



Meditación Cristiana

BOLETIN DE LA COMUNIDAD MUNDIAL PARA LA MEDITACION CRISTIANA

www.wccm.org

Organización benéfica registrada No. 327173

EDICION INTERNACIONAL, VOL. 35, N.º 3; OCTUBRE DE 2011

Fuentes de Creación: Arte y Meditación

Los artistas hablan sobre la creatividad que brota desde el profundo silencio de la meditación

Leonardo Corrêa (leonardo.correa@gmail.com)

El verdadero artista deja tras de sí el pensamiento, el razonamiento lógico, y se da a sí mismo en cuerpo y alma, en el trabajo de crear, ya sea expresar la vida en imágenes, sonidos, palabras o de otras maneras. El impulso creativo es siempre espontáneo y natural.

¿Cuál es la influencia de la meditación sobre el trabajo artístico y la creatividad en general? John Main considera la meditación como un arte. Para él, por ejemplo, el pintor se "pierde", mientras pinta, al igual que el meditador deja detrás su sí mismo durante sus períodos de meditación diaria.

Le pedimos a un poeta, a un músico y a dos artistas que meditan, para responder estas preguntas que surgen a partir de esta idea: ¿Puede la meditación estimular la creatividad artística? ¿Cuáles son las similitudes en el "trabajo" de la meditación y de la creación artística?

HILMAR FREDRIKSEN Y ANNE ROLFSEN, MARIDO Y MUJER, ARTISTAS EN NORUEGA

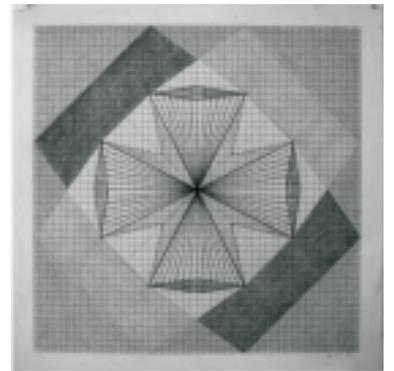


Hilmar: Hay muchas similitudes entre el estado de meditación y la inspiración. Cuando trabajo y cuando medito, tengo que olvidarme de mí mismo para llegar a un estado de flujo. Aquí, uno no está buscando algo – ello viene a ti. Tan pronto como te concentras en tratar de lograrlo, lo pierdes. Ana: Creo que la meditación puede estimular la creatividad. Es más fácil prestar atención y concentrarse, y tal vez se hace más claro lo que uno

realmente quiere expresar.

Es más fácil tomar decisiones y para ver si algo es bueno o no. Por lo menos eso creo. Existen muchas otras similitudes, por ejemplo, en el hecho de que no te puedes engañar a ti mismo ya sea en el trabajo de la meditación, ni en la obra de arte, cuando se está totalmente en ese trabajo.

Uno tiene que ser absolutamente fiel a sí mismo en ambas disciplinas. Para estar allí, en el momento presente. Y como dice Hilmar, no se puede querer lograrlo, porque ello viene a ti - siempre como un regalo.



KERRY TAYLOR, MÚSICO, MONTREAL, CANADA



En el sentido general de que la meditación es energizante, clarificante e induce alegría y las artes son medios importantes para expresar y expandir estos movimientos del espíritu. Sin embargo, yo personalmente no estoy interesado en el intento de relacionar la "experiencia" de la meditación con el contenido de la música, es decir, describir musicalmente la meditación; estoy interesado

en la posibilidad de que la música sea un vehículo para la integración personal, o incluso para la contemplación.

Creo que la relación entre la meditación y la práctica de la música (me voy a limitar a la forma de arte que mejor conozco) es muy similar a la relación de la meditación con cualquier otra actividad o propósito: la disciplina de la meditación aumenta nuestra capacidad para hacer una sola cosa, estar disponibles a lo que estamos haciendo; estar presentes. En la música, al igual que con cualquier otra cosa, las alegrías más grandes, los más sutiles placeres, los más claros mensajes resultan de la mayor disponibilidad posible de los músicos hacia la materia o las circunstancias que tienen a mano.

No siento un vínculo específico con la meditación en el momento de hacer música (mi enfoque es, en ese momento,

hacer musical). Pero por supuesto hay un reconocimiento periódico, post hoc, que estas dos disciplinas no están separadas sino que se refuerzan mutuamente.

ERALDO AMAY, POETA, BRASIL

Con frecuencia, después de salir de un período de meditación, me doy cuenta de la poesía brotando, germinando en mi alma. Me parece a mí, a veces, una extensión de la práctica meditativa. Aquí, entro en el silencio lleno de vida, recojo la inspiración de la fuente, en el regazo de la Madre que me da el Espíritu. Estoy feliz, y la poesía muy a menudo se presenta como una extensión del estado de meditación. Estos son momentos en que siento aquello que es tangencial. Mi alma sonríe, las palabras se encantan y caen de mi corazón. Algunos de los poemas aparecen como una revelación de lo que no se puede poner en palabras.

Ciertamente, hay una profunda relación entre la meditación como "trabajo" y la creación poética. En la meditación se busca superar la turbulencia de la mente dualista, la superación de todas las dualidades, a fin de despertar el Ser, el Uno sin segundo, nuestra esencia, que es el mismo en todo y

todos. En la creación poética, especialmente la relacionada con el camino místico, en busca de la palabra enraizada en el corazón, una experiencia que se pone de manifiesto, que está más allá y por debajo de la palabra, la felicidad de sentirse parte y, al mismo tiempo, el Todo.

A continuación, un extracto del poema "Revelação" (Apocalipsis):

*no en cuarto, como quatro e meia estou
Sozinho
(En la habitación, como a las cuatro y
media, estoy solo)*

*lá foros escuto o som que vem do Templo
(afuera escucho el sonido procedente
del templo)*

*hoje escolhi ficar un Comigo Sós
(hoy me eligió para estar a solas
conmigo mismo)*

*na Solidão hacer cuarto me contento
(en la soledad de mi habitación,
estoy contento)*

EN LA WEB: Se puede ver, escuchar y leer obras de Hilmar, Anne, Kerry y Eraldo en www.wccm.org

Amigos de la Comunidad

En estos días económicamente difíciles la Comunidad Mundial no está sola, con muchas otras organizaciones benéficas, organizaciones no gubernamentales y un sinnúmero de personas, afrontando los serios desafíos.

Somos casi totalmente una organización basada en el voluntariado y la profundidad del compromiso personal en el tiempo, el talento y los recursos de los meditadores individuales y las comunidades nacionales de todo el mundo nunca deja de inspirar a los que enseñan y viajan para compartir el don de la meditación.

El lanzamiento de nuestro programa de desarrollo de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana - Meditatio - encontró el generoso apoyo de benefactores y comunidades nacionales. Por supuesto, es sólo una parte de la gran misión de la Comunidad Mundial.

Seguimos adelante en esto en todos los frentes con fe, conscientes de que esto es obra del Espíritu y si nos dan los medios, podremos continuar dedicándonos a este servicio. Estamos construyendo canales para el liderazgo que necesitamos para la

próxima generación y siempre tratando de compartir los frutos de la meditación cristiana tan ampliamente como podamos, simplemente donde sea necesario. Para hacer esto hoy y mañana necesitamos ayuda financiera. Si crees en este trabajo y en la comunidad y si tienes algo que dar, de una sola vez o, mejor aún sobre una base regular

- grande o pequeña - por favor ponte en contacto con Susan en la Oficina Internacional en Londres. Por favor, recuerda a la comunidad también, cuando llegues a escribir tu testamento. También se puede donar directamente en línea por la página web. Gracias. Estamos muy contentos y animados a compartir esta visión contigo.

