



El nacimiento de una nueva sanidad

Laurence Freeman reflexiona sobre cómo la atención y la quietud ayudan a recuperar el arte de una vida equilibrada



El P. Laurence meditando con un estudiante en la escuela La Florida, ciudad de México

La bendición de Bonnevaux



El nuevo hogar internacional de nuestra Comunidad organizó el 21 de noviembre una ceremonia de bendición e instalación de un icono de Juan Casiano presidida por el arzobispo de Poitiers, Monseñor Pascal Wintzer. Fue el comienzo de una nueva etapa para la WCCM.

Lee más en la página 6.

En este número:

7 Noticias

Comentarios del 4° Congreso Internacional de Oblatos en Roma

8 Noticias

Laurence Freeman en un verdadero Tour de Meditación en Trinidad & Tobago

11 En foco

Vladimír Volráb, de la República Checa, comparte cómo John Main cambió su camino



Una carta de Laurence Freeman, OSB

Queridos amigos,

Acabo de regresar a casa de un viaje a México. Mi primera mañana allí me dio el desafío y el placer de meditar con miles de niños en un gran auditorio de la escuela. Les hablé en dos grupos, cada vez más jóvenes, pero la calidad del silencio que compartimos fue la misma en ambas sesiones. Han sido bendecidos con una escuela y maestros que comprenden el valor de la meditación para los jóvenes y que no solo la han agregado a su agenda diaria, sino que también han permitido que impregne la vida de la escuela. Los frutos son muy evidentes.

En mi última mañana en Ciudad de México, me reuní y medité con un grupo de líderes empresariales en una sesión de desayuno en un elegante club. Creo que estaban más sorprendidos que los niños ante la idea de meditar juntos, pero respondieron bien: no hay nada como la experiencia en sí para que uno vea cuán normal y sana es la meditación. Les dije a los niños que ellos son los líderes del futuro y que pronto heredarán los graves errores de la generación de sus padres. La conciencia y el equilibrio que ya están encontrando en la experiencia contemplativa serán esenciales para su manera de enfrentar los problemas globales y personales de sus vidas. Les dije a los líderes empresariales lo que he llegado a creer firmemente, que no se asume una responsabilidad mayor en sus hombros estresados que la de los líderes que recuperan su carácter infantil en la experiencia de la contemplación.

El prototipo del monje cristiano Antonio del Desierto habla hoy a jóvenes y adultos a lo largo de diecisiete siglos de evolución humana. "Se acerca el momento", dijo, "cuando las personas se vuelven locas y cuando ven a alguien que no está enojado lo atacan diciendo "estás loco, no eres como nosotros". Antonio pronunció estas palabras no muy lejos de la mezquita en el Sinaí, donde 305 devotos fueron masacrados recientemente por militantes islamistas. Las víctimas eran sufíes, los contemplativos del Islam, los más pacíficos y gentiles en sus enseñanzas y vidas. Las palabras de Antonio y la locura de nuestro tiempo nos recuerdan cuán urgente es la necesidad de recuperar la perspectiva contemplativa que tenemos en algún lugar perdido en nuestra marcha global de progreso. Pero así ha sido siempre. La historia de la Natividad evoca no solo la alegría del nacimiento de Jesús, que todavía está cambiando la existencia humana, sino también la locura en la que nació y en la que todavía vivimos. La matanza de los inocentes por el tirano Herodes y el testimonio del primer mártir, Esteban, son ambos recordados cerca de la Navidad. Nos impiden ver la Navidad en la luz sentimental que el consumismo moderno concuerda con nosotros en esta época del año. Un niño recién nacido llena el mundo de felicidad, incluso si el mundo se ha vuelto loco. También evoca la preocupación protectora de los padres y la familia por la salud del niño. Cuando somos más vulnerables, necesitamos comprender lo que realmente significa la salud. 'Sanidad' proviene del latín 'sanus' que significa saludable. Con buena salud, nos sentimos completos, equilibrados, sanos en cuerpo y mente, incluso si estamos sufriendo o estamos muriendo. La cordura significa aceptar y dar sentido a todo el espectro de la vida, lo doloroso y lo placentero. Esta total aceptación y claridad nos permite vivir y morir sanados. John Main dijo que la cordura y el equilibrio significan "conocer el contexto en el que vivimos". Es por eso que estamos obligados a saber lo que está sucediendo a nuestro alrededor. Como muchos quizás, hace poco me sentí tentado de dejar de escuchar las noticias, los fracasos de los políticos egoístas, el lado oscuro de la humanidad derramando su furiosa oscuridad sobre los inocentes, la avaricia y la corrupción de las corporaciones, los cárteles mexicanos que dan escuelas y servicios sociales a aldeas y pueblos pobres y asesinan despiadadamente a aquellos y sus familias que se resisten a ellos. Pero, para estar cuerdos, debemos reconocer y enfrentar nuestra propia locura y la del mundo. Comprender la contemplación nos ayuda a ver esto en términos más inmediatos y experienciales. Si vamos a estar atentos a la realidad, tenemos que ver, ser conscientes de nuestra falta de atención y de todo el desorden que crea a nuestro alrededor y entre nosotros. Esto ayuda a traer la idea de Dios a la tierra.



