

EL CAMINO DE LA LIBERACIÓN (John Main)

Si estamos comprometidos con decir nuestro mantra, estaremos más y más profundamente comprometidos con la realidad de nuestro propio ser, con la realidad de toda la creación y con la de Dios. El verdadero hombre o mujer religioso es quien vive su vida respondiendo a la realidad. No a metas, no a ambiciones, no a cosas secundarias, no a cosas materiales, no a lo que es trivial. Si respondemos a lo que es trivial, nos trivializamos nosotros mismos.

La gran fantasía es que estamos en el centro de la realidad. En la conciencia inicial de la vida pareciera que accedemos al mundo externo desde nuestro propio centro. Pareciera que monitoreamos el mundo exterior desde un centro de control interno. Es así como parece que el mundo gira alrededor de nosotros. Luego comenzamos a tratar de controlar ese mundo, de dominarlo y de ponerlo a nuestro servicio. Este es el camino hacia la alienación, hacia la soledad y hacia la ansiedad, pues es fundamentalmente irreal.

Lo que encontramos en la meditación es que Dios es el centro, que Dios es la fuente de toda realidad. Lo que descubrimos es que no hay nada real fuera de Dios. Sólo lo ilusorio existe fuera del centro real. Es así como comenzamos a saber, desde nuestra propia experiencia, que Él es el asiento de nuestro ser. En Él vivimos. Por Él vivimos.

El resultado es que nuestra meditación se convierte en la vía de la liberación. Es lo que Jesús vino a proclamar: "Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia" (Jn. 10,10). En otras palabras, no necesitamos pedir perdón por ser. No precisamos pasarnos la vida haciéndonos aceptables para los demás. Necesitamos tan sólo estar arraigados en la realidad.

La meditación es una vía para la liberación de todo miedo. El miedo es el mayor impedimento a la abundancia de vida. La maravilla de la visión proclamada por Jesús es que el gran poder del amor que disipa el temor es el poder con el que hacemos contacto con la profundidad de nuestro ser. Pero no hay medias tintas. No se puede decidir hacer un poquito de meditación. La opción es meditar y arraigar las propias vidas en la realidad: ser libres para ser, y ser plenamente cada momento de nuestras vidas. Tal como yo lo entiendo, de eso es de lo que trata el Evangelio.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Sientes que el mantra te inserta en la realidad o más bien te saca de ella?
- ¿Te consideras una persona realista o más bien tendente a vivir en tus propios mundos interiores?
- En tu vida, ¿qué hay en este momento de trivial y de superfluo?
- ¿Sigues pretendiendo que el mundo se pliegue a tus proyectos y deseos?
- ¿Experimentas realmente que no hay nada real fuera de Dios?
- ¿Comprendes de verdad que sólo lo ilusorio es lo que te hace padecer?
- La meditación, ¿trae alivio y consuelo a tu vida o es más bien otro peso, otra carga o responsabilidad?
- ¿Hasta qué punto actúas para ser querido y aceptado por los demás?
- ¿Cambiarías alguno de tus quehaceres si supieras que en adelante todo iba a ser estrictamente privado?
- ¿Quieres "hacer contemplación" o "ser contemplativo"?