

Un mot, une piste de réflexion : MEDITATION (Joëlle et Roger GAUD)

MÉDITATION

– Méditation...

– Ce n'est pas un sujet dont il est facile de parler, car de nos jours, on voit sur Internet des pratiques très diverses en matière de méditation... Et il est très clair que dès qu'il s'agit uniquement de vider son esprit, on n'est pas dans le domaine de la méditation chrétienne.

– A quoi reconnaître une méditation qui serait dite « chrétienne »?

– Parlons de la méditation telle qu'elle est pratiquée traditionnellement chez les catholiques, car je ne suis pas une spécialiste de l'hésychasme, cette prière silencieuse des moines orthodoxes qui répètent sans cesse « Seigneur Jésus, aie pitié de moi pécheur ». Nous, nous allons parler de la méditation chrétienne qui se nourrit de la Parole de Dieu.



– Oui, car il existe plusieurs conceptions de la méditation.

– Oui, il arrive parfois qu'on la confonde avec l'oraison, la méditation du Rosaire est elle aussi une forme de méditation centrée sur les mystères de Jésus et Marie.

– Alors, qu'est-ce que la méditation qui se nourrit de la Parole de Dieu ?

– Le Catéchisme de l'Église catholique en parle comme d'une forme de prière, une entrée en contact avec Dieu à partir de Sa Parole. La méditation est souvent associée à la Lectio divina, qui consiste à méditer à partir de la lecture des Écritures.

– Comment s'approprier un texte de la Parole de Dieu, pour pouvoir le méditer ?

– S'en imprégner d'abord en le mâchant, en le ruminant. Jésus nous dit en Jn14,23 « Si quelqu'un m'aime, il gardera ma parole ».

– – Garder la Parole de Dieu, la conserver, oui, mais où ?



– Dans sa mémoire, dans son coeur-mémoire. Saint Augustin disait que la lecture des Ecritures est comme manger quelque chose et que la méditation est comme ruminer quelque chose. Et, quand on demande à Mgr Le Gall comment les moines occidentaux méditent, puisqu'avant d'être évêque, il était moine, il répond, « les moines sont des ruminants de la Parole de Dieu. »

– Va-t-il falloir reprendre le principe de la rumination chez les bovins ?

– Peut-être juste dire qu'il s'agit de s'arrêter, à un moment, pour savourer cette parole, pour la répéter, la redire à

voix haute, pour l'écouter avec les oreilles que l'Esprit Saint nous donne, car nous avons prié l'Esprit Saint auparavant, avant de commencer la lecture, pour qu'Il ouvre les oreilles de notre cœur. Et l'Esprit Saint fait qu'à un moment, un mot vient prendre une saveur plus particulière et me parle, à moi personnellement, et me permet d'entrer en contact avec Dieu.

– Et on se trompe donc quand on a parfois l'impression qu'on connaît un texte tellement bien qu'il n'a plus rien à nous dire ?

– Oui, Rabbi Ismaël, un rabbi juif des premiers siècles disait : » Point n'est comparable celui qui répète la Parole pour la centième fois à celui qui répète la Parole pour la cent et unième fois. »



– Alors, quand commence la méditation de la Parole de Dieu ?

– A chacun de voir. On commence par lire un passage avec notre intelligence, bien sûr, on se demande ce qui est raconté au sens littéral, historique... puis on s'arrête sur le sens spirituel que peut avoir le texte. On peut s'arrêter aussi sur le niveau personnel que prend pour moi le passage que j'ai lu. Et je peux alors essayer de répondre aux questions suivantes: Qu'est-ce que Dieu me dit aujourd'hui à travers ce passage? Qu'est-ce qu'Il me promet?

– Ou quel défi est-ce que je vais relever pour aujourd'hui?

– Oui...Et puis, il se passe quelque chose qui est de

l'ordre de la grâce de la prière. Un instant, mon attention peut encore adhérer au texte, je laisse s'imprimer une image, une scène, un personnage. Et puis « ma prière se fait pauvre » dit le Père carme Jean Lévêque « seuls rebondissent, de loin en loin au fond du cœur, quelques mots qui nous disent Dieu ou qui nous disent à Dieu. »

– Là, on arrive à un autre niveau, qui n'est même plus en lien avec le texte qui a été lu.

– Oui, c'est le « vrai » lieu de la rencontre, où il n'y a même plus de mots, où Dieu peut me parler ou ne pas me parler, où je goûte juste le bonheur de sa présence.

– La contemplation. « Je L'avise et Il m'avise. Je le regarde et Il me regarde » , comme avait dit un paroissien au curé d'Ars, quand le curé d'Ars lui avait demandé ce qu'Il disait au Seigneur quand il restait si longtemps devant le Saint Sacrement.

– Oui, c'est ça.

– De la méditation à la contemplation....