

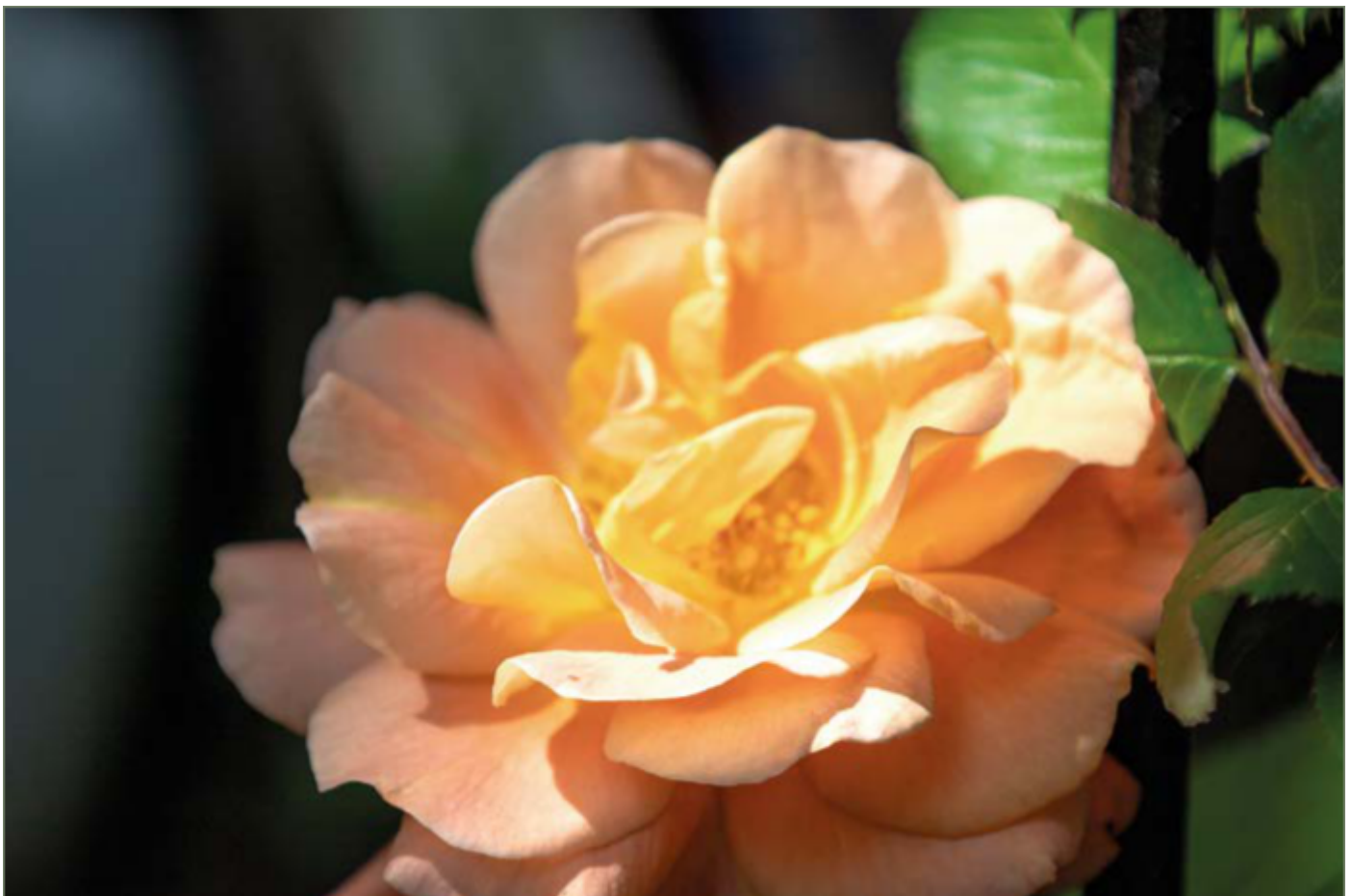


# WCCM

Boletín de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana

## La fragancia de la metanoia

LAURENCE FREEMAN explica cómo sembrar la práctica de la meditación transforma el mundo.



*Rosa Metanoia del jardín de Maria y Albert en Ucrania (foto: Albert Zakharov).*

En este número

### 6 Noticias

El Seminario John Main  
Vino nuevo, odres nuevos en  
septiembre en Bonnevaux

### 7 Noticias

Jóvenes meditadores  
cristianos  
comparten su don en la  
Jornada Mundial de la  
Juventud

### 10 En Foco

Patricio Lynch Pueyrredon,  
de Argentina, sobre su  
vocación  
y la meditación

**Queridos amigos**

## Una carta de Laurence Freeman OSB

Ayer estuve haciendo zoom con Maria y Albert Zakharov, los coordinadores del WCCM en Ucrania. Poco después de que comenzara la guerra, me conmovió profundamente un comentario extraordinario que hicieron en un tono de voz muy ordinario: 'Estamos en una guerra por nuestra supervivencia. Pero ahora es el momento de hablar de meditación'. Esto me llevó a visitarles el año pasado y a compartir en Internet, ese y, otros acontecimientos, a través de los cuales su ejemplo de integración de la contemplación y la acción ha llegado a inspirar a nuestra comunidad y a muchas otras más. Creo que esta conciencia unificada es un signo del poder de la metanoia. Da testimonio de los frutos de la meditación que toda la humanidad necesita hoy para su supervivencia.

Maria, Albert y yo hablamos ayer de una visita suya y de otros meditadores ucranianos a Bonnevaux y también de un retiro en Lviv cuando vaya allí en septiembre. Además, María y Albert me hablaron de una rosa llamada Metanoia. Es un rosal trepador vigoroso con flores dobles en un espectro que va del naranja al rosa salmón, con una fragancia potente pero delicada. Necesita riego abundante y mucho sol, pero lo recompensa con una floración continua de mayo a octubre. Acababan de plantar un rosal de Metanoia en el pequeño jardín de su casa y hablaban de él sonrientes y esperanzados.

