

SILENCIO MECIENDOSE



## SILENCIO MECIENDOSE

Esta es una recopilación de textos que siento apuntan a ese Silencio primordial, inmóvil, y compasivo, desde el cual y en el cual parece surgir todo sonido, expresión y forma.

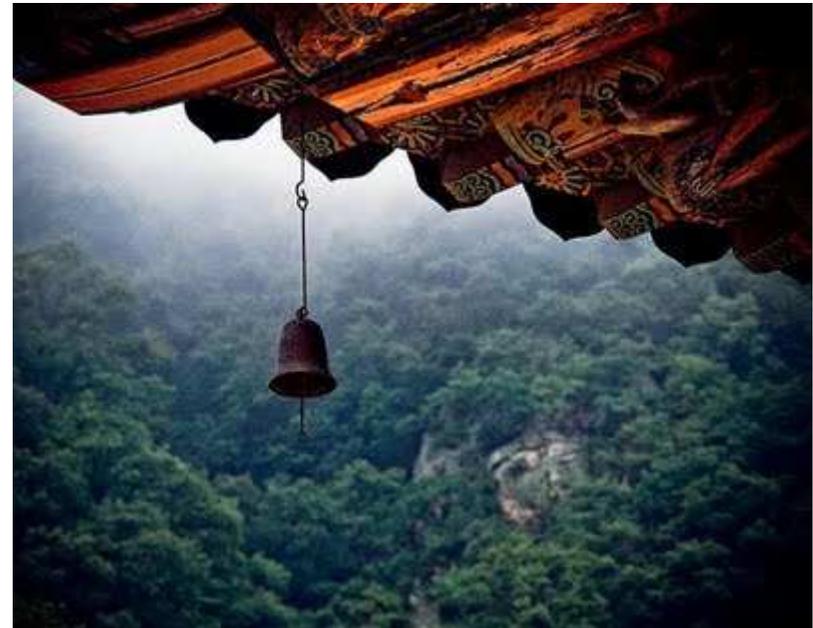
Desde aquí se ve todo como una oportunidad para descubrir por un mismo, en cada momento, ese "no espacio" silente, que siempre está de "fondo", presente incluso ante cualquier apariencia de "agitación" o "ruido", bajo cualquier circunstancia.

Es una invitación a descubrir por uno mismo esa Quietud en la que todo parece ocurrir, que no entra en lucha con nada y acoge todo aquello que parece surgir en forma de movimiento.

Podríamos decir que todo lo que surge no es sino el mismo Silencio, meciéndose a sí mismo.  
Plenitud, descubriéndose a sí misma, a través de toda apariencia.

Más allá de la presencia o la ausencia de cualquier manifestación u objeto de los sentidos, imagen o representación mental, este Silencio, esta Quietud, esta Paz, ES.

La Paz que todo ES.





Gracias al Maestro Silencio  
en cada uno de los participantes  
y al movimiento expresión  
que parece surgir a través de ellos.

Sugiero leerlo de a poco,  
dejándose saborear en Eso que Es,  
dejándose impregnar en ello  
descansando en ello

Jáitor

Lo que eres fundamentalmente es un abandono natural.

Cuando la mente se vuelve clara, hay un abandono,  
una Quietud, llenada con una corriente de Amor.

Jean Klein



Libre de la identidad,  
tus ojos perciben en ese Silencio,  
la Belleza y la Claridad sin el juicio de la mente,  
simplemente puro como es.

Mira la vida con ojos silenciosos.

