

Automne 2010

Volume 18, numéro 2

ÉCHOS DU SILENCE

Échos du silence est publié deux fois par année



Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada
7400, boul. Saint-Laurent, bureau 513, Montréal H2R 2Y1 - Tél.: (514) 525-4649
info@meditationchretienne.ca - <http://meditationchretienne.ca>

Croissance en Dieu

Extrait de John Main o.s.b.,
The Way of Unknowing, New York, Crossroad, 1990, p. 79-81.

Plus vous méditez, plus vous persévérez malgré les difficultés et les faux départs, plus il vous apparaît avec clarté que vous devez continuer si vous voulez mener une vie qui ait un sens et une profondeur. Il ne faut jamais oublier en quoi consiste la méditation : dire votre mantra du début à la fin. Ceci est fondamental, axiomatique et rien ne doit vous en dissuader... La discipline, l'ascèse de la méditation exige une chose et une seule de nous, de manière absolue :... que nous abandonnions le moi complètement, nos pensées et sentiments complètement, afin que nous puissions être totalement à la disposition de l'Autre...

Quelle est la différence entre la réalité et l'irréalité ? Je pense qu'une manière de la comprendre est de concevoir l'irréalité comme le produit du désir. Or, la méditation nous apprend, entre autres choses, à abandonner le désir, et nous l'apprenons parce que nous savons que l'invitation qui nous est faite est de vivre pleinement le moment présent. La réalité exige immobilité et silence. C'est l'engagement que nous prenons en méditant. Comme tout le monde

peut le constater d'expérience, nous apprenons dans le silence et l'immobilité à nous accepter tels que nous sommes. Ceci paraît très étrange aux hommes de notre temps, surtout aux chrétiens d'aujourd'hui incités par leur éducation à faire tant d'efforts inquiets : « Ne devrais-je pas être ambitieux ? Et si je suis mauvais, ne devrais je pas désirer être meilleur ? »

La vraie tragédie de notre temps est que nous sommes tellement remplis de désirs – de bonheur, de réussite, de richesse, de pouvoir, et de tout ce qu'on voudra – que nous sommes toujours en train de nous imaginer tels que nous devrions être. C'est pourquoi il est si rare d'arriver à se connaître tel que l'on est et d'accepter son état présent.

Or, la sagesse traditionnelle nous dit : sache que tu es, et que tu es tel que tu es. Il se peut que nous soyons des pécheurs et si nous le sommes, il est important que nous le sachions. Mais il est beaucoup plus important pour nous de connaître, par notre propre expérience, que Dieu est le fondement de notre être et que nous sommes enracinés et établis en Lui...

Les étapes du voyage intérieur

Nous arrivons à la méditation chrétienne à des moments différents, dans le cheminement propre à chacun de nous (période de questionnement sur sa vie, la recherche d'une paix profonde, un attrait pour le silence, réponse à une recherche amorcée dans d'autres traditions spirituelles, une réponse à un cheminement de foi).

Au départ, nous nous engageons dans la méditation dans la foi, nous acceptons de plonger. Oui, la première découverte passée, le courage nous est nécessaire pour continuer. Finalement, les périodes de désert qui surviennent font appel à la persévérance dans l'attente d'une pacification.

Dans notre pratique de la méditation, nous traversons des étapes, comme des saisons intérieures de maturation.

La grâce d'un commencement

Joie d'une découverte et d'une première expérimentation. Nous découvrons, au hasard parfois, la méditation chrétienne par une lecture ou encore en naviguant sur le Web, par une conversation avec un (e) ami (e). Étonnement pour certaines personnes de trouver dans la tradition chrétienne un tel chemin d'intériorité, une perle de grand prix. Impression de recevoir un cadeau et ça nous remplit de gratitude. La méditation chrétienne apporte une saveur à notre vie !

Une première expérimentation de la méditation est souvent marquée par un certain enthousiasme et habituellement une disposition spontanée à consentir à la discipline de méditer matin et soir. Pour certaines personnes, cela nécessite toutefois un temps d'adaptation. Assez rapidement des choix sont à faire pour que la méditation devienne une priorité de vie et non pas selon les humeurs du moment!

Grâce d'un commencement, où l'on apprend à s'arrêter, à habiter notre maison intérieure, à goûter une certaine paix, à percevoir une manière différente de se vivre, enracinement dans le moment présent. « À chaque jour, suffit sa peine. »

Les premières turbulences

Ah! Les pensées de toutes sortes qui nous envahissent à certains jours. Nous prenons rapidement conscience de notre esprit agité par mille et une préoccupations. Les pensées, tel un singe qui saute de branche en branche et qui essaie de capter notre attention. Ou encore notre esprit rêveur qui cède à l'imagination, à la fantaisie. Défi de ne pas lutter contre les pensées – ça serait leur donner encore plus d'importance – de ne pas se juger, ni s'impatienter. Apprentissage de revenir à notre mot sacré, notre mantra avec humilité, fidélité. Période de tâtonnement.

Ce n'est pas pour rien que le bénédictin John Main, à la suite du moine Jean Cassien au IV^e siècle, recommande l'usage d'un seul mot en vue de calmer notre esprit agité. Avec la reprise du mantra, les pensées flottent tout simplement à la surface, telles des vagues sur l'océan.

Le Nuage d'inconnnaissance, ouvrage d'un anonyme du XIV^e siècle, nous rappelle lui aussi la nécessité d'être fidèle à notre mot sacré, « pour le meilleur et pour le pire. »

Peu à peu, avec la pratique quotidienne, nous devenons plus habiles à reprendre notre mantra, à y revenir en douceur au milieu des pensées qui vont et qui viennent. À certains jours, elles perdent de leur intensité. Alors, se manifeste en nous un sentiment grandissant de paix. Toutefois, il faut bien reconnaître que devant la multiplicité des pensées, la tentation du découragement nous guette à certains jours. Appel à tenir bon. Notre appartenance à une petite communauté de méditation est d'un grand secours pour soutenir notre motivation ou nous remettre en marche dans la méditation si nous sommes tombés en panne !

Un processus de guérison

Et puis, au fil de notre pratique méditative nous avons accès à l'entrepôt de notre vie : ce que nous avons dit, fait, pensé, imaginé. Des souvenirs refont surface avec son lot de pensées, de sentiments. Des sentiments qui suscitent en nous un certain malaise : la peur, l'anxiété, la colère, la culpabilité, la tristesse surgissent tout à coup, comme venant de nulle part. Malgré toutes les apparences, un travail de guérison se produit, une sorte de vidange de l'inconscient. C'est le travail de l'Esprit qui visite nos zones d'obscurité, une thérapie divine à l'œuvre qui enlève des couches pour laisser vivre et émerger

notre être profond. À nouveau, la foi nous est nécessaire pour consentir à cette thérapie de nos blessures enfouies.

