



WCCM

Boletín de la Comunidad Mundial de Meditación Cristiana

Silencio y Celebración

LAURENCE FREEMAN SOBRE EL VIAJE DE UN GRUPO DE JÓVENES MEDITADORES EN LA JORNADA DEL DÍA MUNDIAL DE LA JUVENTUD



Grupo de la WCCM durante la vigilia con el Papa Francisco en Lisboa

6-7 Noticias

Testimonio de meditadores en el Día Mundial de la Juventud en Portugal.

10 Noticias

Congreso Mundial de Oblatos Benedictinos en Roma: diversidad y unidad.

11 En foco

Jenny Scott de Inglaterra: un viaje hacia el fundamento del ser.

Queridos amigos,

Una carta de Laurence Freeman OSB

Comenzamos a darnos cuenta que gran punto de inflexión ha sido la pandemia de COVID para nuestro mundo. Nos ha hecho temer salir, refugiándonos en la zona de confort de la realidad virtual de Zoom, y ha sacudido nuestra confianza en la autoridad oficial de nuestros países. Para muchos, creó una falsa soledad que agravó la epidemia preexistente de soledad, que solo la interioridad, la verdadera soledad en unidad con otros, puede curar.

Y sin embargo (cuidado con las explicaciones únicas) al mismo tiempo, mientras mantenía a la gente encerrada en sus hogares, ayudó a muchos a buscar más profundamente la habitación interior de la contemplación. El programa en línea de nuestra comunidad nació durante esta época de COVID específicamente como 'un camino contemplativo a través de la crisis'.

Durante sus primeros meses, noté un rostro familiar presente en casi todos los eventos en línea. Cuando hablé con esa persona más tarde, me contó la profunda conversión personal que había experimentado durante el confinamiento. Cada evento en línea llevó el proceso más allá. Mientras escuchaba, podía ver los signos de este cambio personal: una mayor apertura de mente y amabilidad de trato, un sentido de humildad por lo que habían experimentado, una nueva ternura.

Es el mismo mensaje para todos, pero cada uno lo asimila de manera diferente: como el estudiante de negocios con el que hablé sobre su aprendizaje de la meditación, que me enseñó que el camino de la verdadera metanoia no siempre es fácil. Había comenzado una práctica diaria de meditación, una vez al día. Le pregunté qué sentía acerca del 'trabajo del mantra'. Dijo: 'bueno, siento que es correcto y me siento atraído por él. Pero es difícil.

Entonces, le pregunté qué hacía cuando le resultaba difícil, y me dijo que se ponía los audífonos y escuchaba una meditación guiada o música suave. Pero estaba abierto al diálogo y al final parecía agradecido de

se diría en inglés, un "flashmob" de meditación. Pero ¿qué buscábamos demostrar? Que no tienes que ser solemne o eclesástico para entrar en la habitación interior de la contemplación; que la



Jovenes meditadores en Fatima antes del Día Mundial de la Juventud

escuchar lo que yo, o cualquier meditador experimentado, habría sugerido: mantente en el mantra, suavemente y con fidelidad, y por favor, deja los audífonos aun lado.

*

Créeme. Incluso con el mantra, meditar al aire libre, bajo un sol abrasador, en medio de una multitud de cientos de jóvenes, con los más cercanos a ti cantando 'Feliz Cumpleaños' en todos los idiomas posibles y a todo volumen, es todo un desafío. Fue una idea locamente sabia que nació entre los veintidós jóvenes meditadores (de Indonesia hasta México) con los que asistí al Día Mundial de la Juventud el mes pasado. Nos sentamos en círculo en el suelo con la esperanza de ser un signo, formando un acto multitudinario de meditación, o como

meditación es una parte de la vida como las fiestas de cumpleaños, los viajes y conocer gente nueva.

La unidad de nuestro pequeño grupo relámpago conectó y, esperamos, dio testimonio a la bulliciosa multitud que nos rodeaba. En total, el millón y medio de jóvenes cristianos de 200 países representaron ricamente la catolicidad caótica de la iglesia, un inmenso espectro de individuos, comunidades y tipos de teología. Cualquiera que piense que la iglesia puede promover creencias y prácticas homogéneas debería leer los Hechos de los Apóstoles y asistir al próximo Día Mundial de la Juventud en Seúl. No digo que fuera la Jerusalén Celestial todavía, más bien era como la terrenal en una escala global. Mientras las olas de alegres jóvenes

se mezclaban, fluyendo por las calles de Lisboa, la pregunta que me rondaba era '¿cuál es la esencia de esta experiencia de unidad?' No un equipo de fútbol o una estrella de rock. Ni siquiera una preferencia teológica. La fuente de tal unidad no es fácil de explicar. Se encuentra más allá del horizonte de nuestra visión. Y entonces recordé a Wittgenstein, el filósofo - difícil de entender - de lo simple. Él dijo que, para entender todas las creencias y comportamientos humanos, debemos tener en cuenta la distinción vital entre 'lo que puede expresarse y lo que no puede expresarse, sino solo mostrarse'. Aquellos que tenían ojos para ver y oídos para escuchar, - a veces ruidosamente y otras veces en silencio -, estaban siendo testigos de esta unidad.

*

No pude pensar en ningún mitin político o evento deportivo que uniera de tal manera a tanta gente. Si tan solo la iglesia fuera mejor viviendo esta unidad inmanente en su vida cotidiana; y si los medios de comunicación fueran más objetivos al informar sobre lo que este tipo único de celebración intercultural muestra sobre el potencial humano.

