



## Éditorial

### Chers méditants et amis de la CMMC

Un pèlerinage. C'est ainsi que nous désignons, au sein de notre communauté, la voie de prière dans laquelle nous sommes engagés. Cette appellation est-elle justifiée ?

À l'origine, les motifs d'entreprendre pareille expédition étaient exclusivement religieux. Aujourd'hui, on se lance sur les chemins avec des intentions neuves. Outre un retour à Dieu ou un temps de prière plus intense, certains y cherchent un retour à eux-mêmes, un désencombrement, un retour à l'essentiel... D'autres l'entreprennent comme une randonnée, une occasion de s'aérer, de prendre un bain de nature, un temps de liberté ou de convivialité...

Tous y trouveront des bienfaits d'ordre physique et d'ordre psychologique car, si parcourir une vingtaine de kilomètres

chaque jour durant plusieurs semaines oxygène et fortifie le corps, une marche de cette ampleur apporte aussi sérénité et détente, cela rafraîchit et repose le mental.

Mais il y a plus. Il se fait que, à l'insu du pèlerin, une autre couche de lui-même est touchée. Ce seront les proches qui diront, à son retour : il y a quelque chose de différent en lui, et c'est indéfinissable.

Ainsi, parti en touriste, on peut en revenir pèlerin et découvrir que si on « fait le chemin », c'est surtout le chemin qui nous fait.

La méditation est très exactement un pèlerinage. En effet, dans notre pratique, nous éprouvons des « bénéfiques » de bien-être physique et psychologique. Toutefois, nous visons plutôt les fruits que le pèlerinage-méditation apporte, mais personne ne sait lesquels, quand, comment ou pourquoi ils apparaissent, parce qu'ils ne relèvent pas de la volonté de l'homme. Notre ouverture et notre disponibilité sont confiance et abandon à

ce Dieu Père, que nous croyons initiateur et source de Vie. Pour nous, ce pèlerinage vers la vie est aussi pèlerinage de toute une vie, car nous savons que nous ne serons achevés qu'en Dieu.

Selon l'étymologie, un pèlerin est un exilé. C'est précisément ce qu'est le méditant chrétien, ce pèlerin intérieur qui s'assied chaque jour pour retrouver d'où il vient, ou plutôt de Qui il vient. Un marcheur de l'être qui pratique l'immobilité afin de laisser un Autre le conduire vers ce Royaume qui n'est pas de ce monde et auquel, pourtant, il se sent appartenir du plus profond de son être, auquel, d'un désir ardent, il souhaite naître. Il médite afin de se laisser renouveler d'en haut.

Au seuil de cette année nouvelle, je nous souhaite de devenir chaque jour plus profondément pèlerins de ce chemin-là. ■

**Éric Clotuche**

Coordinateur national de la CMMC France

## Zoom

### Semer des graines au Myanmar



À l'invitation de trois archevêques de Myanmar, le père Laurence, Peter Ng (coordinateur national de Singapour), James Loh et Pauline Peters (directrice des Relations nationales de la WCCM) ont effectué un voyage dans trois villes de Birmanie. Les Birmans leur ont réservé un accueil triomphal !

# La lettre de Laurence Freeman, osb

Directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne

Chers amis,

Au mois d'août dernier, j'ai fait ma première visite au Myanmar, à Rangoon, Mandalay et Taunggyi. À l'invitation des trois archevêques de ces lieux légendaires, je suis allé avec d'autres membres de notre communauté présenter la méditation à l'Église birmane. Comme toujours lorsqu'on va enseigner et que les élèves sont désireux d'apprendre, nous avons appris au moins autant qu'eux.

Il est vite devenu évident que les groupes birmans que nous avons rencontrés – étudiants, prêtres et religieux, paroissiens et enfants – constituaient un public particulièrement réceptif. Je ne vois pas d'autre lieu au monde où il m'a fallu, régulièrement, demander aux gens d'ouvrir les yeux après le gong et la lecture par lesquels je termine habituellement les séances de méditation. À l'heure actuelle, la « soif de prière profonde » est une expression qui – même si elle est juste – vient facilement aux lèvres des religieux. Tout le monde acquiesce – sagement ou tristement, il est parfois difficile de le dire. Mais la soif de leur foi, et le plaisir de découvrir un moyen de l'épancher, étaient tangibles et c'était pour nous si réjouissant d'y prendre part.

À Taunggyi, les sessions se sont déroulées dans une salle située dans l'enceinte de l'Église catholique, là où s'élève la cathédrale gothique française : un étrange rappel culturel du passé et un foyer toujours cher à ceux qui viennent y prier. Juste à côté de nous, se trouvait un orphelinat, peuplé d'un nombre semblait-il incalculable de gamins remuants, joyeux mais bien élevés. Quand on les fit entrer pour la première session, ils s'assirent sagement par terre, face aux prêtres. Je me suis demandé si on les avait amenés juste pour faire nombre ou parce qu'il n'y avait plus personne pour les surveiller.

Ce qu'ils ont pu comprendre de la conférence sur la méditation comme prière dans notre tradition, je ne saurais le dire ; peu de choses, j'imagine. Mais lorsque j'en vins à expliquer la pratique et la façon précise de méditer, je me

suis concentré sur eux et j'ai laissé les adultes écouter. Je voyais qu'ils étaient attentifs. Et j'ai vu qu'ils avaient compris à leur empressement à prendre la bonne posture, immobiles et, qui plus est, à la maintenir pendant toute la méditation. À la fin, ils étaient plongés dans un état d'attention intérieure si profond que j'ai dû leur dire d'ouvrir les yeux. En les entendant déclarer ensuite qu'il n'était pas toujours facile de dire le mantra mais qu'ils avaient beaucoup aimé cela, j'ai pu constater que l'Esprit, qui travaille comme toujours de l'intérieur de la conscience, faisait de l'expérience leur maître. Ce serait quelque peu condescendant de penser que si les chrétiens birmans sont si réceptifs à la méditation, c'est en raison la simplicité de ce peuple.

C'est aussi dû en partie à l'image omniprésente, dans d'innombrables temples et espaces publics, d'un personnage paisible, assis, les yeux clos et le dos droit, plongé dans une sereine contemplation.

La simplicité a plusieurs sens, et je voudrais développer l'un d'entre

*« Comme toujours chaque fois que je médite avec des enfants, le caractère naturel de la méditation me paraît évident. Nous sommes nés pour cela. »*

eux dans cette lettre. Je ne pense pas à la simplicité au sens de naïveté ou de superficialité, mais en tant que richesse en potentiel de dilatation de la conscience dans la conscience humaine du Christ. La raison pour laquelle les Birmans ont cette sorte de simplicité tient sans doute en partie à ce que les connexions Internet sont d'une lenteur effroyable au Myanmar et que les appareils portables, qui ont entraîné chez nous une addiction numérique et nous maintiennent dans un état de distraction et d'anxiété

chroniques, y sont des articles de luxe. Chez ceux qui possèdent de tels ordinateurs apparaissent les premiers signes des maladies de la société technologique et ceux qui n'en ont pas leur jettent des regards accablés et envieux.

Je n'idéalise pas ce peuple ni cette terre. Ce serait d'ailleurs difficile concernant un pays qui a vécu pendant soixante ans sous le joug écrasant et cruel d'un régime militaire, où il existe au moins onze conflits touchant des groupes tribaux et où un moine bouddhiste fanatique et démagogue appelle à persécuter la minorité musulmane dans une société qui est à 95% bouddhiste. (Pourquoi les généraux ont-ils déclaré le bouddhisme religion d'État ?) On voit là une autre facette de la simplicité. Elle est fragile, vulnérable et facilement maltraitée. C'est douloureusement évident dans le cas des enfants, mais ça ne l'est pas moins d'une société dans laquelle les valeurs spirituelles – et donc d'humanité – sont profondément respectées et transmises de parents à enfants.