Laurence Freeman OSB





Una carta de Laurence Freeman OSB

DIRECTOR DE LA COMUNIDAD MUNDIAL PARA LA MEDITACION

Dear Friends,

Yo estaba hablando con un joven que recientemente había intentado suicidarse. Una relación rota había empujado a esta alma creativa, enérgica y muy sensible al borde de lo que consideraba emocionalmente soportable. En pocos momentos me enteré de un trágico trauma familiar de pérdida temprana en la vida de esta persona, todo el dolor sin finalizar que había surgido como un dragón dormido, que hizo que la vida pareciera una repetición inútil e incesante del fracaso, la pérdida y el rechazo.

Más tarde, me sentí más atraído a la solitaria prueba de este joven cuando me enteré de los recientes ganadores del premio Nobel de física, que habían descubierto que el universo se está expandiendo a un ritmo acelerado. Anteriormente, la teoría cósmica ortodoxa vio un ritmo decreciente de expansión que llevaría finalmente a todo hundiéndose sobre sí mismo. Todas las razones detrás de esta nueva teoría son, por supuesto, inciertas. La ciencia, como cualquier búsqueda de la verdad, nunca da una respuesta sin levantar más preguntas. Pero el secreto parece radicar en la materia oscura que compone aproximadamente el 70% del cosmos y sigue siendo - aparte de su existencia obvia - un completo misterio para los que lo investigan.

Ya se trate de las terribles palabras: "necesitamos un poco de espacio ... podemos seguir siendo amigos ..", o caer en una visión nueva y más vasta del universo, o el doloroso despertar a un punto de vista financiero del mundo que se revela como una ilusión basada en la codicia insostenible y el miedo, el viaje humano no es una tarea fácil. La persona joven con el corazón roto, el científico que tiene que revisar sus teorías, las sociedades que tienen que luchar con el declive económico son ejemplos paralelos, en diferentes dimensiones del conocimiento, de lo mucho que tenemos que respetar el misterio, la materia oscura de la vida. El secreto, la sabiduría que necesitamos, tanto para sobrevivir como para prosperar, se encuentra aquí y no en el exceso de confianza que ponemos en períodos de éxito o de aquellos momentos cuando parece que manejamos todo y nos sentimos amos del universo.

El crecimiento es siempre trascendente. Se requiere que aceptemos la pérdida para encontrar la siguiente fase que estamos buscando. Cuanto más nos acercamos a esto más tenemos que revisar nuestra meta imaginada. Pero es al borde de un acantilado donde tenemos las vistas más espectaculares.

San Gregorio de Nisa dice que la experiencia de Dios se parece a esto. "Imagina lo que una persona sentiría", dice "si pone el pie en el borde de este precipicio y mirando hacia el abismo hacia abajo no viera base sólida ni nada de que agarrarse. Esto es lo que el alma experimenta cuando va más allá de su asentarse en las cosas materiales, en su búsqueda de lo que no tiene dimensión y que existe desde toda la eternidad".

Aunque estos ejemplos muestran tres dimensiones diferentes de nuestra experiencia - emocional, racional y espiritual - están relacionados entre sí. En cada uno nos encontramos al borde del acantilado de lo que una vez asumimos que fue nuestro mundo estable o nuestra visión del mundo. A través de cada uno de ellos caemos en crisis, confusión y miedo. Son oportunidades de crecimiento, etapas de transición. Sin embargo, para aprovechar el momento, tenemos que recurrir a la energía oscura presente en cada uno.

Usando el lenguaje de nuestra creencia, no seamos reacios a ver que esta energía es Cristo. "El secreto es Cristo en vosotros, la esperanza de una gloria futura" (Col 1:27). Pero no olvidemos tampoco que este conocimiento es el fruto de la sabiduría y la experiencia - la fe - no sólo la creencia, y seguramente no es una prueba científica.

La palabra 'en' también significa 'entre'. Lo que está en nosotros está a nuestro alrededor. Ninguna verdad puede ser descubierta sino a través de esta paradoja.

*

Durante nuestro reciente retiro de 10 días en la Isla de Bere tuvimos un montón de climas. Incluso durante las sesiones de la mañana, preparadas para la meditación, las charlas y el intercambio personal, podíamos ir, en cuestión de minutos, de un sol radiante a la lluvia, de un cielo color gris a breves tormentas oscuras. Advertí a aquellos que venían de climas más cálidos que el clima es variable y por lo tanto, puede ser un buen profesor, como de hecho lo comprobaron. La previsibilidad fácilmente embota la mente. Los primeros monjes celtas, en cuyo ejemplo y cultura nos basamos durante esos días, amaban y aceptaban todas las formas del clima. En el frío o el calor, con lluvia o sol, ellos sentían y respiraban el oscuro misterio de Dios.

Siempre que nos enfrentamos a las contradicciones - lo que contradiga nuestras esperanzas y expectativas emocionales, nuestra manera de ver el mundo o los accidentes de la vida - somos bendecidos. A menudo, en un primer momento no vemos la gracia que está ahí para nosotros. Pero un ángel que pasa, un amigo, un consejero, un desconocido que podría cruzarse en el camino de nuestra vida en este momento para no volver a ser visto, nos puede alertar en esto. No todas las nubes tienen guarniciones de plata, pero ni siquiera reconoceríamos la oscuridad sin la luz de la conciencia.

Los opuestos crean situaciones de conflicto y el conflicto nos da miedo porque parece una pérdida de la paz. En realidad el conflicto, soportado apropiadamente y sin violencia, es la manera de profundizar en el conocimiento de la "paz que está más allá de la comprensión". Frente a las contradicciones y

contratiempos de la vida, el espíritu nos llama a aceptarlos e integrarlos, a un nivel más profundo que la mente ordinaria, a no negarlos o huir de ellos como nosotros somos tan fácilmente tentados a hacer.

Rechazar o negar la paradoja en nuestras vidas es trágico, pero también a menudo contiene una huella de lo absurdo. He intentado, tan suavemente como me atreví, a sugerir esto a la joven que había intentado suicidarse. Porque, a menos que podamos ver la diferencia entre la paradoja y el fracaso, nos condenamos a repetir patrones de auto-rechazo y desesperación. Ver nuestro propio absurdo de tratar mal los problemas de la vida nos puede llevar a la sabiduría. Tenemos que apelar a la sabiduría que vive en nuestra alma en niveles más profundos que la pena. Como dijo Simone Weil, por debajo de nuestras más profundas lamentaciones está la perla del silencio de Dios.

La sabiduría nos llama a resistir y otorga fuerza más allá del horizonte de nuestras expectativas. Pero esta es una lucha y es improbable que tengamos éxito en ello, si estamos completamente solos.

Los primeros relatos de los celtas ponen de relieve algunas de las características que más tarde se convirtieron en parte de sus estereotipos por parte de otras razas.

Platón habla de ellos como un pueblo adicto a la bebida y Aristóteles señaló que ellos no temían los peores peligros. Ellos eran combatientes feroces, pero fueron incapaces de unirse, como lo hicieron los romanos, mejor organizados, en alianzas mayores de sus clanes. Sin embargo, debido a, o a pesar de estos rasgos, se desarrolló una corriente de espiritualidad de gran poder e inspiración permanente.

La cristiandad celta nunca fue respetada adecuadamente por los maestros romanos que finalmente la colonizaron. Era personal, centrada en la familia y democrática más que legalista. Sus monasterios eran como pequeños pueblos, integrando diferentes formas de vocación, desde ermitaños hasta familias. El cristianismo celta tenía sus lados oscuros, pero importaron muchos de los tesoros de la experiencia pre-cristiana de la espiritualidad de los antiguos celtas, en armonía con la nueva fe. Por encima de todo, como podemos ver en su poesía, ellos mantuvieron un apasionado amor a la naturaleza en todas sus formas.

