



Una nueva clase de interioridad para un mundo loco

Laurence Freeman reflexiona sobre la espiritualidad como una fuerza de salud y curación (págs. 2-5)



Izquierda: meditación durante el seminario de Praga. Derecha: Vigilia por las víctimas del reciente atentado en Orlando (USA) (Fotos: WCCM y Prachatai /CC BY-NC-ND)

En este número:

6 Noticias

Informes de los Seminarios Meditatio en Australia y en República Checa

9 Noticias

Celebración del 10º aniversario de la Comunidad de Hong Kong

11 En foco

Karen y Tim Pedigo comparten sobre su camino de meditación y curación



Una carta de Laurence Freeman, OSB

Queridos amigos:

Un monje del desierto dijo una vez: “Vendrá un día en que el mundo se volverá loco. Cuando encuentren a alguien en su sano juicio, lo señalarán y dirán: “está loco; no es como nosotros””. Entre comenzar esta carta y revisarla, ocurrieron varios nuevos sucesos que testimoniaron la locura de nuestro tiempo – el más reciente, la masacre de Orlando. Parece que no tenemos suficiente tiempo para respirar y digerir una tragedia – o una afrenta a nuestra inteligencia política – antes que ocurra otra. Esto no es solo debido al hambre de historias sensacionalistas de los hacedores de medios por hacer más picantes las noticias. Es una parte tristemente real de nuestro mundo actual en su escalada hacia lo irreal.

Me gustaría invitarte a ti, que estás tomándote unos pocos minutos para leer esta carta, a reflexionar, como contemplativos en comunidad, sobre cómo puede contribuir nuestra vida espiritual a hacer de nuestro mundo un lugar más sano, saludable y caritativo para habitar. Puedes decir: “No puedo hacer nada; mi meditación me ayuda a enfrentar los efectos de esta situación, pero no puedo ponerme en contacto directamente con el problema. De todos modos, hay una clara línea de separación entre la religión y la política, y la contemplación trata sobre mi relación personal con Dios”. Aún así, es importante preguntarse dónde está situada esa línea y si puede ser trazada de una vez por todas. Hace algunos años, después que el Papa Juan Pablo se hubiera manifestado en contra la invasión de Estados Unidos a Irak, yo estaba hablando en una iglesia católica en Houston, Texas, y me refería a esto como un conflicto de intereses en las vidas de quienes podrían verse a sí mismos al mismo tiempo como católicos y como norteamericanos patrióticos. Alguna gente se fue. Otros se acercaron después a mí y susurraron su agradecimiento, diciendo que ellos no sentían que podían expresar su verdadero punto de vista sobre la acción militar, ni en sus parroquias ni cenando con sus amigos, por temor a ser echados como parias sociales y religiosos. Del mismo modo, un político amigo mío en Gran Bretaña preguntó a algunos de sus colegas judíos por qué ellos no se pronunciaban públicamente en contra de las peores políticas del gobierno israelí en contra de los palestinos. Ellos respondieron que si lo hicieran, serían condenados al ostracismo en la sinagoga y sus familias rechazadas en el club de golf.

...si hemos comprendido la parábola del Buen Samaritano, ¿cómo podemos diferenciar incluso entre “quién es nuestro prójimo” y quién no lo es?

Este tema sobre la relación entre política y religión, contemplación y acción, cuestiona el sentido y el propósito de la religión; pero también señala la influencia directa de la contemplación sobre la religión. ¿Es la religión una forma de hacernos sentir seguros, atrincherados con gente de mentalidad y antecedentes parecidos, en contra de quienes creen y parecen diferentes? ¿Es la contemplación tan solo un escape individual a otro mundo “pacífico”, desde la ansiedad estresante debida a las demandas sociales y a la conciencia política? En esta clase de visión, la política es la esfera pública y la religión – y aún más la “espiritualidad” – es la esfera privada.

En la antigua religión cívica romana, la religión era incuestionablemente un asunto de estado. El clero eran servidores públicos y los servicios públicos religiosos mantenían la situación política como lo hacían las iglesias inglesas de los pueblos en otros tiempos. El cristianismo desafió sin embargo ese orden. Parecía una religión pero quizás era más o menos que lo que la gente esperaba de ella. En particular, demandaba pobreza de espíritu y pureza de corazón, interioridad y también nuevos valores sociales. Pero lentamente, el modelo cristiano institucional se adaptó al viejo modelo de religión. Aún hoy, en una Dinamarca secularizada, la mayoría de los jóvenes son confirmados por el clero, como un ritual de pasaje, con el apoyo financiero del Estado, con escaso o nulo significado espiritual. Tal vez esto tiene algunos beneficios sociales, aunque pueda dudarse de sus valores cristianos. ¿Pero qué pasa aún con esta clase de religiosidad secular cuando “el mundo se vuelve loco”? ¿Cuándo, por ejemplo, vemos la religión absorbida por la política para justificar lo injustificable en el nombre de Dios? Tal vez Putin cuando este año visitó el Monte Athos pudo haber tenido tiempo para reflexionar sobre esto. Como harán muchos de la jerarquía polaca, quienes apoyaron al gobierno civil en su completo rechazo a aceptar ni siquiera a un pequeño grupo de refugiados sirios, cuando el Papa Francisco viene de visita y sin duda invoca las palabras de Jesús: “No tenía hogar y me diste refugio”. ¿Cómo podemos politizar y alejar el llamado a la inmediata compasión? Si hemos comprendido la parábola del Buen Samaritano, ¿cómo podemos diferenciar incluso entre “quién es nuestro prójimo” y quién no lo es?

*

¿Qué es lo que nos volvió locos? Tal vez nuestro vertiginoso ritmo de cambio tecnológico y nuestra inhabilidad para controlarlo. Nuestro fracaso para reforzar normas de decencia en el capitalismo económico. Nuestra intoxicación con entretenimientos, estímulos externos, adicciones y los fracasos sistemáticos de la educación nacional. Por ejemplo, ¿no hay conexión entre la locura de las leyes sobre armas en los Estados Unidos y la campaña de debates presidenciales con el hecho que el 42 % de los norteamericanos sostienen creencias creacionistas (el mundo fue creado literalmente, como describe la Biblia, hace 10.000 años)?