Por supuesto, todo el evento fue una multitud repentina de un millón o más, algo que no debe confundirse con el desafío de lo normal. Aun así, esta breve semana de súper vitalidad y a pesar de su magnitud, estuvo en una escala humana. Los jóvenes meditadores eran un grupo humano diverso lo suficientemente pequeño como para reconocer y abrazar las grandes diferencias entre nosotros, individual, lingüística y culturalmente, desde un banquero de inversiones hasta un estudiante de teología. También era lo suficientemente auténtico como para abrir el ojo del corazón a una misteriosa presencia personal, que podía mostrarse, pero no fotografiarse y que era la fuente de nuestra unidad más allá de nuestros horizontes internos, el amigo en común de nuestra amistad.

Nuestro amigo mutuo, Jesús, nos mostró que la unidad no es uniformidad. No se le puede empujar dentro en una caja y lograr que una fuerza externa pueda sofocarla, suprimirla, controlarla o contenerla. La larga historia de opresión social y personal muestra la resistencia de la unidad de la humanidad en la libertad. Esta fuente de unidad incontenible finalmente

es siempre el enemigo de las fuerzas opresoras. Sin embargo, la fantasía oscura de '1984' de Orwell o la profecía de Simone Weil sobre la 'burocracia totalitaria', parecen cada vez más reales hoy en la vigilancia masiva y la aplicación del control despiadado en China o en los gusanos algorítmicos secretos de los medios de comunicación masiva. Fuerzas anónimas impulsadas por la avaricia de poder solo pueden degradar nuestra sagrada libertad humana y catolicidad divina si se lo permitimos.

En su aplicación pervertida de la ciencia, la tecnología y los medios de comunicación, el lenguaje de la comunicación masiva se convierte en mentiras y sinsentidos, negaciones absurdas de lo obvio, que pocos se atreven a exponer. La verdad es retorcida en diferentes realidades, la paz es el resultado de la agresión, la justicia se traiciona en la guerra de diferentes intereses, el amor se reduce al deseo, la conversación a sólo ruido. Sin la defensa de la realidad, por la que la mente contemplativa está dispuesta a sacrificarse, las mejores invenciones de la mente humana se esclavizan al servicio del dios de la avaricia y el nacionalismo. La imaginación creativa es poseída por el demonio del orgullo para idear medios más

Nuestro amigo mutuo, Jesús, nos mostró que unidad no es uniformidad.

clínicos de destrucción masiva; las formas de 'comunicación' están diseñadas deliberadamente para obscurecer, enviciar y polarizar; las ciencias de la tierra capaces de resolver nuestras crisis autoinfligidas son mal utilizadas para explotar los recursos finitos restantes de la biosfera; y la economía, capaz de lograr una distribución más justa de la riqueza, sólo amplía la brecha entre ricos y pobres y nos aliena a todos de nuestro hogar común en este frágil planeta.

Es fácil hacer listas retóricas de los problemas a los que nos enfrentamos actualmente. Sin embargo, una vez que hemos visto el punto esencial y estamos dispuestos a hacer preguntas sobre cómo cambiar -ya sea nuestras vidas personales o el destino de la humanidad-, debemos suspender el análisis y hacer la pregunta redentora que inicia un cambio real de

dirección. El primer paso transformador hacia la recuperación es preguntar: '¿qué puedo hacer?' Aquellos que se dirigieron al desierto de Judea para encontrar a un profeta le preguntaron a Juan el Bautista: '¿Qué debemos hacer?' Casiano y Germán le preguntaron a su maestro del desierto: 'danos una práctica'.

*

Hay muchas artes dentro del arte de la oración. Practicadas con buena fe, no se excluyen mutuamente. Como diferentes instrumentos en una orquesta, incluso si parecen usar medios muy diferentes, todos conducen a la misma oración del Espíritu.

Está el arte del trabajo del silencio, la gran pobreza de espíritu como la llamaba Casiano, que ha formado y renueva nuestra comunidad. Obtenemos esta pobreza, la primera Bienaventuranza, mediante la 'renuncia a todas las riquezas del pensamiento y la imaginación'.

Es la comprensión central de la oración en toda la tradición del desierto: el 'dejar de lado los pensamientos'. Lo compartimos con muchos de los jóvenes peregrinos en Lisboa que parecían hambrientos de espacios de silencio y quietud, especialmente en medio de la actividad y el ruido constantes. Pero otra forma de arte de la oración, la lectura de las Escrituras, que a diferencia utiliza palabras e imaginación, se entrelaza enriquecedoramente con el camino del silencio y la quietud mental. Necesitamos ambas como un avión necesita dos alas para mantenerse en curso.

*

Cuando decir el mantra se vuelve difícil, los meditadores que han aprendido su arte resisten la tentación de ponerse los audífonos. Incluso con un sentido de fracaso, podemos abrazar y disfrutar del trabajo de la Palabra, 'en la prosperidad y en la adversidad', y aprender lo que significa convertir la vida en una peregrinación al ser un peregrino en todo. Luego, nos beneficiamos de cada paso que damos en nuestro camino diario, incluso los pasos hacia atrás, dando la bienvenida a la amistad de los demás y las muchas prácticas nutritivas y sorpresas que enriquecen el camino.