Ellos entendieron la fe en sí misma como una



"UNA PRÁCTICA ESPIRITUAL COMO LA MEDITACIÓN NOS LLEVA MÁS PROFUNDO QUE EL EGO OBSERVADOR".

peregrinación y no como una cima a ser conquistada y luego sostenida contra los infeas. En las imágenes radiantes de la literatura céltica cristiana vemos una imaginación exuberante jugando creativamente alrededor de epifanías del oscuro misterio de las experiencias de Dios, donde pasamos a través de las bellezas del mundo natural, así como de las profundidades del alma individual. Al disfrutar de estas conexiones poéticas entre el espíritu y la mente, podemos aprender cuán diferente es una imaginación de este tipo a nuestra fantasía habitual o ensoñaciones. Somos conscientes de lo que John Main quiere decir cuando dice que "la imaginación es el gran enemigo de la oración", o por qué los antiguos maestros de oración nos dijeron que tenemos que "dejar a un lado los pensamientos", porque "cada imagen de Dios es un dios". A menos que entremos en la energía oscura, no podemos ver la luz plena de la realidad. No son las palabras las que rompen el silencio, sino la desatención de la mente. No es el movimiento el que destruye la calma, sino la falta de propósito.

*

Los monjes celtas amaban la lucha espiritual por todas estas razones y así fueron capaces de abrazar con pasión las prácticas espirituales que los llevaron a una unión más estrecha con Cristo.

Ellos amaban la ascesis (la palabra significa entrenamiento y nos da posibilidad de "atletas") de su profesión. No porque les causaba molestias o les costaba una separación dolorosa de lo que amaban, sino porque les abría el misterio que estaba a la vez dentro y alrededor de ellos.

En sus formas más libres de vida integraban las paradojas de la comunidad y la soledad más explícitamente que San Benito en su Regla. Nos hicimos conscientes de ello durante el retiro de la Isla de Bere, en que nos reuníamos en los momentos fuertes durante el día, de oración y de compartir, antes de dispersarnos de nuevo a nuestras habitaciones o diferentes "celdas". Este ritmo elástico de reunirnos y dispersarnos es una característica de una "ermita", una forma de soledad en la comunidad. La mente moderna, que depende demasiado de su individualidad y tratando de escapar de ella, a menudo encuentra esto atractivo, una forma alternativa de estilo de vida.

La palabra "ermita" deriva de un término copto que significa "pesar el corazón". En una crisis, el corazón, el centro de calibración de cada persona, parece sobrecargado y no puede soportar el peso que lleva. Pesarse el corazón significa poner nuestros problemas en perspectiva y valorar cuánto más podemos tomar y cómo podemos lidiar con eso. Aunque es también un trabajo solitario que nadie puede hacer por nosotros, muy rara vez podemos hacerlo todo por nuestra cuenta. Los monjes celtas destacaron la importancia dual de la comunidad y de la amistad espiritual para llevar esta carga de la soledad. Para la mayoría de la gente hoy en día esto se logra no por la vida monástica o incluso por ir al estado temporal de monjes que ofrece un retiro, sino más bien por vivir su vida ordinaria de una manera disciplinada, espiritualmente equilibrada. Uno de los elementos de este equilibrio para cualquier persona que abraza una disciplina espiritual es la experiencia de la comunidad que se encuentra, por ejemplo, al pertenecer a un grupo de meditación semanal o, cuando ello no sea posible, en sentirse conectado a los demás por medios de la comunicación digital.

Una práctica espiritual como la meditación nos lleva más allá de la observación del ego que explora nuestro cuerpo o los estados mentales. En la meditación profunda se desata un poder de

integración que conduce a un cambio benéfico permanente en el carácter y los patrones de comportamiento. Puede no suceder nada en el período de meditación, pero nuestra vida cambia. Debido a la velocidad y los altos niveles de deseo en que vivimos hoy en día, estamos llenos de cabos sueltos. Al igual que un trabajo de construcción mal terminado, en que los cables quedan sueltos, fuera de la pared o aparecen vacíos entre la pared y el techo, nuestras mentes y nuestros sentimientos se encuentran dispersos con experiencias no resueltas. Al igual que con la joven que he mencionado anteriormente que tiene que revivir un trauma infantil siempre que se experimenta una pérdida emocional, a menudo no sabemos lo que nuestros cabos sueltos son hasta que ocurra un nuevo trauma. La curación consiste en inmovilizar y calmar estas heridas. Se trata de una obra de la gracia en nuestro ser natural, pero no es milagrosa: "tu fe te ha sanado", dijo Jesús a menudo a los que eran curados. La curación es la gracia de trabajar en y por medio de lo natural. El simple hecho de estar abierto a un poder más profundo o más alto y llegar a ser plenamente humano no tiene que apelar a los "poderes sobrenaturales". Jesús desalentó la búsqueda de signos maravillosos. Pero el misterio existe. Los poderes de la totalidad que producen efecto curativo se encuentran en la oscura, divina energía de nuestro corazón que necesita ser puesta en libertad y entregada a un libre juego.

En las formas prehistóricas de arte celta, las curvas en espiral o danzantes son ya visibles. En el arte cristiano más sofisticado y elegante de la tradición, especialmente en los Evangelios iluminados de renombre, estas espirales forman intrincados patrones que emergen de las letras mayúsculas principales del texto y se abren paso por la página. Retratan la red de la vida, hermosa en su flujo y reflujo, en un movimiento continuo con una expansiva energía silvestre, pero siempre en equilibrio dinámico. No hay cabos sueltos.

*

No podemos sostener la práctica de la meditación, si la vemos sólo como un camino lineal, o si esperamos llegar, en alguna ocasión futura o a través de alguna nueva experiencia, a un destino imaginable. Aprender esto implicará renunciar a la práctica a veces. Sin embargo, cada vez que abandonamos la meditación y luego volvemos a ella - algunos días o años después - aprendemos mejor su verdadero significado. La infidelidad nos enseña el significado de la fe, como el pecado revela la naturaleza de la gracia.

Sin embargo, los motivos de nadie son completamente rectos desde el principio. Puedes comenzar a meditar simplemente por los beneficios físicos o psicológicos. Estos vienen con una práctica regular.

Pero entonces, un horizonte mayor empieza a aparecer cuando el ojo del corazón se vuelve más claro y la dimensión espiritual más consciente. Entonces, más allá de estos beneficios obvios, el meditador percibe, tal vez vagamente en un primer momento, el significado de los frutos espirituales. El principal de ellos es el don del amor. Al ver que nuestra capacidad de amar está mejorando - y redefinimos nuestra comprensión del significado del amor - nos expandimos hacia lo desconocido.

"PUEDE NO PASAR NADA DURANTE EL PERIODO DE MEDITACIÓN, PERO NUESTRA VIDA CAMBIA."

Recientemente, pasé una semana en un retiro de meditación con un grupo ecuménico del clero. Era, evidentemente, un alivio para muchos de ellos abandonar las expectativas que tan a menudo proyectan en ellos cuando se espera que sean la fuente y defensa de las creencias religiosas, las respuestas espirituales y las reglas morales. Varios hablaron sobre la dificultad que enfrentan para satisfacer estas demandas. Las proyecciones a menudo proceden de una imagen de Dios que el sacerdote por sí mismo ya no puede creer. Ellos ya han ido más allá del Dios hecho a nuestra imagen y diseñado para apoyar nuestra visión del mundo, hacia un Dios de la energía oscura, de lo desconocido. Tuvimos varias conversaciones acerca de lo difícil y atemorizante que puede ser para los sacerdotes o ministros contemplativamente orientados introducir esta dimensión de "desconocimiento" de la fe y la oración en sus congregaciones. Como una mujer sacerdote comentó: "estando aquí, estoy aprendiendo que está bien estar en este no saber, no tengo que fingir que tengo todas las respuestas".

Lo que surgió de esto fue la conciencia de que el fracaso, de cualquier tipo, puede ser asumido. El cristianismo, después de todo, fracasa bastante bien. Jesús no terminó su misión con un éxito rotundo. La resurrección no consiste en vencer completamente a sus enemigos, sino en superar la mentalidad que pone a la gente en primer lugar como enemigos. Tampoco la enseñanza da directrices, tales como ofrecer "diez viñetas sobre la maestría espiritual". Más bien, muestra las formas de encontrar el sentido de la sencillez y la humildad, el punto desde que el se inicia el viaje en forma continua.

