
Ser acechadores

Pincelada de meditación

Julián Peragón



Ser acechadores

De alguna manera el meditador se convierte en un ACECHADOR. Como un cazador en el bosque permanece en quietud y se mueve con sigilo, atento a que salte la presa del mecanismo inconsciente para cazarlo. Ahora una fantasía, después una queja, tal vez una duda, un juicio, una angustia, un resentimiento, tantas fieras que se esconden en la sombra de lo que somos.

Cuando estamos atentos ese bosque interior queda en silencio, la agitación se esfuma y entramos en calma. Ciento que una cosa es calmar y otra, muy diferente, transformar. Pero el cazador primero debe conocer los hábitos de sus presas.

Om shanti. Julián Peragón