

## **RESEÑA DE LA VISITA DEL P. LAURENCE FREEMAN A VENEZUELA, 6 AL 9 DE NOVIEMBRE 2012.**

### **El P. Laurence dialoga con miembros de VENSANAPAZ**



En los espacios del IFEDEC en Boleita Norte, se llevó a cabo en la tarde del 6 de noviembre, el encuentro del P. Laurence Freeman OSB, director de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, y la organización Vensanapaz, que trabaja por la sanación y paz en Venezuela a través del diálogo y acercamiento de las distintas tradiciones religiosas y espiritualidades presentes en Venezuela.

El encuentro se realizó para intercambiar visiones sobre la relevancia y futuro del diálogo interreligioso. Frank Bracho y el P. Raúl Herrera, de la Parroquia Universitaria, presentaron al P. Laurence las actividades de la organización en Venezuela (retiros, foros y reuniones inter-religiosas).



El P. Laurence departió durante dos horas sobre su experiencia de diálogo con su santidad el Dalai Lama en tiempos recientes y en su participación en el Seminario John Main del año 1994 y la publicación del libro sobre este encuentro titulado El Buen Corazón, donde el Dalai Lama comenta pasajes de los Evangelios.

Por otra parte el P. Laurence enfatizó sobre los orígenes de la meditación cristiana (desde Jesús y los Padres del Desierto), la importancia de la meditación cristiana en el mundo cristiano de hoy y su aporte al diálogo interreligioso, haciendo hincapié en los beneficios de la misma no solo en la salud física y espiritual, sino también en la educación de los niños y los frutos espirituales que genera en los adultos, en contra de la violencia y a favor de una cultura de Paz.

Los participantes en el encuentro se mostraron muy interesados y tuvieron la oportunidad de aclarar interrogantes a través del diálogo y numerosas preguntas. El encuentro fue culminado con las oportunas palabras del P. Raúl Herrera, miembro de Vensanapaz.



El P. Laurence pudo reunirse posteriormente con Mons. Ovidio Pérez Morales y mantener un diálogo sobre los temas del encuentro en Vensanapaz y sobre el rol y extensión de la práctica de la meditación cristiana en el mundo cristiano de hoy y particularmente en los colegios católicos de varios países, a través del apoyo de pastores como el Cardenal George Pell, Arzobispo de Sydney, el Cardenal Walter Kasper, del Consejo Pontificio para la Promoción de la Unidad Cristiana, el Arzobispo Vincent Nicholls de la arquidiócesis de Westminster, el obispo Michael Putney de la Diócesis de Townsville, y el Abad General Benedictino de la Congregación de Nuestra Señora del Monte Oliveto.

@Reseña de Josefa Vivas

## **Meditación con niños de Fe y Alegría en Catia, Caracas**



El día 6 de Noviembre se llevó a cabo la visita del P. Laurence Freeman a la Escuela María Rosa Molas, de Fe y Alegría, ubicada en Catia.

Asistieron el Coordinador general de Pastoral, Padre Goyo Terán y 40 maestros coordinadores de la Pastoral de diferentes colegios de Fe y Alegría de Caracas, así como también algunos de los coordinadores de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana de Venezuela.



Luego de las presentaciones de rigor, el P. Laurence dio una charla introductoria a los maestros sobre la meditación cristiana y recibió dos grupos de 25 alumnos de segundo y cuarto grado por separado.

De acuerdo a las edades de los niños, les enseñó a través de preguntas cómo meditar y corrigiendo sus posturas, meditaron por un espacio de 8 minutos los de 2° grado y 10 minutos aproximadamente los de 4° grado.

La respuesta de los niños fue excelente, hicieron la práctica con gran facilidad e interés y sus preguntas fueron muchas al final, a las que el P. Laurence respondió con calidez.

La visita incluyó también el entrenamiento posterior de los maestros, con otra charla sobre los orígenes de la Meditación en nuestra tradición cristiana, finalizando con 20 minutos de meditación y una sección de intercambio, donde los maestros con libertad pudieron compartir la experiencia y hacer preguntas para aclarar dudas e interrogantes.

Tanto el P. Laurence como los participantes, en especial la directora Regional de Fe y Alegría, Noebis Aguilar, quien dirigió unas estimulantes palabras al final del encuentro, y Nidia Mata, coordinadora de la Pastoral de la escuela María Rosa Molas, quedaron muy entusiasmadas para iniciar un programa de meditación cristiana próximamente en la región capital.

@Reseña de Josefa Vivas

### **Viaje al Centro de Nuestro Corazón a través de la meditación cristiana y el silencio**



Laurence Freeman OSB, director de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, ha visitado por 5ª vez a la comunidad de meditadores de Caracas, realizando aquí una serie de actividades.

Dentro de las actividades realizadas por el P. Laurence destaca un retiro de meditación y silencio durante los días 7 y 8 de Noviembre 2012, en la Parroquia Sta. María Madre de Dios de Manzanares, Caracas.

Como en ocasiones anteriores contamos con la excelente traducción de Francisco Wulff, quien vino directamente desde Toronto, Canadá, para acompañarnos. Asistieron al retiro 80 participantes.

El tema tratado por el P. Laurence durante las cuatro charlas del retiro se tituló "La Caverna del Corazón: La oración como Jesús la enseñó".

Inició el tema indicándonos que la esencia de la oración no está en las palabras o intenciones, sino en la experiencia de una interioridad personal profunda. En otras palabras, es en esta Caverna del Corazón, donde nos encontramos con la oración tal como Jesús la enseñó y es a partir de ahí como es posible descubrir que la oscuridad de la Fe está llena de la luz del amor.



