

Meditatio

Newsletter of The
World Community
for Christian Meditation



www.wccm.org

EDICIÓN INTERNACIONAL, VOL. 43, N° 1, abril 2019

Resurrección más allá del tiempo

Laurence Freeman reflexiona cómo la Resurrección nos envía a la vida de un modo nuevo



Una cigüeña volando sobre Bonnevaux: signo de un nuevo comienzo para la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana

En este número

6 Noticias

Cuidados contemplativos:
El cuidado de la salud y la
meditación
Seminario en Nueva Zelanda

9 Reportaje

Renunciar sin renunciar:
Una conversación con Jim
Green sobre depresión

10 Noticias

Siete nuevas cosas a saber
sobre Bonnevaux al comenzar
la residencia comunitaria



Una carta de Laurence Freeman, OSB

Durante nuestra peregrinación del mes pasado a Israel visitamos la ciudad que los Evangelios llaman “la ciudad de Jesús”, Cafarnaum. Nacido en Belén, crecido en Nazareth, una vez que comenzó su enseñanza y su misión itinerante, Jesús movió su base de operaciones a Cafarnaum, en la costa noreste del Mar de Galilea. Ahora es un sitio arqueológico, pero entonces era una ruta internacional que conectaba con el mundo más amplio. Allí, él habló con regularidad los sábados, llamó a sus discípulos y curó a la gente. Desde el siglo V existió una iglesia en el sitio tradicional de la casa de Pedro – quizás, la casa del siglo I cuyos cimientos visitamos y donde fue Jesús (Mateo 8:14) a sanar a la suegra de Pedro. Quizás – muchos quizás – fue donde Jesús estableció su hogar cuando él volvía a Cafarnaum.

Estas ideas son cuando más, probabilidades. Pero es conmovedor e iluminador detenernos allí, dándonos cuenta que fue ahí (o en algún lugar muy parecido) que Jesús de Nazareth fue también Jesús de Cafarnaum, a corta distancia del Jordán donde fue bautizado y del campo junto a la montaña donde dio su gran Sermón. Es conmovedor porque nos trae en forma familiar la realidad histórica y humana de la Palabra encarnada. (Escribo esto en la fiesta de la Anunciación). El Cristo cósmico fue una vez un Jesús local. Es iluminador porque nos abre – o al menos, eso me hizo sentir – a cómo las dimensiones de tiempo y espacio que habitamos son sólo algunas de las muchas dimensiones que constituyen la realidad. La Teoría de la Relatividad General dice que vivimos en tres dimensiones de espacio y una de tiempo. La Teoría de las Cuerdas piensa que puede haber más de 26 dimensiones. Espacio y tiempo podrían ser simplemente “enrollados”, dicen, en otras dimensiones a escala subatómica.

Así que, ya no diré más “quizás”, una vez local, será siempre local. Jesús de Cafarnaúm, como cada uno de nosotros, es local y global, histórico e intemporal. En la geografía, cada lugar de la tierra es único y al mismo tiempo similar a otros lugares. En la física, un punto no tiene atributos dimensionales: es “un lugar único”. No entiendo esto, pero al menos puede ayudarnos a entender el misterio de Cristo. Este misterio es la experiencia de la Resurrección. Necesitamos ejemplos, símbolos, analogías, sacramentos, para ayudarnos a ver que las contradicciones pueden coexistir, como las dos caras de una moneda. No podemos aproximarnos a ningún misterio sin confundirnos al principio. ¿Recuerdas la primera vez que meditaste, y qué pensaste de esto luego? Si has perdido a alguien a quien amabas, recuerda cómo te volviste consciente de que el amor no había muerto sino que crecía.

La peregrinación a nuestros propios lugares sagrados religiosos y a los de otras creencias nos ayuda a situarnos en un misterio espiritual ubicado en el tiempo y el espacio. La meditación es el aspecto interior de esta peregrinación. Puede practicarse en la casa de nuestra propia fe, en soledad o con invitados. Los invitados pueden luego invitarnos a sus hogares para meditar con ellos. Meditando juntos, nos abrimos a la dimensión espiritual inclusiva de la realidad. La reconocemos porque sana las divisiones y engendra amor.

Cuando era un joven estudiando historia en la escuela, que una forma inteligente de comenzar un ensayo era “XXX era una época de transición”. Nuestro maestro nos recordaba que cada época es transicional. Sin embargo, hoy, todos somos agudamente conscientes de ser una generación transicional en casi todos los aspectos de la vida. Cuando vemos cuán rápido es el cambio a nuestro alrededor, lo llamamos “tiempo de crisis”. Entonces, interiormente, podemos sentirlo como una pérdida, atrapados en su apuro y su confusión.



El lenguaje entonces titubea y nos falla. Utilizamos términos extremos – crisis, al borde del precipicio, peligro, desastre – para casi todo. Los medios exageran los términos como noticia de última hora o como las proyecciones en vivo de eventos extremos. En un mundo como este, es más que nunca importante estar consciente de las dimensiones múltiples de la realidad y no identificarnos sólo con lo que podemos ver y tocar en nuestra zona de confort. Independientemente de las creencias religiosas, necesitamos la dimensión espiritual que envuelve todas las dimensiones. Y es por esto que hace falta una mente contemplativa para sobrevivir y navegar en la vida moderna. Y también porque, si estamos preocupados por la siguiente generación, necesitamos hacer que la meditación forme parte integral de la educación y formación temprana de nuestros niños. La crisis religiosa es tan aguda como las de los aspectos sociales y ecológicos del mundo. La religión ha fracasado básicamente en conectarse a las necesidades espirituales de la gente. El cristianismo es visto como una moralidad retrospectiva sobre todo en el aspecto sexual, con todas las connotaciones vergonzosas que esto implica. Un hoyo negro espiritual se ha abierto en nuestra cultura consumista y en nuestras instituciones.

