



Flores de Meditación Cristiana en el Caribe

Laurence visitó Trinidad, Sta. Lucía, San Vicente y Barbados y vio el crecimiento de las enseñanzas gracias a la Hna. Ruth Montrichard y al Obispo Jasan Gordon



En este número:

2 Laurence Freeman

Recontar la historia, derrotar la ilusión y abrazar la realidad

9 Noticias

Ora et labora: trabajo y oración silenciosa en un proyecto de Portugal

10 Reseña de cine

Jim Green comenta Ida, un film de Pawel Pawlikowski



Una carta de Laurence Freeman, OSB

Queridos amigos:

A fin de año empieza una nueva historia. Pero la temporada de Navidad trata de relatar nuevamente una vieja historia, que se renueva al escucharla otra vez con la lente de la experiencia de lo que hemos vivido desde la última vez que la escuchamos. Transmitida por veinte generaciones, la historia de Jesús no es – y no estaba llamada a ser – una biografía, y ciertamente tampoco la clase de información periodística con la que estamos hoy familiarizados. Tampoco trata primordialmente sobre hechos históricos objetivos excepto en cuanto se refiere a una experiencia inusual de presencia actual, una dimensión de la realidad diferente de cualquier otra de la que sepamos que estamos concientes. Parece una historia tan fácil, tan directa, seductoramente ligada con todos nuestros recuerdos de Navidad desde nuestra infancia. Y sin embargo, tan implacablemente subversiva de todas las maneras falsas e incompletas de ver las cosas.

Recuerda cómo comienza. María está comprometida con José, pero antes de vivir juntos ella queda embarazada. Afortunadamente, José es un hombre bueno y de todos modos la recibe. De esa manera, Jesús entra al mundo al filo de la navaja, entre una segura respetabilidad y una peligrosa marginalidad. El Hijo de Dios llega casi como un bastardo, un paria social para su época, con el peor de los sellos: la ilegitimidad, con la cual comenzar la vida. Así, podríamos pensar, pasó a través de eso; entonces las cosas pueden seguir normalmente, como deberían ser. Convencionalmente, respetablemente, predeciblemente, el sueño de lo que el lenguaje corporativo hoy llama “sustentabilidad”: todas las formas del intento que hacemos de estar seguros, protegidos. Parecen ayudarnos a negar la mortalidad y a ignorar el abismo sobre el cual caminan nuestras vidas.

Pero las cosas continúan yendo mal en la historia. Primero, no hay lugar en la posada, aunque él hace algunos lindos presentes, algo simbólicos. Luego, con seguridad, él puede ir a su hogar y disfrutar de un buen ambiente de familia extensa. Pero José tiene otro sueño y se convierten en refugiados, huyendo para salvar sus vidas mientras ocurre una masacre de inocentes, como la de Peshawar. Eventualmente, es seguro para ellos volver y hay, podemos imaginar, unos pocos años pacíficos de crecimiento. Pero era un país ocupado con ataques terroristas y desmanes de los que la sagrada familia debe por lo menos haber oído hablar. Pero pensemos que ellos disfrutaron hasta cierto punto de lo que todos, los padres en especial, desean: calma, seguridad y rutinas seguras con gozos accesibles.

Luego él pierde todo nuevamente cuando su auto conocimiento y su misión simultáneamente surgen en él. Pronto se vuelve una celebridad controvertida, una vez más al filo de la navaja del rechazo social y la exclusión. Él desafía – como el Papa actual – las reales seguridades que los líderes y los privilegiados construyen para evitar la realidad: la hipocresía moral, la religión que bloquea la consciencia espiritual y las elaboradas y bien defendidas imágenes de Dios, en realidad una blasfemia que afirma ser sagrada. Así, no sorpresivamente, la historia termina como comenzó, en fracaso, el salvador cayendo fuera de foco, universalmente condenado, un profeta fracasado, un sanador que no pudo salvarse a sí mismo. ¡Qué historia! Tal vez deberían consolarse muchos progenitores que se sienten mal porque no han creado “una familia perfecta” y no han sido capaces de dar a sus hijos toda la seguridad y el amor que necesitan. Esto nos recuerda que hay un sentido, o al menos un camino a través de nuestro fracaso en ser lo que podríamos (o deberíamos) elegir ser.

¿No es interesante, entonces, que tan fácilmente evitemos el significado liberador de la historia de Navidad convirtiéndola en un pastiche, en un cuento de hadas? Cuando hacemos esto, estamos evitando las mismas cosas que la historia está designada a exponernos, despejarnos y liberarnos. Si no captamos su sentido, permanecemos encerrados en una imagen de Dios que no solo es errónea sino que nos impide crecer en nuestro potencial, aprisionándonos en la culpa y el fracaso.

Dios es visto entonces no como viniendo a nosotros, para “liberarnos de nuestros pecados”, sino para acrecentar el castigo.

Teresa de Lisieux en su simplicidad profunda, duramente ganada, lo vio claramente. A ella la hería ver cuántos cristianos tenían miedo de Dios. ¿Cómo podía alguien, decía, estar atemorizado de un Dios que se hizo niño?

Pero no podemos culpar a otros de esto. Lo que es realmente atemorizante no es el Dios real sino el terror que sentimos de perder nuestras ilusiones. Para defender las formas en las que construimos el mundo como una defensa contra la dura realidad, construimos sistemas, sobrevaluamos instituciones y desarrollamos estrategias en las que confiamos en exceso. Luego, si podemos arreglárnoslas, decimos que esto es lo que Dios quiere. La vida es tan corta y vulnerable que no sorprende que evaluemos así nuestros sistemas y nuestra seguridad. Y con frecuencia esto funciona. Como la industria aeronáutica, que ha tejido el mundo en un continuo espacio temporal y ha cambiado nuestras formas de imaginar el planeta y de relacionarnos con nuestros semejantes. En este proceso, por supuesto, nos hemos vuelto “clientes comerciales” más que heroicos viajeros y peregrinos. La planificación reemplaza ahora a la larga, peligrosa, incómoda experiencia de viajar, que era el privilegio de unos pocos, y que llevó a la gente a través de diferentes culturas y climas a un ritmo humano, dando tiempo para saborear las transiciones y grados de la cultura, de asimilar y procesar las diversidades de idiomas, alimentos, creencias y formas de adoración. En cambio, estamos obsesionados por la velocidad. Hemos creado una cultura de asombrosa esterilidad y un frenesí de consumismo en el sistema global de aeropuertos. Pero es seguro. Las normas de la industria han creado, por un determinado precio, la más segura forma de transporte jamás vista. Así que, hurra por el reduccionismo y la estandarización con las herramientas tecnológicas que están funcionando. Pero cuando no lo hacen, la ilusión de seguridad, la negación de la realidad caen. Tras un pequeño rasgado del velo, antes que se repare, vemos que el abismo todavía está allí. Tanto como recuerdo, he perdido solo dos vuelos en los últimos 25 años (muchos más han sido cancelados o demorados). Ayer perdí dos en el mismo día. Cuando pasó toda la agitación, la vergüenza de tener que cancelar un compromiso, el correr sudoroso de una entrada a otra para salvar la situación, tuve un par de horas para relajarme y recibí una gran gracia.