Mooji

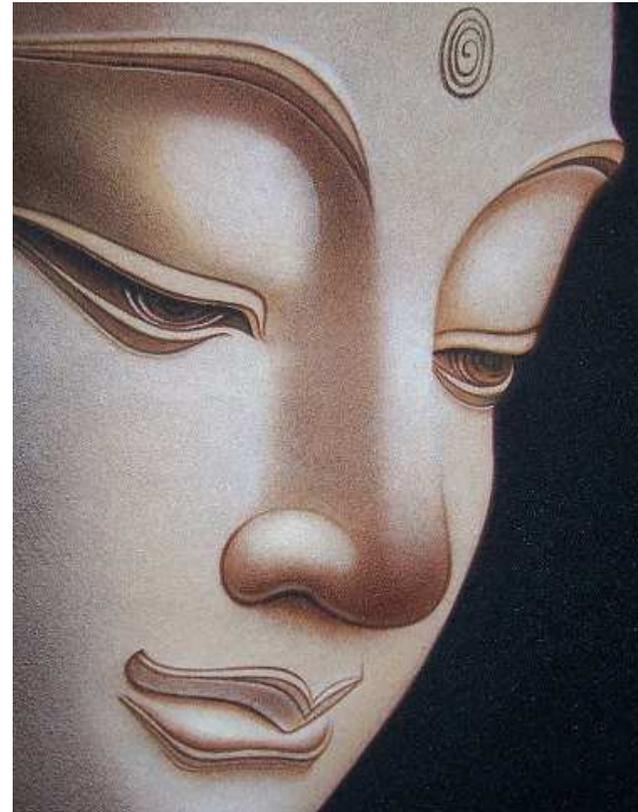


Contéplate,  
el Silencio reflejo no te pide nada.  
Si lo que deseas es el asombro,  
date la vuelta.

Moresya Devi

Mira dentro y ve,  
Eso que es inafectado y que permanece en Paz,  
completamente.

Jáitor



Meditar es algo muy simple  
Significa, entregar la mente, el cuerpo y el mundo,  
momento a momento,  
a la silenciosa presencia en donde aparecen.

Francis Lucille





El telón de fondo de esta existencia espontánea  
es el Silencio y la Paz

Mooji

Permanece con esa sutileza, ese Silencio  
y esa Quietud, y verás cosas y entenderás a los  
antiguos cuando dicen:  
“La Paz que sobrepasa todo entendimiento”.

Bob Adamson

En la Paz y el Silencio, la piel del "yo" se disuelve  
y lo interno y lo externo se vuelven uno.

Nisargadatta Maharaj



Aprenda a mirar sin imaginación,  
a escuchar sin distorsión:  
eso es todo.

Deje de atribuir nombres y formas  
a lo esencialmente sin nombre y sin forma,

dese cuenta  
de que todo modo de percepción es subjetivo,

de que lo que se ve o se oye,  
se toca o se huele,  
se siente o se piensa,  
se espera o se imagina,  
está en la mente  
y no en la realidad,

y usted experimentará Paz  
y liberación del temor.

Nisargadata Maharaj (Yo Soy Eso)



Hay un Silencio en ti.  
Siempre está aquí, constante e inamovible.  
No está haciendo nada.  
Sé consciente de esto.

Está simplemente aquí, pero no llegó.  
Aquí no eres una persona.  
En el silencio mismo, no tienes historia,  
nombre y forma.

Reconoce ese espacio aquí ahora,  
que simplemente es,  
que subyace bajo toda actividad,  
pero en sí no participa en ninguna.

Siente y confirma esto ahora,  
y permanece en tu hermoso descanso.

Manténgase quietado  
con el corazón en devoción a lo Real,  
y el Ser que todo lo abarca  
se revelará  
de manera espontánea.

Mooji

¿Es el Sí mismo Silencio?  
Para aquellos que viven en el Sí mismo  
Como la Belleza desprovista de pensamiento,  
No hay nada que deba pensarse.

Eso a lo que debe adherirse es solamente  
“la experiencia del Silencio”,  
debido a que en ese estado supremo  
no existe nada que alcanzar  
que Uno Mismo

Ramana Maharshi

El único lenguaje que puede expresar  
toda la Verdad,  
es el Silencio.

Ramana Maharshi



Borraré las palabras, los sonidos y los discursos,  
para poder, sin ellos, conversar Contigo.

Rumi

Simplemente aquíetate,  
donde quiera que estés,  
simplemente aquíetate.

Deja que el Silencio se apodere de ti.

Papaji.



Recuerda siempre:  
Que los ladrones de la Paz  
roban en una casa vacía.  
Porque la única que sufre  
es la imaginación.

Tú eres Paz,  
Aquello que permanece inmutable.

Papaji.



Siempre que somos tocados por la comprensión,  
el Amor o la Belleza,  
es un momento en el que la mente  
se vuelve silenciosa  
de forma natural.

F. Lucille



*Usted habla de la Quietud y el Silencio.  
¿Son estos los objetivos de la vida espiritual?*

Cuando hablo de la Quietud y el Silencio,  
nadie está quieto y nadie está en silencio,  
sólo hay Silencio y Quietud.  
Esta quietud no se refiere a alguien o algo.