Una de estas prácticas complementarias más nutritivas es el arte de leer textos de sabiduría de una manera

que le permitamos al texto leernos, transformando nuestras perspectivas de la vida y revelando que lo sagrado está en todas partes. A medida que aprendemos a leer de esta manera, los textos se fusionan sutilmente, a menudo de manera imperceptible, a lo largo del día con nuestros pensamientos, palabras y recuerdos. Como amigos, compañeros, maestros, se convierten en pozos inagotables de sabiduría.

Acabo de comenzar una serie de sesiones en línea llamada 'Entre líneas: Cómo leer la Biblia y otros Textos Sagrados'. Leer de la manera en que se deben abordar los textos sagrados para descubrir sus tesoros ocultos es una de esas cosas raras de gran valor: algo que es bueno en sí mismo. Cada vez desde una perspectiva diferente, abre nuestra conciencia a nuevas maravillas, renovando siempre nuestras mentes cansadas y nuestro espíritu decaído, al tiempo que nos prepara para volver a la meditación y al trabajo esencial de la pobreza.

La sabiduría de grandes textos como la Biblia se entrelaza, se fusiona y se superpone con las de otras tradiciones. La sabiduría es un lenguaje de revelación con muchos dialectos, muchas lenguas. Siguiendo estos rastros con paciencia y atención, comprendemos que ya somos miembros de una gran familia de sabiduría, más grande de lo que podríamos imaginar. Siempre tenemos muchos más parientes de los que pensamos, y cuanto más los descubrimos, más experimentamos la inmensa parentela con los vivos y los muertos, con los lejanos y los cercanos, recordados y perdidos en la memoria. Toda la humanidad pertenece a la familia de la sabiduría que se expresa en la gran escritura transmitida a lo largo de los siglos. Como en una gran reunión familiar que reúne a diferentes generaciones y culturas, las diferentes partes del clan, así como cada individuo, siente un enriquecimiento de la identidad al celebrar en unidad todas nuestras diferencias. Cada vez que leemos un texto sagrado, no tanto los comentarios sino el original, celebramos esa unidad.

Pero para muchos feligreses y seguidores de otras religiones, las Escrituras solo se escuchan murmuradas desde el atril, luego se predicán, generalmente de manera moralista en lugar de místicamente, desde el púlpito. Sin una escucha atenta, el texto no nos transforma, sin escucha, el músculo de la atención se atrofia, como

está sucediendo en nuestra era de distracción. El conocimiento básico de los textos y las tradiciones es necesario: menos de la mitad de los que se identifican como cristianos en los Estados Unidos pueden nombrar los cuatro evangelios. En mentes distraídas, las palabras escuchadas a medias y predicadas excesivamente solo logran confusión. Los espacios vacíos entre líneas que nos ofrecen espacio para expandirnos y elevarnos a menudo se llenan con ideologías y lo sagrado se convierte rápidamente en lo político.

Palabras que pensamos que conocemos pasan de un oído al otro sin despertar nunca la mente perdiéndonos la sorpresa que nace al reconocer nuevas realidades. Kafka describió la verdadera lectura como 'como un hacha para el mar congelado dentro de nosotros'.

*

Para muchos, especialmente la generación más joven, no solo los textos sagrados, sino la lectura de cualquier página es aterradora, les hace sentir su soledad. Una estudiante una vez me dijo que prefería estudiar en su computadora en un café ruidoso porque encontraba espeluznante el silencio de la biblioteca. Otro me dijo que la mayor parte de su conocimiento provenía de YouTube y que difícilmente leía en una página física. Pero después de comenzar a meditar, gradualmente sintió la necesidad de leer libros por primera vez. Describió reveladoramente su sentido de la diferencia entre palabra e imagen. YouTube era más fácil, más pasivo, pero no retenía bien su contenido. La lectura era más difícil, pero le daba la sorpresa de 'encontrarse con otra mente'. Lo que leía entraba en la memoria a largo plazo. Esto sugiere lo que San Bernardo quiso decir cuando habló de la 'palabra hecha carne' cuando la atendemos con amor y permitimos que pase de la mente a la conciencia del corazón.

San Benito hizo de la lectura diaria uno de los tres pilares de la vida de los monjes. Prescribió una hora adicional durante la Cuaresma. Esto es aún más sorprendente, ya que las tasas de alfabetización eran bajas en el siglo VI, por lo que muchos habrían aprendido a leer solo mientras aprendían a vivir la vida monástica. Formaba parte de su aprendizaje de cómo orar. Sin embargo, parecía creer que todos los monjes podían, de hecho, debían leer; y, como muchos



Meditación durante la vigilia en el Día Mundial de la Juventud

abades desde entonces, tuvo que exhortarlos a que lo hicieran de manera seria y regular. Hoy, hay muchas personas, en las comunidades contemplativas, ocupadas con sus correos electrónicos que luchan por 'encontrar tiempo para leer', al igual que sucede con otras personas con ocupaciones más mundanas.

¿Por qué este énfasis en la lectura en la tradición contemplativa? No para convertirnos en eruditos o ganadores de concursos de preguntas y respuestas o para aprobar exámenes. Sino porque el proceso de lectura atenta arroja luz sobre nuestra interioridad y nos invita de manera atrayente hacia la habitación interior. La lectura es beneficiosa para todos porque la atención que se demanda lleva a la quietud y, por lo tanto, a una mente más clara y menos centrada en uno mismo. Para el practicante contemplativo, es una parte esencial de su vida. Cada niño necesita aprender a leer. Como contemplativos, necesitamos aprender a leer de esta manera. Un poco de entrenamiento nos ayuda a involucrarnos con las Escrituras y los textos de sabiduría de una manera transformadora. Espero que mi curso ayude a las personas a descubrir esto por sí mismas, porque en esto, como en cualquier aprendizaje, la experiencia es la maestra.