Todas las cosas malas contienen gracias que esperan aparecer, como la mariposa a partir de la crisálida marchita, o un ángel irguiéndose sobre los escombros de un día de tristeza, que nos hace mirar hacia arriba, sobre nuestra derrota. Ayer, el ángel de Heathrow no apareció así. Pero mi gracia fue que, aún con mi agitación y el frenesí consumista del duty-free alrededor de mí, pude meditar en un rincón tranquilo y restablecerme. Vi que, aunque por supuesto importaba, tampoco importaba. Y esa paz es más profunda que la agitación. Aún me enseñó nuevamente qué tesoro está esperándonos, siempre tan fielmente, en el corazón humano. No lo había olvidado. No había dejado de creer en ello. Pero necesitaba verificarlo; y estuvo feliz de ser reencontrado.

Este reencuentro es lo que hace soportable y significativa la vida y esencialmente digna de ser vivida. Con cada nuevo descubrimiento la fe crece más honda y nuestros corazones están mejor asentados en un lugar de gratitud.

Se nos enseña desde muy jóvenes que debemos ser agradecidos por los regalos que recibimos o por los privilegios de nuestras vidas. Pero nos lleva mucho tiempo ser capaces de ver y apreciar de verdad esas cosas que deberían despertar espontáneamente nuestro espíritu de gratitud, sobre todo no por las cosas que tenemos sino por el hecho de que existimos.

Fácilmente nos enfocamos en nuestros descontentos y nuestros deseos insatisfechos. Damos por descontado las cosas verdaderamente bendecidas de la vida que nos conectan directamente con el don mismo de existir. Si temporariamente se oscurecen, podemos decir con desencanto o desesperación “esto prueba que solo son ilusiones”. Sin embargo, vivir sin este sentimiento instintivo de gratitud nos arriesga a descender al abismo y a caer del angosto puente que caminamos entre el nacimiento y la muerte.

En última instancia esto trata sobre decirnos “cómo deberíamos sentir”. Pronto nos volvemos buenos y simulamos, incluso ante nosotros mismos, cómo se supone que deberíamos mostrarnos, educados y conformes a las expectativas de otros, de las que dependemos. Pero se trata de encontrar esa fuente de vida que surge en nosotros de un origen que está más allá del cosmos visible y más allá del misterio del tiempo que comenzó a existir con el cosmos. Que ese origen está en realidad más cerca de nosotros que lo que estamos de nosotros mismos está más allá de la imaginación y por lo tanto, más allá del deseo. Pero es el regalo de Navidad (y de la meditación).

Liberar esta fuente de vida espontáneamente trae gratitud. Esta gratitud dismantela las barreras de rivalidad y sospecha que continuamente nos divide de todas las verdaderas conexiones. ¿Cómo la liberamos? Si tan solo hubiera un sistema, un programa que pudiésemos comprar o inyectar. Pero ocurre simplemente quedándonos en quietud. En la quietud, surge el conocimiento. Imaginamos que este conocimiento llegará como una persona famosa con una comitiva o un ejército invasor que tomará posesión de nosotros.

*Lo realmente atemorizante no es el verdadero Dios
sino el terror que sentimos de perder nuestras ilusiones*

Pero no se la encuentra en la tormenta ni en el terremoto. Llega con el poder de la ternura, con el toque infinitamente leve de Dios y con una auto revelada sensibilidad y respeto por lo creado. Por eso es que tan poderosamente disuelve las tormentas de la ira, el miedo y la adicción. Este tesoro, la semilla creciendo siempre en nosotros, tiene que ser redescubierto continuamente. Encontrarlo – personalmente, por nosotros mismos – es el aspecto esencial del Reino. No puede ser transferido electrónicamente. No es nunca una mercancía, un objeto de intercambio. No tiene precio. Si los ricos y poderosos encuentran que es tan difícil de verlo, no es porque están siendo castigados por su bienestar. Es porque sus hábitos de percepción y de relación están con tanta frecuencia condicionados y atrapados por el afán de posesión y de adquisición que simplemente no están capacitados para verlo. Son como gente tratando de correr carrera en una pista con pesadas botas de montaña.

Y aún, el tesoro siempre decide su propio tiempo y manera de revelarse. Podríamos encontrarlo. Dondequiera que estemos y cualquiera sea nuestro estado mental del momento, es en el tiempo de Dios y no en el nuestro. W. B. Yeats lo encontró una vez que estaba sentado en un salón de té. Su poema sobre ese momento nos recuerda que nunca seamos dogmáticamente prescriptivos sobre dónde Dios puede ser encontrado:

Me senté, un hombre solitario
En un concurrido negocio de Londres
Un libro abierto y una taza vacía
En la cubierta de mármol de la mesa.
Mientras miraba el negocio y la calle
Mi cuerpo súbitamente se encendió;
Y por veinte minutos más o menos
Parecía tan grande mi felicidad
Que yo estaba bendecido y podía bendecir.
(*The winding stair and other poems*)

Como con la historia de Navidad, necesitamos siempre volver a aprender a la vez la experiencia y el significado de descubrir este tesoro. Tal vez lo que ocurrió a través de los siglos fue que escuchamos el informe de lo que (una vez) había sido enterrado en el campo.

Jesús se dedicó totalmente a decirnos que el Reino está dentro y entre nosotros, enterrado en un campo, creciendo como una semilla, descubierto en el reencuentro de lo que está tan dolorosamente perdido, sea una oveja, una moneda, un hijo o la propia vida.

