



**A Comunidade Mundial
de Meditação Cristã**

MEDITAÇÃO CRISTÃ

O Caminho do Silêncio

SUMÁRIO NPNº16

2ª PAG. AGENDA. - ACTIVIDADES DA COMUNIDADE. - CURSO MÍSTICOS CRISTÃOS V -
EDITORIAL - SITES DE INTERESSE PARA A COMUNIDADE - 3ª,4ª,5ª PAG. CARTA DE LAUREN-
CE FREEMAN -- 6ªPAG - "ORAÇÃO" DO PASTOR STEPHAN STALLING LIDA NO ENCONTRO
INTER-RELIGIOSO DA COMUNIDADE BAHAI - TESTEMUNHOS DA MISSA CONTEMPLATIVA
7ª PAG. - TESTEMUNHO DA PRIMEIRA SESSÃO DO CURSO DOS MÍSTICOS SOBRE GNOSTI-
CISMO 8ªPAG - RELATÓRIO DAS ACTIVIDADES ANUAIS -

AGENDA

■ Eucaristia Contemplativa

27 de Março às 18:30

Capela do Rato

P. João Norton

■ Encontro de Meditação Cristã e Artes Orientais

Sábado 31 de Março das 11 às 12:30

■ XXVIII Encontro Inter-Religioso de Meditação Cristã

Focolare de Lisboa

28 de Fevereiro - 18h

Rua António Saúde nº4 - 3ºA

■ Retiro de Silêncio

com Laurence Freeman

Abril 26 - 29

Casa de Oração de Palmela

Donativo para a CMMC/ envio de Notícias de Portugal

As actividades da Comunidade Mundial de Meditação Cristã (CMMC) em Portugal e no estrangeiro têm custos. Se quiser ajudar a Comunidade na sua missão de dar a conhecer a prática da meditação, envie-nos um donativo (ou se faz parte de um grupo de meditação entregue o seu donativo a/o coordenador/a do grupo).



A hora de Jesus

"Antes da festa da Páscoa, sabendo Jesus que chegara a sua hora de passar deste mundo para o Pai, Ele, que amara os seus, que estavam no mundo, amou-os até ao fim". O essencial desta hora é delineado por João com duas palavras fundamentais: é a "hora da passagem"; é a hora do amor "até ao fim".

Este fim esta totalidade de doação, da metamorfose de todo o ser é precisamente o dar-se a si mesmo até á morte.

Curso Místicos Cristãos - V

....

22 de Março

Sto. Agostinho

Fr. Rui Grácio das Neves O.P.

19 de Abril

Evagrio Pôntico

Dra. Teresa Messias

24 de Maio

A Nuvem do Não-Saber

Irmã Vera Maria de Jesus Graça

21 de Junho

Jesus o Mestre da Contemplação

P. Nélio Pita

SITES DE INTERESSE NA INTERNET:

Meditação Cristã Portuguesa

<http://www.meditacaocrista.com>

Meditação Cristã (centro Internacional):

www.wccm.org

Meditação cristã para crianças

www.meditationwithchildren.com

Dedicado a jovens 17-30 anos

www.thespiritualsolution.com

Meditação Cristã (página brasileira):

www.wccm.com.br

www.paroquias.org.meditação.com

Editorial

Publicação TRIMESTRAL

Nena Leitão

Tm 917224108

nenaleitao@netcabo.pt

M^ª Cristina Guedes de Sousa mcristinagsousa@sapo.pt

Tm 919264907 Envie comentários- participações

Uma carta do P. Laurence Freeman OSB

Director da Comunidade Mundial de Meditação Cristã

Queridos amigos,

Falei recentemente com um jovem que tinha feito uma tentativa de suicídio. Uma relação falhada tinha levado esta alma criativa, sensível e energética aos limites daquilo que sentia como emocionalmente suportável. Apercebi-me que tinha ocorrido uma trágica perda familiar, que provocou nele um profundo trauma de infância, e percebi que toda a dor não vivida e integrada ressurgia agora, qual dragão adormecido, fazendo com que a vida parecesse impossível, porque não era mais do que uma incessante sucessão de falhanços, percas e rejeições.