El P. Laurence explicó cómo la meditación cristiana es una disciplina, una práctica, una experiencia personal de entrega al Maestro que es Jesús, quien ora con nosotros y por nosotros y nos transforma produciendo beneficios físicos, psíquicos y espirituales. Durante la meditación renunciamos a nosotros mismos y nos sustraemos de nuestros pensamientos, deseos, planes, preocupaciones y fantasías personales. Para esto, repetimos de principio a fin una palabra o fórmula en arameo, MA-RA-NA-THA (Ven Señor, Jesús), vaciando así nuestra mente, dando entrada en ella a Dios y a su gracia.



Continuó diciendo el P. Freeman que la meditación cristiana es un viaje que permite expandir nuestro horizonte y conducirnos poco a poco al conocimiento propio y eventualmente a una transformación personal. Es decir, no se trata de revelaciones divinas o mensajes orientadores, ni de experiencias místicas. En realidad, durante la meditación nada pasa, pero nuestra vida va cambiando y es principalmente a través de las personas cercanas que nos damos cuenta de estos cambios.

Se trata de un conocimiento espiritual, de una experiencia directa de nuestro propio ser, de darnos cuenta de quiénes somos en realidad.

Esta experiencia permite que se expandan los horizontes de nuestra propia conciencia y así nos vamos familiarizando y confiando en el Espíritu Santo que es nuestro guía en el interior de la caverna del corazón.



La palabra caverna tiene varios significados: una cavidad natural del terreno causada por algún tipo de erosión de corrientes de agua, hielo o lava, o menos común, una combinación de varios de estos factores. En el más común de los casos, las cuevas se forman por la disolución de la roca caliza por parte del agua ligeramente ácida. A través del tiempo han existido diversas cuevas que llaman nuestra atención: en una cueva en Belén de Israel nació Jesús, esa cueva puede ser vista como un sitio de gestación, sitio donde se da Vida.

En el caso de Mahoma la cueva fue un sitio de revelación, él se retiraba allí a orar y recibió en ella el Corán.

Para Platón, representó el sitio de donde se salía de la oscuridad hacia la luz.

Para otros, las cuevas han sido sitios de retiro, de soledad y silencio, muy usadas por santos y monjes; lugares especiales para los místicos, su primer hogar, sitios de refugio y protección.



El Padre Laurence señala que en el tiempo que dedicamos a la meditación nos dirigimos hacia esa caverna, un sitio que nos permite aislarnos del mundo, de nuestros pensamientos y de las ilusiones que ocultan nuestra realidad. En el viaje de la contemplación nos vamos moviendo desde un mundo de sombras y percepciones erradas hacia la realidad. Traspasar una fase elusiva y de falsa percepción que encontramos al comienzo de nuestra meditación, representa la primera dificultad con la que nos topamos. Nuestro compromiso y la disciplina nos permitirán atravesarla y es ahí cuando empezamos a vivir en nuestra realidad; a medida que lo vamos logrando estamos acercándonos al asiento de la sabiduría, representado por nuestro corazón. El corazón también significa un símbolo de totalidad e integración. Es en la caverna del corazón donde vive el Espíritu del Creador del universo quien desde ahí y en silencio nos ama a todos. Como vemos, aunque simple, la meditación no es fácil, su objetivo es encontrar "el tesoro del reino" escondido en nuestro corazón. Este momento íntimo y completo de nuestra relación con Dios es producto de su amor por nosotros y lo vamos a recibir a través de Jesús. Como mencionamos anteriormente, la disciplina que ponemos en la experiencia de la meditación nos conduce a entregarnos a Jesús, el Maestro, quien ora con nosotros y por nosotros. Esto representa el misterio de Jesús en nuestro interior y a través de este misterio somos testigos de la gloria de Dios manifestada en nuestro corazón.

Nos indica el P. Laurence que repetir el mantra o fórmula con disciplina, como discípulos, nos va calmando y paulatinamente conduciendo al objetivo final que es dejar el ego de lado y renunciar a nuestras posesiones. Sin embargo, no se sabe cuánto tiempo nos tome, pueden ser 30 años. En este camino nos vamos volviendo pobres; así, también Jesús, se hizo pobre para que nosotros nos volviéramos ricos en espiritualidad. Al repetir el mantra dejamos ir nuestros miedos, pertenencias, preocupaciones, etc. y entramos en la pobreza de espíritu, un regalo pleno de Dios para nosotros por medio del cual se nos otorga el poder de darnos a nosotros mismos, clave esta, de nuestra propia humanidad.

Así nos explica el P. Laurence que durante el viaje de la meditación avanzamos desde estadios o niveles muy superficiales hasta los más profundos. Una vez allí llega el momento del encuentro con Jesús, es decir el momento en que podemos reconocerlo. En otras palabras, aunque Jesús está a nuestro lado en cada paso del viaje de la meditación, no nos damos cuenta.

Es como si al iniciar el camino de la meditación recibiéramos a Jesús como un regalo muy envuelto y empaquetado que nos impide verlo. A medida que lo transitamos, vamos removiendo las capas de papel que lo envuelven, logrando finalmente abrir el paquete. Es entonces cuando podemos reconocer el regalo, que no es otro que la presencia de Jesús. Este reconocimiento de Jesús en nuestro interior representa el viaje más importante de nuestra vida y la meditación cristiana nos conduce a este encuentro.



En el programa del retiro, se incluyeron actividades de descanso y relajación optativas para los participantes, como caminatas contemplativas por los bellos jardines de la Parroquia, así como dos sesiones de Yoga, en la mañana y en la tarde del miércoles, orientadas por Aquiles Rangel.

@ Reseña de Carmen Elena Contreras