…Sonrisas Maestras

Sonrisas despertando a la Paz,
…despertando al Silencio,
…despertando a la Risa.

Composición : Aitor Pablogorrán Fernández

Satsang es tu propio Corazón que te habla en Silencio.

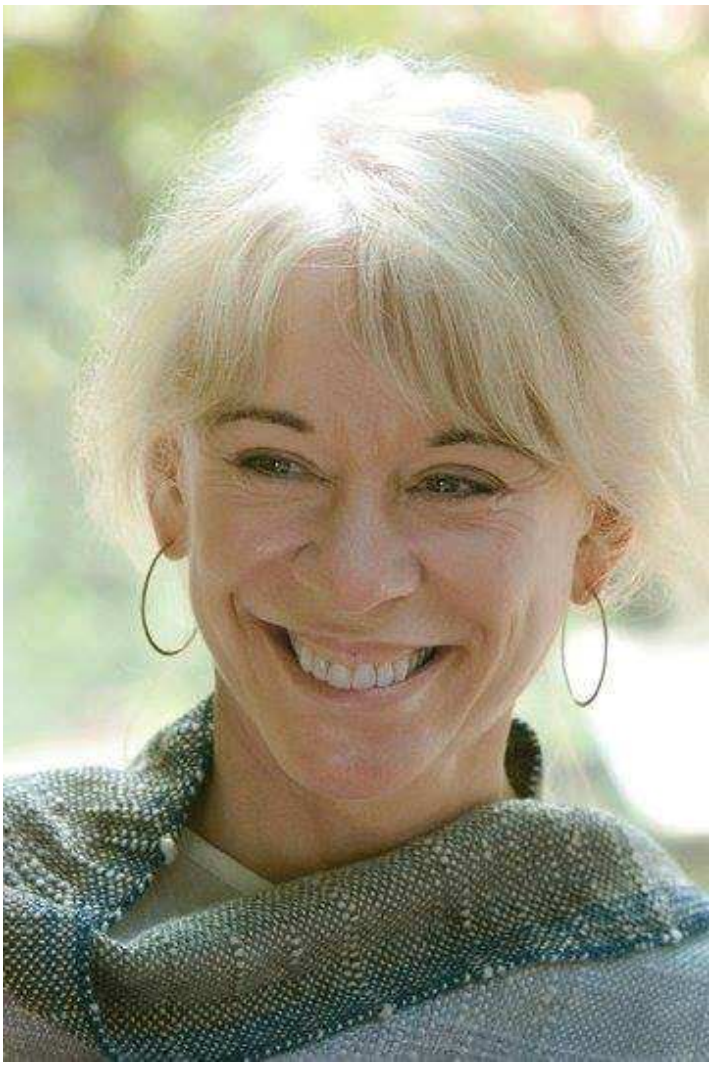
Es enriquecedor, dulce y verdadero.

Este dulce Silencio viene y te lleva a Casa.

Gangaji

Por debajo de cualquier auto evaluación que esté sucediendo en tu mente,
hay un Océano de Amor y Paz,
un estado de Ser libre de juicios.

Gangaji



Cuando estás dispuesto a abrirte a lo que está aquí, todo es un regalo;
Cada instante, cada momento, cada acontecimiento...

¿Cómo puede ser?
Porque somos la Fuente de todo.
Un Ser, un Corazón, formas infinitas, infinitas experiencias.

