l’exigence que le travail du silence nous impose avant qu’il ne révèle ses récompenses. Comme la plupart des jeunes, ils étaient réticents à mettre en péril leur liberté de choix. La discipline était ressentie comme créant une tension avec son opposé, l’attitude qui considère que suivre ses envies est la voie royale menant à l’accomplissement de soi. Leur conditionnement religieux et moral ne leur avait pas expliqué le vrai sens de la discipline – l’accès à la liberté – ni qu’elle doit d’abord être choisie librement et ensuite soutenue par la présence de compagnons de route. Mais la sagesse innée qui accompagne tout besoin

profondément ressenti, l'esprit qui œuvre avec subtilité et compassion de l'intérieur de nos faiblesses, les guidait vers la découverte et la pratique de ce dont ils n'avaient pas entendu parler à l'église ou à l'école.

Aujourd'hui, toutes les formes de vie spirituelle évoluent, même si parfois cela ressemble davantage à une panne ou au chaos qu'à une évolution. Des formes de communauté et d'engagement plus flexibles et plus diverses sont en train d'émerger. Elles sont courageusement expérimentées et patiemment explorées, en général à la périphérie des institutions ; c'est de là en effet que vient le changement plutôt que du centre, plus craintif à son égard. Depuis la maison aménagée pour le culte chrétien, au désert, puis au monastère, puis à des institutions uniformisantes et oppressives, les principales formes du soutien spirituel ont changé au cours du temps. Bien sûr, toutes les institutions ne sont pas oppressives. Beaucoup, à condition d'être bien édifiées aident à croître et à parvenir à une liberté responsable.

Les formes et les structures communautaires sont certes nécessaires ; on peut même y trouver du plaisir. Elles transmettent les enseignements qui nous aident à grandir de l'état de membre isolé d'un groupe fermé à celui de membre relié d'une communauté mature qui se sait faisant partie de la vaste communauté humaine. Dans toutes les traditions spirituelles, l'expérience commune du silence joue un rôle décisif dans l'évolution des structures communautaires. Quand le silence se perd, l'institution se rigidifie. Quand le silence est connu, des formes de fraternité se développent qui ne recourent plus à la violence ou à la peur pour maintenir l'ordre. Elles évoluent de la fixation sur l'uniformité qui procède de l'insécurité face à la différence, à l'amour de l'unité nourri par l'acceptation du fondement commun.

Dans le maelström de la révolution religieuse actuelle, le silence se fait à nouveau entendre. Si l'on veut qu'une évolution significative s'opère, les chefs spirituels de toutes les religions, mus par un instinct participatif et non hiérarchique, se doivent d'enseigner activement le silence en puisant dans les trésors de sagesse de leur tradition contemplative. Aujourd'hui, toute hiérarchie religieuse qui voudrait dépasser l'opposition artificielle entre spiritualité et religion se trouve confrontée à ce défi. Le silence permet de se détacher du conditionnement, y compris de l'instruction religieuse que l'on a reçue, en faisant l'économie d'un rejet furieux aux conséquences souvent dramatiques pour soi-même, en ce sens que l'on jette ce qui aurait dû être précieusement conservé tout en restant attaché aux éléments négatifs du passé et à la mentalité étroite qu'ils induisent. Les blessés des religions ont désespérément besoin que l'aide d'urgence du silence leur soit apportée depuis les profondeurs des traditions mêmes dont ils se sentent tellement séparés.

DE L'IMAGE DE SOI À LA CONNAISSANCE DE SOI

Être silencieux implique de détacher l'attention de soi, de se détacher au moins de la façon dont nous pensons ordinairement et com-

pulsivement à nous-mêmes, en se retournant constamment ou en scrutant l'horizon : Que faut-il que je fasse ? Comment faire pour que je sois plus heureux ? Ai-je réussi ou échoué dans la vie ? Qu'est-ce que les gens pensent de moi ? Est-ce que je maîtrise la situation ?

