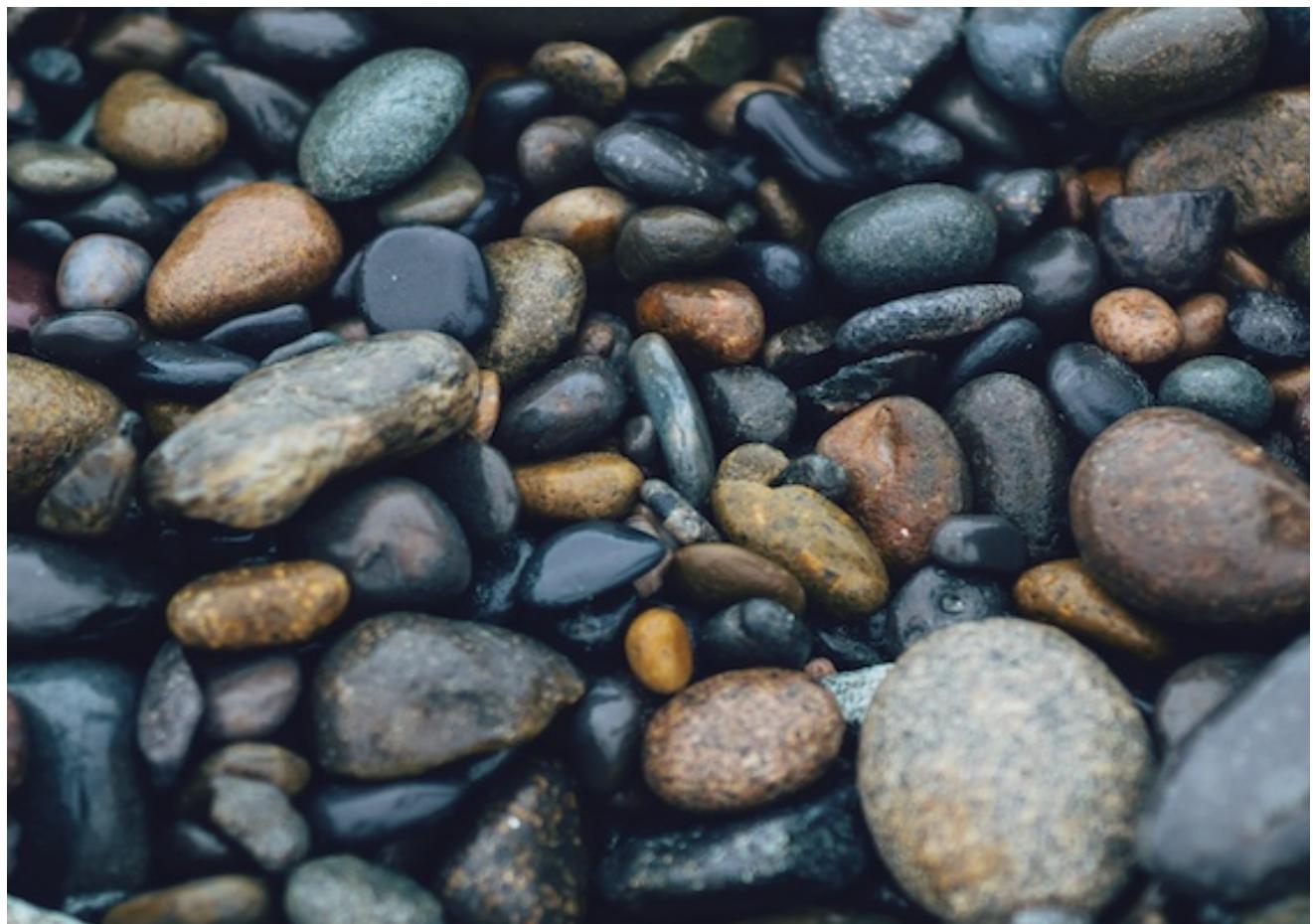


Realidad

Pincelada de meditación

Julián Peragón



Realidad

No hay ninguna duda de que somos reales y que experimentamos la vida. Una vida que, por otro lado, no depende exclusivamente de nosotros sino que nos ha sido otorgada. Y esta existencia está dentro de la Realidad (así, con mayúsculas) que podemos encontrar fuera y simultáneamente dentro.

Y la realidad no es sólo lo que podemos ver, tocar u oler, también tienen contundencia todo lo que no registra nuestra limitada capacidad sensorial. Es real lo que está cerca pero también lo lejano, lo extraño, lo incomprensible. Son reales nuestros pensamientos que conocemos bien pero también nuestras intuiciones, sentimientos, sensaciones que a menudo se cuelan en la penumbra del subconsciente. Son reales nuestras ideas más brillantes pero también nuestras pesadillas más tenebrosas.

Toda la Realidad es real, valga la redundancia, y no la podemos marginar, olvidar o ningunear porque lo real actúa todo el tiempo, y si hay alguna manera de que no nos desgarre (por fuera y por dentro) es prestándole una atención delicada. Bienvenidos a la meditación.

Om shanti. Julián Peragón