*

El arte de la lectura es la primera etapa del arte de la oración en sí, porque al igual que la oración pura, 'lectio' me ayuda a quitar la atención de mí mismo y ver que la esencia de la oración pura es la atención centrada en el otro.

Este tipo de lectura no es para entretenimiento ni para obtener información. Es para el entrenamiento mental y el enriquecimiento profundo en el conocimiento de uno mismo. Es un viaje de descubrimiento que se expande para mostrar cómo todas las relaciones de la vida diaria - las que disfrutamos, las que luchamos o las que simplemente soñamos que algún día sucederán -, nos llevarán a espacios más vastos y más interiores. La lectura nos familiariza con nuestras propias mentes y crea una relación saludable con nosotros mismos. Leer textos sagrados o hermosos de manera efectiva es volverse más transparente y honesto con nosotros mismos porque nos recompensan nuestra atención al leerlos. La lectura refleja nuestra mente, al igual que la mente refleja lo que leemos. Pero con los textos más grandes vemos a través del espejo. Cruzamos la frontera del lenguaje e la imaginación. Nuestra "relación con Dios" se libera de la dualidad a medida que nos movemos hacia la unión con la red de relaciones que conforman el mundo.

En realidad, esto simplemente describe el propio viaje humano. La meditación, respaldada por una buena dieta y la disciplina de la lectura junto con otras prácticas contemplativas y un compromiso con el trabajo como servicio, no explica, sino que *nos muestra* lo que significa ser humano. Esto sustenta el proceso de metanoia de toda nuestra vida, cambia nuestra mente y sus hábitos desgastados y expande la visión de nuestros horizontes. Lo que vemos es en lo que nos convertimos. En una cultura tan adicta a las imágenes como la nuestra, volver a aprender el arte de la lectura ofrece un camino de regreso a la capacidad visionaria - más allá de la imagen -, de la mente contemplativa.

Ofrézcanse ustedes mismos a él... el culto ofrecido por la mente y el corazón. No se ajusten más al patrón de este mundo presente, sino dejen que sus mentes sean renovadas y toda su naturaleza así transformada. Entonces discernirán lo que es bueno, aceptable y completo. (Rom 12:1-4)

¿Cómo sucede este grado de cambio? La vida es un bufét de eventos catastróficos,



Capilla y laberinto en Bonnevaux

pérdidas desgarradoras, celebraciones emocionantes y momentos de profunda sanación. Pero los cambios más profundos se desarrollan silenciosamente - nunca a plena vista -, de forma imparabable y con un sentido de significado abrumadoramente gentil y generoso. Textos de sabiduría, como el Tao Te Ching por ejemplo, nos invitan a entender por qué "la paz y la tranquilidad gobiernan el mundo", incluso cuando vemos que el mundo está en crisis. Y en un mundo donde las agendas están siempre repletas, se nos recuerda, como en el Salmo 46, por qué debemos "estar quietos y saber que Yo soy Dios".

En la próxima serie de charlas, también me gustaría mostrar cómo leer estos textos universales requiere un contacto directo, no de segunda mano. Vamos a leerlos con nuestros propios ojos. Esto libera una fuente de alegría que a menudo está bloqueada para las personas modernas porque la experiencia personal se filtra y se externaliza con tanta frecuencia. Para aprender a leer de esta manera, debemos ser tentados a permanecer lejos de las pantallas. El cebo es simplemente lo que nos da alegría y nos enseña a preferir lo real y sin envolver sobre la imitación.

La meditación y los lugares, como Bonnevaux, donde se practica la meditación a diario, son más que rutas de escape de los problemas del mundo.

Señalan, de manera humana, al sacrificio de la atención que necesitamos hacer hacia lo que es real. Es más que recargar nuestras

pilas. Es transformarnos. El proceso de la metanoia que empieza con la meditación en común, continua cuando regresamos a nuestras casas y nuestros trabajos. La experiencia de uno mismo y esta nueva manera de ver es gratis y liberadora para aquellos que aceptan el riesgo de la práctica diaria y viven cada día en continua transformación. El camino es el desafío más grande: confiar en lo más simple que podemos encontrar.

La experiencia contemplativa nutrida por las prácticas gemelas de la meditación y la lectura sagrada simplifica todo. Permite que la paradoja de la realidad se abra como una flor y germine las semillas que se convierten en los frutos del espíritu. Maravillosamente, la meditación se fusiona con la vida cotidiana. Y los lugares, como Bonnevaux, donde podemos aprender el peregrinaje de la metanoia y regresar para refrescar la práctica, se vuelven nuestro lugar común.

Con mucho amor,

Laurence Freeman OSB

Laurence

Noticias

Día Mundial de la Juventud 2023 encontrando el silencio en todas partes.

GRUPO DE JÓVENES MEDITADORES PARTICIPAN EN REUNIÓN GLOBAL EN PORTUGAL.

Portugal fue el anfitrión del Día Mundial de la Juventud (DMJ) del 1 al 6 de agosto de 2023 en Lisboa. El DMJ es una reunión de millones de jóvenes de todo el mundo con el Papa. Participaron un grupo de jóvenes meditadores de Argentina, Brasil, Colombia/Canadá, Finlandia, Hong Kong, Indonesia, Italia, México, Portugal, España y el Reino Unido, dirigidos por Laurence Freeman y Tainã Malaspina, directora de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana (WCCM) para Jóvenes Adultos. El programa incluyó un retiro en Leiria y una visita a Fátima antes de los eventos del DMJ.