Habituellement, ces questions déterminent nos décisions et nos modèles de croissance ou de déclin. Chacune de ces questions est posée par un moi qui se voit comme un objet, lequel, naturellement, a un rôle nécessaire et pragmatique à jouer dans la vie. Vais-je mettre un jeans ou un costume ? Est-ce le moment de demander une augmentation ? Quelle est la meilleure façon d'aborder cette situation délicate ? Très vite, cependant, ces questions peuvent devenir la tournure d'esprit dominante qui préside en permanence à notre vie. Nous devenons leurs esclaves. Le regard sur soi (l'ego telle une caméra de surveillance continuellement branchée et enregistrant le moindre de nos faits et gestes) et le regard des autres sur nous (le sentiment d'être évalué et trouvé déficient) ont, avec l'aide des médias, donné naissance à une obsession culturelle de l'image de soi. Si rien ne s'y oppose ou ne le modifie, ce regard détruit la confiance du vrai soi qui permet de prendre des risques et de se donner, autrement dit, de vivre. Une certaine dose de naïveté, d'esprit d'enfance et de sagesse est nécessaire pour vivre normalement. Poussés à l'extrême, la conscience de soi perpétuellement calculatrice, la timidité, le sentiment d'insuffisance ou la fausse modestie – ou l'excessive et agressive affirmation de soi qui les compense dans certains psychismes – peuvent nous paralyser.

Tout en écrivant ces lignes, j'ai conscience que certains traducteurs de notre communauté, vont retrouver dans les termes de self-knowledge, self-consciousness, ou awareness une difficulté qu'ils connaissent bien. Dans certaines cultures plus traditionnelles, l'individualisme nombriliste qui a atteint le degré que l'on sait dans les sociétés de consommation plus complexes ne s'est pas enraciné avec tant de force et n'a donc pas produit le langage pour le décrire. De l'autre côté de l'abîme qui sépare les riches des pauvres, les handicaps et les blessures que la culture occidentale s'infligent à lui-même peuvent sembler désirables et « géniales » dans les contrées du monde en développement. De la même manière, le naturel et l'assurance que procure un sentiment bien ancré de sa personne, ou le fait, enviable pour beaucoup, d'appartenir à une population locale qui vont de soi dans les sociétés plus démunies paraissent idylliques à un New-yorkais épuisé ou à un Londonien insomniaque.

Le silence parle sans images à tout un chacun, quel que soit le côté de la faille sociale où il se trouve. Il branche l'ego fonctionnel sur la santé intérieure et la vraie force de l'âme. Mais de même qu'une certaine vitesse est nécessaire pour franchir le mur du son, de même il faut atteindre un certain degré de calme pour entrer dans le silence. C'est dans la zone de silence que la connaissance de soi nous attend,



patiemment, sans effort et avec joie. Nous cheminons dans le désert du bruit et de la plainte, et soudain nous atteignons les verdoyantes vallées de la Terre promise. Nous passons du soi imaginaire au soi réel, de l'imagination à l'être. On trouve sa demeure dans une expérience de soi qui finalement, inévitablement, mène à l'expérience de Dieu.

La conscience de soi va et vient selon les circonstances, comme si l'on avait un objectif ou un micro braqué sur soi. À ces moments-là, la conscience de sa propre image peut être si intense et inconfortable qu'on en vient à se sentir faux. Cependant, si l'on pénètre dans cette image par un acte d'attention soutenu, la conscience de soi diminuera, pour revenir plus tard, sans doute, mais avec un peu moins d'intensité. La connaissance de soi, elle, est un état de conscience différent. Une fois le processus enclenché, elle croît constamment sur le terreau intemporel du silence. Elle est, et a toujours été, la même. Elle est le dépositaire de la foi. Y entrer, c'est trouver la paix de l'âme que nous cherchons tous et qui passe l'entendement.