Mais tarde senti-me mais próximo da provação deste jovem quando ouvi dizer que os vencedores do Prémio Nobel da Física tinham descoberto que o universo se expandia a uma velocidade cada vez maior. Anteriormente, a teoria cósmica ortodoxa identificava uma diminuição do grau de expansão que, eventualmente, teria como consequência que tudo acabasse por se destruir por si mesmo. Todos os argumentos que sustentam esta nova teoria são incertos. A ciência, como qualquer busca da verdade, nunca dá uma resposta sem levantar mais questões. Mas o segredo parece estar na matéria negra que compõe cerca de 70% do cosmos e permanece – independentemente da sua óbvia existência – um total mistério para aqueles que a investigam.

Seja como for, a caminhada humana não é uma caminhada fácil – seja porque “precisamos de um pouco mais de espaço, mas podemos permanecer amigos”, ou porque tropeçamos numa nova e mais vasta dimensão do universo, ou porque acordamos para uma visão financeira do mundo, que se revela ilusória e baseada na ganância e no medo. O jovem com um desgosto de amor, o cientista que tem de rever as suas teorias, as sociedades que têm que lutar contra o declínio económico, são exemplos similares, situados em diferentes níveis do saber, de como temos que respeitar o mistério, a matéria negra da vida. O segredo, a sabedoria que temos que fazer florescer e manter bem viva, encontra-se aqui, mais do que no excesso de confiança que exibimos em períodos de sucesso ou naqueles momentos em que temos a sensação de que controlamos tudo e nos sentimos donos do universo. O crescimento tem sempre uma dimensão transcendente. Obriga a que aceitemos a perda para acedermos à fase seguinte da busca que empreendemos. Quanto mais perto estivermos do objectivo que imaginámos, mais teremos que o rever. Mas é no alto da montanha que temos as perspectivas mais dramáticas. S. Gregório de Nyssa diz sobre a experiência de Deus: “Imaginem o que uma pessoa sentiria se pusesse os pés no extremo deste precipício, e ao olhar para o abismo em baixo não visse nenhum lugar onde pôr os pés, nem nada a que se agar-

rar. Isto é o que a alma sente quando vai para além dos fundamentos das coisas materiais, na sua busca por aquilo que não tem dimensão e que existe por toda a eternidade”.

Apesar destes exemplos dizerem respeito a três dimensões distintas da nossa experiência – emocional, racional e espiritual, estão relacionados entre si. Em cada um deles encontramos-nos no limiar daquilo que outra assumimos como o nosso mundo estável ou a nossa visão do mundo. Em cada um deles deixamos-nos afundar na crise, na confusão e no medo. São oportunidades de crescimento, estádios de transição. Mas para tirar partido desses momentos, temos que ir buscar a energia negra existente em cada um deles.

Recorrendo à linguagem da nossa crença, não sejamos relutantes em ver nesta energia Jesus Cristo. “O segredo é Cristo em ti: a esperança de uma glória que há-de vir (Col 1,27). Mas não nos esqueçamos que este entendimento é fruto da sabedoria e da experiência – fé – e não se reduz à crença nem certamente apenas às provas científicas.

A palavra “em” também quer dizer “entre, no meio de”. O que está em nós está à nossa volta. Nenhuma verdade pode ser descoberta a não ser através deste paradoxo.

Durante o nosso recente retiro de 10 dias na ilha de Bere, tivemos climas muito diferentes. Mesmo durante as sessões matinais, feitas de meditação, comunicações e partilha pessoal, podíamos passar, em apenas alguns minutos, do sol radioso à chuva, de um céu escuro como breu a breves tempestades. Eu tinha avisado os participantes que vinham de países mais quentes que o clima ia ser variável e que por essa razão podia ser um bom mestre, como eles acabaram por perceber. A previsibilidade facilmente entorpece as nossas mentes.

Os monges celtas primitivos, sobre cujo exemplo e cultura nos debruçámos durante esses dias, amavam e aceitavam todas as formas de clima. No frio ou no calor, com chuva ou sol, eles sentiam e respiravam o obscuro mistério de Deus. Sempre que nos confrontamos com contradições – coisas ou situações que entrem em conflito com as nossas esperanças e expectativas emocionais, com a nossa forma de ver o mundo ou com os percalços da vida – somos abençoados. Muitas vezes, no início, não nos apercebemos da graça que temos diante de nós. Mas um anjo que passa, um amigo, um conselheiro, um estranho cujo caminho, nesse momento, se cruze com o nosso, e que nunca mais seja visto, alertam-nos para isso. Nem sempre encontramos o lado positivo de um contratempo, mas sem a luz da consciência nem sequer seríamos capazes de reconhecer a escuridão.

