

LA REALIDAD ES AMOR (John Main)

Para meditar es preciso ser muy sencillos. Esto es un gran reto para muchos de nosotros, pues hemos sido formados con la conciencia moderna de la era científica. Cuando comienza a meditar, a la mayoría les resulta muy difícil creer que sólo con recitar la palabra *Maranatha* una y otra vez, ya se está en el camino. Por eso, al comienzo esto deberá aceptarse por pura fe. Pero lo cierto es que nada conduce al silencio y a la quietud como el mantra.

Comprendido esto, se comenzará a entender desde la propia experiencia que la meditación nada tiene que ver con el análisis. Lejos de tener algo que ver con el análisis, la meditación tiene más bien que ver con la síntesis. En el análisis se trata de discriminar las diferentes partes que componen la realidad, y eso es lo contrario de la unidad a la que aspiramos. Una unidad que es nuestra meta, sí, pero a la que todos tenemos que aspirar desde un ser muy fracturado.

La gran síntesis, por contrapartida, se da en Cristo, con Cristo y a través de Cristo. Esto significa que nos hacemos conscientes de la correspondencia entre cada una de las partes de la creación en la medida en que están alineadas con Cristo. Pues bien, es el mantra el que nos lleva a esto, calmando gradualmente todas nuestras fijaciones grandiosas y todo nuestro autoanálisis egoísta.

Si se persevera en la recitación del mantra, se va descubriendo cómo la experiencia meditativa va convirtiéndose poco a poco en la experiencia que marca toda la vida. Y es así como en vez de acercarse a la vida analizando, notando las diferencias, nos embarcamos en ella de todo corazón, respondiendo a las correspondencias.

Los primeros cristianos describieron esto apuntando que uno se acerca a la vida con amor porque lo que hallamos en nuestro propio corazón es precisamente el principio vivo del amor. El gran misterio de la fe cristiana es que el amor se encuentra en nuestro propio corazón. Si tan sólo pudiéramos permanecer silenciosos y quietos, nos daríamos perfecta cuenta de que este amor es el centro supremo de todo nuestro ser y de nuestra acción. Por ello, lo más importante que los cristianos deben proclamar al mundo, a todos los que tengan oídos para oír, es que este Espíritu efectivamente mora en nuestros corazones, y que orientándonos hacia él con atención total, también nosotros podemos vivir de la plenitud de ese amor.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

¿Confías en el mantra? Si no es así, ¿cuál es la raíz de tu desconfianza?

Analiza tu vida, esto es, descomponla en cuatro o cinco ámbitos. Sintetiza ahora estos ámbitos desde un denominador común. ¿Cómo te has sentido en el proceso mental de fraccionamiento y recomposición?

Cristo es la síntesis de tu vida, ¿qué significa esto para ti?

Describe la plenitud a la que aspiras. ¿Te sientes realmente llamado a vivirla?