Luego, se publicaron importantes estudios de la tradición mística, los profesores sostuvieron sus teorías, los psicólogos lo explicaron, los teólogos lo advirtieron pero en forma creciente lo evitaron. Como el mismo Jesús, llegó a ser marginado. Se convirtió en una abstracción, una teoría, incluso un privilegio para religiosos célibes. Después, como ocurre cuando una parte es separada del todo, llegó a ser objeto de sospecha, incompreensión e incluso miedo.

Se dividieron las dimensiones contemplativas, sacramentales, institucionales de la vida cristiana, que forman una totalidad. Los más importantes significados del descubrimiento del Reino en nosotros y entre nosotros – que es inmediato, que es una gracia incondicional que no puede interrumpirse y no una recompensa – todo lo que se refiere a él, que podría volver un viaje desde el infierno a un día de gracia, casi todo lo que nos ayudaría a sedr confiados durante la larga o corta caminata sobre el abismo humano – fue oscurecido o escondido.

Olvidamos el don de la vida y perdemos el corazón agradecido que da emoción a la vida. La Encarnación afirma la naturaleza buena y alegre de la creación y lo hace incorporando el lado oscuro, las fallas y tragedias de la des-humanización, no negándolas.

Como dijo Simone Weil, tanto la alegría como el sufrimiento entregan el mismo mensaje (y no es una intuición que sobreviva por largo tiempo en el Duty Free del Aeropuerto de Heathrow). Si la historia del nacimiento fue solo idílica, una imagen de propaganda de ilusiones, no podríamos y no deberíamos confiar en ella. No sería un regalo realmente, sino una de esas promociones que dicen “compre dos y lleve una gratis”.

Podría ser una buena imagen de una ganga, y serviría a nuestras necesidades y deseos inmediatos. Pero sabemos que no es gratuita, porque si decimos “denme lo que es gratuito, pero no compro lo que es pagado”, la verdad será revelada. La sonrisa de la vendedora desaparecería y nos invitarían a irnos. Esa es la ventaja de vivir en una sociedad consumista en vez de hacerlo en una sociedad religiosa: nos da muchas oportunidades y facilidades obvias de despojar a la vida de sus ilusiones.

La tentación del Jardín del Edén está también allí, desde luego. Es tratar de poseer el regalo, hacerse de dinero (fama o poder) por fuera de la experiencia de Dios, poner a Dios en una botella o en un programa.

La Gratitude y la realidad son inseparables y necesarias en una forma de vida equilibrada. Experimentando el regalo de la vida – luz y oscuridad – la gracia pura del Reino nunca es negativa. Existen regalos, sin embargo, que imponen un sentido de obligación o demanda de reconocimiento y hasta nos hacen permanecer dependientes del dador. Pero en los casos de que haya cadenas que nos aten, esos son regalos falsos. Dios nos da a Dios en Jesús. Él viene a un mundo roto y violento, sin emplear la fuerza o las amenazas de fuerza. Él vino a los suyos (nosotros) y los suyos no lo recibieron porque el hecho de aceptar tal regalo, es para ser transformados. Nosotros todos querríamos cambiar, pero transformarnos, como perder nuestras ilusiones, es doloroso y asusta.

Un verdadero regalo es dado. Lo que es dado es también un dejar ir y es totalmente entregado a la vida de quien lo recibe. Tal regalo lleva consigo la presencia del Amor, del Yo de la persona que lo está dando. Sin embargo, cuando el regalo es dado, pero no se lo deja ir, no puede llevar el yo del que lo da. Así, Dios nos da a Dios en Jesús, pero lo deja ir (hasta lo abandona, tal como Jesús lo sintió al final). Dios no pone condiciones para el regalo, lo que lo hace más desafiante y fácilmente distorsionado. Sería más fácil escribir en letras pequeñas lo que no está allí, en la intención del legado – por ejemplo, que debemos ser buenos, obedientes, conformistas, religiosos, ortodoxos. Recibir el regalo del yo del otro es ser cambiado, simplemente porque el mismo nos da pleno poder. No como algo que podemos guardar en un banco o para jactarnos de él, sino para expandirnos más allá de nosotros mismos y capacitarnos para dar nuestro yo.

El regalo es hacer explotar la burbuja y purificar el aire poluido con la frescura de la realidad

Puedes ignorar o rechazar un regalo simplemente porque el envoltorio no es atractivo. Para muchas personas, el regalo de la Navidad viene envuelto por la Iglesia, la que pronto parece poner para recibirlo, muchas condiciones en letras pequeñas. Sin embargo, la Iglesia será siempre parte del regalo de Jesús al mundo. Como comunidad, ella está formada por la influencia de este regalo y se expande a través de la historia y la cultura. Pero allí hay muchas formas de envoltorios eclesiásticos y el Papa Francisco nos está demostrando que debemos despojarnos de muchos de ellos sin demora. Su regalo de Navidad a la Curia fue presentar en una lista quince enfermedades del alma y de la psiquis – la forma en que el regalo es oscurecido por el clericalismo, la legalidad y el juzgamiento hipócrita. La Iglesia lo puede hacer y verse mejor. Pero detrás de la institución visible también está la experiencia de la contemplación en donde el regalo se encuentra y re-encuentra - esperando ser descubierto – en el campo del corazón.

La contemplación – el simple gozo de la verdad - es esencialmente un regalo de la gracia, ya sea en un concurrido café o un transitado aeropuerto, en una sala de cuidados intensivos, la parte de atrás de una iglesia o un sereno monasterio. Es radical, simple, pero no fácil. La meditación nos entrena para apreciar el regalo en su fuente. Cuando aprendemos a aceptarlo, también aprendemos a compartirlo y esto produce un nuevo estilo de vida diseñado no por la ideología, sino por la influencia del amor. Nadie puede recibir este regalo sin enamorarse de la fuente. No podemos reflexionar profundamente en el nacimiento de Jesús sin enlazarlo con la Resurrección. Nosotros no somos transformados por la reflexión, sino por el reconocimiento. No por los recuerdos, sino por la restauración. El reconocimiento, gradual o súbito, de Cristo resucitado es la transformación del yo.