*¿Así que en medio de esta Quietud hay actividad?*

Sí. La Quietud es como la bisagra de una puerta.  
El cuerpo es la puerta que se abre y cierra  
constantemente, pero la Quietud nunca se mueve.

Jean Klein



No hay ningún camino para estar quietos.  
Ser la Quietud es el camino.

El camino es no-camino...Quietud.

Jean Klein



Cae un pétalo  
de la flor del cerezo ...  
Silencio en la montaña

Kenneth Tanemura





Ser, a cada instante...  
Con grácil dulzura  
se apoderó de mí  
la Paz del Silencio

J.C.

La Paz tiene un plan para este momento.  
Aquiétate y escúchale.  
Camina de puntillas, escuchando cómo sucede  
el plan de la Paz a tu alrededor.

Suelta. Deja que suceda, recíbelo cálidamente,  
con determinación. Su Plan es perfecto.

Jorge Lomar



La enseñanza esencial de este linaje de Papaji y Ramana es la del Silencio.

El Silencio que está antes de cualquier historia, durante cualquier historia y después de que todas las historias se han acabado. Esa consciencia silenciosa es tu naturaleza. Está siempre presente. Está siempre completa en sí misma.

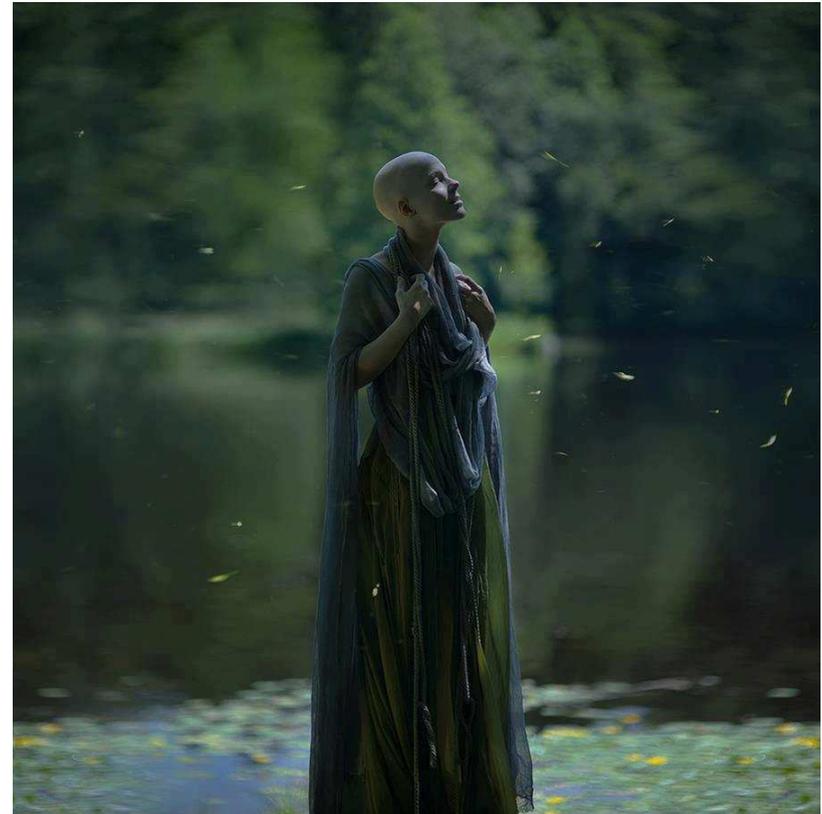
Es, por su propia naturaleza, consciente, libre y despierta.

Como ser humano tienes la capacidad de reflejarte en aquello que es la fuente de tu atención, aquello que da a tu atención su capacidad de atender.

Esa fuente es el cielo infinito de la espaciosa consciencia silenciosa.

En cualquier momento de tu vida, tienes todo el permiso de simplemente estar silencioso, de simplemente estar en calma...de parar.

Gangaji



Hay un lugar dentro de ti que simplemente es,  
sin esfuerzo.

No puede ser atrapado por el viento de la mente  
y llevado a ningún lugar.

Es un lugar donde sólo eres consciente sin  
identidad.

Mooji

Todo lo que aparece, o ha aparecido alguna vez,  
aparece en el Silencio.

Todo lo que existe, existe en el Silencio.

Todo lo que desaparece,  
desaparece en el Silencio.

Este Silencio siempre presente es lo que eres.