*

Un tema profundo de la espiritualidad celta yuxtapone el amor al lugar con el exilio voluntario. Este es el "martirio blanco" que les llevó a tomar la idea de peregrinación, literalmente, y alinear su vida exterior con su vida interior, de manera explícita. Una forma dramática de esto fue poner el pie en tierra con algunos compañeros en una pequeña embarcación y dejar que las mareas y el espíritu dirijan su curso. Temerario como podría parecer esto, llevó a algunos de ellos, probablemente, a descubrir América y otros sin duda a plantar los monasterios desde Islandia a Italia. Pensándolo bien, nuestra propia peregrinación de la meditación no es tan diferente. Voluntariamente renunciamos a los lugares a los que nuestra mente se siente más unida. Se les permite retroceder a los pensamientos, palabras y patrones mentales mientras la atención se centra en la fe en el mantra, la barquilla pequeña en la que refugiarse, que también nos lleva de la mente al corazón.

También Jesús, como el Buda, era itinerante y vivió separado de su lugar, su familia y su posición. Incluso Mahoma escribió que su "conexión con el mundo es como un viajero descansando bajo la sombra de un árbol y que luego sigue adelante." Sin embargo, los monjes celtas más radicales se mantuvieron equilibrados por la moderada sabiduría de la tradición. Se les recordó que incluso la peregrinación exterior más dramática es inútil a menos que nos esté enseñando el auto-descubrimiento. "Ir a Roma es un gran problema, con muy pequeño beneficio (nos dice uno de sus poemas); el Rey que buscas allí - a menos que lo lleves contigo - no lo encontrarás".

San Benito, que no hace hincapié en la peregrinación o el exilio, sin embargo, tiene al monje comprometido a la conversión permanente, el cambio continuo, el desapego y la estabilidad. Esta paradoja del cambio arraigado en la estabilidad da frutos de sabiduría.



Los monjes irlandeses, siempre grandes peregrinos, también tienen muchos poemas conmovedores que describen su amor por su celda. Si no tenemos algún lugar del mundo que amamos, aunque a menudo estemos lejos físicamente, es difícil soportar el desarraigo y el cambio constante.

El mundo moderno ha dominado el medio de transporte barato y rápido. Empresarios y profesionales viajeros y el turismo mantienen a la mitad del mundo siempre volando o conduciendo. A menudo me parece que una mayor productividad y una mejor comunicación se logra quedándose en casa, se necesita una fe fuerte para poner esto a prueba. Lo que los monjes irlandeses nos pueden enseñar, sin embargo, es al menos la forma de viajar mejor y cómo convertir las largas horas, a menudo estériles, entre la salida y llegada, en oración. Por ejemplo, la próxima vez que vuelas, puedes ir directamente hasta el espacio de oración del aeropuerto o a una puerta tranquila donde nadie está esperando y hacer eso, al menos por un tiempo, la manifestación externa de tu celda.

La celda es no sólo un lugar al que uno se fija, como uno naturalmente a su hogar. Es más que un lugar. También es tu práctica espiritual a la que sigues siendo fiel. Yo estaba conversando recientemente con alguien que es un buscador verdadero y sincero, pero un alma muy inquieta. Esta persona, a quien conozco desde hace mucho tiempo y asumí que tenía una práctica regular, resultó que no la tenía. Al igual que en muchas personas aturcidas por el amplio abanico actual de elección espiritual, el compromiso con una sola práctica, y mucho menos con una sola tradición, parece representar una pérdida de libertad.

La gente todavía se pregunta con ansiedad antes de comprometerse, ¿cuánto tiempo toma la meditación para mostrar resultados? La respuesta es ¿cuánto tiempo se tarda en llegar a donde tú estás, dejar de ir el pasado y al futuro, comprometerte a lo que uno es ahora? Tal vez, al igual que la nueva ley mexicana dando licencias de matrimonio por un período inicial de dos años, una práctica espiritual también debe venir con un compromiso mínimo. Pero tan pronto como surge la idea de compromiso, se despiertan la resistencia y el miedo. El gran interés en la meditación que aparece en las sociedades occidentales se encuentra en un nivel como un signo alentador. Pero cuando se queda sin encarnarse, fuera de una práctica regular constante y de un grupo de apoyo, fácilmente se convierte en algo a corto plazo. De ahí la importancia de ver a tu práctica como una celda que llevas contigo a dondequiera que el espíritu pueda conducirte.

Entonces se convierte, física y psicológicamente, en un lugar perenne de renovación. Cada vez que entramos en él, cada vez que meditamos, nos renovamos y actualizamos nosotros mismos, atamos algunos cabos sueltos y llevamos la mente y el corazón a una mejor armonía. Al igual que recargar tu página web, la práctica adecuada te salva de quedar atascado en viejas escenas de la vida y te ayuda a sentirte y a actuar energizado, con el poder y la renovación del espíritu de vida.

*

La celda también puede ser entendida como comunidad. “Nos sentamos en nuestra celda, lo que nos enseña todo”, cuando permanecemos estables y fielmente conectados a esa red de relaciones, de trabajo en todos los niveles, que llamamos comunidad. Hoy, en nuestra cultura hiper-individualista, muchas personas buscan la comunidad, en sus propios términos, como un escape de un sentido corrosivo de aislamiento. Incluso el matrimonio o la unión de pareja por sí sola no puede curar esta experiencia moderna de la alienación. Estas relaciones de pareja necesitan un contexto social más amplio de significado y diferentes tipos de amistad con el fin de prosperar. ¿Por qué si no, celebramos bodas y aniversarios de una manera pública? Necesitamos raíces en la comunidad para mantener la base de nuestra vida juntos.

Sin embargo, la comunidad es un desafío. A medida que crecemos y nos sentimos apoyados, somos también probados por ella. Las personas, situaciones, planes, la colaboración, a menudo no funcionan como nos gustaría y entonces es fácil culpar, condenar, o complacernos en el auto rechazo por lo tanto caer en el aislamiento. La comunidad es una celda en la que necesitamos perseverar, de la misma manera que tenemos que aprender a ser fieles al mantra. De hecho, a medida que aprendemos a meditar en la comunidad nos encontramos con que estos aspectos internos y externos de nuestro ser cada vez más sincronizados.

En términos cristianos, este es el comienzo de la conciencia de que mi relación con Cristo no es simplemente una suerte de encontrarme en una agencia espiritual de citas. Nosotros nos movemos desde la percepción del ego de sí mismo como el que elige, hacia la conciencia del yo de que somos elegidos, en efecto, que existimos porque somos elegidos. Estamos ampliándonos en libertad al aceptar esto. La meditación es una celda de soledad. Es por eso que crea comunidad. La comunidad, sin embargo, es más que el grupo visible con el cual meditamos. Es el cuerpo místico del maestro, quien nos muestra el camino a la meta final, más allá del último horizonte visible.

Hemos reflexionado brevemente aquí sobre la naturaleza de una práctica espiritual, como podríamos entenderla desde nuestra necesidad actual. Espero que puedas encontrar no sólo desde estos pensamientos, sino sobre todo en la amistad de nuestra comunidad y su visión compartida y su propósito, algo de lo que necesitas para profundizar y ampliar el camino que da tan rico sentido a la vida.

Con mucho amor,

Laurence Freeman OSB

NOTICIAS DESDE LA COMUNIDAD MUNDIAL

Lo siguiente es un pequeño resumen de la vida de la comunidad. Para noticias semanales y más información visita la página web de la Comunidad: www.wccm.org

VIVOS EN CRISTO: 2011 SEMINARIO JOHN MAIN EN IRLANDA



Fergal McLoughlin
fergalmcloughlin@gmail.com

En 1997 en el Seminario de John Main que se llevó a cabo en Irlanda, una joven dama llamada Mary McAleese fue la disertante invitada, poco después fue elegida presidente de Irlanda. Este año el Seminario nos volvió a dar la bienvenida en la Isla Emerald. El disertante fue el P. Timothy Radcliffe quien se presentó con una

reputación de profundidad y experiencia. El evento se realizó en la Universidad de Cork y la estimación inicial de 150 asistentes fue superada con creces cuando se tuvo que cerrar en los 330, con 21 países representados.