La Meditación nos ayuda a aceptar el regalo. John Main dice que es la manera en que nosotros aceptamos el regalo de nuestro ser y todo lo que está incluido en él. Pero puede desanimar a veces, cuando vemos qué lentos aprendices somos. Solamente los errores nos pueden enseñar esto, por lo tanto no deberíamos valorar menos el regalo de los fracasos. Nosotros escuchamos y respondemos al regalo y vemos que los frutos aparecen. Pero fácilmente nos echamos atrás con el viejo sistema instalado del egocentrismo. La profunda inspiración de centrarnos en el otro se corta nuevamente. O hacemos una oferta, tratando de compartir nuestro yo libremente, sin cadenas que nos aten, pero cuando esto no produce la respuesta que esperamos, nos echamos atrás, poniendo condiciones, endureciéndonos contra el rechazo.

El regalo de la Navidad y el tiempo que tenemos en estos días para reflexionar nos recuerda que no debemos sorprendernos cuando los regalos son rechazados o el sistema egocéntrico se impone. Recordamos las circunstancias reales del nacimiento y de la vida de Jesús y cómo sus enseñanzas han sido purificadas en su regalo de sí mismo en la vida interior del Espíritu. A pesar de las apariencias desfavorables y las recaídas humanas vemos que el regalo es bueno. “¿Por qué me llamas Bueno?” Jesús preguntó alguna vez, “solo Dios es bueno”.

Muchas de nuestras ideas sobre la bondad son tomadas de las ideas sobre la maldad. Juzgamos lo bueno en contraste con lo malo. Esto parece en cierto modo un contraste sin sentido, pero es parte de una forma de ver en dualidades que la Encarnación trasciende. Si Dios se ha humanizado, la más básica de las divisiones ha sido transcendida. Cuando, como los primeros maestros dijeron, él “se hizo humano para que nosotros podamos convertirnos en Dios” todo el plan de juego cambia. ¿Es lo bueno solo lo mismo que una conducta ética (seguir las reglas, no hacer el mal)? El regalo de Navidad dice que no. Una nueva manera de percepción ha penetrado en el mundo material y en el área de dominio humano, que dice que lo bueno que “es” Dios, trasciende nuestras distinciones usuales entre el bien y el mal, dejándolas atrás. No quiere decir que esté bien robar, matar, mentir o explotar a los demás. Pero dice que Dios no nos castigará si lo hacemos. El castigo para esa conducta está envuelto en nuestros modos de rechazar el regalo del bien verdadero. Es porque Dios no castiga, aún en Herodes o los carniceros de Peshawar nosotros tenemos la posibilidad de ver la bondad que Dios es, de una manera que expone y quebranta todas las oscuridades humanas. Y también nos da el coraje de confrontarlas.

El comportamiento ético está en su mejor episodio. Hace mucho tiempo nosotros caíamos bajo la presión de las circunstancias. El verdadero regalo del bien, sin embargo, es continuo e ininterrumpido. La Palabra hecha carne existe desde tiempos inmemoriales.

Hasta ahora lo bueno que es Dios, y también la esencia del ser humano, permea y redime el tiempo con todos sus errores y fallas. Antes que lo podamos ver propiamente en nosotros mismos, encontramos esta bondad, no en el pensamiento sino en las personas. Cuando fui a Burma el año pasado con algunos de nuestros maestros para hablar de meditación a invitación de la iglesia local, visité un hogar para discapacitados dirigido por un grupo de monjas. No hay en Burma centros oficiales o programas para discapacitados, y las familias son incapaces de lidiar con ellos. En este hogar, las monjas han construido un ambiente bien dirigido y con calidez del corazón – y más aun. No hay atención despersonalizada. Con respecto a eso, hay un cierto grado de desorganización. No se nota condescendencia, o fría piedad, sino un atractivo y poco usual sentido de equidad y comunidad. No pienso que ese testimonio hubiera sido posible sin una experiencia del regalo del bien que trasciende lo ético. Ha nacido no de hacer el bien, en primer lugar, sino siendo el bien.

Estas monjas y aquellos a quienes cuidan son profundamente inspiradores. Los éxitos y el heroísmo que usualmente atraen los titulares y nos sirven de inspiración por un tiempo usualmente se esfuman de la memoria. Los verdaderos héroes de la humanidad, no como las celebridades de los medios, no forman parte de las páginas frontales ni se convierten en “virales”. Pero permanecen en nuestras vidas por su don de sí mismos. Ellos nos llevan de vuelta al regalo de ser uno mismo, y por último al regalo de la Navidad. Entonces, ¡hurra! Jesús ha venido. Pero lo más importante, Él ha permanecido.

Su nacimiento en el pequeño, sucio, descuidado y hasta violento lugar de Belén fue el comienzo de la historia cuyo fin todavía no ha llegado. Las circunstancias de su nacimiento nos llevan a preguntarnos si nosotros hemos nacido realmente buenos. Inocentes, puros y sorprendentemente capaces de ver cosas como realmente son – ¿pero realmente buenos, como sólo centrarse en el otro es bueno? Nosotros nacimos con el instinto dominante de supervivencia y crecimos condicionados por la atracción al placer y una aversión hacia el sufrimiento. Hasta allí todo bien. Pero pronto esta condición ondea en la mala atmósfera de la ilusión. “Mala atmósfera” es la palabra que describe la atmósfera poluida en la que nacen las enfermedades. Vivimos en burbujas de mala atmósfera e ilusión, pero rodeados del aire fresco de la realidad. Pronto fuimos educados en pensar que la ilusión es mejor que la realidad.

El regalo consiste en hacer explotar la burbuja y que el aire poluido cambie por la frescura de la realidad. Para esto Jesús ha sido traído al mundo. El amor fluye de la plenitud y desde esa realidad de plenitud del ser llamada “El Padre” saltó a nuestro reino humano. Como la belleza que lleva en sí una parte del todo, de la experiencia total, este regalo no solamente hace que la vida pueda ser soportada, sino que transforma nuestra capacidad para la vida.

El año pasado yo he sido bendecido, como de costumbre, al ver que en muchas partes de nuestra comunidad entera, la meditación está siendo recreada y renovada diariamente. Encontré el todo en cada parte, en cada meditador. Quisiera agradecer a todos los que me recibieron durante los últimos doce meses, tan cálidamente y me sirvieron de definitiva inspiración, por el regalo que Uds. compartieron conmigo y con tantos de vuestra comunidad nacional y local. Muchos siglos antes San Agustín escribió sobre la corta “casi oscura” oración del mantra que los monjes del desierto practicaban. Hoy día la misma ha trascendido el desierto y la vida monástica. Está tocando la vida de niños, jóvenes, mayores, personas recuperándose de adicciones, empresarios y desposeídos, parroquianos y aquellos en búsqueda espiritual. Es un regalo por el cual conocemos lo que un regalo realmente significa, y que despierta en mí al final de otro año, un sentido de maravillosa gratitud.