Niños meditando en la escuela La Florida, ciudad de México

"Buscar a Dios", como dice San Benito, significa más que pensar o imaginar a Dios. Significa, más pura y simplemente, prestar atención. La vida de atención es una vida piadosa. Revierte el desorden y restablece el orden y la armonía en nosotros mismos y en las relaciones que nos componen. Ser desprovistos de atención, ignorantes de nuestra egoísta falta de atención, es un estado de pecado del cual somos redimidos por la experiencia del amor, que nos golpea cuando somos despertados por una fuente de atención dirigida hacia nosotros en toda nuestra indignidad y demencia. El despertar a una vida más atenta y consciente es una iniciación en el autoconocimiento y así en el conocimiento de Dios. El autoconocimiento, la tradición contemplativa nos enseña, es más que autoestima o simplemente sentirse bien con nosotros mismos. Se siente bien porque podemos vernos a nosotros mismos como nosotros realmente somos. La humildad como esta es un gran recurso para atravesar la locura. La mera autoestima a menudo oculta la dependencia de los demás. Cuando me rechazan o desprecian, me retiro, reacciono, gorjeo mis sentimientos ante el mundo y rechazo violentamente el rechazo que siento. La sabiduría contemplativa expone la locura de esta respuesta. Aún más (esto lo hace parecer loco para muchos), reconoce las ventajas de sufrir el rechazo. El ego se purifica y se reduce y el espacio que excava en nosotros permite que el espíritu se expanda. A nadie le gusta la cruz, pero tenemos que aprender a abrazarla. Se siente como una entrada a una nada que se confunde fácilmente con la muerte simplemente porque no comprendemos la naturaleza de la muerte, y no la vemos como la combinación de pérdida y transformación. Los iluminados, incluso tan diferentes como Francisco de Asís y Simone Weil, entienden las ventajas de la Cruz.

Un estudiante de una Maestría en Administración de Empresas que aprendió meditación, que me dijo que no tenía "un hueso religioso en mi cuerpo", me preguntó si podía escribir su primer ensayo sobre la Noche Oscura. Me pregunté por qué y dónde una persona irreligiosa podría enterarse de este término, y mucho menos interesarse en comprenderlo. La meditación lo había enseñado rápidamente por experiencia directa. Su conclusión, comparando la atención plena (Mindfulness) y la meditación, era que la atención plena no lo llevaría a la noche oscura, pero seguramente la meditación lo haría. En la película de ciencia ficción del futuro, Interstellar, hay una escena dramática donde los astronautas sumergen su nave en un agujero negro. El mismo nombre que le damos a este fenómeno indica nuestra ignorancia sobre él y el temor que produce la ignorancia. En la película, sin embargo, el agujero negro, aunque ciertamente un poco aterrador, conduce a nuevas dimensiones de la realidad. Las preocupaciones y emociones humanas, el amor y la gravedad, sobreviven a la transición, pero las formas en que vemos la realidad y experimentamos toda la experiencia son completamente transformadas. Esta misma transformación ocurre a través de la práctica de la meditación, mucho menos aterradora. Allí descubrimos que la pobreza radical de espíritu que ingresamos a través de la pérdida de "todas las riquezas del pensamiento y la imaginación", como lo llamaban los monjes del desierto, nos permite despertar a la nueva dimensión que Jesús llamó simplemente el "reino".

El reino, como el ser humano, es inobservable. Se encuentra en una dimensión de realidad más allá de los confines de la autoconciencia ordinaria y nuestra ilusión persistente de "objetividad". Aunque esto puede parecer abstracto y sutil, sin duda los niños lo experimentan e incluso pueden entenderlo más fácilmente que nosotros con nuestras mentes orientadas a los negocios. El yo siempre es invisible, aquello que 'nadie ha visto o puede ver'. Por el contrario, nuestra personalidad es la mayor parte del tiempo demasiado visible. Lo miramos en el espejo de la mente todo el tiempo. Pero no podemos ver la conciencia. La conciencia es ver. En la dimensión de la realidad que llamamos contemplación, sabemos lo que está más allá del conocimiento a través de un trabajo de desconocimiento, la destitución de la mente conceptual y creadora de imágenes. Aprendemos que podemos saber sin estar siempre atrapados como observadores. Más que la autoconciencia, que es necesaria para llevar a cabo tareas mecánicas de manera eficiente, el autoconocimiento nace en medio de las labores de la conciencia y nos despierta al hecho de que estamos en un viaje. Este viaje abarca dimensiones de la realidad y las etapas del desarrollo humano. Sin embargo, por diferentes que sean estas dimensiones y etapas, el viaje es uno y su unidad irreductible es el significado del yo.

La atención requiere lo que nuestro mundo ha sacrificado para la adquisición de la velocidad: quietud. Es posible moverse rápido y permanecer quieto, en un estado de atención; San Benito nos dice que "sigamos el camino de los mandamientos del Señor" y que "la ociosidad sea enemiga del alma". La vida contemplativa no se trata de inercia. Por supuesto, la velocidad a la que uno corre y permanece ocupado variará con los temperamentos individuales e incluso con los tiempos de necesidad más elásticos y energéticos de reducir la velocidad a un punto muerto, del mismo modo que todos necesitamos un espacio para la soledad emocional. Pero la vida moderna, secuestrada por nuestra tecnología en el rescate de nuestra espiritualidad, ha perdido el arte de la vida equilibrada y la sabiduría para saber lo que esto significa. Sorprendentemente para los tipos de movimiento rápido, la quietud es energizante para el cuerpo y la mente. Al principio de este viaje, casi desde el principio (aunque puede haber una fase de luna de miel), se hace evidente que no solo estamos en la relajación o el control del estrés.

Necesitamos lidiar con los conflictos internos y las contradicciones que la vida distraída mantiene encubierta. Pronto vemos que no hay nadie a quien culpar excepto a nosotros mismos. Incluso a aquellos que han sufrido injusticias se les niega el lujo de seguir siendo una víctima. Esto puede sonar duro, pero es lo que toda terapia está diseñada para mostrar, incluida la poderosa influencia terapéutica de una práctica contemplativa diaria. Del mismo modo, debemos renunciar a un prolongado estado de desaliento (acedia) ya que esto llevaría eventualmente lejos de la experiencia revitalizante de la quietud y directamente hacia los apartados del estancamiento.