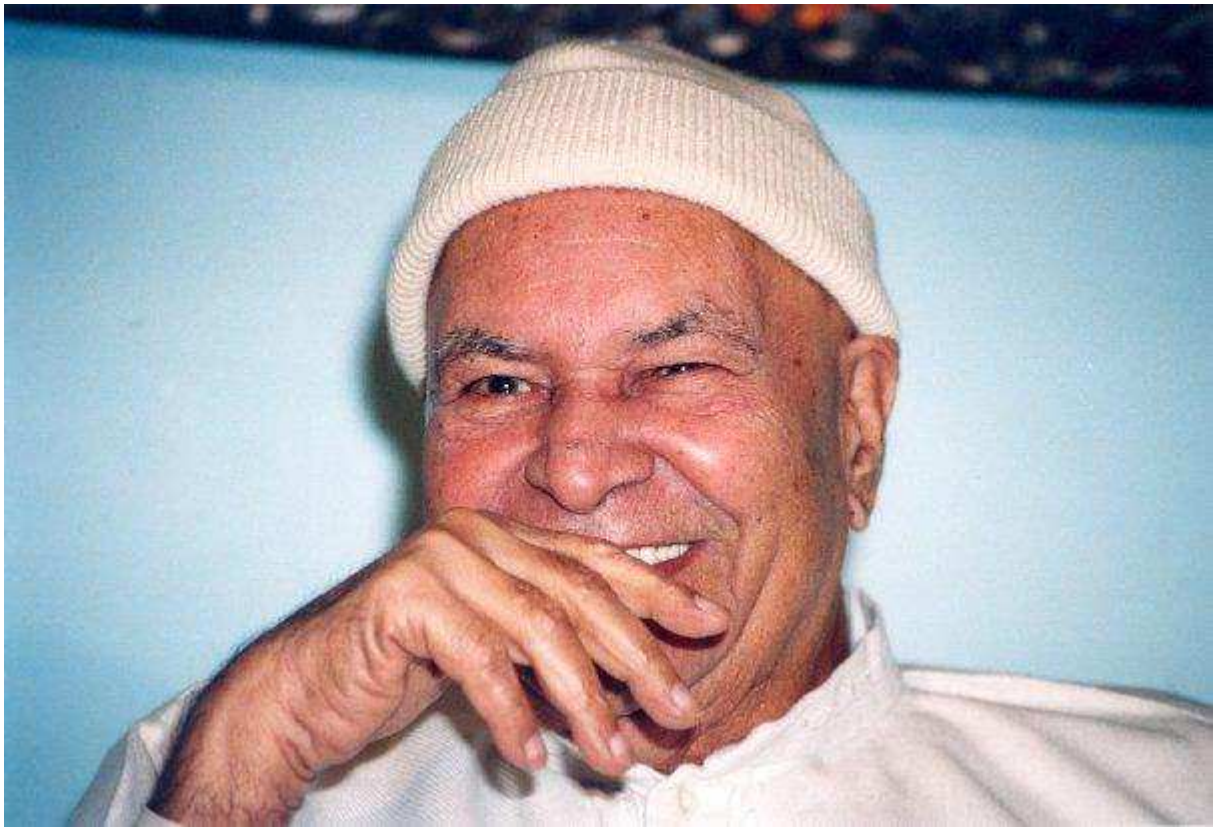
Al abrirnos, descubrimos eternamente y de forma fresca el regalo.

Gangaji

El Amor está siempre amándote.
Sin este Amor no puedes respirar
como no puedes vivir sin aire.

Usted es este Amor, usted es Eso.
Simplemente estate tranquilo y permanece como tal.

Papaji



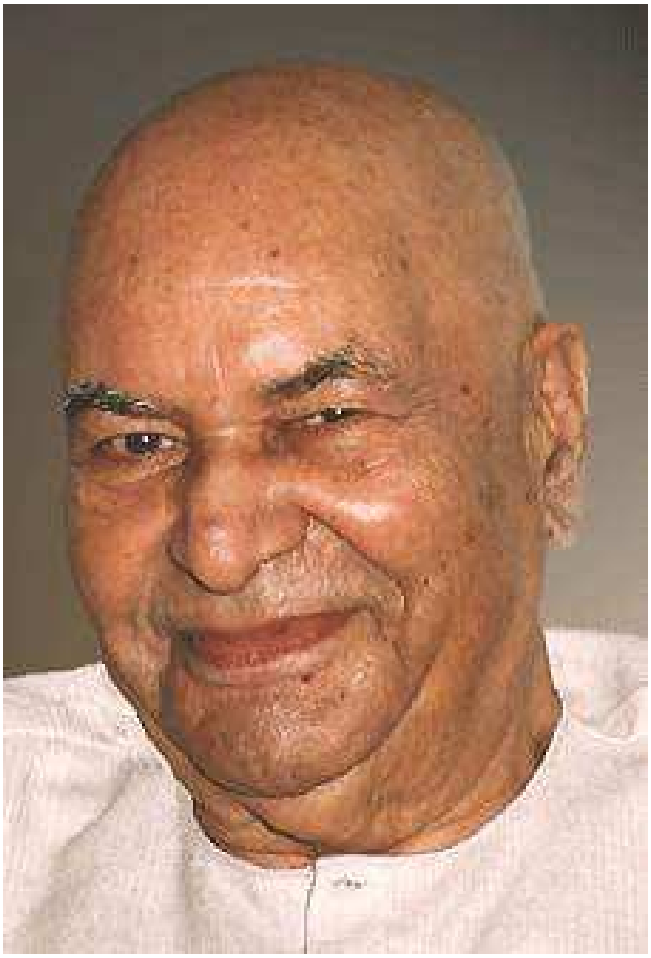
Aquello que cambia no es Real,
y lo que es Real es Inmutable.