La semana comenzó con un retiro de silencio “Los frutos de la crisis” predicado por el P. Laurence en la serenidad de la antigua Aula Magna del edificio. Laurence habló de todas las crisis que nos acechan en estos días, social, personal y espiritualmente, y de cómo la meditación puede ayudarnos a hacerles frente en el mundo de hoy.

El martes, a las 150 personas que habían asistido al retiro de silencio se les sumaron otras 180 en el espacioso Hall DeVere para comenzar el Seminario con Timothy Radcliffe. Su tema fue el de ser un cristiano en el mundo de hoy y en la crisis. Un espíritu de alegría y esperanza fue el centro de sus charlas, “la alegría de la celebración”. Dios está en el amor que tenemos hacia las otras personas. Se refirió a la crisis de liderazgo en la Iglesia y en la necesidad de cada uno de nosotros de compartir la responsabilidad en ese liderazgo. Habló sobre la oración y la santidad, y sobre convertirnos en los seres humanos que Dios ha creado. Habló sobre la necesidad de estar en contacto con la gente joven y de la importancia de dirigirse a ellos en su nivel. Y, además, de la importancia del silencio en la vida espiritual de hoy.

Este contenido relevante fue intercalado con anécdotas personales de Timothy y su maravilloso sentido del humor, un amigo me comentó más tarde: “¿no es maravilloso reírse?”. En las mañanas fuimos deleitados con el suave sonido del joven Fiachra O’Corragain quien tocó el arpa para nuestra entrada en silencio al hall. Escuchamos al poeta Liam O’Muirthuile quien habló sobre la tradición de los primeros monjes irlandeses y leyó poemas de su tradición. Y hubo mucho más además, como grupos para establecer contactos en meditación con niños, adicción y salud mental, y también “Silencio en la ciudad”, una tarde de sesión para gente joven liderada por el P. Laurence. También hubo un tour por la ciudad de Cork, y una peregrinación post-seminario a Skellig Michael fuera de la costa de Kerry e incluso a la santa Isla de Bere.



El domingo a la mañana tuvimos una especial celebración eucarística, presidida por el P. Timothy, el P. Laurence, el Hno. Richard de UCC y el P. Patrick Hederían, Abad de Glenstal, quien en una excelente homilía habló de la oración como “una voz de puro

silencio que escuchamos y a la cual acostumbramos nuestros corazones”. Cuatro meditadores hicieron su oblación final durante la Eucaristía y dieron testimonio de sus propias peregrinaciones. Terminamos como comenzamos, en un silencio enriquecedor. Así llegamos a un fin de semana que permanecerá en las mentes de todos los que estuvieron presentes. Sylvia Thompson pidió que la comunidad brasilera tenga éxito en la organización del Seminario de John Main, en San Pablo, el 2012.

Finalizamos con una bendición de nuestro trío de músicos, Mactire, quien nos dejó estas palabras de San Patricio:

Cristo conmigo, Cristo ante mí,
Cristo detrás de mí, Cristo en mí,
Cristo en el corazón de todos aquellos que piensan en mí,
Cristo en la boca de todos aquellos que hablan de mí.
Me levanto este día.

EN LA WEB: Ver más videos y fotos sobre el Seminario de John Main 2011 en la pág: www.wccm.org

REUNIÓN ANUAL 2011 DE LA WCCM

Clement Sawvé, Presidente del Consejo Coordinador de la WCCM
clementsawve@gmail.com

La reunión anual de la Comunidad fue llevada a cabo durante el Seminario John Main, según lo establecido en nuestra Constitución. El primer ítem a tratar este año en Cork, fue el informe sobre los acontecimientos del año pasado del Director de la Comunidad. El P. Laurence dio charlas, predicó retiros y talleres, participó en conferencias y dirigió encuentros en 22 países. Nos dijo que a partir del año 2012 limitaría sus viajes y sus enseñanzas a seis meses del año.

Las tres áreas de la vida de la comunidad que resaltó fueron:

- Los primeros dos seminarios del Programa Meditaito, coordinados en Londres por Brijji Waterfield, sobre “Niños y Meditación” y “Salud Mental y Meditación”, llevados adelante prestigiosa y exitosamente. También subrayó la importancia del rol de la nueva Casa Meditatio en el centro de Londres, que es hogar de jóvenes oblatos residentes e internos. Francisco Wulff, de nacionalidad canadiense y venezolano, estará uniéndose al equipo este mes con la especial responsabilidad de ocuparse del planeamiento estratégico de la recaudación de fondos.

- La mejora significativa del sitio web de la comunidad a través de Facebook, Twitter, Youtube, etc. se ha convertido en un catalizador importante gracias a Adriano Massi, nuestro nuevo Gerente de Tecnología Informática, coordinando desde Roma.

- El Centro de Meditación de la Universidad de Georgetown está evolucionando correctamente y posiblemente

genere centros similares en otras instituciones educativas.

Pauline Peters, encargada de enlazar los Coordinadores Internacionales, habló de su trabajo que incluye llevar el calendario del P. Laurence. Cuatro de los siete encuentros regionales propuestos fueron realizados: Asia/Pacífico en Malasia, Norte de Europa en Londres, América Latina en Caracas, y Europa Occidental en Génova.

Las principales áreas de interés en estos encuentros incluyeron la meditación con niños, meditación con los pobres y marginalizados, la web, traducciones y proyecto de enlace entre los diferentes sitios y, traducciones y proyecto de enlace entre los diferentes países.

Susan Spence y yo presentamos un resumen sobre cuentas y el balance de la administración de la WCCM del año en curso, finalizando el 31 de diciembre de 2010.

Se informó un total de ingresos de £ 619.512 y un total de egresos de £ 453.315. Explicué que el superávit resultante se debió a las consideraciones de flujo de caja. Las cuentas de la WCCM se presentan cada año a la Comisión de Caridad del Reino Unido y se puede acceder a ella en cualquier momento por medio del sitio de la Comisión. Una aprobación unánime fue dada por los miembros a las enmiendas de la Constitución previamente publicadas.

Trish Panton, de Australia habló sobre la Comunidad de Oblatos Benedictinos y Kathryn Houston, también de Australia, explicó la importancia del “Programa Amigos” de la Comunidad. Varios participantes estuvieron de acuerdo en colaborar con donaciones voluntarias, las cuales sumaron más de mil Euros para apoyar el trabajo de la Comunidad.

Ronaldo Giuntoli de San Pablo, Brasil, concluyó con un anticipo atractivo del Seminario de John Main para el 2012, que se llevará a cabo con Leonardo Boff, teólogo, filósofo y ecologista, como el presentador principal y Fray Betto.

RETIRO DE SILENCIO EN SUIZA, DEL 16 AL 18 DE SEPTIEMBRE DE 2011.

Deborah Walton: *Coordinadora de Suiza*
deborah.walton@gmail.com



Fue nuestro primer intento de un retiro de silencio de fin de semana para la Suiza de habla francesa. Estábamos un poco ansiosos. Aunque habíamos organizado diálogos interreligiosos y otros eventos, un retiro de

silencio fue el primero para nosotros. Numéricamente, este evento fue todo un éxito, pero lamentablemente tuvimos que rechazar a algunas personas. Catherine Charrière y yo nos hospedamos en el centro de retiros de Montbarry, cerca del antiguo Castillo de Gruyère de características bucólicas suizas por excelencia.