Debido a todo esto, la dimensión espiritual que conecta y comprende todas las dimensiones de la realidad, es muchas veces secuestrada por técnicas reduccionistas que se vuelven pronto nuevas formas de superstición y magia o simplemente más paquetes en un supermercado comercial. Los viejos dioses están muriendo. Nuevos dioses están surgiendo y los reemplazan. Los ‘dioses’ dependen de la adoración, la continuidad de la creencia y los sacrificios de sus devotos. El pueblo les da a ellos (y a sus representantes) el poder. Sócrates lo notó hace siglos, cuando comprendió el significado del mito y la base natural de los dioses. Pagó el precio del rechazo por decir lo que veía. Mientras que los dioses viejos se mantengan fuertes, ellos tanto como sus seguidores pueden volverse brutales. Pero cuando la devoción y la creencia se separan de ellos, los viejos dioses – los viejos rituales y sistemas religiosos – se debilitan. Luchan por tener seguidores.

Una peregrinación cíclica a la dimensión de la realidad que la Resurrección ha abierto a la humanidad...

Sin embargo es difícil vivir sin dioses. Existe una parte no materialista en la humanidad que exige expresión, simbolismo y busca significado. Los ‘dioses’ nos ayudan a satisfacer esto, aunque sólo sea de una manera superficial. El panteón de celebridades mediáticas, los centros comerciales sumergiendo a sus devotos partidarios en deudas impagables, los dioses de la guerra y la desinformación y las drogas. Los viejos dioses – la devoción religiosa, la vida consagrada, la mística del celibato, el poder del sacerdocio, la asistencia a misa el domingo – se ven en problemas para competir. La religión y la cultura están entretejidas. Conforme una evoluciona, la otra lo debe hacer también pues si no se separan y nos sentimos cada vez más desconectados.

Por supuesto que somos más que nuestra condición cultural, por lo tanto la vida del espíritu todavía nos enseña y nos conmueve: cuando, aunque sea brevemente, disfrutamos de la perfección física, cuando damos a luz, cuando acompañamos a alguien en su lecho de muerte. Pero cada vez más la vida diaria, por más afuente que sea, parece un yermo, aún a los jóvenes que normalmente ven las cosas con esperanza y optimismo. Las dimensiones de tiempo y espacio, están en sí, llenas de estrés, sufrimiento psicológico y un sentimiento de estar atrapados. Podemos tratar de escapar a esto, pues hay un exceso de rutas para escapar en la fantasía, la distracción y otros caminos de daño personal. Necesitamos otro tipo de yermo, otro desierto, para encontrar el camino de regreso al sentimiento de maravillarnos en la multidimensionalidad de la realidad. ‘Oh, qué bello mundo’. Podremos entonces encontrar nuestro punto de localización único, donde pertenecemos y donde sabemos quiénes somos, pues sabemos que somos conocidos. No hay ‘dioses’ en el desierto, sólo nuestros propios demonios y los ángeles que necesitamos. Sólo está el Dios que es y que no tiene nombre.

Jesús pasó su Cuaresma en el yermo de Judea. Practicó autocontrol y se enfrentó a los demonios que todos conocemos. Conoció las semillas del orgullo, la ambición y la auto fijación en la psique humana. Nunca deberíamos ser tan complacientes que podamos pensar que las hemos dominado. Fue después de este tiempo en el desierto de la auto preparación que Jesús se estableció en Cafarnaúm y su voz comenzó a ser escuchada ampliamente.

Nuestros propios cuarenta días son similares – un tiempo de auto control para reparar algo de lo obscurecido de nuestra visión espiritual – buscando desapegarnos de algo y haciendo algo extra. Si lo hacemos con seriedad, pronto nos daremos cuenta de cómo esto purifica y enfoca toda nuestra manera de ver y actuar. ‘En Cuaresma nos preparamos para celebrar la Pascua.’ Esto suena trivial, mientras no entendamos el significado de celebración, que es más que sonar campanas, comer chocolate y sonreír. Significa que la dimensión en que experimentamos la Resurrección de Jesús se abre totalmente.

Ya no estamos observando desde fuera. Nos vemos a nosotros mismos dentro de ella como una dimensión de Jesús de Cafarnaúm permitiéndonos acceso directo a la dimensión escondida de la realidad. De una manera extraña esto es así tanto para creyentes como no creyentes. Creer es un gran bono. Aquellos que lo tienen gustan de compartirlo con los demás. Pero lo que importa más que creer, es tener fe, que es nuestra capacidad para relacionarnos con la realidad de la manera más profunda. Podemos compartir los beneficios de lo que creemos con aquellos que no creen, siempre y cuando podamos encontrarnos en la experiencia de fe – la experiencia más allá de palabras y pensamientos que encontramos en la meditación. La Cuaresma nos prepara para celebrar los misterios pascuales con mayor profundidad cada año; es más que una celebración litúrgica. Es un peregrinaje cíclico hacia una profundidad mayor de la dimensión de la realidad que la Resurrección ha abierto para la humanidad a través de todas las dimensiones, hacia adelante y hacia atrás del tiempo; y en cada lugar específico, los territorios en conflicto de la Cisjordania en Palestina, Christchurch en Nueva Zelanda, Bonnevaux o la misma ciudad en que habitas. En el desierto tratamos de purificar las puertas de la percepción. Hemos querido estar más abiertos a la dimensión que contiene a las demás dimensiones. Nuestro esfuerzo, como nuestra meditación diaria, es una señal de buena fe que se relaciona con lo que no podemos ver, probar o entender, pero que llegamos a conocer.

