



LECTURES HEBDOMADAIRES DU 15 OCTOBRE 2017

Même si vous êtes physiquement éloigné d'autres méditants, vous êtes unis à eux dans l'Esprit. Chaque matin et chaque soir, prenez le temps de méditer entre 20 et 30 minutes. Il est préférable, autant que possible, de méditer au même endroit et à la même heure, de telle sorte que vos temps de méditation s'intègrent naturellement à votre journée. Soyez généreux avec votre temps, soyez fidèle au mantra, et vous entrerez dans le réseau de silence qui nous unit tous dans l'Esprit.

Laurence Freeman, osb, « Muddling Through » [S'en sortir], 8 septembre 2017, blog de Laurence Freeman sur www.wccm.org.

La vision du monde de notre cerveau gauche croit fermement à la stratégie. Planifier et contrôler l'avenir est sans conteste l'objectif de la plupart des administrateurs et politiciens actuels. Ils sont à la recherche de l'algorithme idéal et parfait qui pourra même surpasser l'image qu'on se fait d'un Dieu qui sait tout et fait tout ce qu'on veut. Mais lorsqu'on voit le chaos grandissant de la Maison-Blanche ou la confusion du gouvernement britannique face au Brexit, ou encore lorsqu'on parle en privé avec la plupart des PDG, la réalité est très différente. Derrière la façade d'une maîtrise totale, on découvre la peur, l'incertitude et la tentative de trouver le moyen de se sortir des crises successives, au moins sans perdre la face ou ses primes. Les gens sont en général surpris - avec un vague sentiment de reconnaissance envers quelque chose - lorsque les choses fonctionnent comme prévu.

Ce n'est pourtant que la Vie, où les meilleurs projets peuvent être balayés en un instant par un ouragan, un diagnostic médical, une baisse des taux de change ou un clic fait par erreur sur « envoi ». Il n'est pas étonnant que nous ayons peur et que, pour déjouer cette peur, nous nous glissions dans des routines sécurisées que les « vacances » ne servent qu'à renforcer.

C'est peut-être là que la « crainte de Dieu » peut venir à notre secours. D'après les Écritures, elle est le début de la sagesse. Mais le mot « crainte » est une mauvaise traduction, parce qu'il évoque la punition ou la culpabilité. Nous avons à juste titre peur des néonazis, mais il ne s'agit pas du même genre de crainte. La crainte de Dieu ressemble davantage au sentiment d'immensité et de vulnérabilité ressenti sur le bord d'une haute falaise, ou à notre étonnement face à la naissance ou la mort, ou une déclaration d'amour mutuel, ou encore dans la nuit qui précède un mariage ou une profession monastique.

Ce qu'on appelle la crainte de Dieu n'est pas une peur ordinaire, mais elle se rapproche davantage de la stupéfaction, de l'émerveillement et de l'exaltation en voyant notre monde familier se déconstruire et se transformer. C'est la révélation de nouvelles façons d'être dont nous n'avons pas conscience ou dont nous doutions auparavant. Les paraboles de Jésus réalisent cette révélation par leur exagération, proche de l'absurdité. [...]

Pourtant, une fois que nous avons accepté cette révélation de l'inconnu, nous ne ressentons pas l'angoisse et l'insécurité que nous craignons et évitons, mais une nouvelle forme de paix et la certitude mystérieuse de

la foi. Il existe une autre façon de concilier l'imprévisibilité réelle et effrayante de la vie avec le calme et l'humour pour s'adapter aux circonstances. On la trouve par la méditation, en prenant l'habitude de la pauvreté et de l'impuissance et en découvrant que ces qualités de la conscience ne sont pas cause de peur psychologique, mais sont l'antidote à toutes les sortes de crainte, à l'exception de la crainte de Dieu.

En disant le mantra, nous reconnaissons et acceptons la confusion de notre esprit et de notre vie. Nous finissons par devenir sans peur. Nous traversons le champ de mines de la vie d'un pas plus léger. Dans cette acceptation, nous commençons à voir qu'il y a dans le chaos un potentiel et une direction. Nous nous rappelons que l'Esprit de Dieu peut faire ce que ne peuvent pas faire les conseillers en gestion. Il sort le cosmos du chaos et place l'expérience de la créativité bien au-dessus de la compulsion du contrôle.

Méditez pendant trente minutes

Rappelez-vous : Asseyez-vous. Restez immobile et le dos droit. Fermez doucement les yeux. Soyez détendu mais vigilant. En silence, intérieurement, commencez à dire un mot unique. Nous recommandons le verset de prière « Maranatha » qui signifie « Viens, Seigneur » en araméen. Récitez-le en détachant chaque syllabe. Ecoutez-le tout en le disant, doucement, mais sans discontinuer. Ne retenez et n'entretenez aucune pensée, aucune image, spirituelle ou autre. Laissez passer les pensées et les images qui surgissent. Ramenez simplement votre attention – avec humilité et simplicité – sur la répétition intérieure de votre mot dans la foi, du début à la fin de votre méditation.

Après la méditation

Padre Pio, Conseil de prière.

Prie et espère.

Ne t'agite pas ;

L'agitation ne sert à rien.

Dieu est miséricordieux et il écoutera ta prière.

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

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

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

rubrique *ressources*.

Sites de nos amis québécois : www.meditationchretienne.ca, et de nos amis belges : <http://wccm.be>. Ils sont riches en ressources complémentaires en français. Site international (en anglais) : www.wccm.org, avec de nombreuses informations sur la méditation et les activités de la communauté dans le monde. Pour la pratique de la lectio divina, vous pouvez consulter les lectures quotidiennes de la liturgie sur le site www.levangileauquotidien.org