



Semillas de paz

Enseñar meditación hoy a los niños alrededor del mundo cambiará el futuro (págs. 6-9)



Estudiantes meditando en clase en Fiji (arriba) y en Australia (abajo)

Retiro de meditación en Bonnevaux para adultos jóvenes (24 de Julio al 4 de Agosto)



Bonnevaux albergará un retiro para adultos jóvenes que meditan (18-40) dirigido por practicantes experimentados bajo la guía del P. Laurence. La primera parte ofrece tiempos para meditación, silencio y yoga, así como actividades creativas como cerámica, escritura, música y danza. Los participantes compartirán la vida de la comunidad residente. La segunda parte (opcional) será caminar el Camino de Compostela. Ver página 10 por más información.

En este número

9 Noticias

La CMMC de la República Checa explora el diálogo interreligioso

11 En foco

La Hna. Denise de Fidji describe cómo la meditación ha empoderado su vida

12 Recursos y Eventos

Información sobre el Retiro de Semana Santa, el Retiro de Monte Oliveto y el Seminario John Main en Canadá



Una carta de Laurence Freeman, OSB, Diciembre 30, Conmemoración de John Main

Mis queridos amigos,

El gran erudito Benedictino, Jean Leclercq, que fue también un gran viajero, escribió una vez un excelente artículo para los Estudios Monásticos sobre la Estabilidad. Quizás para evadir críticos que pudieran acusarlo de incoherencia – y siempre están a mano – decía “Soy un monje muy malo. Pero soy muy monje”. La humildad (de la auténtica) y el humor (con moderación) son grandes defensas y fortalezas. Nos permiten vivir con las contradicciones internas que todos acarreamos como parte del equipaje de la vida, no depender demasiado de las opiniones de los demás y no tomarnos demasiado en serio. Todos estos son atributos esenciales para la vida espiritual. Equipaje siempre habrá. No importa cuánto podamos reducirlo, siempre tendremos algo que arrastrar al subir y bajar de los distintos vehículos que nos llevan de una etapa de la vida a la siguiente.

En el umbral de un nuevo año tratamos de perder parte del equipaje. Miramos hacia atrás y hacia adelante. Jano (por quien lleva el nombre el mes de enero [en inglés January]) era el dios romano de los comienzos y las transiciones, de las puertas, de los portales y del tiempo. Tenía dos caras, mirando en ambas direcciones al mismo tiempo. Hay momentos en que también nosotros vemos así. Para mí este momento del año recuerda la pérdida de John Main así como el comienzo de lo que se convertiría en la Comunidad Mundial – algo que en aquel momento él veía venir más claramente que yo.

Jean Leclercq me escribió poco tiempo después de la muerte de John Main (30 de diciembre de 1982) para decirme que se había enterado de la noticia:

“Así que el P. John ha saltado a la luz. A él lo envidio. A ti te compadezco”. Nacemos llenos de contradicciones y vivimos rodeados de paradojas. Las relaciones cambian constantemente. Cuando alguien me dice que tiene una relación sin debilidades, dudas o fricciones, lo dudo. Percibo un intento de persuadirse a sí mismo de algo que puede no creer realmente. Cuando estamos en cualquier relación, pero particularmente en una en la que hemos invertido nuestra identidad y esperanza en el futuro, somos impulsados continuamente hacia nuevos e inciertos niveles de auto-conocimiento. Lo mismo le sucede a aquellos con quienes estamos en esa relación.

Nacemos en contradicciones y vivimos con paradojas

Aún en las relaciones más profundas, donde ha crecido una comunión profunda, nos mantenemos como individuos con nuestro equipaje que hemos de acarrear por nosotros mismos. A veces preferimos la inmovilidad en una relación – apretar el botón de pausa cuando estamos en una buena fase – pero, nos guste o no, siempre estamos cambiando y ayudándonos unos a otros a crecer. No importa cuán establecidos y domesticados nos hayamos vuelto, algo siempre sucederá que dé comienzo a una nueva aventura.

Una persona puede deleitarse con el desafío mientras que la otra lo resiste. Rara vez crecemos a la misma velocidad, de la misma manera, y nunca en completa sincronización.

En Bonnevaux el otro día, miraba unos ajos en la pradera de arriba plantados recientemente por Thomas, nuestro entusiasta jardinero permacultor que está cultivando nuestros primeros sembrados. Estaba muy emocionado mostrándome el primer brote verde que apareció. Pero no podía explicarme por qué ese había crecido antes que los otros o cuánto demorarían esos otros en surgir o cuándo el último, más lento, finalmente aparecería. Crecemos juntos, obedientes a las mismas leyes, pero de manera diferente.

Estar en una relación con alguien cuyo auto-conocimiento es más avanzado que el nuestro presenta desafíos pero también maravillosas oportunidades. Quizás el matrimonio no sea el mejor receptáculo para esa fórmula relacional pero ciertamente está en el corazón de la relación gurú-discípulo. Muchos matrimonios luchan por largo tiempo para lograr un equilibrio de fuerzas personales y una integración de roles. El desequilibrio del poder en un matrimonio es frecuentemente motivo de broma – el cónyuge exageradamente sumiso o excesivamente dominante – pero también de sufrimiento. Si no hay un proceso consciente en el que se vaya logrando el equilibrio – aún si se encuentra escondido profundamente en los secretos de la relación – la relación tendrá dificultades para ser el vehículo de auto-conocimiento que deberían ser todas las relaciones.

