

## Obstáculos en la meditación: Fantasía

Obstáculos y retos:

### Fantasía

Desde este nivel, como desde la cima de una montaña, el horizonte es muy amplio. Podemos divisar fácilmente nuestra biografía con suma nitidez, e incluso anticipar los siguientes pasos que daremos en el camino. Todo se vuelve diáfano, no hay lugar para la duda.

La visión del águila es muy poderosa: escudriña el terreno palmo a palmo hasta dar con la presa. Sin embargo, cuando se acerca al terreno, hay más arbustos y sombras de las que esperaba; no siempre el águila se lleva el gato al agua. Algo parecido nos pasa a nosotros cuando elevamos nuestro nivel de conciencia. Desde nuestra altura filosófica, las preguntas y las respuestas son claras y contundentes, pero a ras de suelo son más ambiguas y complicadas.

En nuestra meditación, a veces se despliegan verdaderas visiones integradoras, luminosas, prometedoras. Son visiones que anticipan lo que va a venir, que nos señalan el atajo para salir de una crisis o nos dan ideas relacionadas con un nuevo proyecto. A menudo, esas visiones chocan con la cruda realidad que vivimos día a día y no se articulan suficientemente.

No es de extrañar que nuestro mecanismo de defensa salte por los aires, que empecemos a fantasear allí donde la realidad se mantiene fija; en definitiva, que nos quedemos colgados en las alturas, esperando

infructuosamente que la realidad cambie.

La fantasía, sea de un color o de otro, es una huida hacia delante. Escapamos de un mundo duro, de una realidad triste, de un entorno empobrecido y, a golpe de sublimación, reconstruimos un mundo feliz en el que nos gustaría vivir.

Con todo, la meditación no es una invitación a despegar hacia dimensiones desconocidas sino a aterrizar justo en esta dimensión, en la realidad más desnuda. Es muy humano fantasear, añadir a la realidad aquel pedazo que le falta y limar aquél que le sobra para que se adapte a nuestras expectativas. Si pudiéramos despojarnos de todas esas expectativas, de cómo tendrían que ser las cosas y de cómo nos ven los demás, tal vez el frío de la nieve no sería tan helado, la soledad tan lúgubre ni la muerte tan terrorífica.

*Julián Peragón*

*Meditación Síntesis*

*Editorial Acanto*

---