Os opostos geram conflito e o conflito assusta-nos porque parece uma perda de paz. Na verdade o conflito, suportado de forma correcta e não de forma violenta, é a forma de aprofundar o nosso conhecimento da “paz que está para além do entendimento”. Face às contradições e retrocessos da vida, o espírito impele-nos a aceitá-los e a integrá-los, a um nível mais profundo do que o habitual, e não a que cedamos à tentação de fugir ou de os denegar.

Rejeitar ou recusar o paradoxo nas nossas vidas é trágico mas também contém um traço de absurdo. Tentei explicar isto, da forma mais suave que consegui, ao jovem que se tentou suicidar. Porque, se não conseguirmos distinguir entre paradoxo e falhanço, corremos o risco de repetir padrões de auto-rejeição e desespero. O confronto com o absurdo da forma como lidamos erradamente com os problemas da vida, pode-nos trazer de volta à sabedoria. Precisamos de fazer apelo à sabedoria que existe mais fundo ainda do que a dor, na nossa alma. Simone Weil disse que por baixo das nossas lamentações mais profundas existe a pérola do silêncio de Deus. A sabedoria impele-nos a suportar e confere-nos força para além do horizonte das nossas expectativas. Mas trata-se de uma luta e é improvável que sejamos bem sucedidos se estivermos completamente sozinhos. Os primeiros relatos dos Celtas, põem em evidência algumas das características que mais tarde integraram o respectivo perfil traçado por outras raças. Platão refere-se a eles como pessoas dependentes da bebida e Aristóteles diz que eram destemidos e não receavam os piores perigos. Eram guerreiros ferozes mas eram incapazes de fazer a unidade, que os Romanos, com uma grande capacidade organizativa, estabeleciam através de alianças entre os clãs. No entanto, por causa destas características eles desenvolveram um fluxo de espiritualidade poderoso e altamente inspirador. O Cristianismo Celta nunca foi devidamente respeitado pelos mestres Romanos que eventualmente os colonizaram. Era pessoal, centrado na família e democrático, ao invés de ser legalista. Os seus mosteiros eram como pequenas aldeias, integrando diferentes vocações, dos eremitas às famílias. O Cristianismo Celta tinha os seus lados obscuros, mas importou, de forma harmoniosa, muitos dos tesouros da experiência pré-cristã da espiritualidade dos antigos Celtas, para a nova fé. Acima de tudo, como deixam transparecer na sua poesia, nutriam uma amor apaixonado por todas as formas da natureza. Para eles a fé era uma peregrinação e não um trunfo a conquistar e a erguer contra os infieis. Nas imagens exultantes da literatura Celta existe uma imaginação exuberante e criativa que joga com as epifanias das experiências obscuras do mistério de Deus que vivenciamos não só através da beleza do mundo natural, como na profundidade da nossa alma. À medida que desfrutamos destas ligações poéticas entre o espírito e a mente, percebemos como a imaginação deste tipo é diferente da fantasia habitual ou dos devaneios. Percebemos o que John Main quer dizer quando afirma que “a imaginação é o maior inimigo da oração”, ou porque razão os primitivos mestres da oração nos diziam para “deixarmos de parte os pensamentos”

porque “cada imagem de Deus é um deus”. Se não nos “adentrarmos” pela energia negra não poderemos nunca ver a luz plena da realidade. Não são as palavras que quebram o silêncio mas a distração. Não é o movimento que destrói a quietude mas a falta de desígnio.