Tanto en el nivel espiritual más profundo como en el nivel cósmico más elevado podemos ver cómo esto sucede en nuestra relación con la Mente de Cristo. Jesús proclamaba saber de dónde venía y hacia donde iba. Que él conocía al Padre significaba que se conocía a sí mismo. Y por lo tanto nos conoce a nosotros y todo el gran plan del cual nosotros y el resto de la humanidad somos parte. Nadie, cristiano o no, podría negar que él (y todo lo que Jesús de Nazaret comenzó) ha cambiado la consciencia que la humanidad tiene de sí misma. El discípulo de Jesús, aún en una etapa temprana del viaje, experimenta ese cambio en un nivel íntimo, interior e integrado. Encontrar el auto-conocimiento de Jesús (que es el Espíritu Santo que él dijo que vendría) es experimentar un impulso explosivo en nuestro propio proceso de conocernos y comprendernos a nosotros mismos.

Estaba celebrando la Misa recientemente en Bere Island durante una fiesta importante y le pregunté a los dos acólitos qué sabían sobre la fiesta.

Ninguno de los dos tenía idea. Los hábitos de práctica religiosa se han desviado de las narrativas básicas de la fe cristiana, como formas de significado. Sin estas historias que crecen en significado conforme se profundiza en la fe, la práctica rápidamente se torna vacía y carente de significado. ¿Necesitamos una campaña masiva de relaciones públicas o una avalancha de publicidad para reiniciar la transmisión de la fe como algunos líderes de la iglesia sugieren? O, aquellos que no están ambivalentes o avergonzados de su identidad cristiana necesitan hablar menos, para profundizar en su silencio. Así permiten que el Espíritu los convierta, no en vendedores del evangelio, sino en el evangelio mismo. En esta tradición, el discípulo siempre se ha visto principalmente no como un promotor sino como *alter Christus*, otro Cristo.

Tuve mi tiempo como acólito. Continué asistiendo a la iglesia hasta que, cuando crecí, me di cuenta de que la Iglesia y sus promotores no parecían conectar con las preguntas y los temas con los que me debatía. No me enojé, solo me alejé. En John Main llegué a ver que estaba mirando a Cristo. Después de un tiempo sentí que estaba paciente, continua y amorosamente mirándome de una forma que nunca pensé que fuera posible, sin juicio o condición. Con el paso de los años y a través de su muerte vi al P. John convertirse en otro Cristo aún cuando se volvió más único e irremplazable. No existen palabras para describir esta unión de identidades porque en una unión de esta naturaleza las palabras se vuelven cada más redundantes, hasta que eventualmente se disuelven en el silencio absoluto de la presencia que es amor.

Encontré esto (no lo estaba buscando) en la vida monástica. La forma externa de la vida no era muy atrayente y algunas veces era aún incómoda, sin embargo, el encuentro que emergía era mucho más fuerte que esto. Me di cuenta que el misterio de esta relación necesitaba estabilidad, fidelidad y resistencia, lo que las relaciones serias requieren en cualquier estilo de vida.

En la vida matrimonial existe el peligro de domesticar la estabilidad en rutinas de tal forma que la relación se entierra bajo la cotidianidad y la distracción. En la vida de cualquier comunidad contemplativa existe una tendencia similar a equiparar la domesticidad con la estabilidad, a ver el canto de la oración como una canción de cuna o a convertir el claustro en un escape en lugar de un *laboratorio*.

Me gusta esa palabra compuesta *laboratorio*. Está hecha de labor-trabajo, como plantar ajo o dar la bienvenida a los amigos; y *oratio*-oración, como cantar salmos o decir el mantra. Captura la dinámica no solo de la vida monástica, sino de toda vida. He llegado a sentir que si la vida monástica logra esta sencillez radical - en cualquier forma auténtica - armoniza con todos los otros estilos de vida. Esta es nuestra visión y aspiración en Bonnevaux - armonizar y reconectar con diferentes formas de vida moderna a través de estabilidad radical de meditación y una comunidad contemplativa. Esto involucra soledad.

Todos los miembros de una comunidad, como los miembros de una familia, viven juntos en distintas etapas de su viaje. Se conectan entre sí y sanan y se apoyan unos a otros a través de sus debilidades y sus fuerzas. Ambos, el miedo y el deseo de cambio personal los unen. Esto se logra si la comunidad está construida no sobre un principio narcisista, buscando *mi* propia realización, sino un principio de servicio, cuidando *tu* realización. Servicio, no auto-búsqueda. Una “escuela del servicio del Señor” como la describía San Benito. Esto es hoy, como siembre ha sido, tan contracultural como puede ser.

El glamur de la novedad, las ilusiones formadas por falsas expectativas desaparecen rápidamente cuando la “escuela” empieza a traerte de regreso a la tierra. Entonces te puede enseñar cómo aprender y cómo servir. El autoengaño y la negación son expuestos al inicio. ¿Cómo reaccionamos ante esto? Ya sea con culpa, enojo y auto-retiro, o con humildad, humor y un compromiso más profundo. Mucha gente es atraída a la comunidad (o al matrimonio) por razones auténticas, pero ellos también temen los retos y demandas. Quieren escapar a su sentido de desconexión y soledad. Pero también resisten la realidad cuando aparece demasiado crudamente. Igual que muchos hoy en día posponen el compromiso para desposarse mientras permanecen como “parejas,” otros quieren entrar a la comunidad, pero con reservas y condiciones. Por supuesto, al principio esto es sensato y necesario. Toma tiempo el tener claridad acerca de un compromiso serio y familiarizarse con el camino del autoconocimiento. Un tiempo en comunidad puede ser adecuado por un período para enseñarte como hacer una clase de compromiso más profundo sobre otro estilo de vida. (En algunas culturas monásticas de Asia, el pasar un breve período como monje es visto como una preparación para ser un mejor esposo).