¿O acaso los líderes de la Unión Europea que niegan la influencia cristiana sobre la civilización europea no afectan la desorientación y la falta de sentido de su cultura?

Quizás parte de nuestra locura es la confusión y el conflicto entre religión y espiritualidad y la esfera pública – así como los efectos secundarios de la extrema polarización. Este fue el tema de un Seminario Meditatio organizado recientemente en Praga por nuestra comunidad nacional. Dos ganadores del Premio Templeton, Charles Taylor y Tomas Halik, reflexionaron durante varios días y en varias reuniones sobre “La espiritualidad en una era secular”. Fue un momento iluminador que abrió nuestras mentes, pero también nuestros corazones porque para muchos participantes las cuestiones que se estaban explorando no eran solamente intelectuales sino que tocaban de manera personal sus vidas y su experiencia de sentido.

La religión (institucionalmente) es cada vez más sospechada y rechazada por muchas razones: por su aparente falta de espiritualidad verdadera, su auto-fijación y la estrechez de su enfoque en los juicios morales. Los padres que aún van a la iglesia están de duelo por la muerte de la práctica religiosa en la vida de sus hijos. La pérdida de la dimensión simbólica y sacramental de la vida y su contenido de profundos valores nos ha empobrecido, haciéndonos naufragar en islas de negatividad y superficialidad. Sin embargo estamos hablando de un cierto tipo de religión. Ninguna persona sana lamentaría la muerte de la teocracia, de los papados medievales ni preferiría vivir bajo el Estado Islámico. Pero la pérdida de lo principal y valioso junto con lo accesorio en nuestra sociedad secularizada ciertamente ha acelerado nuestro flotar a la deriva hacia la locura. Quedamos buscando lo que hemos perdido pero no estamos seguros de cómo llamarlo. Frecuentemente buscamos en la oscuridad. La degradación de la religión no significa que lo sagrado en sí mismo haya sido abandonado. Lo santo no desaparece. Migra. Tenemos que encontrarlo de nuevo, con una nueva forma de interioridad. Es por esto que la espiritualidad es importante hoy como una fuerza de cordura y para sanar el daño que nos inflige nuestra locura. Por momento parecemos como el endemoniado de Gerasa a quien Jesús conoció y sanó:

“El hombre vivía entre los sepulcros, y nadie podía sujetarlo, ni siquiera con cadenas. Varias veces lo habían amarrado con grillos y cadenas pero él rompía las cadenas y hacía pedazos los grillos, y nadie lograba dominarlo. Día y noche andaba por los cerros, entre los sepulcros, gritando y lastimándose con piedras” (Mc 5: 2-5).

Su nombre era “Legión” porque, como nosotros, su condición era compleja. Sería más fácil, al menos más confortable, tratar de usar nuestra meditación para adormecer el dolor del mundo moderno, para apagar nuestra conciencia confundida y nuestros valores contradictorios. Algunas formas de espiritualidad comercial hacen exactamente esto, identificando la experiencia espiritual como un producto de consumo y destacando el bienestar individual. Esto es una sombra proyectada de la espiritualidad, tan peligrosa y oscura como la sombra del anti-cristo arrojada por una religión institucional que se cierra al Espíritu. “La corrupción de lo mejor es lo peor” (corruptio optimi pessima).

*

Hablé hace poco en una conferencia en Los Ángeles sobre espiritualidad y salud mental y fui instado a ver que, aún en los niveles administrativos y profesionales, había una percepción profunda de la conexión sanadora entre la meditación y la salud mental. Quizás el síntoma más prevalente y perturbador de nuestra enfermedad cultural del alma es la soledad y el sentido de alienación de significado. Significado significa conexión. Cuando hemos perdido nuestra experiencia de estar verdaderamente conectados, el significado se disuelve. El fenómeno de la soledad y su relación con el terror de la falta de sentido confronta a cada parte de nuestro mundo desarrollado y todas las secciones de nuestras sociedades afluentes, los que tienen y los que no, las celebridades y los desconocidos, los poderosos y los dependientes. Nadie es inmune a este virus de desconexión. Hoy nuestra cultura nos distancia de los demás aún pareciendo que nos acerca.

Una característica avasallante de nuestra cultura moderna es la soledad que simula acercarnos a través de las redes sociales, el entretenimiento y el gran amigo falso de la lealtad de marca. Mientras nuestra capacidad de atención disminuye y se acerca a la de un pecesito, el grado de alienación existencial se intensifica; y el punto en el que ni siquiera estaremos conscientes de lo que hemos perdido en términos de interacción humana básica se nos abalanza monstruosamente.

La soledad exacerba el hambre. Cuando no estamos muy seguros de qué es el hambre que sentimos, intentamos satisfacerlo más y más desesperadamente.



Thomas Halik y Charles Taylor

La soledad es en sí misma un hambre insaciable. Carcome nuestras entrañas, nos obsesiona, nos tiraniza y eventualmente nos enloquece. Los asesinatos en masa de nuestra sociedad son cometidos por individuos que han descendido a un aislamiento extremo e infligen su dolor insoportable a otros. La soledad conduce a un caos cada vez más loco de actividad y distracción. Inventamos recursos milagrosos como internet e inmediatamente generamos sus versiones bastardizadas – “second life”, pornografía, apuestas y compras adictivas, sitios racistas y diseminadores de odio – todos intensificando el dolor y la confusión de la soledad. Desarrollamos la televisión que tiene el poder de traer ideas e influencias sociales unificadoras a nuestros espacios privados y luego la usamos para la ganancia comercial, atontando la inteligencia y reemplazando el discurso público para el que tiene tal potencial, con propaganda y comercialización de marcas. Heredamos una enorme riqueza colectiva que hace nuestras vidas más fáciles de vivir y más largas, que nos libera de los peligros y pobreza de nuestros predecesores – nuestros servicios públicos, como caminos, aguas limpias, oportunidades educativas, viajes e intercambio cultural, comunicaciones – y la dilapidamos como niños malcriados que nunca tuvieron que trabajar para mantenerse, creando una economía de deuda sobre los tambaleantes cimientos de una desigualdad vergonzosa.