Por todas estas razões os monges Celtas gostavam da luta espiritual e por isso aderiam de forma apaixonada às práticas espirituais que os conduziam a uma união mais íntima com Cristo. Eles gostavam muito da ascese (a expressão significa treino e deu origem à palavra atleta) da sua profissão. Não porque lhes causasse algum desconforto ou implicasse um corte doloroso com aquilo que eles amavam, mas porque os abria ao mistério que simultaneamente os habitava e os envolvia. Nas suas formas mais livres de vida, integravam o paradoxo da solidão em comunidade de forma mais clara do que S. Bento na sua Regra. Tomámos consciência disto durante o retiro da ilha Bere, quando nos reuníamos, em momentos fortes durante o dia, para orar e partilhar, antes de nos separarmos de novo, dispersando-nos para as nossas celas. Este ritmo elástico de reunião/dispersão é característico do “skete”, uma forma de solidão comunitária, que o espírito moderno, muito dependente da sua individualidade e tentando escapá-la, encara como um estilo de vida alternativo, muito atractivo. A expressão “skete” deriva de uma expressão Copta que significa “pesar o coração”. Nas crises, o coração, centro regulador de cada pessoa, parece não suportar o peso excessivo que queremos que carregue. “Pesar o coração” quer dizer avaliar os nossos problemas e calcular quanto mais seremos capazes de suportar e como seremos capazes de lidar com isso. Apesar de ser um trabalho solitário que ninguém pode assumir por nós, raramente somos capazes de o fazer totalmente sozinhos. Os monges Celtas enfatizavam a importância do binómio comunidade versus amizade espiritual na capacidade de suportar o peso da solidão. Hoje muitas pessoas alcançam este objectivo, não através duma vida monástica ou da frequência de retiros, mas vivendo as suas vidas de forma disciplinada e espiritualmente equilibrada. Um exemplo deste equilíbrio para quem queira aderir à disciplina espiritual, é a experiência comunitária de pertencer a um grupo semanal de meditação ou, quando isso não seja possível, em se sentir ligado a outros através de meios digitais de comunicação.

Uma prática espiritual como a meditação leva-nos para além do ego observável, perscrutando cuidadosamente o nosso corpo e o nosso estado mental. A meditação profunda liberta uma capacidade de integração que conduz a uma alteração benéfica permanente dos padrões normais de comportamento e de atitude. Pode não acontecer nada durante o período de meditação, mas a nossa vida muda. Por causa da velocidade e dos elevados níveis de desejo que caracterizam a vida dos nossos dias, estamos cheios de coisas por resolver. Como uma construção mal acabada, onde deixaram fios eléctricos pendurados na parede e fendas por fechar entre o tecto e a parede, as nossas mentes e sentimentos estão dispersos por situações não resolvidas. Tal como o jovem que referi no início deste texto, que revive um trauma de infância sempre que é confron-

tado com uma situação emocional de perca, também nós desconhecemos o que em nós está por resolver, até sermos postos perante uma nova situação traumática. Curar é tratar das feridas e aliviar a dor. É uma graça que opera em nós mas não é um milagre: "A tua fé salvou-te", disse Jesus a muitos dos que salvou. A cura é uma graça que opera sobre e naquilo que é natural. Não é preciso apelar a poderes sobrenaturais para estarmos abertos a poderes superiores ou para sermos plenamente humanos. Jesus desencorajava a busca de sinais extraordinários. Mas o mistério está lá. O poder da totalidade que afecta a cura permanece na obscuridade, energia divina dos nossos corações que tem de ser libertada e desenvolvida livremente.(...)

Jesus, como Buda, era um nómada e vivia desligado do lugar, da família e do estatuto. Mesmo Maomé escreveu que "a sua ligação com o mundo é como um viajante que resolve descansar por momentos debaixo da sombra duma árvore e depois continua o seu caminho". Porém, os monges Celtas mais radicais, conseguiam neste campo, um equilíbrio, graças à sabedoria da moderação recolhida na tradição. Diziam que mesmo a peregrinação mais distante é inútil a não ser que contribua para o nosso auto-conhecimento. "Ir a Roma dá muito trabalho e pouco proveito (diz-nos um dos seus poemas) – jamais encontrarás o Rei que vais lá procurar, a não ser que o tragas contigo".