LE SILENCE DU CHRIST

Le canal qui relie la connaissance de soi à la connaissance de Dieu, c'est l'esprit du Christ (mind of Christ). On le comprend – même si, comme le dit saint Paul, « *c'est au-delà de la connaissance* » – non pas en se demandant ce que le Christ pense de ceci ou de cela, ce que dirait ou ferait Jésus dans cette situation, mais de façon plus réelle, en comprenant le silence du Christ. Son esprit est partout et toujours silencieux, en nous et parmi nous, imprégnant le monde créé tel le rayonnement de fond de l'univers.

Saint Irénée considérait qu'on ne pouvait pas comprendre les paroles de Jésus sans comprendre également son silence. Son commentaire renvoie à celui de saint Isaac le Syrien selon lequel la moitié du sens de tout passage des Écritures se trouve dans les mots et l'autre moitié dans les espaces entre les mots. Le silence nous confirme qu'il n'y a pas besoin de tout « comprendre », comme le rappelle saint Jean de la Croix. Julianne de Norwich pensait de même qu'il nous est donné de savoir juste ce qu'il faut que nous sachions. Spéculer sur ce que l'expérience ne peut vérifier – la fascination pour la « vie future », par exemple – peut être inoffensif ou tourner à la démesure dans la construction d'une Tour de Babel. La Toile mondiale, par exemple, est une véritable merveille du monde moderne, mais comme tout instrument d'information, s'il n'est pas compris en référence au silence, il peut devenir un simple babil de bruit et de distraction, de compulsion et de superficialité. L'esprit du Christ n'est pas une base de donnée. C'est une conscience qui englobe tout, c'est la connaissance parfaite et totale qui est amour.

Le silence est la plénitude de la communication s'épanouissant en communion dans laquelle l'amour qui est émis à partir du vrai soi est librement réciproque et se dilate au-delà de toute limite. Lorsque nous nous asseyons sur notre chaise ou notre coussin pour méditer, faisant un pur sacrifice de notre temps, ballottés dans le tourbillon des schémas mentaux qui veulent à tout prix nous faire croire que eux sont réels jusqu'à ce qu'ils reculent et s'évanouissent, lorsque l'on s'accroche fermement au travail du mantra qui poursuit doucement sa route à travers le chaos, les doutes et les passions désordonnées en direction de l'immobilité pleine d'énergie du cœur de l'âme ; en

apprenant que l'on ne peut apprendre la vérité qu'en laissant la vérité nous connaître ; en découvrant que le silence de Dieu est déjà éveillé en nous, qu'il nous attend et qu'il s'élève de notre calme croissant aussi naturellement que le soleil du matin fait lever la brume de la terre qui se réchauffe ; tandis que tous ces événements s'enchaînent dans notre méditation, instant après instant, année après année, que se passe-t-il ?

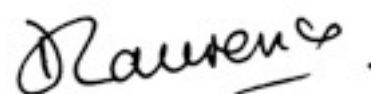
Nous apprenons le silence du Christ. Nous plongeons dans son esprit et nous unissons à lui.

Cet été, au cours de ma visite en Norvège, je me suis baigné dans un fjord d'Oslo par une splendide journée. Comme je n'aime pas l'eau froide, je l'ai tâté du bout des pieds et l'ai trouvée trop froide. Mais rendu honteux par la hardiesse toute viking de mon compagnon qui avait déjà plongé, je me raidis et plongeai à mon tour. Le froid fit éclater mon esprit – une agonie momentanée – mais ensuite, tandis que je nageai et que la température de mon corps se réglait, l'eau devint délicieuse. Nous avons tous peur de plonger. Nous trouvons des excuses pour éviter de rester assis immobiles et nous fuyons le silence qui vient. Mais quand nous devenons vraiment silencieux, la vie s'ouvre d'un coup avec une fraîcheur et une intensité d'émotion qui sont l'énergie de la vie du Christ. Immédiatement, les craintes, les préjugés et les prisons construites de nos propres mains commencent à s'écrouler. On peut dire, à la suite de Jésus, que l'on entre dans la chambre intérieure. Mais dès qu'on entre dans cette pièce, on découvre qu'on se meut dans un espace sans limite.