Comme toujours chaque fois que je médite avec des enfants, et ceux qui leur ressemblent, le caractère naturel de la méditation m'a paru évident. Nous sommes nés pour cela. Mais ce ne sont pas seulement les enfants qui manifestent ce trait de notre nature. Ceux qui traversent de grandes douleurs peuvent découvrir et adopter la pratique de la méditation alors même qu'ils sont plongés dans l'angoisse et le désespoir. Ceux qui sont en conflit contre eux-mêmes dans la dépression ou l'addiction peuvent y trouver un nouvel espoir d'unité intérieure et de guérison. Et ceux qui sont sans abri, sans aucun statut social sinon celui qui est associé au rejet et à l'échec, peuvent retrouver en méditant le sens de leur dignité et de leur valeur personnelle.

Les mots clés pour faire l'expérience de ce genre de simplicité sont « trouver » et « découvrir ». Il suffit de se rappeler cette parabole toute simple et l'inépuisable



sable richesse de ses niveaux de sens :

« Le Royaume des cieus est comparable à un trésor caché dans un champ ; l'homme qui l'a découvert le cache de nouveau. Dans sa joie, il va vendre tout ce qu'il possède, et il achète ce champ. »

En répondant aux questions que pose cet enseignement, certaines personnes déclarent – se trahissant elles-mêmes – que l'homme le cache de nouveau pour que personne ne puisse le trouver avant qu'il ait acheté le champ. D'autres y réfléchissent à deux fois et en approfondissent le sens

Pour ma part, j'y vois la capacité d'être pris au dépourvu, surpris par une réalité de la vie, cette vie dont on pensait avoir fait le tour et qu'on avait définitivement cataloguée (et inévitablement sous-estimée). Qu'advient-il lorsqu'on renonce sincèrement aux faux espoirs et au souvenir des déceptions qui vous colle à la peau comme une plante parasite à un arbre, pour pomper son énergie ? Que signifie vraiment refuser d'être dominé plus longtemps par l'illusion, même si elle vous apporte une consolation ou un soulagement momentané ? Est-ce cela que suppose, entre autres, la vente de tout ce qu'on possède ? Pour la plupart d'entre nous, atteindre le lieu où ce renoncement au mensonge devient vraiment sincère est un long voyage. Nos illusions sont si étroitement associées aux blessures qu'elles promettaient de guérir lorsqu'elles furent inventées. On se fait la promesse d'être réel, promesse qu'on n'arrive finalement pas à tenir, et on doit se laisser enseigner par les échecs répétés et par les compagnons qui parcourent cette route intérieure avec nous.

Mais un jour, quand finalement le déclic se produit et qu'on vend tout ce qu'on possède, tous les ersatz de trésors, on est surpris que rien ne se passe. Les cieus ne s'ouvrent pas subitement et une pluie d'or ne tombe pas dans son tablier. Libéré du désir, on se demande comment satisfaire le désir s'il n'est plus là ? C'est la pauvreté d'esprit – un état difficile à maintenir longtemps sans se mettre à rêver, comme les Israélites au désert, des bonnes choses qu'on a laissées derrière soi dans le pays de notre esclavage. On peut alors se résigner à la perspective

d'un avenir long et terne. Mais c'est alors qu'on trouve un trésor sorti de nulle part, et qu'il faut enfouir à nouveau pour qu'on ne puisse pas l'extraire de sa source et aller le placer sur un compte numéroté. Il nous faut un certain temps pour reconnaître que le trésor est bien réel, tellement réel en fait qu'on pense un moment que c'est encore une illusion. Au début, on est très peu capable d'être réel. Le pèlerinage spirituel consiste à développer cette capacité, c'est ce que l'on entend par être « réalisé ». (Prêter attention est la meilleure mesure de cette capacité).

Ce qui est étrange, c'est que le trésor



apparaît alors qu'on a encore l'impression de se préoccuper fortement de soi-même, de s'apitoyer sur soi-même et de s'observer. On sent qu'on a lâché quelque chose, mais on s'accroche encore au sentiment de perte. Si ces états sont trop prégnants, on ne sera évidemment pas en mesure de voir le trésor, même s'il nous regarde dans les yeux. Mais si la pauvreté d'esprit est assez solide, les habitudes résiduelles de l'illusion et l'impatience du désir ne pourront même pas nous empêcher de voir avec émerveillement ce qui nous est advenu. Cette découverte s'accompagne d'un sentiment de gratitude qui voudra rejoindre la source mystérieuse et invisible du don reçu. On a retrouvé son innocence, sa virginité mentale, et on est redevenu simple. « Si vous ne devenez comme les petits enfants... »

Il est inutile de rappeler aux enfants qu'ils peuvent être sauvés – juste qu'ils sont dignes d'être aimés. Mais il faut

en permanence nous rassurer, nous les adultes, en nous rappelant que le pire que l'on puisse faire aux autres ou à soi-même peut être retourné, depuis nos profondeurs intérieures, par des forces de renouveau qui dépassent totalement notre entendement ou notre contrôle. Le sens de la simplicité devient plus clair lorsqu'on sent la profondeur cachée de notre être, qui suscita jadis la louange et l'émerveillement du psalmiste : « Je te rends grâce, Seigneur, pour la merveille que je suis. »

Comme nous l'enseigne la tradition du désert, la connaissance de soi est plus importante pour notre dévelop-

pement humain que l'aptitude à opérer des miracles. Ce que l'on acquiert par cette forme de connaissance consciente, ce ne sont pas seulement des informations sur soi-même, son intelligence ou sa psychologie, mais une vision expérientielle de notre participation à l'être même. Dans cette forme de connaissance, la connaissance subjective la plus profonde dont on soit capable, on ne peut plus se voir comme objet. On connaît toute chose depuis la grande connaissance de soi de Dieu, à la fois créatrice et rédemptrice. On est devenu simple et complet. Concevoir cela est au-delà du pouvoir de l'imagination, et donc aussi hors de portée des élans du désir et des efforts de la volonté.

La simplicité est pour les êtres humains, la vérité la plus difficile à percevoir – un état de simplicité totale. Mais elle ne coûte rien moins que tout. Notre simplicité devient alors une

trappe ouvrant sur l'abîme de la simplicité divine. Même à ce stade, avant de basculer dans la transcendance de soi, on peut se rétracter, et c'est souvent ce que l'on commence par faire. On craint davantage la liberté sans limites que les murs d'une prison ! Après tout, on peut y graver notre misère et chercher ainsi à laisser un souvenir. On n'a pas encore perdu « l'ego-identité ».

Perdre du pouvoir ou de la liberté aide considérablement à devenir simple. C'est une dure vérité, qui ne justifie en rien que cette perte nous soit imposée par la force ou l'action cruelle et perverse d'autrui, mais il reste qu'un certain espoir de rédemption est possible dans des situations que l'on ne peut que désigner comme étant le mal. Toutefois on est censé être guidé vers cette vision et cette sagesse par des maîtres et des guides qui ont parcouru ce chemin avant nous, et non par des guides aveugles et trompeurs qui ne connaissent pas le genre de mal qu'ils font. Le contraire de la simplicité est la duplicité.