S. Bento, que não valoriza a peregrinação ou o exílio, obriga os monges a assumir o compromisso da conversão permanente, da mudança e desprendimento contínuos, e da estabilidade. Este paradoxo da mudança sustentada pela estabilidade produz os seus frutos na sabedoria. Os monges Irlandeses, igualmente grandes peregrinos, também têm muito poemas inspirados que descrevem o amor que sentem pelas suas celas. Se não tivermos um lugar no mundo que amemos, mesmo que estejamos frequentemente longe, será difícil suportar o desenraizamento e a mudança constantes.(...)

A cela não é só um espaço físico a que estamos ligados como estamos naturalmente ligados às nossas casas. É mais do que um local. É também a nossa prática espiritual a que nos mantemos fiéis. Há pouco tempo falava sobre meditação com uma pessoa que é um "buscador" sincero mas é uma alma inquieta. (...)

As pessoas ainda perguntam, depois de assumirem o compromisso com uma dada prática, quanto tempo leva a meditação a produzir resultados. Será que a resposta é quanto tempo demorámos a chegar onde estamos agora, a deixar ir o futuro e o passado, a comprometer-nos com quem somos e com aquilo que somos? Tal como aquela nova lei Mexicana que dava licenças de matrimónio por um período de dois anos, a prática espiritual também devia ser sujeita a um compromisso mínimo. Mas assim que surge a ideia de compromisso, a resistência e o medo aparecem. O grande interesse pela meditação que surge nas sociedades ocidentais é de certo modo um sinal encorajador. Mas quando essa prática está desenraizada,

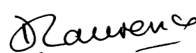
quando funciona desligada dum exercício regular enquadrado num grupo de suporte, ela rapidamente se transforma em mais uma ocupação de curto prazo. Daí a importância de vermos a nossa prática da meditação como uma cela que levamos connosco para onde o espírito nos transporta.

Acaba por se transformar, física e psicologicamente, num lugar recorrente de repouso. Cada vez que lá entramos, cada vez que meditamos, repousamos e actualizamos-nos a nós próprios, ligando pontas soltas e criando uma maior harmonia entre a mente e o coração.(...)

A cela pode também ser entendida como comunidade. "Sentamo-nos na nossa cela, que nos ensina tudo", quando permanecemos ligados de forma estável e fiel, àquela rede de relações, que opera a todos os níveis, à qual chamamos comunidade. Hoje, na nossa cultura hiper-individualista, muitas pessoas procuram a comunidade que lhes convém, encarando-a como um escape ao isolamento que os consome. Mesmo o casamento ou a vida a dois não consegue muitas vezes aliviar esta sensação moderna de alienação. Estas relações íntimas necessitam de um contexto social mais amplo, que lhes dê sentido, e de outro tipo de amizade que lhes permitam florescer. Porque será que celebramos os casamentos e os aniversários publicamente? É porque precisamos de raízes na comunidade que dêem suporte e defendam o projecto da vida em comum.

A comunidade, por outro lado, é desafiadora. Se por um lado, à medida que crescemos, sentimos o apoio que ela nos dá, sentimos simultaneamente que ela nos põe à prova. As pessoas, as situações, os planos, as colaborações, muitas vezes não funcionam como esperávamos e nesse momento é fácil acusar, condenar ou entregar-se a sentimentos de auto-rejeição e reincidir no isolamento. A comunidade é uma cela que precisamos de preservar tal como precisamos de aprender a ser fiéis ao *mantra*. De facto, à medida que aprendemos a meditar em comunidade, apercebemo-nos que estes aspectos exteriores e interiores do nosso eu estão cada vez mais sincronizados.

Pondo a questão em termos cristãos, este é o princípio da tomada de consciência de que a minha relação com Cristo não é uma feliz descoberta numa agência de encontros espirituais. Evoluímos da auto-percepção do nosso ego, como aquele que escolhe, para a percepção de si próprio como alguém que é escolhido, e no limite que existimos porque fomos escolhidos. A nossa liberdade expande-se ao aceitarmos isto. A meditação é uma cela de solidão. É por isso que criamos comunidade. Mas a comunidade é mais do que o grupo visível com quem meditamos. É o corpo místico do mestre, aquele que nos indica o caminho para o objectivo final, que está para além do último horizonte visível. (...)