La soledad, también, una de las enfermedades del alma más corrosivas de nuestra era, necesita ser enfrentada y reevaluada. La meditación lo vuelve a convertir en la soledad a partir de la cual se genera toda relación consciente y viva. La soledad es el fracaso de la soledad. Estos y muchos otros elementos del trabajo de contemplación nos muestran que el trabajo es un entrelazamiento constante de arrepentimiento y crecimiento. Metanoia es el camino estrecho hacia el reino, un giro de nuestra atención y, por lo tanto, de todos los estados mentales. Este pivote es continuo. Exige una fuerte autoconciencia de nuestras faltas y fallas, pero nos libera de la culpa persistente o el auto rechazo. De la autocrítica surge un sentido más verdadero de nuestro potencial y valor esencial. Venimos a ver nuestro potencial real a la luz de nuestros fracasos aceptados y no a la luz de la fantasía. Sin una gran capacidad de atención, el centro se pierde y las cosas comienzan a desmoronarse. Se necesita más y más energía para mantener unidos los elementos de desintegración. La vida comienza a sentirse, como lo hace hoy en día, como una lucha interminable sin significado válido. Sin embargo, la atención cambia todo esto rápidamente. Despierta la experiencia del ser no diluida y no distraída. Para la persona distraída, esta experiencia se siente al principio como si nada llevara a ninguna parte. En cierto sentido, lo es. Pero tomará tiempo para apreciar el significado de la experiencia: y luego uno ve que no hay ningún lugar aquí. Entonces, podemos volvernos sensatos y ayudar a otros a hacerlo. Incluso con el mundo continuando en la locura, las personas cuerdas pueden marcar la diferencia, especialmente si recuerdan lo que era estar loco. En la sabiduría cristiana, la contemplación se siente como un don o una gracia, no como el resultado de la fuerza de voluntad, la erudición, la imaginación o la tecnología espiritual. Sin embargo, debido a que la contemplación implica una participación cada vez más plena en la realidad, no la distancia de un observador, sí pide un "esfuerzo correcto". Necesitamos hacer algo para aprender lo que es ser. Entonces el ser se muestra como una acción pura y volvemos al mundo mundano del trabajo con una nueva motivación y perspicacia.

Incluso con el mundo continuando en la locura, la gente cuerda puede hacer la diferencia

Meditamos para ser contemplativos, que es un fin en sí mismo. Casi todo en nuestro mundo se ha convertido en un instrumento, una herramienta para lograr algo más, ya sea la fama, el dinero o la autogratificación. Todas las corrientes de la sabiduría humana coinciden en que la contemplación es un fin en sí misma y se justifica a sí misma. Lo que fluye de ella, compasión y sabiduría, debe emerger de esta actitud no instrumentalista. La contemplación convierte las toxinas de la locura en medicina. Siempre es de mente abierta y de corazón abierto y se aleja de las opciones ideológicas o sectarias. En esto, la religión y la ciencia coinciden en el valor de la mente contemplativa. 'Contemplación' contiene la palabra 'templum'. Pero el templum originalmente se refería al espacio en el que se realizaba un ritual o se podía construir una estructura (como un templo), no el edificio físico en sí mismo. La mente meditativa es infinitamente espaciosa y, sin embargo, siempre capaz de agudeza y concentración. Las estructuras suben y bajan, justo cuando los pensamientos y las certezas van y vienen. La amplitud es el Espíritu y, cuando estamos en él, nos separamos de cualquier estructura física o conceptual que ocupe el espacio por el momento. Siempre hay una tensión incorporada entre una estructura y el espacio que ocupa. Entonces, hay una tensión eterna entre la contemplación y la religión. Cuando está en equilibrio, esta tensión protege la cordura. Su colapso presagia la locura. La capacidad de contemplación es innatamente humana. Incluso aquellos que se convencen a sí mismos "No puedo meditar" tienen el don de esta capacidad tanto para disfrutar el presente como para trascender. Los niños y los ateos dan testimonio de la universalidad e incondicionalidad del don de la contemplación. Es, lo sabía Jesús, una verdad a menudo oculta de los sabios y los inteligentes y revelada a meros niños. Nunca es posesión de los religiosos. En un mundo enloquecido, tal recurso tiene una importancia incommensurable.

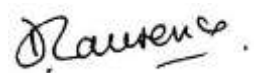
La persona contemplativa canaliza la ira hacia la acción curativa y reconstructiva. Purifica y reforma la religión y nos ayuda a ver qué papel nuevo debe jugar la religión en el futuro. Corrige y sana; no, como muchos remedios que se ofrecen hoy, que nos hacen enojar más. Apreciar el don de la práctica contemplativa (como la meditación) en la propia vida eventualmente lo hará a uno consciente de su valor social también. Su capacidad para cambiar el mundo está demostrada por su capacidad de transformarnos personalmente. Un meditador de nueve años, (una niña pequeña) me dijo recientemente, cuando le pregunté cuándo meditaba en casa: 'Cada vez que tengo una gran pelea con mi hermana'. Reconocer que la ira es desagradable para la persona enojada, pero que también puede curarse internamente es sabiduría. Sabiduría para un mundo violento.

Los síntomas de la conciencia contemplativa que afectan al cuerpo político y las estructuras financieras de la sociedad se pueden expresar en la fórmula clásica de la Revolución francesa secularizada: libertad, fraternidad e igualdad. Sin una mente transformada, estos ideales se deconstruyen rápidamente y no hay un paso más rápido hacia la violencia que tener los propios ideales expuestos como ilusiones. Una mente liberada de sus propias estructuras y sus ilusiones mira a otras personas con amor fraterno y fraternal. A quienes amamos atribuimos valor e importancia igual a la nuestra. Las familias y las comunidades son el laboratorio y el candelabro de esta experiencia del reino. Y a pesar de que pueden generar muchos fracasos y tener todas las fallas de lo común, la sociedad necesita estos grupos sociales seminales para atestiguar una esperanza redentora necesaria incluso en la sombría faz de la locura colectiva. Como joven idealista, me atraía la visión de comunidad creada por la meditación como una "comunidad de amor". He fallado muchas veces y de muchas maneras, pero nunca he perdido la visión o la convicción de que es alcanzable. De ser una visión sostenida por mí y por unos pocos, ha crecido, a través de la comunidad, como una que ahora está integrado en muchas vidas singulares, grupos de meditación, amistades y comunidades nacionales. Tal visión vive o muere en el individuo pero se realiza en el cuerpo de la comunidad.