De même que le vrai silence dissipe la peur de la vérité et fait de nous des êtres de vérité, de même la vraie immobilité est le véhicule du cheminement spirituel. Comme l'observait Théophane le Reclus, au XIXe siècle, nous n'avons qu'une seule chose à faire : apprendre à « *rester devant Dieu la tête dans le cœur, et à rester ainsi sans cesse, jour et nuit, jusqu'à la fin de la vie. Agissez comme vous l'entendez dès lors que vous apprenez à rester immobile devant Dieu, la tête dans le cœur* ». Dans ce silence, nous découvrons le sens de la bonté et de la justice.

Dans son épreuve, R a découvert le silence dense du mystère divin qui, d'une certaine façon, contient à la fois l'amour et la souffrance, la joie et la peine. En même temps, elle ressent la blessure du faux silence de ceux qui ont choisi de rester en dehors de ce mystère parce qu'ils sont dominés par la peur et le souci d'autopréservation de leur ego. Les jeunes méditants en retraite ont partagé leurs souvenirs d'une foi chrétienne qui souvent se dégrade en moralisme et en ritualisme, et ce faisant, devient plus bruyante et plus distraite. La méditation leur a permis d'apercevoir une autre facette de la tradition chrétienne. Dans un silence profond, nous savons que nous ne sommes pas seuls et aussi que nous sommes – comment dire ? – guidés. Le silence de l'esprit du Christ, qui nous enveloppe tous, qu'on l'accueille ou qu'on le rejette, dans un rayonnement d'amour, est miséricordieux. Il est toujours bienveillant. Et il est probablement, au fond, irrésistible.

Avec toute mon affection,



Laurence Freeman, OSB

NOUVELLES DE LA COMMUNAUTÉ MONDIALE

Ce qui suit ne représente qu'une faible partie de la vie de la Communauté. Pour plus de nouvelles chaque semaine et d'informations, consultez le site de la Communauté : www.wccm.org

LE PREMIER LIVRE DE JOHN MAIN EN LETTON

Le 29 juin, le P. Laurence a participé au lancement de la traduction lettone du livre de John Main, *Un mot dans le silence, un mot pour*

méditer, publiée chez le principal éditeur de Lettonie, Zvaigzne ABC. Le pasteur luthérien Dr. Juris Rubenis a écrit une préface dans laquelle il déclare : « Un grand nombre de livres traitant de spiritualité de

manières diverses ont été publiés en Lettonie, mais hélas, les bons livres sont très rares. Ce livre de John Main peut nous aider concrètement dans notre vie spirituelle. »

En décembre 2008, Juris Rubenis, qui est l'auteur de livres de spiritualité le plus connu de Lettonie (plus de vingt titres parus), a publié son propre ouvrage, « Introduction à la méditation chrétienne » qui est devenu un bestseller national, a suscité l'intérêt du public pour la méditation et, partant, stimulé la croissance de la communauté dans ce pays. La troisième visite du P. Laurence a donc été très productive, avec une interview de quatre minutes au journal du soir de la télévision d'État, une interview dans le principal quotidien, Diena, un article dans l'hebdomadaire Lublu, des articles dans la presse religieuse et des rencontres avec des jeunes et des méditants novices ou expérimentés, à l'occasion de plusieurs événements.

Le P. Laurence a entamé sa visite par une rencontre avec le clergé letton pour lequel il a dirigé une Journée de contemplation à laquelle ont participé 14 prêtres et pasteurs des Églises catholique, luthérienne et baptiste. Unis dans la prière silencieuse, ils ont redécouvert la dimension contemplative oubliée de l'Évangile. À l'issue de cette journée, le P. Maximilien Podvik o.c.d. nous a déclaré : « J'ai découvert que la méditation chrétienne est une manière excellente et sérieuse d'approcher la vie spirituelle. Elle enseigne à consacrer du temps à la prière et à être fidèle. En pratiquant la méditation, on devient plus confiant et paisible, les pensées et les opinions bizarres ne nous entraînent pas de-ci de-là, les peurs n'ont plus de pouvoir sur nous. Après la prière, l'attitude face au monde est plus paisible et moins émotionnelle. »

