



Seminario John Main Seminar 2015: la reconciliación entre religión y espiritualidad



EN ESTE NÚMERO

2

Laurence
Freeman

Meditación: amor que sana el reduccionismo y la obsesión de controlar

10

Artículo

La Hna. Denise McMahon habla sobre Meditación Cristiana con niños en Fiji

11

En foco

Andrew McAlister sobre su viaje desde Australia a Meditatio House



Una carta de Laurence Freeman, OSB

Muy queridos amigos:

Durante nuestro peregrinaje a Tierra Santa hace unos años, pasamos un tiempo e hicimos meditación en el Huerto de Getsemaní. Recuerdo contemplar un olivo, que nos habían informado tenía 2500 años. Aun cuando Jesús pasó en oración su última noche ahí, mientras sus tres discípulos más íntimos se habían quedado dormidos, para él este árbol debe haberle lucido viejo y retorcido y sin embargo, brillando con ese mismo tono verde plateado. Quería verlo como él lo vio. Tenemos que esforzarnos a nosotros y a nuestra imaginación para ir más allá de nuestro punto de vista egocéntrico y habitual sobre el mundo para ver las cosas como los otros las ven. Pero también hay que hacerlo sin esfuerzo – sólo entonces podemos ver las cosas como realmente son.

Cuando abrí mis ojos después de meditar y miré alrededor de este lugar sereno y sagrado que tenía la misma profundidad de presencia que he sentido en Lourdes, Bodhgaya y Auschwitz, vi miradas de florecitas rojas cubriendo la tierra, mirándome. Caí en la cuenta de que eran las mismas flores – ‘las florecillas del campo’ – que cubrían la ladera de la montaña que habíamos visitado en Galilea, donde Jesús dio su gran enseñanza. Estas son, de hecho, anémonas de Palestina, amapolas escarlata que florecen durante un día después de la lluvia y cuya belleza es mayor, dijo Jesús, que la gloria de Salomón. Después de su brillo fugaz, al marchitarse, eran quemadas para elevar la temperatura de los hornos de barro.

"Y si Dios así viste la hierba del campo, que hoy es y mañana es echada al horno, ¿no hará El mucho más por ustedes, hombres de poca fe? (Mt 6:30)

Me esforzaba por imaginar lo que Jesús habría sentido si hubiese mirado a estas flores a la luz de la luna y recordado cómo cubrían la ladera de la montaña en el gran día de su enseñanza en Galilea. Qué gran abismo de fracaso y rechazo lo separaba la noche anterior a su ejecución de aquel momento cuando había parecido que la gente le había entendido.

Pero, ¿quién sabe qué pensó?

Nuestra mente añora encontrar conocimientos concretos de sus intuiciones e inspiraciones pero también continuamente se topa contra el muro de su propia limitación. Cuando alcanzamos lo que no podemos saber tenemos que aprender el arte de desaprender, encontrar lo verdadero más allá del pensamiento y la imaginación; si no, caemos en la fantasía, el uso equivocado de la imaginación. Mi mente estaba haciendo todas estas brillantes conexiones entre Jerusalén y Galilea con muy pocas evidencias. Pero sabemos por los evangelios que en ese jardín Jesús cayó en un abismo de desconexión al enfrentarse a la inminencia de su mortalidad.

Mateo 26:38: Entonces Jesús les dijo: Mi alma está muy triste, hasta la muerte; quedaos aquí, y velad conmigo.

El significado es la experiencia y la consciencia del estar conectado. Pero hay partes de nuestras vidas donde somos obligados involuntariamente a experimentar niveles más profundos de experiencia y sabiduría aun mientras estamos desconectados - y obligados a beber el vinagre del cáliz del sin sentido - antes de que un nuevo mundo de conexiones surja.

Cayó boca abajo al piso y rindió su voluntad a la del Padre. No podemos hacer eso en una crisis sin un gran barullo emocional interno y un gran trauma. Cuando regresó con sus amigos para ser confortado los encontró durmiendo; y vio con amarga tristeza cómo lo humano siempre está en conflicto entre la carne y el espíritu, entre nuestra dolorosa añoranza por amor y verdad y el terror de encontrar lo que buscamos. Les dijo 'velen y oren', que es lo que hemos estado tratando de hacer durante la Cuaresma. Alguien que conozco lo hizo tratando de ser amable con sus empleados en el trabajo. (Como sé que yo no podría hacer esto, solamente dejé de comer postre). Pero tal como nos recuerda San Benito, la vida del monje es una Cuaresma perpetua, así que debemos tratar de mantenernos despiertos y entrar en ese nivel de oración donde ya no hay un "yo" - mi viejo "yo" - sino donde la carne se absorbe en el espíritu.

Después de un tercer intento de conectarse con sus discípulos Jesús se retiró a una soledad aún más profunda y oró *'usando las mismas palabras que antes'*. En este nivel de impotencia humana, las palabras y los pensamientos que ellas revisten, se marchitan y hay que quemarlos.



No son capaces de darnos lo que estamos buscando, ni lo que necesitamos para sobrevivir al abismo. Son útiles – y eso es cosa buena – solamente para llevarnos hacia el silencio. Es entonces que las muchas palabras que Jesús nos dijo que evitáramos en la plegaria, se reducen y se canalizan en “la pequeña palabra” que recomienda la Nube del No-Saber. Es entonces, en esa “kenosis” – el auto-vaciado del ego – que la encarnación ocurre. Es entonces que nos volvemos reales, como sólo podemos hacerlo en el silencio de Dios, más allá del pensamiento y la imaginación, cuando la palabra se vuelve carne. La Palabra se convierte en Silencio. Si no nos ocupamos de esto hasta el final, cuando nos rendimos o nos retiramos nuevamente a la conciencia del ego, nos dormimos o derivamos hacia la fantasía.