Gangaji

Hay una habitación vacía,  
entra completamente dentro.  
No hay historias aquí.  
No hay pasado ni futuro aquí.  
No hay familiares.  
No hay nombres, ni formas, ni tiempo, no hay yo.

No estés en tu cabeza ahora.  
Escucha desde otro lugar, un lugar sagrado en el fondo de  
tu Ser.  
Todas las cosas de las que hablaste una vez están afuera  
ahora.

Ésta, es una habitación sin paredes. No hay puerta.  
Nada vive aquí.  
No es un espacio muerto.  
Es tu verdadero Ser y lugar.  
La mente intentará decir algo como:  
'No puedes estar aquí', o 'No hay nada para ti aquí',  
pero esta voz es también fenoménica,  
sin embargo tú no lo eres..

Así que no toques nada.  
Ahora presta atención solo a tu Ser inalterado,  
no a la sensación personal del ser.  
La personalidad es sólo un vestido llevado por el Ser por  
una duración de toda una vida.  
El cuerpo es también solo un vestido usado por  
el momento.

Raro es el ser humano que viene a este lugar el cual no  
puede ser dividido, el cual no puede morir,  
donde uno es naturalmente feliz,  
donde no hay comienzos o finales.  
Es de lo más puro - inmaculado.

Desde aquí el ego y el mundo emergen  
como imágenes pasajeras, pero lo Real no emerge,  
impregna Todo, sin embargo, nada lo impregna.

Deja todo.  
Permanece aquí.

Mooji

Tu sentido más interno de Ti mismo,  
tu sentido de Quién eres,  
es inseparable de la Quietud.

La Quietud es tu Naturaleza esencial.

¿Qué es la Quietud?

El espacio interno o Conciencia en el que  
las palabras de esta página  
son percibidas  
y se convierten en pensamientos.

Eckhart Tolle (El Silencio habla)





Eres el espacio inmóvil  
y compasivo,  
en el que,  
la vida que llamas "yo",  
se despliega.

El silencio ayuda,  
pero no es necesario para hallar la Quietud.  
Aunque haya ruido,  
puedes sintonizar con la Quietud subyacente,  
el espacio en el que surge el ruido.

Este es el espacio interno  
de pura Conciencia,  
la Conciencia misma.

Puedes darte cuenta de que la Conciencia  
es el trasfondo  
de todas las percepciones sensoriales,  
de toda la actividad mental.

Siendo consciente de la Conciencia  
surge la Quietud interna.

Cualquier ruido molesto  
puede ser tan útil como el silencio.  
¿Cómo?  
Abandonando tu resistencia interna al ruido  
y permitiendo que sea como es;

Esa aceptación también te lleva  
al reino de Paz interna  
que es Quietud.

Cuando aceptas profundamente  
este momento como es  
-tome la forma que tome-,  
estás sereno, estás en Paz.

Eckhart Tolle

Cuando miras un árbol o un ser humano desde la Quietud, ¿Quién está mirando?  
Algo más profundo que la persona.  
La Conciencia está mirando a su creación.

En la Biblia se dice que Dios creó el mundo  
y vio que era bueno.

Eso es lo que ves  
cuando miras sin pensamiento,  
desde la Quietud.

E.Tolle





Quietud en el pájaro en reposo  
quietud en el pájaro en vuelo,

quietud en la rama,

quietud en la tierra  
quietud en el cielo.

Jáitor

¿Es la Quietud tan sólo ausencia de ruido  
y contenido?  
No; es la inteligencia misma:  
la Conciencia subyacente de la que nace toda forma.

¿Y cómo podría eso estar separado de quién tú eres?  
De allí salió la forma que crees ser,  
y Ello es lo que la sustenta.

Es la esencia de todas las galaxias  
y de las hojas de hierba;  
de las flores, los árboles, pájaros,  
y de todas las demás formas.

E. Tolle



La Quietud es la única cosa de este mundo  
que no tiene forma.  
Pero en realidad no es una cosa,  
y tampoco es de este mundo.

Sólo mira, solo escucha.  
No hace falta nada más.

Aquietarse, mirar y escuchar,  
activa la inteligencia no conceptual  
que anida dentro de ti.

Deja que la Quietud  
dirija tus palabras  
y tus acciones.