En d'autres termes, nous avons besoin qu'on nous apprenne à méditer dès le début de notre itinéraire conscient. Ainsi, bien avant que ne s'ébauchent les concepts de simplicité et de pauvreté en esprit, on apprend à séparer la pensée de l'expérience, l'illusion de la vérité. Ce faisant, on apprend que malgré sa difficulté, ce processus procure la joie. Ce n'est pas ce que l'on a acquis qui nous rend heureux, mais ce qu'on a lâché. La joie n'est pas une possession à rechercher, mais un état naturel dont on oublie qu'il nous possède déjà.

La découverte du trésor de la méditation a d'immenses conséquences qui révolutionnent le mode de vie et les valeurs établies qui mènent le monde – et l'ont toujours mené. Plusieurs de nos méditants du monde des affaires ont récemment témoigné dans le *Financial Times* des raisons pouvant inciter à méditer. Le média pour lequel ils étaient interviewés se devait de mettre l'accent sur les raisons évidentes qui viennent à l'esprit des gens de ce milieu : clarté de jugement, calme sous la pression et efficacité de la direction. Ce sont des bienfaits réels de la méditation dans une culture génératrice de stress, où la réussite en affaires est souvent syno-

nyme d'échec dans d'autres domaines plus essentiels de notre humanité, tels que la santé, les valeurs familiales ou le bonheur.

Mais ces bienfaits ne suffisent pas à expliquer pourquoi ces personnes méditent. Pas plus que cela n'épuise les effets de l'introduction de la méditation – moyen le plus rapide dont dispose l'être humain pour séparer le vrai du faux – dans notre culture matérialiste moderne. N'allons pas croire que si les mêmes personnes qui consomment, en rouages dociles de la machine économique, apprennent à simplifier leurs désirs, la théorie économique moderne sera fondamentalement remise en cause. Mais une nouvelle vision du bien-être émergera face à l'idée que nos centres commerciaux sont le meilleur moyen d'utiliser notre temps libre.

*« La simplicité est pour les êtres humains, la vérité la plus difficile à percevoir – un état de simplicité totale. Mais elle ne coûte rien moins que tout. »*

À mon retour d'Asie, j'ai acheté un melon dans un supermarché londonien. En le mangeant, j'ai réfléchi à ce qu'il était, à tout ce que sa culture, sa récolte, son transport et sa mise en place dans les rayons avaient d'anti-naturel et de prématuré. Déception et tromperie sont inhérentes à ce qui n'est pas naturel. Les étiquettes « bio » et les emballages verts tentent de contourner l'insatisfaction des consommateurs mais la vérité est dans le goût. Peut-être que ce melon aigre à l'apparence artificiellement alléchante ne fait que montrer ce que la sagesse religieuse enseigne depuis longtemps : que les deux grands corrupteurs du naturel que sont l'impatience et la paresse nous exilent de nous-mêmes. La voie étroite passe entre ces deux extrêmes, qui deviendront rapidement familiers à tout apprenti méditant.

« Cherchez le Seigneur avec un cœur simple, car il se laisse trouver par ceux qui ne veulent pas le mettre à l'épreuve, il se manifeste à ceux qui ne refusent pas

de croire en lui. Les pensées tortueuses éloignent de Dieu... La Sagesse ne peut pas entrer dans une âme qui médite le mal » (*Sg 1, 1-4*). Cette description de la « sainte simplicité » sous-tend le précepte de John Main selon lequel pour apprendre à méditer, on doit renoncer à ses demandes et ses attentes. Il est certain que pour passer des bienfaits psychophysiques aux fruits spirituels, on doit d'abord renoncer à ne voir dans la pratique qu'une simple technique.

Le naturel est voisin de la sainteté. Mais lorsqu'on s'en est écarté, il faut de la discipline pour se reconnecter. Il existe aussi une sainte discipline qui mène à la sainte simplicité, laquelle, d'après saint Pierre Damien, ne se trouve qu'en Dieu. Cette forme de discipline est recommandée par tous les courants de sagesse spirituelle de l'humanité. Il semble qu'on ait besoin de discipline pour reconnaître la grâce quand elle nous trouve.

Ainsi, en parallèle à la parabole de l'homme qui trouve dans le champ de la vie ordinaire un trésor qui doit y demeurer, Jésus en met une autre, analogue mais différente. « Le Royaume des cieux est comparable à un négociant qui recherche des perles fines. Ayant trouvé une perle de grande valeur, il va vendre tout ce qu'il possède, et achète la perle. » Beaucoup d'éléments sont les mêmes : trouver, reconnaître, vendre tout, et prendre possession. La différence significative est que, dans ce cas, rechercher des perles est le travail du commerçant. Il mène une quête active et elle sera couronnée de succès s'il est discipliné. Les bouddhistes rendent parfois grâce d'avoir trouvé une incarnation humaine ; telle est la chance – ou la grâce – que nous avons tous reçue. Mais la chance ne suffit pas. Nous devons tout risquer.

Lorsqu'on est trouvé par ce que l'on cherche et que l'on se reconnaît soi-même dans le bienfaiteur sans nom, c'est là que cela devient intéressant. La conscience se dilate au-delà du petit écran de l'intérêt personnel sur lequel on restait focalisé.

C'est là que la « sainte curiosité » se tient au côté de la sainte simplicité et lui vient en aide. Certains maîtres ont déclaré qu'il ne convenait pas d'avoir de la curiosité envers les mystères de Dieu. D'après Julienne de Norwich, il nous

est permis de connaître tout ce qu'il nous faut savoir pour notre bien. On n'a souvent eu que de la méfiance envers la « curiosité stupide », cette sorte de moteur de recherche Google nous entraînant dans une quête d'informations illimitées, mais dépourvue de la discipline et donc de la grâce de la sagesse. Cette quête n'était pas une curiosité sainte, mais « stupide ». D'autres voix considèrent cependant que la curiosité est sainte en elle-même car elle est un élément essentiel du pèlerinage de la conscience humaine.

Il est bien naturel de chercher à savoir quoi, où, quand et surtout pourquoi – même lorsqu'on explore le mystère qui consume le chercheur curieux. Le besoin de comprendre le monde dans lequel on se trouve, et le besoin de connaissance de soi qui lui donne sens est naturellement frustré face à ce qui s'avère caché ou inaccessible. C'est toujours la porte verrouillée qui excite le plus notre imagination et notre espoir.

La tradition mystique et la science moderne respectent toutes deux la vertu et la nécessité de la curiosité. Einstein est bien connu pour refléter la perspective mystique, faite de simplicité et d'émerveillement, à laquelle la plupart des grands savants sont finalement parvenus : « La curiosité, dit-il, a sa propre raison d'être. Nous ne pouvons qu'être stupéfaits en contemplant le mystère de l'éternité et la merveilleuse structure de la réalité. Il suffit de tenter de comprendre un petit peu de ce mystère chaque jour. Ne perdez jamais la sainte curiosité. »

Récemment, un de mes amis m'a fait part de son idée d'un « laboratoire de la conscience » dont l'objet serait d'explorer et de comprendre les frontières et la nature de la conscience. Les méditants ont l'habitude de consacrer d'innombrables périodes de temps à ce projet.

En tant que scientifique et spirituel, cet ami cherche un langage et une méthodologie qui ne soient pas matérialistes mais susceptibles d'être reconnus comme rigoureux et sérieux par la communauté scientifique. Je ne comprends pas très bien comment on pourrait y parvenir. Comment faire pour rendre le subjectif objectivement vérifiable ? Mais cette quête d'une

conception de la conscience qui relierait ces deux modes de connaissance arrive au bon moment. Pour y parvenir, il faudrait au moins que l'esprit scientifique s'ouvre à l'idée d'une explication non-matérialiste de la conscience. Ce qui ouvrirait, presque de soi-même, la voie à un nouvel ensemble de valeurs avec lesquelles d'autres institutions de

*Sans un équilibre entre simplicité, émerveillement, curiosité et intelligence, la conscience n'arrive pas à se développer jusqu'à ce degré d'humilité où l'on apprend de ses erreurs.*

la société pourraient fonctionner.