Conseguimos los políticos que queremos y si no somos cuidadosos no podemos deshacernos de ellos cuando nos despertamos a lo que hemos hecho. La religión tiene la responsabilidad de ser parte de este debate cuando toca estas zonas irreales y peligrosas. Pero las causas profundas y las fuentes de largo plazo para la recuperación han de ser encontradas no en la religión sino en la espiritualidad.

Sin embargo, la espiritualidad que no está apoyada en una práctica simple se evapora rápidamente en abstracciones complejas. Nuestra comunidad ha estado siempre enfocada en enfatizar la simplicidad de la práctica. Hace unos años, cuando estábamos lanzando “Meditatio”, nuestro programa de salida a la sociedad, nuestros Coordinadores Nacionales fueron consultados y dieron una respuesta abrumadoramente positiva a la propuesta, haciendo hincapié en que “mantenerlo simple” debía ser nuestra prioridad principal. A esto nos referimos con la “Enseñanza esencial”. Aunque pueda parecer que reducimos nuestro foco, se ha probado espiritualmente en la gran apertura del alcance de nuestro programa de difusión – llevando esta simple enseñanza y su práctica a refugiados, personas sin techo, estudiantes de Maestría en Administración de Negocios y líderes políticos, a niños, a personas que se preparan para morir, a ambientalistas y trabajadores sociales, a académicos y carpinteros.

Sin embargo, la espiritualidad que no está apoyada en una práctica simple se evapora rápidamente en abstracciones complejas.

Ha habido tensiones en esto – como las hay en cualquier intento de aplicar la forma de vida del Evangelio a la vida como la vivimos cuando el mundo se está volviendo loco -. Esta ha sido nuestra historia a lo largo de los 25 años de nuestra comunidad que celebramos este año. En nuestra reunión de Coordinadores Nacionales que ya habrá tenido lugar para cuando ustedes lean esto, siento que veremos estas tensiones en las perspectivas de nuestro crecimiento, en la paz que Cristo da y en la unidad que es Él. Nuestros planes para el nuevo centro de retiros de la WCCM ya han sido objeto de consulta entre las comunidades nacionales y han encontrado un consenso positivo que lo apoya. He pensado en esto por años, desde que por primera vez me uní a John Main y me comprometí con su trabajo y su camino. A pesar de varias ofertas erradas por poco, nunca hemos encontrado un hogar verdadero como el que estamos buscando ahora. Quizás esto nos ha forzado a concentrarnos en compartir globalmente las enseñanzas en el monasterio sin paredes que ha evolucionado siempre desde el inicio. Personalmente, admito que me ha dado una cierta soledad por una vida más estable, pero esto ha sido más que compensado por las amistades profundas y la experiencia de comunión que comparto con ustedes dentro de nuestra increíble comunidad. Me parece, más ahora luego de haber consultado a la comunidad, que ha llegado el tiempo de encontrar y establecer un hogar para que el trabajo de nuestra comunidad pueda tener un cimiento de estabilidad desde el cual continuar evolucionando. Personalmente esto significará que viajaré mucho menos y, con la bendición de mis superiores monásticos, permaneceré en este nuevo centro. (Imagino que esto hará mi vida más sencilla, no más fácil). Pero - para conectar con el tema de esta carta – no veo que este proyecto sea una evasión de los desafíos de nuestro tiempo enloquecido. Al contrario, es un compromiso a promover una espiritualidad simple y profunda como forma de abordar nuestras inestabilidades mentales y sociales. El medio de comunicación de esta promoción será por encima de todo, un silencio vivido.

Será sin dudas un hogar para todos nuestros meditadores del mundo, un lugar para nuestros maestros, para formar nuevos líderes, para dar la bienvenida a grupos de jóvenes buscadores, para mantener un diálogo con otras religiones y también con científicos, artistas y pensadores, para ayudar a aquellos llamados a una interioridad más profunda a través de períodos de soledad. Creo que esto será de inmenso beneficio para nuestra comunidad en los próximos 25 años.

Pero si fuera solo para nuestro propio beneficio, la espiritualidad contemplativa de la comunidad sería falsa. El nuevo centro nos desafiará y hará posible que vivamos aún más como testigos cristianos de compasión e inclusividad en un mundo dividido. Será un centro de paz gestionado “en el espíritu de servir la unidad de todos” tal como indica la Constitución de la WCCM.

Será un centro de espiritualidad, enraizado y vivido desde una enseñanza y tradición específica, pero abierto a todas las maneras en que el Espíritu manifiesta su naturaleza esencial de unidad y paz.

Cuando el mundo estaba volviéndose loco en el siglo IV, muchos se fueron al desierto, aunque no solamente para escapar del mundo. En el siglo XXI necesitamos de lugares donde la gente pueda también hacerse a un lado, aunque sea por un momento, del remolino de locura en el mundo para re-centrarse, reconectarse con ellos mismos y continuar con su práctica espiritual. Uno de los criterios claves en nuestra búsqueda de una nueva casa ha sido el que cumpla con ser pacífica y de fácil acceso. Y tal como me comentó Jean Vanier cuando platiqué con él y me alentaba en este camino –‘asegúrate que sea bella’. La simplicidad, paz y belleza del espíritu necesitan poderse ver. Se ve en nuestros grupos de meditación, en el creciente número de niños que meditan en los colegios. También podrá verse en nuestro nuevo centro.