John Main OSB

Al crecer gradualmente en el espíritu de servicio aprendemos el significado del compromiso. También aprendemos cómo comprometernos y qué hacer. Descubrimos que la experiencia de una relación, de comunidad, de comunión de la que estamos sedientos, requiere que aprendamos a servir.

John Main nos invita a un compromiso serio a la práctica de la meditación, pero también reconoció que toma tiempo - es diferente para cada persona - para llegar a la disciplina de dos sesiones diarias integradas a la vida ordinaria. Su propio compromiso era no solo a la práctica sino también a la enseñanza sobre la práctica. Él no hablaba mucho sobre los beneficios sociales o personales, sin embargo, vio el valor de la práctica en la transformación de ambos. Su compromiso era inspirar y motivar a la gente a empezar y mantenerse en el comienzo. Una vez describió la meditación como la limpieza de una mesa maltratada de latón y dijo cómo pequeñas y repetidas pinceladas, en un área tras otra, sería la mejor forma de restaurar su belleza oscurecida.

“Compromiso” es una palabra que inspira miedo en el mejor de los casos y estos no son los mejores tiempos. Una palabra más amigable para describir su significado es “encarnar”. La parte “pro” de la palabra compromiso viene del latín y significa *enviar*. Al comprometernos nos *enviamos* a nosotros mismos. Vamos fuera de nosotros, impulsados de la costa hacia el océano de la fe. El comprometerse significa la entrega de uno mismo a lo tangible, lo actual, lo abrazable, y sentir que verdaderamente permaneces en los brazos de lo real.

. . . “aquello de lo que hemos oído y que hemos visto, esto que hemos percibido con nuestros ojos y hemos tocado con nuestras manos” (1 Juan 1:1).

John Main era una persona muy encarnada. Era también un monje y un buen monje. Pero su conocimiento penetró más allá de un estilo de vida particular. Le llevó a entender el significado de la relación misma y cómo somos capaces o no de tenerla en la cultura moderna. El vio la dolorosa prisión del individualismo, el aislamiento y la soledad en los cuales tantos se sienten encerrados. Desde su tiempo, la cultura digital ha intensificado el problema. Para él, sin embargo, la salvación significaba, primeramente, ser liberado del sentido de separación de uno mismo y sanado de la experiencia de división de nosotros y de los demás. Estas experiencias negativas impulsan la mayor parte de la depresión y las enfermedades mentales de la juventud.

El sabía que la “crisis del ego” ha ido tan lejos que las formas tradicionales de comunicar el mensaje de sanación del evangelio sencillamente rebotan en esta pared de separación. La buena noticia es que no estamos solos ni divididos. Estamos encarnados y conocidos tangiblemente. Nuestro verdadero ser, incrustado en la red del ser, es digno de ser amado como todos y todas las cosas. El autoconocimiento es tocar el amor que es la fuente de nuestro ser, y es el ser mismo.

A través de su propia lucha y dentro de su tradición monástica John Main vio un camino a través de nuestra crisis moderna. Empieza con reconocer que el centro de la crisis y su cura involucra el redescubrimiento del espíritu humano. Para las instituciones religiosas este primer paso puede ser un gran obstáculo cuando la misma religión se vuelve des-espiritualizada. Las formas religiosas, lealtades, identidades y creencias se pueden convertir en campos de fuerza que desvían las energías del espíritu. La religión ha caído en este triste y contradictorio estado en otros períodos de la historia, como Jesús comprendió acerca de la religiosidad de su tiempo. En cada una de estas épocas donde la religión se desconectó del hambre espiritual de la gente, el camino a seguir llega como un redescubrimiento de la dimensión contemplativa. Esta dimensión aplica a todas las formas de la vida humana y cada conciencia personal. Podemos debatir sobre si Jesús imaginó una nueva religión llamada “Cristianismo”. Pero no hay lugar a dudas sobre la naturaleza contemplativa de su enseñanza espiritual: interioridad, silencio, ecuanimidad y estar presente. Esto apuntala su visión social de un mundo finalmente liberado de violencia e injusticia.

De acuerdo con John Main, nada es más urgente para nosotros ahora que redescubrir la dimensión espiritual y sus energías. El no dijo que la meditación era el único camino para conseguirlo. El creía que el amor es el camino. Pero la meditación es un trabajo de amor que desmantela todo lo que nos quita el poder de amar. Para el nuevo meditador el amor se volverá visible, será el primer fruto de su nueva práctica. Puede ser que no sea lo que esperaban o pensaban que necesitaban. También revelará que la soledad de su práctica lo conecta a una diferente clase de experiencia de relación, de comunidad. Esto evoluciona. Como una “escuela de servicio”, se convierte en un lugar donde la coraza de soledad se rompe para revelar su verdadero ser en la naturaleza sin fin de la relación.

La teología del P. John respira a través del modelo de relación expresado en el entendimiento cristiano de la Trinidad. Aquí Dios es visto como relación, comunión y comunidad. No un Dios antropomórfico, sino el camino para que los seres humanos se entiendan a sí mismos. No Dios como una idea filosófica para ser probada o debatida, o como una proyección mágica del ego que ofrece una consolación falsa. Sino Dios como el amor que todo ser humano busca y que no puede ser reducido a biología, transmisores neurológicos o aun al deseo.

Buscamos amor, identificado o no. Por lo tanto, buscamos a Dios, ya sea que lo creamos o no. “Quien quiera que ame vive en Dios y Dios vive en él.”