Nous perdons si souvent la sagesse pour devenir simplement intelligents. La sagesse est cette insaisissable façon de voir et de comprendre qu'on trouve aisément chez les gens simples et les pauvres mais dont les esprits sophistiqués et les puissants sont si souvent dépourvus. Ces horaires de trains et ces bureaucraties performantes qui alimentaient les usines de la mort du Troisième Reich ; ces physiciens de génie qui inventaient les bombes d'Hiroshima et de Nagasaki ; ces algorithmes qui ont conduit à la crise financière dont nous ne sommes pas encore sortis.

Sans un équilibre entre simplicité, émerveillement, curiosité et intelligence, la conscience n'arrive pas à se développer jusqu'à ce degré d'humilité où l'on apprend de ses erreurs. Nous sommes alors condamnés à les répéter du fait du manque de profondeur de l'ego.

Il n'y a pas d'équilibre sans une intégration des contraires. On trouve un exemple de cela – et de la différence entre l'intelligence et la sagesse – dans un texte du XI<sup>e</sup> siècle, *Dominus Vobiscum*, où la grande question est de savoir si un ermite célébrant la messe seul dans sa cellule doit dire « le Seigneur soit avec vous ». Pour une personne qui ne voit qu'absurdité dans la vie d'ermite, c'est exactement le genre de question stupide qui leur permet de passer le temps.

Quelle importance et qu'est-ce que cela change ? Mais creuser la question avec curiosité peut nous aider à découvrir l'existence du mystère simple et immense de la foi chrétienne : le corps mystique du Christ que nous sommes, et dans lequel nos consciences se dilatent au-delà de l'ego jusqu'à atteindre la sagesse de l'Esprit de Dieu. Alors, oui, celui qui posait la question a répondu qu'il est sensé, même pour un ermite solitaire, de dire « avec vous ». Non, il ne s'adresse pas irrationnellement aux murs, mais il symbolise pour lui-même et pour d'autres la réalité d'une présence qui dépasse la perception ordinaire des sens.

Peut-être vous semble-t-il que cette question ne concerne que les mystiques médiévaux ou les contemplatifs professionnels d'aujourd'hui. Mais pensez à la communauté des méditants à travers le monde que les enfants, les laïcs et les prêtres du Myanmar ont été invités à rejoindre, lorsque nous les avons initiés à méditer dans leur propre tradition de foi.

Beaucoup d'entre vous qui lisez cette lettre auront médité seuls ce matin ou méditeront seuls ce soir. Mais étiez-vous seuls durant ce temps pendant lequel vous laissez le mental rejoindre le cœur ? Alors que les contraintes du temps se dissolvent dans l'instant présent de la contemplation, on peut prendre conscience et se réjouir de l'existence d'un lien, d'une unité que seule la sagesse permet de voir.

« La Sagesse peut tout. Elle déploie sa vigueur d'un bout du monde à l'autre, elle gouverne l'univers avec douceur » (Sg 7,27 ; 8,1).

Cette sagesse n'est pas réservée à l'individu. Comme l'affirme aussi le Livre de la Sagesse, l'espérance de notre monde réside dans le fait qu'un plus grand nombre de gens peuvent être appelés sages simplement parce que, à un certain niveau d'authenticité, ils ont découvert le trésor enfoui dans leur cœur, et ils ont tout vendu pour la perle inestimable qu'ils n'ont pas renoncé à chercher.

*Laurence*

Laurence Freeman, osb



## Forum Meditatio

### Le juge et le prisonnier



Richard Cogswell, juge, et James Bishop, ex-prisonnier.

cré à la méditation en prison, avec les interventions de James Bishop, ex-prisonnier, auteur du livre « *A Way in the Wilderness* » (*Un chemin dans le désert*), Sam Settle, directeur du Prison Phoenix Trust, ou Allison Waterhouse, pasteur méthodiste.

Les 9 et 10 juillet, au Centre Meditatio de Londres, s'est déroulé un Forum Meditatio sur la justice et la méditation en prison. La question de la justice était au centre des débats du premier jour : comment être juste en tout ce qu'on fait ?, avec des intervenants tels que Richard Cogswell, juge, ou Sean Hagan, avocat-conseil général du FMI et Lord Andrew Phillips.

Le deuxième jour était consa-

« Quand j'ai débuté la méditation, j'ai commencé à entrevoir les difficultés de mon passé. J'ai vite découvert que, même si je n'étais resté incarcéré que près d'un an, j'avais en fait été en prison toute ma vie. J'étais dans une prison créée par moi-même. La bonne nouvelle c'est que la méditation nous rapproche de la source de notre être, et cela peut nous aider à surmonter nos difficultés. » (James Bishop)

### Accueil chaleureux au Myanmar

En août dernier, à l'invitation de trois archevêques du Myanmar (ex-Birmanie), le père Laurence, Peter Ng (coordinateur national de Singapour), James Loh et Pauline Peters (directrice des Relations avec les communautés nationales de la WCCM) ont effectué un voyage dans trois villes de Birmanie pour présenter la méditation chrétienne. Accueil triomphal !

À Yangon, Mandalay et Taunggyi, leur enseignement sur la méditation chrétienne a semé des graines que l'église birmane désire aujourd'hui contribuer à faire croître. « Le peuple birman est naturellement contemplatif, analyse Peter Ng. Les Birmans ont soif de méditation et c'est une mission très importante pour notre



communauté de la leur partager. » « C'était incroyable ! Lorsque le père Laurence a présenté la méditation aux jeunes enfants, ils se sont assis et ont médité pendant près de huit minutes. Et quand le gong a retenti, ils étaient toujours plongés dans une profonde méditation », témoigne Pauline Peters.

### Retraite de Monte Oliveto La grotte du cœur

Comme chaque année, l'abbaye de Monte Oliveto, en Italie, a accueilli la retraite internationale de la méditation chrétienne du 22 au 29 juin dernier. Elle a rassemblé des participants issus de quinze pays. Le père Laurence Freeman a exploré les trésors d'espoir, de foi et d'amour qui se trouvent cachés dans « la grotte du cœur », thème de l'année. La grotte, symbole à la fois de peur et d'obscurité, est aussi un lieu dont nous avons besoin pour



faire silence et nous recueillir. Et c'est bien ce qui sous-tend notre désir de faire retraite. « Je suis toujours surpris, par la force d'un groupe composé de tant de cultures et de religions différentes, s'étonnait Gary Coyte, de Melbourne (Australie). Et le fait qu'il y ait plusieurs confessions me donne confiance, car la méditation chrétienne permet une unité entre les différentes religions et cultures. »

Les vidéos des conférences sont disponibles à la boutique en ligne Meditatio ([www.meditatiostore.com](http://www.meditatiostore.com)). ■

## La retraite de l'École en Allemagne

Vingt-deux méditants venus d'Allemagne et de Suisse alémanique se sont réunis à Würzburg pour trois jours de séminaire WCCM, animé par Kim Nataraja, responsable de l'École de méditation de la WCCM. L'aisance de Kim en allemand et la clarté de sa présentation nous ont permis de suivre facilement ses quatre conférences sur le thème « L'art de rester libre ». Elle a posé les bases, évoquant les recherches neurophysiologiques récentes qui montrent que la méditation se révèle essentielle au bon fonction-

ont suivi, le week-end comprenait des méditations, une marche contemplative et deux séances de yoga. Le samedi soir, nous avons célébré l'eucharistie, avec le père Franz Ernst, prêtre franciscain et ancien missionnaire ; la messe fut animée par les chants de Taizé dirigés par le chœur spontané des méditants. Le silence, la beauté du cadre offert par le couvent Oberzell, surplombant le Main et le vignoble de Würzburg, l'harmonie du groupe... tout a contribué à l'atmosphère particulière de ce week-end.



nement du cerveau\*. Puis elle est remontée aux racines de la méditation chrétienne : les apôtres, et l'Église primitive d'Alexandrie, le Credo de Nicée et son influence sur les débuts de la foi chrétienne, les Pères (et les Mères) du désert... Les enseignements d'Evagre le Pontique et de Jean Cassien devaient ensuite jouer un rôle bien particulier dans l'enseignement de John Main sur la prière.