La experiencia contemplativa, al igual que Cristo, es la misma ayer, hoy y mañana. Por eso es que somos capaces de apoyarnos en la riqueza de esta tradición para ayudarnos a reencontrar nuestra cordura al beber de las profundas fuentes abiertas desde el pasado, pero fluyendo siempre desde los siempre frescos manantiales de la sabiduría. El estudio y la ponderación de nuestra tradición mística no son un sustituto para la enseñanza esencial o para la práctica simple. Pero sin esta conexión a la comunión con nuestros compañeros de un peregrinaje que es más profundo que el tiempo mismo, corremos el riesgo que nuestra soledad se convierta en otra manera de aislamiento, al convertirse nuestro peregrinaje interior en algo demasiado grande para nosotros. Siempre tenemos la necesidad del apoyo y el soporte del otro, pero la comunidad verdadera es también una manifestación contemporánea de esta comunión espiritual que se extiende más allá de los horizontes de la historia. El lenguaje, la cultura y aún los sistemas de creencias cambian a través del tiempo. Sin embargo, el sentido simplemente se vuelve más profundo. Hay un riesgo en tratar de encontrar el sentido de las cosas solamente por ‘crear diagramas de lo invisible’, como dijo Evelyn Underhill refiriéndose al maestro Eckhart. Pero evitamos el peligro de estas abstracciones – y nos hacemos más encarnados y más reales – al equilibrar nuestro pensar y actuar con el trabajo interior del desaprender. El lenguaje de nuestras vidas personales y el lenguaje público de la política se vuelven entonces más sanos y más honestos para el trabajo del silencio en nuestras vidas. Hablamos frecuentemente de un comportamiento loco como la característica de personas ‘desequilibradas’. Nuestra vida contemplativa en comunidad le recuerda a nuestra cultura lo que significa equilibrio y en qué consiste. Sobre todo se trata del equilibrio personal entre nuestra vida interior y exterior, entre quietud y movimiento, entre contemplación y acción. Y en el corazón de esta práctica diaria, de mantener y profundizar nuestro equilibrio, existe otro tipo de necesidad, un deseo incesante de Dios, de plenitud y salud, de la santidad y la compasión de que nos sabemos capaces y que necesitamos para continuar siendo humanos. No llevamos meditando mucho tiempo (menos de 25 años) antes de darnos cuenta que no nos permitirá descansar hasta encontrarlo.

Muchos que hoy practican una forma de espiritualidad secularizada, motivados por los beneficios a corto plazo que están asociados con la meditación, descubren que mejora no solamente su calma en situaciones de estrés sino también su creatividad y sus relaciones. Lo que sea que nos hace comenzar este peregrinaje, esto es un beneficio esencial de la meditación que debemos liberar si queremos reencontrar nuestra cordura colectiva. La tradición contemplativa cristiana siempre ha puesto énfasis en el altruismo creativo de la meditación. Los padres del desierto, aun considerando su huida del mundo, sabían que aquellos que cuidaban a los pobres o enfermos en las ciudades podían estar en un nivel más alto de fe. San Bernardo, quien dio forma a la tradición mística de la edad media, era un hombre de acción y peregrinaje incansables, que entendía que las ‘almas como las madres santas dan a luz a otras almas a través de sus labores’, así como el objetivo de la vida contemplativa era el hacernos mejores para cuidar unos de otros, aunque el ‘abrazar la contemplación debe ser en ocasiones interrumpido para dar alimento a los pequeños y nadie debe vivir para sí solamente sino para los otros’. El espíritu de amor nos recuerda diariamente que para estar sanos tenemos que estar plenos y que conforme crecemos a través de la sanación a la plenitud, vamos tocando el borde de la santidad. Nuestra tradición enseña que la contemplación es el trabajo del amor – el trabajo triple de recibir, dejar ir y regresar. Nuestra meditación diaria y la comunidad que crea nos recuerdan que el amor es el fundamento universal de un ser humano, la esencia de todos los valores personales y de la civilización. Sin lo espiritual no podemos mantenernos sanos.

Con mucho amor, Laurence Freeman OSB

Laurence



Nuevo Centro Internacional WCCM potencial en Francia

NOTICIAS

Seminario Meditatio en Sydney: LA MEDITACIÓN Y EL MEDIO AMBIENTE *por Linda Chapman*



Varios asistentes al evento Meditatio acerca del Medio Ambiente que se llevó a cabo del 22 al 24 de Abril en Sidney, lo describieron como “transformador”. El primer Seminario Meditatio WCCM acerca del Medio Ambiente reunió a ponentes de diversas disciplinas como teología, filosofía, ciencia y espiritualidad. Fue, al mismo tiempo, un sobrio recordatorio acerca de la crisis ambiental que enfrentamos en la actualidad y un llamado a la acción. El padre Laurence abrió el evento sugiriendo que si seguimos en la trayectoria actual la humanidad podría estar involucrada en un acto de suicidio.

Mantuvo que aunque la tierra aguante, los seres humanos estamos poniendo en riesgo de extinción a nuestra especie y a un sin número de otras especies. Los oradores hicieron presentaciones acerca del punto crítico de inflexión ecológica del planeta y la necesidad de un cambio de conciencia global. El Obispo George Browning dio un vigoroso discurso y estimuló a la audiencia a vivir la vocación humana de “mantener el espacio” de la creación al tomar acciones decisivas para el bien común. La meditación fue ratificada como una forma de acción y trabajo interior para apoyar la causa ambiental.

El sábado inició con el potente sonido del didgeridoo tocado por un hombre Walbunga de la costa sur de Australia. Este sonido resuena profundamente en el cuerpo y en la mente humana, y sugiere aquella “profunda llamada a la profundidad”, de la que Miriam Rose Ungunmerr habla en su plática de “Dadirri” (contemplación).

Después, la filósofa aborigen Vicky Grieves nos recordó el “regalo” de las personas y la cultura indígenas a la gente blanca de nuestra tierra. El “patrón de pensamiento” de estas personas, como se percibe en la mayor parte de su arte, nos ofrece una conciencia de las conexiones de toda vida y una perspectiva de la tierra como sagrada.