Tú eres ese Secreto, esa Pureza
que está más allá de cualquier cambio o descripción.

***

Siempre has sido perfecto Amor y perfecta Paz.

Papaji

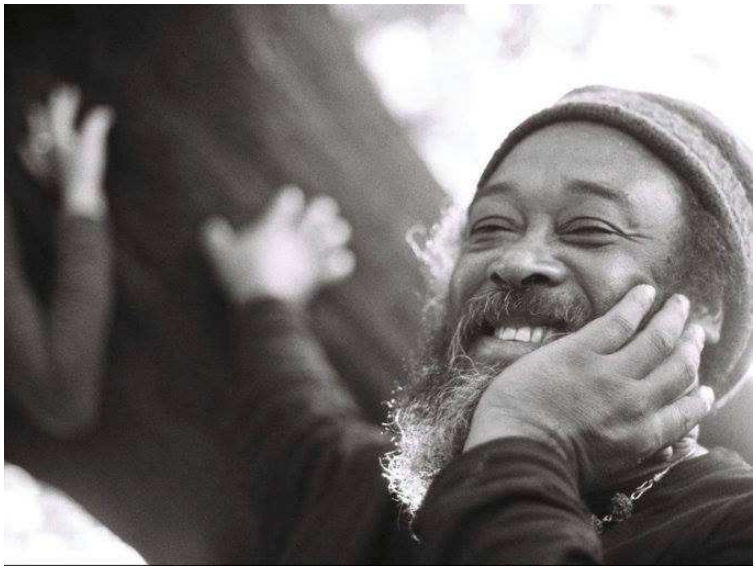


La Serenidad está dentro. Eso eres tú.
La Verdad está dentro. Eso eres tú.
La Belleza está dentro. Eso eres tú.
El Amor está dentro. Eso eres tú.

***

Mira dentro de ti,
aproxímate con total Devoción,
permanece como el Corazón.

Papaji



Río de Amor

Esta vida es un sueño.
Se terminará en un abrir y cerrar de ojos.
¡Recuerda Quién eres!
¿De quién es esta vida?
¿De quién son estas manos?
¿Esta voz a quién pertenece?
¿Qué soy Yo?

Om Gam Ganapataye Namaha

Esta vida es hermosa.
Esta vida es horrible.
Esta vida es maravillosa.
Y esta vida es solo un sueño.
Un sueño hecho de Amor.

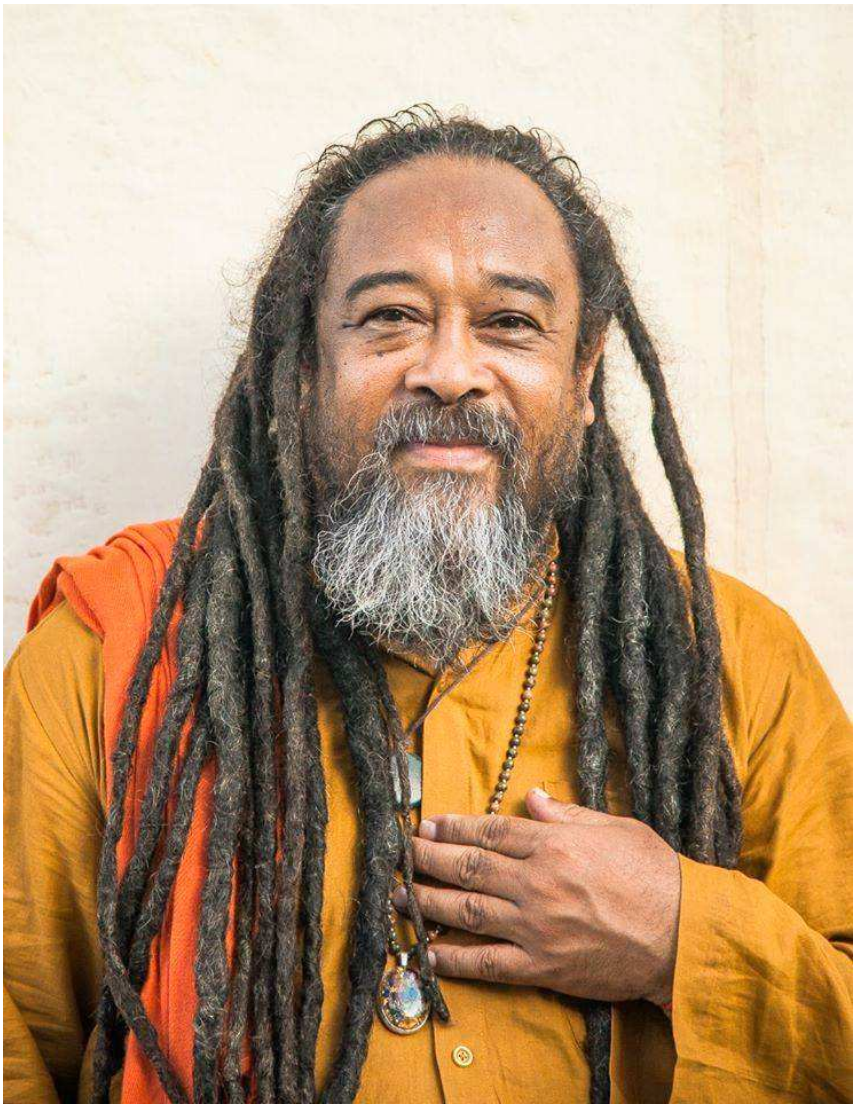
¡Recuerda Quién eres!
Recuerda, Tú eres antes.
Antes que estas interrogantes.
Antes que una respuesta.
Recuerda, Tú eres antes…
Antes de Todo.