George Indulen, coordinateur national, Lettonie
george@animalibra.lv Consultez : www.jesus.lv

MALAISIE : centenaire de Swami Satyananda

La visite du P. Laurence à Kuala Lumpur afin de participer au séminaire marquant le centenaire de la naissance de Swami Satyananda a coïncidé avec un autre événement propice : son propre anniversaire que nous avons eu le privilège de célébrer ! Le même jour, il a pu passer quelques moments tranquilles à méditer dans le Temple de l'Esprit universel, à la « Pure Life Society » où John Main a pour la première fois reçu l'enseignement de la méditation du Swami.

En mémoire de la vie et de l'œuvre de Swami Satyananda, le séminaire avait pour thème « Créer un monde au service de tous » et entendait souligner l'importance du dialogue interreligieux et de la liberté religieuse. Les intervenants ont présenté les points de vue des grandes religions : islam, christianisme, bouddhisme et hindouisme.

Swami Satyananda est né le 15 juillet 1909 au Sri Lanka. Enfant, il est venu avec sa famille à Ipoh, en Malaisie, où son père travaillait comme planteur. Son père est mort quand il avait 10 ans et sa mère l'a suivi un an plus tard. Il fut adopté par un de ses oncles et placé à la « St Michael's Institution », une école catholique tenue par des frères lasalliens. À la maison, il fut en contact avec les enseignements hindouistes et bouddhistes, et aussi avec des musulmans, dans la communauté. C'est ainsi que les semences de la spiritualité universelle furent très tôt plantés dans sa vie, et il décida finalement de se faire moine.



Il poursuivit son travail au service des pauvres, des orphelins et des enfants déplacés, à Singapour et dans la péninsule malaise, et reçut l'assistance de sa disciple, Sr Mangalam (aujourd'hui « Mère » Mangalam). Son activité se déployait dans de nombreux domaines, en tant qu'enseignant, éducateur, écrivain, conférencier, prédicateur, maître spirituel, activiste politique, travailleur social, avocat du dialogue interreligieux, et plus encore. La « Pure Life Society » fut enregistrée en 1950, le jour anniversaire de ses 41 ans. Elle avait pour objet de transmettre le message : « Un Dieu, un monde, une race ». La Société fonda une maison pour orphelins et enfants défavorisés. Elle n'était pas seulement un refuge et un lieu d'éducation, c'était aussi un sanctuaire spirituel. On y construisit un Temple de l'Esprit universel pour symboliser l'universalité de la création, les valeurs universelles de vie et l'universalité de l'amour des enfants et de nos congénères. Swamiji délivrait un enseignement spirituel et enseignait la méditation à des personnes de tous horizons, parmi lesquels John Main.

Dans son exposé, le P. Laurence a souligné l'importance de la dimension contemplative de la prière dans toutes les grandes religions et a parlé de la « signification de l'esprit ». Il a également parlé du travail de la CMMC. La journée s'est achevée par une pièce de théâtre sur la vie du swami où figurait sa rencontre avec John Main. La visite du P. Laurence a coïncidé avec un atelier d'initiation à la méditation chrétienne organisé dans l'une des paroisses de Kuala Lumpur. Il a parlé de la « Méditation en tant que mode de vie » et célébré la messe pour les 56 participants, avant de s'envoler pour Mumbai.

Patricia Por, coordinatrice nationale, Malaisie
wccm.malaysia@gmail.com

PAULINE PETERS : MÉDITATION ET MALADIE

Chers amis,

Merci pour les courriels, cartes postales, paroles de sagesse et partages de vos propres expériences que j'ai reçus avant ma récente opération et qui m'ont encouragée et parfois remise en question. J'avais conscience d'être gardée dans les prières d'un grand nombre de personnes dans le monde, ce qui m'a aidée à rester paisible et positive.