En la bendición de Bonnevaux, hace unas semanas, sentí que ya estábamos embarcados en una nueva fase de este largo viaje. Es una fase joven, fresca y frágil. Como cualquier cosa joven y en crecimiento, necesita mucha nutrición y cuidado para que madure bien. Cuando sea que Bonnevaux se convierta en el centro de paz y para la paz que rezamos para que sea, un lugar de pensamiento creativo así como de profunda práctica contemplativa, creo que todos los sacrificios que hemos hecho se justificarán. Bonnevaux no puede salvar el mundo. Pero es una manifestación parcial de algo, un movimiento de conciencia, una ola de contemplación, que está barriendo el mundo y que podemos afirmar con confianza puede sacarnos de la locura en una nueva cordura y un nuevo tipo de santidad. En cualquier viaje largo como este, un compañero es una bendición, a veces una necesidad. En lo que se considera el primer trabajo de la literatura, la epopeya de Gilgamesh, compuesta hace más de cuatro mil años en una cultura sumeria, el objetivo de la búsqueda humana se entrelaza con la experiencia de la amistad. Gilgamesh es un joven y fuerte guerrero que se vuelve orgulloso y tiránico. Sus súbditos rezan para obtener alivio éste es enviado en forma de Enkidu, un hombre un tanto salvaje que se convierte en amigo íntimo de Gilgamesh después de que ha sido civilizado y de haber luchado contra Gilgamesh. Se van juntos en una gran misión en el transcurso de la cual Enkidu muere. Gilgamesh está afligido e inconsolable, pero también torturado por el sentimiento de su propia mortalidad. Continúa la búsqueda solo y regresa a su ciudad como un mejor hombre y un líder mucho mejor. Esta épica despierta y retrata los principales temas de la conciencia humana. Nos muestra, por ejemplo, que no podemos madurar solos y que debemos sufrir la pérdida de lo que amamos para alcanzar la trascendencia y la integridad. Uno podría ver en estos dos antiguos amigos, Gilgamesh y Enkidu, elementos arquetípicos del misterio de Cristo, al que el final y el comienzo de cada año, este triste y feliz punto de inflexión del tiempo, invita a prestar una atención profunda. "Dios se hizo humano para que el ser humano se convirtiera en Dios". Esta impactante revelación, repetida por los primeros maestros de la Iglesia, desde los alejandrinos a los Capadocios, nos sumerge en el misterio hermanado de la encarnación y divinización revelada por el nacimiento de Jesús de Nazaret. En él nos vemos a nosotros mismos y al amigo que siempre es otro yo. El trabajo humilde e imperfecto de la contemplación, tan ordinario como la meditación diaria, despierta y transforma nuestro sentido del yo. Arroja una luz iluminadora sobre las escrituras de nuestra propia tradición, así como sobre los textos de sabiduría de los demás. Renueva el lenguaje que necesitamos para expresar y compartir nuestro viaje humano de fe.

Amar a Dios significa más que agonizar sobre la voluntad de Dios y "hacer lo que Él quiere". Evoca la atracción humana por el amor que está impulsado por la capacidad de apartarse de la conciencia en mí mismo y enfocar nuestra atención en el otro. Cuando este despertar está sucediendo, sabemos que no estamos dormidos y que no podemos negar, rechazar o olvidar por mucho tiempo el hecho esencial de ser, que es el verdadero árbitro del bien. Amar es simplemente estar despierto en todo lo que somos y hacemos. El nacimiento es el presente continuo de la realidad. Cristo, como han enseñado los místicos a través de las edades, renace continuamente en nosotros. Se forma a sí mismo en el útero de la conciencia a través del trabajo de reconocimiento y aceptación. Saber que somos reconocidos y conocidos despierta nuestra capacidad de reconocer y conocer. Mientras más crecemos en atención, más humilde se vuelve nuestro deseo de ser conscientes. La auto-formación de Cristo en nosotros es nuestra transformación y nuestro progreso hacia la divinización. A medida que nos volvemos verdaderamente nosotros mismos, podemos entender por qué el cristiano dice: "No vivo más, sino que Cristo vive en mí". El yo que ya no vive es el viejo yo, Gilgamesh antes que Enkidu. El yo que puede decir esto sabe que nunca está solo, pero ahora vive continuamente en la soledad cada vez más profunda de su singularidad.

Con mucho amor,



P. Laurence

NOTICIAS

La bendición de Bonnevaux El inicio de un nuevo camino



Los pasados meses nuestra comunidad ha entrado en una etapa muy especial. El pasado octubre se llevó a cabo la firma oficial del contrato de compra: La WCCM se convirtió en el nuevo “dueño-guardián” del lugar, como dijo en su blog el padre Laurence. Andrew y Delyth Cresswell, quienes renunciaron a su trabajo y vendieron su casa para ser parte del trabajo de la comunidad desde sus inicios, se mudaron a Bonnevaux el día que se firmó el contrato. Ellos cuidarán de la propiedad y la prepararán para la transformación que ahora está en proceso. El 21 de noviembre tuvo lugar una ceremonia de bendición en Bonnevaux con el padre Laurence y el arzobispo de Poitiers, Monseñor Pascal Wintzer. El abad del monasterio de Liguge Dom André-Junien Guérit, estuvo también presente y participó en la instalación del icono de Juan Casiano en la capilla de Bonnevaux.

El icono fue “escrito” para Bonnevaux por Odile van der Hoff, una meditadora holandesa. Otro momento importante fue la bendición de los profesionales involucrados en los trabajos de renovación de Bonnevaux. El coordinador nacional de Bélgica, Jose Pyer, leyó los mensajes enviados por las comunidades WCCM de diferentes partes del mundo.