Es imposible imaginar el caos al que descendió la mente de Jesús en Getsemaní. Nuestras propias experiencias de esto – cuando nuestras esperanzas han sido destrozadas o hemos perdido lo que amamos – nos dan cierto punto de referencia. Es en este punto que podemos comenzar a conectarnos con su experiencia y entonces, si podemos, darnos cuenta cómo su experiencia entra y transforma la nuestra. Pero para esto debemos, como él, soltar. Esto es especialmente difícil para nosotros, personas modernas que vivimos en una cultura de control absoluto cada vez mayor. La ciencia – la ciencia orgullosa de los tecnócratas, no la ciencia humilde de los exploradores de los límites del conocimiento – en realidad ha contraído nuestro margen de conciencia a pesar de que afirma haberlo expandido. Con razón nuestra cultura está girando tan bruscamente a los extremos y descendiendo a la barbarie y la auto-destructividad, a la traición de los jóvenes y de nuestro hogar terrenal. Esta tecnociencia deshumanizante ha ridiculizado y empujado fuera de los paisajes de nuestra mente, a aquellas vastas dimensiones del conocimiento que constituyen la sabiduría del gran Sermón de la Montaña y la Agonía en el Huerto.

Ha descartado al amor como a una fuerza meramente subjetiva y movida por el ego, que es irrelevante a la manera en que enseñamos, hacemos dinero o practicamos medicina. Sin embargo, sólo el amor puede tender un puente sobre el abismo entre el caos y el cosmos. Y hacer más: unirlos en la exuberancia de la creación. Pero, ¿quién está haciendo esto y cuáles son sus signos? Lo estamos haciendo nosotros mismos, por supuesto, porque todos participamos en la cultura que compartimos. No importa cuánto nos quejemos y la condenemos, somos parte de ella. La codicia ha oscurecido el significado del crecimiento.

La simplicidad desenmascara el reduccionismo como un intento de someter todo al control de un sistema controlado

La educación ha oscurecido el significado del aprendizaje. La medicina ha oscurecido el significado de la salud. Los maravillosos avances de la ciencia y el conocimiento en todos estos campos han sido tergiversados por el falso sentido de control que han despertado en el ego colectivo. Hay pecadores individuales – banqueros que se niegan a rendir cuentas de sus delitos, educadores que se ocupan sólo de tablas de clasificación, médicos que ven al paciente como una distracción de los resultados de laboratorio, clérigos que lamentan su pérdida de control sobre las masas. Pero es el pecado que todo lo impregna, el virus desenfrenado, no los chivos expiatorios, lo que tenemos que identificar. Una de las señales de esta crisis cultural y global es el sufrimiento que ha causado. Pero también ha producido una toma de conciencia del poder de la conciencia misma. Por ejemplo, el mayor experto mundial en seguridad médica dice que la “conciencia de la situación” – estar presente en el momento – es el factor más importante para reducir los cientos de miles de pacientes que mueren al año por error médico evitable. Pero, ¿qué es esa conciencia y cómo puede recuperarse en una cultura cuyo paisaje mental ha sido tan dañado? Incluso la psicología ha sufrido por el reduccionismo de la ciencia, con muchos en esta profesión argumentando que la medicina de la mente no es diferente que la medicina del tejido. La salud mental con frecuencia se ve como un tema biomédico; los campos de los vínculos, el contexto, los valores y el sentido, se ven como distracciones de la práctica psiquiátrica considerada como neurociencia clínica. El mundo y el “self” son más grandes que eso. Todo sufrimiento tiene muchas capas. En el individuo hay niveles históricos y generacionales así como contextos culturales que forman nuestro sentido del “self”. El grande, sabio y divertido poeta sufí Rumi, veía al ser humano como a una casa de huéspedes – “cada mañana un recién llegado”. No un sistema computarizado en el que el humano está subordinado a esos poderes de control que apuntan a una uniformidad cada vez mayor y a un castigo de lo personal.

Así que ninguna solución reduccionista va a funcionar, excepto la que reduzca el reduccionismo al absurdo. Quiero decir que, para responder efectiva y respetuosamente a la persona como un todo, necesitamos una verdadera simplicidad, no un reduccionismo fácil o arrogante. La simplicidad desenmascara al reduccionismo como un intento de someter todo al control de un sistema controlado. Es una ilusión absurda, por supuesto, porque, como con tantos sistemas de reduccionismo que hoy están colapsando, fracasa al tiempo que pretende estar triunfando. Esto es muy similar a la mentalidad del adicto y nuestra cultura se ha vuelto adicta al reduccionismo como un medio de control total. Cuanto más fracasa, más poderes de control exige: ¿no es precisamente esto lo que significa la adicción? El control es una ilusión (¿cuándo hemos estado realmente en control?) y nuestro desesperado intento de aferrarnos a él es un subproducto de nuestra renuencia a arriesgar la realidad. Existe, sin embargo, un camino para atravesar esto. Es la sanación y la trascendencia. Hay un único camino de sanación.

La sanación es el anfitrión en la casa de huéspedes del “self”. Como Rumi, Simone Weil comprendió que el huésped que llega sin que lo esperemos puede estar vestido de gozo o sufrimiento, de placer o dolor. Pero “todos han sido enviados como una guía desde el más allá”. Cuando los problemas surgen se pueden solucionar – cuando es posible – pero además, siempre tienen que ser comprendidos. La toma de conciencia es parte de la cura. Tomar medicación continuamente sin comprender qué significa el dolor o qué lo está causando no es sanar. De modo similar, esperar que toda sanación venga desde afuera de uno mismo es reduccionismo y refleja una absurda dependencia de lo externo.