El ego fracasará en comprender esto porque quiere poseer lo que busca, si y cuando lo encuentre. Quien busca en verdad, encontrará. Sin embargo entonces perderemos, de muchísimas maneras, en cada fase de nuestra vida. Dios es la búsqueda humana que le confiere significado a la vida, independientemente de si somos creyentes o no. La religión quiere que ‘creamos’. Dios quiere que amemos, simplemente. Una vez que cualquier objetivo sea alcanzado, nos volvemos a sentir inquietos. Nunca estaremos plenamente satisfechos aun encontrando lo que buscamos. Después de unos ciclos, esta situación nos conduce o a la fe o al cinismo. O desdeñamos la búsqueda o nos sumergimos en el remolino de la realidad. Encontramos a Dios al mismo tiempo que lo perdemos. Los místicos de todas las tradiciones entienden esto mejor que los ‘leídos e instruidos’.

Para muchos autores hoy en día todo esto es una mística fuera de época para explicar la condición humana. Ellos creen (y esto se ha vuelto una nueva ortodoxia) que el significado de la vida se ve mejor explicado por una combinación de psicología, economía, ciencias sociales y neurología. Dios es simplemente una mala ficción y la dimensión espiritual un cuarto lleno de espejos. ¿La consciencia? Pues no sabemos aún como es que surge de la actividad eléctrica del cerebro, pero *debe* ser simplemente un producto de las cosas y no el origen de todo. Este nuevo materialismo se ha vuelto un dogma y genera sus propios prejuicios, tal como la religión lo hace. Es un humanismo bidimensional, con largo y ancho pero sin profundidad. Muchas veces ridiculiza y niega lo profundo de la dimensión espiritual, negándola después de identificarla con los peores aspectos de la religión. Culturalmente, esta visión es una decepción. Psicológicamente, quema los puentes que nos conectan a todas las tradiciones de sabiduría. Espiritualmente nos aísla en un iceberg donde solamente nos podemos imaginar cómo podemos realizarnos bioingeniería para volvernos ese Dios que ya no creemos sea real. Así que al ver que John Main dijo hace treinta años que lo más importante del quehacer moderno es recobrar la dimensión espiritual, nos preguntamos si esto se ha vuelto más o menos urgente. Tal vez por su carrera diplomática, sus estudios de leyes y su educación, se volvió eminentemente práctico. Tal vez los contemplativos verdaderos son los menos abstractos y los más encarnados de nuestros contemporáneos. El creía que recuperar la dimensión espiritual comienza con aprender a conocernos y a amarnos. Si no podemos retomar una relación con nosotros tal como estamos ahora, ¿cómo podremos relacionarnos con algo o alguien más realístamente? Por más resistencia que oponamos a este proceso de autodescubrimiento, no hay manera de hacerlo a un lado. En una ocasión participé en una conferencia con científicos y líderes religiosos.

Un científico me impresionó intelectualmente más que los líderes religiosos, pero condenaba irracionalmente a la religión como la causa de la intolerancia, la ilusión, las guerras etc. Le pregunté utilizando la misma premisa, si él pensaba que pudiéramos prohibir la ciencia puesto que el método científico se había aplicado en los campos de concentración y las mentes científicas más brillantes de la época habían producido la bomba atómica. Durante el período de meditación se sentó frente a mí, haciendo ruido pomposamente cada vez que pasaba una página de un folleto que estaba leyendo. Alguien le dijo después ‘la meditación es importante pues me permite ver que pasa dentro de mí’. Con maravillosa honradez el científico contestó: ‘Por eso no medito, no tengo el menor interés por saber qué pasa en mi interior.’ No son solamente algunos científicos sino muchas personas religiosas y otros tipos de gente los que encuentran el primer paso tan difícil. Todos rechazamos un autoconocimiento que es más profundo que el que se encuentra en un nivel conceptual y de autorreflexión. Pero si no vamos allí no podremos descubrir la dimensión espiritual. El que presentemos tanta resistencia es evidente cuando decimos que queremos meditar y luego buscamos excusas para no hacerlo. Lo que en realidad creemos en este primer paso no tiene importancia. Pero necesitamos tener suficiente fe en nosotros para darlo. La belleza consiste en descubrir que siempre es un primer paso. Pronto, si le damos tiempo y espacio para que surja la experiencia de amor, veremos cómo el autoconocimiento va desenvolviéndose hacia afuera, afectando todas nuestras relaciones e impulsándonos hacia el horizonte inalcanzable del Dios desconocido.

Este año el seminario de John Main tendrá lugar en Vancouver, Canadá. El tema será ‘El Cristianismo Contemplativo’ y estará dirigido por Sarah Bachelard, una brillante y joven teóloga. Ella dirige una comunidad contemplativa en una parroquia de Australia y es una participante del Grupo de Intercambio Contemplativo que surgió de nuestra reunión en Snowmass el año pasado. Vivimos en tiempos que son frecuentemente oscuros y preocupantes. Compartir la visión de los líderes espirituales del futuro sobre nuestros problemas, desde una perspectiva contemplativa, nos ayuda a restablecer la esperanza y revivir la fe. Estas cualidades generan amor y es el amor, en manifestaciones inesperadas, lo que iluminará nuestras decisiones. En Julio tendrá lugar un retiro para jóvenes meditadores en Bonnevaux. Ellos también ven las cosas desde un punto de vista diferente. Tal vez al juntarse meditadores de diferentes generaciones, compartiendo la misma experiencia de comunidad, serán capaces de ver el siguiente paso, el gran brinco de consciencia que la humanidad debe dar.

Laurence Freeman OSB

Intercambio contemplativo 2017

Especial

Educación para un nuevo mundo: Enseñar a los niños a meditar Sembrar hoy para un futuro contemplativo

Enseñar a los niños y a los jóvenes a meditar es una tarea urgente, un don y una contribución a la salud mental de nuestro mundo. En el último reporte internacional, 30 países reportan trabajo en esta área vital. Con pocas excepciones, estas actividades se realizan por equipos pequeños de voluntarios. En este boletín revisamos algunas de las actividades alrededor del mundo.