\*

La mayoría de nosotros somos cada vez más conscientes de que todos estamos inmersos en otro tipo de guerra. La tragedia diaria en Ucrania nos mantiene dolorosamente conscientes de ello. Es la lucha en la que estamos inmersos por la supervivencia de lo humano y lo humanitario contra las fuerzas extremas de la sombra dentro de la propia humanidad. Los campos de batalla de esta guerra están dominados por la ciencia, la tecnología y las fuerzas del mercado en todos los ámbitos de la actividad humana, desde la crisis central del medio ambiente hasta todos los aspectos de la cultura en todas las instituciones sociales. Sin una forma transformada de ver y entender la realidad, las fuerzas que se oponen a la humanidad pueden ser demasiado grandes para resistirlas, precisamente porque proceden de nosotros mismos. La autodestrucción de esta guerra de la humanidad contra lo humano es demasiado inmensa y compleja para cualquier solución, salvo la que surgiría de una forma nueva y radical de simplicidad.

Si al menos aceptamos esta necesidad de un cambio de mentalidad, veremos cuánto más urgente es plantar la rosa de la metanoia en los corazones y las mentes de todo el mundo, en lugar de lamentarnos, culpar y polarizar en un interminable argumento sin sentido.

La fragancia delicada y penetrante de una rosa atrae la atención y pone de relieve la unidad de la humanidad que hemos olvidado. Nunca he conocido a nadie que diga que no le gusta el olor o el aspecto de las rosas, y sin duda hay un foro en las redes sociales para ellos.

En lugar de conflicto, la metanoia produce abundantes floraciones, despertando la belleza de lo humano, mostrándonos de nuevo nuestro potencial y el verdadero significado de la existencia. A medida que se ve, se saborea, se siente y se huele en todo el espectro humano, la metanoia se convierte en algo más que otra novedad de la moda en el mundo.

Podría ser el amanecer de una nueva experiencia religiosa, sin ser reivindicada exclusivamente por ninguna tradición en particular, sino por todas por igual.

El Papa Francisco dice que "la oración es un valor universal". El Dalai Lama dice: "Mi religión es la bondad". Cuando la mente se abre al poder de la metanoia que posee, se comprende a sí misma y al mundo, ofreciendo una visión convincente de un nuevo tipo de humanidad por la que merece la pena vivir y morir. Si nada mejor, es una alternativa a nuestra trayectoria actual hacia la autodestrucción.

Como todo nuevo crecimiento, la rosa metanoia necesita ser plantada y cuidada con esmero, para luego volverse robusta y resistente. Nuestro trabajo interior personal por la metanoia también debe empezar siendo pequeño y delicado. También necesita un cultivo cuidadoso, pero a medida que cambia nuestra forma de ver, ejerce un efecto transformador en el mundo que habitamos. La meditación es un trabajo de siembra y cultivo. Es un buen trabajo porque no es una evasión egoísta de la realidad, ni un jardín privado al servicio de nuestros propios intereses. Es esencialmente un trabajo hermoso que produce la fragancia de la paz. Pero los pacificadores son bendecidos porque luchan. Este es el significado de la "yihad": no exteriorizar nuestra oscuridad interior en el odio a los enemigos, sino combatir en nuestro interior el odio a nosotros mismos, el rechazo de nosotros mismos y la ignorancia. Porque nuestra lucha no es contra la carne y la sangre, sino... a los poderes y autoridades que dirigen este mundo y sus fuerzas oscuras, los espíritus y fuerzas malas del mundo de arriba. " (Ef 6,12).

En el trabajo del autoconocimiento, nos despojamos de las ilusiones y llegamos a ver las cosas tal y como son. Los poderes de las tinieblas se ven obligados a retroceder, pero lanzarán contraataques cuando nos volvamos complacientes. La guerra espiritual no tolera la violencia contra los demás ni contra nosotros mismos. Su arma secreta es el poder

del egocentrismo. El egocentrismo retrocede ante ella y acaba aceptando la derrota. La meditación lleva una larga campaña apoyando a la metanoia que necesita reservas profundas de su alianza con la dulzura, la fidelidad y la confianza. Al mirar el miedo a los ojos y transformar el sufrimiento, la meditación arroja luz pura sobre la sombra humana. Si nos negamos a trabajar nuestro lado oscuro, inevitablemente nos socava por dentro.

Al manifestarse en la acción egocéntrica o en la inacción ensimismada aumenta la miseria. Las aguas residuales de la psique se filtran en el entorno, estropeando todo lo que las rodean; la belleza natural de la familia, las amistades, el buen trabajo y la vida social.

Con el tiempo, la contaminación psíquica llega al mundo físico, como vemos que le ocurre al suelo, la vida salvaje, el aire y los océanos. No necesitamos teorías conspirativas. La raíz del problema está más cerca de casa. La sombra humana conecta el patrón de tiroteos masivos, los juegos de poder de despóticos, la ola de enfermedades mentales que ahora afecta masivamente a la infancia, las cínicas injusticias del sistema financiero, la hipocresía política, la adicción endémica y el desesperado escape de la realidad en el entretenimiento elaborado. Mucho de esto se ve en las noticias diarias y los chats, pero se remonta directamente a la psique humana. Incomprendida, nos hunde en la depresión colectiva y la desesperanza. La fragancia de la metanoia disipa la sombra y devuelve la esperanza a la ecología de lo humano. Como estudiante, una vez me atraparon las palabras de un gran poeta al enterarse de la muerte de otro:

Deja fluir la fuente que cura  
en los desiertos del corazón,  
en la prisión de sus días  
enseña al hombre libre la manera de alabar.