Hay muchos caminos para recuperarse. Pero hay un único poder de sanación que surge de la misma profunda unidad y simplicidad del “self”, que es la profunda estructura de toda realidad. Del mismo modo que el sistema autoinmune tiene muchas sorpresas – el “milagro de la auto-sanación” como lo llama el poeta irlandés Seamus Heaney – una cultura puede identificar soluciones a los problemas que se inflige a sí misma. Los “movimientos de conciencia”, como los llamamos hoy en día, reflejan este impulso a la auto-sanación. Sin embargo, a veces se vuelven parte del problema que están tratando de resolver. Con frecuencia estas soluciones ofrecen visiones incompletas tanto del problema como de los que lo sufren. Se ocupan de los síntomas del reduccionismo – la amputación de miembros esenciales de la conciencia – con herramientas reduccionistas. Son soluciones superficiales y de corta vida a un problema profundamente incrustado en la conciencia. Nuestra sencilla opción hoy, para ponerlo crudamente, está entre la integridad sabia y el reduccionismo absurdo. Pero tenemos – y esto también es un problema – que ver la opción antes de poder hacerla.

La Suprema Corte de Canadá recientemente eligió legalizar la eutanasia y el suicidio asistido. El intento reduccionista de controlar todo es visible aquí. La ley, por definición, tiene que ver con el control, lo que deberíamos y no deberíamos hacer. Pero hay una diferencia entre la ley de impuestos y una ley que define lo que queda más allá de la definición, el misterio de la vida y la muerte y de cómo respondemos a ellos. La eutanasia, ¿realmente es algo que debería ser legal o ilegal? ¿Se puede reducir el tema a un estatuto?

La sabiduría de la dimensión de cuidado paliativo de la medicina, enraizada en todas las grandes tradiciones de sabiduría, dice que debemos matar el sufrimiento, no al que sufre; que la calidad, no la cantidad de vida es lo importante. Reducir esto a “derechos” es equiparar el don de la vida con el consumismo. No ver esto evidencia ignorancia de lo que la ciencia médica – al servicio de la integridad – ha aprendido en décadas pasadas y de lo que hace día a día para proteger a los más vulnerables en la sociedad, quienes son puestos en mayor riesgo por esta legislación. A una cultura que puede producir esta situación le falta alguna dimensión vital del paisaje mental. El espíritu tiene dimensiones materiales y lo material tiene una dimensión espiritual. Jesús experimentó esto en Getsemaní y llevó a cabo su expresión completa en el jardín de la resurrección. Continúa en el cuerpo místico de Cristo. Este cuerpo espiritual no puede reducirse a una fórmula doctrinal, porque existe en un universo de experiencia en expansión. El Cuerpo de Cristo es, en última instancia, todo el mundo material, incluyendo el pico evolutivo logrado por la conciencia humana. Se ha vuelto radiante con la experiencia consciente de que su propia fuente, curso y destino son uno.

¿Cómo podemos recuperar lo que perdimos sin perder lo que hemos ganado? Como la seguridad hospitalaria, la respuesta es simple. Atiende y reza. Estate despierto y vuelve tu atención de ti al otro. Desarrollar el arte de la contemplación nos hace avanzar en nuestro viaje evolutivo, no nos lleva hacia atrás en el tiempo en retirada de los “estreses” del presente. Pero para esto se necesita más que meramente estar consciente en el presente. La conciencia plena (estoy diciendo lo que muchos budistas también creen) no nos lleva lo suficientemente lejos, aunque ciertamente puede comenzar el proceso.

Pero para hacer esto, todas las tradiciones espirituales en nuestra cultura deberían estar agradecidas a los profesores de atención plena secular. Han abierto la puerta a una dimensión que el movimiento reduccionista parecía haber cerrado en la cara de la meditación como la simplicidad radical que es.



Aunque la atención plena sin meditación a menudo permanece encerrada en la visión reduccionista al excluir ese contexto mayor en el que la conciencia se expande: la grandeza y trascendencia del espíritu. Al estar atentos en el presente, de nuestros sentimientos, estados mentales y respuestas, estamos dando el primer paso. Pero el proceso más profundo y transformador empieza cuando nos movemos a la meditación y aprendemos la más simple pero más exigente de todas las artes humanas: sacar la atención de nosotros mismos. A través de profunda empatía, la historia que nos ha absorbido en esta temporada litúrgica, el sufrimiento, muerte y resurrección de Jesús, nos muestra lo que esto significa. Significa dejar atrás nuestro yo y encontrarnos en Dios a través de una transformación de nuestras relaciones con los demás.

En nuestras instituciones seculares modernas hay todavía un miedo a ser explícitamente espirituales e incluso a cualquier asociación con tradiciones religiosas. Esto es resultado de dos extremos de la religión, por un lado la tibia religión externa del pasado y, por otro, el violento fundamentalismo de la religión del presente. Si esta reducción de la religión a una mera fuerza social fallida nos condena a no ir más allá que a estar conscientes de nosotros mismos en el viaje de la conciencia, no tendremos suficiente poder para sacudirnos de esta crisis cultural por la que pasamos.

Por ello, esta es la era de la contemplación, algo que grandes científicos intuyeron antes que muchos líderes religiosos. Ayudará a llevar a la ciencia a su nueva frontera de tiempo y espacio. Pero con o sin religión, debemos entrar en la contemplación. Esta es la era del corazón, la integración de la conciencia de ambos centros del ser, donde la mente es llevada al corazón y todo nuestro ser se compromete en la radical simplicidad del amor.