Sesión de meditación relampago en Miradouro Sao Pedro de Alcântara, Lisboa

Tainã Malaspina*, Brasil



“La experiencia de coordinar un grupo de jóvenes de la WCCM en el Día Mundial de la Juventud resonará para siempre en mi alma. Lo más impactante fue darme cuenta en la práctica de lo que está hecha una comunidad: el amor. Siempre leemos esto en los libros de Fr. Laurence Freeman y Fr. John Main, pero la experiencia es la mejor maestra. Estuvimos con veinte jóvenes de diferentes edades y nacionalidades compartiendo una unidad común: el deseo de experimentar el amor de Cristo a través del silencio. Fue emocionante estar en silencio en una vigilia con 1.5 millones de

jóvenes. Fue conmovedor escuchar al Papa decir, 'En la Iglesia hay lugar para todos'. De igual manera, escuchar a Fr. Laurence transmitir la práctica contemplativa a jóvenes de todo el mundo en una capilla en la Ciudad de la Alegría. Ahora regresamos a nuestras vidas ordinarias con una reflexión del Papa, '¿Qué llevaremos de vuelta con nosotros al valle de nuestra vida cotidiana?' Basándose en el Evangelio del día, el Santo Padre propuso tres verbos: 'brillar, escuchar y no tener miedo.'”

* Coordinador Internacional de la WCCM para la Meditación con Jóvenes Adultos

Johanna Wisoli, Indonesia

“Participar en la DMJ fue una experiencia significativa que me enseñó que, aunque veníamos de diferentes partes del mundo, todos pertenecemos a la Iglesia que es “una, santa, católica y apostólica.”

La caminata hacia la vigilia nocturna me hizo pensar en el viaje de la vida. Me recordó el ser una persona sencilla y humilde y, cuando los desafíos del viaje me

hacen querer rendirme, seguir orando y pidiendo a Dios que me dé la fuerza necesaria. Al final, todo ha salido de la mejor forma posible y solo me queda estar agradecida con Dios y regocijarme por el hermoso viaje que ha grabado en mi corazón”.



Noticias

Enos Mantoani, Italia



"Para mí, dos aspectos, relacionados entre sí, fueron muy importantes. El primero es el profundo, conmovedor y amoroso sentimiento de pertenecer a una comunidad. El segundo es la práctica de la meditación. Experimentamos directamente esa frase del Padre John Main de que 'la meditación crea comunidad'. De hecho, la meditación fue el terreno en el que se fundó la pequeña comunidad que formamos, y la práctica nutrió las raíces de esta comunidad, haciéndola crecer día tras día, aventura tras aventura, a pesar de nuestras diferentes nacionalidades, historias y antecedentes".

Rafaella Noschese, Brasil



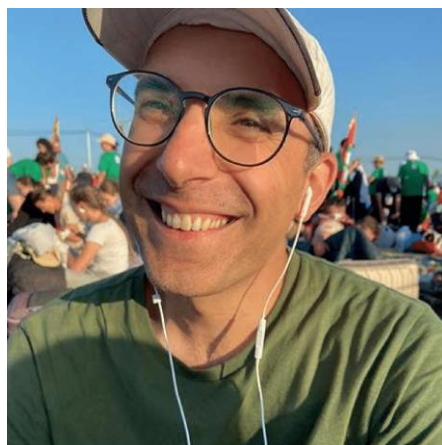
"La experiencia más importante para mí fue la conexión con el grupo, el compartir nuestras vidas, pensamientos y sentimientos. Me hizo sentir en casa".

Hung Emily Kwan Yiu, Hong Kong



"Estoy muy contenta de haber podido ser parte del DMJ con el grupo de la WCCM. Todos son muy amigables y me hicieron sentir bienvenida. Disfruté especialmente de las conversaciones en grupo y las charlas ofrecidas por el Padre Laurence después de la meditación matutina, me inspiraron y me recordaron cómo la meditación ayuda en mi vida cotidiana y mejora la congruencia entre mi mente y mi comportamiento. También disfruté de los momentos compartidos con el grupo. ¡Espero verlos a todos de nuevo en el futuro!".

Miguel Gonçalves, Portugal



"Me gustaría destacar la oportunidad de compartir la experiencia del DMJ en comunidad con el Padre Laurence y el grupo de jóvenes de la WCCM de diferentes países, edades y culturas, todos unidos por un sentido de pertenencia en el silencio compartido, la alegría y la fe en Jesús".

Patricio Lynch, Argentina



"Fue una gran oportunidad para conocer más sobre la Comunidad y pasar tiempo con el Padre Laurence. Simplemente me encantó; fue algo hermoso. Un equilibrio entre el silencio en nuestro departamento y el caos afuera, ambas experiencias me encantaron."

Grace Reynolds, Reino Unido



"Había mucho caos y ruido, pero aun así pudimos practicar la meditación y encontrar el silencio en todo momento. No sabía que eso era posible. Hubo muchos momentos en los que pensé, '¡¿Vamos a meditar ahora?!' pero en realidad fue muy hermoso".