E. Tolle

Desde lo inmóvil  
surge el movimiento

Lo que no necesita de colores ni sonidos  
abraza todos los sonidos y colores  
que ante sí mismo aparecen

Lo que no necesita expresarse  
acoge y recibe en su seno  
toda expresión

lo que no tiene estructura ni forma  
es la esencia de toda forma  
y está más allá de ella

lo que no necesita disfrutar de nada  
se complace con todo

Jáitor



Escuchando  
como brotan  
amorosamente  
las formas  
desde el vacío,

Y la Danza  
sucede sola.

Teresa Rodríguez - Tao Danza



Le pregunté un día al río  
y me contestó Nada.

Le pregunté una día a la montaña  
y me contestó Nada.

Le pregunté un día al cielo  
y me contestó Nada.

De todo este Silencio nació algo  
y en él estaban todas las respuestas.

Cayetano Arroyo



## **Quédate aquí**

Tómate un momento  
para comprobar si estás aquí realmente.

Con anterioridad a lo correcto y lo equivocado  
estamos aquí, sin más.

Con anterioridad al bien o al mal, o a lo indigno,  
y con anterioridad al pecador o al santo,  
estamos aquí, sin más.

Quédate aquí, en el lugar del Silencio,  
donde el Silencio interior danza.  
Justo aquí, antes de saber algo o de no saber nada.

Quédate aquí, donde todos los puntos de vista  
se funden en un solo punto,  
y ese único punto desaparece.

Intenta encontrar el ahora,  
donde rozas lo eterno,  
y siente el eterno vivir y morir de cada momento.  
Para encontrarte aquí nada más,  
antes de convertirte en experto,  
antes de convertirte en principiante.

Quédate aquí nada más,  
donde eres lo que siempre será,  
donde nunca le añadirás nada,  
ni le quitarás nada a esto.

Quédate aquí, donde no quieres nada,  
y donde no eres nada.  
En el aquí que es indescriptible.  
Donde sólo encontramos el Misterio desde el Misterio,  
o nos dejamos de encontrar.

Quédate aquí donde te descubres  
al no encontrarte.

En este lugar donde la tranquilidad es ensordecedora,  
y la quietud se mueve demasiado rápido como para atraparla.

Quédate aquí donde eres lo que deseas  
y deseas lo que eres  
y desaparece todo  
en un Radiante Vacío.

Adyashanti

Hay una voz  
que no usa palabras ...  
... escucha

Rumi

Una invisible y sutil esencia  
es el Espíritu de todo el Universo.  
Eso es la Realidad. Eso es la Verdad.  
Tú eres Eso.

Chandogya Upanishad

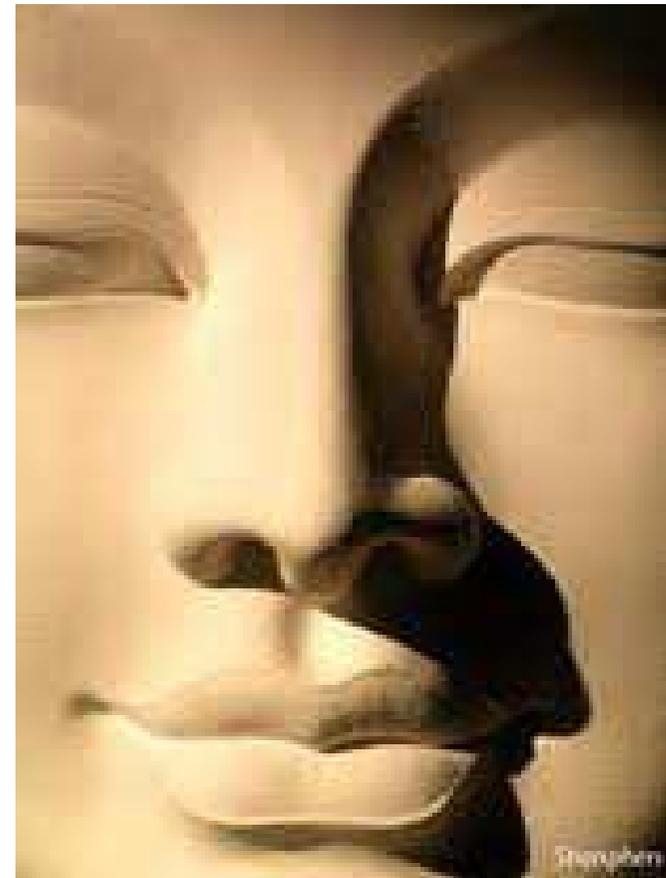
En Silencio  
el Verdadero Amado se revela a Sí mismo...  
entonces tienes la posibilidad de elegir el amado  
y renunciar a todas las otras opciones.

