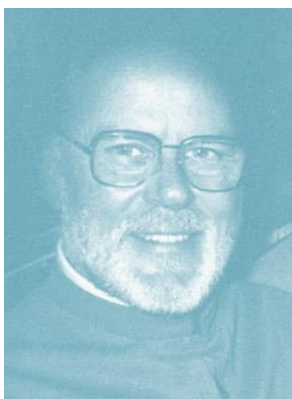


Qui est John Main?

Un guide spirituel de la méditation chrétienne



John Main est né à Londres en 1926 dans une famille catholique irlandaise. Après ses études, il s'est engagé dans l'armée durant les dernières années de la Deuxième Guerre mondiale. Ensuite, il s'est joint à un ordre religieux pendant environ deux ans puis il le quitte et il est allé étudier le droit à Trinity Collège à Dublin. Une fois diplômé, il est entré au ministère anglais des Affaires étrangères; il fut affecté en Malaisie auprès du Gouverneur et il étudia le chinois.

Un jour, on l'envoya rendre visite à un moine hindou qui dirigeait un orphelinat et un ashram dans la banlieue de Kuala Lumpur. Une fois traitées les affaires officielles, il entama une conversation sur la spiritualité et il réalisa aussitôt qu'il était en présence d'un saint homme éclairé dont la foi profonde constituait la source d'énergie et l'inspiration de son travail de compassion et de réconciliation. John Main apprit de ce moine une façon simple de méditer qui consistait à réciter avec ferveur un mantra deux fois par jour, avant et après le travail. Semaine après semaine, il est retourné voir le moine, a médité avec lui et, par cet engagement, s'est imprégné de la discipline du silence, de l'immobilité et de la simplicité. Après son retour en Europe où il a enseigné le droit international durant quelques années, John Main est devenu moine bénédictin à Londres.

Quelques années plus tard, à la suite de la lecture des enseignements des premiers moines chrétiens, les Pères du désert et, en particulier, des conférences de Jean Cassien, il a été ramené sur le chemin de la méditation. Il a découvert la tradition chrétienne du mantra et il a entrepris de l'enseigner à partir du contexte des Écritures et de la théologie.

En 1977, il quitte Ealing Abbey pour fonder le Prieuré bénédictin de Montréal, une communauté de moines et de laïcs qui devint le foyer d'une fraternité internationale de prière et de méditation. Il est l'auteur du best-seller « **Un mot dans le silence, un mot pour méditer** ».

John Main est considéré comme un des grands maîtres spirituels de notre époque. Son enseignement, sur la méditation chrétienne, aborde les multiples aspects de cette forme de prière : l'usage du mantra, l'initiation au silence, l'immobilité du corps, le lâcher prise et le détachement de distractions.

Pour lui, la méditation est une démarche d'une absolue simplicité qui ne requiert qu'une seule qualité : **vouloir sérieusement apprendre à méditer**.

John Main est mort en 1982, au Canada, dans une petite communauté d'où son enseignement a commencé à se répandre à travers le monde. Son œuvre se perpétue grâce à la Communauté mondiale de méditation chrétienne, constituée en un réseau de 25 centres de méditation chrétienne et de centaines de groupes de méditation qui se réunissent chaque semaine à travers le monde, et grâce au Centre international établi à Londres.