Cuando reflexionamos en lo que hemos hecho en la Cuaresma y evaluamos nuestros éxitos o fracasos, no deberíamos evaluarlo con falsedad, pues no es acerca de cuán *perfectamente* hemos hecho las cosas sino de cuánto hemos avanzado en *auto conocimiento*. El perfeccionismo es una luz falsa manufacturada por nuestro ego. El auto conocimiento es la luz de nuestro espíritu iluminando todas las dimensiones de la realidad. 'Dimensiones de la realidad' puede sonarnos muy abstracto, pero se refiere a niveles de experiencia. La meditación, como lo dijo frecuentemente John Main, se trata de experiencia, no de teoría. Cualquiera puede entrar a esta experiencia, aun cuando las palabras nos fallan al tratar de describir el significado y la naturaleza de lo que experimentamos. Es lo mismo para la manera en que nos enfrentamos a los ciclos de vida y resurrección dentro de nuestras vidas, pues no es un dogma tanto como una experiencia. Sabemos que hemos experimentado una resurrección en nuestras vidas cuando algo aparenta haber muerto en nosotros y sin embargo a pesar de lo que parecieran ser tres largos días, vemos la vida milagrosamente renovada y en expansión. San Agustín dijo que la Resurrección de Cristo es más que algo en lo que se cree. Es la esencia de la fe cristiana. Y la fe – tal y como nos lo enseña nuestra meditación diaria – es experiencia pura. Entonces ¿cómo sentimos la experiencia de la Resurrección? Seguramente no como lo haríamos con otras clases de experiencia.

Se dice comúnmente que los millenials prefieren experiencias a posesiones. Están menos interesados que sus padres en comprar cosas materiales o en permanecer en compromisos estables. Les gusta visitar muchos lugares, participar en eventos, hacer nuevas cosas y mantener sus opciones abiertas. Aunque esto es en general cierto, es una característica de la cultura moderna. Los productos no se comercializan tomando como base su contenido o utilidad tanto como el tipo de 'experiencia' con los que se les puede asociar. Experiencias seriales como esto, les van mejor a los dioses de nuestra época que a los viejos dioses que esperaban regularidad, práctica y fidelidad. Los evangelios nos cuentan que la resurrección de Jesús la encontramos en la dimensión espiritual. Pero experiencia en la dimensión espiritual es fe. No es parte de una serie de experiencias nuevas y excitantes cada vez, más bien es el profundizar una relación. Esta clase de experiencia no se puede comprar o cambiar ni siquiera observar ni evaluar desde afuera. Es interior a la vez que exterior.

El auto conocimiento es la luz de nuestro espíritu iluminando todas las dimensiones de la realidad

Y es a través de nuestro auto conocimiento – en el que reconocemos que somos conocidos – que Cristo se forma en nosotros. No es una excepción, va creciendo. Y entonces vamos experimentando temporalmente y parcialmente al Cristo resucitado. Si tratamos de etiquetarlo o detenerlo, se escapa, como lo hizo en Emaús y definitivamente en la Ascensión. Y a pesar de todas estas iluminaciones parciales, no dudamos de nuestra experiencia. Al contrario, nuestra fe se vuelve más profunda. Pero, ¿por qué es así? Podríamos pensar que Dios está jugando con nosotros o probándonos. Pero eso sería una manera infantil de explicarlo y no muy atractiva para las personas de nuestra época. Para entenderlo, necesitamos relacionarnos con las dimensiones de la realidad que no podemos percibir tan claramente como aquellas presentes en el tiempo y en el espacio.

El físico David Bohm trató de explicar cómo es que estas diferentes dimensiones se relacionan entre sí comparando el 'orden implícito' y el 'orden explícito'. El orden implícito es la realidad más profunda que es la que comprende todas las demás dimensiones. En este orden el espacio y el tiempo ya no dominan la relación entre las cosas o la gente. Es el terreno desde donde emerge la realidad. El orden explícito, a su vez, es el desenvolvimiento de esto, de la manera que una señal digital se desenvuelve ella misma para producir imágenes en una pantalla. Conocí a Bohm en una ocasión mientras esperábamos asistir a una clase de yoga, pero no le había leído en esa época y no había tiempo ni era el momento o espacio adecuado. Y aunque estaba muy interesado en la meditación, hasta donde sé no era una persona religiosa. Tal vez sus ideas no ayuden a todos, pero a mí me sugieren una visión mística y científica de la realidad que resuena con la sabiduría de las tradiciones espirituales.