Llovizna de Gracia.
Río de Amor.
Océano de Paz y Verdad,
un juego Divino,
Todo Esto, somos.

OM

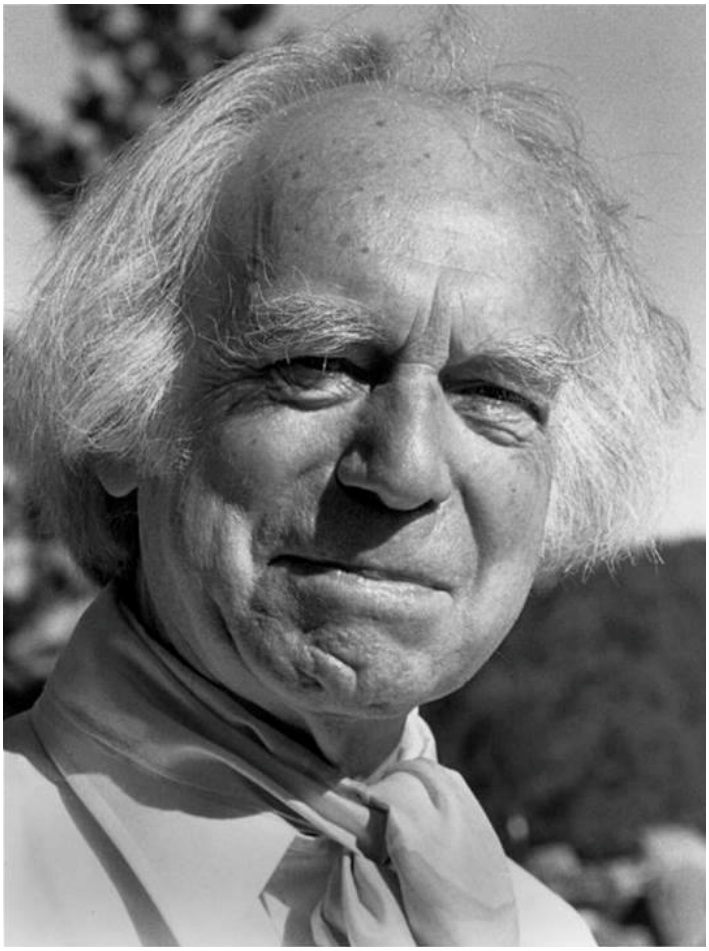
...postrémonos en el regazo del Ser Supremo
que habita dentro del Corazón de cada ser.

Mooji



Tu Corazón es la Luz de este mundo.

