Amor incondicional



Per GloriaA el dt., 19/09/2023 - 00:00

Que tots els éssers que existeixen,
dèbils o forts, petits o grans,
propers o llunyans,
nascuts o que encara han néixer,
que tots els éssers sense excepció siguin feliços.

Que ningú engany i menyspreï ningú enlloc;
ni desitgi el patiment d'un altre,
ni provocant-lo ni enemistant-s'hi.

Com una mare protegeix el seu fill,
el seu únic fill,
amb perill de la seva pròpia vida,
de la mateixa manera cal cultivar
un amor il·limitat vers tots es éssers.

Que els teus pensaments d'amor
omplin el món sencer,
a dalt i a baix, a la dreta i a l'esquerra,
sense diferències, ni odis, ni malicia.
Dempeus, caminant, asseguts o estirats,
sempre que hom estigui despert
hauria de cultivar aquesta meditació d'amor.
És, diuen, el millor que es pot fer en aquest món.

Fragment del Meta Sutta, pregària budista