Acédia ou la traversée du désert

Notre mantra, notre bâton de pèlerin, n'est pas une baguette magique qui fait disparaître comme par enchantement le flot des pensées qui se fait toujours présent. Notre mantra n'est pas non plus une sorte d'interrupteur qui nous permet de nous brancher quasi instantanément sur Dieu. Peu importe, la reprise fidèle de notre mantra exprime notre désir, notre ouverture de cœur pour accueillir notre Dieu d'amour présent au centre de notre être.

Il se moque bien lui de toutes ces pensées qui nous embarrassent. Il perçoit nettement l'intention de notre cœur. Voilà ce qui lui importe !

Mais un jour, notre persévérance est soumise à dure épreuve par un vague sentiment d'inutilité, de ne pas percevoir la croissance à l'œuvre. À nouveau, la tentation d'arrêter se fait sentir. À cause de l'aridité, l'impression qu'il ne se passe rien. Ce sont des mirages dans le désert qui camouflent la source d'eau vive qui irrigue pourtant la profondeur de notre être.

Les Pères du désert, comme tous les grands spirituels, ont dû traverser une période de désert, de désolation, de tiédeur. Mais le désert n'est pas une fin, mais plutôt une étape à traverser avec patience pour retrouver l'harmonie, la paix intérieure.

Comment tenir bon en période de désert? D'abord, garder bien vivante en nous la mémoire du cœur, la grâce de son commencement et la conscience des changements produits dans sa vie. La période de désert ne peut effacer d'un

trait tout ce que la pratique de la méditation a pu apporter de renouvellement intérieur.

Puis, trouver un (e) méditant (e) d'expérience avec qui partager; ne pas rester enfermé (e) dans la solitude. Finalement, continuer de fréquenter sa communauté de méditation. La communion ensemble dans le silence est un point d'appui important, une source de motivation.

Des périodes de désert, passagères ou plus prolongées, nous incitent à une nouvelle plongée dans la foi, à vivre un détachement encore plus profond de l'ego qui cherche à garder contrôle. La fidélité au mantra est vécue comme un défi à relever et nécessite de la générosité.

Le désert, c'est l'étape d'une purification qui va toucher les zones plus profondes de notre être. Cela suppose notre consentement, car l'Esprit ne travaille pas sans nous ! Il nous est donné de vivre à cette étape la première des béatitudes, la clé pour toutes les autres : « Heureux les pauvres de cœur. »

Apatheia ou la paix retrouvée

L'expérience du désert n'est pas là pour nous briser mais pour nous ouvrir à une liberté intérieure plus grande et à la conscience d'être habité par un amour qui nous construit pour devenir pleinement nous-mêmes. À cette étape, nous sommes à même d'expérimenter une plus grande unité intérieure, les zones d'ombre se font moins sentir. L'Esprit, présent et agissant à chaque étape de notre voyage intérieur, est à l'œuvre et continue à donner ses fruits comme le rappelle saint Paul dans la lettre aux Galates 5, 22 :

« Amour, joie, paix, patience, bienveillance, bonté, foi, douceur, maîtrise de soi. »

Autant d'attitudes du cœur en croissance, signes de l'AMOUR divin qui est source en nous de transformation grandissante.

À cette étape-ci, les distractions, les pensées ne sont pas moins présentes mais le détachement éprouvé au moment du désert suscite en nous moins d'impatience. C'est comme une attitude d'indifférence. Les pensées sont presque comme des nuages dans le ciel, ils passent. Ici et toujours, ce qui importe, c'est la persévérance dans la reprise du mantra, cette discipline qui a été la nôtre et qui nous a soutenus au moment des zones de turbulence.

On peut espérer, qu'à certains moments, la grâce d'un profond silence nous soit accordée. Cela n'est pas un dû, tout au plus le fruit d'un patient travail où l'Esprit de Jésus en nous est le maître-d'œuvre.

Michel Boyer, o.f.m.
Coordonnateur MCQ
Mars 2010

*À mesure que nous
progressons, le mantra
commence à résonner non
seulement dans notre tête,
mais davantage dans
notre cœur; il semble
s'enraciner au plus
profond de notre être.*

John Main, o.s.b.

De la valeur du silence selon Yehudi

Silence – Que l'on demande précisément à un musicien de parler de quelque chose qui, apparemment, est à l'opposé de tout ce qu'il représente peut sembler absurde ou, à tout le moins, paradoxal. Mais c'est précisément cela que je voudrais expliquer, si vous avez la patience de m'écouter en silence tandis que je vous exposerai ce que, pour moi, musicien, signifie le silence.

Le silence n'est-il pas « l'essence des choses souhaitées, la preuve des choses inexaucées » ? Dans ce monde affreusement congestionné, il s'est transformé en absence, en vide, que nous comblons par nos bavardages futiles plutôt que par cette substance réelle, qui est un état en soi.

Et ces choses « inexaucées » ne sont-elles pas cette petite voix douce que nous ne pouvons plus percevoir dans cet effroyable vacarme avec lequel nous remplissons notre vie ?

Le silence est une tranquillité mais jamais un vide : il est clarté mais jamais absence de couleurs ; il est rythme à l'image d'un battement de cœur sain ; il est le fondement de toute pensée et par là celui sur lequel repose toute créativité de valeur. Du silence naît tout ce qui vit et dure ; celui qui détient en lui le silence peut affronter avec impassibilité le bruit extérieur ; car c'est le silence qui nous relie à l'univers, à l'infini, il est la racine de l'existence et par là l'équilibre de la vie.

Le silence absolu que je qualifierais de sacré est avant tout le silence du cœur et de l'esprit. Ce n'est pas un silence de pierre, ni un silence impitoyable ; c'est un silence empreint de calme, d'amour, de compassion, un silence ouvert, un silence dans lequel nos vibrations les plus intimes, notre voix la plus authentique – pas celle qui nous dissimule aux autres et qui

nous dissimule les autres – sont dévoilées à nos amis, à notre famille et au monde entier.

Le silence a autant de facettes que le bruit. Il peut être le silence de la vie – lorsque dans le silence une fleur s'ouvre – ou le silence de la mort. Il peut être le silence de la peur – comme le son d'un rire d'enfant ou d'une belle musique serait doux aux oreilles d'un prisonnier seul dans une cellule ! Et à l'inverse : comme la mère harassée et constamment exposée aux cris stridents de ses enfants apprécierait le silence.