Avant d'être emmenée dans la salle d'opération, j'ai dit au chirurgien que beaucoup de gens dans le monde priaient pour eux ce jour-là et il m'a demandé ce que j'entendais par là, alors je lui ai parlé de la communauté et de la méditation. J'avais également lu dans l'office que c'était la fête de saint Camille de Lellis, le patron des médecins et des infirmières, alors je lui ai dit que c'était aussi un jour spécial pour eux. En entrant dans la salle d'opération, il déclara à l'équipe qui était rassemblée que beaucoup de gens priaient pour eux et tous applaudirent ! Tandis qu'ils commençaient à me préparer, je fermai les yeux et mon mantra m'entraîna dans le silence. L'opération fut un beau succès et la pathologie a entièrement disparu.

L'opération a eu certaines suites malencontreuses et comme des craintes remontaient à la surface, vivre dans le moment présent devint une réalité. Je m'agrippai au mantra comme un homme qui se noie à un filin, et j'ai réalisé après coup combien la pratique de la méditation m'avait préparée à lâcher mes peurs et à vivre dans le maintenant. Ma pratique de la méditation avant et après l'opération m'a aidée à accepter tout ce qui venait, à l'accueillir comme un ami, et j'espérais apprendre de cette expérience. La lecture de l'office m'a également soutenue. Des versets de psaumes que j'avais lus maintes et maintes fois me saisissaient comme si je les lisais pour la première fois, m'apportant tantôt la consolation, tantôt la mise à l'épreuve, et parfois je me sentais enveloppée d'amour. Tout en méditant à l'hôpital, je gardais la communauté dans mon cœur et je remerciais Dieu pour le don que nous partageons. Les infirmières savaient que je méditais ; elles s'y intéressèrent et certaines me demandèrent comment méditer. Cela m'a fait comprendre toute l'importance d'initier

les malades et les mourants à la méditation comme cela se passe déjà dans certains pays. J'ai appris beaucoup de choses à l'hôpital, et comme le disait le P. John, c'était comme si « pour la première fois, je voyais la merveille de mon être, la beauté de la vie et la centralité de l'amour ».

J'ai eu ma première visite de contrôle avec le chirurgien qui s'est montré très satisfait et m'a dit que j'avais dû bénéficier de quelques puissantes prières. Ma force revient et Graeme est un excellent infirmier et cuisinier. J'arrive maintenant à marcher un quart d'heure deux fois par jour – ce que j'ai toujours évité jusqu'à présent ! Je vois le monde qui m'entoure d'un œil neuf et quand je marche, je jouis de la beauté et de la liberté. Un jour, Peter Ng m'a fait remarquer avec douceur combien Patricia aurait aimé pouvoir marcher ; aussi, elle m'accompagne chaque jour et je sens sa présence et vois son sourire. Je suis maintenant de retour à la maison, en convalescence. Je me réjouis d'« être » et non de « faire ». Je n'ai rien d'autre à faire que m'asseoir le matin dans les rayons du soleil hivernal, et écouter les

oiseaux du bush, lire, écouter de la musique et simplement être avec Graeme. C'est pourquoi, ma convalescence aussi est un moment de grâce et je remercie pour les nombreuses bénédictions reçues durant ces quelques semaines, et pour vos prières, votre amour et votre soutien qui se sont ajoutés à ceux de ma famille, du P. Laurence et de mes amis. J'ai été bénie en abondance.



Pauline Peters, coordinatrice internationale
Paulinepeters2@gmail.com

FOCUS

UNE GRÂCE SURPRENANTE À HONG KONG

Mon chemin dans la méditation, relativement court depuis ma première retraite avec le P. Laurence à Hong Kong en 2004, a transformé ma vie spirituelle de fond en comble. Les premiers mois, ma lutte quotidienne pour méditer a fait beaucoup souffrir mon être vulnérable. Je n'aurais jamais soupçonné que la libération des ombres et des turbulences de mon passé pouvait être à ce point pénible. Mais jour après jour, l'étonnante guérison du Seigneur s'est opérée.