Noticias

"De la Ansiedad a la Paz" con un grupo de jóvenes franceses en Bonnevaux



Un retiro, dirigido por Laurence Freeman, con jóvenes adultos de habla francesa, tuvo lugar en Bonnevaux del 7 al 9 de julio. El tema fue "De l'anxiété à la paix" ("De la Ansiedad a la Paz"). Thomas Litzler, uno de los participantes, comparte su experiencia: "Este retiro reunió a un grupo muy agradable de jóvenes en torno a la práctica de la meditación y la exploración

de la Biblia. La atmósfera fue alegre y sencilla. Tuvimos personas de orígenes muy diversos, por lo que los intercambios fueron profundos y enriquecedores para todos nosotros. Salí muy motivado para continuar explorando la Biblia a través del ejercicio de la 'Lectio Divina', que me dio una visión de la riqueza y sabiduría espiritual que se encuentra en las palabras."

Retiro con la comunidad canadiense en un momento de transición de liderazgo



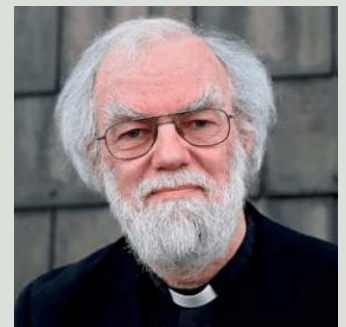
Bonnevaux albergó un retiro del 18 al 23 de julio con la Comunidad Canadiense bajo el tema de "Amistad: Encontrarse a sí mismo en el Otro", dirigido por el Padre Laurence. Fue una oportunidad para celebrar la transición de liderazgo de la WCCM Canadá, ya que André Choquet asumió el cargo de Coordinador Nacional en lugar de Martin Malina. La Comunidad está agradecida tanto a Martin como a André por su servicio.

Siguientes eventos en el programa



31 octubre – 5 noviembre
Encarnación: creatividad y sanación, haciendo nuevas todas las cosas – Retiro de yoga y meditación (completamente reservado)

Impartida por Giovanni Felicioni



14 – 19 noviembre
Una buena medida, compactada y desbordante: Cómo la contemplación moldea nuestras acciones.

Impartida por Rowan Williams

5 – 10 diciembre
Esperando por el cambio y la transformación – Retiro de Adviento
Impartido por Laurence Freeman y Giovanni Felicioni

24 – 25 diciembre
Vigilia de Navidad – en línea y Eucaristía
Contemplativa de Navidad
<https://bonnevauxwccm.org/>

Noticias

Foro “Crisis de la Tierra 4”: Duelo Ecológico

EL DR. JASON M. BROWN LIDEREARÁ ESTA REUNIÓN EN LÍNEA EL 12 DE OCTUBRE

El Foro “Crisis de la Tierra 4” se llevará a cabo a las 11 a. m., hora de Vancouver, el 12 de octubre con el tema “Duelo Ecológico”. Este foro en línea, el cuarto de la serie, será dirigido por el Dr. Jason M. Brown de la Universidad Simon Fraser en Canadá e incluirá sesiones de grupos de trabajo y un momento de meditación.

El Dr. Jason M. Brown tiene una formación académica diversa, con estudios de licenciatura en antropología, una

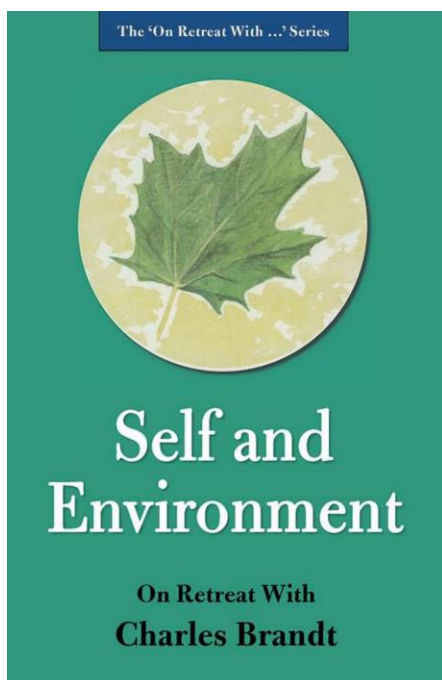
maestría en silvicultura y teología de Yale y un doctorado del Instituto de Recursos, Medio Ambiente y Sustentabilidad de la Universidad de British Columbia. Imparte cursos sobre humanidades y estudios ambientales. Puede encontrar más información sobre su trabajo en <https://holyscapes.org/>.

Para obtener más información sobre el Foro “Crisis de la Tierra 4”, visite la página Crisis de la Tierra: Clima y Ecología en https://wccm-int.org/med_eccm.



El ser y su entorno: Un retiro con Charles Brandt

MEDIO MEDIA RELANZA EL LIBRO PUBLICADO POR PRIMERA VEZ EN 1997



“El ser y su entorno” es parte de la serie “En Retiro con ...”. En este volumen, Charles Brandt, escribiendo desde su ermita en los bosques de la Columbia Británica, nos lleva a una comprensión más profunda de la sacralidad de la creación y de nuestra unidad con la naturaleza. Explora el daño infligido a nuestra percepción de nosotros mismos y de Dios por la división que hemos creado entre la humanidad y la naturaleza.

Nos ayuda a recuperar la integridad mostrándonos cómo la meditación y la comprensión de la belleza de la tierra nos ofrecen una esperanza vital para un mundo en crisis. La serie “En Retiro con...” responde a las necesidades espirituales de las personas que viven un estilo de vida lleno de estrés y de ocupaciones tan común en el estilo de vida ocupado y estresado de nuestra época. Cada título de la serie ofrece un retiro personal dirigido por un experimentado

guía espiritual. Te ayuda a aprovechar el tiempo y el espacio a tu disposición para crear un retiro, un retorno a tu centro espiritual, que renovará y enriquecerá la espiritualidad de la vida cotidiana.