(W.H. Auden, En memoria de  
W.B. Yeats)

Kim Nataraja en "Danzar con tu sombra" muestra cómo el "trabajo de sombra" es un elemento esencial de la práctica de la meditación en cada persona y, por lo tanto, debe tomarse seriamente y sin miedo. Cada uno de nosotros tiene nuestra sombra: pensemos en las tentaciones de Jesús en el desierto antes de su bautismo o la yihad mental de Buda antes de su descubrimiento.

La pregunta que se cierne sobre este misterio de la conciencia humana es "¿de dónde viene esta sombra universal y obstinada? Si tenemos que lidiar con el miedo y la negación de la sombra, tenemos que responder a esta pregunta. Sólo entonces podremos bailar con la sombra en lugar de dejarnos dominar por ella. En lugar de proyectarla como un enemigo externo -y exponer que es verdaderamente repulsiva, tenemos que verla con sabiduría y autocompasión como algo propio, como parte de nosotros mismos. Cada uno de nosotros es un patito feo en una sala de bailarines felices, sentado contra la pared, con el ceño fruncido, negándose a participar en la diversión porque se siente poco atractivo y no deseado.

\*

Todo en el inconmensurable universo, actualmente estimado en 95 mil millones años luz, tiene un ciclo. Galaxias, estrellas, agujeros negros, vienen a la existencia y llegan a su fin individual. Nuestra corta vida refleja esto, pero a un nivel más consciente y doloroso que las estrellas. Una galaxia no sabe cuándo es joven, de mediana edad, vieja o moribunda. De etapa en etapa desde el óvulo fecundado hasta el cadáver sin vida somos una historia de conciencia en desarrollo. El envejecimiento comienza con el nacimiento.

En cada etapa del despertar, debemos abandonar el pasado y dar lugar a lo nuevo. Pero entonces volvemos a apegarnos: "Aquí estoy ahora y conozco las cosas desde esta perspectiva. Buscaré la variedad por todos los medios pero me resistiré al cambio". Pensamos que somos como Dios, que estamos por encima del cambio. Esto se convierte en el aferrado "no" dirigido a cualquier cosa realmente nueva, un cierre mental a lo que no podemos controlar: una retaguardia contra la trascendencia y la renuncia. Esto produce la combinación de fuerzas que llamamos la sombra, y cuando cuando decimos el mantra en serio, la sombra sale de la sombra. Siempre que nuestros planes se frustran o sucede algo terrible, nos sentimos impotentes y nos preguntamos "¿por qué? ¿quién?" y buscamos a alguien a quien culpar. No es de extrañar que, en esta fase de crisis de la humanidad, siempre estamos buscando chivos expiatorios a los que demonizar que expliquen nuestra situación. De hecho muchos individuos deberían enfrentarse a la justicia por su parte, pero esto no resuelve el problema. Necesitamos un contexto más profundo, mentes más amplias y claras. La metanoia es el proceso continuo que impulsa nuestro ascenso hacia la plena conciencia. Hoy podemos ver cómo revela lo espiritual, tanto dentro como más allá de todo lo que adoramos en lo material y cuantificable.

Para verlo, sin embargo, tenemos que dejar de lado la idea de un camino espiritual. De lo contrario, seguiremos cuantificándolo y mercantilizándolo todo. Lo que llamamos camino espiritual es una experiencia que le cambia la vida a cada ser humano. Es duro, una lucha continua entre opuestos. Hay oasis y lugares de descanso, pero no de larga duración porque incluso ellos forman parte de la corriente fluida de la vida.

La fragancia de la  
metanoia disipa la  
sombra y devuelve  
esperanza a la ecología  
de lo humano

El flujo se bloquea a menos que exorcicemos nuestras fuerzas internas de rechazo y negación, evidentes no sólo en el político tirano o en el magnate megalómano, sino también en nuestro propio egoísmo bajo la influencia de la sombra. Cuando se detiene el flujo, se produce el estancamiento.

La felicidad que anhelamos se evapora, dejándonos exhaustos y desilusionados.

Nos hemos convertido en una cultura de actividad sin fin y agotamiento. Pero con el tratamiento adecuado, el veneno se convierte en la medicina. La desilusión, con todo su dolor y su vergüenza, abre la puerta a la siguiente visión de la realidad. Cuando tocamos fondo, empezamos el ascenso. La ruptura conduce a la al despertar. El agotamiento vuelve a encenderse. El tratamiento consiste en liberar el flujo de conciencia.

Lo llamamos "crecimiento" -más allá de cualquier felicidad imaginada- o "floreamiento" o "plenitud de conciencia". El reto es que en una cultura hiperactiva, impulsada por el ego, es difícil imaginar que este tratamiento sea la puesta en práctica de la quietud y el silencio a nuestros corazones y mentes perturbadas. John Main decía que la mayor dificultad de la meditación es su sencillez.

La metanoia no se alcanza mediante un acto de voluntad, ni siquiera por un gran sufrimiento. Se abre como una rosa, cuando vemos y aceptamos la realidad tal como es. Lo poco que sé del cultivo rosas es la importancia de la poda. En cuanto los pétalos empiezan a desprenderse se corta en el punto donde se encuentra el tallo de la planta. La poda diaria hacen que la planta crezca más fuerte y de más flores", dice el sitio web. Y de otra fuente de sabiduría: Yo soy la vid verdadera, y mi Padre el cuidador. Él corta toda rama que no da fruto, y poda la que da fruto, para que dé más fruto". (Jn 15,1-4).

La poda es una habilidad que exige valor para utilizarla. Nosotros solos fallaríamos el tratamiento para un crecimiento sano. ¿A quién le gusta cortar cosas? El tratamiento no es una mera técnica. Está escrito en el diseño original de nuestra creación, que incluye los misterios de la salvación por la gracia y la divinización por el amor. Trabajar con la sombra, podar nuestras ilusiones, meditar, es imposible de forma aislada. El engaño del ego es creer que crecemos sin una entrega amorosa radical de nuestra soberanía. Jesús lo ilustró diciendo la rama necesita estar unida a la vid o se marchitará. Buda dijo que el camino espiritual es inconcebible sin la sangha, el compañerismo. Comunidad - y (palabra temida por muchos) iglesia - es el medio de la amistad sagrada que ayuda a evolucionar la conciencia. Pero no la iglesia como institución, sino la verdadera iglesia como experiencia comunitaria.