Pour moi, musicien, ce sont peut-être les passages silencieux dans la musique de Beethoven (appelés à tort « pause » en musique) qui me sont les plus chers, ces silences qui tels les intervalles séparant deux nuages chargés d'orage portent en eux la puissance de l'éclair. Ou peut-être aussi le silence qui suit une interprétation de la Chaconne de Bach dans une grande église – un silence de communion et de respect. Une belle musique appelle le silence et crée de l'espace.

Silence et espace sont les créations préalables à la vie, au mouvement, à la pensée et à l'inspiration. Périodiquement, constamment nous devons revenir aux sources : écouter et non parler, attendre et non faire, renoncer et non affirmer, réfléchir et non conclure ; revenir aux sources éternelles de la vie, de la musique, de l'art. Nous devons pouvoir les retrouver dans les buissons sacrés comme dans la Grèce antique, dans des reliquaires, des temples et des églises, dans des jardins, dans des parcs de Londres – et j'aimerais que nous puissions aussi les trouver dans la rue et en nous-mêmes. Nous avons créé un monde citadin et rabaisé la campagne au même niveau. Cela signifie un besoin plus fort que jamais de s'évader de ce

bruit et de cette densité qui sont devenus intolérables. Les choses que l'homme a conçues, les immeubles et les rues, ne dégagent aucun sens d'une harmonie avec la nature ou avec nos sources d'inspiration, ni avec Dieu ni avec nous-même. Nous avons tout sacrifié à cette bien triste situation dans laquelle le terme de silence n'est plus employé que dans son acception négative : pour ce qu'on ne peut pas dire. C'est là le sens profond de ce que voulait dire Shakespeare en écrivant : Le repos, c'est le Silence.

Discours prononcé dans la Saint James Church de Londres en 1977.

*Il faut apprendre à être silencieux.
L'extraordinaire est que ce silence soit à tous accessible, en dépit de toutes les distractions.*

Il faut consentir du temps et de l'amour pour descendre dans le silence.

John Main o.s.b.

Compassion et voies spirituelles

Écho d'un participant

Comment cette journée du samedi 27 mars 2010 m'a-t-elle marqué, ou encore que m'a-t-elle imprimé de tenace ? Je dirais que c'est avant tout la compassion déclinée sous plusieurs tonalités, avec la douceur en musique de fond.

Après plusieurs semaines, j'ai encore le sentiment d'une douceur cohérente qui m'habite. Quelle douceur en effet, quelle cohérence ! On aurait dit que les questions abordées, les animations, le partage et les espaces de silence glissaient naturellement les uns sur les autres. On aurait pensé que le tout s'était déroulé en quelques minutes seulement ; comme le soulignait un participant lors du dîner au réfectoire, c'est bon signe car c'est comme un bon film quand on dit tout étonné : « c'est déjà fini ! ».

Il s'agissait d'un beau défi que de mélanger harmonieusement des sujets en apparence non reliés : la vie de Catherine de Hueck, une sainte Russe blanche (au sang noir !), entretien vécu sur la compassion bouddhiste, la vie d'un prêtre en prison et, finalement, la douceur de la compassion au quotidien.

Les preuves sont faites. Dorénavant, l'École Œcuménique de la Méditation Chrétienne peut fièrement se dire « œcuménique ».

Merci du fond du cœur à celles et ceux qui ont rendu possible la tenue de cet événement !

Daniel Verdon, membre de l'École Œcuménique de la Spiritualité Chrétienne (ÉOSC).

Bilan d'une jeune communauté MCQ

Méditation chrétienne: Bilan de la première année de fonctionnement de la communauté de méditation chrétienne de Saint-Jean-sur-Richelieu présenté dans le cadre de la Semaine de la Parole 2010.

Bonsoir à tous,

C'est avec bonheur que je réponds à l'invitation qui m'a été faite par le comité de la *Semaine de la Parole*, de faire la rétrospective de notre première année de méditation chrétienne.

Nos débuts:

Notre communauté de méditation a vu le jour grâce à la présentation d'une initiation à la méditation chrétienne que j'ai présentée en février 2009 dans notre paroisse Saint-Jean-l'Évangéliste, à Saint-Jean-sur-Richelieu. Cette présentation m'a été demandée par le comité de la *Semaine de la Parole* qui en était à sa première année.

Peu après, une des personnes présentes, madame Jacinthe Gauvin, me demandait si j'accepterais d'animer un groupe, alors qu'elle s'occuperait entièrement de la logistique. J'ai acquiescé en mentionnant que j'avais un handicap assez sérieux, j'entends très mal, mais que ça me ferait plaisir d'animer un groupe pendant quelques semaines, jusqu'à ce qu'une autre personne puisse prendre la relève. Ça fait maintenant 9 mois, je suis toujours là et j'en suis très heureuse.

Nous avons donc commencé les démarches. Le lundi soir nous a semblé la meilleure soirée pour nos rencontres et notre curé, monsieur Ostiguy,

n'a pas hésité un instant à nous prêter le presbytère Saint-Luc. Jacinthe s'est occupée d'annoncer nos activités dans les journaux locaux.

Le 11 mai suivant, à notre première rencontre, nous étions 10 personnes. Depuis, nous nous sommes réunis toutes les semaines. Quelques personnes sont venues "expérimenter" la méditation chrétienne, mais ne sont pas restées. C'est très bien comme ça. En février 2010, notre communauté comprend une vingtaine de personnes. Les membres viennent selon leur disponibilité.

Fonctionnement:

Comment fonctionnons-nous? Il y a d'abord l'accueil, moment où nous échangeons les nouvelles. Puis nous changeons de pièce pour écouter un morceau de musique qui nous amène doucement à l'intériorité. Dans le calme, nous écoutons un texte de spiritualité chrétienne, et nous récitons la prière de John Main. Nous entrons alors en méditation pour 25 minutes après un extrait de musique de Taizé. Nous terminons par un échange sur le texte. La réunion dure une heure au maximum.

Événements:

Depuis le mois de mai 2009, nous avons eu deux invités: le 14 septembre, monsieur Yvon R. Théroix a animé une de nos réunions avec beaucoup de simplicité et de profondeur. Le 28 septembre, c'était au tour de monsieur Michel Boyer, franciscain, le coordonnateur de la Méditation chrétienne au Québec. L'annonce que Jacinthe avait faite dans les journaux locaux

a été fructueuse. Les deux rencontres ont été un franc succès.