En lo que hace a la Resurrección, nos ayuda a ver cómo la experiencia corriente de la vida cotidiana conecta con la experiencia de esa dimensión más profunda, encubierta, en la que encontramos completamente la Resurrección. Hubo ‘apariciones’, atisbos graduales del Jesús Resucitado. En el Nuevo Testamento aparecen narradas diez ocasiones, de un modo que es a un tiempo corriente y misterioso. Estos encuentros transformaron las vidas de aquellos que los experimentaron. A ellos les parecieron aún más reales que los encuentros físicos limitados por tiempo y espacio. Desde entonces, a través de los siglos, muchas vidas han sido tocadas por la Resurrección y toman una nueva dirección. Sin dejar el territorio de la vida cotidiana, se expanden hacia nuevas dimensiones de la realidad. Si esto no fuera así, ¿por qué habríamos de celebrar la Pascua este año?

La Resurrección no hace de Jesús un dios, nuevo o viejo. Sus seguidores son miembros de una religión que lleva su nombre, pero solo secundariamente. Primariamente, son aquellos cuya fe en él y cuya unión con él crece continuamente. Esto se desenvuelve — con altos y bajos, como en toda relación — y nos conduce a dimensiones de su realidad que asombran a la mente y penetran profundamente el corazón. Como esto es lo que significa la Resurrección, el actual tiempo de transición no es el final del cristianismo, como tantas veces se ha predicho, sino otro extremo de las muchas formas del orden cristiano ‘explicado’ a través del cual ha evolucionado siempre y seguirá evolucionando ‘hasta el fin de los tiempos’.

En el desierto, al pie del Monte Sinaí, el pueblo elegido entró en pánico y se rebeló y eligió otros dioses. Modelaron el becerro de oro con sus chucherías y lo adoraron. Cuando Moisés volvió y vio las barbaridades que estaban sucediendo, rompió las tablas de la Ley (no parecía ser un buen momento para presentarlas). Luego rompió la estatua del dios, la convirtió en polvo e hizo que el pueblo se lo bebiera. Volvieron a apropiarse de sus proyecciones y saborearon nuevamente la realidad.

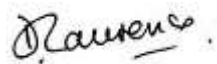
Los ‘dioses’ son proyecciones, astillas de nosotros mismos. Por eso dependen de nosotros. Los culpamos cuando suceden cosas malas, pero sólo cavamos un pozo aún más profundo de irrealdad y alienación de nuestro verdadero yo. Cuando imaginamos a Dios como a un dios, hacemos lo mismo. Lo culpamos a ‘Él’ por ‘permitir’ que sucedan cosas malas o por ‘infligirnos’ esas cosas como alguna forma de castigo. El desierto y la resurrección dejan a la vista la fatal auto decepción de este tipo de mentalidad religiosa. La meditación en la fe cristiana une la experiencia del desierto y la de la Resurrección, la Cuaresma y la Pascua. Abre una nueva forma de conciencia para una humanidad adulta.

En el silencio y la quietud, experimentamos que Dios está presente en nuestro sufrimiento, sin importar lo que lo ocasione; sea genético o un francotirador desquiciado. Nuestra compasión hacia aquellos que sufren — como vimos globalmente luego de la tragedia de Christchurch — es en sí manifestación del espíritu de Dios. Si somos la víctima, somos empoderados para soportar con fe lo que no puede ser cambiado. Y experimentamos la gracia que transforma también la desesperación en esperanza, la amargura en amor.

La Resurrección no nos hace inmortales. Seguimos muriendo. Pero cambia la forma en que vivimos y por lo tanto la forma en que nos aproximamos a la muerte. Esto es la fe. A medida que la fe se profundiza, emerge el significado. Reconocemos el patrón de la Resurrección experimentada una y otra vez desde la infancia hasta el final. Mientras termino esta carta, reconozco este patrón una vez más.

Hoy en Londres, mientras los árboles se tiñen del verde primaveral, estamos empacando en Meditatio House para mudar la comunidad a Bonnevaux. Una partida y una llegada, una muerte y una resurrección. Aún hay mucho por hacer para terminar Bonnevaux; pero está lo suficientemente pronto para que empecemos a vivir allí y para que celebremos el bello misterio de nuestra fe. Por favor, guarden en esta Pascua todo lo que Bonnevaux puede ser para la humanidad y para nuestra comunidad en sus corazones, igual que nosotros los tendremos a ustedes en los nuestros.

Con mucho amor



Laurence Freeman OSB



Noticias

Seminario Meditatio

Cuidado Contemplativo: Atención de la Salud y Meditación

La WCCM en Nueva Zelanda ofreció un seminario de dos días en el Hospital de la Ciudad de Auckland



“Cuidado Contemplativo: Atención de la salud y Meditación” fue el tema del primer Seminario Meditatio organizado por NZCCM. Realizado en el Auckland City Hospital el 17 y 18 de enero de 2019, el evento fue conducido por el P. Laurence, e incluyó disertantes del área de la salud mental, del cuidado a pacientes terminales y de medicina interna. Además de charlas plenarias se realizaron talleres y paneles de discusión intercalados con breves períodos de meditación cada día. La mayoría de los disertantes provenían de las tradiciones cristianas Católica Romana y Anglicana, pero participaron también disertantes de otras tradiciones espirituales como la budista y la maorí.

La variedad de perspectivas de esta gama de excelentes presentadores dio brillo al evento. Participaron del seminario profesionales de la salud, del clero y religiosos, así como meditadores interesados, no sólo de Nueva Zelanda sino también un buen número de personas de las comunidades de Australia y Fidji.