Mooji



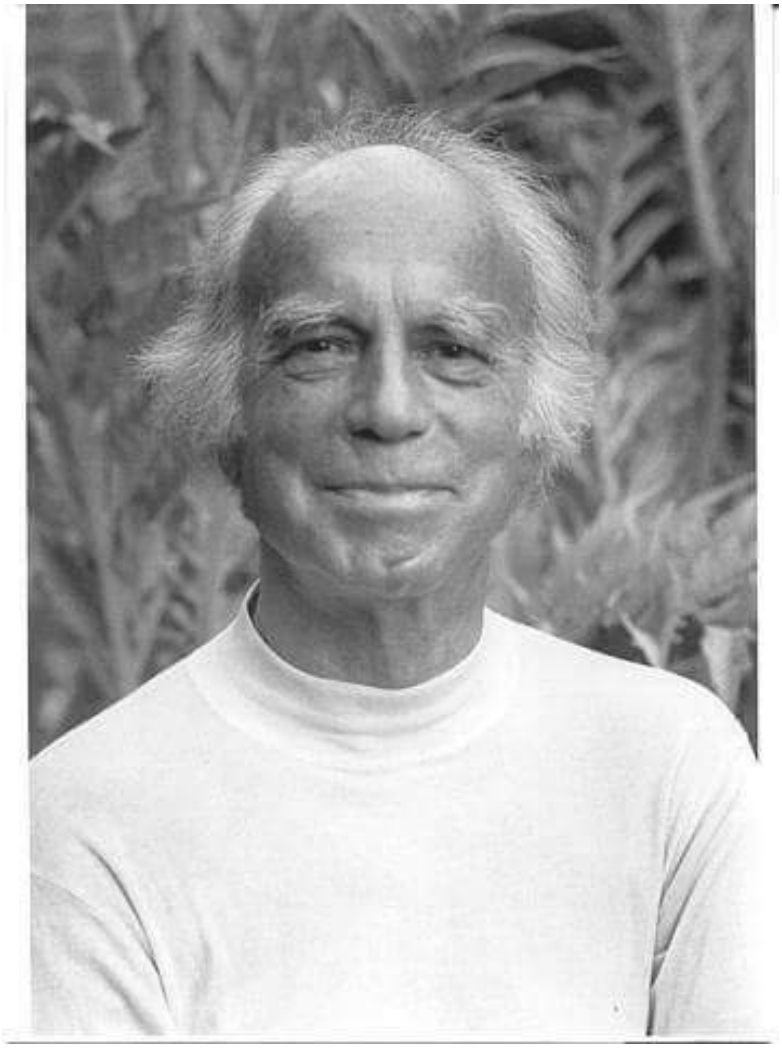
Siempre que el Amor y la bondad estén en tu Corazón,
poseerás la inteligencia para saber qué hacer y cuándo y cómo actuar.

Cuando la mente ve sus limitaciones, las limitaciones del intelecto,
surge una humildad y una inocencia que no son producto de ninguna acumulación
o aprendizaje, sino resultado de una comprensión instantánea.

Cuando ves tu desamparo, cuando ves que nada va bien,
llegas a un punto de abandono y entrega, de sosiego,
en el que estás en comunión con el Silencio, con la Verdad última.

Es esta Realidad la que transforma tu mente, y no el esfuerzo o la decisión.