Uruguay: tercer retiro para niños que meditan



Este Septiembre nuestro tercer retiro para niños que meditan reflejó un incremento en número y profundidad. Casi 100 niños llegaron a la Casa de María Auxiliadora de los Cristianos en Lezica, Montevideo. Llegaron de diferentes partes del país, representando escuelas, parroquias y Clubes Infantiles, mostrando una alegría contagiosa por recorrer este camino contemplativo que inician. El tema fue la Interioridad. Con coordinadores de nuestra comunidad y educadores que viajaron con los niños, caminamos este sendero hacia el centro, hacia el corazón, que los niños entienden tan bien. Pasamos momentos inolvidables de comunión en el Espíritu a través del silencio, juegos, la contemplación de la naturaleza y el compartir comida y arte. Estamos muy agradecidos por la promesa de paz que estos niños nos traen a nosotros y al futuro del mundo. (Carina Conte)

El equipo de Meditación de Fiji visitó 53 escuelas en 2018



Cada vez que visitamos una escuela nos vamos edificados por la apertura tanto de los maestros como de los niños hacia la práctica. Este año visitamos 53 escuelas de primaria y secundaria, urbanas y rurales así como la Ciudad de los Niños en Navesi. Sin la generosidad del equipo de meditación esto no hubiera sido posible.

La hermana Torika y yo estamos agradecidas también con Mere y Tema, miembros de nuestra comunidad en el Centro de Oración, que como siempre, sonriendo amablemente, nos han dado permiso para realizar este trabajo. (Hna. Denise McMahon)

Luxemburgo: se incluye la meditación en la preparación para la primera comunión

Introducimos la meditación cristiana a dos grupos de 35 niños como parte de la preparación para su Primera Comunión en nuestra parroquia de Nuestra Señora en la ciudad de Luxemburgo. Nuestra congregación se reúne en la iglesia y monasterio Redentorista en el centro de la ciudad. Somos una comunidad multicultural y multilingüe formada por miembros de 44 diferentes países. El lenguaje para comunicarnos es el inglés. Este año los números han sobrepasado las expectativas y se creó una clase extra. Los responsables de dirigir las clases son los padres de familia bajo la guía de un catequista experimentado. Esta es la primera vez que se incorpora la meditación en un programa de Primera Comunión. Los padres fueron informados de esto por el catequista encargado del programa. Yo me dirijo a los padres en conjunto. Los niños tienen 8 años de edad. Comenzamos con dos minutos de meditación y queremos llegar a ocho minutos en el curso del período de seis meses. (Marcella McCarthy)

Sudáfrica: un proyecto ofrecerá meditación en escuelas rurales



El Instituto Católico de Educación (ICE) sirve a las necesidades de 334 escuelas católicas en Sudáfrica. Muchas de estas escuelas se encuentran en profundas áreas rurales y encuentran las dificultades y problemas de las comunidades más pobres. Un proyecto de la WCCM en sociedad con el ICE apunta a llevar la Meditación Cristiana a algunas de estas escuelas. Según el Coordinador Nacional de WCCM, Paul Faller, ya que el acceso a los eventos de meditación y los materiales dependían en el pasado de la habilidad de las escuelas para viajar a localidades centrales, a menudo a algunos 100, 200 o más kilómetros de distancia – este proyecto busca llevar el trabajo a las escuelas que no han disfrutado previamente los beneficios de haber sido atendidos. Un esfuerzo sostenido para llevar la meditación – como es enseñada por John Main y la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana – a las escuelas católicas en Sudáfrica, ha sido una característica del trabajo del Departamento de Educación Religiosa del ICE desde 2012.

La inspiración para este trabajo fue el proyecto iniciado por Educación Católica en la Diócesis de Townsville, Australia. Talleres introductorios, cursos cortos, provisión de materiales de soporte y el mantenimiento de un trabajo de red de maestros han sido algunas de las maneras en las que el Departamento ha intentado inculcar una práctica de meditación entre los maestros y estudiantes en las escuelas. Se ha propuesto que la meditación sea introducida y monitoreada en seis áreas de Sudáfrica donde el trabajo sería apoyado por la presencia de oficinas del ICE y sus directores regionales. Talleres introductorios serán seguidos por una segunda visita en tres meses a las escuelas que han mostrado un nivel de compromiso con la meditación. Tal compromiso sería demostrado por reportes mensuales de una persona designada a cada escuela. Futuros apoyos serán dados en base progresiva a través de la provisión de materiales y visitas mensuales de directores regionales. (Paul Faller, Coordinador Nacional)

Filipinas: extendiendo el don a los padres



Miriam College, una universidad para mujeres, pidió que yo le facilitara un Recogimiento con los padres de las estudiantes “senior” graduadas. Los padres fueron presentados y experimentaron la Meditación Cristiana, con algo de respiración contemplativa y escuchando como preparación, mientras esperaban para recoger a sus hijas en la escuela después de un retiro de dos días fuera de la ciudad. El tema del retiro de estudiantes concluyó con la frase “Tráiganlas a ellas y a sus familias a la presencia de Dios”. Este tema subrayó mi compartir simples prácticas contemplativas con padres abiertos a encontrarse a medio camino con sus hijas en la presencia de Dios. Basado en la amplia asentida expresión en sus ojos, sonrisas felices, preguntas, comentarios y reacciones, siento que ellos ciertamente aprendieron cómo empezar a meditar. Las reacciones fueron desde sentirse relajados, en calma, con mentes descansadas (después de un estresado viaje), gratitud por recordarles escuchar profundamente el uno al otro con contacto visual, sin agenda, y la simplicidad de la práctica para conectarlos con Dios. (J. M. Rebueno)

