



¡Qué bien estoy cuando estoy bien! ¡Qué bien se está aquí!

Cuando voy a un “Retiro” y me retiro de mi vida cotidiana, es porque necesito adentrarme en “las cosas del Camino, la Verdad y la Vida”. El “Retiro” y el retirarme de la vida cotidiana, es para mí un volar hacia el infinito e ilimitado Camino. El “Retiro” y el volver a la vida cotidiana son como las dos alas de un pájaro.

Podría decir que al ir a un “Retiro” tomo la decisión de emprender el Camino hacia mi Centro, allí empieza el Camino a vivificarme. Y también podría decir que el retirarme de la vida cotidiana es un abandono del “egocentrismo” y lo superficial. Es una firme determinación para dejar de ser yo mismo el centro de todas las relaciones que tengo con el Camino y contigo.

Un “Retiro” es muy especial para mí, pues reconozco que necesito salir de la vida cotidiana, para luego volver a ella. El ir a un “Retiro” es tener el valor de ver que me falta algo, y allí en el silencio me doy cuenta de mi “Nada” y que me habita el “Todo”.

Y allí, al final del “Retiro”, me doy nuevamente cuenta que el verdadero “Retiro” empieza momento a momento en la vida cotidiana cuando me relaciono contigo.

Es el mismo Camino, el que me da la fuerza para buscar al Camino (“Buscar al que me hace buscar”), y además me abre el ojo espiritual para no quedarme perdido: ¡Qué bien estoy cuando estoy bien! ¡Qué bien se está aquí!

El “Retiro” no es encontrar la barita mágica de “cargar las pilas” para que en la vida cotidiana esté todo en armonía, sin problemas y sin conflictos.

El “Retiro” es un espacio “sin patria” donde salgo de la seguridad de mí mismo, para encontrarme con mi verdadera soledad dolorosa y herida que me aleja de mí y de ti. Voy al “Retiro” para dejarme en manos del Camino y para que me ayude a cambiar mi relación contigo.

Pero con mi forma de retirarme no puedo pretender que tú estés de acuerdo conmigo.

Para mí, el “Retiro” es un momento fugaz en mi vida, pero yo sé que debo salir de ese momento eterno y volver a ti.

No quiero que el “Retiro” me lleve a un estado sensacional y especial, no quiero aislarme de ti, lo único que quiero es ir con sencillez a la vida cotidiana donde estás tú, y darte regaladamente lo que se me da regaladamente para ti.

El Camino y tú sois mi destino. ¿Cuánto tiempo tardaré en llegar a destino? No lo sé, sólo el Camino lo sabe, no quiero ni deseo impacientarme. Algún día llegaré a destino, seguro.

¿Cómo tengo que comportarme en mi vida como caminante hacia el Camino y hacia ti?

- Primero, no impacientarme.
- Segundo, ejercitándome y preparándome para vivir con sencillez cercana a ti.
- Y tercero, mirarte con amplitud cada día para verte a ti tal y como eres, sin pretender que cambies para mí: “Mirar con la mirada de las montañas lejanas”.

Quiero y deseo felicitarte estos días de Navidad y Año nuevo 2016-17



Quiero y deseo dejar todas las cosas y toda mi vida en manos del Camino, pues cuando las dejo de verdad, solo queda el Camino para que nunca se agote mi caminar hacia ti. Entonces descubro que el Camino está en ti, y tú me conduces a Él. Esta experiencia me hace vivir una gran paz y alegría, pues: ¡Tú eres la razón de ser que el Camino ha puesto en mi corazón para buscarlo a Él!

La meditación no la valoro por el tiempo dedicado ni por lo que obtengo de ella, sino por su profundización que me lleva a mi Centro donde habita el Camino y me habitas tú. Esta es la verdadera meditación que se transforma en meditación continua.

El objetivo de mi meditación es liberarme de mí mismo, y liberarme de mí mismo quiere decir que no me ata nada que no sea el darme al Camino y a ti. Un buen objetivo que quiero y deseo es ser indiferente a las cosas como el honor o deshonor, tener o no tener, ser tomado por sabio o por loco, etc., y no ser indiferente ni al Camino ni a ti.

No quiero estar atado al pensamiento de conseguir, solo quiero y deseo que el Camino me consiga para Él y para ti.

Mis errores, faltas y fracasos me han producido pérdida de confianza en ti y en el Camino. Pero observo en la meditación que todos estos errores, faltas y fracasos son experiencias que he vivido y tienen mucho valor para mí, entonces, casi sin darme cuenta, experimento que ese sentimiento de fracaso desaparece como al despertar desaparece un sueño. Entonces entiendo que es un regalo del Camino para ti.

En la práctica de la meditación con la respiración, experimento que me reencuentro con mi Centro, allí me envuelve el Camino con su Aliento de Vida, y una gran paz invade mi interior sintiéndome uno con el Camino. Aunque esta experiencia no es todavía completa, sí que veo el lugar hacia donde tengo que dirigirme y ya sé cuál es mi objetivo.

Para que la experiencia sea cada vez más completa, es necesario que esa gran paz, que invade mi interior, se convierta en gran agradecimiento al Camino. Aunque ya sé hacia dónde tengo que dirigirme, aquí me pongo en marcha hacia mi objetivo. Es el mismo Camino que me da la fuerza gratuita para ir hacia el lugar de encuentro con Él y contigo.

Y cuando me pongo en marcha y me dirijo hacia donde tengo que dirigirme, es cuando experimento que el mismo Camino, que habita en mi Centro, intenta hacerse camino y salir a tu encuentro a través de mis pensamientos, palabras y acciones. Y allí en mi Centro, me invade una gran paz que me funde en un abrazo para ser uno con el Camino y contigo.

Si tengo buenas raíces contigo, daremos juntos frutos buenos y sabrosos que nos alimenten a nosotros y a otros, pues no hay árbol bueno que dé frutos malos, ni mal árbol que dé frutos buenos.

¡Qué bien estoy cuando estoy contigo!

¡Qué bien se está aquí contigo!

¡Contigo existo, vivo y actúo en el Camino Verdadero y Vivo!

Murcia, 16 de diciembre del 2016

Pedro Vidal

Pedro Vidal López – Móvil: 659 362 997 –

E-mail: pedrovidal@sincroniazzen.com – www.miradainterior.com – www.sincroniazzen.com