Tradução de Madalena Avillez

CURSO DE MÍSTICOS CRISTÃOS V - 1ª sessão - 26.01.12

O Evangelho Copta de Tomé e a problemática do Gnosticismo nas origens cristãs

O evangelho copta de Tomé foi descoberto dois anos antes dos chamados “*Documentos do Mar Morto*”, mas enquanto estes revelam a existência de uma comunidade ascética diferente do judaísmo conhecida por essénios, ao invés desta, os manuscritos do evangelho de Tomé têm um carácter muito mais revolucionário por estarem directamente ligados ao cristianismo.

A palavra-chave deste evangelho é a **sabedoria**, tema predominante em 114 sentenças ditas por Jesus. Para Tomé não interessa situar historicamente estas 114 sentenças mas contextualizá-las e delas tirar a verdadeira questão acerca de Deus e do **eu** humano (self). Trata-se de encontrar a vida verdadeira já neste mundo e no mundo futuro. A uma pergunta dos discípulos, Jesus responde: “*aquilo que vós esperais já chegou. O reino de Deus está dentro de vós e fora de vós.*”

A **sabedoria** é usada para designar o conhecimento profundo do mundo e do homem que dá sentido à vida humana, porque permite o encontro do homem com a sua essência eterna que é uma centelha de Deus. Mas o Deus Supremo e Inefável não é o Deus criador da Bíblia. O demiurgo é que é a emanação deste Deus. Surgem assim dois deuses:

1º - O do mundo material, obra do demiurgo (Deus do Mal) que é o da mudança, da ilusão e da violência;

2º - O do mundo da imutabilidade, da harmonia e da bondade (Deus do Bem).

Como é que o ser humano descobre nele o **eu** (self) espiritual? A centelha divina que está em nós adormeceu por obra do demiurgo. É da consciência desta alienação que depende a salvação. Para os gnósticos a questão decisiva é saber como é que estas centelhas aprisionadas no corpo encontram a liberdade. O homem só é libertado com uma mensagem vinda do outro mundo e trazida pelo emissário da Luz. Assim, para muitos cristãos dos primeiros séculos o gnosticismo não é uma religião da sabedoria mas da salvação. Por isso havia cristãos que se declaravam gnósticos e gnósticos que se consideravam cristãos. Mas ao longo dos séculos esta concepção dualista do gnosticismo foi-se diluindo à medida que o cristianismo se institucionalizou e se consolidou na Igreja Católica. Hoje o gnosticismo é a visão do mundo baseada na experiência da **gnose** (conhecimento).

Maria Fernanda Paz

“A LUZ DO SILÊNCIO – Encontros Inter-Religiosos de Meditação” - Viseu

Caros amigos meditantes, cá me encontro eu, uma vez mais, a partilhar convosco, nestas breves linhas, aquilo que foi a minha experiência de estar presente, assim como de ajudar na organização da 2ª edição de “A Luz do Silêncio – encontros inter-religiosos de meditação”, que decorreu no passado dia 21 de Janeiro em Viseu.

O encontro decorreu numa sala da Igreja do Carmo em Viseu e iniciou pelas 15h e qualquer coisinha, porque alguns vinham de longe e apanharam obras na estrada.

Estiveram presentes Cristãos, Budistas, Hinduístas e Taoístas, todos em perfeita comunhão.

Deu-se início ao encontro através das leituras de Escrituras Canónicas de cada uma das tradições presentes, começando pelo Novo Testamento da Bíblia Cristã, uma vez que éramos nós, Grupo de Meditação Cristã de Viseu, os anfitriões do encontro.

De seguida fez-se a leitura do Tao-Te King, cânone da tradição taoista, seguindo-se a leitura do Bhagavad- Gita, escritura da tradição védica, e por fim a leitura do Dhammapada, texto da tradição budista onde se encontram expressos alguns dos pensamentos de Buda.

Antes da leitura do Dhammapada fomos presenteados pelos elementos do grupo budista presente, com um ritual de purificação budista tibetano através do som das taças tibetanas.

De seguida passámos para o momento nuclear do encontro que foi o período de 30 minutos de meditação em silêncio. Sem dúvida um momento alto do encontro em que, apesar da ausência do som, se fazia sentir uma outra forma de linguagem que unia todos os seres humanos ali presentes. De seguida realizámos momentos de partilha em que, mais uma vez, o mote central se focou na satisfação expressa pelos intervenientes, pela iniciativa da realização destes encontros. Eram 17h e terminámos o encontro, todos desejando encontrarmo-nos desta mesma forma, num espaço de tempo o mais breve possível.