J.M. Rebueno, conduciendo una sesión de meditación con padres
De las graduadas mayores en Filipinas

Especial

Canadá: Presentación de Noel Keating a Juntas Directivas de Escuelas en el área de Toronto



La meditación con niños continúa extendiéndose en las escuelas católicas por todo Ontario. Como parte de nuestra Meditatio Outreach (Extensión Meditatio), trajimos al Dr. Noel Keating a las áreas de Ottawa y Toronto para presentar los resultados de sus investigaciones sobre la meditación con niños. Noel es el Coordinador Nacional y lidera la Coordinación para la Meditación con Niños en Irlanda. Su libro "Meditación con Niños: Un Recurso para Maestros y Padres" basado en su investigación ha sido ampliamente aclamado en el campo educativo. Noel presentó a cinco juntas directivas de colegios enfocado en el rol que la espiritualidad juega en el bienestar de los niños y cómo la meditación provee beneficios y frutos. El 14 de febrero 2019 estaré presentando un taller en la conferencia de Educadores Católicos en Vancouver con la esperanza de llevar la meditación cristiana a las escuelas de la costa oeste. También estaré haciendo una presentación con Mary Theresa Coene in Ottawa el 5 de abril 2019 en la Conferencia Nacional sobre Evangelización y Cataquesis organizada por la Conferencia Canadiense de Obispos Católicos. (Paul Tratnyek, Coordinador Internacional para la Meditación con Niños)

Australia: Foco en la Formación de Maestros



En la Diócesis New South Wales, la Meditación continúa insertada en nuestras escuelas. 2018 ha visto interés particular de nuestros colegios de secundaria con muy positivos resultados tanto de de maestros como de alumnos. Para el personal, nuestro retiro inaugural de dos días de Quietud, Silencio y Simplicidad fue realizado en Lismore y fue muy bien recibido. La profundización de la experiencia del personal se agrega a la experiencia de los estudiantes. El número del personal que participó fue más del doble. También tuvimos un día completo "Compartir el Don" Taller de Maestros en Adelaida (Sur de Australia) el 6 de Septiembre para 50 maestros. Tendremos un día más en Marzo 2019 para entrenar aquellos que serán facilitadores para dichos días en el futuro y una introducción a la Meditación Cristiana a una escuela completa que también está fijada para ese día. Cada Estado tiene un programa y facilitadores que responden a escuelas individuales y también se encargan de Días de Formación y Retiros para Maestros para juntar muchos que "Comparten el Don" con jóvenes a su cargo. (Helen Hunter y Penny Sturrock)

Escocia: Interés Creciente



Actualmente estoy concentrada en establecer la meditación en tres escuelas de secundaria y sus dieciséis primarias asociadas en la Diócesis Motherwell. Para algunas de las primarias ha significado volver atrás después de un cambio de director o de personal y para otras enseñar al personal desde cero y luego ilustrarlos con ejemplo enseñando en dos o tres de sus clases. En cada una de las secundarias yo enseñé a cuarenta o más estudiantes del sexto año Caritas. Luego fuimos, inicialmente juntos, a enseñar seis clases de alumnos de primer año a sus clases de Educación Religiosa. En una escuela también pudimos visitar las escuelas primarias y darle soporte a la meditación. Una de las escuelas secundarias reportó un efecto extremadamente positivo en el primer año de clases como resultado de clases dadas por los estudiantes de Caritas. Este formato está siendo introducido en las otras dos escuelas secundarias. Hay demasiadas escuelas para ser visitadas individualmente. Consecuentemente, se me ha pedido por los Asesores de Educación Religiosa para las Diócesis de Glasgow y Edimburgo y la Diócesis Motherwell dar sesiones de servicio a sus Maestros Principales de Primarias. (Pat Hay)

Especial

Indonesia: Día de profundización para padres y maestros



El padre Laurence vino a visitarnos en noviembre. Estuvo con la comunidad cristiana en Semarang y tuvo la oportunidad de hablar a padres y maestros sobre la meditación con niños. Entre los 204 participantes de la comunidad cristiana asistieron 112 maestros, 2 sacerdotes jesuitas y 7 seminaristas. Empezamos el día con el padre Laurence meditando con los asistentes. Después nos contó sobre la primera vez que introdujo la meditación a niños, en 1977 en Canadá. Al padre John Main le habían pedido que fuera a Montreal a establecer un monasterio benedictino para enseñar meditación a personas laicas. Fue allí acompañado por el padre Laurence. Poco después una mujer en Montreal se les acercó para que dieran enseñanza religiosa a sus niños. Como el padre Laurence estaba ocupado, al principio se rehusó, pero aceptó después de ser estimulado por el padre John.

En cada sesión, después de hablar de los evangelios, enseñaba a los niños a meditar como lo hacía con los adultos, con la única diferencia de la duración (un minuto por cada año de edad). El padre Laurence quedó fascinado por la respuesta y el gozo de los niños con la experiencia. Descubrió entonces que dar el regalo de meditación a los niños es un regalo para toda la vida.

En medio del seminario el padre Laurence condujo otra sesión de meditación. Antes de meditar habló acerca de “dejar ir y dejar a Dios que lo haga” seguido de algunas instrucciones básicas de cómo meditar. Luego dio a los maestros varias instrucciones sobre cómo enseñar meditación a los niños. Dijo que lo más importante es la atención. No es fácil para los niños prestar atención en estos tiempos debido a todas las distracciones y dispositivos que tienen. Esto será un desafío para los maestros.

