

## MEDITACIÓN DE LA ROSA

Tanto en Oriente como en Occidente, la flor siempre ha sido considerada y utilizada como símbolo del Sí Mismo Espiritual. En China, por ejemplo, existe un antiguo texto taoísta que trata del significado profundo de la Flor de Oro. En la India ha sido y sigue siendo utilizado el símbolo del Loto (nenúfar), que tiene las raíces en el barro, el tallo en el agua y cuyas flores se abren al aire bajo los rayos del sol. En Persia y en Europa preferentemente se ha usado como símbolo espiritual la rosa, como por ejemplo en el emblema de la orden de los Rosa-Cruces: una rosa en el centro de una cruz.

Generalmente se ha usado la imagen de la flor ya abierta como símbolo del espíritu y su visualización es sumamente sugestiva y evocadora. Aún es mucho más eficaz y suscitadora de energías y de procesos psicoespirituales el uso dinámico del símbolo, es decir: la visualización del pasaje, del desarrollo, del capullo cerrado a la flor completamente abierta.

El símbolo del desarrollo corresponde a una realidad profunda, a una ley fundamental de la vida que se manifiesta tanto en los procesos de la naturaleza como en los del alma humana.

Este ejercicio, original de Roberto Assagioli, el creador de la Psicósíntesis, podemos realizarlo individualmente y en grupo. En el primer caso tenemos que memorizar las distintas fases para recordarlas con facilidad. En el segundo, quien dirige el ejercicio, lentamente y con las pausas oportunas, lo desarrollará de la siguiente forma:

Imaginemos el capullo cerrado de una rosa. Visualicemos el tallo, las hojas y en lo alto del tallo, el capullo. El capullo es de color verde, porque los sépalos aún están cerrados y, como mucho, en la parte superior podemos llegar a ver tan sólo un pequeño punto rosa. Visualizaremos ese capullo lo más vívidamente posible, manteniendo su imagen en el centro de la conciencia... Mientras lo observamos vamos viendo como, poco a poco, comienza un lento movimiento: los sépalos empiezan a separarse dirigiendo sus extremos hacia fuera, dejando así al descubierto los pétalos rosados, todavía cerrados... Los sépalos se separan cada vez más... y cada vez distinguimos mejor el capullo de pétalos de un tenue color rosa... Ahora, también los pétalos empiezan a extenderse..., el capullo sigue abriéndose lentamente... hasta que la rosa se revela en toda su belleza y nos quedamos durante unos instantes admirándola con alegría.

Una vez en este punto, comenzamos a percibir, inhalándolo, el aroma de la rosa... Ese perfume tan característico y conocido... tenue, dulzón y agradable... Lo olemos con profundo placer...El símbolo del perfume ha sido utilizado frecuentemente en el lenguaje religioso y místico (el olor de santidad) y también es frecuente el uso de perfumes en los ritos (incienso, aceites, flores...)

Después visualizamos toda la planta e imaginamos la fuerza vital que brota desde las raíces hasta la flor, produciendo este desarrollo... y permanecemos contemplando este milagro de la Naturaleza.

Ahora mismo nos identificamos con la rosa, o más exactamente, ponemos la rosa en nuestro interior más profundo y nos sentimos un@ con ella... Ahora somos, simbólicamente, una flor y más concretamente una rosa. La misma Vida que anima el Universo y que ha producido el milagro de la rosa, está produciendo en nosotr@s un milagro similar o incluso mayor: el desarrollo, la apertura, la irradiación de nuestro ser espiritual... y nosotr@s podemos cooperar conscientemente con nuestro florecimiento interior.

**M<sup>a</sup> Dolores Sánchez-Villacañas**