Le 2 novembre, c'était notre tour d'accepter l'invitation de monsieur Théroix à nous joindre à la communauté de méditation à la Maison de prière Marie-Rivier à Saint-Hilaire. Nous étions 6 à pouvoir y aller. Nous avons vécu une soirée de très grande intériorité. Le silence était omniprésent malgré la présence d'une quarantaine de personnes. Puis, monsieur Théroix a offert un cadeau de bienvenue à notre nouvelle communauté : des CD de John Main osb et de Laurence Freeman osb.

Nous avons aussi connu une soirée insolite le 7 décembre, le presbytère était dans le noir total à cause d'une panne d'électricité. Pas découragés pour un sou, mon mari et moi sortons les bougies que nous plaçons devant les fenêtres pour indiquer que nous sommes là. Après tout, nous n'avons pas besoin de lumière pour la méditation...sauf pour lire le texte et écouter la musique.... Une lampe et une radio à piles nous dépannent. Nous avons accueilli les membres à la lueur des chandelles. Nous étions 8 avec même un nouveau membre qui avait entendu parler de nous. Ce fut un moment fantastique!

Le 21 décembre après notre méditation, nous avons festoyé ensemble pour célébrer Noël.

À l'automne de chaque année, Méditation chrétienne du Québec et des régions francophones du Canada organise une fin de semaine de ressourcement au Manoir d'Youville à Châteauguay. Nous y recevons une personne-ressource de renom. Cette année, nous avons eu le grand privilège de recevoir madame Lytta Basset, théologienne et écrivaine. Son thème

était: « Adieu les jugements! L'Évangile au-delà de la morale, » d'après son livre *Moi, je ne juge personne*. Trois membres de notre communauté y participèrent. À la réunion hebdomadaire suivante, j'ai fait un résumé de ce ressourcement.

En septembre 2010, nous recevons Laurence Freeman osb, accompagnateur spirituel de la Communauté mondiale de la Méditation chrétienne et successeur de John Main osb.

Voilà pour nos activités. À compter de janvier, Jacinthe va animer nos réunions une fois par mois pour assurer une relève. À long terme, j'aimerais que chaque membre puisse animer une rencontre.

Je reviens à la méditation. Je crois qu'il n'y a pas de méditation ratée. Tout mouvement vers Dieu est un bon mouvement. Nous devons accepter nos limites. Notre ego cherche toujours à s'immiscer dans notre méditation. Il faut tout simplement revenir à notre mantra Maranatha, comme un pas sur le chemin qui nous mène au plus intime de nous-mêmes. Je remercie Dieu de m'avoir conduite sur ce chemin de rencontre avec Lui.

Je me sens beaucoup soutenue dans ce groupe formidable, particulièrement par Jacinthe, ma collaboratrice.

Avant de vous quitter, laissez-moi partager avec vous les commentaires de quelques-uns de nos membres:

Micheline: La méditation m'apprend à me connaître, elle m'aide à me calmer et elle m'apporte une certaine sérénité. La méditation de groupe m'apporte beaucoup de satisfactions. J'aime sa simplicité et son respect mutuel. Ça me procure aussi un sentiment d'appartenance et de

reconnaissance. Je crois ne pas me tromper en prétendant d'avoir enfin pris contact avec ma famille spirituelle. Merci Jésus.

Monique: Pour moi, avoir une communauté de méditant-e-s dans notre paroisse est une chance. La force et la fraternité qui se dégagent du groupe m'aident à réanimer sans cesse la source du désir de rencontre de Dieu à l'intérieur de mon cœur. C'est un soutien, un ressourcement. Merci pour ce moyen d'arriver à une plus profonde union à Dieu.

Thérèse: La méditation chrétienne est un moment de rencontre avec le Seigneur. Je ne peux que louer les personnes qui ont décidé de partir une communauté de méditation à Saint-Jean-sur-Richelieu. Les rencontres hebdomadaires donnent l'opportunité de se retirer de nos activités quotidiennes pour se retrouver en présence du Seigneur, dans le silence. L'invitation de se retrouver avec le

d'autres méditantes et méditants permet un cheminement de vie intérieure plus régulier.

Denis m'a dit: J'étais rendu là.

Madeleine va vous lire son propre témoignage.

Et maintenant, je vous invite à venir partager un moment de silence avec nous au presbytère Saint-Luc, le lundi soir à 19 h. Nous serons heureux de vous accueillir. Comme le dit le thème de la semaine de la parole cette année, "Venez et vous verrez."

J'ai apporté quelques feuillets pour les personnes qui désirent avoir plus d'informations.

Merci à tous.

Michelle Richert, coanimatrice de la communauté de méditation chrétienne, Saint-Jean-sur-Richelieu.

Compassion, voies spirituelles

Au lendemain de Vatican II, le Père Tillard¹ donnait à Ottawa une conférence pour moi inoubliable.

Il nous entretenait sur le thème de la présence de l'Église dans le monde d'aujourd'hui. Il élaborait sur le sujet en affirmant, entre autre, « que l'être humain dans sa nature n'est ni complètement bon, ni complètement mauvais » et

¹ **Jean-Marie Roger Tillard**, de l'Ordre des Frères Prêcheurs, Dominicain, professeur au Collège Dominicain d'Ottawa.

nous invitait dans la mouvance du Concile à une attitude de compassion comme chrétiens.

« ...mordre dans la chair du monde, disait-il, comme on mord dans un fruit mûr, non pas pour y découvrir le ver qui pourrait s'y trouver, mais pour goûter tout ce qu'il y a de bon et de juteux dans le fruit ».

Jean Patry, accompagnateur spirituel pendant 38 ans en milieu carcéral, nous a donné une image saisissante du bon et du moins bon, du lumineux et du sombre dans l'être humain. En gros, la

souffrance des hommes et des femmes que nous côtoyons chaque jour est une image de notre propre souffrance, celle que nous portons en chacun de nous.

Janine Lefebvre, dans son exposé, nous le démontrait aussi très bien dans le tableau de vie de Catherine de Hueck.²

Quant qu'à moi, le mot compassion était l'élément déclencheur pour participer à la rencontre du 27 mars dernier.

Paradoxalement, c'est par l'approche bouddhiste que je vais découvrir la grandeur du mot « Compassion ».

On me dira que ce n'est qu'un mot, il est vrai, mais les mots ont souvent un pouvoir énorme dans une démarche de vie intérieure.

Pourtant le Nouveau Testament est parsemé de faits de compassion.

