

COMPASIÓN

Pincelada de meditación

Julián Peragón



COMPASIÓN

El sufrimiento abunda, miremos a donde miremos. Las circunstancias nos hacen bailar al son de su urgencia en una rueda infinita de ilusión y desilusión, para volver a levantarse y volver a caer.

La filosofía profunda nos recuerda que detrás de las innumerables formas que toma el sufrimiento en cada uno de nosotros al final se reducen a la ignorancia, el egoísmo, el apego, el rechazo y el miedo. Reconocer la fuente del malestar nos sitúa en la buena dirección de la liberación. Sin embargo, en tanto que el yo es una creación insustancial, lo mío y lo tuyo dejan de tener relevancia. Tal vez por eso, mirar el sufrimiento ajeno es mirarse en un espejo.

En verdad, nos duele lo mismo a todos, la misma falta de amor y reconocimiento, la misma carencia y mismo miedo al dolor o la muerte. Despertar el corazón compasivo relativiza el propio y nos inmuniza contra el fantasma de la aniquilación. Si nos secundara el coraje al abrazar el sufrimiento del mundo podríamos aprender de él y convertir el enemigo en aliado porque el sufrimiento secretamente busca nuestro despertar.

Om shanti. Julián Peragón