Todo lo personal, todo lo que tiene que ver con la conciencia, nos despierta a dos dimensiones de esta amistad sagrada.

Cada uno busca abrazar al otro: lo individual y lo universal, yo y ellos, lo local y lo global. Estas paradojas crean la elasticidad necesaria para el crecimiento. Los argumentos religiosos se dividen cuando lo local y lo universal no pueden armonizarse. El símbolo místico de la Iglesia como cuerpo humano unificado en muchas partes, un rosal, una vid con muchas ramas.

Pensemos, por ejemplo, en nuestra comunidad como ejemplo. Cada grupo local de meditación es una floración específica, y sin embargo se siente parte de una comunidad global. A veces los coordinadores nacionales me cuentan que dicen no sentirse especialmente unidos a la vid. La fragancia de la metanoia puede cambiar esta situación y beneficiarnos a todos. Quienes son conscientes de esta conexión ayudan a que lo local y lo global se abrace. El don de la amistad sagrada se valora aún más. Y con ello suele venir una generosidad renovada para compartir el don de la meditación con nuevas personas. Al entrar en el campo de fuerza de la paradoja de lo local y lo global, de lo personal y lo universal, vislumbramos los eternos planos de conciencia superpuestos. ¿Suena esto un poco a Dios? Aquino dijo que cada ser es un nombre de Dios y ningún ser es un nombre de Dios. La meditación nos libera a través de la conciencia de que, dado que Dios es la religión, como institución, dogma, ritual y devoción, - es un indicador, ni el contenido ni la última palabra sobre Dios. Sólo cuando sabemos que no podemos conocer a Dios es que podemos confiar en Él y amarlo. "Aunque no lo hayas visto, lo amas. Aunque ahora no lo ves, crees en él y te alegras". (1Pe 1,8). Este grado de sabiduría nos espera en la nube de la incógnita, en la que entramos dejando de lado todo lo que conocemos, todo, en la nube del olvido. Este es el trabajo de la palabra sagrada.

Como un rayo láser, el mantra nos lleva a través de niveles cada vez más sutiles de conciencia. Un rayo láser es un haz de luz reducido a una inmensa estrechez. El rayo puede dispararse a kilómetros de altura y usarse para cortar metal. Es inmenso y minúsculo. Personalmente, estoy muy agradecido porque el tratamiento con láser me salvó la vista tras sufrir un desprendimiento de retina a los veinte años. Como un láser en su camino, el mantra atraviesa los bloqueos de la negación y el rechazo y mueve la montaña del ego que se interpone en la siguiente etapa de la conciencia.

Se hace más estrecha y fina a medida que le ponemos atención y así más consume la sombra superviviente. Incluso antes del final, que depende de la gracia de Dios y no de nuestro esfuerzo, vislumbraremos el final de nuestro viaje, no cómo proyecciones en el futuro sino como una realidad presente.

La metanoia se abre como una rosa, cuando vemos y aceptamos la realidad tal como es.

Una condición de completa simplicidad que no cuesta menos que todo. La enseñanza cristiana sobre el mantra como un camino hacia la "oración pura" comienza en el siglo V con Juan Casiano. Lo comparó con el primer paso de enseñar a un niño cómo leer. "¿Cómo podría un niño pronunciar las sílabas de la palabra más simple si no aprendió primero las letras del alfabeto?" La paradoja aquí, sin embargo, es que, al aprender a leer en el sentido común, nos volvemos capaces de una mayor complejidad: palabras, luego frases, leer cartas, luego boletines de meditación. Pero al aprender a meditar, todo se vuelve más y más simple.

El mantra es un camino de toda la vida que se fusiona de manera progresiva con su destino. Los niños lo comprenden mejor que los adultos porque están más cerca de la inmediatez de la experiencia. El compromiso solo es un problema mientras pensemos en la meditación como un medio para lograr algo. Entonces, quizás la pasión sea una mejor forma de entender lo que necesitamos para este trabajo y para recorrer este camino. No la pasión por la posesión, sino la pasión de amar con todo nuestro corazón, mente, alma y fuerza, y luego permitir que el amor se enfoque en un solo punto en el trabajo de la meditación para expandirse hacia afuera.

La pasión del amor es la forma unificada de unión y desposesión, la alegría del lecho matrimonial y el sufrimiento de la crucifixión. La mente contemplativa que crece a través de esta experiencia repetida entiende por qué las palabras pasión y paciencia tienen una sola raíz. Pasar fielmente por lo que se debe soportar produce el riesgo salvaje de perder la vida en el amor sin ninguna garantía de que la encontraremos de nuevo.

La humanidad de hoy necesita los nuevos valores que surgen de estas misteriosas paradojas de la dimensión espiritual. Emergen en la conciencia a través de los cambios que experimentamos en nosotros mismos y la esperanza que renace al enfrentar nuestra sombra.

En todas partes, vemos los daños colaterales causados al atar nuestro futuro al valor ilusorio del crecimiento material ilimitado. Es cierto, con la magia de la tecnología, la humanidad desarrolló poderes milagrosos, pero ¿de qué nos sirve haber ganado el mundo a costa de nuestro verdadero ser? ¿Esto es progreso? Los valores de una cultura de excesos desperdiciados y falsas esperanzas nos cansaron a nosotros y al planeta. El agotamiento psíquico resultante y la desintegración social no son, por lo tanto, una causa, sino una consecuencia horrenda de los seres humanos que se deshumanizan a sí mismos.