Susan Murphy habló acerca de la necesidad de que algo debe ser despertado en nosotros de tal forma que nos lleve a actuar hacia los otros con compasión. Reflexionó sobre nuestra tendencia a alejarnos rápidamente de aquello que nos incomoda. Una “lectio” visual más tarde en la mañana ofreció imágenes de profundas heridas humanas del medio ambiente no humano. Fuimos invitados a permanecer presentes a esas imágenes y a darnos cuenta de nuestras respuestas. Más tarde usaríamos palabras de Laudate Si para una lectio adicional.

La sesión de preguntas y respuestas en la tarde, trajo una reflexión más profunda sobre el papel de las iglesias en la formación de actitudes mentales sobre el medio ambiente. Los presentadores propusieron un punto de vista común sobre la culpabilidad del cristianismo en la visión social, política y tecnológica del mundo de la civilización occidental, que contribuye a ignorar y “de-sacralizar” la naturaleza. David Tacey habló sobre la necesidad de enfrentar esta “sombra” en el cristianismo. Sin embargo nos recordó que los seres humanos somos parte de la naturaleza. La conciencia contemplativa que la meditación fomenta ve esta realidad no dual. En una conversación más a fondo se reconoció que la destructividad humana no está localizada dentro de un sector de la sociedad sino que es universal.

NOTICIAS

El domingo incluyó una variedad de talleres. Un panel, coordinado por Donna Mulhean incluyó algunos jóvenes activistas.

La meditación estuvo en el centro del encuentro. Guiada por Fr Laurence personificamos la práctica de la quietud y el silencio. Por último, esta práctica clarificó el papel que la meditación tiene en la contribución a la sanación de las relaciones humanas con la tierra a través de una nueva conciencia. La meditación promueve una conciencia contemplativa para el bienestar de toda la comunidad de la tierra. Como una práctica que produce el fruto de la sencillez, nos revela al mismo tiempo la necesidad y nuestra capacidad para vivir dentro de los límites que aseguren el espacio para las generaciones futuras. La meditación restaura una visión universal sobre la vida como una red en la que reconocemos que el daño a una parte es un daño al todo. En la meditación descubrimos que estamos conectados con todos los centros, el centro que está en todas partes, y aprendemos a vivir en armonía con toda la creación.

Como disertante y participante, salí del evento con un sentido del significado de la meditación en un mundo que está siendo retado cada vez más por el cambio climático con consecuencias biológicas y disrupción social. Debemos crecer más plenamente humanos; con mayor conciencia amorosa y dadores de vida, haciendo un lugar para otros en este pequeño y magnífico jardín planeta que está sostenido en su ser dentro del vasto cosmos.

Esta tierra que nos alberga, nos alimenta, nos inspira, es preciosa más allá de las palabras. Somos sus habitantes. Que también nosotros la cuidemos y la amemos.

Seminario Meditatio en Praga: ESPIRITUALIDAD PARA UNA SOCIEDAD SECULAR *por Vladimir Volrab*



El seminario Meditatio “Espiritualidad para una Sociedad Secular” se llevó a cabo en Praga, República Checa, el 11 y 12 de Mayo. El tema es importante para todas las culturas occidentales en la actualidad y el contexto histórico de la República Checa la convirtió en una localización ideal para explorar el tema. Hubo 250 participantes y cuatro conferencistas lo desarrollaron a través de varios eventos, talleres y conferencias. La Prof. Ivana Noble, teóloga ecuménica checa, habló sobre la soledad y la lucha con el vacío y la falta de significado en la sociedad contemporánea. El P. Laurence Freeman, Director de WCCM habló sobre “El Misterio en una Era Tecnológica”.

Ofreció un punto de vista acerca de cómo la meditación puede re-encantar al mundo a través de la experiencia contemplativa del misterio. El primer orador de la tarde siguiente fue uno de los más importantes filósofos de nuestro tiempo, el Prof. Charles Taylor, para quien el tema del laicismo lo llevó a su trabajo grandioso “Una era secular”. Habló acerca de nuevas formas de vida espiritual que están surgiendo a través del pluralismo religioso y su encuentro con el laicismo en el Occidente moderno. El último conferencista fue el Prof. Tomas Halik, un teólogo, sociólogo, filósofo y sacerdote católico. Ambos, él y Charles Taylor son ganadores del Premio Templeton para la Religión. Halik explicó que “el ocultamiento” de Dios no implica necesariamente su no existencia. Desde su punto de vista un sentimiento de lo remoto de Dios pudiera llevar a mucha gente a una fe que encapsulara la experiencia de la ausencia de Dios. Los eventos de ambas tardes culminaron con un panel de discusión. Después del seminario hubo un retiro de meditación para setenta participantes que continuaron explorando el tema de la secularización. El P. Laurence habló acerca de encontrar la comunión a través de la compasión en un mundo dividido – lo que para él es el significado de la espiritualidad en la actualidad. Nos sentimos honrados en que Charles Taylor también estuvo en el retiro con nosotros, durante el cual dio un comentario profundo sobre la Parábola del Buen Samaritano. Fue una magnífica semana de reflexión intelectual y experiencia contemplativa, las cuales combinadas profundizaron nuestro entendimiento de la espiritualidad contemplativa de nuestro tiempo.

Si el mundo se va a renovar, debe ser renovado en sensatez. Si la Iglesia va a ser renovada, debe ser renovada en santidad, basada en sensatez. (John Main)

NOTICIAS

Conferencia de salud mental en Los Ángeles *por James Bishop*



El 26 de Mayo, el Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles realizó su 15a. Conferencia Anual sobre Salud Mental y Espiritualidad “Mirando por sobre el horizonte” en el Centro de Convenciones Los Ángeles. Los tres principales oradores fueron Su Santidad Drikung Kyabgon Chetsang de la India, el Padre Laurence Freeman y el Dr. Marvin J. Southard, Profesor de Práctica de la Universidad Southern California, Escuela de Servicio Social. El P. Laurence abrió su charla diciendo que “la conexión entre salud mental y espiritualidad no es solamente relevante para nuestra experiencia contemporánea de disminuir los problemas de la salud mental. Es inevitable”.