Agradezco a Catherine por su atención al detalle, todo estuvo perfecto. Cinco meditaciones con lecturas y música, dos sesiones de yoga, lideradas por John Morderle y una lectio divina ofrecida por André fueron la base del sábado, con tiempo libre para caminar, leer, talleres, Haiku, y a la

noche compartimos con canciones y poesía los sentimientos personales que generaron los eventos diarios. Hubiéramos deseado que el buen tiempo nos acompañara el domingo para realizar la caminata meditativa hacia misa, en los alrededores de Carmel pero una fuerte lluvia nos obligó a correr dentro de nuestros automóviles para hacer el trayecto de 10 minutos hasta la misa. Gracias a la cálida bienvenida, y a las voces cristalinas de las hermanas, la misa fue el punto culminante del retiro.

EL RETIRO DE LA ESCUELA, ITALIA

Giovanni Felicioni

giovanni@rolfing-yoga.com



La carta de bienvenida decía: “es una oportunidad para entrar profundamente en tu propio viaje espiritual y para ver porqué el Espíritu te llamó para formar parte de la comunidad

y como es esto parte de tu viaje. El P. John siempre citaba a San Ireneo: “si no podemos comprender el silencio de Cristo no podremos comprender tampoco sus palabras”. Deseo que puedas venir a este alegre y amigable retiro de silencio...”.

Estuve esperando ese momento del año para “irme de retiro”. Lo sentía urgente y oportuno desde mi compromiso hacia la comunidad y a la práctica de la meditación, me siento tan afortunado de haber sido encontrado, estaba tan desalentado. Necesitaba ayuda para entrar en la “recuperación contemplativa”. Ahora, a unos pocos días después del retiro, ya en casa, y a punto de que inicien las demandas de trabajo post verano, estuve reflexionando sobre las palabras de la carta de Juan: “acerca de aquello que estuvo allí desde el principio, que hemos oído y visto con nuestros propios ojos. Lo hemos tocado con nuestras propias manos; y es de ello de lo que hablamos. Se trata de la Palabra de Vida.”

Puedo decir ahora, como testigo, que este retiro fue lo más sanador que he hecho en mucho tiempo. No resolví mis problemas ni respondí mis dudas. No fue del todo cómodo. Pero me devolvió mi ser.

Al principio el P. Laurence nos preguntó: “¿Cuál es el punto de haber viajado tanto para hacer este retiro, cuando podemos practicarlo en casa o con nuestro grupo de meditación?” Buena pregunta. Una de las respuestas atinadas era obvia pero resonó en mí: “vinimos a este retiro porque encontramos el aliento de la comunidad, cuando practicamos meditación todos juntos por algunos días.”

Y eso es lo que encontré, este contexto de soporte mutuo, es comunidad, sabios y compasivos amigos, todos ellos con la misma mentalidad, la mentalidad de Cristo, viajando todos juntos en el Amor. Este viaje en soledad pero todos juntos, es el sentido.

EN LA WEB: Lee otro texto sobre el Retiro de Fara Sabina, por Joseph Clarkson in www.wccm.org

RETIRO DE SILENCIO DE DIEZ DIAS EN LA ISLA DE BERE



Un grupo de 25 meditadores de la Comunidad Mundial, participaron en el primer retiro de silencio de diez días en la Isla de Bere, del 14 al 24 de septiembre. El tema del retiro: “El recinto del Corazón”. Puedes ver todas las charlas en www.wccm.org

ÚLTIMO HERMANO DE JOHN MAIN, IAN MAIN, FALLECIÓ A LOS 89

Paul Harris

paulturnerbarris@aol.com

Ian Main, el último sobreviviente de la familia de seis hermanos de John Main, falleció en su casa en el Sur de Francia, el 23 de mayo, a la edad de 89. Nacido en 1922, también en Londres, cuatro años antes que John Main, dejó a su mujer Judith y seis hijos. John Main murió en Montreal en 1982 a los 56 años.

NUEVAS CASAS DE LA COMUNIDAD: CENTRO JOHN MAIN EN LA UNIVERSIDAD DE GEORGETOWN

Tim Casey

tocasey@gmail.com

El Centro John Main para la Meditación y la Casa de Meditación para el Diálogo Interreligioso, es una comunidad de vida y aprendizaje compuesta por dos casas (una de varones y otra de mujeres) a una cuadra de la entrada principal de la universidad. Es un lugar para estudiantes no graduados de todos los credos y tradiciones en la Universidad de Georgetown, construido para desarrollar en comunidad el valor cristiano de los “contemplativos en acción.”

Los estudiantes meditan dos veces o más por día y lideran muchas de las meditaciones y sesiones de yoga del centro. Con el espíritu de “Ora et labora” están particularmente enfocados en muchos proyectos sustentables del campo, con la administración y creación de un abono a partir de los restos de comida y trabajando para climatizar todas las casas de la universidad con eficiencia energética.

La Casa Georgetown Meditatio comenzó con un pequeño grupo de meditadores quienes frecuentaban el

Centro John Main y quisieron integrar la meditación a sus vidas de estudiantes.

¿Qué piensan los estudiantes?

Alexa Ryan West

Soy estudiante de la Escuela de Servicio Exterior, estudio Política y Cultura, y estoy por graduarme en el Programa de Cultura Judía. Soy originaria de Nueva York, y me gusta meditar para mejorar mi concentración y mi relajación.

La meditación me ayuda a manejar el trabajo y mis tiempos libres, en el proceso estresante de la universidad, y también, ¡fue una grandiosa manera de hacer amigos! También soy responsable de programar el calendario de almuerzos dominicales de la Comunidad de Meditación Magis Row, y me encanta pensar en divertirme, así que organizo actividades relacionadas con la meditación de manera que la comunidad de meditadores pueda participar en ellas.

Madeline Collins

Soy estudiante de Lengua de Connecticut con especialidad en Escritura Creativa y Filosofía. Medito porque creo en el valor de aclarar y disciplinar la mente. La meditación mejoró mi percepción sobre mí misma y sobre el mundo que me rodea. La práctica activa de clarificar mi mente me hizo tomar conciencia de los pensamientos que ocupan mi mente durante las horas extracurriculares. Esto me ha ayudado a ser una escritora más atenta y a mejorar mis estudios en filosofía. Además, soy una apasionada de la justicia ambiental, y trabajé en el proyecto de producción de abono de la comunidad de la Casa Meditatio y en la iniciativa de climatizar eficientemente las casas de la Universidad de Georgetown.

Juman Khweis

Soy originario de Palestina, crecí en Taos, Nueva Méjico. Estoy especializado en Política Internacional. Elegí ser parte de la Casa Meditatio porque quiero rodearme de personas que también valoran la meditación. La meditación no es fácil, por eso te ayuda el ser parte de una red de personas que te alientan a comprometerte con la práctica.

La meditación me ayudó a ser mejor persona, y ha sido gratificante ver cómo me siento mucho mejor a partir de integrarla a mi vida.

NOVEDADES EN www.wccm.org

El sitio internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana ha introducido algunas novedades incluyendo en el sitio, el link con Facebook y una serie de blogs generados por meditadores de toda la comunidad global. La página de la Escuela de Meditación también fue revisada, rediseñada, y actualizada, y esto resulta un fácil recurso de importancia para los meditadores, líderes de grupo y todo aquel que enseñe meditación.

NOTICIAS MEDITATIO

EL NEGOCIO DESDE EL ESPÍRITU: UNA CONVERSACIÓN SOBRE LIDERAZGO



Photo by Ratael Suanes/Georgetown University

Un forum de Meditatio sobre “Liderazgo Inspirado”, realizado el 12 de octubre: donde Peter Ng y Sean Hagan, miembros del Consejo Coordinador de la WCCM, disertaron en la Escuela de Negocios de la Universidad de Georgetown, sobre la importancia de la meditación en sus vidas personales y profesionales. Peter Ng, Director de Inversiones de la Corporación de Inversiones del Gobierno de Singapur, habló de los atributos del liderazgo y cómo los frutos de la meditación trascienden el liderazgo. Sean Hagan, Asesor Jurídico del Fondo Monetario Internacional, habló sobre cómo la práctica de la meditación hizo de él un mejor asesor en cuanto a la toma de decisiones.