Todos nosotros en la Meditatio House y en el equipo que sirve a la comunidad internacional, se unen a mí para desearles todas las bendiciones y profunda felicidad en el año que se viene.



Laurence

Laurence Freeman OSB

NOTICIAS

Las flores del Caribe: Laurence visita Trinidad, Santa Lucía, San Vicente y Barbados

Por la Hna. Ruth Montrichard

Laurence Freeman visitó el Caribe desde el 30 de octubre al 8 de noviembre. El tour fue organizado por la Hna. Ruth Montrichard, con el auspicio del Obispo Gordon, Obispo de Bridgetown (Barbados) y Kingstown (cooperador de la WCCM). Abajo se encuentra parte del reportaje de la Hermana Ruth.

¿Cómo comenzó todo esto?

Luego de la práctica de la meditación por 20 años con uno o dos grupos en Trinidad y otro en Barbados, nos visitó el P. Laurence por primera vez en noviembre 2012. Y plantó nuevas semillas que llevaron el mensaje de la Meditación Cristiana a escuelas en Trinidad y a las islas de Sta. Lucía, San Vicente y Barbados. En esa época yo era la Coordinadora Nacional para el Caribe, y el Obispo Jason Gordon, Obispo de Bridgetown (Barbados) y Kingstown (San Vicente y Granadinas) se convirtió en patrocinador.

Trinidad

El viaje del P. Laurence encontró el florecimiento de aquellas semillas y nos dejó con nuevos ánimos, motivaciones y compromiso para compartir este regalo con otras personas. Él comenzó su viaje en Trinidad el 30 de octubre con una entrevista en la TV de Trinidad y más tarde habló para un auditorio de 350 personas en una charla titulada “Meditación como un camino de paz”.

El 31 de octubre, 175 maestros de escuelas católicas y anglicanas y de escuelas privadas se reunieron para aprender más sobre la meditación con niños. Al final del día, 70 Directores expresaron su deseo de introducir la meditación en sus escuelas. Se estableció un Comité de Escuelas y un plan piloto comenzará en enero. Esta sesión fue pedida por el Arzobispo de Trinidad, el Comité de Escuelas Católicas y el Obispo Anglicano de Trinidad.

Desde el 31 de octubre al 2 de noviembre, 30 meditadores de Trinidad, San Vicente y Barbados asistieron a un retiro en el Seminario Regional por un inspirador fin de semana con períodos de meditación, silencio, celebración eucarística, comidas y caminatas contemplativas. Por la tarde del 2 de noviembre el P. Laurence y yo viajamos a Sta. Lucía, y al arribo, fuimos calurosamente recibidos por las hermanas de Cluny.

Sta. Lucía

El 3 de noviembre el día comenzó con una Misa en el convento. Luego viajamos al Monasterio Benedictino en donde se realizó una sesión introductoria para los sacerdotes, religiosos, ministros y directores de escuelas dirigida por la Abadesa Mariana Pinto, OSB. A esta sesión siguió una charla para todo público en la catedral con asistencia de más de 150 personas. La sesión fue muy bien recibida con el resultado de un nuevo grupo de 48 personas guiado por una Hermana local y un Monseñor, cuyo primer encuentro se programó para el lunes siguiente.



Niños de la escuela primaria de St. Patrick, Barbados

“Esa es la gran importancia de la comunidad, que cada uno de los que vienen lo comprende plenamente, explícitamente, claramente: su propia posibilidad de ser amados. Y el primer paso para el pleno desarrollo de la persona y la total madurez es que nos permitamos ser amados”. John Main

NOTICIAS

Saint Vincent

En la isla de St. Vincent nos reunimos con el Obispo Jason Gordon. Nos presentó en un almuerzo para la comunidad de negocios realizado en su residencia. Al evento asistieron 50 personas y se logró la formación de un grupo de meditación para líderes empresariales. Cada participante recibió una copia del librito "Business of spirit" de la WCCM.

El 5 de noviembre el P. Laurence pasó la mayor parte del día con niños. Se reunió con 200 estudiantes del Convento de Saint Joseph, 500 de la primaria Saint Mary, 50 de la secundaria para varones Saint Martin y 180 de la secundaria Mesopotamia. Después de esto hubo una sesión final para sacerdotes y diáconos que incluyó una cena en la residencia del obispo. Luego tomó un vuelo a Barbados. Al llegar fuimos recibidos por Rosalind Jackson quien amablemente nos ofreció quedarnos en su casa.

Barbados

Nuestra primera parada el 6 de noviembre fue en la escuela primaria Saint Patrick en la que los niños ya conocían la meditación cristiana. Fue una delicia pasar el tiempo con estos 100 niños y ver el efecto que la práctica tiene en su disciplina, su conducta gentil y el impresionante silencio cuando hacían su meditación. Más tarde el padre Laurence habló con miembros del clero y religiosos en una sesión abierta que fue realizada en el centro Living Water con 60 participantes.

Nuestro último día incluyó un viaje temprano en la mañana a la escuela del Convento de Ursulinas. Allí el padre Laurence habló acerca de la Meditación Cristiana como una parte formal de la vida de oración de las jóvenes. Nuestra sesión final con niños fue con un delicioso grupo de 80 enérgicos adolescentes preparándose para la confirmación. El obispo Gordon se dirigió a ellos y se les introdujo a la Meditación Cristiana como parte de su preparación.