Gangaji

El Silencio en la mente,  
no lucha, no resistencia, no historia.

La Felicidad viene a nosotros por Sí mismo,  
y envuelve todo nuestro ser,  
cuando la mente se vuelve humilde y silenciosa.

Ilie Cioara



¿ Silencio sin sentido...?  
no, silencio compartido.

Silencio en la mirada...  
silencio hacia la nada...

Desde que te vi  
silencio sentí...  
silencio de no hacer...  
del no hacer... reprimido.  
Silencio que es movido.

y desde ahí... me digo :  
¿ es Silencio estar contigo... ?  
quizás sí... pues bien... lo bendigo.  
y me quedo...  
sin sentido.

Jáitor



Cuando te vuelves silencioso no sabes que es qué.  
Todas las cosas se diluyen en todas las demás cosas.  
Porque no estás aquí.

Cuando estás en silencio no eres. ¿Quién va a sentir?  
Cuando estás vacío, no puedes sentir: "estoy vacío";  
si fuera así, querría decir que todavía estás tú para  
sentir y entonces la casa está llena, no vacía.

Cuando estás realmente vacío  
estás vacío de ti mismo.  
Cuando cesa el ruido, también tú cesas.  
Entonces la realidad está delante de ti,  
está todo a tu alrededor.  
Está dentro y fuera, está en todas partes,  
porque solo la realidad puede ser.

Cuando desaparece el yo desaparecen los sueños,  
porque cuando desaparece el yo  
desaparecen todos los deseos.

Si no hay deseo,  
¿cómo va a haber un deseo incompleto  
que tenga que ser acabado soñando?

" Vacío acá, vacío allá, y sin embargo,  
el Universo infinito está siempre delante de tus ojos.  
Infinitamente grande e infinitamente pequeño;  
no hay diferencia, porque las definiciones  
han desaparecido y no se ven límites. "

Osho  
El libro de la Nada.  
Basado en sutras del " libro de la verdadera fe ",  
de Sosan.

Cierra los ojos, mira hacia dentro...  
Estarás desnudo, completamente desnudo,  
tal y como eres;  
Todos los engaños desaparecerán.

Osho



La atención pone atención a un montón de cosas,  
pero cuando la atención pone atención a la atención,  
se da el Silencio, la Quietud,  
y esa Quietud te introduce a tu Ser.

Mooji



Experiencia con el Silencio,  
experiencia con lo Divino...

Cuando degustas el Silencio, algo nuevo nace en ti.  
Es como una experiencia que te transforma.

De a poco, el ruido que solía gobernar en ti,  
se funde por la magia de este Silencio, vaciándose  
y llenándose al mismo instante, descubriéndote  
como un Ser nuevo, pero sientes en verdad  
que siempre fuiste Eso.

Este mismo Silencio es el que te trae de vuelta  
a casa, a quien verdaderamente eres, y te embebe  
de algo inexplicable, algo tan Divino que todo tu  
Ser se enamora de Eso....

Pablo Satyam

Nuevamente estoy dentro de mí mismo.  
Me marché, pero aquí vengo flotando de regreso,  
pies en el aire, patas arriba, como un santo  
abriendo los ojos después de la oración.

Ahora...la habitación, el mantel, las caras  
conocidas...  
Escucha, si puedes soportarlo...

La Unión con el Amigo significa no ser lo que has  
sido, siendo en cambio el Silencio, un lugar,  
una vista donde el lenguaje está adentro mirando.

Rumi



## El silencio de las mandarinas

Hoy, durante el desayuno, un breve diálogo sobre "Dios", con alguien que cree en el evangelio cristiano.

Ella dijo:

- Yo creo en el poder de la palabra.  
¿No es en eso en lo que tú crees?

Yo creo en el poder del Silencio.

- Pero... ¿el Silencio? ¿Qué es el Silencio?

Silencio es Dios.

- ¿Es en eso que tú crees?

No, yo no "creo". Creer no es saber.  
Quédate quieta y sabe.  
Dios es esa cesta de mandarinas.

Satyaprem

## **Entre un silencio y otro, silencio**

*Participante* - ¿El Silencio es la respuesta para todo?

Recuerdo la frase de Osho:  
"El Silencio es la respuesta".

*Participante* - Entonces, ¿por qué hago la pregunta 'quién soy yo'?