Charles Brandt (1923-2020) fue entrenado como ornitólogo y ecologista antes de ser ordenado sacerdote ermitaño en la Columbia Británica. Ocasionalmente lideraba retiros durante los cuales compartía el fruto de su soledad con otros. ‘Mi ermita está ubicada en lo profundo del bosque tropical templado del Río Oyster. El camino de tala, junto con otros senderos a través del bosque, es donde practico la meditación caminando. No pienso en el camino como el medio para llegar a algún lugar. Es el camino a ninguna parte, el camino en el que viajo y he estado viajando toda mi vida ...’ Para pedir el libro, visita <https://wccm-int.org/selfenv>

Contemplando la tierra – un curso en línea por Jim Green

Jim explora cómo la contemplación es fundamental, al enseñarnos a actuar con sabiduría y urgencia, viviendo a través de esta crisis con esperanza. Para mayor información visita: <https://wccm-int.org/cearth>

Noticias

Congreso de Oblatos Benedictinos: diversidad y unidad



Oblatos de la WCCM: Dorothy (Canadá), Janet (Reino Unido), Catherine (Suiza) y Leonardo (Brasil).

El Quinto Congreso Mundial de Oblatos Benedictinos se llevó a cabo en la Abadía Primacial de Sant'Anselmo, Roma, del 9 al 16 de septiembre. El tema fue "Continuando - Viviendo la Sabiduría de la Regla". La WCCM estuvo representada por un grupo de cuatro oblatos.

Catherine Charriere (Suiza):

Hemos sido recibidos de una manera realmente benedictina, que se siente como si Cristo nos recibiera en persona. Ha sido muy cálido, alegre y especial. Las charlas son realmente extraordinarias y profundas. Es algo que puedo llevar de vuelta a mi vida y a la Comunidad. Encontrar oblatos de diferentes partes del mundo, ver cuán

diferentes son todos, es muy enriquecedor. Los viajes a Montecassino y Subiaco fueron agradables descansos en una agenda muy apretada. También me gustaría destacar el elemento de la "Isla del Silencio" del programa, que fue una enseñanza sobre la importancia del silencio para el oblatos, y la sesión sobre la Meditación Cristiana de Elba Rodríguez (WCCM Colombia) fue una agradable sorpresa.

Leonardo Correa (Brasil):

Es un regalo estar ahí. Todos nos han recibido muy bien. Hospitalidad benedictina desde el principio. Las charlas han sido muy estimulantes, especialmente la del orador principal (Donato Ogliaeri), que ha tocado muchos aspectos de lo que

estamos experimentando en el camino oblatos de la WCCM: el silencio, la discreción, el proceso sinodal que está ocurriendo en la Iglesia. Me he sentido muy identificado con todo eso. Ha sido una experiencia de la diversidad de la Iglesia. Estuve en Portugal durante la Jornada Mundial de la Juventud. Y aunque la experiencia allí fue muy diferente, he encontrado algunas semejanzas sorprendentes en cuanto al aspecto global y la diversidad del evento.

Janet Robbins (Reino Unido):

Desde el primer día, me di cuenta de lo especial que es esto y del privilegio que es estar aquí. Probablemente detrás de esto ha estado la aceptación de mí como anglicana. Solo somos diez aquí que no somos católicos, y sin embargo, nos han recibido tan amablemente. Y, por supuesto, así debería ser. Este es un Congreso Benedictino. Pero poder estar juntos, estar siendo uno con los demás, ha sido un regalo inesperado.

Dorothy Wood (Canadá):

Esta es la primera vez que estoy físicamente con oblatos de otros lugares que no sean de Canadá. Y es realmente maravilloso ver el compromiso de los oblatos de todo el mundo y la riqueza que todos aportan. Y el valor de la unidad en la diversidad. Creo que donde hay diversidad, Dios está trabajando. Realmente siento que Dios está trabajando aquí y eso me está ayudando a concretizar mi compromiso.

En foco

Jenny Scott, Reino Unido



Probé una clase de meditación por primera vez cuando era estudiante universitaria. Había muchas personas sentadas en pufs en una habitación sombría y nos dijeron que nos relajáramos. No regresé.

Mi próximo intento fue aproximadamente diez años después cuando me inscribí en una clase local de meditación. Fue un poco mejor; recuerdo estar sentada en la mesa de la cocina mirando una vela, tratando de enfocarme en la llama mientras dejaba ir todos mis pensamientos. En ese momento estaba tratando de quedar embarazada y la meditación era parte de mi estricto régimen de relajación.

Nuevamente, no funcionó. En retrospectiva, creo que fue porque, aunque estaba intrigada por la práctica, en su mayoría estaba utilizando la meditación

como un medio para un fin; para pertenecer, para reducir el estrés.

Y luego encontré la WCCM y al Padre Laurence. Meditar se convirtió en una experiencia completamente diferente. Se integró en mi vida y, lo más importante para mí, en mi fe. Ya no era algo separado, una herramienta para permitirme rendir mejor en el resto de mi vida. Se trataba simplemente de profundizar mi relación con Dios, y estar abierta a lo que surgiera a partir de eso.