Las sesiones no abordaron los complejos temas éticos de los servicios contemporáneos de salud, sino que más bien se enfocaron en proveer cuidado holístico para las personas enfermas o pacientes terminales que respondieran a sus necesidades como seres humanos de naturaleza espiritual. En instituciones de la salud sumamente ocupadas y enfocadas en terapias tecnológicas, es un gran desafío encontrar silencio y tiempo para este tipo de enfoque de los cuidados. Varios disertantes contaron cómo su propia orientación espiritual y su práctica de meditación les permitieron una actitud de respuesta hacia el individuo que estaban cuidando.

El seminario fue dirigido por el Dr. John Collins, un nefrólogo y Profesor Agregado de la Universidad de Auckland. “Tuvimos 140 participantes en el seminario, lo que es excelente dado que enero es el pico de la temporada de vacaciones aquí. Nuestros disertantes le hicieron justicia al tópico del cuidado contemplativo y hemos recibido muy buen feedback de la gente que participó. Excedió nuestras expectativas de muchas maneras” dice. Dado el éxito de este seminario inicial, puede ser seguido a su debido tiempo de otro, enfocado en algún otro tema como el medio ambiente.

ONLINE: Ve los videos en <http://tiny.cc/CHSemNZ>

Malasia: videos de un Seminario sobre Cuidados Paliativos disponible online.

La Comunidad de WCCM Malasia ofreció el año pasado en Petaling Jaya un Seminario Meditatio titulado Presencia Compasiva: Enfoques interreligiosos para los cuidados paliativos. Asistieron 140 participantes, muchos profesionales del cuidado de la salud de distintas partes del país. Los videos de este seminario están ahora disponibles.

ONLINE: Mira los videos en http://tiny.cc/CP_Mal18



Noticias

Voces de peregrinos desde Tierra Santa

Laurence Freeman dirigió una peregrinación a Tierra Santa en febrero (del 16 al 23). El tema fue “Un viaje contemplativo a Tierra Santa” con la participación de un grupo internacional. Algunos participantes compartieron su experiencia.



J. M. Rebueno, Filipinas

El día 20 de febrero de 2019, realicé mi declaración de amor con la Comunidad de Oblatos de la WCCM como un adulto que recorrió la gama de la inocencia hasta la desobediencia salvaje a los deseos de Dios, más allá de morder la manzana de Eva. Había hecho una declaración similar hace medio siglo como un tonto adolescente encarando su posible muerte bajo el aplastante torrente de una furiosa cascada. Luego, en el más potente grito silencioso que nunca había hecho, sometí a Él el último segundo de mi vida: “que se haga tu voluntad”. Por dentro, fue un grito por la misericordia de Dios, pidiendo perdón por todos mis pecados. Esto ciertamente me dio fuerzas para aceptar lo inevitable. Como adulto, la elección de amar a Dios requiere un férreo coraje: rechazar dar lugar a mi ego necesitado y al mismo tiempo tener compasión por la confusión en mis decisiones y acciones a amar a Dios.

Este es el constante desafío que estoy feliz de encarar. Rezo para que mi fidelidad al oblatado me de la fuerza interior necesaria para responder adecuadamente. En la subterránea Capilla de los Apóstoles debajo de los jardines del Getsemani, realicé mi oblación final, ante mi Abad P. Laurence y la comunidad de oblatos y peregrinos participantes. Tuve la doble bendición de repetir privadamente mi oblación final en la roca que recibió el sudor y la sangre de Jesús cuando declaró su última expresión de amor al Padre con el “¡hágase Tu voluntad!”

Paul Dunn, USA

Es difícil para mí resumir el significado de esta peregrinación porque ha sido una de las mayores experiencias de mi vida. Soy un Oblato y no podría imaginar visitar la Tierra Santa sin el acompañamiento de una Comunidad Contemplativa. El P. Laurence superó ampliamente mis expectativas de una oración más profunda y una experiencia espiritual más vital. Nosotros visitamos prácticamente todos los sitios sagrados mencionados en los cuatro misterios del rosario. Como consecuencia de este viaje quise profundizar la experiencia al meditar cada denario del rosario. Por haber estado allí, toqué, escuché y observé cada sitio sagrado y guardo en la memoria cada momento. Cada día nos turnábamos para la oración de la mañana y de la tarde. Los puntos más altos que experimenté fueron navegar en el mar de Galilea, renovar mis votos bautismales en el río Jordán, caminar por la Vía Dolorosa, besar los puntos en los que Jesús nació y donde murió, y orar ante el Muro de los Lamentos.

Lina Lee, Hong Kong

Mi corazón está todavía inundado de gozo y gratitud. No solamente reconecté con Cristo en todos los lugares sagrados bíblicos, sino con los peregrinos de diversos antecedentes y diferentes países que estábamos todos unidos en un corazón y una mente, caminando con Cristo y sus Apóstoles, experimentando Su Presencia sobre todo. Vine a este lugar para dar mi gratitud al Señor por haber rescatado mi vida física, sin saber que allí había mucho más; nunca había experimentado tal gozo de la unión y solidaridad de nuestros peregrinos como un grupo, una familia con los rostros volviéndose radiantes como ángeles. Con seguridad esto será recordado con amor y quedará como una fuente de iluminación y fortaleza para los días que vendrán.