Luego de explicar que nuestra comprensión de estos dos aspectos está condicionada culturalmente, Laurence expresó que “las culturas pueden estar mal y estar enfermas en sí mismas”. Delineó algunos de los síntomas de nuestra enfermedad cultural, que incluyen la soledad, sensación de sin-sentido, y sus similares: las cosas que hacemos para llenar el vacío de la soledad que terminan siendo auto-destructivas.

Laurence explicó que nuestro “equilibrio de atención” ha cambiado a modelos de la realidad, en lugar de la propia realidad. Pero es nuestra atención a la realidad la que nos permite ser funcionales en este mundo. Nosotros ganamos nuestra sensación de percepción del mundo a través de las conexiones, y Laurence dijo que esa percepción es también parte de la sanación de la soledad. Nuestras relaciones se pueden fortalecer a través de la práctica contemplativa. “La práctica contemplativa tiene, como uno de sus primeros efectos, el don de hacernos sentir y pensar de una forma más encarnada. El cuerpo y la mente se conjugan de forma armoniosa, lo cual es saludable, y promueve una vida sana y equilibrada.” Laurence ofreció la meditación como “la más simple, universal y accesible forma de práctica contemplativa”.

Laurence concluyó expresando las conexiones entre meditación y medicina. “Esta conexión y la integración de la espiritualidad con el cuidado de la salud mental ofrece recursos poderosos para promover el cuidado de la salud mental en una sociedad tan dañada psicológicamente y una cultura espiritual poco nutrida”

En Línea: se puede leer la transcripción de la charla del P. Laurence en Los Ángeles aquí: <http://tiny.cc/LFblog>

El índice de los libros de John Main *por Geraldene Ford*

El índice de los libros de John Main fue producido teniendo muy en cuenta a los lectores.

Y el usuario, de cualquier origen, podría ser capaz de usar el catálogo de los 11 libros de John Main, encontrando ideas, temas y pensamientos que le interesen. No todas las instancias de cada palabra significativa están registradas en el índice (lo que sería de interés puramente estadístico). Si cada mención de cada palabra clave ha sido grabada, el usuario podrá ir al texto requerido y encontrará muchas palabras mencionadas eventualmente. Obviamente, las palabras “meditación”, “mantra”, “Maranatha”, “quietud”, “silencio”, “simplicidad”, “Jesús”, “Cristo”, “Amor”, “Dios”, etc. son mencionadas frecuentemente. Para elegir las palabras claves, la selección fue realizada cuando John Main se expresa o se expande sobre la idea que las palabras significan.

Bajo la dirección del Padre Laurence el índice se volvió simple y claro, por lo tanto no hay referencias a “ver” o “buscar también” dirigiendo al usuario a otra parte del índice para encontrar el término preferido. Las palabras claves son el lenguaje natural de los textos.

Cada entrada al índice consiste en tres partes: la palabra clave o frase; el título del libro; la página o párrafo donde se encuentra la palabra clave o frase. Las palabras o frases que no están en inglés van en *italicas*.

Los escritos del Padre John son profundos testimonios de su viaje al corazón de Dios. Ningún intento de captar su significado sería adecuado, pero existe la esperanza, sin embargo, que este índice pueda ayudar al usuario a encontrar y localizar pasajes que ayuden a la comprensión del hecho al que el Padre John ha dedicado su vida: la enseñanza de la Meditación Cristiana. **En Línea:** el índice de los libros de John Main está disponible aquí <http://tiny.cc/indexJM>

NOTICIAS

10º aniversario de la CMMC de Hong Kong *Por Lina Lee*



2016 ha sido un año especial y lleno de gracia para nosotros. Para nuestro gran gozo, del 29 de abril al 1 de mayo, retornamos al bendecido lugar en donde iniciamos nuestro camino 10 años atrás, la Casa Salesiana en Cheung Chau. En ese lugar celebramos nuestro 10º aniversario con un Retiro de Silencio dirigido por el P. Laurence sobre el interesante tema “Las Bienaventuranzas: enseñanzas de Jesús sobre la felicidad”. Uniendo nuestra profunda gratitud al Señor, nos comprometimos con nuestro deseo de seguir sintiendo el “soplo” del Espíritu en el avanzar de nuestra peregrinación al corazón.

Estuvo presente Liz King, quien nos había traído al P. Laurence, por lo que sentimos gratitud. También se nos unió Albert King, nuestro Consejero Honorario, de Michigan, USA.

También ha sido muy grato para nosotros, que además de las 100 personas locales asistentes al retiro, se unieron otras 50 (incluyendo sacerdotes, seminaristas y laicos) de la Iglesia Católica, y de Iglesias Protestantes de China Continental. Gracias al gran trabajo de Augustine Xiao de Shangai, estos meditadores representaron al menos a 12 ciudades de China Continental como Taiyuan, Wuhan, Yueyang, Guizhou, Guangzhou, Yichang, Shangai, Heilongjian, Henan, Hebei, Beijing y Shenzhen.

Sobre la magnitud de los dones del Espíritu, comentan algunos participantes:

El P. Laurence nos enseña que la meditación nos ayuda a trascender el ego, y a descubrir el rincón más profundo de nuestro corazón en donde está Dios (Grace Lam, Hong Kong).

El P. Laurence nos iluminó sobre las Bienaventuranzas, que no son solo para el intelecto, sino más afines al corazón (Jean Li, Hong Kong).

Bendigo y agradezco a todos Uds. que son instrumentos y promotores de esta oración del corazón, en especial al P. Laurence Freeman (Cardenal John Tong, Obispo de Hong Kong).

Que este hito para la Comunidad de Hong Kong continúe siendo un signo de cómo la meditación crea comunidad, una “comunidad de amor” (Laurence Freeman OSB).