La práctica de la meditación llega al corazón de la gente moderna que anhela algo más que la superficialidad del consumismo y la disfunción social. Podemos empezar a meditar por razones que más adelante parecerán centradas en uno mismo. Nuestras razones para perseverar serán distintas que las razones iniciales. Como nos enseña la experiencia, a través de la práctica y con el crecimiento de la conciencia de la comunidad que nos rodea, nos relacionaremos de manera diferente a la tradición. Ya no necesitaremos textos escritos del pasado, excepto para afirmar y explicar lo que estamos aprendiendo por nosotros mismos. No estaremos, como muchas veces pasa con la gente religiosa, buscando experiencias de segunda mano o siendo mirones de lo espiritual. Seremos exploradores.

Meditamos para aprender que, tal como somos, con nuestras faltas y fracasos, aun así somos atraídos al remolino divino.

Culturalmente veremos que la meditación nos conduce a una conciencia contemplativa que transforma cuerpo y mente. No es, como nuestras hiperactivas mentes temen, la extinción del yo en el fin del pensamiento. Las distracciones y los deseos continuarán. Pero aprenderemos a desapegarnos de ellos. Nos conducirá a esa pobreza de espíritu - no posesiva; libertad no controladora – que es el fundamento de la paz, la justicia y la acción compasiva. Saborearemos la delicia del cese de las ansias y la libertad de la compulsión de ser perfectos, exitosos y aprobados.

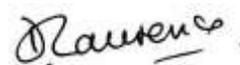
“La tierra será llenada con el conocimiento de la gloria del Señor, como las aguas cubren los mares” (Hab.2:14).

Las grades tradiciones de sabiduría – como lo ilustra la muerte y la resurrección de Jesús – nos ofrecen una manera de morir dejando ir todo, ahora, en cada meditación y cada vez más, en cada momento del día. Entonces, la “segunda muerte” – nuestra expiración biomédica - ya no tendrá poder sobre nosotros. Libres del miedo a la muerte seremos libres para vivir plenamente. El camino a esto no es el camino que promete el reduccionismo – control sobre todo mediante la separación de todas las cosas. Es un camino más angosto pero que nos conduce a la vida.

El camino de la autorrealización es el camino del auto vaciamiento. En Getsemaní y en el calvario, Jesús ingresó al gran auto vaciamiento que había sido su propio nacimiento. Así como Dios tuvo que dejarse ir para que la Palabra se hiciera carne, así Jesús tuvo que dejar su humanidad de manera de retornar e iluminar el camino para que nosotros lo sigamos. “Donde yo voy... ustedes me seguirán más tarde” (Jn 13:36).

La experiencia contemplativa transforma a la religión porque hace obvio cuán humilde es Dios. Él no necesita nuestra alabanza, sólo nuestro amor. Transforma el mundo porque nos restaura a la experiencia personal y directa de Dios. En Jesús vemos cómo Dios siempre toma el lugar más bajo. La religión contemplativa expone, como también lo hace el ocasional gran líder religioso, la redundancia de las jerarquías y los sistemas de poder destinados a controlar que son regularmente instalados en esa humildad divina y que la oscurecen. Lo que el reduccionismo no entiende, pero la pobreza de espíritu sí, es que el más grande poder en el cosmos viene del no tener poder, de la kenosis, del auto vaciamiento.

¿Por qué las personas se sienten atraídas a la meditación y por qué es tan importante enseñarla? Porque nos alimenta en la verdad, no con ilusión. Y porque nos muestra que no meditamos conducidos por el deseo de ser iluminados. Meditamos para aprender que, tal como somos, con fallas y embarazosos fracasos, aun así somos atraídos al remolino divino. Somos transformados en lo que estamos acercándonos a ver: el ego se encoge. El reduccionismo por medio del cual tratamos de controlar el mundo es reducido a cenizas en el fuego del amor. Así, las cenizas que usamos el miércoles de ceniza habrán cumplido su propósito.



2015 Seminario John Main

David Tacey: "La Religión y la Espiritualidad pueden volver a unirse y la WCCM forma parte de esto"

El Seminario John Main 2015 reunió a 220 personas de 10 países en la Universidad de Waikato en Hamilton, Nueva Zelanda, durante el mes de Enero. Este es el evento anual más importante de la WCCM y una vez más fue una magnífica oportunidad para experimentar silencio, comunidad y reflexiones del conferencista Profesor Emérito David Tacey de Melbourne Australia. El tema que se trató fue "La Espiritualidad y la Religión en una Época Secular". El P. Laurence Freeman dirigió antes del seminario el retiro sobre "Meditación como un Camino Espiritual Moderno"



El Seminario en Hamilton tuvo participantes de diez países

Comentarios sobre el Seminario (aquí y en la página siguiente):

Ha sido una experiencia maravillosa para mí como conductor del Seminario. Me dio la oportunidad de ordenar mis pensamientos sobre una serie de tópicos que han ocupado mi mente por años. Enfocó esos pensamientos y me encantó encontrarme con tantos compañeros de camino de mentes abiertas y corazones receptivos. Fue mi primer encuentro con la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana y espero que no sea el último. Para mí el punto culminante del Seminario fue la maravillosa expresión espontánea del maorí waiata (canción) al final de mi charla sobre espiritualidad en los jóvenes. Fue para mí un momento de gracia, que siempre recordaré y atesoraré.
(DavidTacey)

David Tacey y el JMS 2015

Una de las cosas que hay que decir de la "revolución espiritual" es que recibe mucha publicidad positiva, particularmente de la gente joven. Pero debajo de la publicidad muchos de estos jóvenes se encuentran perdidos y una de las razones por las que se encuentran perdidos es que no tienen raíces. Ninguna historia ancestral. No hay una tierra fértil en la que puedan sembrar su planta espiritual. Y las raíces son la tradición. Sin tradiciones, mucha espiritualidad, y muchos jóvenes se marchitarán como flores en un jarrón. Se necesita algo más. Sin embargo lo que experimentan creo que es genuino. No es solo fantasías de "New Age", es el retorno del Espíritu en una era secular.