Los profetas siempre incitaron a las personas a leer las señales del tiempo. Son difíciles de leer e interpretar mientras estamos atrapados en ellas y nuestras vidas personales se sienten arrastradas por su sistema de valores falsos y contaminantes. Necesitamos una metanoia para ver las señales, pero también debemos restaurar las habilidades requeridas para la metanoia.

De estos, primero, mencioné el don y el poder del mantra. La oración pura es la ascesis esencial, el principal ejercicio del crecimiento espiritual. Al igual que la Rosa de Metanoia, la meditación necesita ser plantada, enraizada y nutrida antes de florecer y deleitar con su fragancia. Segundo, necesitamos reaprender el antiguo arte de leer textos de la sabiduría. Hablo de esto en una serie en línea de la WCCM que comienza en septiembre. En tercer lugar, está la habilidad contracultural de la amistad sagrada. Esta forma de relación basada en la confianza y el cuidado no está ligada a la conveniencia, el placer o utilizar a las personas. Surge cuando compartimos la soledad del silencio con otros. Por último, una comunidad auténtica, comprometida con el servicio y una misión, crece a partir de esta soledad. No es un club, una fiesta o un grupo de reflexión. Es una escuela de servicio donde trabajamos con nuestra sombra y ayudamos a otros a trabajar con la suya. Con estas habilidades y dones espirituales, podemos trabajar para disolver el agarre atomizador de la polarización que está desgarrando a las sociedades. La meditación abre la puerta a la mediación.

Hace unos años, cuando visité el Monasterio de Santa Catalina en el Sinaí, fui bendecido al poder ver en persona un ícono del Pantocrátor, realizado en el siglo VI, que había amado y contemplado durante mucho tiempo en reproducciones. Ahora estaba en presencia del original y pasé mucho tiempo sentado frente a él. Ver cómo cada uno de los ojos de Cristo se relacionaba de manera diferente con nosotros y nos atraía hacia su forma de ver, me transformó. En su metanoia total, ve todo de una vez, el mundo de la sombra, la ilusión y el sufrimiento, pero también la clara luz del día eterno. En esta obra de arte sagrada única, sentí que todo su rostro revelaba la humanidad divina que se nos dió. Expresa el conocimiento y la compasión que su pasión, en ambos sentidos, liberó. Solo mirarlo es ver que está presente y consciente dentro de nosotros mismos.

Con mucho amor,

Laurence Freeman OSB

## **Seminario de John Main 2023 – Vino nuevo, odres nuevos**

Bonnevaux, 14 y 17 de septiembre, dirigido por Cynthia Bourgeault, Andrew Harvey y Laurence Freeman

Un odre, tradicionalmente hecho de piel de cabra o de oveja, se utilizaba para contener o dispensar vino. Almacenar vino nuevo en odres viejos mientras aún estaba fermentando corría el riesgo de romper los odres y hacer que se perdiera el vino. Jesús utiliza la metáfora del vino nuevo en odres nuevos para ilustrar la frescura perenne de la revolución que comenzó y sigue impulsando: su llamado capacitador a una conciencia renovada que dará lugar a nuevas formas y estructuras de vida humana. Los cristianos rezan para que el "reino de Dios descienda a la tierra como en el cielo".

La poderosa parábola del vino y los odres inspirará al trío de maestros que presentarán el Seminario John Main de este año, el 39°. Con voces, mentes y experiencias de vida muy diferentes, son amigos que sirven a una causa común, que creen en el potencial transformador de nuestra actual Noche Oscura. Cada uno ve la urgencia de un cristianismo global renovado que empodere el avance de la conciencia y el comportamiento que la humanidad necesita para sobrevivir. La transformación depende de que las tradiciones místicas de sabiduría sean redescubiertas y, como "vino nuevo", sean vertidas en los "nuevos odres" de canales religiosos y sociales sin precedentes. Algunas formas de comunidad que la meditación forma y crean ya son señales de la próxima nueva era.

El Seminario incluirá talleres dirigidos por cada profesor, un taller sobre Encarnación dirigido por Giovanni Felicioni y discusiones grupales. Las presentaciones individuales de los tres, así como sus interacciones entre ellos y con los participantes, sin duda estirarán la piel del formato del Seminario hasta su límite. Sin embargo, la piel se fortalecerá con los momentos regulares de oración y meditación.

Como de costumbre, el retiro de meditación previo al Seminario estará dirigido por Laurence, quien invitará a contribuir a Andrew y Cynthia. Giovanni dirigirá una sesión diaria de encarnación. Tanto el Seminario John Main como el retiro previo al seminario también se llevarán a cabo online.

### **Vino nuevo odres nuevos**

#### **Seminario de John Main 2023**

*Bonnevaux, 14 al 17 de septiembre*

*dirigido por Cynthia Bourgeault, Andrew Harvey y Laurence Freeman*

#### **Por qué la práctica no hace al maestro**

#### **Retiro pre-seminario**

*Bonnevaux, 11 al 14 de septiembre*

*Laurence Freeman con Cynthia Bourgeault, Andrew Harvey y Giovanni Felicioni*

MÁS INFORMACIÓN: <https://wccm-int.org/jms2023>

#### **Cynthia Bourgeault**

Mística de nuestros tiempos, sacerdotisa episcopal, escritora y líder de retiros aclamada internacionalmente, divide su tiempo entre la soledad en un eremitorio en Maine y una exigente agenda de viajes por todo el mundo para difundir la recuperación de los caminos contemplativos cristianos y de la Sabiduría.

#### **Andrew Harvey**

Fundador y director del Instituto de Activismo Sagrado, para inspirar a las personas a convertirse en agentes efectivos y prácticos de cambio sistémico para crear paz y sostenibilidad.

#### **Laurence Freeman**

Monje benedictino y director de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana y su hogar internacional, Bonnevaux.