De seguida rumámos para outra sala da Igreja onde pudemos partilhar o diálogo, com quem tínhamos partilhado anteriormente o Silêncio. Tudo isto acompanhado por uns bolinhos e um chazinho para quem quisesse.

Estou em crer que todos, à semelhança do que aconteceu comigo, regressaram às suas vidas com o coração mais enriquecido e com mais paz interior.

Apenas um muito obrigado a todos os que estiveram presentes, enriquecendo com a sua presença este encontro, e um agradecimento muito especial ao meu Grande Amigo Pe. Mota, por disponibilizar os espaços da sua Igreja para a realização deste encontro.

Um Bem-Haja a todos vós e muita Paz.

Marco Vieira

ENCONTRO INTER-RELIGIOSO NA COMUNIDADE BAHAI-12.01.12**ORAÇÃO***lida pelo Pastor P.E.H. Andreas Muller representante da Igreja Evangélica Alemã de Lisboa***Deus, olhamos com grande preocupação para o ano à nossa frente.**

A situação económica neste país em que vivemos tem-se deteriorado.

Muitos perderam o seu emprego.

Muitas famílias estão à beira da pobreza.

E aqueles que já são pobres, estão a perder a sua esperança de dias melhores.

Alguns até dizem que ainda vai ficar pior.

Já não conseguimos ouvir as más notícias.

As nossas igrejas e comunidades espirituais têm a tarefa de transmitir às pessoas fé e coragem.

Mas como devemos construir o futuro, se nós próprios já não temos a confiança em conseguir?

Deus, pedimos

Que nos dê força para nos manter em pé,

Oferece-nos a esperança da qual todos bebemos,

Dá-nos o amor de que necessitamos para partilhar,

Fica connosco com a tua palavra,

Faz com que consigamos cumprir a nossa tarefa, sermos testemunhas do teu amor, com serenidade!

Ámen.

Pastor Stephan Stalling

Igreja Evangélica Alemã de Lisboa

MISSA CONTEMPLATIVA - 15 .12.11

Cheguei ao grupo de Meditação Cristã há alguns meses, neste Natal tive a minha primeira experiência na Missa Contemplativa da Comunidade. Foi uma experiência bela e muito gratificante.

Durante a Celebração a sensação mais intensa, foi a presença de Jesus muito mais “Vivo” naqueles momentos... O espírito intimista da Eucaristia, fez-me sentir, mais vivamente, a verdadeira força e importância do Uno e do Todo.

Curiosamente, vivenciei uma sensação de “viagem” ao espírito das primeiras comunidades cristãs, de há 2000 atrás, na época de Jesus encarnado entre nós.

Jesus estava lá.

Obrigada pela simplicidade, a partilha, a comunhão.

Isabel Ribeiro

A minha experiência de Meditação Cristã, tem cerca de um ano e meio.

Comecei após uma conferência do Pe. Laurence Freeman na Capela no Rato e com o apoio semanal dum grupo de meditação.

Já tinha feito meditação anteriormente, mas nunca tive uma adesão espontânea como neste caso, pela simplicidade e profundidade, que senti nesta forma de fazer.

Foi muito importante termos um grupo que reúne para meditar todas as semanas.

Há na Meditação em grupo um enriquecimento com as orações, leituras e testemunhos das outras pessoas, que nos ajudam a melhorar a nossa prática de meditação diária, e a nossa evolução espiritual e humana.

O que senti na Missa contemplativa, foi a Graça do Sacramento da Eucaristia e uma energia de Amor e de Paz. Juntamo-nos várias pessoas que buscam Jesus, e é muito forte a Sua presença.

