

LES ECHOS DE SAINT-MAURICE

Edition numérique

Méditation / J. D

Dans *Echos de Saint-Maurice*, 1903, tome 5, p. 104

© Abbaye de Saint-Maurice 2010

Méditation

Plus que jamais nous devons apprendre à méditer. Plus que jamais, en présence de ce flot toujours montant de lectures insignifiantes ou funestes, nous devons réunir et précieusement garder notre puissance de jugement, notre pouvoir de réflexion, trop souvent sacrifiés au jeu désordonné de la mémoire qui succombe sous le fardeau dont nous l'accablons.

C'est une des caractéristiques déplorables de notre époque, ce gaspillage des facultés profondes de l'esprit, les seules qui doivent être cultivées parce qu'elles sont les seules qui importent. Que nous sert d'accumuler les connaissances sur les connaissances ? d'apprendre et de retenir — ou d'oublier, ce qui est plus souvent le cas — tant et tant de choses diverses ? d'étendre, en les dispersant, les forces de l'intelligence ? S'il est tout à fait utile et nécessaire de développer et d'orner la mémoire, il est funeste et dangereux de lui abandonner le gouvernail, car l'esprit ne s'assimile et ne possède véritablement que ce qui a été soumis au crible de la réflexion.

On ne saurait s'entraîner trop tôt à cet exercice de la pensée par lequel on arrive à la fixer sur une idée, à envisager cette idée sous ces aspects différents à la comparer à d'autres du même genre, à la juger, en un mot, avec l'aide du raisonnement, et enfin à l'admettre ou à la rejeter pour des causes que l'on puisse s'expliquer à soi-même.

C'est un effort difficile, qui exige un entraînement suivi. Car, il n'est pas aussi aisé qu'on le croit quelquefois de fixer la pensée sur une idée. Là est tout le secret des volontés fortes, de celles qui ne connaissent pas la défaite ; là est aussi le talisman merveilleux qui dirige et soutient l'âme dans ses élans vers la Divinité.

Celui qui ne sait pas méditer ne sait pas prier de cette prière supérieure, de cette prière libre de toute aspiration égoïste, de tout désir terrestre et qui est l'union mystique de la créature avec son créateur... car c'est par la méditation seule, que l'esprit apprend à se dégager entièrement de l'ambiance, qu'il s'élève au dessus des préoccupations journalières, et qu'il demeure tout entier occupé de l'objet de ses réflexions sans qu'aucune pensée étrangère puisse venir remplacer celle qu'il a choisie. C'est seulement à ce moment, lorsqu'il a acquis le contrôle parfait sur ses idées, lorsqu'il est le maître de ses pensées, que l'homme peut véritablement prier.

Deux minutes de méditation pour une minute de lecture — dit le philosophe indien. Ce qui signifie que l'on doit méditer deux fois autant qu'on lit. Il faut tout naturellement, que le sujet en vaille la peine, et il n'est pas question de méditer sur tout ce qu'on lit ; ce qui serait inutile et d'ailleurs impossible, mais quel plus beau sujet de méditation que Dieu et sa miséricorde !

J. D.