Para saber quién eres.  
Para saber que tú eres el Silencio.

*Participante* - Pero cómo me voy a quedar totalmente en silencio, si mi mente...

No vas a quedar totalmente en silencio.  
Haces esa pregunta porque no sabes quién eres.  
Por eso la importancia de descubrir quién eres.  
La primera cosa básica es descubrir quienes somos.

Cuando sepas quién eres, muchas de las preguntas que estás haciendo serán irrelevantes, sabrás que no tienen sentido.

Tú eres Silencio y Silencio es singular.  
No existen dos Silencios. No puede ser medido.  
Es inmensurable. Silencio es todo lo que existe.  
Silencio es tu Ser.  
Los ruidos si, son plurales. La imagen que tienes de ti es uno de los ruidos.

Pensar que puedes y tienes que quedarte en silencio es una equivocación preservada por la mente.  
Este es el gran malentendido. Silencio es todo.  
Y remover el mal entendido es fundamental. Es lo que nos lleva directamente hacia el Silencio.  
O inclusive - donde desaparecemos como imagen para descubrirnos como Silencio.

Y entre un silencio y otro silencio, el mismo Silencio.

Satyaprem

La invitación, ahora, es pararlo todo y, simplemente, estarnos quietos.

Cuando paramos todas las búsquedas, todas las justificaciones, cualquier excusa, ¿qué poder tienen los pensamientos?

Con tan sólo pararnos una milésima de segundo podremos reconocer la Presencia de la Verdad."

Gangaji





Quietud es Presencia de Ser.  
Tú eres esa Presencia de Ser.

Recíbete, bécete,  
nútrete de Ti mismo.

Comienza la exploración  
de tu propia maravilla ilimitada.

Gangaji.

" Existe un gran espacio  
en el que este momento ocurre.

Existe un gran Silencio  
que escucha los pensamientos."

Adyashanti



Río de voces  
mantra eterno de espuma  
palabras sin sentido acalladas  
por el suave rugido  
los pensamientos surgen y son descartados

río de música  
canción sagrada de movimientos  
ningún lugar de ir mas que río abajo  
las acciones surgen y son arrasadas

mar de sonidos  
risas y lágrimas  
imposible traer profundidades a la superficie  
las emociones surgen y las lleva el agua

ríos de Silencio  
fluyen a través de todo  
paz más allá de la ausencia de sonido  
nada surge jamás

Nirmala



En medio de la tragedia  
Mientras el caos se remoja sus labios  
Mientras los sueños se hacen añicos  
En el corazón salvaje de la demente tormenta  
Una voz, un murmullo, apenas audible:

"Todo está bien, amigo,  
En una forma que jamás entenderás,  
Todo está bien."

Tu eterna Presencia.  
Ese punto de Quietud.  
Imperturbable.

Jeff Foster



Y cuando todo se para...  
puede incluso que aparezca  
i Una Gran carcajada i

Jáitor



La Danza del vacío continúa  
colores, estados y formas  
vestidos con esplendor  
en el baile de la infinitud

los movimientos  
hipnotizan si los ves muy de cerca  
mientras  
que la vista completa  
pone fin al trance  
liberando así la mente soñadora

ahora únete al baile  
y su irresistible vaivén  
traga tu orgullo  
en la pura alegría  
de la móvil Quietud.

( Regalos sin remitente .  
Una aventura de Amor con la Verdad.  
Poemas por Nirmala. Endless Satsang Foundation )





Grato  
por la Gracia  
que llena la mente con visiones  
de lo invisible

grato  
por el tiempo  
que se amplia para abrazar  
la Quietud

grato  
por el aliento  
que parece no requerir  
quién respire

grato  
por la Gracitud  
que abre el alma de par en par  
liberando el Amor

Nirmala



Por qué temer este momento  
en que no surgen pensamientos,  
por fin estoy desnudo  
en manos de la experiencia

por qué temer este momento  
en que no surgen las palabras  
y al fin encuentro descanso  
en el regazo del Silencio

Por qué temer este momento  
en que el amor se encuentra solo  
y por fin siento el abrazo  
de la infinitud misma

por qué temer este momento  
en que el juicio se desvanece  
por fin mis defensas fracasan  
en su intento de alejar la intimidad

por qué temer este momento  
en que la esperanza está perdida  
por fin mis sueños tontos  
se entregan a la perfección . Nirmala

El camino hacia Ti  
está en la claridad de mi Corazón  
y es invisible e incognoscible para la mente.  
A medida que mis palabras se vuelven Silencio,  
Tu dulzura me abraza.