## **Los jóvenes miembros de WCCM participarán en la Jornada Mundial de la Juventud.**

WCCM estará presente en la Jornada Mundial de la Juventud 2023 en Lisboa, Portugal, del 1 al 6 de agosto, bajo el lema "María se levantó y partió sin demora" (Lc 1:39). Nuestra Coordinadora Internacional de Meditación para Jóvenes Adultos, Taynã Malaspina, está formando un grupo con jóvenes de nuestra comunidad global para representar a WCCM y difundir el regalo de la meditación en este evento.

El Padre Laurence explica la idea: "La Jornada Mundial de la Juventud se organiza cada varios años por la Iglesia Católica. Yo he asistido a una en el pasado y es alegre, llena de esperanza y energizante. Los jóvenes que vienen son abiertos y entusiastas acerca de su fe. También son realistas acerca de los desafíos que deben enfrentar en nuestro mundo para que este crezca. Nuestra razón de estar allí es compartir la meditación como una forma de fe para ayudarles a seguir progresando hacia la adultez con una vida espiritual cada vez más madura. También compartiremos nuestra comunidad ecuménica, inclusiva y contemplativa con ellos".

Taynã comenta: "Creemos profundamente en la importancia de presentar la meditación cristiana a jóvenes de todo el



mundo. Muchos jóvenes en nuestra tradición aún no están familiarizados con la práctica transmitida por John Main. Esta será una oportunidad única para vivir en comunidad, guiados e inspirados por las enseñanzas de Laurence Freeman y la presencia del Papa Francisco. También participaremos con otros grupos cristianos contemplativos, como Laudato Si'. Los jóvenes meditadores interesados en unirse al grupo de WCCM en Portugal pueden obtener más información visitando este enlace:

<https://wccm-int.org/wyday23>.

## **Llamada Primavera: El poder de la comunidad**

La respuesta a nuestro Llamamiento de Primavera 2023 en la última semana de marzo mostró el compromiso y la generosidad de nuestra comunidad actuando juntos. Recibimos donaciones de 40 países de todo el mundo. Esta iniciativa se repetirá anualmente a principios de la primavera (en el hemisferio norte) como una oportunidad para que cada miembro alimente el crecimiento de WCCM.

## **LA UNICA MANERA ES ESTANDO ADENTRO: Herramienta para la Meditación en las cárceles.**

Esta herramienta está disponible en nuestra página web para organizar y formar grupos de meditación en las cárceles. Este nuevo recurso fue creado por Mary Devane, (mary@wccm.org) WCCM Coordinadora internacional de meditaciones en prisión, con 20 años de experiencia en Educación y rehabilitación en las cárceles. se puede acceder en la siguiente página web: <https://WCCM-intorg/mptoolk>.

## **Academia de WCCM, un comienzo inspirador**

por Vladimir VolRáb, director de la Academia de WCCM

El primer trimestre del programa de estudio contemplativo de dos años de la Academia de WCCM comenzó en marzo con 24 de los 35 estudiantes reuniéndose en Bonnevaux. El resto participó en línea. Pasamos una semana en el ritmo de oración de Bonnevaux con la comunidad residencial y asistimos a clases dirigidas por profesores, incluyendo a Laurence Freeman, la profesora Ivana Noble, Sean Hagan y Giovanni Felicioni. También exploramos los primeros días del cristianismo en la cercana ciudad de Poitiers. En otro día, visitamos el monasterio benedictino de Ligugé, cerca de Bonnevaux, que fue el primer monasterio fundado en Europa en el año 361. El amable abad Christophe nos guió por el monasterio y luego nos dio una introducción inspiradora a la Lectio Divina.

El programa de la Academia incluye tres de estas semanas residenciales, que consideramos elementos esenciales del proceso de aprendizaje, junto con las enseñanzas y tutorías en línea.

Esta primera experiencia confirmó nuestras esperanzas iniciales. Pasar tiempo juntos en persona resultó ser una oportunidad notable para que los estudiantes se conectaran, fomentaran relaciones más profundas y participaran en discusiones significativas. En la Academia, creemos que la educación va más allá de la mera transferencia de información. Está intrínsecamente conectada a la experiencia interior de cada uno, facilitando la integración del conocimiento, el crecimiento personal, una comprensión holística de uno mismo y del mundo, y el diálogo. Nuestros estudiantes tuvieron la oportunidad de experimentar todo esto tanto en las partes formales como en las informales del programa. Juntos, emprendieron un viaje transformador que combina la exploración individual con el apoyo colectivo.

Se espera que la segunda cohorte de estudiantes comience en marzo de 2025. Los horarios de clase se diseñarán para acomodar a estudiantes de Asia y Australia especialmente. Si estás interesado en participar, por favor envíanos un correo electrónico a [academy@wccm.org](mailto:academy@wccm.org) y estaremos encantados de ponerte en lista de espera.

## **El diálogo del estudiante**

"¡Qué privilegio es ser parte de la Academia, especialmente de la primera cohorte! La iniciación en Bonnevaux fue una experiencia única. Brindó la oportunidad de establecer conexiones esenciales y sin esfuerzo con los demás estudiantes y de crear compañerismo y solidaridad, a veces incluso sin palabras, entre nosotros. Aceleró el proceso en las clases académicas desafiando primero el desaprendizaje y el consiguiente surgimiento de un nuevo aprendizaje. Me impacta profundamente la profundidad y amplitud de la participación de los profesores, compañeros de estudio, el Director de la Academia, Vladimir Volrab, y cada tutor individual. Estoy muy agradecido de ser uno de los primeros treinta y cinco." (Michele Jodhan, de Trinidad)

# El Espacio entre las Palabras: Cómo leer la Biblia y otros Textos Sagrados

Serie en línea dirigida por Laurence Freeman que comienza el 25 de septiembre

Para obtener más información, visita <https://wccm-int.org/scpseries>

## Noticias y Artículos

### Foros de Crisis de la Tierra - Meditación y Esperanza

Por Jim Green

"Cuando visito comunidades indígenas remotas, los niños me reconocen y vienen a abrazarme. Estoy seguro que puedo hacer algo por estos niños, puedo darles esperanza. Puedo darles la motivación para seguir resistiendo, defendiendo su tierra, defendiendo el medio ambiente. Esto es lo que me motiva, aquí es de donde obtengo mi energía, de los niños".

