

Meditación 7: Ser uno con la Totalidad

MEDITACIÓN SÍNTESIS

Mapa:

SÉPTIMA ETAPA

CLAVE: Iluminación

OBJETIVO: Ser uno con la Totalidad

VÍNCULO: Cuerpo espiritual

TÉCNICA: Presencia, sin soportes

CUALIDADES: Infinitud, Desprendimiento, No Dualidad

IMÁGENES: Firmamento, Fruto, Abrazo

OBSTÁCULO: Miedo. Vértigo a la disolución

RETO: Vivir el éxtasis con confianza

CONCIENCIA:

- Hemos llegado a crear un espacio interior y a reconocer un centro de vivencia propio. Nos hemos disuelto para que pudiera descender lo más alto, ahora se nos pide que todo lo alcanzado lo dejemos correr río abajo. Es como si el camino de meditación fuera un camino de desprendimiento de capas postizas, falsas identidades. La familia, la tribu, la nación, nuestras emociones, sentimientos, creatividad, nuestro máspreciado yo, todo se desprende, todo aparece como una ilusión.

- Es como la fruta madura que arrastra al árbol en un gesto de humildad y se

desprende para diluirse en el magma de la tierra que dará nueva vida. Ya no hay fronteras, ya no hay un yo y un tú separados. Es como el abrazo sincero que amasa los cuerpos y los corazones en una sóla esfera donde se aboliría las diferencias. Es un Sí profundo a la vida.

- Lo que verdaderamente somos es un flujo de vida, un espacio que acoge todas las manifestaciones de la existencia, una presencia que lo unifica todo.

- Todo este camino realizado a través de la meditación tiene un objetivo secreto, liberar el sufrimiento. Y no se trata de cargar con el sufrimiento ajeno sino de aportar compasión para liberarlo. Meditamos para aligerar el sufrimiento del mundo.

MEDITACIÓN 7:

Hemos llegado al final del camino, hemos subido a la copa del árbol. Después de todas las etapas, objetivos, técnicas y obstáculos nuestra mente ha sido domada, la pantalla a través de la cuál mirábamos ha sido purificada hasta quedar transparente, no hay nada que hacer. Estamos en la forma más natural de la meditación donde no hay que hacer ningún esfuerzo porque no queremos llegar a ningún sitio ni experimentar ningún estado especial. Se trata de fluir con lo que acontece bailando internamente con la forma que adopta cada momento. No hay más. Simplemente dejar aflorar el Ser que somos que se manifiesta como consciencia y como gozo profundo.

Julián Peragón