Al final de la sesión, el hermano Bayu de la comunidad Semarang dio una presentación sobre la meditación con niños que se está haciendo en varias ciudades de Indonesia. Los docentes han observado que los niños que meditan están más calmados y enfocados en la clase. Terminamos el día aprendiendo que no es difícil enseñar a los niños a meditar. (Johanna Wisoli)

Noticias

Diálogo interreligioso en República Checa

Después de diez años, la CMMC de República Checa tomó parte en un evento interreligioso. El encuentro se realizó en septiembre en un comedor del monasterio de Santo Tomás y nuestra participación fue muy bien recibida y atendida. Creo que es más y más urgente entender la experiencia de meditación como un fundamento común, a fin de encontrar una fuente de sanación y reencuentro en nuestro problematizado mundo. Fuimos cuatro los participantes: yo (Vladimir, de la CMMC), Petr Vacíka (Jesuita), Won Hye (monje budista de la escuela coreana Kwan Um Zen) y Radek Steiger (monje de Soto Zen japonés).

Empezamos meditando juntos, lo cual siempre parece ser la mejor manera de compartir el espacio en intimidad y amistad. Luego presentamos nuestras respectivas tradiciones y conversamos sobre nuestras perspectivas sobre la práctica, las técnicas de meditación y los frutos del silencio. No coincidimos en todo, pero experimentamos profundamente un espíritu de mutuo entendimiento (Vladimír Volráb)



Noticias

Un nuevo año, una nueva era para Bonnevaux

Este año Bonnevaux se reabre como centro contemplativo. Es también el aniversario 900 de su fundación como monasterio benedictino en 1119. En este nuevo año vamos a bendecir la primera fase de la renovación y tendremos los primeros retiros y eventos.

El 25 de junio con una bendición inauguraremos la abadía y el centro de conferencias. El trabajo continuará en la casa de huéspedes que se espera terminar en diciembre de este año. El retiro de semana santa de la comunidad ya tendrá lugar en Bonnevaux. Como la casa de huéspedes no estará terminada, los participantes se hospedarán en lugares cercanos. Se realizarán otros retiros durante este año y en poco tiempo se publicarán en la página web. Meditadores individuales y grupos de comunidades nacionales serán siempre bienvenidos. Eventos de Liderazgos Contemplativos para el mundo de los negocios recibirán a empresas e instituciones que deseen explorar nuevas maneras de trabajar y servir al mundo. El Centro para la Paz Bonnevaux es la expresión material de la visión de John Main de un monasterio global sin muros y del poder de la meditación para transformar a los individuos y a la sociedad. Apuntalando al programa de actividades estará el ritmo cotidiano de silencio, ora et labora y de dar la bienvenida a cada huésped como si fuera el mismo Cristo, como recomienda San Benito.



Retiro para jóvenes adultos

La juventud es un estado, no una medida, pero este retiro se enfoca a meditadores entre los 18 y 40 años. Los que tienen más experiencia de vida pueden ayudar a los jóvenes y los jóvenes pueden re-energizar a los mayores. El retiro tiene dos partes: el primero en Bonnevaux del 24 al 31 de julio, en el que se compartirá la vida de la comunidad, meditación, yoga, adoración, trabajo y estudio, así como actividades creativas como alfarería, escritura, música y danza. Habrá oportunidad de trabajar la tierra y en nuestro proyecto de granja orgánica. Habrá tiempos de compartir y de guía personal. En la segunda parte, opcional del 1 al 4 de agosto, pasaremos unos días caminando en el Camino a Compostela. Los que lo deseen pueden luego retornar a Bonnevaux para seguir compartiendo un tiempo la vida de la comunidad, conocer más de su misión como un centro de y para la paz y para la transformación personal y social. Para más información contacta: accueil@bonnevauxwccm.org y visita: www.bonnevauxwccm.org

La renovación continúa progresando

El 2016 fue el año que Bonnevaux encontró a la CMMC. Nos convertimos en sus cuidadores y propietarios legales en octubre del 2017. El 2018 fue un año de muchos pequeños milagros y de gran transformación. En el 2019 el trabajo continúa según lo programado. La abadía (la casa principal donde la comunidad y algunos visitantes vivirán) estará terminada en abril.

El centro de conferencias (el establo) con capacidad para cerca de 200 personas estará terminado en junio. El padre Laurence vivirá en Bonnevaux después de Pascua. La recaudación de fondos está ahora centrada especialmente en la finalización de la casa de huéspedes con 25 habitaciones, librería, comedor y lugares de encuentro. Aún necesitamos de ayuda para lograrlo. Cada regalo, pequeño o grande, nos anima y hace una diferencia. Gracias.



En foco**Hna. Denise Mahon, Fiji**

Provengo de una familia tradicional australiana católica, con raíces irlandesas. Cuando iba creciendo, la fe era sumamente importante en mi familia. Me enviaron a escuelas católicas, y fui adoctrinado por “hermanas” muy influyentes al transmitir nuestra herencia cristiana. Crecí como una niña de los años 50, época que en Australia llegaban muchos refugiados de la desgarrada Europa. Nuestra calle era una verdadera ‘Naciones Unidas’ y mis amigos especiales eran los niños polacos. Las tradiciones eslavas eran particularmente enriquecedoras y yo estaba fascinada con sus costumbres, símbolos religiosos y celebraciones, especialmente en Pascuas y Navidad, cuando compartían de buen agrado con nosotros.

