

CARTA DE RECLUSO NO. 2

Padre Freeman,

A nombre de todos los que asistimos a su conferencia el 14 de abril de 2013, quiero agradecerle por preocuparse lo suficiente para venir a hablarnos acerca de la meditación cristiana.

La meditación es nueva para mí. En la actualidad estoy inscrito en un programa basado en la fe el cual me ha introducido a la meditación oriental y cristiana. Tengo que ser honesto y decir que mi mente parece luchar con el «silencio» y la «quietud» porque he estado en prisión por 37 años y «quietud» y «silencio» son nuevos para mí.

Soy cristiano sin denominación y creo que Jesús es mi Señor y Salvador. Me estoy dando cuenta que invocar un «mantra» – aún durante mi meditación oriental semanal, me ha ayudado a *acorralar* mi mente ajetreada, y me regresa a la búsqueda dentro de mí.

Nos ha ayudado mucho guiándonos a través de las turbulencias en nuestras mentes, y su técnica en la lectura de las escrituras me ayuda a visualizar mi mantra (maranatha) en lugar de los disturbios. Las escrituras me ayudan a tranquilizarme y la meditación que sigue me permite considerar las posibilidades de estar realmente en la presencia de Dios.

Cuando la prisión se apodera de mí, ahora tengo una nueva arma en mi arsenal para hacer que todo se desvanezca y me dé paz. Muchas gracias, señor.

Traducido por Guillermo Lagos, 2017

Revisado por Marina Müller

Tomado de <http://wccmprison.org>



Outreach of
The World Community for Christian Meditation

meditatio

April 22, 2013

To: Father Laurence Freeman, OSB
From: _____ Unit -- (Prison)

Father Freeman,

On behalf of all of us who attended your lecture on April 14, 2013, I want to thank you for caring enough to come and speak to us about Christian Meditation.

Meditation is new to me. I am currently enrolled in a faith-based program which has introduced me to both Eastern and Christian meditation. I have to be honest and say my mind seems to struggle with the "quiet" and "stillness" because I have been in prison for 37 years and "quiet" and "stillness" are new to me.

I am a non-denominational Christian and believe Jesus is my lord and savior. I am finding that invoking a "mantra" - even during my weekly Eastern meditation, has helped me control my racing mind, and bring me back to the business of looking inside myself.

_____ has been very helpful in guiding us through the turbulence in our minds, and his scripture reading technique is helping me to visualize my mantra (maranatha) in place of the disturbances. The scriptures set me at ease and the meditation which follows allows me to consider the possibilities that I am truly in the presence of God.

When prison bears down on me, I now have a new weapon in my arsenal to make it all go away and allow me peace. Thank you Sir,