Dans notre tradition chrétienne catholique québécoise, dont je suis issu, on ne nous parlait pas de compassion, mais bien plutôt de miséricorde, de pardon, de bonté, de charité, des mots qui avait pour moi bien peu de résonance dans ma vie.

J'ai dernièrement scandalisé des invités à un repas, parce que j'exprimais ma compassion pour tous ces prêtres ou religieux que l'on voit défiler sur nos écrans de télévision, accusés de

² **Catherine de Hueck**, née en Russie en 1896 dans une riche famille profondément chrétienne. À 12 ans, elle est déjà attirée par la pauvreté qui l'entoure. Mariée très jeune à Boris de Hueck, elle devient infirmière pendant la 1^{ère} guerre mondiale. La révolution russe l'oblige à émigrer au Canada en 1921. Elle fonde dans les années '30 *Friendship House* (*La maison de l'amitié*) pour vivre au milieu des pauvres. Des hommes et des femmes la rejoignent, d'abord à Toronto pendant la crise, puis à Harlem où elle est une pionnière, entre autre, du combat pour la justice raciale.

pédophilie, de tous ces êtres souffrants, car pour moi être pédophile doit être une grande souffrance.

On ne choisit pas nos souffrances, nos dépendances, nos limites.

J'aurais pu moi-même devenir pédophile, alcoolique, toxicomane, etc.

J'ai moi aussi mes propres dépendances et ce qui est pour moi important c'est de voir ma propre souffrance d'abord, et la souffrance de l'autre, cette souffrance qui doit m'interpeller.

Le Bouddha nous dit quelque part à peu près dans ces termes : « que si l'on comprenait notre propre souffrance et la souffrance de l'autre on ne pourrait plus jamais être malheureux. »

Mais pour comprendre la souffrance de l'autre, je dois d'abord comprendre ma propre souffrance.

Comment être rempli de compassion pour l'autre si je n'ai pas de compassion d'abord pour moi-même?

Je suis triste de rencontrer des personnes que j'aime beaucoup et qui n'ont pas de compassion pour elles-mêmes, incapables de se pardonner des choses. Développer la bienveillance envers soi-même dans sa vie est gage de compassion pour l'autre.

« La méditation qui nous mène, entre autre, à la connaissance de soi, implique d'être doux, précis et ouvert : être en fait capable de lâcher prise et de s'ouvrir.

La douceur est un sentiment de bonté à son propre égard. »³

³PemaChödrön, d'origine américaine, mère de deux enfants, est devenue moniale bouddhiste. Elle est l'une des

« La pratique de l'amour »

En développant à l'intérieur de soi la motivation de faire que tous soient heureux, qu'ils maîtrisent les causes et les conditions du bonheur, de la joie et de l'absence de souffrance, en le souhaitant profondément, cela devient une éthique de vie.

Nous essayons alors d'agir en toute occasion dans le sens du bienfait des autres, et l'activité de l'amour est mise en action.

Cette pensée d'amour, développée et devenue la base de notre être, de notre motivation intérieure, rejaillit à l'extérieur dans notre comportement et notre activité quotidienne.

La pratique, dans ce sens, commence par soi-même.

En prenant conscience de ce qui est juste et de ce qui ne l'est pas, nous nous efforçons, tant dans notre conduite extérieure que dans notre pratique, de rejeter tout ce qui est action négative et d'accomplir ce qui est positif pour les êtres.

Quand cela devient un mode de vie fondamental, nous pouvons alors l'enseigner aux autres.

Grâce à cette pratique de l'amour et de la compassion, nous faisons tout ce qui est en notre pouvoir pour apporter le bonheur et les causes du bonheur, et devenant un exemple vivant de ce qui est à faire ou pas, nous montrons ce qui est juste et ce qu'il faut abandonner.

C'est une affaire de chaque instant...

principaux disciples du maître tibétain Chögyam Trungpa Rinpoché, qui lui a confié en 1986 la direction de l'abbaye de Gampo, monastère situé en Nouvelle-Écosse au Canada. (*Entrer en amitié avec soi-même. Dire oui à la vie, se réconcilier avec soi-même et le monde.*)
Pocket no10697, Édition Table Ronde .

Quand une émotion particulière s'élève, de l'animosité envers les autres ou un esprit de malveillance, il faut en être conscient et le transformer en un esprit altruiste qui souhaite non plus un bonheur égoïste, mais celui de tous.

Alors la transformation se fait, d'instant en instant, et nous sommes capables d'aider les êtres.

Source : Extrait tiré d'une entrevue de Lama Guendune Rinpoché, réalisée en avril 1991.

Né en 1918 au Tibet oriental, dans la région de Kham, il est décédé le 31 octobre 1997 en Auvergne (France), où il avait fondé un monastère.

Lama Guendune Rinpoché est un des derniers grands Maîtres de l'ancienne génération des Lamas Tibétains.

Roger Gagné, membre de l'École Oecuménique de la Spiritualité Chrétienne (ÉOSC).

Votre rapport aux autres ne se fonde pas sur la compétition ni sur la projection de l'image de celui que vous pourriez être ou aimeriez être. Vous commencez à présenter à chacun la personne que vous êtes. Dans le silence de la méditation, vous découvrez que vous êtes aimés, aimable.

John Main, o.s.b.

Et pourquoi pas Jésus

Le samedi 1er mai dernier, Richard Bergeron, professeur à la Faculté de théologie de l'Université de Montréal et auteur de plusieurs ouvrages, dont *Et pourquoi pas Jésus?*

Nous amenait à approfondir notre choix d'être disciples de Jésus plutôt que de l'un ou l'autre des maîtres des grandes religions, des grandes lignes de pensée.

Monsieur Bergeron a d'abord revisité nos croyances traditionnelles en les situant dans leur temps et dans la culture existante des siècles derniers; tout en les respectant et loin de les rejeter, il s'est posé la question : « qui est ce Jésus, pour moi aujourd'hui au Québec, dans ma réalité culturelle et sécularisée? Est-ce religion ou spiritualité? »

Tout comme chacun des évangélistes témoignait de Jésus dans un langage et une culture qui lui étaient propres – tantôt Jésus-Maître, tantôt Jésus-Seigneur, tantôt Jésus-Dieu – nous nous devons d'écouter Jésus pour l'accueillir pleinement dans notre monde d'aujourd'hui, dans notre culture sécularisée.