Así que habiendo descrito la situación de la espiritualidad y la religión, no creo que la situación sea permanente o irremediable.

Creo que la espiritualidad y la religión pueden reunirse otra vez y pienso que la WCCM es parte de esto y se encuentra a la vanguardia de la reconciliación de estos dos continentes separados, la religión y la espiritualidad. Es por esto que me dio mucho gusto recibir la invitación para hablar aquí porque siento que esto es una de las señales positivas claves de hacia dónde nos debemos de mover.

En nuestro mundo secular moderno, olvidamos fácilmente que tenemos un origen divino, una fuente divina; que la energía incandescente de nuestro espíritu emana del Espíritu de Dios. *John Main*

Seminario John Main 2015



Meditación caminante de cada mañana

Fue un verdadero acto de fe el ser anfitrión del Seminario John Main 2015 en Hamilton, Nueva Zelanda. Sabíamos desde un principio que para que el evento fuera un éxito tendrían que venir un gran número de participantes de fuera. Alrededor de 270 personas se registraron de las cuales casi la mitad venían de otros países. Estar con meditadores de más de 10 países me hizo darme cuenta que somos una comunidad basada en el amor, en la esperanza y en la recitación de la palabra sagrada, maranatha. ¡Fue una experiencia realmente increíble! **(Vincent Marie, Nueva Zelanda Coordinador Nacional)** Una semana de reflexión silenciosa, de estimulación espiritual y la magnífica hospitalidad de Nueva Zelanda. **(Richard Cogswell, Australia)** Durante el seminario y las meditaciones en Nueva Zelanda, como meditador desde Noviembre del 2004, impredeciblemente era como lo que experimentó Saúl en Damasco: un rayo de luz tibia penetró suavemente en mi alma: los dos continentes ahí, uno la racionalidad y el otro ansioso del Señor, el cual se disuelve como uno en el amor del Señor, habiendo sosegado mis

temores, dudas e incertidumbre. Deo Gratias! **(Lina Lee, Hong Kong)** Este retiro John Main fue revisitar mis estudios en literatura y filosofía e integrarlos con mi viaje espiritual actual. Es también un recordatorio que la religión y la espiritualidad son uno y solamente uno, o sea dos caras de la misma moneda. Por un lado es triste ver su separación hoy en día. Por el otro lado, es bueno saber que la meditación Cristiana será el camino de su reunificación. **(Celina Chan, Hong Kong)** Sentí la conciencia comunitaria de nuestra Comunidad de Meditación (WCCM) en el Seminario en Hamilton. Se hizo verdaderamente visible con los fructíferos resultados del Seminario y el Retiro, la camaradería y la organización total; felicidades al equipo de Nueva Zelanda. Tiene que ser el poder interior del amor y la creatividad trabajando en nuestras meditaciones diarias. Aún en el peregrinaje posterior al retiro, estábamos muy cómodos durmiendo como una comunidad, sin barreras, Alabado sea el Señor. **(Patrick Prakash, Singapur)**

El Seminario John Main siempre es un momento para refrescar la experiencia de meditar en Comunidad y profundizar en el estudio y conocimiento. Esta es la quinta vez que participo y siempre me sorprende la generosidad y la riqueza de la diversidad cultural. David Tacey nos dio muchas perspectivas nuevas y para mí reforzó el papel de la Meditación Cristiana en el mundo. **(Leonardo Correa, Brasil)** Estuve encantado de tener la oportunidad de asistir al Seminario. El lugar fue magnífico con edificios modernos en un campus muy espacioso y días soleados espléndidos. El P. Laurence enfatizó la necesidad de crear el ambiente adecuado para estar atentos y alertas en la preparación para la meditación. También remarcó que la Meditación nos habilita para estar permanente conectados a la presencia del Espíritu de Jesús quien habita en nuestro interior.

La experiencia del Profesor Tacey de haber vivido con aborígenes en Australia le ayudó a clarificar que los "occidentales" tienen sus creencias religiosas en su cabeza y los aborígenes las tienen en el corazón. El propuso que el "conocimiento de la cabeza" en lugar del "conocimiento del corazón" es la razón de que la asistencia a las iglesias disminuyendo en el mundo occidental. **(Sam Eathorne, Fiji)**

Online

Todas las charlas (del Retiro anterior al Seminario y del Seminario John Main) están disponibles en audio y video aquí:

http://tiny.cc/jms20151_AV

NOTICIAS

El P. Laurence se encuentra con la Madre Mangalam



El 21 de enero, día del cumpleaños de John Main, el Padre Laurence visitó la Sociedad de la Vida Pura en Kuala Lumpur. Es el lugar donde John Main aprendió a meditar hace 60 años. En la foto de arriba, el P. Laurence y la Madre Mangalam, presidenta de la Sociedad. Después de su visita el P. Laurence dirigió un retiro en Penang sobre el tema “Los ocho grandes problemas de la vida”.