Estamos muy agradecidos al P. Laurence por su acompañamiento y amor en la pasada década. Él nos ha animado a crecer en el Espíritu y a formar docenas de grupos meditadores locales. Por lo tanto, para marcar nuestro Año del 10º Aniversario, hemos organizado en Marzo nuestro Seminario de Enseñanzas Esenciales y charlas públicas en escuelas católicas dirigidas por Penny Sturrock. Esperamos nuestra próxima peregrinación a Singapur y Malasia, siguiendo las huellas de John Main donde encontraremos a nuestros compañeros meditadores. ¡Deo gratias!

Francia

Del 20 al 22 de mayo se llevó a cabo el encuentro nacional de la Comunidad Francesa en Besancon. Estuvieron presentes cerca de 120 meditadores. Las charlas fueron ofrecidas por el P. Freeman OSB y Philippe Mac Leod (foto), poeta, escritor, músico y columnista. El tema de la Semana fue *Estar y permanecer en la Presencia*, y contestar a dos preguntas:

¿Cómo encuentro en el día a día el camino de la interioridad en la confusión y agitación del mundo?

Y ¿Cómo hacer visible esa Presencia de manera que esa interioridad de bendiciones pueda solo dar gracias por toda la creación?



NOTICIAS

Actualización de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana en la India

La comunidad mundial para la meditación cristiana en Mumbai ha estado presente desde 2004, cuando después de una visita del padre Laurence Freeman por invitación del padre Joe Pereira se llevaron a cabo esfuerzos para enseñar la práctica y formar grupos de meditación en la diócesis. El objetivo eran miembros de la comunidad cristiana que estuvieran en búsqueda de una práctica contemplativa que hiciera eco con su fe. A la vez, el padre Joe llevaba a cabo el esfuerzo de integrar esta práctica en su trabajo con los alcohólicos en recuperación y la rehabilitación de los fármaco-dependientes a través de su Fundación Kripa. Ha habido, sin embargo, dos líneas de trabajo en la diócesis. Está la enseñanza de la meditación dentro del contexto de la tradición cristiana, que ahora cuenta con seis grupos funcionando en la diócesis de Bombay. También está un programa de divulgación dirigido a hacer posible que los beneficios de la enseñanza lleguen a un auditorio más amplio: escuelas, prisiones y centros de rehabilitación. Como el padre Joe Pereira tiene una red de centros en todo el país, ha hecho que la práctica de la meditación se vuelva parte integral de su programa de recuperación. A través de su trabajo, la meditación se ha ofrecido como un medio para obtener plenitud de cuerpo y mente entre los fármaco-dependientes y aquellos con HIV/SIDA en los doce estados de la India en que participa Kripa. Es parte del programa esencial de recuperación. En marzo, el padre Joe organizó un programa de meditación de una semana en la ribera del Ganges, al norte de la India en el ashram católico Divya Jyoti, que dirige la hermana María Thureea, RSCJ.

También organizó un Taller de Fin de Semana de Enseñanza Esencial en Kochi. El padre Joe está trabajando actualmente en una traducción de “Nuestra Práctica Diaria” al Malayalam, el lenguaje del estado de Kerala, en el sur de la India, y recientemente lanzó la traducción del mismo libro al Marathi, lenguaje local de Maharashtra, donde se encuentra nuestra arquidiócesis. Gracias a sus iniciativas personales, estamos encantados de ver como la práctica de la meditación cristiana está tomando raíces en India. Bernadette Pimenta, nuestro contacto nacional, tiene su propia ONG, Seva Dham, que trabaja con los desfavorecidos y marginalizados en hospitales mentales y prisiones en Maharashtra. Como miembro del consejo directivo y más tarde como Vicepresidente de la Indo Global Services Society, ha iniciado recientemente un programa de meditación para miembros de trabajo de la oficina central en Nueva Delhi. Ha recibido también invitaciones para hacer lo mismo en los estados del Noroeste, Tamil Nadu y Nagpur y Hazaribagh. Rutinariamente se tienen sesiones de meditación en prisiones en Thane, Kalyan y Byculla, como parte de su programa de extensión. También dirige un programa de Educación en Valores en su propia escuela en el cual se han iniciado en la práctica de la meditación tanto niños como padres. Aunque estos programas no siempre se pueden enfocar específicamente en la meditación cristiana, ella ha dado recientemente un programa introductorio a la meditación cristiana en su propia parroquia en Thane y en otra parroquia en Mumbai por invitación del párroco. En el pasado se diseminó más la meditación cristiana, sin embargo la enseñanza de la meditación como una práctica contemplativa cristiana se concentra básicamente en la diócesis de Mumbai. Tenemos seis grupos que se reúnen con regularidad cada semana y se tienen retiros de medio día, abiertos a todos, diseñados para profundizar nuestra comprensión de la práctica. Cristopher Mendonça también dirige retiros regularmente y días especiales de silencio durante Cuaresma y Adviento, que tienen buena asistencia y son muy apreciados.

Cambios en la casa Meditatio, Londres



Andrew McAlister, de Australia ha terminado su estancia como oblato en la casa Meditatio:

“Los dos últimos años han sido una exploración transformadora y una profundización en la experiencia de la meditación y la comunidad”.

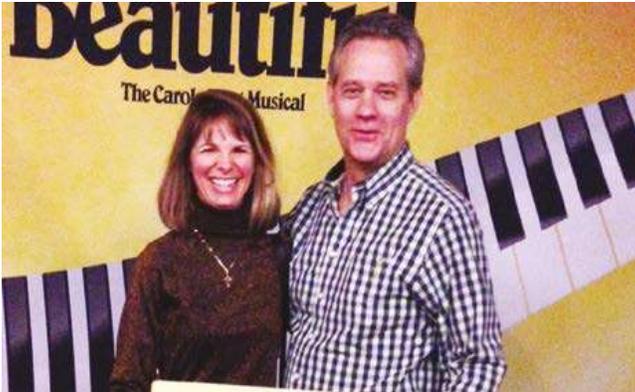
Puedes leer el blog de Andrew aquí: <http://tiny.cc/amcblog>

En foco

Karen y Tim Petigo, desde Estados Unidos

“Predicar la cruz es una estupidez para los que se pierden, pero para los que somos salvados es el poder de Dios”.