On sent chez Richard Bergeron un théologien qui ne cesse de creuser le pourquoi et le comment de sa relation avec Jésus, et c'est ce qu'il tente de nous transmettre. Son enseignement n'est pas facile à suivre parce que chaque élément qu'il présente fait foi d'une recherche de longue date et nous oblige à une réflexion soutenue. Cependant, j'en ai retenu quelques-uns qui alimenteront ma pensée et me



pousseront à les approfondir. Pour n'en mentionner que deux :

« Jésus-Maître », « Rabbi » n'est pas une expression qui établit une distance entre Jésus et moi, mais plutôt le maître qu'il est réveille mon maître intérieur.

« Suivez-moi et vous aurez la vie éternelle », non pas la vie de l'au-delà, mais la vie maintenant, pleine,

authentique. Les guérisons multiples de Jésus ne se mesurent pas à ce que la science et la technologie peuvent accomplir aujourd'hui. S'il a « guéri » les sourds, les boiteux, les aveugles, c'est qu'il répondait à leur appel. Eux avaient exprimé leur besoin de lui et ils ont reçu de lui la vie en plénitude parce qu'ils ont été touchés par lui.

Ce que j'ai retenu surtout, c'est que Jésus de Nazareth est ici, maintenant, « au milieu de nous », pour moi, telle que je suis, dans ma vie d'aujourd'hui, au Québec. Je dois me défaire des définitions formelles et statiques de Jésus et risquer de le voir dans la rue, dans les tempêtes politiques, dans la laideur de la pauvreté, dans la beauté de la nature, dans l'espoir des écologistes, dans la complexité des différences, dans la noirceur de mes doutes et de mes déserts.

La parole de Jésus doit nous rejoindre et pour ce faire, Richard Bergeron nous dit : « Soyons des écoutants. C'est en écoutant et en entendant la parole de Jésus – pour moi, aujourd'hui - que je le rencontre et deviens son disciple. »

Francine Devroede, méditante à Montréal.

Assemblée générale 2010

Comme cela est pratiquement devenu une tradition, l'assemblée générale annuelle s'est tenue la première fin de semaine de mai, c'est-à-dire samedi le 1er mai dernier. Cette rencontre, qui n'est pas qu'une simple exigence administrative, s'est vécue dans un climat fraternel et décontracté.

Jean St-Onge, notre zélé président, prend contact avec le groupe par un mot de bienvenue. Il se dit heureux de l'année qui s'achève tant dans la réalisation de la mission que dans la situation financière de la MCQ. Il souligne l'apport généreux de toute personne qui de près ou de loin se dévoue à la cause de la méditation. Il mentionne particulièrement l'investissement inestimable du père Michel Boyer, coordonnateur, et de Marc Bellemare qui assume fidèlement la tâche exigeante du secrétariat.

Aux défis qu'il s'est déjà donnés dans son plan triennal, le CA ajoute un nouveau volet : la réorganisation et la redéfinition des tâches à la coordination générale. Ce dernier point est apporté par le désir bien justifié du coordonnateur qui souhaite avoir plus de disponibilité pour les tâches d'animation et pour le support à donner aux groupes de même qu'à la diffusion de la méditation chrétienne.

Dans les intentions affirmées du CA figure celle de poursuivre la modernisation du site web. Il est étonnant de constater l'intérêt grandissant pour le

site. Cet essor est sans doute dû à l'arrivée d'une nouvelle webmestre, madame Louise Lamy, et à la participation du secrétaire qui s'implique largement dans la communication.

Le rapport d'activités du père Boyer est substantiel, ce qui illustre bien la vie intense de notre communauté. Nourrir et soutenir les méditants de même que les communautés est le souci constant du coordonnateur. Aussi multiplie-t-il les activités de ressourcement sans compter ses nombreux déplacements un peu partout en province.

Au chapitre de la diffusion, soulignons qu'elle se fait souvent par le bouche à oreille et par les médias, dont Radio Ville-Marie, et les publications. L'École Œcuménique de Spiritualité Chrétienne, par l'implication soutenue d'Yvon R. Théroix, s'applique aussi à faire connaître la méditation chrétienne.



Chaque année, MCQ rend hommage à des méditants qui se sont distingués par leur implication. Cette année, Robert Conway a reçu le prix Josée Préfontaine pour son dévouement auprès de sa communauté de méditation.



Alors que Louise Lamy a obtenu le prix John Main pour l'innovation apportée au site web.

La lecture du bilan démontre la bonne santé financière de MCQ.

L'assemblée s'achève par la réélection de deux administrateurs : Alain Baril et Denis Vincent.

À toutes les personnes présentes à cette assemblée, merci pour votre participation intéressée. Dans le futur, invitation est faite à toutes celles qui ont à cœur l'expansion de la MCQ.

Denise Gagné, méditante à Montréal.

Quelles sont les attitudes-clés de l'exercice d'un leadership au sein d'une communauté de méditation?

Un premier élément de réponse dans l'épître de Jacques 3, 13-18 :

La vraie et la fausse sagesse - « *Est-il quelqu'un de sage et d'expérimenté parmi vous?* Qu'il fasse voir par une bonne conduite des actes empreints de douceur et de sagesse. Si vous avez au cœur, au contraire, une amère jalousie et un esprit de chicane, ne vous vantez pas, ne mentez pas contre la vérité. Pareille sagesse ne descend pas d'en haut: elle est terrestre, animale, démoniaque. Car, où il y a jalousie et chicane, il y a désordre et toutes sortes de mauvaises actions. Tandis que la sagesse d'en haut est tout d'abord pure, puis pacifique, indulgente, bienveillante, pleine de compassion et de bons fruits, sans partialité, sans hypocrisie. Un fruit de justice est semé

dans la paix pour celles et ceux qui produisent la paix.»

La question: pourquoi je me retrouve dans une équipe d'animation d'une communauté de méditation?

John Main et Laurence Freeman enseignent souvent la nécessité de laisser « son image de soi » loin en arrière. Les personnes qui méditent veulent être des témoins vivants, vivaces et vivifiants d'une foi vécue, incarnée et enracinée dans l'engagement gratuit envers les autres! Des personnes qui ne sont pas là pour elles-mêmes mais capables d'accueillir toutes et tous SANS AUCUNE FORME DE DISCRIMINATION.

Les leaders authentiques pratiquent la fonction de prophétesse ou de prophète au sein de leur communauté de méditation. Écoutons Amos:

« Je ne suis pas prophète...je suis bouvier et pinceur de sycomores. Mais Yahvé m'a pris de derrière le troupeau et Yahvé m'a dit: « Va, prophétise à mon peuple Israël » 7, 14-15.