Canadá

El P. Laurence visitó Canadá en febrero y pudo comprobar el crecimiento de la enseñanza de meditación a los niños, especialmente en Hamilton, Ontario. Dio un seminario a más de 250 directores, maestros y líderes educativos, un retiro para Comités Escolares y un discurso de apertura en la Universidad Waterloo de St. Jerome. Puedes ver un video (con subtítulos en castellano) acerca de la meditación con niños en Ontario aquí: http://tiny.cc/children_canada

Polonia

La WCCM de Polonia realizó un retiro de meditación cristiana en noviembre de 2014 con 120 participantes de todo el país. El tema fue “Silencio: el desierto, el monasterio y el arte moderno”. El retiro fue conducido por el P. Bernard Sawicki (OSB), ex abad del monasterio benedictino de Tyniec.

Cambios en nuestro equipo

La coordinadora nacional de Suiza, Catherine Charrere, traspasó su función de Directora de Enlace con las Comunidades Nacionales a Kath Houston de Australia. Kath comentó: “Espero apoyar a los coordinadores nacionales en el trabajo que están haciendo para la misión de la Comunidad, así como llegar a conocerlos mejor personalmente y fortalecer las relaciones entre los coordinadores nacionales para fortalecer nuestra visión para la Comunidad Mundial en el futuro”.

Hitos: nuevos encuentros en el Centro Meditatio

El Centro Meditatio en Londres realizó la primera charla de su serie “Milestones” (Hitos) el 18 de febrero, miércoles de ceniza. El P. Laurence Freeman habló sobre el tema “Niñez”. Puede ver el video de la charla o bajar el audio en http://tiny.cc/childhood_LF.

Las otras charlas serán: Edad adulta (21 de mayo), Madurez (3 de septiembre) y Transformación (3 de noviembre). Puedes tener más información sobre inscripciones en la web de Meditatio www.wccmmeditatio.org

Todas las charlas de estas series serán emitidas en vivo por la web. Los detalles de cómo participar estarán disponibles en www.wccm.org

Otros cambios en la Oficina Internacional de Londres: Rachel Sharpe (Directora de Desarrollo) y Jeroen Koppert (Coordinador de IO) culminaron su periodo y dejaron un legado perdurable en la comunidad por lo cual estamos todos muy agradecidos.

NOTICIAS

Jean Vanier

Retiro con Laurence Freeman, 3 al 7 de junio



Jean Vanier / ganó recientemente el Premio Templeton 2015 / y Laurence Freeman conducirán un retiro juntos en Trosly, en el Centro Internacional L'Arche, Francia/sobre el tema: Entrar a la Oración de Silencio. Para informarte sobre este retiro fíjate en <http://tiny.cc/trosly>

Meditación en la Tradición Monástica *San Anselmo, Roma, 28 de Junio al 5 de julio*

Esta excepcional semana estará abierta a todos – como dice San Benito – los que están buscando verdaderamente a Dios. Congregará a monjes, oblatos, estudiantes y a gente que desea integrar las dimensiones contemplativas y activas de la vida. Cada día se alternan estudio y práctica, silencio e intercambios, soledad y compañerismo. Cada día se seguirá el ritmo monástico de los Oficios Divinos, la Eucaristía y períodos de meditación que se incorporarán en esos tiempos de oración. También habrá tiempos de lectio y silencio comunitario. Los oradores serán Laurence Freeman OSB, Bernard Sawicki OSB, Joseph Wong OSB, Paolo Trianni, Sor Lorella Fracassa, Stefan Reynolds, Tim Casey, Guadalberto Bormolini y la Rev. Dra. Sarah Bachelard. El discurso de apertura estará a cargo del Abad Primado Notker Wolf, OSB. Para más detalles y registrarse visitar el sitio HTTP://tiny.cc/Sanselmo_WCCM



Nuevas caras en Casa Meditatio de Londres



La Casa Meditatio House dio la bienvenida reciente a dos nuevos miembros: Augustine and Fr. Sergio Mancini. De izquierda a derecha: P. Laurence, Augustine (China), Henriette (Holanda), Andrew (Australia), P. Sergio (Argentina) y Fabio (Brasil).

Retiro de la Escuela en Inglaterra en Septiembre

La Comunidad en el Reino Unido está organizando su Retiro de la Escuela en Septiembre (4 al 11 de Septiembre 2015) en Yorkshire Dales. "El lugar es una parte hermosa y tranquila parte de Gran Bretaña, famosa por sus espectaculares senderos. La semana será dirigida por Kim Nataraja y nos deleitará compartir esta oportunidad con la comunidad más amplia" dice Jacqueline Russell, coordinadora de la Escuela de Meditación del Reino Unido. Para más información contacta a Jacqueline jacqrussell3@gmail.com. El Retiro de la Escuela es apropiado para gente que ha estado meditando seriamente por algún tiempo en nuestra tradición. El Retiro Internacional de la Escuela se realizará este año en San Francisco, Estados Unidos, del 6 al 13 de diciembre.

*Denise McMahon msm,
Coordinadora Nacional, Fiji*

Meditación Cristiana en las escuelas de Fiji

Aunque sucesivas generaciones de niños que viven en las cercanías del Centro de Oración han aprendido a meditar y notamos los efectos positivos visibles que se han producido en ellos, la Meditación Cristiana en Fiji ha tardado un buen número de años para ser aceptada y aprendida. La Meditación en Escuelas fue iniciada por Maura Hennesy SM en una escuela de la isla de Ovalau hace alrededor de quince años y por algunos años fue parte del programa escolar diario. Lamentablemente la práctica fue dejada de lado cuando un nuevo director se hizo cargo. Al mismo tiempo en Suva, un grupo dirigido por el P. Denis Mahony SM, con el consentimiento del Director Católico de Educación, dio seminarios sobre la Meditación Cristiana al cuerpo de docentes de escuelas de primaria y secundaria en Suva. Esta aventura no tuvo éxito, y no se pudo llevar a cabo. Tal vez los maestros no estaban muy convencidos sobre la aceptación de los niños al silencio y la quietud. Ese fue el final del trabajo en las escuelas por unos años exceptuando a la escuela de los Hermanos Maristas donde el Hno. Sam Eathorne introdujo la prácticadiaria de la meditación y el P. Denis comenzó aquí en el Centro de Oración un grupo de meditación con niños que se reunían por veinte minutos después de cada misa de los domingos. Luego, unos seis años después, el Padre y yo fuimos invitados a varias escuelas primarias y secundarias de Suva para enseñar meditación. Esta vez adoptamos una estrategia diferente, pidiendo enseñar a los niños en sus aulas e insistiendo en la presencia de los docentes durante la enseñanza. También pedimos tener la oportunidad de hablar con el grupo de docentes sobre la meditación y su importancia para los niños.

