

Prenez le Temps de Méditer

***« Au reste, frères, toutes les choses qui sont vraies, toutes les choses qui sont vénérables, toutes les choses qui sont justes, toutes les choses qui sont pures, toutes les choses qui sont aimables, toutes les choses qui sont de bonne renommée, s'il y a quelque vertu et quelque louange, que ces choses occupent vos pensées: ce que vous avez et appris, et reçu, et entendu, et vu en moi, faites ces choses, et le Dieu de paix sera avec vous »
(Philippiens 4:8-9).***

Les commencements et les fins sont importants. Nos vies se déroulent dans le contexte d'un commencement, la naissance, et d'une fin, la mort. Au sein de ce laps de temps, nous vivons des cycles d'heures, de jours, de semaines, de mois et d'années. Parfois, nous subdivisons les heures en minutes ou les mois en trimestres ou semestres. Toutes ces périodes ont un début et une fin, qu'il s'agisse de faire cuire un œuf ou de préparer un diplôme. La manière dont nous commençons, progressons et terminons est primordiale. Et cela relève de la réflexion et de l'inattention.

Au début de l'Évangile selon Matthieu, nous faisons la connaissance de Joseph, un homme réfléchi, confronté à une situation inattendue lorsqu'il découvre que sa future épouse est enceinte. Ensuite, nous commençons à comprendre pourquoi Dieu a choisi Joseph pour être le gardien de son Fils à la lecture de ces simples paroles : « Mais comme il méditait à ces choses » (Matthieu 1:20), ce qui suit est la révélation et la direction de Dieu.

À la fin de l'Évangile selon Luc, nous lisons le récit des deux disciples pensifs qui rentrent chez eux à Emmaüs et s'entretenaient « ensemble de toutes ces choses qui étaient arrivées » (v.14). Et il arriva, « comme ils s'entretenaient et raisonnaient ensemble, que Jésus lui-même s'étant approché, se mit à marcher avec eux ».

Paul énumère des « choses » sur lesquelles méditer : des choses qui sont pures, aimables, quelque vertu et quelque louange. Méditer, c'est faire preuve de réflexion, penser attentivement, en vue de mettre en pratique les enseignements tirés de ce processus. La présentation de ces bonnes choses ne laisse aucune place à la contemplation de ce qui est impur, odieux, immoral et indigne.

Dieu le Père révèle à deux reprises du haut des cieux sa joie en son Fils

(Matthieu 3:17, 17:5). Jean-Baptiste nous invite à la contemplation, à la méditation profonde sur le Fils de Dieu, en Jean 1:36: « Regardant Jésus qui marchait, il dit: “Voilà l’Agneau de Dieu !” ». Dans notre passage, Paul nous exhorte également à méditer sur l’exemple de sa vie et de son enseignement, et nous promet qu’en agissant ainsi, nous ressentirons la présence du Dieu de paix.

En Hébreux 13: 7, il écrit aussi: « Souvenez-vous de vos conducteurs qui vous ont annoncé la parole de Dieu, et considérant l'issue de leur conduite, imitez leur foi ».

Les conséquences concrètes de cette méditation influencent notre façon de vivre. Notre comportement et nos décisions sont guidés par notre Sauveur et éclairés par le bon exemple de ceux qui veillent sur nos âmes. Cela apaise aussi nos journées, nous permettant de commencer par rechercher la pensée du Seigneur pour ce qui nous attend, de progresser et de nous adapter au fil de chaque journée, et, à la fin de celle-ci, de réfléchir et d'apprendre de notre expérience avec des cœurs reconnaissants.

Gordon D Kell