Meditar sin apego

Gran parte de las fotos que hacemos en nuestros largos viajes son un intento desesperado de apropiarnos de momentos especiales, intensos, exóticos, para inmortalizarlos después en el museo de nuestros álbumes fotográficos. Poseer las cosas, controlar las relaciones, acumular experiencias nos da una sensación de seguridad, aunque esa seguridad a la larga se demuestre falsa… pues las cosas se pierden, las relaciones se rompen y a las experiencias se las va comiendo el pozo oscuro del olvido…

La identidad es un conglomerado de impresiones e ideología, y nuestras posesiones son como el alfiler que engancha todo el puzzle en la cartulina. Acumulamos y acumulamos hasta que ya no queda ningún rincón vacío, creyendo ilusamente que ese vacío interno se puede llenar con seres o enseres.

Esa avaricia también la detectamos en la meditación: estamos prestos a cosechar todo tipo de experiencias para certificar un estado superior; en el fondo, lo que hay ahí es un orgullo espiritual bien camuflado tras una cortina de pseudofilosofía. Nos hemos apegado a la teta de nuestra madre, al cómic del superhéroe, a la banda de rock, al libro de cabecera y al cigarrillo. Han pasado las modas, hemos cambiado de vestuario y de grupo social, de pareja y de residencia… pero el apego se ha mantenido todo el tiempo, como un arnés que nos protege de caer en el vacío, de disolvernos en la nada…

Es absurdo apegarnos a nuestro cojín de meditación, a nuestro ritual iniciático, a los símbolos trascendentes con los que nos rodeamos y al conocimiento adquirido. Es absurdo porque sólo son medios hábiles, nada más. En el momento de “saltar” hacia ese espacio infinito, cualquier apego se convertirá en piedra en la mochila, en un lastre.

Meditar sin apego es andar por la cuerda floja de la confusión sin red de seguridad, sólo con nuestros pies descalzos y nuestro equilibrio.

Julián Peragón

Meditación Síntesis

Editorial Acanto