El P. Laurence guiará otra peregrinación a Tierra Santa, incluyendo otros sitios no visitados este año, del 13 al 20 de febrero 2020

Noticias

WCCM de Singapur celebra su 30º aniversario

James Loh



El domingo 20 de febrero de 2019 WCCM de Singapur celebró su 30º. Aniversario. Alrededor de 100 líderes y amigos de nuestra comunidad se reunieron para un almuerzo en un local del club de natación. Invitamos al P. Laurence y a nuestro director espiritual P. Eugene Vaz para honrar el feliz acontecimiento. La atmósfera fue elevada. Pudimos sentir la energía positiva y las vibraciones de una comunidad que ha recorrido tanto. La jornada resumió los altibajos y desafíos como en toda comunidad en crecimiento. A través del apoyo de la comunidad mundial bajo la conducción del P. Freeman, el liderazgo de Peter y las numerosas contribuciones de todos nuestros líderes destacados, hemos conseguido una identidad comunitaria para nosotros mismos. En el encuentro hemos recordado los pasados 30 años con una presentación en power point de las actividades de más de 30 grupos que tenemos en Singapur.

El P. Laurence donó a cada participante una copia de su libro “La obra de Dios” para conmemorar todas las obras buenas hechas por la comunidad.

El encuentro terminó con la presentación de Bonneveaux, nuestro futuro hogar comunitario.

WCCM de Singapur tiene mucho que agradecer y esperamos las muchas oportunidades de servir a la Iglesia y a la mayor comunidad humana de la que formamos parte.

TALLER SOBRE LA SABIDURIA EN ESCOCIA



Laurence Freeman habló sobre el tema “Fuentes de Sabiduría” en una jornada en Edinburgo. El evento había sido organizado por el Centro Internacional para la Espiritualidad y la Paz, y tuvo lugar en la Sala George Young, Cuidado de la Vida, Edinburgo, el 9 de Febrero.

ENCUENTRO DE LIDERES EN ALEMANIA



En Alemania, el primer encuentro de líderes tuvo lugar en Paderborn, en la casa ‘María Inmaculada’ en la primera semana de febrero. Algunos de nosotros nos encontramos por primera vez y compartimos meditaciones, reflexiones, discusiones, caminatas y una hermosa misa en el Monasterio St. Michael, hogar de nuestras hermanas Theresa y Gabriele. Llegar a conocernos fue el motivo principal de este encuentro, así como discernir el futuro lineamiento de la colaboración entre Alemania, Austria y Suiza. Susana Melzer, Coordinadora Nacional

Entrevista

Jim Green: *"Hay una invitación oculta dentro de la experiencia incapacitante de la depresión y la ansiedad"*



¿Por qué decidiste escribir un libro sobre meditación y depresión? ¿Cuál fue la intención? ¿Por qué este título?

Jim: La idea para el libro había existido por algún tiempo. Hace unos años escribí un pequeño folleto, *Meditación y salud mental*, que tuvo mucha repercusión. Laurence Freeman también me mencionó la cantidad de personas con las que se reunía y que querían hablarle sobre la meditación y la depresión. Parecía claro que había necesidad de algo con mayor detalle para poder acompañar a las personas que se enfrentan con estas dificultades.

De ahí salió este libro. Su título, "Giving Up Without Giving Up" (Renunciar sin rendirse), refleja algo central en la forma en que podemos responder a los momentos aterradores (a veces aparentemente insoportables) de nuestras vidas. Hay una invitación oculta dentro de la experiencia incapacitante de la depresión o de la ansiedad. Estamos invitados a encontrar una manera de dejar de lado las estrategias antiguas e inútiles y las formas de pensar acerca de nosotros mismos; pero sin renunciar por completo a la posibilidad de un nuevo crecimiento y a una comprensión más profunda de quiénes somos realmente.

Me parece que la meditación es un vehículo muy útil para hacer precisamente esto. En la práctica, nos proponemos explícitamente desvincularnos de la agenda agotadora y punitiva del ego, mientras permanecemos abiertos a... ¿qué?

Hay muchas maneras de describirlo: presencia, gracia, sanación, amor. Más allá de la descripción, la mejor manera es sentarse y estar abierto a la experiencia, sin capturarla ni etiquetarla.

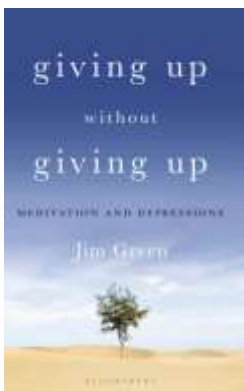
El subtítulo, *Meditación y Depresiones* está en plural (depresiones, no depresión) porque quería desafiar sutilmente la facilidad con la que usamos esa palabra.

La depresión se ha convertido casi en un cliché cultural y de diagnóstico. Cada experiencia de angustia, terror, pena, pérdida de vitalidad o pérdida de propósito es única y debe ser atendida como tal. Cada época y cada cultura tienen sus diferentes formas de describir y responder a estas experiencias. Quería honrar la riqueza y el potencial de sanación dentro de esa visión.

¿Qué te enseñó o cambió, el proceso de escribir este libro?

