

La méditation de la Parole de Dieu

Les obstacles à la méditation

Aides et obstacles

Nous démolissons les raisonnements et toute hauteur qui s'élève contre la connaissance de Dieu, et nous nous emparons de toute pensée pour l'amener, captive, à l'obéissance de Christ. (2 Co 10.4b-5)

Nous avons compris l'importance de la méditation et son rôle moteur dans l'édification et la sanctification. La méditation apparaît comme le lien vital (ou le chaînon manquant !) entre la lecture de la Parole de Dieu et la vie, l'expérience réelle, du disciple de Jésus. Pour que notre vie devienne une expérience vécue avec la Parole, guidée par l'Esprit de Dieu, nous ne pouvons pas nous passer de cet « exercice spirituel » qui consiste à murmurer, ruminer, digérer, redire, repasser les Écritures.

À l'époque de l'« explosion numérique », nous avons à disposition une foule de ressources qui pourraient nous aider à mieux méditer la Bible. Plus de 60 % des foyers français sont connectés à Internet, la plupart en haut débit, ce qui leur donne accès à une multitude de sites web et de blogs où des chrétiens partagent leurs méditations. Par ailleurs, nous avons facilement accès à une multitude de livres, à des enregistrements audio, à des vidéos et des DVD, à des outils d'étude sur CD-ROM, à des chants chrétiens... Les chrétiens méditent-ils plus et mieux pour autant ?

Avant d'aborder (dans les études à venir) *comment* mieux profiter de notre méditation personnelle de la Bible, réfléchissons d'abord aux pièges et obstacles que notre style de vie actuel sème sur le chemin.

Trop, trop facilement...

- Quel danger peut représenter pour nous le fait d'avoir tant d'informations, « à portée de clic », à portée de main, à tout moment ?

Pourquoi mémoriser, repasser dans son cœur, s'appropriier des informations qu'on pourra toujours retrouver facilement dans le grand réservoir numérique ? Il y a le danger de voir s'installer une certaine paresse spirituelle. « Nous avons l'habitude de télécharger, de stocker et de diffuser les contenus médiatiques, *pas de les méditer.* »¹

Si nous pouvons tirer grand profit des méditations de nos frères et sœurs en Christ, personne ne peut vraiment méditer la Parole à notre place. Ta méditation est unique parce que par elle, toi (avec ton caractère et ton parcours uniques), tu intègres, tu intériorises, tu assimiles les *paroles de la vie éternelle*.

Méditer ou contempler ?

- En quoi l'omniprésence de l'image peut-elle gêner la méditation au sens biblique ?

« Une image vaut mille mots », il paraît que c'est Confucius qui l'a dit ! Même si on parle couramment de « méditer » devant une image (ou devant un coucher de soleil), le mot juste est plutôt « contempler ». L'image « évoque » des souvenirs, des idées, ou suscite des émotions. Elle est aussi ambiguë qu'éphémère. Elle ne saurait transmettre la vérité (une même image évoquera des idées très différentes, voire opposées, chez deux personnes). S'abîmer dans la contemplation d'une image, c'est le plus souvent s'éloigner de la méditation véritable, celle qui permet au Saint-Esprit de

¹ Dominique Angers, *Le Forum de Genève*, vol. 12, n° 3, p. 3.

Les obstacles à la méditation

nous transformer.

Il y a une différence entre des images qui défilent et des mots qui s'enchaînent. La méditation chrétienne est méditation des paroles de la Parole, pour mieux connaître et aimer son auteur.

Méditer prend du temps !

- Quels sont les divertissements (ou les distractions !) qui grignotent ou dévorent notre temps ?

L'homme sans Dieu invente sans cesse de nouvelles manières de « se distraire », de masquer le vide intérieur. Ses divertissements nous sont aussi offerts et viennent concurrencer les autres activités auxquelles nous voulons nous livrer. La méditation se trouve en concurrence avec tant d'autres choses : la télévision, la radio, la musique qu'on emporte partout (baladeurs mp3), le cinéma, le téléphone portable, les « réseaux sociaux » d'amis virtuels, les jeux vidéo... Pour méditer aujourd'hui, il faut vraiment le vouloir ! Pour méditer, il faut aller à contre-courant de ce que notre culture propose ou même impose.

Mais nous ne pouvons pas nous cacher derrière le trop-plein des possibilités de divertissement pour justifier un manque de méditation. Il y a un combat à mener, un combat intérieur, dans notre cœur. Le verset cité en introduction nous rappelle qu'il y a des raisonnements à renverser ou à démolir. Il y a un travail à faire, avec l'aide du Saint-Esprit, pour *reprendre notre pensée en main*. Il sera toujours plus facile de céder au divertissement que de se regarder dans le miroir de la Parole de Dieu pour comprendre où on en est et ce que le Seigneur veut faire de nous !

C'est Jacques, dans son épître, qui emploie l'image du miroir. Voilà ce qu'il écrit :

Mettez la Parole en pratique ; ne vous contentez pas de l'écouter, en vous abusant vous-mêmes. En effet, si quelqu'un écoute la Parole et ne la met pas en pratique, il est semblable à un homme qui regarde dans un miroir son visage naturel et qui, après s'être regardé, s'en va et oublie aussitôt comment il était. Mais celui qui a plongé les regards dans la loi parfaite, la loi de la liberté, et qui y demeure, non pas en écoutant pour oublier, mais en mettant en pratique – en faisant œuvre –, celui-là sera heureux dans sa pratique même. (Jc 1.22-25)

La méditation est le chemin qui mène de l'écoute à la mise en pratique.

- À méditer : « ... tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos dans une chambre. »²