ONLINE: Puedes ver en línea las diapositivas con sonido del día de la bendición y escuchar los discursos del Padre Laurence y el arzobispo de Poitiers, aquí <http://tiny.cc/bbnvx>. Visita el sitio web de Bonnevaux: www.bonnevauxwccm.org

Nuestra gratitud para Marie O’Leary



Marie O’Leary, de Perth, Australia, era (y seguirá siendo a pesar de su muerte al inicio de este año) un miembro amado de nuestra comunidad. Ella sufrió dolor crónico por décadas con profunda fe y amor incansable para los demás. Aunque estaba mayormente confinada en su casa, se enamoró de la visión de Bonnevaux y quiso ser parte de ella. Para lograr esto, ella dejó un legado muy generoso que ayudará a avanzar el proyecto. Así como ella era un signo especial de gracia para otros, así es este generoso regalo. ¡Gracias Marie! Nosotros sabemos que tú esperas que tu ejemplo inspirará a otros también a recordar a Bonnevaux en sus testamentos.

Caminata por Bonnevaux

Puedes ver la galería de fotos de “Walk For Bonnevaux” (Caminata por Bonnevaux), una peregrinación hecha por Henriette Hollaar en Italia en noviembre. Ve aquí: <http://tiny.cc/wlk4bonnvx>

NOTICIAS

Cuarto Congreso Internacional de Oblatos en Roma (4 al 10 de noviembre)

Comentarios de los participantes



El tema del Congreso fue, “Un camino hacia delante: la comunidad benedictina en movimiento”. Las presentaciones – ofrecidas nada más y nada menos que por Joan Chittister OSB – fueron inspiradoras. Fue bueno oír sobre las diferentes maneras en que los oblatos están activamente involucrados en el apoyo a sus comunidades monásticas y compartiendo el espíritu de san Benito en lugares de trabajo, parroquias y comunidades. El Congreso ciertamente me proveyó con mucho alimento para el pensamiento a medida que escuchaba sobre las luchas que encaran los oblatos y sus comunidades monásticas en otras partes del mundo. **(Eileen Dutt – Coordinadora Internacional de Oblatos).**

Las palabras claves que puse en el cuestionario del Congreso fueron: regla, estabilidad y misión. Espero permanecer estable en la Orden Benedictina a través de la WCCM. La hermana Joan Chittister nos dijo que el futuro de la Orden Benedictina está en los oblatos. Experimenté una profunda bendición en mi identidad de oblatos y entendí claramente lo que significa la orientación benedictina de moderación entre la meditación y la evangelización – Ora et Labora **(Augustine Xiao Xiao, China).**

El Congreso ilustró enfáticamente el cambio desde la idea restrictiva que sólo los religiosos con votos son llamados a una vida comprometida, a otra visión que expresa un entendimiento más inclusivo del potencial de cada uno y su relación con el misterio que es Dios. Uno puede también deducir que este alejamiento de una visión elitista de la espiritualidad se ve reflejado en la vida dinámica de los programas de extensión de la WCCM. **(Gloria Duffy. Coordinadora del oblatado de Australia)**

Cada mañana meditábamos a las 7 hs. y uno de nuestros nueve oblatos empezaba la meditación. Una mañana en español pero las otras en inglés. Después de la meditación yo no podía creer cómo la capilla se había llenado ¡Durante 2 mañanas estuvieron alrededor de 80 personas! **(Henriette Hollaar, Oblata residente de Meditatio House).**

Fue una visión que nos abrió las mentes y los corazones para el futuro. Doscientas personas de todo el mundo, monásticos y oblatos llamados a ser verdaderos “Amigos” para compartir el objetivo de san Benito de paz y armonía en comunidad. Al encarar la disminución de las vocaciones, se dijo que los oblatos son el futuro; lo que ocurra a los oblatos ocurrirá a la orden. Debemos tener una visión más grande que nosotros mismos. No debemos “escondernos y amontonarnos”. Debemos dar lo que tenemos, lo que podamos, para llevar nueva vida, profundidad y fortaleza y “llevar un corazón monástico al mundo afligido”. **(Raymond Lamb, UK).**

Cada día fue interesante y motivador. Fue estimulador encontrar oblatos de todo el mundo. Todos ellos tenían sus historias que contar y fue fascinante escucharlas. Cada mañana nos turnamos para dar una meditación breve en la iglesia a las 7 hs. a la que invitamos a unirse a todos los que estuvieran interesados. **(Vicky Lamb, UK).**

Hubo muchas oportunidades para el silencio, para actos de servicio y bondad. Varios miembros de la WCCM ofrecieron sesiones de meditación a la mañana. Otros fueron facilitadores o traductores. Fue una experiencia gozosa haber sido traductora para la comunidad que hablaba portugués para que se sintieran como en casa. Durante los recesos y tiempos de comunicación existieron oportunidades para aprender acerca de los diferentes oblatados alrededor del mundo. **(Elba Rodríguez, Colombia)**

El espíritu que es saludable es el espíritu del explorador: No estamos aterrorizados por lo que está más allá, no estamos demasiado cansados para buscar lo que está delante nuestro. (John Main)

NOTICIAS

Un verdadero tour de Meditatio en Trinidad & Tobago



La comunidad del Caribe liderada por la hermana Ruth Montrichard organizó un verdadero tour Meditatio con el padre Laurence en su visita a la región. El primer evento fue en San Fernando: una sesión con 500 jóvenes en el Colegio Presentation, un colegio secundario para muchachos. A la tarde hubo una misa contemplativa con 170 meditadores. Después, durante la cena, el padre Laurence se reunió con médicos, habló sobre Bonnevaux y recibió una donación del Caribe para este nuevo centro.

Al día siguiente el padre Laurence dio una conferencia sobre “Conciencia y Liderazgo” en la Escuela de Negocios de Posgrado Arthur Lok Jack para estudiantes y miembros de la comunidad de negocios. Esperamos que esta institución en algún momento adopte el curso Meditación y Liderazgo desarrollado en la Universidad de Georgetown de Washington DC.

