

---

# DESNUDAMIENTO

## Pincelada de meditación

Julián Peragón

---



---

# DESNUDAMIENTO

La meditación busca la presencia como la única realidad que existe en este momento y donde cabe la gran potencialidad de la transformación. Si iluminas cada momento con la luz de la consciencia verás que el horizonte de cada momento se expande de tal manera que no hay un yo separado sino consciencia de unidad. Observas la nube y te conviertes en la nube porque no la piensas, sólo la sientes.

Poco a poco empiezan a caer, casi sin proponértelo, las creencias limitadoras acerca de lo que es la realidad, la importancia personal acerca de que somos algo separado y el egoísmo que busca todo el tiempo la ventaja y el privilegio. La meditación es desnudamiento.

Si no te desnudas antes de bañarte no notarás el aire, no sentirás el sol, no percibirás la arena ni el agua. Lo mismo pasa con la meditación, te desnudas de tantos postizos para sentir íntimamente al Ser, la vida, la naturaleza y al otro como semejante.

Om shanti. Julián Peragón.