Estas son las palabras de Barto Macuxi, uno de los indígenas que vive en las tierras altas del norte de Brasil. Barto, un artista y activista medioambiental, se postuló como senador para representar al estado de Roraima en las elecciones del año pasado. Hablaba a unos 60 meditadores de todo el mundo, todos sentados en las pantallas de sus computadoras con Zoom, y todos unidos con una atención absoluta a lo que este cautivador orador estaba diciendo. Porque Barto estaba hablando sobre la destrucción del medio ambiente natural en el lugar donde nació y trabaja, la desintegración del modo de vida de su pueblo y el genocidio que se ha permitido continuar de manera lenta pero implacable en esta remota parte de su país. Se derramaron lágrimas mientras hablaba - como más tarde se compartió en el grupo- y estas lágrimas no solo son el duelo necesario por lo que hemos hecho a nuestra preciosa Tierra y a cada uno de nosotros, sino también los primeros pasos en nuestro camino hacia la curación y el cambio.

Este fue el tercer Foro de Crisis de la Tierra (ECFs, por sus siglas en inglés), celebrado en febrero de este año, facilitado por Meditatio y ofrecido como parte de su iniciativa de divulgación sobre la Crisis de la Tierra: Clima y Ecología. El primer ECF se llevó a cabo en el Reino Unido en mayo de 2022, con el objetivo de determinar el nivel de interés de las personas en lo que nos parecía (a un pequeño grupo organizador de miembros de la WCCM) una pregunta fundamental: "En una Tierra donde la emergencia climática, la destrucción del hábitat, la pérdida de biodiversidad y la injusticia social desenfrenada parecen amenazar todas las formas de vida, ¿qué papel hay para aquellos que practican la contemplación?".

El foro atrajo a asistentes de todo el mundo. Desde entonces, ha habido otros dos eventos, uno organizado por Nueva Zelanda y Australia, y otro por Brasil. Las personas han realizado contribuciones apasionadas y está claro que se acoge con gran satisfacción la oportunidad de compartir y aprender, de llorar y esperanzarnos juntos. Tal ha sido el nivel de entusiasmo, que se ha creado un espacio de blog abierto donde las conversaciones pueden continuar. También se está estableciendo un grupo de meditación en línea enfocado en el tema de crisis ecológica.

Nuestro grupo organizador siempre ha considerado el Foro de Crisis de la Tierra como una gira virtual continua. Esperamos organizar alrededor de tres ECFs cada año, y cada uno de ellos centrado en una parte diferente del mundo. Si tú o algún miembro de tu comunidad nacional está interesado en hacer una presentación que refleje las experiencias y problemas de donde vives, no dudes en ponerte en contacto. Nos encantaría saber de ti y ayudar a que cada parte de nuestra comunidad global haga oír su voz y desempeñe su papel en lo que el visionario Thomas Berry, autor de "El Sueño de la Tierra" y autodenominado "geoteólogo", ha llamado acertadamente "La Gran Obra".

Meditatio también está interesada en establecer un Coordinador de la Crisis de la Tierra dentro de cada comunidad nacional de meditación. Las tareas y responsabilidades de este rol voluntario no serían abrumadoras. Principalmente implicaría comunicación y coordinación, fomentando la conciencia de la crisis ecológica global y apoyando el desarrollo de una respuesta contemplativa dentro de la comunidad de meditación de ese país. Por favor, ponte en contacto si deseas obtener más información: [meditatio@wccm.org](mailto:meditatio@wccm.org).

Para obtener más información, visita la página de la Crisis de la Tierra: Clima y Ecología: <https://wccm-int.org/me-d eccm>



## **El artista español Odnoder instala una escultura del Cristo Ascendente en el Granero de Bonnevaux.**

Bonnevaux recibió un regalo especial durante la Semana Santa: una escultura que representa la Ascensión de Cristo, la cual fue instalada en el Granero. La pieza fue creada por Odnoder, seudónimo artístico del arquitecto y artista español Pablo Redondo, quien asistió al retiro de Semana Santa junto a un grupo de meditadores españoles, incluido el Coordinador Nacional John Siska.

Odnoder visitó Bonnevaux el año pasado y eligió una pieza de roble que, después de meses de trabajo, se convirtió en el Cristo Ascendente, su visión de Cristo ascendiendo al cielo.

"El enfoque de mi trabajo es la re-sacralización del arte. En el arte de hoy, tal como lo conocemos, y en la religión cristiana, el símbolo habitual es la cruz, el Cristo crucificado. Quería ir más allá de lo habitual y lo esperado, y se me ocurrió la idea de un Cristo ascendiendo al cielo, que para mí es la imagen más hermosa de Cristo", explica Odnoder.

Laurence Freeman reflexiona: "Para crear la paz en la Tierra, necesitamos encontrar la paz dentro de nosotros mismos. Y dos de las formas más importantes de hacerlo son a través de la meditación y el arte. Permitir que la agitación, las distracciones y los conflictos dentro de nosotros se aquieten y traer la mente a la quietud, eso es el trabajo de la meditación. Libera esta energía de paz en nosotros, en nuestra vida, en nuestras relaciones, en nuestro trabajo. Y el otro gran medio para esa paz, estrechamente vinculado a la meditación, es el arte. Creo que aquí es donde el regalo de Pablo es tan importante y hermoso, realmente parte de la visión de Bonnevaux. Somos muy afortunados de recibir esta deliciosa representación del Cristo Ascendente".