Planes Futuros

- Expandir nuestro equipo nacional de líderes en Trinidad y un concejo regional en cada isla (para diciembre de 2014).
- Establecer un comité de escuelas para dar apoyo a las 70 escuelas que desean entrenar docentes (para diciembre de 2014).
- Preparar y dar apoyo para cursos de seis semanas en las parroquias de cada isla (para enero de 2015).
- Sesiones de entrenamiento para docentes en Trinidad, Santa Lucía, Barbados y Saint Vincent (de febrero a junio 2015).
- Organizar un Taller de Enseñanzas Esenciales para líderes de grupo del Caribe (hacia fines de 2015)
- Continuar organizando "Tardes de Oración Silenciosa" dos veces al año.
- Desarrollar una nueva serie de programas de televisión para Trinity TV.
- Visitar escuelas y parroquias en las islas de Granada, Dominica y las Bahamas en el 2015



P. Laurence, Obispo Jason Gordon y Hna. Ruth

Mensaje final

Estamos tan agradecidos al padre Laurence y al obispo Gordon y a muchos donantes de todo el mundo que hicieron posible este viaje. Gracias a esta ayuda hemos podido compartir este regalo con más de 2.000 adultos y niños. Tenemos la esperanza que lo que han aprendido impactará profundamente en sus vidas. Espero con ansias reportarme nuevamente con buenas noticias en el año 2015. Hna. Ruth Montrichard

Como un niño: Meditación con niños en Malasia

Por Niloufer Harben

Penny Sturrock, Coordinadora de la WCCM para meditación con niños, visita Malasia

"Mediten con un niño mañana" fue la emocionante invitación de Penélope Sturrock que conmovió profundamente a los participantes de los talleres que lideró en Malasia durante el mes de noviembre. Algunas personas concurrieron a más de una sesión y empezaron a meditar con niños ya al día siguiente. Después de la experiencia, Praveen, un niño de siete años exclamó, "Me encanta". El brillo en sus ojos lo decía todo.

El primer taller fue un evento de día completo en Kepong. Asistieron alrededor de 200 personas incluyendo catequistas, padres y jóvenes. Tuvieron una respuesta entusiasta. Otro de los talleres se llevó a cabo en Kuala Selangor. Aquí una vez al mes se celebra una misa especial para niños. Esta pequeña capilla estaba repleta y un intérprete traducía al tamil, el idioma local. Al final, el sacerdote, padre Edwin Paul, reafirmó profundamente las enseñanzas de la Meditación Cristiana. Anunció que ahora empezarían con una meditación la misa mensual para niños.

En Shah Alam, Penny se reunió con algunos catequistas y el párroco, el padre Paulino, quien es meditador. Su vívido apoyo ha logrado que los maestros de la escuela dominical practiquen meditación en todas las clases de catecismo de la parroquia. Empezaron hace cuatro años. Todas las sesiones en el valle de Klang tienen una alta asistencia.

En Kuala Lumpur, Penny visitó Puchong, la Sociedad de la Vida Pura donde el padre John Main meditó por primera vez con Swami Satnayanda. Allí se reunió con la madre Mangalam y pasó una mañana con representantes de Yoga Sahaja.

En Penang, Penny se reunió con el padre Gerard Theraviam, el contacto de la WCCM con los obispos de Malasia y se hospedó en el Seminario del Colegio General. Tuvo una cena con el obispo Sebastián Francis. Los dos días siguientes lideró talleres en Bukit Mertajm e Ipoh. Penny enfatizó la necesidad de la simplicidad, paciencia, perseverancia y el anclarse diariamente en la práctica de la meditación. Dijo que la meditación “es simple pero no fácil”. Es radicalmente contra-cultural. No se relaciona con la perfección, con el éxito o el fracaso, ganadores y perdedores, sino con humildad, fe y amor. Penny aseguró a los participantes, “el niño será tu maestro”. Ella fue capaz de conectarse fácilmente con padres, maestros y niños.

Considerando el entusiasta apoyo de la Arquidiócesis Católica de Kuala Lumpur y la Comisión Catequética de la Arquidiócesis, la visita ha sido un gran logro. Muchas puertas se han abierto y con seguridad esto dará un gran impulso a la misión de la WCCM en Malasia.



El tour sudamericano

El padre Laurence visitó Sudamérica del 10 al 24 de noviembre y esta vez tuvo actividades en Paraguay, Brasil, Uruguay y Argentina. Estas comunidades estuvieron muy activas y entusiastas.

Paraguay: las actividades incluyeron un retiro y una charla a líderes empresariales cristianos.

Brasil: En San Paulo, el padre Laurence dio charlas (incluyendo un evento sobre neurociencia y religión) y condujo un retiro de fin de semana para alrededor de 160 personas. En Río tuvo una sesión abierta y un retiro de un día.

Uruguay: El padre Laurence tuvo una reunión con el nuevo arzobispo de Montevideo, Daniel Fernando Sturla y el obispo anglicano, Rev. Michael Pollesel. Dio una conferencia en una escuela de negocios y condujo un retiro de un día en una parroquia de Montevideo.

Argentina: La visita empezó con una charla a adolescentes en el Colegio Niño Jesús en Buenos Aires, donde un catequista ya ha empezado a trabajar con los estudiantes. El padre habló en una reunión para personas de negocios (aproximadamente 70 participantes) y condujo un retiro de un día que tuvo gran asistencia.

Se pueden ver las fotos y todos los audios de las charlas del tour a Sudamérica en http://tiny.cc/wccm_samerica



NOTICIAS

Portugal: “Ora et Labora es una actividad de un día que pasamos trabajando y practicando la oración continua”

Por Gilda Monteiro

Empezamos el día con un himno de alabanza a Jesús y una oración pidiendo a Dios que bendiga nuestro día y nuestro trabajo. Luego damos una pequeña explicación del trabajo específico que haremos durante el día y compartimos el concepto de Ora et Labora, su propósito y su relación con nuestra tradición y con las enseñanzas claves de los padres John y Laurence; también compartimos una introducción a la Meditación Cristiana.

Después de esta breve charla, meditamos y, permaneciendo en silencio y repitiendo nuestro mantra, trabajamos hasta el llamado a almorzar. El almuerzo es un periodo de convivencia, de presentarnos y conocernos mejor a los nuevos y viejos compañeros, hablando y riendo. Cada participante trae una contribución para la comida y la comparte con todos. Después del almuerzo, una caminata contemplativa nos lleva nuevamente al silencio, la atención y concentración y nos conduce al periodo de trabajo de la tarde. Luego nos reunimos para la meditación de la noche y terminamos el día compartiendo nuestros descubrimientos, pensamientos y lo que más nos conmovió durante el día.