Amos, Jérémie...Alain, Claudette, Darquise, Diane, Eموke, Florence, François, Geneviève, Gisèle, Jean-Pierre, Johanne, Laurence, Lise, Louis, Louise, Lysanne, Madeleine, Marie-Thérèse, Mariette, Martial, Michel, Mylène, Paulette, Pierre, Pierrette, Raymond, Robert, Roger, Suzanne, Yvette, Yvon et tant d'autres...Jérémie: « La parole de Yahvé me fut adressée en ces termes: Avant même de te former au ventre maternel, je t'ai connu; avant même que tu sois sorti du sein, je t'ai consacré comme prophète des nations, je t'ai établi » Jr 1,4-5.

De la même manière, nous, femmes et hommes réunis ici, sommes tous appelés à exercer la fonction de prophétesse ou de prophète et de leader au sein d'une communauté de méditation.

La question sous-jacente: êtes-vous conscient-e que si vous êtes là, c'est parce que Dieu vous y a appelé-e?

Aimé-e-s de Dieu, nous devons aimer à notre tour comme le dit si bien Jean: «Vous êtes mes ami-e-s si vous faites ce que je vous commande. Je ne vous appelle plus serviteurs, car le serviteur ne sait pas ce que fait son maître; mais je vous appelle ami-e-s, parce que tout ce que j'ai entendu de mon Père, je vous l'ai fait connaître. Ce n'est pas vous qui m'avez choisi; mais c'est moi qui vous ai choisis et vous ai établis pour que vous alliez et portiez du fruit et que votre fruit demeure, afin que tout ce que vous demanderez au Père en mon nom, il vous le donne. Ce que je vous

commande, c'est de vous aimer les uns les autres » Jn 15, 14-17.

Rappel: attitudes-clés: 1- s'affranchir de son image de soi; 2- nous sommes appelé-e-s pour exercer ce travail de leadership et accomplir la fonction prophétique de notre baptême; 3- aimé-e-s de Dieu, à notre tour, et tout comme Lui nous devons aimer sans aucune condition.

Nous devons aussi chercher et invoquer l'Esprit pour nous guider, y compris au cœur de nos activités, car c'est l'Esprit qui distribue dons, talents et charismes pour que l'unité se réalise dans la diversité. 1 Co 12.

L'envoi en mission: initiative de l'Esprit

« ...Or un jour, tandis qu'ils célébraient le culte du Seigneur et jeûnaient, l'Esprit Saint dit: Mettez-moi donc à part Barnabé et Saul en vue de l'œuvre à laquelle je les ai appelés » Actes 13, 2.

Il est impératif de réaliser *en plénitude* la mission qui nous est confiée.

Les personnes qui animent une communauté de méditation contribuent à réaliser ici et maintenant le Royaume de Dieu en renouvelant l'Église, en réalisant l'essentiel de sa mission.

Conditions gagnantes pour l'équipe d'animation: les attitudes de Jésus de son vivant.

Un cœur ouvert aux autres, quels qu'ils soient. L'accueil chaleureux et expressif est la clé de vôûte au sein d'une communauté de méditation. Décentration du moi pour aller vers autrui.

La transformation intérieure opérée par la méditation touche toute la personne a) Dans son corps (gestes d'accueil, sourire et rire, joie expressive, détente); b) Dans son cœur (compassion, compréhension libre de tout préjugé); c) Dans son esprit (libéré-e de toute peur, contrainte, fausse appréhension); d) Dans son âme (sentiment de paix, d'équilibre, de joie profonde).

Une communauté de foi n'attend pas d'être *dirigée*, mais *guidée dans le respect*. L'équipe d'animation n'est pas au-dessus de la communauté mais en son centre. Elle reflète les valeurs évangéliques fortement humaines et humainement spirituelles.

Le meilleur leadership est un leadership partagé en fonction des charismes de chaque membre.

Sous la mouvance de l'Esprit, guider, lever les obstacles, soutenir chaque membre, créer une vraie communauté en étant des témoins vivants d'une vie spirituelle inspirante, dans la persévérance et la patience aimante.

Une équipe ne se dissout pas à cause de problèmes...

La colère envers les personnes qui résistent au changement.

La frustration devant ce qui ne peut être changé.

Le désappointement devant une réalité prometteuse mais finalement stérile.

Déception de gens à qui on exprime sa tendresse et qui la rejettent!

Les problèmes sont-ils des épreuves pour l'être spirituel ou des questions que Dieu lui pose?

Tout ce qu'une équipe entreprend ne peut pas toujours réussir MAIS elle ne doit jamais cesser de revenir à la charge...elle est appelée à porter des fruits en abondance d'une saison à l'autre.

L'expérience de Paul nous éclaire ici: « C'est pourquoi je me complais dans les faiblesses, dans les outrages, dans les détresses, dans les persécutions et les angoisses endurées pour le Christ; car, lorsque je suis faible, c'est alors que je suis fort » 2 Co 12, 10.

Enjeux et défis de fonder une communauté de méditation authentique.

Être vrai avec soi pour l'être avec les autres.

Développer une pensée proactive, positive, constructive.

Compter sur l'appui de Dieu pour changer en nous ce qui doit l'être, pour affronter des personnes difficiles et des situations tourmentantes.

Leçon de vie: Viktor Frankl.

Un long séjour dans un camp de concentration l'a amené à penser que *tout est dans l'attitude adoptée vis-à-vis la vie*. Il n'a jamais douté un seul instant qu'il allait un jour s'en sortir...et c'est ce qui arriva dans les faits!

Ce qu'il nous faut découvrir dans la méditation, ce que chacun doit découvrir s'il veut vivre sa vie pleinement, c'est que la réalité de Dieu est le seul fondement sur lequel s'appuyer. John Main o.s.b.

La désespérance ne relève pas du christianisme.

À quelles conditions les communautés de méditation peuvent être ou devenir un « signe vivant d'espérance » dans notre monde actuel?

Combien de communautés de méditation pour le 20e anniversaire de MCQ / RFC en 2011?

L'équipe est incontournable

Faire couple n'est point facile. Faire équipe est encore plus difficile, plus exigeant, mais cela est possible. Il faut relire les Actes des Apôtres pour observer comment les premières communautés ont réussi le pari de transmettre la Bonne Nouvelle et de vivre en ressuscité-s.

La fin de cette réflexion ouvre sur l'avenir.

Formons une petite équipe (2 personnes et plus), TRAÇONS ensemble UN PROJET qui puisse rassembler des femmes et des hommes qui veulent grandir ensemble tant au plan humain que spirituel.

Bonne route...