En plus des conférences de Kim et des temps de questions-réponses qui

Comment donner un nouvel élan à notre groupe qui représente la zone germanophone d'Europe ? Cette question a présidé à nos derniers échanges. Nous avons réfléchi aux moyens de renforcer l'organisation de notre réseau et Christiane Floyd a été nommée nouvelle coordinatrice nationale. ■

**Jean Dorband-Penderock**

\* *The Blissful Brain*, par le Dr Shanida Nataraja, présente une étude complète de cette question.

## Brèves

**En Australie, en novembre** dernier, Laurence Freeman a évoqué le « Cœur spirituel de la chrétienté », lors de la Conférence nationale. Il a aussi pris la parole devant 400 enseignants du Forum de l'Éducation catholique de Sydney, ouvert par le cardinal Pell. À la fin du mois, il a coordonné les deux dernières Rencontres régionales des coordinateurs nationaux, l'une pour l'Amérique du Nord et les Caraïbes qui se tenait à Jacksonville (Floride) ; l'autre d'Amérique du Sud à Buenos Aires (Argentine). ■

**Le séminaire interconfessionnel Meditatio à Londres aura lieu les 26 et 27 mai 2014.**

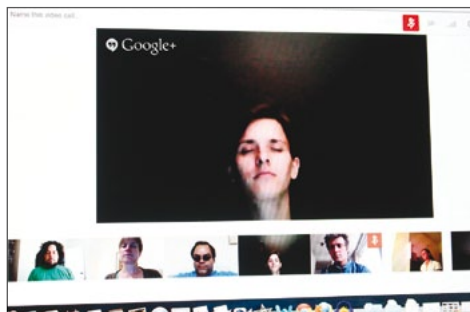
Tous ceux qui sont intéressés par le dialogue interreligieux peuvent partager leurs expériences par mail. Si vous souhaitez faire partie d'un groupe de réflexion pour préparer cette rencontre, vous pouvez contacter Brijji Waterfield : [brijji.waterfield@gmail.com](mailto:brijji.waterfield@gmail.com). ■

**Le site de la WCCM** a subi un heureux lifting : design, présentation, ressources. Dès la page d'accueil, on peut y trouver l'enseignement hebdomadaire, les paroles quotidiennes de John Main, illustrées de photos de Laurence Freeman, avoir des informations sur l'École de méditation, accéder à la librairie en ligne... ■



## Méditer en ligne

*Le groupe en ligne est un cadeau du ciel pour les méditants isolés ou ceux qui ne peuvent pas sortir de chez eux. Ils méditent toujours en communauté et pratiquent ainsi une méditation sans frontières.*



Mon groupe est à Houston alors que je suis à Mexico. Que faire ? J'ouvre Hangouts Google, et voilà mon groupe... en ligne ! Nous pouvons nous voir et nous entendre mutuellement, mais nous ne pouvons pas nous toucher, du moins pas physiquement ! Il suffit en plus de la connexion Internet et d'un naviga-

teur à peu près à jour, d'une webcam intégrée et d'un micro (à noter que la plupart des Smartphones, dont les iPhone et Android, ont des applications qui permettent d'y participer).

La WCCM a déjà quatre groupes en ligne aux États-Unis. La souplesse de l'accès se prête à de nouveaux types de groupes. Il suffit de quelques personnes quelque part dans le monde qui veulent méditer ensemble à un moment convenu. Cette pratique permet par exemple de monter un groupe autour d'un intérêt commun tel un groupe thérapeutique.

*(Pour rejoindre un groupe en ligne, contactez Roger Sessions ([roger@objectwatch.com](mailto:roger@objectwatch.com)) ou Leonardo Corrêa ([leonardo@wccm.org](mailto:leonardo@wccm.org)))*

### Une autre forme de présence

J'ai démarré un groupe international en ligne en juin dernier, inspiré par l'expérience des États-Unis. Nous méditons une fois par semaine. Le groupe est assez stable et nous avons accueilli des participants du Brésil, d'Argentine, du Canada, des États-Unis, du Royaume-Uni, d'Italie, de Pologne et d'Allemagne. Nous avons vraiment l'impression de

former un groupe et d'être présents les uns aux autres. Même si c'est une forme de présence différente. La possibilité de se réunir dans un cadre virtuel, mais avec de vraies personnes et un objectif commun, fera de plus en plus partie de nos vies. Et notre communauté va devenir encore plus universelle, tout en gardant la simplicité de la pratique de la méditation. ■

**Leonardo Corrêa**

### Communauté sans frontières

Rencontrer des gens du monde entier qui vivent dans différents fuseaux horaires et qui désirent se retrouver une fois par semaine pour méditer ensemble est une expérience d'humilité incroyablement stimulante. Je débute dans la méditation et je n'ai pas encore acquis la discipline pour méditer régulièrement deux fois par jour. Rencontrer un groupe une fois par semaine m'aide à rester motivée tout au long de la semaine. Pouvoir échanger ensemble nos réflexions sur la méditation et sur l'enseignement est un vrai soutien, tout comme entendre leurs avis et leurs difficultés. Cela m'aide à ouvrir les yeux et les oreilles sur des aspects du christianisme et de la méditation que je n'avais peut-être pas remarqués auparavant, ou que j'avais compris différemment. Avoir un groupe en ligne donne le sentiment surprenant d'une vraie communauté sans frontières. Bien que nous ne nous voyions pas en dehors des temps de méditation, nous gardons chacun d'entre nous à l'esprit et, semaine après semaine, en partageant nos expériences et nos pensées, nous apprenons à nous connaître un peu mieux. ■

**Karolina Orazc (Pologne)**  
vivant au Royaume-Uni

## Rencontres européennes : une communauté d'amour

*En juillet et octobre se sont déroulées trois des six Rencontres régionales programmées cette année au niveau européen.*

Sur invitation du père Laurence Freeman, les 5 et 6 juillet, les coordinateurs d'Europe de l'Est se sont retrouvés à Szczecin, en Pologne. Les participants venaient d'Allemagne, de Pologne, de Tchéquie, de Lituanie et de Belgique. La Rencontre de l'Europe du Nord s'est, elle, tenue

à l'abbaye Saint-Sixte en Belgique, avec des participants d'Afrique du Sud, Belgique, Danemark, Finlande, Irlande, Irlande du Nord, Pays-Bas et Royaume-Uni et Afrique du Sud.

Discuter des priorités à mettre en place dans chaque pays, relatives à *Préparer l'avenir*, document qui

propose des pistes d'action de la communauté pour les cinq ans à venir, tel était le but de ces Rencontres. « C'est un signe d'espérance que des Européens de différents pays se réunissent avec le même objectif de transmettre la méditation au-delà des cercles chrétiens, dans la société civile, analyse José Pype, coordinateur de la Belgique, et également coordinateur



pour l'Europe du Nord.