Le cheminement n'a jamais été solitaire. Elizabeth King, coordinatrice pour la Chine qui fut la première à introduire la méditation à Hong Kong a été pour moi un guide et au fil des ans, une profonde amitié s'est nouée entre nous. Pour la communauté qui se développe, Liz est une sorte de mère qui nous entoure de son affection et de ses conseils.

Étonnamment, peut-être, ce fut ma mère, une pieuse bouddhiste, qui remarqua la première les changements que la méditation opérait en moi. Comment se faisait-il que sa fille, cette « boule de nerfs » était devenue une proche compagne qui prenait soin d'elle ? Je n'aurais jamais pensé que la méditation pouvait devenir le « point commun » qui nous réunissait, même si maman disait toujours qu'« il n'y a pas de plan spirituel plus élevé que de s'asseoir immobile en méditation ». En mars dernier, elle apprit qu'elle avait un cancer au poumon au moment où j'organisais un pèlerinage en Israël. À ma grande surprise, elle me demanda de ne rien changer à mes projets parce qu'elle savait à quel point je désirais voir la terre de Jésus et elle m'acheta même un appareil photo. Le P. Sean Burke,



notre très regretté guide spirituel, ici à Hong Kong, me reconforta en offrant une messe pour ma mère. « Les mères savent mieux que quiconque méditer, me dit-il. Elles laissent leurs enfants partir et voler de leurs propres ailes. » Elle nous a quittés en juin avec un sourire paisible.

En mai, la mort soudaine et inattendue du P. Sean lui-même nous a plongés dans la peine, mais nous nous sommes souvenus de ses paroles sur la méditation et le détachement. Ce qu'il y avait de particulier chez lui, c'était non seulement sa sagesse et sa sérénité, mais son « abandon » total au Seigneur qui, manifestement, et selon ses propres mots, venait de la méditation. Les liens qui unissaient les méditants de Hong Kong se sont mystérieusement resserrés à la suite de son départ, un paradoxe que je ressens d'autant plus vivement après le départ de ma mère. L'amour et l'amitié d'une communauté de méditants se vérifient et s'élargissent à de tels moments. Le soutien personnel et sincère de notre ami Mgr Tong, évêque de Hong Kong, a également été pour nous une bénédiction et un encouragement à chaque étape de notre développement.

Avec lui et les membres des neuf groupes locaux, nous avons célébré par une magnifique liturgie la vie et le départ du P. Sean. Nous avons aussi produit un DVD de ses enseignements en chinois que le P. Laurence emportera avec lui pour l'utiliser et le distribuer au cours de sa visite des séminaires chinois en compagnie de Liz King, en septembre. Lorsqu'il viendra à Hong Kong, ensuite, pour donner des conférences et une retraite, nous aurons une nouvelle occasion de nous rendre compte de la croissance continue de l'arbre de la méditation planté et entretenu par de nombreux méditants dévoués – aussi bien dans les gains que dans les pertes.

Lina Lee, coordinatrice à Hong Kong : linakylee@gmail.com



<http://www.wccm.fr>

Un mot de John Main

(extrait de *Word into Silence*)

La première étape pour devenir une personne consiste à s'autoriser d'être aimé.

Renseignements et contacts en France

M. Dominique Lablanche
126, rue Pelleport
F - 75020 PARIS
tél. : 00 33 (0)1 40 31 89 73
dlablanche@noos.fr

Publications

<http://www.mediomedia.org>



Centre international

The World Community for Christian Meditation
St. Mark's, Myddelton Square
LONDON EC1R 1XX
tél. : (00 44 20) 7278 2070
fax : (00 44 20) 7713 6346
www.wccm.org
Contact pour les francophones :
Marie-Anne Pilot marianne@wccm.org