Jim: Me recordó que no hay soluciones fáciles; que la meditación no es una "cura" para lo que llamamos depresión; que hay mucho dolor inevitable que debemos enfrentar y atravesar en esta vida. Pero también tuve mi fe fortalecida en que la práctica de la meditación (y la amistad de los meditadores) puede sostenernos mientras aprendemos pacientemente a sanarnos. Nos puede ayudar a responder con todo nuestro ser a las maravillosamente desafiantes palabras de Goethe:

"Y mientras no haya experimentado
esto: morir y entonces crecer,
usted es sólo un invitado con problemas
en la oscura tierra".



Giving Up Without Giving Up. Meditation and Depressions (Renunciar sin rendirse. Meditación y depresiones) Jim Green

Más información y pedidos en: <http://tiny.cc/GvUpJG>

"Si es cierto que todas las aflicciones humanas tienen sus raíces en nuestra incapacidad para sentarnos en silencio en nuestra propia compañía durante cinco minutos, esta introducción adicional, honesta y tranquila a la práctica de la meditación será un regalo que salvará la vida de muchas personas que viven o están al borde de la oscuridad que regularmente nos alcanza en este mundo incontrolable". Dr. Rowan Williams, ex arzobispo de Canterbury.

Noticias

Siete novedades sobre Bonnevaux mientras se inicia allí la residencia en comunidad

1. Renovación de las instalaciones, aún en curso

Gracias a la generosidad de nuestra comunidad global, Bonnevaux ya es una realidad, con la apertura de la Abbaye (Abadía) en Semana Santa y del Centro de Conferencias en julio. Nuestro principal énfasis es ahora que la casa de huéspedes se complete para fin de este año. Visita el sitio web de Bonnevaux para conocer cómo poder colaborar.



2. Bendición y otros eventos en 2019

La bendición de la renovación de las instalaciones de Bonnevaux de la Fase Uno (La Abadía y el Centro de Conferencias) será llevada a cabo por Monseñor Pascal Wintzer (foto), Arzobispo de Poitiers, el próximo 15 de junio de 2019.

Aquí podrás consultar otros eventos importantes: <http://tiny.cc/savdtBnvx>



3. La comunidad de la casa Meditatio se muda a Bonnevaux

La pequeña comunidad oblata que vivía en la Casa Meditatio de Londres, se mudó a Bonnevaux. Esta mudanza incluye al P. Laurence.

¡Nuestro director ahora es oficialmente un residente de Bonnevaux



4. Retiro de jóvenes adultos

Este retiro combinará meditación, trabajo corporal, trabajo en la tierra, sagradas escrituras y compartir. Se centrará en el tema de Vivir diferente (24 al 31 de julio). El retiro tiene dos partes: días en Bonnevaux compartiendo la vida de la comunidad y algunos días caminando por el "Camino a Santiago de Compostela", 31 de julio al 4 de agosto).

Para más información e inscripción visita <http://tiny.cc/BnvxYAR>



5. Un árbol para tu viaje

Se lanzó una nueva iniciativa para financiar la plantación de un huerto en Bonnevaux y para compensar las emisiones de carbono de los viajes de los visitantes. Utilizarán variedades antiguas y principios de permacultura para el huerto.

Más información: <http://tiny.cc/treetrip>

6. Visitantes y voluntarios

Si tienes interés en visitar Bonnevaux o deseas pasar un tiempo como voluntario, comunícate con Andrew Cresswell por correo electrónico: contact@bonnevauxwccm.org

7. Nuevo sitio web y otras maneras de mantenerte informado

El sitio web de Bonnevaux será relanzado pronto. Mantendremos la misma dirección: bonnevauxwccm.org

Para seguir las últimas novedades acerca de Bonnevaux, también puedes consultar nuestras redes sociales: facebook.com/bonnevauxwccm, instagram.com/bonnevauxwccm

También puedes suscribirse a las noticias mensuales de The World Community Community aquí: <http://tiny.cc/WCNews>

En foco**Taynã Malaspina, Brasil**

Nací en una familia católica y estudié parte de mi infancia en una universidad católica. A la edad de 23 años tuve una crisis con la Iglesia Católica. Encontré incoherentes a algunas personas en la comunidad y me sentí distante de Dios. Había una relación, pero no una comunión auténtica. Además, perdí una dimensión más contemplativa en mi vida espiritual. Fue durante este período cuando comencé la búsqueda de la meditación y la encontré en el budismo. Practiqué el budismo durante dos años y en ese período estaba encantada con la práctica meditativa. Pensé que el concepto de Bodhisattva era maravilloso, alcanzar la iluminación para ayudar a otros y liberar a los seres del sufrimiento. Pero algo faltaba todavía. La filosofía budista era muy rica, pero Cristo no existía, y la visión espiritual estaba un poco lejos de lo que yo creía. Luego encontré la Meditación Cristiana y desde ahí comenzó uno de los períodos más ricos de mi viaje espiritual.

Puedo decir que hasta entonces tuve una visión conceptual de Dios, a través de lo que había aprendido de los libros, la catequesis y otras formas de conocimiento. Como aprendí del padre Laurence, estaba preparada para responder a la primera pregunta que Jesús le hizo a sus discípulos: "¿Quién dice la gente que soy?". Pero no estaba preparada para responder a la segunda pregunta: "¿Y quién decís que soy?" Sin embargo, a través de la meditación cristiana, me he acercado a la experiencia de Dios, y es solo a través de la experiencia que al menos podemos tratar de responder esa segunda pregunta. El sentido conceptual de Dios ha sido reemplazado por la comunión con Dios. La comunión y la unidad con Dios nos llevan a ver la vida de manera diferente y a vivir desde nuestra esencia. El momento presente está inundado de significado y trascendemos nuestro ego para avanzar hacia el otro.