Mira un breve video que muestra el proceso artístico de Odnoder al crear el Cristo Ascendente aquí: <https://wccm-int.org/podnoder>

## **Peregrinación Contemplativa a la Tierra Santa y extensión opcional a Jordania**

2-11 de octubre 2023 – Conducido por Laurence Freeman

Para obtener más información, visita <https://wccm-int.org/hland23>

### **En Foco**

Patricio Lynch Pueyrredon, Argentina

"Nuestro verdadero viaje en la vida es interior. Es un asunto de crecimiento, profundidad y una entrega cada vez mayor a la acción creadora de amor y gracia en nuestros corazones" Thomas Merton

Estoy de acuerdo con esta cita maravillosa. La palabra "viaje" para mí evoca un significado existencial. Mi vida y la de cada uno son viajes, y estamos en nuestro camino, haciendo preguntas, buscando sentido, tratando de ir en lo profundo de nuestro corazón, sedientos de lo Divino. Recuerdo expresarle a Dios varias veces frente al Tabernáculo durante mi juventud: "Te estoy buscando, te amo, te necesito." Había un infinito deseo dentro de mi vida finita. Había un fuego dentro y todavía está.

Crecí en una familia católica. Mis padres eran miembros de un movimiento laico dentro de la Iglesia en Argentina con experiencia carismática en la oración. Desde pequeño estuve rodeado por un sentido de pertenencia, fe, amor y poderosas experiencias de oración.

Sin embargo, alrededor de mis treinta años, comencé a sentir una fuerte atracción hacia la oración contemplativa. Sintiendo una gran necesidad y deseo de silenciarme y estar abierto al misterio de Dios, acudí varias veces a monasterios. Dejé de buscar respuestas fuera de mí, deseando certezas y acumulando experiencias carismáticas. Tuve la conciencia que todo encajaba y todas las respuestas ya estaban dadas. Creo es una cuestión de develar esa conciencia en la cual estamos sumergidos. Llego a comprender que nuestros viajes son sobre aprender a vivir con incertidumbres, y situaciones inesperadas, dejando ir los apegos y la tendencia a tener todo bajo control. Nuestros egos, a los cuales llamo el antiguo y contemporáneo cáncer de nuestra existencia, son llamados a dejar ir con ternura. "Y le dijo a todos, si alguno quiere seguirme, que se niegue a sí mismo (ego), que cargue con su cruz de cada día y me siga" (Lucas 9:23) Conocí a la querida Marina Muller, una Oblata de la WCCM, en Argentina, y me dio a conocer la WCCM y su bella fuente de gracia proveniente de las Madres y Padres del desierto. En aquel entonces me encontraba en un lugar oscuro de mi vida. Estaba perdido, no sabía qué hacer. Dos cosas me salvaron: Bailar Tango (una historia para otra ocasión) y

particularmente el compromiso diario de repetir la palabra sagrada., en silencio y quietud. Puedo repetir con el salmista: “Para y reconoce que soy Dios” (Salmo 46:10). La Meditación Cristiana es crucial en mi viaje para conocer a Dios. Ahora, como sacerdote, soy testigo de la importancia de este regalo en nuestro mundo actual. Estoy de acuerdo con el famoso teólogo Karl Rahner, SJ: “El Cristiano del futuro será un místico o no existirá en absoluto”. Estoy agradecido con mi experiencia carismática del pasado. Como dijo Merton, es parte de la acción creadora de amor y gracia en mi corazón, pero ahora he sido llevado por la corriente de práctica contemplativa de la Meditación Cristiana, a la escuela de John Main y Laurence Freeman. Señor, estoy listo para el nuevo capítulo de este viaje.

## Cursos en línea

Pronto:

### Meditación y Liderazgo y Estar en el Camino

Pronto se publicarán dos cursos en línea de WCCM. Meditación y Liderazgo será dictado por Bertrand Bouhour y Laurence Freeman con prominentes exponentes invitados como Peter Ng, Angelene Chan, Ray Dalio, Sean Hagan y otros. Este curso mezcla el camino contemplativo con los valores de liderazgo centrado en el otro. Ofrece la base de un enfoque para mantener líderes sanos. Está basado en la clase convertida en la electiva mas popular en el programa de MBA en la escuela de negocios McDonough de Georgetown. Tanto para líderes establecidos o emergentes, este curso ofrece una rara oportunidad de ir mas allá del entrenamiento estándar y experimenta el surgir conjuntamente de la transformación personal y profesional.

El otro curso, estar en el Camino, es para meditadores que buscan profundizar su practica, su entendimiento de la tradición Cristiana, y su viaje contemplativo. Gracias a una instrucción significativa y practicas contemplativas, los participantes serán guiados a una comprensión mas profunda de su propia Divinidad, llegando así a conocerse mejor a sí mismos y a Dios. Este curso fue escrito por Stefan Reynolds, un académico Cristiano y autor quien escribió también el curso en línea Las Raíces del Misticismo Cristiano.

Revise nuestros cursos en línea en: <https://wccm.org/courses/>

## Libros

(disponibles en mediomedia.com)

### Lgrimas vienen camino a casa De Sini Tuuli

Esta colección de poemas cuenta la historia de un viaje interior, a través de momentos de alegría eufórica, memorias devastadoras y reflexión calmada, a un lugar de paz.

Sini es una meditadora de Finlandia y el libro es el fruto de su experiencia vivida en Bonnevaux:”Una practica de escritura fue una base muy necesaria, una especia de salvavidas durante mi tiempo en Bonnevaux. En ocasiones era como si no hubieran pensamientos tangibles, y luego súbitamente aparecen desde la oscuridad diez nuevos poemas. Creando una colección de poemas en inglés percibidos como un salto a lo desconocido...Pero ciertamente uno que vale la pena hacer. Estoy agradecida por este tiempo fructífero de crecimiento interior y de reforzamiento de la confianza no solo en mí misma sino en todas las personas queridas por las cuales estuve rodeada en Bonnevaux. Me produce una alegría desbordada saber que estos poemas ya han tocado el corazón de muchos. Todo lo que realmente deseo es que lo continúen haciendo.

Pedir el libro en:

<https://wccm-int.org/tcwhbook>