Hakim Sanai





El Amor es el Silencio más fino,  
el más tembloroso,  
el más insoportable.

Jaime Sabines

Hay una Presencia que es más profunda que cualquier pensamiento.

Se anuncia a sí misma aquí, en el Corazón.  
Es siempre presente, estable y pura.

Cuando la atención reposa dentro,  
automáticamente el ruido mental amaina  
y la Presencia sola, prevalece.

Mooji



En un solo instante de simplemente ser

- sin ser nadie,  
sin ser nada,  
sin hacer lo correcto,  
sin perderlo,  
sin nombrarlo,  
y sin saberlo -

el despertar está presente.

Gangaji



La Quietud no está en guerra con el movimiento.

El Silencio no está en guerra con el ruido.

El Vacío no está en guerra con la plenitud.

La atemporalidad no está en guerra con el tiempo.

La ausencia del yo no está en guerra con el Yo.

La Unidad no está en guerra con la diferenciación.

La Aceptación no está en guerra con el rechazo.

La Paz no está en guerra con la guerra.

Nic Higham



Brilla en mi pecho  
una alegría íntima y secreta  
que en Silencio se comunica  
con la belleza que le rodea.

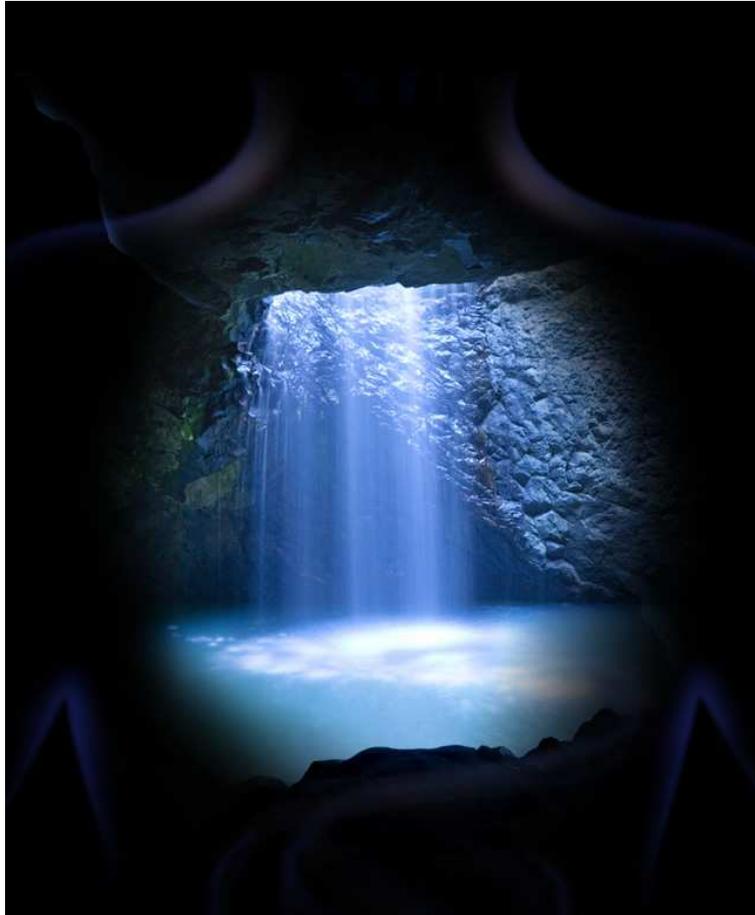
Vive oculta a los ojos de la gente,  
pero es cómplice de las flores,  
el cielo y los pájaros,  
cómplice de los colores,  
de las nubes y las estrellas.

La Mirada atenta, es la alfombra dorada  
que a ella lleva,  
y la Quietud, la sonrisa,  
el Silencio y la Libertad,  
bellos mensajeros que de ella vienen.

Ayer soñé que fue esta infinita dulzura  
quién soñó los mundos,  
y que en cada cosa manifestada,  
sonríe eternamente llena de Amor.

Fernando Alcibar





El brillo adentro,  
donde el Corazón se abre  
y no hay nada.

No yo, no alguien,  
solo desgarradora Belleza  
y desbordante Gritud, vertiéndose.

David Carse.