1 Cor.1:18



Como psicólogos, nosotros servimos a Cristo trabajando con la gente en psicoterapia. A diferencia de muchos de nuestros colegas seculares, los lentes a través de los cuales vemos a nuestros clientes y la forma en que vivimos nuestras relaciones terapéuticas, están basadas en primer lugar en las enseñanzas de John Main y la Meditación Cristiana. Cualquiera sea la naturaleza de aquello que trae a una persona a la psicoterapia, buscamos cómo el espíritu de Cristo está obrando en esa persona, sea ésta cristiana o no. El viaje a la curación y a la plenitud en psicoterapia es sobre la decisión de dejar el ego o el yo con la fe puesta en que alcanzaremos una nueva vida.

Inevitablemente, cada cliente se enfrenta al dilema de dejar ir al ego y permitir que el cambio ocurra, o depender del ego y continuar “atascado”. A menudo, el temor y el “aferramiento” solamente acrecientan el sufrimiento del individuo. Cuando nuestros clientes tratan desesperadamente de preservar el plan del ego, nosotros oramos para ayudarles suavemente en la fe a aprender cómo “dejar ir” al ego.

Tim

Comencé mi camino en la Meditación Cristiana hace 20 años. En aquella época, estaba trabajando en el Centro de Apoyo a las personas enfermas de cáncer, en donde la gente se enfrentaba a la muerte de una manera muy directa. Durante ese tiempo tuve la oportunidad de estar con personas cuya fe les permitía morir en gracia y dejarse ir a la muerte con luz y amor. Otros casos no eran tan pacíficos. A veces, los pacientes luchaban hasta el final con ira, dejando a sus seres queridos en un duelo penoso y complicado. Fue interesante que yo, muchos años atrás, como adolescente, tuve que ver a mi madre y mi padre morir en desesperación. Parecía que el Espíritu de Cristo estaba obrando en mí para “ver” la diferencia que la fe puede hacer en la forma como uno entra en el misterio de la muerte. Mi meditación diaria me guiaba cuando aprendí a dejar ir y a vivir confiadamente en el misterio de Dios obrando en mí y alrededor mío. Muchos de los clientes con quienes me tocó trabajar, me recordaban los momentos de desesperación y de falta de esperanza. La meditación me ha ayudado a sobrellevar esas experiencias en mis clientes y en mí. La meditación me ha ayudado a aprender que no es necesario arreglar o salvar, sino permanecer con fe en la forma en que Dios está obrando en las vidas de mis pacientes. Como resultado de ello, yo fui capaz de estar con ellos de una forma más profunda que a menudo les llevaba a conectarse con la sanación y el cambio.

KAREN

Yo comencé mi camino con la Meditación Cristiana hace unos 10 años, lo que me ayudó a caminar con otras personas en situaciones penosas. Mi práctica de meditación me ha mantenido adherida a la sabiduría de Dios y abierta a los misterios de la vida, que a menudo confunde a la lógica y la razón humanas. Cuando me siento ante mis clientes, soy capaz de dejar que el Espíritu de Cristo esté presente en mí y unirme a la experiencia del otro de manera compasiva y cuidadosa. Esto ayuda a los clientes a dejar ir al ego, enfrentar con coraje los desafíos y dar los difíciles pasos para realizar los cambios necesarios. Sin mi práctica de la meditación no hubiera podido tener apertura y fe.



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 edición en español: Marina Müller meditacion.cristiana.grupos@gmail.com;

traductores de este número: Carina Conte, Marta Geymayr, Guillermo Lagos, Enrique Lavín, Maren Torheim.

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

Recursos

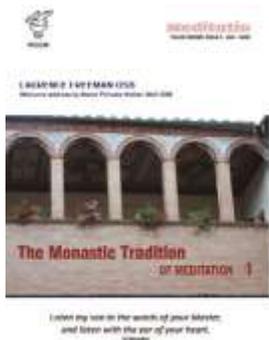
Libros: Coming home A guide to teaching Christian Meditation to Children (**Volver a casa: una guía para enseñar meditación cristiana a los niños**) **Ernie Christie**



Edición revisada y actualizada que contiene artículos nuevos sobre el desafío de la atención hoy en día y su relación con la espiritualidad. Ernie Christie escribe sobre la necesidad de “detener” el progreso. También contiene plantillas y guías para los docentes. Este libro muestra cómo la meditación puede ayudar a los niños a encontrar equilibrio y un sentido de su plenitud personal.

Las guías prácticas y detalladas de Ernie Christie para introducir la meditación a los niños en el aula y en la vida diaria servirá de inspiración y animará a las personas que seriamente desean ayudar a los niños a crecer en todo su potencial.

CDs: La tradición monástica de la meditación Laurence Freeman



Registros de charlas en la conferencia sobre Meditación y la Tradición Monástica en San Anselmo, Roma 2015.

En línea: las grabaciones están disponibles aquí:

<http://tiny.cc/CDMonastic01>

Videos Meditation, compassion and joy for a corporate world (Meditación, compasión y alegría para un mundo corporativo) Un diálogo entre Chade-Meng Tan y Laurence Freeman. Meng, uno de los primeros ingenieros y autores de Google, se reunió “online” con el director de la CMMC. Mira el video aquí: http://tiny.cc/meng_LF

Retiros y eventos

Seminario John Main

Donde entra la luz... Guiado por Jean Vanier 31 Agosto - 4 Setiembre / Trosly, Francia. El Retiro Pre-Seminario y el Seminario con Jean Vanier y Laurence Freeman están totalmente llenos.

Para participar online registrarse aquí: <http://tiny.cc/jms2016online>



Retiro de salud y meditación

Isla Bere, Irlanda, 9 al 16 de setiembre 2016. Para más información: <http://tiny.cc/BIHealth2016>

Festival de música y silencio

Isla Bere, Irlanda, 16 a 18 de setiembre. Para más información: <http://tiny.cc/BIMSF2016>

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

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

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



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

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

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

ASIA AND REGION
email: enquiries@mediomedia.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