El trabajo debe ser simple, manual y “humilde”. Debemos hacerlo como un regalo, en beneficio de los necesitados. La gratuidad es un elemento muy importante así como la disciplina. Hasta ahora, hemos estado trabajando en contacto con la naturaleza – jardinería – y esto es maravilloso porque se involucra todo nuestro cuerpo y podemos sentir físicamente el efecto del trabajo y de “todo”. Podemos sentir la presencia de nuestros compañeros y que, de alguna manera, estamos todos conectados. Podemos también aprender, yo creo, a “sentir” la Palabra en nuestros cuerpos y su creciente resonancia... y a vernos como criaturas... en relación con nosotros mismos, los otros, con toda la creación y con el Creador.

Hemos tenido ya cuatro veces la jornada de Ora et Labora, y de acuerdo a mi experiencia y al compartir de los otros participantes, creo que tiene el potencial de conducirnos desde la conciencia a la atención, especialmente en nuestro compromiso de “ser” cristianos. Es una experiencia radical y maravillosa de inmersión que todos creemos se expandirá a nuestras acciones y trabajos de nuestra vida diaria. Es un “espacio abierto”, tanto interior como exterior, para el crecimiento espiritual.



El retiro de cuidadores de salud de la Isla Bere: El poder de lo pequeño

El retiro “El poder de lo pequeño” se realizó en la Isla Bere del 17 al 23 de octubre. Fue conducido por el P. Laurence con una audiencia compuesta principalmente por personas dedicadas al cuidado de la salud que están aprendiendo a meditar. Se pueden escuchar las charlas de este retiro en <http://tiny.cc/psmall>

Miembros de la WCCM en el Foro de Ética y Finanzas del FMI

Dos miembros del Consejo Directivo de la WCCM (Sean Hagan y Peter NG) participaron en un ampliamente aclamado Foro de Ética y Finanzas durante la Asamblea General del FMI en Washington en el mes de octubre. Otros miembros del foro y de la comunidad visitaron a la tarde el Centro John Main de la Universidad de Georgetown para asistir a misa y a una jornada de meditación. Se puede ver todo el foro aquí: http://tiny.cc/forum_imf



Singapur y Australia

El padre Laurence hizo su último gran viaje de 2014 a Singapur y Australia.

En Singapur, el último fin de semana de noviembre, 600 personas se reunieron en el Centro Juvenil Católico del Colegio de Artes para el retiro conducido por el Padre Laurence y organizado por la WCCM de Singapur. El tema fue “Los ocho grandes problemas de la vida” y cómo podemos manejarlos y trascenderlos y así liberarnos para poder vivir más plena y alegremente. Puede leer una descripción completa de este retiro aquí: http://tiny.cc/retreat_SNG

En Australia a inicios de diciembre, el P. Laurence enseñó en Brisbane, Lismore, Sidney, Canberra y Melbourne.

Crítica de cine: *Ida*, de Pawel Pawlikowski

por Jim Green

Ida es la historia de una novicia en la Polonia de los primeros años de los 60 del siglo XX. Un momento específico y al parecer aleatorio en el tiempo. Y sin embargo, como toda historia que se cuenta completa, esta se ocupa de lo que pasó antes, lo que pasará y de cómo el momento presente está delicadamente posado entre estos misterios. Antes de hacer sus votos, la Madre Superiora le indica a *Ida* que debe dejar el convento para encontrarse con su tía, el único miembro sobreviviente de su familia. Para renunciar al mundo, parece, debe saber quién es en el mundo, de dónde ha venido y, por implicación, el futuro que se está preparando a sacrificar. La primera pieza desconcertante con la que el mundo choca a *Ida*, es que es judía. En una de las muchas tomas prolongadas de este film en blanco y negro, de hermosa textura, el personaje principal simplemente se sienta en silencio absorbiendo esta revolucionaria perturbación a su sentido de identidad. Este es el comienzo de una odisea vacilante pero decidida a través de los tonos monocromáticos del paisaje polaco. *Ida* y su tía Wanda – una bebedora turbulenta, ex-fiscal de Estado – son extrañas compañeras de ruta en este film de carretera realizado con suma delicadeza. Su peregrinación, difícil pero firme, hacia la verdad de la experiencia de la familia las lleva, metafórica y literalmente, a los bosques de la historia de Europa, sus secretos y sus heridas.

Se ha vuelto un lugar común en la crítica de cine (la que uno puede oír al salir de la sala) alabar una película porque está “hermosamente filmada”. Es habitual que esto quiera decir que el espectador ha quedado deslumbrado (quizás anestesiado) por imágenes de pantalla completa con una profundidad de campo maravillosa, amorosamente compuesta y vívidamente coloreada. Y con demasiada frecuencia estos efectos visuales no nos llevan más allá de la estética del álbum de fotos de la mesita del living o el suplemento a color del domingo. Un tipo particularmente refinado de golosina para los ojos. En las palabras del gran cantautor, “Toda esta inútil belleza”. Este no es el caso con *Ida*. El estilo visual del film nos libera de las limitaciones de un formato “normal”. No sabemos de limitaciones hasta que se nos ofrece algo diferente. Esta película tiene una relación de aspecto de 1,33:1 lo cual significa que en realidad es un marco más pequeño y más encajonado de lo que nosotros, espectadores contemporáneos, estamos acostumbrados (todas las películas del cine mudo eran proyectadas en este formato).

Dentro de este espacio aparentemente restringido, los personajes – en particular la misma *Ida* – se ubican rutinariamente en el borde, bien abajo o con frecuencia apenas dentro del marco. Es como si el cuestionamiento y la búsqueda – de la identidad, de la verdad y de nuestro lugar correcto en el mundo – quedaran replicadas en los gestos formales del propio film. Estas personas radicalmente desplazadas están tratando de ubicarse en la historia, en el espacio y en los límites dados de esta realidad. Paradójicamente, hay una gran sensación de espaciosidad y calma en el relato de esta historia, aunque es firme en confrontarnos con un indescriptible dolor. También incluye una escena de enorme conmoción, que es tanto más devastadora por ser lograda con tanto control. En esta especie de fotonovela, *Ida* parece tener que elegir, de cara a todo lo que ha encontrado y descubierto, si se queda en el mundo o vuelve al convento. En términos de la historia reproducida como banda sonora (desplegada con la misma habilidad) esto se convierte, en efecto, en una opción entre el jazz de Coltrane y la trascendencia de Bach. La última toma la enfoca desde el frente, mientras ella camina decididamente hacia adelante. La cámara – que ha permanecido estática aunque elocuente durante la película – repentinamente ha cobrado vida. Está sostenida manualmente y se mueve. *Ida* está en el centro del marco. Sea que haya tomado la decisión “correcta” o no, parece haber encontrado su lugar – y su ritmo – en el mundo. *Ida* es un film que vuelve la quietud, la simplicidad y el silencio en algo que no solamente es visible, sino que está presente de una manera vivencial. Es un trabajo importante, que quienquiera se haya preguntado si existe tal cosa como cine contemplativo, debería ver.