Ahora intento meditar todos los días. Me levanto temprano, bebo un vaso de agua y me siento en la mecedora en la esquina de nuestra sala de estar. Intento con todas mis fuerzas no revisar mi teléfono en busca de mensajes nocturnos o limpiar

sentirse más atractivo o importante que estar abierto a Dios. Pero he aprendido a aceptarlo sin caer en el agujero del juicio o la condena hacia mí misma. Esa pura aceptación que he encontrado al descansar de manera transparente en Dios ha sido una de las experiencias más liberadoras que he tenido.

Liberar la presión de juzgarme a mí misma, me ha vuelto mucho menos crítica con los demás. También me ha hecho más consciente e incluso me ha enseñado a apreciar las contradicciones que viven dentro de mí. En lugar de verlas como una maraña que amenaza con llevarme hacia abajo con ella, estoy aprendiendo a verlas como parte de la riqueza del ser.

La meditación saca todas mis contradicciones internas a la luz, lo que resulta ser un lugar increíblemente espacioso, lo suficientemente grande como para contenerlas a todas. Descubro que puedo sentarme con ellas en paz, sin tratar de racionalizarlas o justificarlas.

Todavía encuentro muy desafiante llevar esa "paz que sobrepasa todo entendimiento" a través de mi día. Salgo de mis 20 minutos de meditación llena de determinación para estar abierta al espíritu en todo lo que hago... hasta mi primer encuentro con un tren retrasado o una hija que llegará tarde a la escuela. Y entonces medito de nuevo, abro con fuerza mi corazón cerrado y espero dar un paso infinitesimal hacia vivir desde el fondo de mi ser.

La meditación saca todas mis contradicciones internas a la luz

el desorden de la noche anterior; Marta y María resuenan en mis oídos.

Pueden pasar meses en los que mis momentos de meditación sean inquietos y distraídos. A pesar de esto, siempre digo el mantra, aunque sea por puro trámite; lo digo pero no le presto atención, en su lugar, estoy haciendo una lista mental de lo que tengo que hacer ese día o pensando en un error que cometí en el trabajo. Es impresionante cómo eso puede



El boletín de la WCCM es publicado cuatro veces al año por la Oficina Internacional de la Comunidad Mundial para la Meditación Cristiana.

St Marks, Myddelton Square
Londrés EC1R1XX, Londrés, Reino Unido
Tel. +44 (0) 20 7278 2070

Editor: Leonardo Correa
(leonardo@wccm.org)

Diseño Gráfico: Gerson Laureano

¿Te gustaría participar en el siguiente boletín de la WCCM? Nuestra siguiente fecha límite es el día 10 de Noviembre.

*Eventos & Recursos*Seminario John Main 2023**Voces de esperanza desde Bonnevaux**

CYNTHIA BOURGEOULT, ANDREW HARVEY Y LAURENCE FREEMAN LIDERARON LAS REFLEXIONES SOBRE "VINO NUEVO, ODRES NUEVOS"



El Seminario John Main 2023 se llevó a cabo en Bonnevaux del 14 al 17 de septiembre. Cynthia Bourgeault y el Padre Laurence hablaron desde Bonnevaux, y Andrew Harvey se unió en línea. El Centro de Retiros estuvo lleno a su capacidad máxima y además, contamos con más de 300 participantes en línea.

"Querido Dios, reúnenos a todos en el cáliz de Tu corazón, para que podamos convertirnos en el vino que fluye, en un odre nuevo que nos darás para habitar..." (Cynthia Bourgeault - oración en la Eucaristía de clausura).

"La lección más profunda que recibí de Laurence es cuando dijo que la contemplación es martirio. Me conmovió profundamente esa verdad. Mostró cuán noble es la tarea de permanecer concentrado en las profundidades de uno mismo a través de la contemplación, permitiendo que la intensidad del proceso siga quemando en secreto tus ilusiones, miedos y fantasías". (Andrew Harvey)

"Hay una providencia en funcionamiento: existe, desde nuestra perspectiva, a través de los reinos del azar, el tiempo y lo impredecible, a la cual debemos estar siempre abiertos. La meditación nos mantiene abiertos a esa dimensión donde no tenemos el control, no estamos prediciendo. Entonces somos reales: ni pesimistas ni falsamente optimistas. Simplemente estamos en el presente". (Laurence Freeman)

Recursos en línea**"Comparte tu historia"
e inspira a otros a meditar**

La meditación en la vida diaria es el corazón de nuestra comunidad: la experiencia del Ser como base de toda Acción. Ayuda a fortalecer y dar vida a nuestra comunidad compartiendo con nosotros cómo la meditación ha cambiado tu vida.

'Comparte tu historia' nos ayuda a celebrar nuestros éxitos en la difusión del don de la Meditación Cristiana. Puede inspirar a las personas a donar, recaudar fondos o ser voluntarios, lo que nos permite continuar nuestro trabajo. ¡Asegúrate de compartir tu historia en tu propio idioma! Obtén más información en: <https://wccm-int.org/systory>

Para ordenar estos recursos, contacta al centro más cercano a tu localidad.

EUROPA
www.goodnewsbooks.co.uk
orders@goodnewsbooks.co.uk
Tel. +44 (0) 1582 571011

CANADA
www.mediamedia.ca
christianmeditation@wccm-canada.ca

ASIA
mimi@wccm.org
Tel: +65 9661 0362

AUSTRALIA
www.wccmaustralia.org.au/store
jopanetta@gmail.com
Tel: +614 0978 4357

NUEVA ZELANDA
www.christiansupplies.co.nz
order@pleroma.org.nz
Tel: +64 6 85 68378

Visita la tienda en línea de la comunidad en: <https://mediamedia.com>