La visita fue también una oportunidad para estar cerca de la naturaleza. Así es como la hermana Ruth describe la visita a Caroni Swamo, una de las más importantes atracciones turísticas de Trinidad: “Un bote de fondo plano nos llevó muchas millas por el río y dentro del pantano donde el famoso ibis escarlata regresa a su nido al caer el sol. Fue una experiencia del silencio de la naturaleza mientras esperábamos que los pájaros lleguen – los ibis escarlata y las garzas blancas... todas volviendo al hogar”.

El 18 de noviembre fue día festivo en Trinidad (Festival Hindú de las Luces). Fue una perfecta oportunidad para la bendición del Centro John Main. Fue también una oportunidad para recibir a Michele Ayong-Chee como novicia oblata.



El 19 de noviembre y por primera vez, se realizó un Seminario Salud y Meditación en un complejo médico de Trinidad. La hermana Ruth comentó sobre el seminario: “Resultó ser un evento muy exitoso a pesar de la lluvia y las inundaciones que cayeron ese día en Trinidad, virtualmente cortando el sur de la isla que estaba bajo agua. Unas 120 personas desafiaron el mal tiempo para asistir y la evaluación de todos fue muy positiva”.

El seminario incluyó un muy entusiasta grupo de médicos y panelistas que eran meditadores de diversas tradiciones. El padre Laurence fue el orador principal seguido por los panelistas. Se exhibió un video corto del Dr. Barry White (Dublín) sobre el significado de la meditación y la salud. Pronto estará disponible una video grabación de la sesión.

En su último día el padre Laurence visitó otra escuela, esta vez encontrándose con unas 200 estudiantes de 13 a 15 años de la Escuela Católica Providence para chicas. Esta escuela ya ha introducido la meditación al curriculum de la materia Conocimiento Religioso y muchas de las estudiantes ya habían meditado también en primaria cuando se empezó con la meditación. El viaje del padre Laurence a Trinidad concluyó con una breve visita al Arzobispo de Puerto España Rev. Joseph Harris C.S.Sp. que está concluyendo su arzobispado. Será reemplazado por el obispo Jason Gordon, un patrocinador de la comunidad WCCM del Caribe quien será el nuevo arzobispo a partir de diciembre de 2017.

Noticias

Seminario Meditatio en Irlanda

John Main: Hambre de Profundidad y Sentido



El Seminario John Main: Hambre de profundidad y sentido, tuvo lugar en el Trinity College en Dublin, el 15 y 16 de septiembre. Esta fue una conferencia sobre la vida y el legado de John Main organizada por la Comunidad en Irlanda en asociación con el Loyola Institute del Trinity College y Meditatio. La conferencia fue un enorme éxito y las localidades se agotaron semanas antes del evento. Este fue también un reconocimiento especial al vínculo con el College donde John Main fue profesor de derecho. El actual Director de estudios de grado, al presentar el Seminario, agradeció a los participantes por contribuir al ethos de la universidad como un lugar de profundidad y sentido. El orador principal fue el Prof. Bernard Mc Ginn (quien condujo el Seminario John Main el mes anterior en Houston).

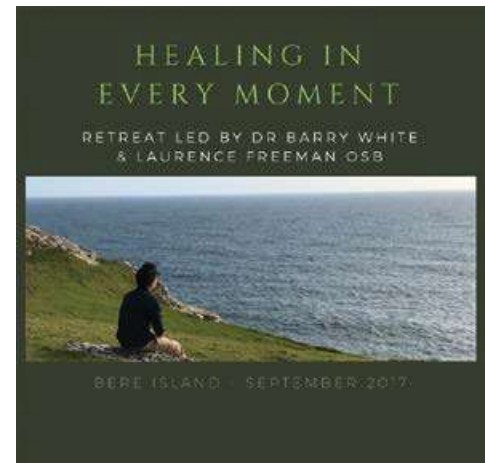
El programa incluía como oradores a Laurence Freeman, Mark Dooley, Noel Keating (meditación con niños) y al Dr. Barry White (meditación y salud), todos reflexionando sobre la influencia de John Main sobre la consciencia moderna.

ONLINE – Vé los videos aquí: <http://tiny.cc/JMhng2017>

Isla de Bere - Retiro de Meditación y Sanación

“Sanando en todo momento”. Este Retiro de Meditación y Sanación se realizó en la isla de Bere entre el 17 y el 23 de septiembre, conducido por Laurence Freeman y el Dr. Barry White. Puedes escuchar aquí las charlas:

<http://tiny.cc/MedHI2017>



Pregúntale al Guiding Board: envía tus preguntas y sugerencias

Parte del mandato del Guiding Board es proveer un punto de comunicación y rendición de cuentas para los miembros en general. Por eso hemos creado una manera simple de comunicarse directamente con el Guiding Board.

Ahora puedes enviar tus comentarios, sugerencias o preguntas a askthegeb@wccm.org

Tendremos nuestra próxima reunión en Londres desde el 21 de marzo de 2018. Así que si alguno de tus comentarios debería entrar en nuestra agenda, sería de ayuda que nos llegaran antes del 21 de febrero. Después de nuestra reunión, el Board compartirá las respuestas a algunas de las preguntas planteadas a través del sitio web y de la newsletter.

El Guiding Board brinda directivas en temas de amplio alcance dentro de la Comunidad. Éstas incluyen grandes iniciativas pero también la simple integridad de la enseñanza que es el corazón de la vida y la misión de la Comunidad. El Board supervisa el servicio brindado a las comunidades nacionales por el Equipo Internacional, Meditatio y la Oficina Internacional de Londres, nuevas iniciativas y divulgación. El Director de la Comunidad es miembro del Board que también es responsable por la sucesión y continuidad en todos los roles de liderazgo en la Comunidad. De este modo, el Guiding Board provee dirección general y visión a la vida y misión de la Comunidad.

