

Ahora...

Autor: wagion

Categoría: Reflexiones

Publicado el: 28/12/2015

La respiración se hace más suave, abriéndose más y expandiendo el abdomen. La espiración se alarga; sintiendo el flujo como el vaivén de las olas en la orilla... sintiendo a la vez la relajación de los músculos y cómo la energía se concentra, siguiendo la respiración hasta un punto imaginario frente a ti.

La mente va participando de ese instante, abriéndose como una flor y fluyendo los pensamientos. Dejándolos ir mientras va solamente captando, sintiendo, enfocándose en la nada al ritmo de la respiración. Avanzando poco hasta sentir la llegada del pensamiento más profundo... pensar sin palabras... pensar sintiendo, abriéndose a la inmensidad más allá de todo. Donde las palabras sólo son pequeños fragmentos de la amplitud. Pequeñas motas que tratan de captar sensaciones e inacabables relaciones y flujos....

Publicado bajo licencia [Creative Commons BY-NC-ND](#)

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [wagion](#)

Más relatos de la categoría: [Reflexiones](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](#)