Les coordinateurs nationaux de l'Europe du Sud (France, Italie, Portugal, Suisse, Espagne et République de Malte), accompagnés d'un ou deux membres de leur comité de pilotage, se sont quant à eux réunis du 4 au 6 octobre 2013 à Pise (Italie) pour parler de l'avenir de la CMMC dans ces différents pays.

Les discussions se sont déroulées autour des thèmes allant de l'enseignement de la méditation dans

la tradition chrétienne au rôle du dialogue interreligieux, en passant par le développement de la communauté des oblats, de la méditation dans le monde séculier et d'autres sujets tout aussi vitaux pour la communauté.

Ce fut aussi pour chacun une opportunité de faire le point de la situation de chaque groupe, et de se laisser inspirer par les démarches accomplies sur les différents thèmes abordés. Cette Rencontre a aussi

permis de créer des liens et de mieux connaître la communauté au plan international.

Les périodes de travail et de discussion étaient rythmées par des moments de silence et de méditation, permettant à chacun de se recentrer et de se laisser guider par l'Esprit Saint.

Les participants se sont quittés le dimanche après-midi avec une énergie neuve et le sentiment de faire partie d'une communauté d'amour. ■

**Catherine Charrière**

## La communauté en France École de la CMMC : soif de méditer !



Le dernier week-end de l'École de la CMMC a eu lieu du 15 au 17 novembre 2013 à l'abbaye de la Pierre-qui-Vire dans l'Yonne. Sophie, mon épouse, et moi-même attendions avec impatience cette deuxième participation à un stage de formation



proposé aux animateurs de groupes. Après un week-end en 2012 à Saint-Antoine l'Abbaye et nous avons hâte d'en refaire l'expérience. Car ce que nous expérimentons dans ces stages c'est la réalité de notre communauté de méditants chrétiens : un temps de vie commune et d'amitié avec la vingtaine de frères et sœurs rassemblés dans une même pratique. Nous aurions pu nous sentir perdus dans ces immenses et majestueux

bâtiments de pierre de la célèbre abbaye bénédictine de la Pierre qui Vire, sans accès ni à internet ni au réseau téléphonique. Mais non ! Nos dévoués organisateurs avaient tout prévu en établissant notre camp à la maison d'accueil Béthanie, dotée de chambres bien chauffées, d'une salle



de réunion et surtout d'une chapelle rien que pour nous.

Pour ce qui est du programme, on savait un peu à quoi nous attendre : à du « lourd » et du « dense ». Dès l'arrivée : méditation, exposés. Le lendemain : cloches dans la nuit, laudes à six heures, méditation à sept, petit-déjeuner, enseignement, rencontre, échanges, méditation, sexte, repas, exposé, échanges, méditation, dîner,



vidéo, exposé... et il est 22 h ! Le tour de force d'Eric et de Catherine, nos gentils animateurs, c'est de nous transformer en l'espace de deux jours en Marthe et Marie, à la fois attentifs et actifs mais aussi reliés, silencieux et contemplatifs.

C'est au retour que se ressentent les effets de cette courte retraite. Comme si notre niveau d'énergie méditative avait augmenté. On ressent une véritable soif de méditation et on remarque que nos méditations personnelles ont changé qualitativement : elles sont plus profondes, le mot de prière se dit plus facilement. Encore plus étonnant, les participants de notre groupe de méditation



témoignent que leur propre méditation change aussi à notre contact ! Merci à tous, compagnons de méditation loin par la distance mais proches par le cœur... et dans notre amitié en Christ. ■

**Marc Guichard** (Nancy)

Des vidéos du stage en ligne : <http://vplan.com/stagecmmc>

## À Cysoing (59) Silence et fraternité



Ils font cercle autour de la petite table en osier. Sur la table, une image de François d'Assise et une pierre noire sur laquelle est gravé le mot «unité».

Tous les quinze jours, une poignée de personnes se retrouvent pour méditer ensemble à Cysoing chez Jacques Blavoët comme ce soir de décembre, ou chez Laurence Daudin à Villeneuve d'Ascq, près de Lille.

Jacques, 62 ans, et Laurence, 45 ans, ont repris d'un commun accord la coordination du groupe nordiste lorsque Lise et Patrick Borredon, le couple fondateur, a quitté Lille pour s'installer dans le Midi. « Il nous semblait important de pratiquer en groupe, se souvient Jacques. Le groupe est porteur et nous encourage à méditer seuls. » Jacques découvre la méditation chrétienne en 2002 avec le livre *Le Dalai-lama parle de Jésus*. Il appelle Dominique Lablanche et rejoint le groupe lillois. « J'avais lu pas mal d'ouvrages de Karlfried

Dürkheim, qui disait que méditer, c'est retrouver l'Orient en nous, et je cherchais une voie de méditation. »

Le petit groupe de méditants a entre 50 et 65 ans. La plupart méditent depuis trois à quatre ans et sont plutôt assidus. Annick, 53 ans, avait quitté la région ; elle est revenue cette année et a retrouvé le groupe.

« Notre identité est chrétienne, souligne Jacques, mais l'originalité de notre groupe est d'être ouvert à tous les gens de bonne volonté. Peu importe leur religion. Nous nous réunissons dans le silence du cœur, sans faire de clivage identitaire. Chacun est libre de venir et de partir quand il veut, précise-t-il, se référant au texte de Laurence Freeman (lecture du 17 novembre 2013) :

« Une communauté d'amour ne disparaît pas quand sa taille augmente ou diminue. Elle ne vérifie pas les références de ses membres. Mais, elle ne cesse jamais d'explorer l'expérience d'amour qui lui a donné naissance ».

Quoi qu'il en soit, la véranda qui tient lieu de salle de méditation est pour Jacques un espace « sacré ». « On enlève les chaussures, on allume une bougie et on se pose dans le silence du cœur. » Le chœur des moines de Chevetogne, qui psalmodient la douceur de Dieu, ouvre et ferme la méditation de 30 mn. Avant d'entrer dans le silence, Jacques lit parfois la prière d'ouverture. Mais, très sensible au message de François d'Assise, il lui préfère cette adresse du poverello à son créateur : « Fais de moi, Seigneur, un artisan de paix ».

Après la méditation, chacun peut « déposer » ce qu'il veut en rapport avec la méditation du jour, à sa pratique régulière voire sa vie, ce qui laisse la place aux difficultés rencontrées à se tenir en silence dans l'assise au quotidien. « Je suis très vigilant dans l'échange qui suit la méditation, note Jacques, pour que cela ne tourne pas à la conversation de salon, sinon on perd l'essence de notre prière silencieuse. »

La séance se clôt inévitablement de la même manière : debout, en cercle, tous se saluent les mains jointes face au cœur et se remercient d'avoir partagé ce temps de communion.

### Un chemin d'humanité fraternelle

*Je pratique la méditation depuis plus de cinq ans. Tout d'abord sécurisée par une participation dans le groupe de Jacques et Laurence, j'ai entrepris assez vite de la pratiquer seule, au quotidien. Démarche individuelle et démarche collective, intimement liées, font aujourd'hui partie intrinsèque de ma vie.*

*Méditer c'est m'accorder un moment par jour, m'arrêter un instant pour un voyage au centre de moi-même. Par un effort de dépouillement de mes « agir », de mes pensées, de mes ressentis, de mon enveloppe corporelle parfois, je prends un chemin pour atteindre les profondeurs de mon être, là où se situent mes essentiels et où je peux rencontrer quelqu'un ou quelque chose qui me transcende.*

*Pourtant, seule avec moi-même, je reste en lien avec cette communauté des hommes qui, comme moi, recherche un sens, une route d'une humanité fraternelle chaque jour à construire. Après, je peux retourner confiante et sereine vers mon quotidien, consciente d'avoir renforcé ma qualité de présence, d'écouter, mon rapport à autrui. »*

**Françoise Codron**

« Ces deux trois secondes où nos regards se croisent est un moment très fort. Nous sommes vraiment réunis dans le moment présent. »

Jacques ne cherche pas à tout prix à recruter de nouveaux méditants. En revanche, il nourrit sa vie spirituelle en lisant, plus ou moins régulièrement, la lettre hebdomadaire. Et se ressource lors de temps forts de la communauté comme la retraite de l'École en silence qui aura lieu du 7 au 14 mars à l'abbaye d'Orval en Belgique.