Assunção Vitorino

Relatório de actividades Out. 2010-Dez. 2011

- **Reuniões:** Equipa Nacional - 05.11.10, 06.01.11, 02.03.11, 02.05.11, 26.05.11, 07.07.11, 24.08.11, 29.09.11, 13.10.11, 30.10.11 e 22.11.11; Equipa Nacional/ Coordenadores de Grupo - 04.12.10
 - **Encontros Inter-Religiosos de Meditação:**
 - 2010 - 08 Nov - União Budista Portuguesa
 - 2011 - 10 Jan - Igreja de Sto. António de Campolide
 - 09 Mar - União Budista Portuguesa
 - 17 Mai - Comunidade Hindu de Portugal
 - 11 Jun - Sociedade Internacional para a Consciência do Krishna
 - 12 Set - Igreja de Campolide
 - 02 Nov - Mesquita de Lisboa
 - **Curso de Místicos Cristãos IV – 4ºs Sábados de Janeiro a Junho 11 - Igreja de Santa Isabel**
 - 29 de Janeiro - *Origenes* - Pastor Dimas de Almeida
 - 26 de Fevereiro - *Experiência de si e experiência mística em M^a de Lourdes Belchior* - P. Tolentino Mendonça
 - 26 de Março - *Sto. António de Lisboa* - Dra M^a de Lourdes Sirgado Ganho
 - 30 de Abril - *Pseudo-Dionísio* - Fr. Rui Grácio das Neves O.P.
 - 21 de Maio - *Sto. Inácio de Loyola* - P. João Norton S.J.
 - 18 de Junho - *Thomas Merton* - P. Peter Stilwell
 - **Notícias de Portugal - Nº 11 - Dez 10; Nº 12 - Mar 11; Nº 13 - Jun 11; Nº 14 - Set 11; Nº 15 - Dez 11**
De salientar que substituiu-se a assinatura obrigatória do boletim por uma coleta voluntária entre os membros dos vários grupos de meditação, mantendo-se a assinatura apenas para quem não está integrado num grupo. Em 2011 a contribuição dos grupos foi de **649 €**.
 - **Eucaristias Contemplativas:** 07 Dez. 10; 06 Abr. 11; 11 Jul. 11; 06 Dez. 11
 - **Encontro Meditação Cristã-Artes Orientais – 21 Nov 10; 27 Mar 11; 09 Jul 11; 10 Dez 11**
 - **Curso de Introdução às Igrejas Cristãs – Centro Nacional de Cultura**
 - . 14 Abril - Introdução / Pastor Dimas de Almeida
 - . 28 Abril - Igreja Ortodoxa / Padre Alexandre Bonito
 - . 05 Maio - Igreja Anglicana / Padre Fernando Santos
 - . 19 Maio - Igreja Luterana / Pastor Stephan Stalling
 - . 02 Junh - Igrejas Presbiteriana e Metodista / Pastora Eva Michel
 - . 09 Junh - Igrejas Evangélicas / Pastor Paulo Branco
 - . 16 Junh - Igreja Católica / Irmã Maria Julieta Dias
 - **Visita de Laurence Freeman a Lisboa - 21 e 22 Fev 11**
 - **Encontro Regional dos Coordenadores Nacionais – Europa-Sul – 1-3 Abril - Suíça** - participação de MC Guedes de Sousa e Nena Leitão
 - **Fim de Semana “ Partilhar o Essencial” - 11 a 13 Nov. - Centro de Espiritualidade Jean Gailhac - Ílhavo**
 - **Leituras semanais, textos da ESCOLA, Tablets, textos da Quaresma e Advento enviados via net –** colaboração de Rui Gomes Souto (envio e tradução) e Madalena Avillez (tradução)
 - **Site da CMMC -** introdução de vídeos, NP's, leituras semanais e outros docs., recursos disponíveis, conta/link youtube
 - **Novos Recursos/Publicações**
 - . Curso de Introdução às Igrejas Cristãs - 7 CDs audio (CMMC)
 - . Visita LF/ Fev 11 - 3 Conferências 3 DVDs vídeo (CMMC) *
 - . Curso Místicos Cristãos IV – 6 DVDs video (CMMC) *
 - . Cd's/timers de 25 e 20 min (CMMC)
 - * Gravados, concebidos e produzidos por Gilda Monteiro
 - Novas publicações:
 - . “A Palavra que leva ao Silêncio” de John Main - Pedra Angular
 - . “O Coração da Criação” de John Main – Paulinas
- Nota:** Os grupos da CMMC – Portugal doaram **925€** para o projeto *MEDITATIO* da WCCM. 31.12. 2011