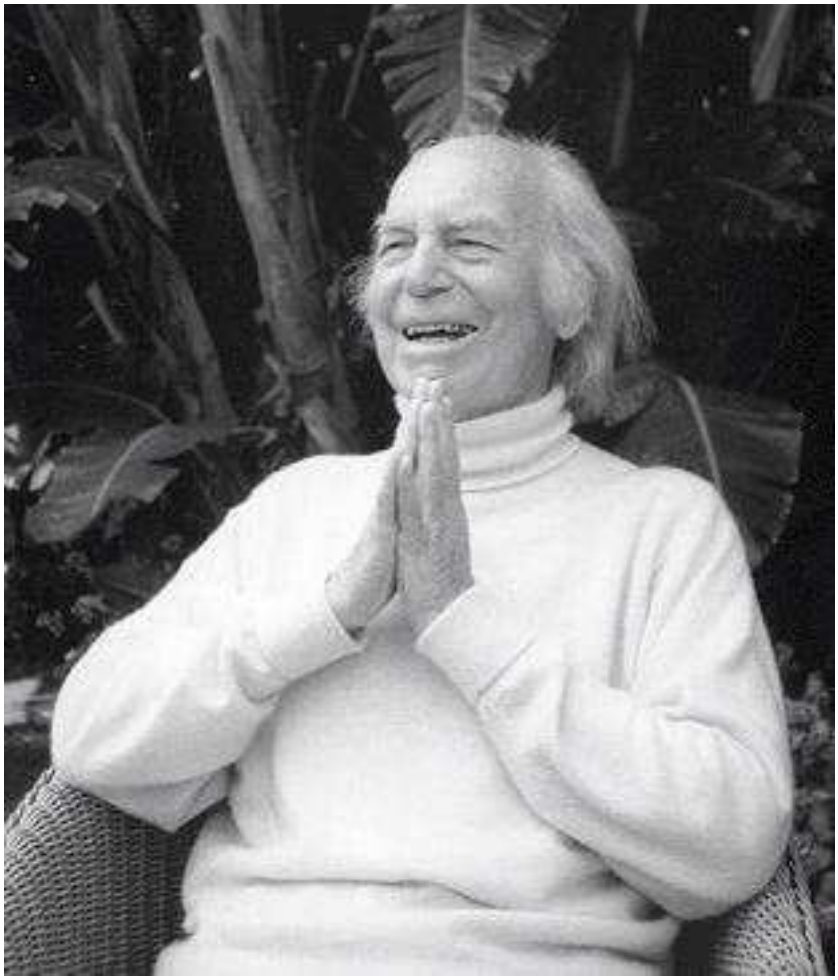
Jean Klein



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.

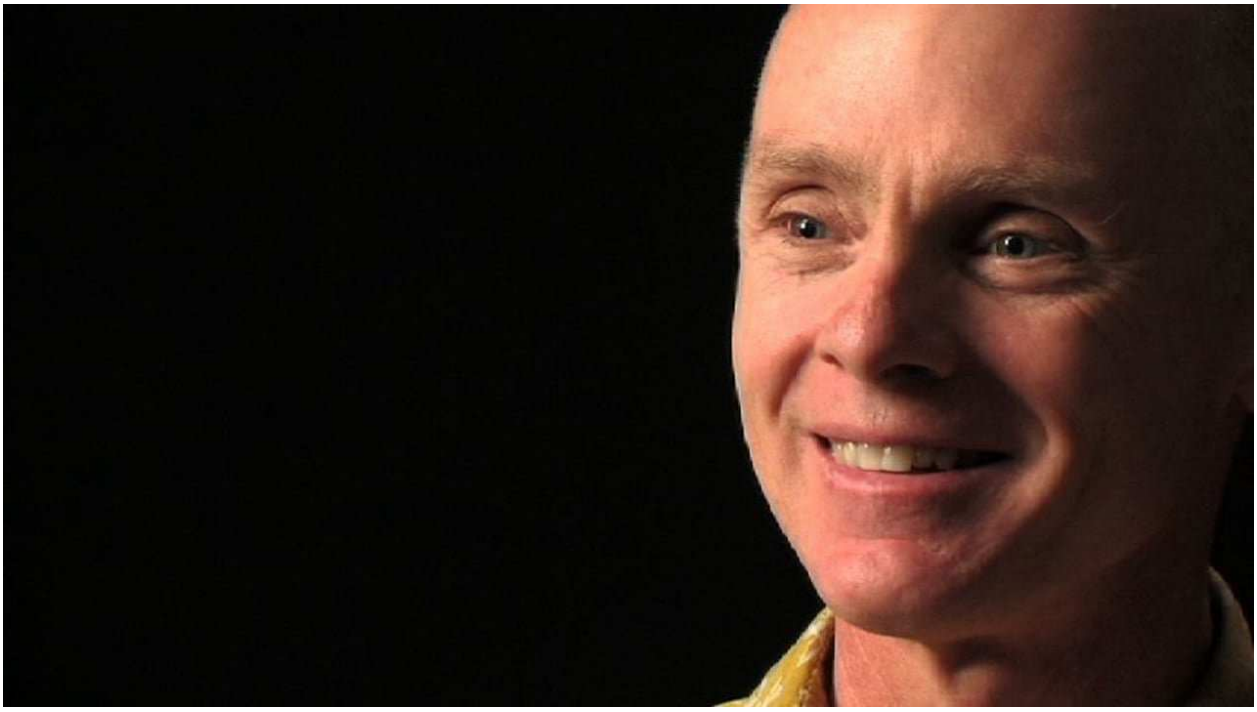
Jean Klein



Ni un milímetro de su vida podría haber sido diferente.

La Comprensión de ello le revelará el Silencio Profundo.

Jean Klein



Hay una Presencia que es innombrable
y que el pensamiento no puede tocar.

No es algo que tienes, es lo que eres.

Adyashanti

Ver la Divinidad de todos los seres

Cuando la mente está libre de todo su contenido,
de todo su pensamiento condicionado, entra en la soledad del Silencio.

Ese Silencio sólo puede surgir cuando uno ve las limitaciones de su pensamiento.
Cuando uno ve que sus pensamientos no traen la Verdad,
la Paz o la Libertad, surge un estado natural de Silencio y Claridad interior.