NOTICIAS

Meditando con los marginados: un Tiempo de Encuentro

Terry Doyle, un oblato británico, recientemente tomó parte de un día de retiro con 22 personas asistidas por organizaciones que trabajan en el Centro Juan Pablo de Middlesbrough. El retiro tuvo lugar en Ampleforth (a 40 millas de Middlesbrough). A continuación algunas reflexiones de Terry:

Nunca deberíamos subestimar el poder sanador de la escucha genuina y auténtica. Escuchar la historia de una persona le otorga a la persona que está siendo escuchada el poder de la dignidad que puede acompañarla un largo trecho para sanar heridas y fortalecer su autoestima. Por eso dedicamos nuestras comidas a compartir historias y risas, y a medida que las personas comenzaron a relajarse más, bajaron sus defensas y sus corazones comenzaron a abrirse.

Personas de las calles de una población urbana, algunos nacidos en la zona, otros llegados allí desde varios países de África y desde Afganistán, compartiendo historias con jóvenes de entornos más privilegiados, pero todos encontrándose como seres humanos, compartiendo y aprendiendo los unos de los otros. Una sesión particularmente hermosa se desarrolló en la Cripta debajo de la Abadía con la oscuridad iluminada por una variedad de velas colocadas en forma de cruz y también por las sonrisas de todos los allí reunidos.

Una bellísima meditación siguió al encuentro, mostrando que cuando nos volvemos sencillos y entramos en el silencio y la quietud del momento presente, todas nuestras diferencias externas - edad, color, riqueza, entorno social - dejan de importar. En el espacio sagrado de la Cripta sentimos como si cada uno se encontrara con el alma de los otros en el silencio y ¡qué momento sagrado fue ese!

Así que gracias, Papa Francisco, por recordarnos cómo Jesús mostró un compromiso y solidaridad totales con los que vivían al margen de la sociedad. Y gracias por todo ese maravilloso equipo de trabajo de Ampleforth que hizo que nuestro grupo se sintiera genuinamente bienvenido.

ONLINE – Lee aquí el artículo completo de Terry sobre este retiro: http://tiny.cc/art_encount2017

En memoria de Lucy Palermino (1924-2017)

Por Mary Robison, Coordinadora de Oblatos en Estados Unidos de América.



Es con hondo pesar que comparto con ustedes la noticia de la muerte de nuestra querida oblata, Lucy Palermino, el 14 de octubre, luego de soportar los efectos de un derrame cerebral. Su extraordinaria transparencia de espíritu, firmeza de fe y amor a la comunidad Oblata de la WCCM quedan reflejadas abajo en las palabras de algunos de sus amigos.

Lucy fue bien nombrada como vehículo de luz. Profundamente arraigada en su fe y en el cuerpo de Cristo, continuó haciendo crecer y propagando la luz de nuevas y valientes maneras. Fue ejemplar como oblata, meditadora y discípula de Jesús. Somos bendecidos por haber viajado con ella. (P. Laurence)

No nos ha dejado. Lucy es una parte de quienes somos y en lo que nos hemos convertido. Su cuidado amoroso continúa. (Mary Ann Gould)

Lucy fue una mujer que nunca tuvo hijos pero fue una madre para muchos. Una mujer que no le pertenecía a nadie y le pertenecía a todos pero más que a nadie a su Dios a quien supo que “pertenecía desde los 7 años”. Siempre amó a Dios primero y desde ese lugar central su amor por toda la humanidad. (Anne Dillon)

En memoria del P. Arnaldo Dias (Brasil)

El P. Arnaldo Lima Dias falleció el 3 de noviembre a la edad de 72 años.

Director espiritual y compositor poético del estado de Bahía, fue misionero en África y en Brasil. Tenía el don de captar todo lo que sucedía y ponerlo en palabras en una red de rimas concisa, llena de humor y poesía.

Mientras participaba de retiros de silencio frecuentemente celebraba Misa con el P. Laurence y leía a los participantes su siempre alegre poesía que con frases claves y aforismos sintetizaba las principales enseñanzas de esa conferencia del P. Laurence y los acontecimientos del día. Recemos por su feliz y amoroso pasaje luego de esta vida plenamente realizada.

En foco

VLADIMÍR VOLRÁB DE LA REPUBLICA CHECA

Pastor de la Iglesia Husita (Reformada) – Coordinador Nacional de la República Checa



Mi viaje espiritual comenzó cuando tenía alrededor de 6 años de edad. Crecí en una familia no religiosa pero en esa época fui naturalmente atraído por la espiritualidad. Luego de un período de búsqueda llegué a ser un estudiante de Budismo Zen en la tradición coreana, tratando de mantener una práctica regular y también asistir a retiros de meditación.

Pocos años más tarde me hice amigo de un pastor de la reforma. Me dio a leer los Evangelios porque él quería discutirlos conmigo y también quería conocer mis pensamientos sobre ellos desde una perspectiva Budista Zen. Realmente, nunca había leído los Evangelios antes y fue una sorpresa cuando la lectura de los mismos me dio una profundidad y sentido directo a mi vida. Estoy convencido de que esto fue por la experiencia de silencio que tuve dentro de la tradición Zen. La narración de los Evangelios reflejaba mi propia experiencia de vida. Sentía que estaba listo para escucharla en esa etapa de mi vida. Recibí el bautismo, me incorporé a la iglesia y luego comencé a estudiar teología. Había encontrado un lugar de pertenencia dentro de la vida religiosa de mi propia cultura.

Sin embargo, había entrado a un ambiente en el que la espiritualidad era un entendimiento conceptual, antes que experiencial. Todavía sentía un gran deseo de la experiencia del silencio, por lo tanto comencé a buscar referencias de la meditación en la tradición cristiana. Un día, finalmente encontré un libro de John Main: *Momento de Cristo*. Luego de leer algunas páginas comprendí que realmente yo estaba “en casa”. Especialmente la idea de John Main de la meditación como un proceso de “aplantar el espejo”, resonó en mí profundamente. Cada vez, como John Main dice, miramos a un espejo que está entre nosotros y Dios, y nos vemos, así como a nuestro pasado y las cosas que nos rodean. Si yo puedo ver la historia de mi vida conectada con la narrativa del Evangelio, puedo comprender que yo no soy el punto central en esta historia. Dios es el centro, no como una idea intelectual o imagen.