Así, llegué a vivir el significado original de la palabra religión (Religare) vinculada a nuestra reconexión con Dios y nuestra esencia. Pude trascender una visión dogmática de un sistema de creencias arraigado. Una vez le preguntaron a Carl Jung si creía en Dios y él respondió: "No; yo conozco a Dios". Creer depende de la creencia, conocer depende de la experiencia. Por un lado, tenemos a Karl Marx diciendo que la religión es el opio de la gente y a Freud que la clasifica como una neurosis. Por otro lado, tenemos a John Main y Laurence Freeman, que dicen que la religión nos lleva a una nueva unidad y a lo que estamos llamados a ser. Tenemos al Dalai Lama diciendo que la verdadera religión es aquella que nos hace mejores personas. Y Rumi, un místico islámico que dice: Mi religión es estar vivo en el amor. Todos pueden estar en lo correcto, dependiendo de cómo nos relacionemos con la religión. Sólo la experiencia puede ayudarnos a entender estas interpretaciones. La meditación cristiana me trajo un gran regalo: la experiencia de Dios. Y cuando esta experiencia nos conmueve, aparece la sensación de estar en casa y todas las demás búsquedas se hacen secundarias.

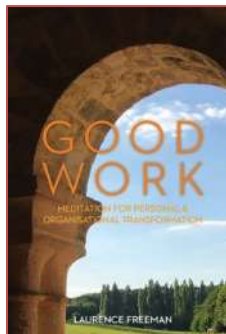


El Boletín Meditatio se publica 4 veces por año por la Oficina Internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana, St Marks, Myddelton Square London EC1R 1XX, London, UK. Tel: +44 (0) 20 7278 2070 Editor: LeonardoCorrea (leonardo@wccm.org) Diseño gráfico de la edición original: Gerson Laureano. Coordinadora edición en español: Marina Müller (meditacioncristiana.net@gmail.com); Traductores de este número: Carina Conte, Eduardo De la Fuente, Elba Rodríguez, Enrique Lavin, Marta Geymayr

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

RECURSOS Y EVENTOS

Libros



Laurence Freeman define el buen trabajo como el «trabajo que saca lo mejor de las personas que lo hacen, y brinda un beneficio duradero a aquellos que están influenciados por él». Este libro

trata sobre cómo la meditación ayuda a que el trabajo funcione bien, a la vez que transforma el entorno laboral a través de encuentros más humanamente ricos y agradables. El énfasis está en la práctica más que en la teoría. El lenguaje es inclusivamente secular. El enfoque se basa en la sabiduría en lugar de ser meramente físico o psicológico. La chispa para este libro provino de una serie de charlas que Laurence Freeman brindó al personal de DP Architects, en Singapur en 2017, donde ahora continúan meditando cada mañana antes de que comience la jornada. Puedes comprar el libro en línea aquí: <http://tiny.cc/GWrk>

Audios & CDs



El último CD de la Serie Meditatio CD. Escúchalo o descarga las pistas: <http://tiny.cc/Med2019A>
Obtén una copia del CD: <http://tiny.cc/Discipleship1>

Seminario John Main 2019: Explorando el significado del cristianismo contemplativo hoy

Las iglesias están casi vacías o vendidas, como si hubieran alcanzado su punto de inflexión, y desde los púlpitos, Dios se deslizó hacia afuera.

Lisa Jacobson, 'There Are Stones That Sing' (Hay piedras que cantan)

Y no es solo el penetrante secularismo de la cultura occidental lo que está en discusión aquí. Muchos de los que meditamos también encontramos que nuestras viejas formas de participar en la tradición cristiana están bajo presión. A medida que crecemos en la conciencia contemplativa y dejamos atrás las formas tribales y dualistas de religión, podemos luchar con la manera de creer y pertenecer.

En este Seminario, espero que podamos comenzar a explorar el significado y la personificación de un cristianismo contemplativo para nuestro tiempo. ¿Qué hay en la tradición cristiana, la práctica de la fe cristiana, que sigue siendo un don necesario para un mundo en crisis? ¿Cómo articular, compartir y encarnar este regalo? A medida que nos mudamos a Bonnevaux y que nuestro alcance al mundo secular continúa creciendo, parece un momento importante para reflexionar sobre la importancia de ser una Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana. Espero que muchos puedan acompañarnos.

(Sarah Bachelard)



Seminario John Main 2019: A Contemplative Christianity for our Time (Un cristianismo contemplativo para nuestro tiempo) (5 al 11 de agosto) ofrecido por la Rev. Dra. Sarah Bachelard Pre-Seminar Silent Retreat - Sources of Wisdom led by Laurence Freeman Vancouver, Canada. Visita: <http://jms2019.org>

Sitio web en español: <http://www.meditacioncristiana.net>



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: mmi@wccm.org
tel: +65 6469 7671

NUEVA ZELANDA
Pleroma Christian Supplies
www.christiansupplies.co.nz
email: order@pleroma.org.nz
tel: 0508 988 988 (en Nva. Zelanda)

AUSTRALIA
jpanetta@ausgrid.com.au
tel: +61 2 9482 3468