« Elle s'inscrira dans un moment de vie où j'ai envie de me retrouver avec moi-même, et j'aimerais goûter plus en profondeur le message de l'Évangile », analyse-t-il, se souvenant de l'impact du week-end d'enseignement de base à Paris, en octobre 2008 : « Ce qui m'est apparu fondamental, c'est de vérifier que notre moi profond est stable : à travers la méditation, nous pouvons contacter une certaine paix intérieure. » ■

**Martine Perrin**

[martineperrin2005@yahoo.fr](mailto:martineperrin2005@yahoo.fr)

### Fiche d'identité

#### Date de naissance

Septembre 2003

#### Fréquence des rencontres

Le jeudi, tous les 15 jours à 19 h 30 tantôt à Cysoing (59), tantôt à Villeneuve d'Ascq (59).

#### Signe particulier

Être un groupe ouvert à tous qu'ils appartiennent ou non à la tradition chrétienne.

#### Contact

Jacques Blavoët  
Tél. : 06 30 39 72 83  
et 03 20 79 51 81  
Courriel : [jblavoet@wanadoo.fr](mailto:jblavoet@wanadoo.fr)

Laurence Daudin  
Tél. :  
Courriel : [lmdaudin\\_87@yahoo.fr](mailto:lmdaudin_87@yahoo.fr)



## Retour aux sources Irénée de Lyon Un des premiers témoins

Originaire de Phrygie (peut-être de Smyrne) en Asie mineure, Irénée s'installe en Gaule vers le milieu du II<sup>e</sup> siècle. Prêtre, de culture et de langue grecques, il célèbre en grec, mais il apprendra le latin local ainsi que la langue gauloise.

Dans sa région d'origine, il a connu le vieil évêque Polycarpe, qui avait lui-même reçu la tradition de ceux qui avaient côtoyé le Christ, en particulier de saint Jean (une génération seulement sépare Irénée de ce dernier). Converti très jeune, il a ainsi baigné et pris racine dans le terreau des premiers témoins.

En 177, dans la force de l'âge, Irénée est choisi pour succéder à Pothin, premier évêque de Lyon, qui meurt victime de la persécution déclenchée cette année-là par Marc-Aurèle contre les chrétiens de cette ville, qui en comptait un millier.

Dès lors, il va s'employer à propager et à défendre la foi reçue des pères apostoliques. Il est d'ailleurs le premier à parler de la tradition comme chaîne de transmission issue des apôtres, transmission qui se fait de manière collective, au sein d'une Église, et non pas individuellement.

Il prône seulement quatre textes pour l'Évangile (le Canon n'a pas encore été établi). « La gloire de Dieu, dira-t-il, c'est l'homme vivant. » Et l'homme parfait est triple : corps, âme et esprit.

À cette époque fleurissait le gnosticisme, un courant de pensée qui tentait



d'adapter le christianisme à la mentalité de l'époque. La littérature gnostique constitue la première réflexion théologique du christianisme. Elle était bien plus importante que celle qui provenait des apôtres. Elle mélangeait cependant à la littérature chrétienne naissante des théories païennes, des éléments provenant de cultes à mystères ainsi que des conceptions issues de l'Orient, par exemple celle qui veut que le monde matériel est aliénation pour l'âme, celle-ci devant par conséquent s'en libérer dès à présent.

Les gnostiques soutenaient que la connaissance – signification du mot gnose – apporte le salut. La quête du

Royaume nécessite donc l'intellect et s'appuie sur lui. Cette voie requiert une initiation, car elle incorpore des concepts particuliers, ésotériques (éons, Pro-Père, syzygie, Sophia...). D'où la coloration élitiste attachée à ces courants. D'où, également, des dérives sectaires ainsi que des emprises de séducteurs qui se disaient inspirés – tel Markos – alors qu'ils enseignaient leurs propres vérités.

Le dualisme platonicien est très présent dans la pensée gnostique : opposition entre le Dieu d'amour et de miséricorde du Nouveau Testament avec le Dieu juste, mais sévère et colérique de l'Ancien Testament, opposition entre le monde mauvais et le Dieu de bonté...

D'autres visages de Dieu, plus proches des humains, sont introduits par ces théories. Bref, un syncrétisme mêlant largement les divers courants de pensée de ce II<sup>e</sup> siècle.

Ce faisant, les gnostiques dénaturaient le message chrétien d'origine. Dans le plus grand respect, sans chercher à convaincre, s'appuyant sur une solide information, Irénée s'est employé à les réfuter : le seul savoir qui importe et les seules références à considérer doivent être tirés des Écritures ainsi que de la tradition issue des apôtres. Cela suffit pour connaître Dieu, nul besoin de spéculations. ■

Eric Clotuche

eric.clotuche@skynet.be

### Agenda

**Un atelier sur l'enseignement de base** de l'École de la CMMC aura lieu du vendredi 7 au dimanche 9 février 2014 à l'Abbaye de Notre-Dame d'Aiguebelle. Animé par Catherine Charrière Meccio et Eric Clotuche, coordinateur national de la CMMC France, il est proposé à ceux et celles qui pratiquent régulièrement la méditation depuis plus de deux ans. Il a pour but d'approfondir et d'enrichir votre connaissance et votre expérience de la tradition et de vous donner confiance pour transmettre le don de la méditation.

**Informations et inscriptions :**

**Catherine Charrière Meccio :**

tél. + 41 21 824 3062.

[catherine.charriere@gmail.com](mailto:catherine.charriere@gmail.com)

**Dieu intime.** C'est le thème des 5<sup>e</sup> Rencontres de la méditation chrétienne, qui auront lieu du 4 au 6 avril 2014 à la Roche d'Or près de Besançon. Dieu ne peut être saisi hors de soi, mais au plus intime de l'être. C'est ce que découvrent les mystiques de toutes traditions. Leili Anvar, docteur en littérature persane, évoquera cette thématique à travers 'Attâr, poète mystique du XII/XIII<sup>e</sup> siècle, et Malek Jân Ne'mati, femme soufie du XX<sup>e</sup> siècle.

Au sein de la tradition chrétienne, des hommes et des femmes ont également cherché à rencontrer ce Dieu « plus intime que l'intime de moi-même », ainsi que s'en étonnait saint Augustin. Éric Clotuche évoquera ces hommes et femmes qui ont cherché à vivre Dieu plutôt qu'à le penser.

**Informations et inscriptions :**  
**Geneviève et Gabriel Vieille-Foucault,**  
tél. +33 (0)3 81 51 16 12.

[gabriel.vieille@sfr.fr](mailto:gabriel.vieille@sfr.fr)

[genevieve.vieillefoucault@sfr.fr](mailto:genevieve.vieillefoucault@sfr.fr)

(Bulletin d'inscription sur le flyer des Rencontres joint à ce numéro).