Mi noviciado con las Hermanas Misioneras de la Sociedad de María fue en una hermosa propiedad rural en Victoria. Tuve un jardín mágico con plantas trepadoras que daban al rico suelo del campo. La belleza del entorno era un bálsamo para el alma. En el noviciado nos enseñaron el método Ignaciano con la oración mental, la cual no fue fácil. Luego de recibir los certificados de profesora y entrenamiento para la enseñanza fui designada para ir a Bouganville, luego a Vanuatu, y por último a Fiji, lugar en el que he permanecido por los últimos veinticinco años. Aunque permanecí fiel a la oración personal diaria, siempre sentí que habría algo más. En el debido tiempo de Dios, conocí la Meditación Cristiana a través del P. Denis Mahony, recientemente asignado a Suva. Él comenzó a enseñar meditación tan pronto llegó, con una serie de Enseñanzas Semanales los sábados, con un pequeño grupo incluyéndome a mí y otros dos miembros de la comunidad. Al término del curso de seis semanas el Padre nos alentó a que comenzáramos nuestros propios grupos, lo que hicimos. Fue un acto de fe. No teníamos idea de quienes, o si alguno, se unirían. En la primera tarde, un voluntario del Cuerpo de Paz se presentó, luego de haber leído el anuncio que colocamos en el boletín de la parroquia. Desde aquel momento nuestro pequeño grupo creció y se vio enriquecido con numerosas personas, tanto residentes de Fidji como residentes temporarios.

Tuve el privilegio de ser parte de la Comunidad de meditación de Fiji desde sus inicios. Una de las experiencias más satisfactorias fue el alcance a las escuelas. Este año nuestro equipo de esa área visitó 53 escuelas primarias y secundarias, urbanas y rurales. La Meditación es hoy parte de la práctica diaria en las escuelas. Esperamos continuar con las visitas cada año de acuerdo a nuestras posibilidades. Sabemos que somos instrumentos que plantan las semillas pero notamos que los niños comprenden intuitivamente la oración del silencio y la quietud y adhieren a ella.

Como misionera, creo que la meditación es importante para la evangelización. La práctica diaria es un entrenamiento de aprendizaje para vivir el espíritu del Evangelio. En el centro todos somos uno, independientemente de a qué tradición de fe pertenecemos. La Meditación Cristiana es una de las grandes gracias que he recibido. El hecho de pertenecer a la comunidad de meditadores tanto local como mundial, ha enriquecido mi vida y estoy a gradecida a Dios por ello.



El Boletín Meditatio se publica 4 veces por año por la Oficina Internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, St Marks, Myddelton Square London EC1R 1XX, London, UK.

Tel: +44 (0) 20 7278 2070 Editor: LeonardoCorrea (leonardo@wccm.org) Diseño gráfico de la edición original: Gerson Laureano.

Coordinadora edición en español: Marina Müller (meditacioncristiana.net@gmail.com);

Traductores de este número: Carina Conte, Javier Cosp Fontclara, Guillermo Lagos, Enrique Lavín, Marta Geymayr, Jorge Rago

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

RECURSOS Y EVENTOS

Programa 2019 del centro Meditatio

El programa de eventos y actividades para 2019 en el Centro Meditatio de Londres está disponible en línea. Descargarlos aquí: <http://tiny.cc/MedCt19>



Audio y Cds



Centro de nuestro Ser

En estas charlas, John Main habla de la meditación como una peregrinación al centro de nuestro ser donde se encuentra el Espíritu de Dios. Escuche o baje las pistas: <http://tiny.cc/Med2018D>
Ordenar una copia del CD a: <http://tiny.cc/CentreBeing>

Retiros y Seminarios

Retiro de Semana Santa (14 al 21 de abril)

Guiado por Laurence Freeman OSB. Bonneveaux, Marçay, Francia Contacto: easter2019@bonneveauxwccm.org



Retiro de Monte Oliveto

¿Quién dicen ustedes que soy? 1 al 8 de junio
Guiado por Laurence Freeman OSB y Giovanni Felicioni, Siena, Italia. Contacto: monteoliveto@wccm.org

Seminario John Main 2019: *Una cristiandad contemplativa para nuestro tiempo*



5 al 11 de agosto. Guiado por la Rev. Sarah Bachelard Vancouver, Canadá.
Informes: <http://jms2019.org>

La meditación y el paso 11 de recuperación

El paso 11 supera la velocidad elegida de la "rueda de oración" cuando los grupos comienzan a meditar en línea. Estos grupos nos permiten alcanzar y compartir este modo de oración con otros meditadores en recuperación.

El primero comenzó en agosto de 2017 en USA y un segundo grupo se estableció en Nueva Zelanda. A continuación, los grupos y sus programas establecidos.

- * USA, Canadá, Reino Unido y Nueva Zelanda tienen grupo de paso 11 practicando meditación en la tradición de John Main;
- * Reino Unido ofrece el paso 11 dos veces al año;
- * El primer Fin de Semana de Enseñanzas Semanales tendrá lugar en 2019. El fin de semana ofrecerá una oportunidad para el crecimiento personal, profundización y comprensión de la tradición y cómo compartir este paso con gente del paso 12 del Programa de Recuperación.
- * Retiro de Silencio –Centro de Retiros Marywood en Jacksonville, Florida – Octubre 31 a Noviembre 3, presentado por Liz Watson
- * Existen dos grupos del paso 11. Todos son bienvenidos a unirse a los grupos en línea, tuvieran fe o no, paso 12 o no. Para más información contactar con Linda Kaye (lindakayec@gmail.com)

Sitio 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.



REINO UNIDO Y EUROPA
www.goodnewsbooks.net
email: order@goodnewsbooks.net
tel: +44(0)1582 571011

EE. UU.: www.contemplative-life.org
email: contemplativewisdom2gmail.com
tel: +1-520-882-0290

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

ASIA
email: mami@wccm.org
tel: +65 6469 7671

AUSTRALIA
jpanetta@ausgrid.com.au
tel: +61 2 9482 3468
NUEVA ZELANDA
Pleroma Christian Supplies
www.christiansupplies.co.nz
email: order@pleroma.org.nz
tel: 0508 988 988 (en Nva. Zelanda)