En quoi consiste exactement la méditation ?

De quoi nous occupons-nous lorsque nous nous asseyons et fermons les yeux pendant une demi-heure ?

Nous sommes un groupe de personnes qui pratiquons de manière quotidienne la méditation, et cela dans une perspective dite "chrétienne". Mais pourquoi qualifier cette pratique de "chrétienne" ?

Selon les plus anciens témoignages de la tradition chrétienne – mais également dans bien d'autres traditions –, les dimensions constitutives de l'être humain sont au nombre de trois : le corps, l'âme et l'esprit.

Mais quelles réalités recouvrent ces trois termes ?
Comment les comprenons-nous aujourd'hui ?
Correspondent-ils à notre expérience personnelle ?
Ne serait-il pas utile de réexaminer plus en profondeur notre conception de l'humain ?

Cette journée sera consacrée à éclaircir la vision que nous avons de nous-mêmes à partir de l'anthropologie spirituelle du christianisme des origines.

Durant la matinée (9h-11h30), nous nous attacherons à distinguer convenablement en nous ce qui appartient au domaine psychologique.

L'après-midi (14h30-17h), nous mettrons en perspective ce qui relève du domaine spirituel.

Chacun de ces temps sera suivi d'un moment de « questions - réponses ».

Munis de ces informations, nous terminerons cette journée en nous penchant sur la méditation, sur les diverses modalités selon lesquelles nous pouvons la pratiquer et sur les bénéfices que nous pouvons en espérer.

Nous nous séparerons après un temps d'échange à propos de la question :
« Avec quoi je repars, qu'ai-je le désir de partager ? »

Venez pratiquer et ressentir par vous-même.
Nous serons heureux de vous accueillir, quel que soit l'horizon qui est le vôtre.

Samedi 18 juin 2022

Centre œcuménique Saint-Marc

6 avenue Malherbe – 38100 Grenoble

9 h – 11 h 30 1re partie : la face psychologie	**14 h 30 – 17 h** 2e partie : la face spirituelle

Communauté mondiale pour la méditation chrétienne – wccm.fr