Si realmente puedo ver la historia de mi vida conectada con las narraciones evangélicas, comprenderé que yo no soy el foco central en esta historia.

Estoy agradecido por haber sido invitado al encuentro de maestros contemplativos y estudiosos jóvenes de este año que se llevó a cabo en Snowmass, Colorado. Tratamos muchos problemas del mundo actual y de las iglesias. Aunque fuimos personas de diversas denominaciones cristianas, hemos compartido y comprendido que las respuestas deben proceder de nuestra experiencia con la presencia de Dios en nuestros corazones. El proceso de “aplantar el espejo” posibilita traer a Dios dentro de nuestras vidas como la fuente y el propósito de todos nuestros esfuerzos. Creo que esto es lo que la cristiandad y el mundo necesitan desesperadamente.



El Boletín Meditatio se publica 4 veces por año por la Oficina Internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, St Marks, Myddelton Square London EC1R 1XX, London, UK.

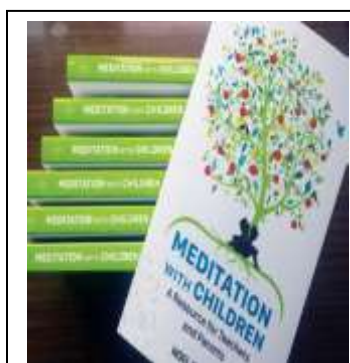
Tel: +44 (0) 20 7278 2070 Editor: LeonardoCorrea (leonardo@wccm.org) Diseño gráfico de la edición original: Gerson Laureano.

Coordinadora edición en español: Marina Müller (meditacioncristiana.net@gmail.com);

traductores de este número: Carina Conte, Javier Cosp Fontclara, Marta Geymayr, José María Chaher, Aracely Ornelas Duarte.

¿Te gustaría colaborar en el Boletín Meditatio? Nuestra próxima fecha límite es el 10 de marzo

Eventos y Recursos



Meditation with children. A resource for teachers and parents. *Meditación con Niños. Una guía para maestros y Padres – Noel Keating*

El libro alienta a los adultos a experimentar la meditación ellos mismos y les da las herramientas para introducir su práctica con los niños, incluyendo lecciones sencillas que pueden ser implementadas en la casa, en la clase o en un plan escolar completo. Noel Keating explora la sabiduría de las tradiciones y religiones del mundo sobre la meditación e identifica los frutos prácticos y espirituales que emergen de la meditación regular. Contiene extractos de entrevistas con niños irlandeses de la escuela primaria que han practicado la meditación regularmente en sus aulas. El libro también narra sus experiencias de primera mano o sus beneficios, tanto psicológicos como espirituales.

Más información: <http://tiny.cc/NewMedBook>



Serie de charlas Meditatio. Finding oneself 2. (Encontrarse a uno mismo 2) – Laurence Freeman OSB

Estas charlas presentan a la Meditación como el camino al conocimiento de sí mismo, a encontrarse a uno mismo.

En Línea – escuchar las charlas: <http://tiny.cc/Med2017D>



CALENDARIO DE FOTOS 2018

Fotografías de Laurence Freeman y citas de John Main

Ordenar en línea: <http://tiny.cc/MedCal2018>

Próximos eventos

19 de febrero - Seminario de Meditación sobre Meditación y Negocios / Valores – Londres UK - Contacto: meditatio@wccm.org

21 – 24 de marzo - Encuentro del Consejo

25 de marzo – 1 de abril - Retiro de Semana Santa en Bere Island - Contacto: theresawccm@gmail.com

28 de abril – 5 de mayo - Encuentro de la Escuela Internacional - Contacto: jacrussell3@gmail.com

2-9 de junio - Retiro de Monte Olivetto – Italia - Contacto theresawccm@gmail.com

17 al 23 de setiembre - Seminario John Main en Brujas - Contacto: jms2018.be@gmail.com

En línea: se pueden comprobar los eventos 2017/2018 en: http://tiny.cc/wccm_cal1718

PROGRAMA DEL CENTRO MEDITATIO 2018 Bajar de: <http://tiny.cc/MedPROG2018>

La lista de correo electrónico de la WCCM: Suscríbete en nuestro sitio web (wccm.org) para recibir la Sabiduría Diaria, La Enseñanza Semanal, La Lectura Semanal, La Columna Tablet, el Boletín Mensual y Series Especiales como las Reflexiones de Cuaresma (en idioma inglés). **Visita la página de Meditación Cristiana en Amazon:** <http://astore.amazon.com/w0575-20>

Página web en español: <http://www.meditacioncristiana.net> **Para pedir materiales: por favor, contacta con nuestro centro de recursos o con tu proveedor para conocer los precios en la moneda de tu país.**



UK AND REGION
www.goodnewsbooks.net
 email: orders@goodnewsbooks.net
 tel: +44 (0) 1582 571011

USA: www.contemplative-life.org
 Tel: +1-520-882-0290

CANADA: www.wccm-canada.ca
 email: christianmeditation@bellnet.ca
 Tel: +1-514-485-7928

ASIA AND REGION
 email: enquiries@medlmedia.com
 Tel: +65 6469 7671

NEW ZEALAND:
 Pleroma Christian Supplies
www.christiansupplies.co.nz
 email: order@pleroma.org.nz
 Tel: 0508 988 988

AUSTRALIA:
jpanetta@ausgrid.com.au
 Tel: +61 2 9482 3468
 (also) Rainbow Book Agencies
rba@rainbowbooks.com.au
 Tel: +61 3 9470 6611