EN FOCO *Hna Ruth Montrichard*

Mis primeros años de vida religiosa fueron plenos y emocionantes, en una carrera educativa que realmente disfrutaba. Más adelante me involucré en un proyecto donde trabajaba con chicos marginados. Mi vida estaba ocupada, mis días eran largos y cansadores, pero obtenía un verdadero sentido de satisfacción de lo que estaba haciendo. Fue entonces que apareció el conflicto entre el trabajo y la oración: la estructura de la comunidad no cambió y con frecuencia me encontraba llegando a último momento a la capilla y repitiendo mecánicamente las oraciones. Eventualmente esto también se convirtió en una carga, porque no hacía otra cosa que decir palabras con poco sentido, demasiado cansada para que me importara, con la cabeza pensando aceleradamente en lo que tenía que hacer al otro día. En lo profundo de mi corazón sabía que no podía seguir así. Sentía que había en mí un vacío que no podía llenarse con más proyectos. Algo andaba mal, algo faltaba, pero no sabía qué hacer ni por dónde empezar. Por mi mente giraban pensamientos de abandonar la vida religiosa. Repetir más oraciones no era la respuesta. Estaba cansada de las palabras, y tenían poco sentido para lo que yo estaba atravesando. Seguí con la rutina de cada día, pero con un sentido de vacío. Entonces ocurrió algo. Un amigo había conocido a John Main y me dió un cassette y me dijo que debería escucharlo. Pensé para mis adentros “otro sermón, más oraciones para repetir”, no necesitaba eso ahora. Eventualmente lo escuché, y mi vida cambió para siempre.

Supe intuitivamente que eso era lo que estaba buscando: una forma de oración en la que pudiera simplemente SER, sin palabras, sin pensamientos, sólo silencio y quietud. Empecé a meditar e inmediatamente experimenté una sensación de libertad: la oración ya no era una carga. Al principio mis lágrimas fluían libremente, y después de eso no pasó mucho más. Me costó, tuve que esforzarme, pero logré seguir practicando y empecé a notar que mi actitud cambiaba. Sabía que tenía que hacer un cambio radical en mi estilo de vida si quería continuar en este camino de oración contemplativa. Así que fui a un retiro privado, y de forma totalmente inesperada me encontré con el padre Laurence que recién había dado un retiro en Trinidad. No sabía quién era, pero de alguna manera la conversación llevó a la Meditación Cristiana, y antes de que se fuera al día siguiente, meditamos juntos en la capilla. Luego se fue.

Tomé entonces la audaz decisión de vivir sola y lo hice durante seis años. Durante ese tiempo pude reorganizar mi vida y mis dos períodos diarios de meditación me anclaron en el Señor con un nuevo sentido de Su Presencia y una nueva visión de mi vida. Mi trabajo continuó pero de una manera más focalizada; mis prioridades se volvieron más claras, mis ansiedades comenzaron a desaparecer, afrontaba problemas y frustraciones con más calma. Volví a la comunidad y desde entonces he continuado en el “camino”. La vida todavía es un viaje con altibajos, pero he aprendido a fluir y a “soltar”. No creo que John Main haya llegado a pensar que su charla en un cassette salvaría mi vida y mi vocación, pero eso es lo que ocurrió, y estoy eternamente agradecida por el regalo. He compartido este regalo con otros y he visto vidas cambiar para mejor. Y el resto es historia. Ahora, como Coordinadora para el Caribe, mi misión se ha expandido y ha sido guiada por el Espíritu. Simplemente respondo y el Espíritu se hace cargo.

A veces pienso que todo está sucediendo demasiado rápido, pero quién soy yo para cuestionar los caminos del Espíritu - he aprendido a través de la meditación que Sus Caminos no son los míos, y que donde Él guía yo solamente debo seguirlo.



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)
Coordinador de la Oficina Internacional: Jeroen Koppert (Jeroen@wccm.org)
Coordinadora edición en español: Marina Müller (meditacion.cristiana.grupos@gmail.com)
Traductores de este número: Javier Cosp Fontclara, Marta Geymayr, Maren Thorheim.

RECURSOS

LIBROS

Beauty's Field: Finding God in Unexpected Places (El campo de la belleza: encontrar a Dios en lugares inesperados) Laurence Freeman OSB

Como líder de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, la vocación de Laurence Freeman lo lleva por todo el mundo a enseñar y guiar grupos que quieren practicar la oración contemplativa. En estas memorias de viaje espiritual narra historias memorables y conmovedoras de personas, lugares y acontecimientos en los que ha hallado la presencia transformadora de Dios.



Cómpralo en Amazon: <http://tiny.cc/bfield>

A Simple Way. The Path of Christian Meditation (Un camino sencillo: el sendero de la Meditación Cristiana) Laurence Freeman OSB

En este libro, el P. Laurence nos muestra una manera sencilla de alcanzar nuestro centro, un camino que nos llevará a través del ruido, la distracción y la agitación de la mente al centro silencioso y quieto donde experimentamos la presencia transformante de Dios.



Precio y pedidos: contacta los recursos más cercanos (recuadro debajo).

EVENTOS Y RETIROS

Retiro de Meditación de Pascua en la Isla Bere



29 de marzo al 5 de abril 2015. Por más información:
Theresa Hobbs: theresawccm@gmail.com ó (+353)0861621803

Peregrinación de la WCCM



Peregrinación a la India. 26 de noviembre - 13 de diciembre 2015. Con extensión opcional a Sri Lanka. Por más información: <http://tiny.cc/wccmpindia>

Si quieres recibir las Enseñanzas Semanales en castellano, puedes pedir las a meditacion.cristiana.arg@gmail.com

La lista de correo electrónico de la WCCM: (en idioma inglés). 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

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	CANADA: www.wccm-canada.ca email: christianmeditation@bellnet.ca Tel: +1-514-485-7928	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
USA: www.contemplative-life.org Tel: +1-520-882-0290	ASIA AND REGION email: enquiries@mediamedia.com Tel: +65 6469 7671		