

Obstáculos en la meditación: Fantasía

Obstáculos y retos:

Fantasía

Desde este nivel, como desde la cima de una montaña, el horizonte es muy amplio. Podemos divisar fácilmente nuestra biografía con suma nitidez, e incluso anticipar los siguientes pasos que daremos en el camino. Todo se vuelve diáfano, no hay lugar para la duda.

La visión del águila es muy poderosa: escudriña el terreno palmo a palmo hasta dar con la presa. Sin embargo, cuando se acerca al terreno, hay más arbustos y sombras de las que esperaba; no siempre el águila se lleva el gato al agua. Algo parecido nos pasa a nosotros cuando elevamos nuestro nivel de conciencia. Desde nuestra altura filosófica, las preguntas y las respuestas son claras y contundentes, pero a ras de suelo son más ambiguas y complicadas.

En nuestra meditación, a veces se despliegan verdaderas visiones integradoras, luminosas, prometedoras. Son visiones que anticipan lo que va a venir, que nos señalan el atajo para salir de una crisis o nos dan ideas relacionadas con un nuevo proyecto. A menudo, esas visiones chocan con la cruda realidad que vivimos día a día y no se articulan suficientemente.

No es de extrañar que nuestro mecanismo de defensa salte por los aires, que empecemos a fantasear allí donde la realidad se mantiene fija; en definitiva, que nos quedemos colgados en las alturas, esperando

infructuosamente que la realidad cambie.

La fantasía, sea de un color o de otro, es una huida hacia delante. Escapamos de un mundo duro, de una realidad triste, de un entorno empobrecido y, a golpe de sublimación, reconstruimos un mundo feliz en el que nos gustaría vivir.

Con todo, la meditación no es una invitación a despegar hacia dimensiones desconocidas sino a aterrizar justo en esta dimensión, en la realidad más desnuda. Es muy humano fantasear, añadir a la realidad aquel pedazo que le falta y limar aquél que le sobra para que se adapte a nuestras expectativas. Si pudiéramos despojarnos de todas esas expectativas, de cómo tendrían que ser las cosas y de cómo nos ven los demás, tal vez el frío de la nieve no sería tan helado, la soledad tan lúgubre ni la muerte tan terrorífica.

Julián Peragón

Meditación Síntesis

Editorial Acanto
