
IR EN GLOBO

Pincelada de meditación

Julián Peragón



IR EN GLOBO

La meditación se parece a ir en globo, desde la altura se ve un horizonte más amplio. Pero sobretodo en la quietud de las alturas no notamos el viento. Y no lo notamos porque estamos dentro de él, somos llevados por su corriente.

Lo mismo pasa en la meditación cuando aterrizamos en la presencia porque entonces no notamos el pasar del tiempo. Vamos viviendo instante a instante porque estamos en el flujo del tiempo. El tiempo psicológico lo notamos cuando el deseo empuja con su insatisfacción, o el miedo nos retiene para no enfrentarnos con lo inevitable. Podemos decir que la meditación es la manera de liberarnos de la pesada carga del tiempo en el que vive el ego.

Om shanti. Julián Peragón