Consultez le site web: www.meditationchretienne.ca pour la version intégrale du diaporama, avec photos, à l'onglet « Publications », rubrique « Documents divers », dernier de la liste intitulé: *Leadership et communauté de méditation / Yvon R. Théroux, format PPT.*

Une communauté de méditation chrétienne de l'avenir

Je veux d'abord remercier Michel Boyer ofm, notre coordonnateur général de la confiance qu'il m'accorde à réaliser ce bulletin « Échos du silence » pour l'année 2010-2011. Cela devient possible avec la contribution inestimable de Louise Lamy pour la mise en page et celle d'auteur-e-s qui participent à diverses activités de MCQ/RFC.

La réflexion que je veux partager avec vous toutes et tous se dessine à l'horizon du 20^e anniversaire de fondation de MCQ/RFC en 2011. Il s'agit de construire, de recontacter le « feu sacré » qui a animé, dès les débuts, Michèle Dubuc, Monique Piché et finalement Michel Boyer ofm. C'est trop courant, trop facile de

s'asseoir sur les acquis. Les habitudes se durcissent rapidement. Chaque communauté de méditation chrétienne du Québec et du Canada francophone doit se poser des questions viscérales pour répondre maintenant à cette soif grandissante de chercheurs de Dieu, femmes et hommes de toutes les générations.

Suis-je une personne qui *consomme* de la méditation comme d'autres consomment d'autres produits issus de la religion, de la culture? *Consommer* veut limitativement dire ici, venir chercher un certain confort (ou réconfort) auprès de personnes que j'aime bien socialement et qui me le rendent plutôt bien. Ce type de consommation peut aller jusqu'à développer une certaine dépendance. Le groupe se ferme progressivement sur lui-même (tout en niant

cette tendance) et toute nouvelle personne arrivante risque de déranger un peu. La nouvelle personne a besoin impérativement de s'adapter à notre groupe rapidement. Et non l'inverse. Tout cela se sent. Car ce sont les attitudes qui expriment la vérité des êtres, des groupes, des communautés. Imaginez un seul instant un Jésus intéressé exclusivement par les membres de son peuple (Israël), fermé aux autres, satisfait des résultats remportés dans les diverses provinces autour de la capitale Jérusalem. Le christianisme de serait jamais né! Pour qu'il y ait naissance, il faut une promesse d'avenir ouverte à toutes les personnes concernées et de bonne volonté.

Le facteur de vieillissement des communautés de méditation laisse croire parfois que cela va s'éteindre avec la génération de fréquentation actuelle. Absence de souci des générations montantes? Fait-on « sa petite affaire » tant que cela marche? Pour l'après...on ne peut guère l'inventer. Quelle tristesse! Former un couple, quel défi. Former une communauté vivante, vivace et vivifiante pour l'aujourd'hui des femmes et des hommes, quel projet grandiose et exigeant?

Comment ma communauté réagit quand l'une des environs s'éteint faute de relève, de leadership assumé et partagé? Trouver cela de valeur n'arrange rien. Le leadership d'une communauté ne peut pas reposer sur les épaules d'une seule personne, sans risque d'extinction éventuelle. Le meilleur leadership au sein d'une communauté de méditation est celui qui est partagé en fonction des talents et des charismes des uns et des autres. Et personne n'est totalement dépourvu de talents, dons ou charismes!

Quels sont les liens dynamiques et complémentaires qu'entretient ma communauté avec l'accompagnatrice ou l'accompagnateur régional et réciproquement? Ou, à défaut, avec la coordination générale de MCQ/RFC? Je sais bien qu'aucune communauté n'entretient peur et

méfiance. Mais la prudence n'est pas toujours ce que l'on croit! Elle peut même s'avérer un bon alibi. Si on respecte et on accepte *sincèrement* la différence, alors on admettra que toutes les communautés sont différentes dans leur nature et semblables dans leur mission. Est-ce que les communautés d'un même territoire se rendent visite mutuellement? S'entraident réciproquement? Organisent ensemble une ou l'autre activité pour se ressourcer et fraterniser? Une communauté n'appartient à personne en particulier, ce n'est pas une propriété dont je revendique la paternité ou la maternité.

Tout devient possible quand on fréquente les *Écritures*. Par exemple, les *Actes des Apôtres* inspirent le sens à donner à une communauté (naissante ou plus expérimentée), révèlent les attitudes gagnantes dans l'évolution de toute communauté. Imaginez les différences profondes entre celles fondées par Paul, d'autres fondées par Pierre et Jacques, entre Juifs et Gentils de pays aux cultures si dissemblables !

La lecture ou relecture des enseignements de John Main osb et de son successeur Laurence Freeman osb pour réactualiser l'intuition profonde qui a présidé à la mise en place de la prière contemplative au sein du christianisme.

Combien de fois nous consultons les principaux sites web reliant les communautés de méditation de toute la planète?

En conclusion, revoyons ce que nous étions à l'âge de vingt ans? Et, avec l'expérience et la sagesse acquises, nos deux ou trois fois vingt ans devraient générer suffisamment de puissance et d'attrait pour donner des ailes à chaque communauté de méditation chrétienne du Québec, de l'Ontario, du Nouveau-Brunswick, du Manitoba et d'ailleurs.

Bien amicalement, Yvon R. Thérout,
communauté Marie-Rivier.

SILENCE

Fabienne Theytaz, méditante du Nunavut

Silence,
Un beau jour
Tu m'as prise dans ton étreinte
Tu m'as emmenée à l'écart
Dans l'antichambre de la Révélation
Pour me parler au cœur
Et me livrer quelques
secrets...

Silence-bienfaisance,
De paix et de douceur
De joie et de repos
Tu rêves tendrement
Mon âme qui se livre à toi
Jusqu'à l'enflammer
Du vif éclat de l'Amour
Et la combler abondamment
Des merveilles de ta
grâce...

Silence-souvenance,
Instants d'éternité
Où jaillissent soudainement

Les traces fulgurantes de lumière
Qui sillonnent le temps et l'espace,
Tu ouvres un chemin de compréhension
À travers tous les pourquoi
Tu amorces un pas de communion
Avec les autres et le Tout-Autre...



Silence-souffrance
Mise à nu brutale
De mille blessures et violences
Tu amplifies douloureusement
Les cris déchirants et révoltés
Des victimes de l'injustice et de la
haine
Jusqu'à associer mon cri sans-voix
À la prière instante
De l'innocent cloué sur la croix...

Silence-espérance,
Telle la rosée matinale
Tu arroses mystérieusement
Les sillons insondables de l'être
Jusqu'à faire lever
Les germes minuscules
De vie et de joie
Qui donnent goût à l'existence
Et qui m'ouvrent un nouveau jour...