Los maestros comenzaron a notar con cuánta facilidad los niños practicaban la meditación y los buenos efectos que producía. A los niños parecía gustarles. Todas esas escuelas tienen ahora tiempos diarios de meditación y algunas de ellas tienen dos tiempos de meditación, al comenzar el día escolar y al terminarlo. Algunas escuelas tienen sistemas de sonidos instalados, y la meditación puede ser coordinada desde el centro administrativo, con los maestros dirigiendo la meditación por turnos. Este año el grupo de meditación escolar se ha expandido con varios maestros retirados que generosamente se han unido. Hemos visitado 12 escuelas en las cuales la meditación está establecida como práctica diaria, y también hemos visitado 6 nuevas escuelas de primaria y secundaria que están iniciando la meditación diaria. La falta de tiempo no nos ha permitido aceptar más invitaciones a escuelas en otras islas en Fiji, pero esperamos hacerlo en este año 2015.

Diálogo Interreligioso

Un evento interreligioso muy interesante ocurrió en noviembre de 2014: la apertura del Centro de Meditación Universal en el Colegio Swami Vivekananda, una gran escuela secundaria dirigida por la misión Rama Krishna. Este proyecto fue desarrollado para promover la armonía entre las diferentes creencias en Fiji y para enseñar a aproximadamente 1.000 estudiantes del Colegio, la meditación de acuerdo a sus respectivas creencias tradicionales. La apertura oficial incluyó un simposio sobre meditación en la tradición del Islam, el Cristianismo y el Hinduismo y la importancia de la meditación para los jóvenes. Nuestro arzobispo Peter Loy Chong, me ha pedido a mí que hable sobre la meditación en la tradición cristiana. Ha sido un gran privilegio el poder tomar parte en un diálogo interreligioso a este nivel.

Swami Tadananda, el coordinador del proyecto, cree que la meditación es importante para los jóvenes para su propia felicidad y bienestar pero también ofrece una importante contribución a la formación de futuros líderes para el país y el mundo.

Estamos muy agradecidos a la WCCM por el apoyo que hemos recibido a lo largo de los años, que nos ha permitido comprender a nosotros mismos la enseñanza, para luego ser parte de esta maravillosa tarea de transmitir a los niños y jóvenes cómo meditar, uno de los más grandes dones que pueden recibir.



MEDITACIÓN EN PROCESO

En foco

Andrew Mc Allister



Hay una ruta que va desde mi pueblo australiano de Bathurst a una pequeña villa llamada Perthville. Una parte de ese camino de 10 kilómetros estuvo alguna vez cubierta de árboles enormes. En los días brillantes de verano se sentía como estar manejando dentro de una cueva. Durante el otoño era como conducir dentro de una pintura de Van Gogh. Una parte profunda dentro de mí canta al recordar esta pequeña sección del camino.

Nunca he podido sacudirme de esta parte de mí que canta. Por lo tanto, he sido algo así como un contemplativo “inadaptando” mi camino a través de la vida, como una pelota redonda entrando y saliendo de agujeros cuadrados. Renegar de este espacio interior profundo para mí significaría una muerte en vida. Sin embargo, como los árboles bloqueando el sol en el camino a Perthville, el miedo a menudo ha bloqueado mi experiencia de este espacio profundo. Y sin embargo, la luz

del sol siempre encuentra un camino para pasar. Gran parte de mi vida se relaciona con la búsqueda de estos transparentes y frágiles rayos, y otra gran parte se relaciona con la oscuridad.

No desarrollé mi vocación contemplativa dentro de la iglesia. Estoy agradecido por esto. Creo que ahora es el momento para que la vida contemplativa sea una presencia profética en el Cuerpo de Cristo. Una vocación contemplativa es simplemente crecer en el amor y ser uno mismo. Y así, todos podemos ser místicos. Muchos lo son y no lo saben.

A mediados de los noventa otro inadaptado me mostró la meditación cristiana. La WCCM acabada de surgir del reciente Seminario John Main de New Harmony, EEUU. Fui inmediatamente atraído por la meditación como una manera nueva de vivir una tradición ya establecida. Sin embargo, al mismo tiempo tuve mis sospechas y me mantuve apartado.

Animado por el Espíritu empecé el desafío de permanecer fiel a la práctica. Por algún tiempo medité por fuera de la WCCM. Ya pasando los 30 años continué sintiendo, a veces agudamente, el desafío de meditar. Durante este tiempo luchaba contra la depresión y la ansiedad. Una mañana, un frágil rayo de luz me dejó una cálida convicción: “sigue meditando, no te detengas ahora”. Esto era vida y muerte, el momento “elige la vida” de Jeremías (21:8) y también de las remeras Wham. Esta convicción a menudo retorna justo antes que mi práctica de meditación se profundice de alguna manera (tal como lo

hizo aquella vez).

