



Méditation et communauté, par Kim Nataraja

Au cours des lettres précédentes, nous avons vu l'influence sur John Main de l'enseignement des Pères et Mères du désert, en particulier d'Évagre le Pontique, Jean Cassien, la spiritualité celtique, saint Benoît et les écrits de saint Paul.

Jean Cassien relève les dangers de cheminer seul et c'est pourquoi j'aimerais maintenant mettre en lumière un autre élément important de l'enseignement de John Main, à savoir l'importance de méditer en groupe. Laurence Freeman a souligné ceci : « John Main voyait que ce développement moderne de la contemplation puisait son origine au cœur de l'Église primitive, dans des communautés de foi et dans la liturgie. Ces premiers chrétiens se rassemblaient aussi en petits groupes chez l'un ou l'autre. Ce rassemblement dans la prière a formé la « koinonia », ou la vie sociale et la communion qui constituaient la marque distinctive et la puissance de l'Église primitive. Ces petits groupes se rencontraient pour prier et s'offrir mutuellement soutien et encouragement dans leur foi commune. »

C'est une description exacte de nos groupes de méditation à travers le monde. Lorsque nous méditons, nous réalisons instinctivement qu'il s'agit d'un cheminement difficile à effectuer seul ; il est beaucoup plus facile de le faire avec d'autres. S'il est vrai que personne d'autre ne peut méditer à notre place et que nous méditons chaque jour dans la solitude, nous réalisons en même temps que la rencontre avec d'autres dans un pèlerinage commun peut nous apporter le soutien et l'enseignement dont nous avons besoin pour poursuivre la route.

John Main voyait clairement que méditer régulièrement dans un groupe consoliderait notre engagement individuel à la discipline spirituelle de la méditation : « Au contact des autres, nous nous éveillons à la découverte de la vérité plus profonde de notre être et ainsi, nous apprenons à avancer au-delà de nous-mêmes. C'est pourquoi la méditation régulière, quotidienne ou hebdomadaire, avec le même groupe ou communauté est une nourriture si vivifiante pour notre pèlerinage. En présence d'autres méditants, nous ne pouvons pas maintenir l'illusion d'avancer seul. Mais cette présence très physique et spirituelle nous ramène à un engagement personnel plus profond à l'immobilité, au silence et à la fidélité. [...] De même, le groupe ou la communauté met fin à tout faux héroïsme et auto-dramatisation. Être en contact avec les manques et les limites ordinaires des autres révèle nos ressources et notre fidélité, ce dont nous avons besoin pour l'équilibre et l'harmonie de notre vie. En présence des autres, nous apprenons à nous connaître nous-mêmes. » (*The Present Christ*)

La raison essentielle pour laquelle nous devons participer à un groupe de méditation une fois par semaine est donc claire : cela nous permet d'apprendre les fondamentaux et l'histoire de notre discipline de

méditation ; cela développe un lien spirituel entre les membres et un souci mutuel entre ceux qui ont entrepris ce pèlerinage commun. Dans un commentaire sur la méditation en groupe, dans son livre *The Inner Eye of Love*, le P. William Johnston s.j. dit : « Nous pouvons par exemple nous asseoir ensemble pour une méditation silencieuse, sans paroles. Et nous pouvons alors percevoir non seulement le silence dans notre cœur, mais aussi le silence de l'ensemble du groupe. Parfois, un tel silence est presque palpable et peut unir les personnes plus profondément qu'aucune parole. » Ce partage du silence est le cœur de la rencontre du groupe de méditation. La puissance et la force d'une méditation ensemble viennent des paroles de Jésus : « Lorsque deux ou trois sont réunis en mon nom, je suis là au milieu d'eux » (Mt 18, 20).