Es dentro de nuestra soledad más profunda donde nos despojamos
de cada imagen e idea que tenemos de nosotros mismos así como de Dios,
que encontramos la Plenitud de nuestro Ser.
Y en esa Plenitud del Ser, reconocemos la Divinidad de todas las cosas
y todos los seres, no importa cuán grande o pequeño sea.
Para la Divinidad no es algo ganado o dado,
sino abundantemente presente en todo.

Tener ojos para ver la Divinidad de todos los seres es llevar Luz a este mundo.

Adyashanti

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.

Todo vuelve a la nada

Inexplicablemente sucede. Cuando menos te lo esperas.
Por una razón que nunca puedes saber. En un momento estás esforzándote, pensando, imaginando, y luego, en un abrir y cerrar de ojos, todo desaparece. La lucha desaparece. El esfuerzo desaparece. La persona desaparece. El mundo desaparece. Todo desaparece, y la persona es como un punto de luz que simplemente se desvanece hasta que desaparece. Y no hay nadie ahí para presenciarlo.

La persona se ha ido. Sólo, sólo queda la Conciencia. Nada más.

No hay nadie que sea consciente. No hay nada de lo que ser consciente.
Sólo Eso permanece. Entonces, finalmente y simplemente, se comprende.

Entonces se ve que todo —toda la lucha, todo el esfuerzo, todo el pensar,
todo el imaginar, toda la entrega, todo el dejar ir, todo el acaparar, toda la oración,
toda la mendicidad, toda la maldición, también— era sólo una distracción.

Y sólo entonces se ve que la persona era, es, y siempre será nada más que un pensamiento.

Con un solo pensamiento, la persona parece resurgir.
Con más pensamientos, el mundo parece resurgir de la nada. Pero ahora lo sabes.

La encarnación no es más que un pensamiento.
Un millar de encarnaciones no son más que un millar de pensamientos.
Y este asombroso milagro de un espejismo que llamamos el mundo reaparece tal como era antes, pero ahora lo sabes. Es por eso que a menudo sueltas una gran carcajada, porque te das cuenta de que todas tus luchas fueron inventadas.

Las conjuraste de la nada —con un pensamiento que estaba vinculado a otro pensamiento, que entonces creíste, que se unía con otro pensamiento que entonces creíste. Pero nunca podría haber sido verdad, ni por un segundo pudo haber existido en realidad. Nunca podrías haber sufrido realmente por una razón que fuera cierta, sólo a través de la imaginación, buena, mala, indiferente.

Las complejidades de las filosofías y teologías espirituales son sólo un pensamiento dentro del Vacío.

Y así hablamos a veces, y yo finjo que me tomo en serio tus luchas, así como fingía tomarme en serio las mías.
Puedes fingir que te tomas en serio tus propias luchas de vez en cuando, y aunque lo finjamos, en realidad no hay que olvidar que estamos fingiendo, que estamos inventando el contenido de nuestra experiencia; estamos inventando los pequeños dramas de nuestras vidas. Estamos inventando si tenemos que apegarnos o entregarnos o entender o rezar a Dios o purificarnos o estar libres de karma —todo es un pensamiento.

Acabamos de confabularnos con esta farsa ridícula de una ilusión que finge que es real, sólo para descubrir que no lo es. No hay karma. No hay nada realmente que purificar.
No hay ningún problema. Sólo hay lo que tú creas y crees que es así.
¡Y si te gusta que sea así, proyéctalo!

Pero no podemos continuar con esta absoluta farsa indefinidamente.
No podemos seguir fingiendo este juego que jugamos, indefinidamente. Es imposible.
Todo vuelve a la nada.

Y entonces es un poco más difícil mantener el rostro serio constantemente durante el resto de tu vida. (Adyashanti)

El Amor surge cuando nada es forzado,
cuando estamos plenamente presentes.

***

En el fondo del Océano no hay olas.

Igualmente os daréis cuenta de que la mente se calma automáticamente cuando nos sumergimos en sus profundidades.

Ahí solo hay bienaventuranza.

AMMA

El Remedio para el dolor

Extraído de la respuesta de Amma a una pregunta sobre el verdadero significado de la frase "nada es mío." (Junio 2014)

Cuando decimos que "nada es mío", entonces queda implícito que "todo el mundo es mío, todo el mundo es una extensión de mi verdadero Yo".