**Méditer, une urgence pour notre temps.** C'est le thème d'une

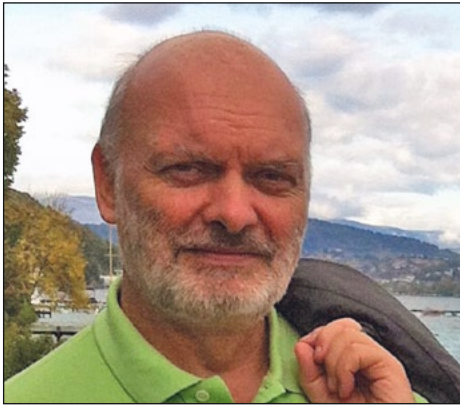
conférence suivie de deux ateliers de méditation, donnée le vendredi 31 janvier 2014 (de 19h30 à 22h00), par Éric Clotuche et Philippe Laparre, fondateur de l'association Sophia qui promeut la pratique de la méditation et des techniques associées. Elle aura lieu au Centre spirituel du Hautmont à Mouvaux (59).

**Informations : 03 20 26 09 61 ou**  
[contact@hautmont.org](mailto:contact@hautmont.org)



## Focus

## Éric Clotuche Avance en eau profonde



Né dans le catholicisme, à la périphérie de Bruxelles, en Belgique, j'ai des souvenirs merveilleux d'enfant de chœur, lorsque, vers 10 ans, j'allais servir la messe très tôt le matin. J'adorais allumer les bougies dans cette quiétude douillette de la nuit, respirer l'odeur de l'encens, sonner la cloche au moment de l'offertoire, entendre les chants à l'église. Ces expériences sont restées enracinées en moi, portes ouvertes sur une dimension du sacré dont je me suis éloigné par la suite, mais que je n'ai jamais oubliée.

Du plus loin que je m'en souviens, j'ai toujours éprouvé une attirance pour la contemplation. Solitaire, j'aimais passer des heures à regarder par la fenêtre et observer. Mon tempérament me portait à une espèce de lucidité bienveillante à l'égard de tous, qui m'était tout à fait naturelle à l'époque et que j'aimerais retrouver aujourd'hui.

Ma femme n'étant pas chrétienne, moi-même enseignant dans un établissement de l'État, j'ai mis un couvercle sur mes besoins spirituels, toujours prêt à répondre à toutes les demandes familiales et professionnelles. Cours du jour, cours du soir, je travaillais beaucoup, rejoignant un temps le secteur privé pour un projet de gestion de bibliothèque informatisée, puis pour fonder une société informatique.

Ce sont les fractures de ma vie qui m'ont permis de revenir vers moi-même, vers du plus essentiel. J'avais 38 ans lorsque nous nous sommes séparés. Nous nous étions mariés par obligation, nous ne sommes pas parvenus à créer un couple. Quelques années plus tard, successivement, trois autres fractures douloureuses : avec ma fille, avec la femme que j'aimais alors, puis je perds mon travail. Pendant six mois, j'ai vécu dans la déréliction la plus complète. Quand mon fils s'est lancé sur les routes après un échec personnel, ma vie a achevé de voler en morceaux. J'ai pleuré toute une nuit et, au matin, je me suis souvenu de ce Dieu que je priais quand j'étais gamin. Je me suis tourné intérieurement vers le ciel et j'ai crié – c'était un cri de tout mon être – : « Si Tu existes, alors prends ma vie en main, je T'en conjure, moi je ne sais plus ! »

Le lendemain – c'était un dimanche –, je suis retourné à la messe. On y a lu l'Évangile du Fils prodigue ! Ensuite, j'ai retrouvé du travail dans l'enseignement supérieur, des cours de philosophie, ma formation de base, de psychologie et de pédagogie. Petit à petit, tout s'est remis en place. J'ai recommencé à prier et à m'en remettre à Lui. J'ai redécouvert la célébration. J'ai alors voulu creuser pour retrouver la source, renouer avec les origines, l'Évangile, les Pères de l'Église. J'ai aussi découvert que « Ma vie, on ne me la prend pas, c'est moi qui la donne... ». J'ai alors vécu un moment de grâce, où je me suis senti en communion avec tout, saisi par un amour débordant, silencieux et très intense, envers toute la création et toutes les créatures.

C'est à peu près à ce moment-là que j'ai commencé à méditer, d'abord d'une manière un peu désordonnée, sans méthode particulière, jusqu'à ce que je tombe par hasard sur le site de la méditation chrétienne. À ce moment, je me suis dit : « Je suis arrivé chez moi ! ». Mon activité de thérapeute a elle

aussi connu un regain important après cette période bouleversée : à présent, je connaissais la blessure de l'intérieur.

En 2004, Dominique Lablanche a lancé un appel à l'aide, notamment pour l'informatique. C'était dans mes compétences et c'est ainsi que je suis entré activement dans la communauté. J'ai créé un groupe en 2006, lorsque je me suis senti suffisamment enraciné dans cette démarche.

Toutes ces épreuves, jusqu'au suicide de mon fils en 2010, m'ont beaucoup simplifié, dépouillé, décapé même. J'ai réalisé qu'on peut tout perdre, mais que la vie reste toujours là et le Souffle aussi... Que, réellement, c'est la vérité qu'il porte qui sauve et rend libre.

La méditation m'aide à entrer dans ce processus de transformation qu'est la vie en vérité dans le Christ. Et y entrer concrètement : ce ne sont pas des mots. « Just do it », comme dit cette pub. Vas-y, jette-toi à l'eau, nage, avance en eau profonde ! C'est tout simple, même si c'est très exigeant !

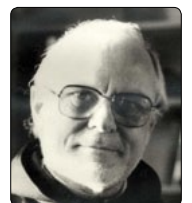
J'ai accepté de devenir coordinateur de la CMMC pour la France, et quand je m'interroge : « Qu'y-a-t-il à transmettre ? », je me dis qu'il faut donner le goût, la saveur, le parfum du Royaume. Quand je lis John Main, je sens qu'il y a là un chemin sûr pour y accéder. Ma responsabilité est de veiller à ce qu'il soit transmis dans son intégrité. Encourager la communauté autour du cœur de cet enseignement, aider à l'approfondir, à s'enraciner dans la méditation quotidienne, créer des moments propices à la reliance, au niveau du comité de pilotage, des animateurs de groupes et des méditants. C'est dans la mesure où je transmets cela de la manière la plus pure que je peux aider d'autres à entrer dans cette voie et à en recevoir les bénéfices et les fruits. ■

**Éric Clotuche**

coordinateur national pour la France

## Un mot de John Main

*« Le but et le défi de la méditation, c'est de nous aider à devenir suffisamment silencieux pour permettre à ce silence intérieur d'émerger. Le silence est le langage de l'Esprit. »*



**Directeur de la publication :** Dominique Lablanche, secrétaire de rédaction : Martine Perrin, mise en page : Louis Dubreuil, correction : Andrea Storl-Fabre.

**Ont participé à ce numéro :** Dominique Lablanche, Chantal Mouglin (traductions), Catherine Charrière Meccio, Eric Clotuche, Jean Dorband-Penderock, Leonardo Corrêa, Françoise Codron, Laurence Freeman, Marc Guichard, Karolina Oracz, Martine Perrin.

**Informations et contacts en France :** Éric Clotuche, 102, boulevard Raoul Dautry, 26700 PIERRELATTE. eric@wccm.fr

**Publications :** <http://www.mediamedia.com>

**Centre international :** WCCM International Office, 32 Hamilton Road, London W5 2EH, Royaume-Uni

Tel + 44 (0) 20 8579 4466 – Fax + 44 (0) 20 8280 0046 – Email : [welcome@wccm.org](mailto:welcome@wccm.org)