Hoy mi práctica de meditación se mantiene firme por la gracia que el desorden mental ha otorgado a mi vida. Mi ego se ha rendido y ha dejado de querer dominar el mundo – alabado sea Dios. Simplemente no es lo suficientemente fuerte.

Hace siete años asistí a un grupo de meditación de “jóvenes meditadores” en Paddington, un suburbio de Sidney. Ya me había cansado de meditar sin un grupo. La rutina del grupo de “una vez a la semana y una vez al mes al pub” fue atrayente. Las personas del grupo fueron una bendición. Contactar con este grupo significó contactar con la comunidad de meditación de Australia y la WCCM en general. Esto significó contactar con los oblatos de la WCCM. Para mi sorpresa y preocupación me encontré atraído a ser oblat. Seguí esta atracción, esta invitación. Pronto descubrí que las huellas de Jesús que trataba de seguir también contienen las huellas de Benito. Me descubrí como un monástico viviendo contemplativamente en el mundo.

Ahora estoy viviendo en la Casa Meditatio, en Londres. Como oblat de la WCCM y en esta casa en comunidad encuentro un hogar lejos del Hogar. Un agujero redondo.



El Boletín Meditatio se publica 4 veces por año por la Oficina Internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, 32 Hamilton Road, London W5 2EH, UK. Tel: +44 208 579 4466
E-mail: welcome@wccm.org
Editor: Leonardo Correa (leonardo@wccm.org)
Diseño Gráfico: Gerson Laureano

Coordinadora Internacional: Pauline Peters (paulinepeters2@gmail.com)
Editora de la versión en español: Marina Müller meditacion.cristiana.grupos@gmail.com
Traductores de este número: Javier Cosp Fontclara, Marta Geymayr, Guillermo Lagos, Enrique Lavin, Maren Thorheim.

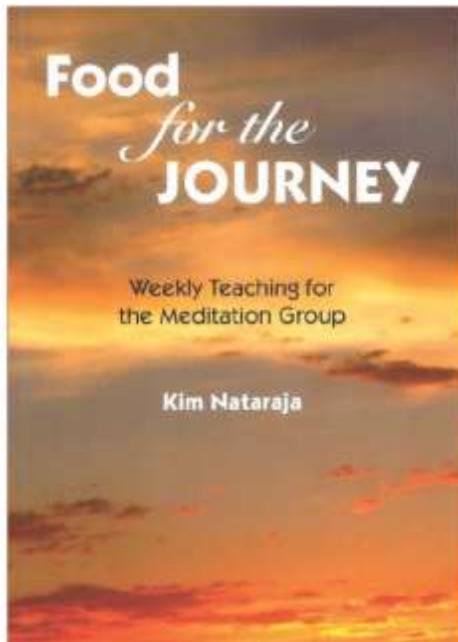
¿Quieres colaborar en el Boletín Meditatio? Nuestra próxima fecha límite es el 5 de junio.

RECURSOS

Libros

Food For the Journey (Alimento para el camino)

Kim Nataraja

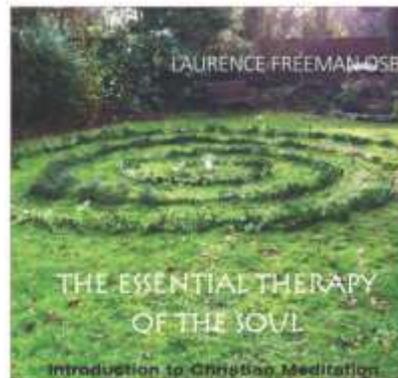


Este libro se compone de tres ciclos anuales de las Enseñanzas Semanales. Como dice el P. Laurence, “las Enseñanzas Semanales forman una serie en construcción y se constituyen en un sólido fundamento de la tradición en la que meditamos.” El libro puede ser usado como un elemento de enseñanza en los grupos semanales o formar parte del intercambio después de la meditación. Para precio y pedidos: www.meditatiostore.com

CDs

The Essential Therapy of the Soul (La terapia esencial del alma)

Laurence Freeman OSB



El P. Laurence nos presenta la meditación como disciplina espiritual, como camino de sanación y plenitud. La meditación es la terapia esencial del alma. Esta simple enseñanza y las lúcidas respuestas a las preguntas más frecuentes te inspirarán para comenzar el camino y te darán valor para continuar.

Precios y pedidos: contacta el centro de recursos más cercano

Blog sobre la Regla de San Benito

La casa comunitaria Meditatio de Londres ha iniciado un nuevo blog. Andrew, quien vive en la comunidad, comparte el diálogo diario sobre la Regla en la vida cotidiana que se lleva a cabo cada mañana entre sus miembros, y les invita a participar. “Cualquiera que esté interesado entre la relación entre meditación y el estilo de vida benedictino está invitado a leer y contribuir a este blog”. Para leer el blog ir a: http://tiny.cc/blog_rule

Si quieres recibir las Enseñanzas Semanales en castellano, puedes pedir las a <http://eepurl.com/beV0jr>

La lista de correo electrónico de la WCCM: en idioma inglés. Suscríbete en nuestro sitio web (wccm.org) para recibir Daily Wisdom (Sabiduría Diaria), Weekly Readings (Lecturas Semanales), The Tablet (La Columna Tablet), the Monthly Newsletter (el Boletín Mensual) y Series Especiales como Lent Reflections (las Reflexiones de Cuaresma). Las Lecturas Semanales y las Reflexiones de Cuaresma son traducidas habitualmente y las encuentras en www.meditacioncristiana.net

Visita la página de Meditación Cristiana en Amazon: <http://astore.amazon.com/w0575-20>

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@medicmedia.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