EN LA WEB: Mira los videos de las conferencias en www.wccm.org

PRÓXIMOS EVENTOS:

13 de noviembre de 2011: Meditación Cristiana como práctica del 11º escalón en “Sin complicaciones”

Retiro de un día en Londres, dictado por May Nicol, en el Centro de Retiros Kairos, Londres.
Contacto: Maymbnicol@aol.com o llamar al 07768 310666

7 y 8 de enero de 2012: Seminario Meditatio – Terreno Común – La dimensión contemplativa de la Fe.

Predicado por el P. Laurence OSB y participantes de otras tradiciones religiosas, el sábado 7 y el domingo 8 de enero de 2012, no residencial, a llevarse a cabo en Singapur.
Consultas: commonground2012@gmail.com

El seminario se enfocará en la práctica contemplativa de la religión y de cómo compartiendo la experiencia del silencio en la meditación se intensifica el diálogo interreligioso.

Sentarse en el silencio del misterio, que reconocen todas las religiones como la esencia natural de Dios o realidad última, es una buena preparación para el diálogo efectivo.

Este silencio, gentilmente, sin prejuicios, sin coerción, sin persuadir, tampoco compromete ni una nuestras importantes diferencias, las cuales hacen una diferencia inmensa en la calidad, profundidad y efectividad del diálogo.

Del 1º al 8 de abril de 2012: Retiro de Semana

Santa en la Isla de Bere.

Del 4 al 6 de mayo de 2012: Meditación Cristiana como práctica del 11º etapa.

Un retiro de un fin de semana a realizarse en Londres.
Consultas May Nicol 07768 310666 o enviar mail a meditatio@wccm.org

Mayo 2012: Seminario Meditatio sobre Meditación y Salud Mental “The Spiritual Ground of Wellbeing - Meditation as an Art of Healing” (La base espiritual del bienestar: la Meditación como un arte de curar), a realizarse en York, Reino Unido.

Para más información contactarse con meditatio@wccm.org

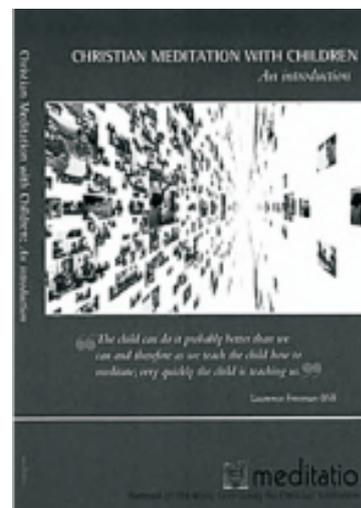
LA REVISTA MEDITATIO

Nueva publicación que saldrá en otoño de 2011.

Este es un nuevo y emocionante proyecto para Meditatio.

El tema de esta primera revista es “Mediación y Educación”, basado en los inspiradores seminarios realizados en Londres, Irlanda y Reino Unido en diciembre del 2010. La revista tendrá las conferencias del seminario, artículos relacionados de figuras de reconocimiento en el campo de espiritualidad con niños y de cómo el regalo de la meditación está siendo compartido con todos los niños del mundo. Esta edición estará dirigida a padres, abuelos, maestros, catequistas y todos aquellos comprometidos con la nutrición de la dimensión espiritual de la juventud.

Para reservar una copia y obtener detalles del costo y envío por favor contactarse a:



NIÑOS: DVDS EN NUEVO FORMATO

Los dos videos de Meditación con Niños, (“Christian Meditation with Children, an introduction” y “CM, a Spiritual Practice for our Modern Times”) ahora disponibles en formato NTSC, compatibles en Estados Unidos, Canadá y otros.

Se encuentra disponible en

www.contemplative-life.org

EN FOCO

Adriano Massi
adrianomassi@gmail.com

Yo era un italiano cristiano, de 38 años, educado en la religión católica, con una formación científica, que despreció tempranamente todo lo que la Iglesia pudiera haberme proveído. Probé casi todos los caminos espirituales que pude conocer a través de sus enseñanzas en libros o en la web. Busqué a Dios a través de la práctica budista de Bon. Probé con la meditación Vipassana, el chino Falun Dafa, el camino Tolteca del guerrero (inspirado en los libros de Castaneda), sueños lúcidos, entrenamiento autógeno, proyección astral, el trabajo de los “chakras”, sanación pránica, la escuela Ridwhan, el yoga de los sueños, visualización creativa y mucho más...

Algunos de estos métodos ejercieron cierto efecto en mí. Sin embargo, invariablemente siempre he vuelto al mismo y antiguo “yo” que fui al principio. Fui el mismo, con los mismos miedos, compulsiones, debilidades. Y en mi corazón tuve el mismo antiguo anhelo de hogar, sobre el cual tengo un fugaz recuerdo, destellos poco frecuentes. Es así como me encontré en una silenciosa desesperación. Algunas veces divagaba si debía viajar a la India para consultar a un gurú. No me pude convencer que esto era lo mejor que podía hacer.

Gradualmente fui perdiendo mi habitual interés cada vez que entraba en una librería y revolvía en las pilas de ofertas de libros sobre la “New Age”, entre los cuales solía pensar que podría encontrar el correcto, ¡que me ayudaría a alcanzar la iluminación! En este vacío espiritual aguardé con esperanza de que algo bueno iba a ocurrir, o por lo menos encontraría una pista sobre qué camino tomar.

Estaba leyendo “El Camino del Peregrino”, el libro

sobre el peregrino ruso que encontró a Dios a través de la oración del corazón. Entonces busqué a través de Google y encontré “Meditación Cristiana”. Estaba perplejo, ¿realmente los cristianos meditan? Esto sonaba bastante interesante y después de haber investigado me uní a un retiro silencioso de un fin de semana en la Abadía de Camaldoli, en Toscana.

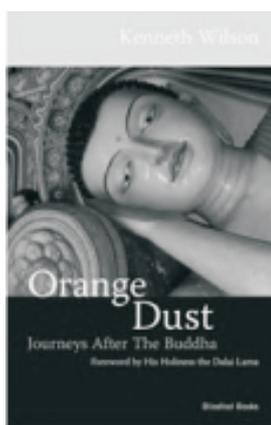


Lo que encontré allí, literalmente cambió toda mi vida. La meditación cristiana me permitió hacer las paces con Jesús, quien por un largo tiempo estuvo prisionero en una profunda celda dentro de mi corazón. Es una práctica que encontré maravillosamente efectiva si la realizo consistentemente. La meditación aclara el espacio de mi ser real poco a poco, día a día, sesión por sesión.

No quiero sugerir a través de esto que otros caminos espirituales no son merecedores. Pero, para una persona como yo, confundido, con una educación ortodoxa cristiana y por lo tanto desparramando quejas contra Jesús y el Dios de los cristianos, la Comunidad, su amistad y su enseñanza espiritual me dieron la llave. Se abrió (se está abriendo), la puerta entre un pasado imperdonable y el presente. Arroja una nueva luz sobre un futuro que la práctica de la meditación hace de cada día un nuevo día y lleno de esperanza.

Por si esto fuera poco, los beneficios de haber encontrado este camino de enriquecimiento espiritual, fueron extendidos a mi vida de trabajo. En la Comunidad donde encontré amigos muy valiosos, también encontré el mejor trabajo de mi vida, como responsable del sector IT de la WCCM.

COMENTARIOS, PELÍCULAS, LIBROS, ARTE



**ORANGE DUST:
 JOURNEYS AFTER
 THE BUDDHA**
 (POLVO NARANJA:
 VIAJES TRAS DE
 BUDA)

Clem Sauvé
clementsauve@gmail.com

Es bastante difícil categorizar este libro. Pero es sobre Kenneth Wilson, una mirada (no budista) tras las huellas de Buda, en los principales

cuatro lugares donde vivió Buda: Lumbini, donde nació, Bodhgaya, donde alcanzó la iluminación, Sarnath donde puso la rueda de dharma en movimiento y Kushinagar, donde murió. El punto central de la historia es la peregrinación El camino de la Paz de la WCCM a India en 1998. Esa peregrinación memorable juntó en Bodhgaya a cientos de meditadores cristianos con igual número de budistas. Pasamos algunos días juntos en diálogo entre el Dalai Lama y el P. Laurence Freeman como también haciendo oraciones diarias y meditación. En la bienvenida a

los peregrinos de la Comunidad que nos encontrábamos allí, el Dalai Lama dijo que esa fue la primera vez que un grupo de cristianos iba a Bodhgaya no como turistas o misioneros sino como peregrinos a unirse con sus hermanos y hermanas budistas en oración y meditación bajo el árbol sagrado de Bodhi. Se refirió al evento como “verdaderamente histórico”.

Kenneth Wilson, en diferentes momentos urbanista, promotor inmobiliario, y vicario anglicano, es el fundador de “El alma de la India” Tours, y ha sido guía de muchos grupos al subcontinente, incluidas tres peregrinaciones de la WCCM a la India.

Como el Dalai Lama escribe en el prefacio: “Estoy seguro que Cristianos, Budistas y seguramente cualquiera que gusta cultivar un corazón bondadoso, disfrutará leyendo de este inspirador y edificante libro”. (El libro puede ser ordenado desde nuestra librería virtual: www.contemplative-life.org).

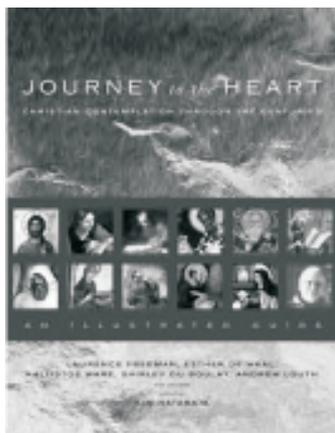
Una cuarta peregrinación a la India está siendo planeada para fines del 2012 o principios del 2013.

Clem Sauvé ayudó a organizar y dirigir las peregrinaciones de la WCCM a la India y se puede contactarla para consultas sobre la próxima a: clementsauve@gmail.com

ISBN 9781848251083 Libro de 352 páginas
 Precio de lista £25.00 US\$29.95



MEDIO MEDIA – NUEVOS TITULOS



JOURNEY TO THE HEART

Christian Contemplation throughout the centuries. An illustrated Guide.

Editado por Kim Nataraja

(VIAJE AL CORAZÓN

La contemplación cristiana a lo largo de los siglos. Una guía ilustrada).

Publicado por Canterbury Press en el Reino Unido, Orbis en los EE.UU. y Novalis en Canadá, noviembre de 2011.

En un momento en que a menudo hay una desconcertada superficialidad en el mercado espiritual, este libro será un amigo y ayudará a largo plazo a muchos buscadores de todas las tradiciones, así como a aquellos que no tienen un camino denominado. En una forma atractiva y refrescante, nos guía a través de la corriente rica de la mística cristiana desde sus inicios hasta la actualidad. Mediante los principales maestros espirituales como peldaños en el camino, somos capaces de hacernos una visión personal de la gran tradición que nos ha formado a todos. Desde los capítulos iniciales de Laurence Freeman sobre Jesús y el Nuevo Testamento nos movemos directamente en la corriente que surge de allí. Esto nos lleva a descubrir los grandes maestros de la Patrística, a continuación, a través de los Padres del desierto, Meister Eckhart, los místicos ingleses, los místicos españoles, hasta llegar a los tiempos modernos, con énfasis en figuras clave como Thomas Merton, Bede Griffiths y John Main. El lector tendrá lo suficiente tanto para formarse una visión fresca de la tradición

como para inspirarse a sumergirse más profundamente en las búsquedas futuras a las que el Espíritu lo lleve.

ISBN 9781848251083 Edición rústica, 352 páginas

Precio de venta £. 25,00 EE.UU. \$ 29,95

SACRAMENT

The Christian mysteries

John Main OSB

(SACRAMENTO

Los misterios cristianos)

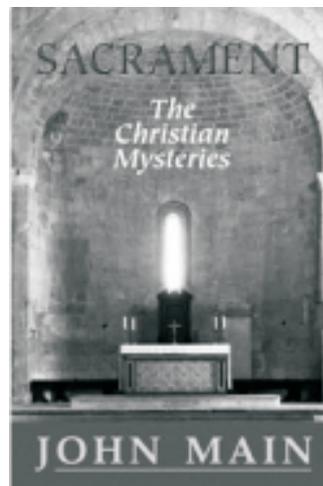
Esta nueva edición de un clásico de John Main es muy oportuna. Para John Main los sacramentos en la era moderna pueden ser redescubiertos a través de la oración profunda. Enraizado profundamente en su tradición teológica, también ve los sacramentos muy comprometidos con la curación, misterios luminosos de la dimensión mística. En este simple libro nos ofrece una nueva manera de ver estas antiguas verdades. John Main a menudo puntualizaba que la meditación ayuda al cristiano a apreciar mejor las verdades de la fe.

Sus reflexiones sobre los sacramentos nos muestran que la apreciación surge más del corazón que de la mente. Es la profundidad de la experiencia espiritual que nos despierta el sentido de lo sagrado en nuestro propio cuerpo como así también en el universo físico.

Catálogo n° 6257 ISBN 978-981-08-8342-3

Libro de encuadernación rústica de 74 páginas

Precio de lista £6.50 US\$9.95



PARA ORDENAR: Por favor contáctese con su centro de recursos o su proveedor para consultar el precio en la moneda local.

MEDIO MEDIA INTERNATIONAL



REINO UNIDO: email: welcome@wccm.org

Tel: +44-20-7278-2070

CANADA: www.meditatio.ca

email: christianmeditation@bellnet.ca

Tel: +1-514-485-7928

ASIA: email: enquiries@mediomedia.com

Tel: +65-6469 7671

USA: www.contemplative-life.org

Tel: +1-520-882-0290

AUSTRALIA: jpanetta@energy.com.au

Tel: +61 2 9482 3468

(also) Rainbow Book Agencies

comba@rainbowbooks.com.au

Tel: +61 3 9470 6611

NEW ZEALAND:

Pleroma Christian Supplies

www.christiansupplies.co.nz

email: order@pleroma.org.nz

Tel: 0508 988 988



Palabras de John Main....

"Lo verdaderamente esencial sobre la energía creativa es que ocurre más allá de sí misma.

El relojero se pierde en su reloj, el pintor se pierde en su arte."

(The Heart of Creation)

POR FAVOR HAGA SU CONTRIBUCIÓN PARA EL MANTENIMIENTO DE ESTE BOLETIN Y SI PUEDE TAMBIEN PARA EL TRABAJO DE ESTA COMUNIDAD EN TODO EL MUNDO.

Vaya a "Donate" en www.wccm.org

Editor General: Leonardo Correa (leonardo.correa@gmail.com)

y Gregory Ryan (gjryan@wccm.org)

Diseño Gráfico: Carlos Siqueira (carlos@wccm.com.br)

Coordinadora internacional: Pauline Peters (paulinepeters2@gmail.com)

Coordinadora de la oficina Internacional en Londres: Susan Spence

(susan@wccm.org)

Web de la comunidad: www.wccm.org

Web de Medio Media: www.mediomedia.org

Es distribuida por las comunidades nacionales con actualizaciones nacionales

Página de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana en español: www.meditacioncristiana.net

Coordinadora para la edición del Boletín Internacional en Español: Marina Müller (marina.r.muller@gmail.com)

Traductoras de este número: Isabel Arçapalo y Marina Müller

Armado de la edición en español: Isabel Arçapalo

(balearcapalo@gmail.com)

(Copyright The World Community for Christian Meditation)