Si colocamos 100 ollas de agua al sol, vamos a ver un reflejo del sol en todas y cada una de las ollas. Pero, en realidad, no son 100 soles; sólo hay un Sol. Del mismo modo, es la Única y misma Conciencia la que se está manifestando en todos los seres.

¿Por qué las Escrituras y los gurús dicen que todo es Uno?
Porque ellos no quieren que estemos tristes o deprimidos, y saben que la comprensión de este hecho, que es la Verdad, pondrá fin a ese sufrimiento.

Cuando pensamos que somos el complejo cuerpo-mente limitada, entonces es natural que estemos inseguros y con miedo. Y a partir de esta inseguridad, nos convertiremos en dependientes de otras personas.
Esto conduce a la tristeza. Nuestra existencia se convierte en base a las palabras y acciones de los demás.
Si nos elogian, nos elevamos a los cielos en la felicidad.
Si nos critican, nos caemos al piso en el dolor.

Los Mahatmas quieren que seamos libres de esa dependencia, y saben que el fin es ir más allá de la comprensión de estas verdades espirituales, es algo esencial.

Una vez un rey tuvo un sueño en el que era una mariposa, felizmente volando aquí y allá.

Cuando se despertó, estaba confundido.
Él se preguntaba a sí mismo: "¿Soy un rey que soñó que era una mariposa,
o una mariposa que sueña que es un rey? En su confusión, se fue a un gurú.

Y el gurú dijo:

"Tú no eres ni una mariposa, ni un rey.
Usted es Conciencia Pura, Conciencia Pura.

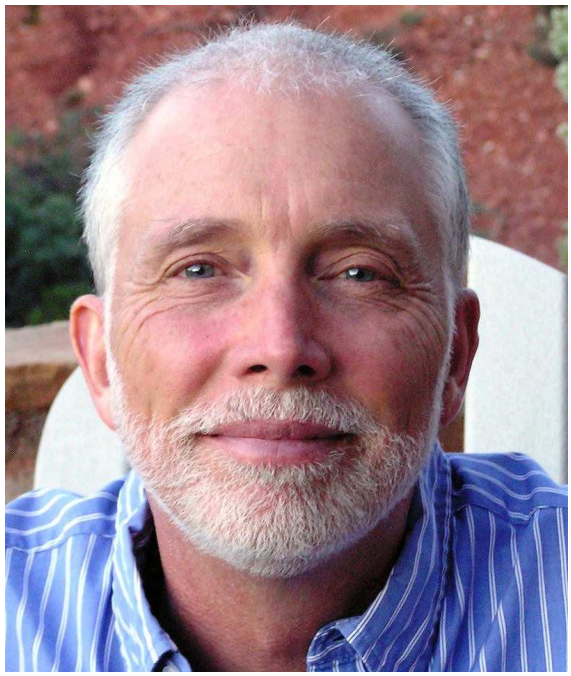
Es dentro de esa Conciencia que ambas experiencias han tenido lugar en Usted.

El Atman es la Única Verdad. Tanto la mariposa y el rey son sueños".

Hijos, deben despertar a esta comprensión. Entonces podrán ver nuestra la unidad con los demás.
Debemos ver a los demás como nuestro propio Yo. Esa es la única manera de superar el dolor que estamos experimentando actualmente.

Amma sabe que esto no es fácil, pero es posible con la práctica constante.

Así como hemos aprendido a identificarnos con este nombre, tenemos que aprender a identificarnos con nuestro verdadero Yo.



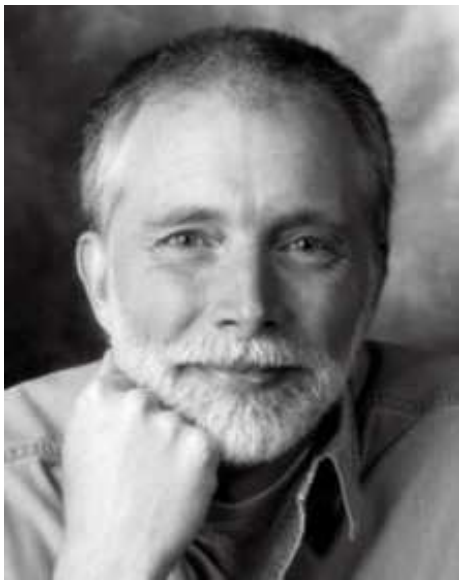
grato
por la Gracia
que llena la mente con visiones
de lo invisible

grato
por el tiempo
que se amplia para abrazar
la Quietud

grato
por el aliento
que parece no requerir
quién respire

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

Nirmala



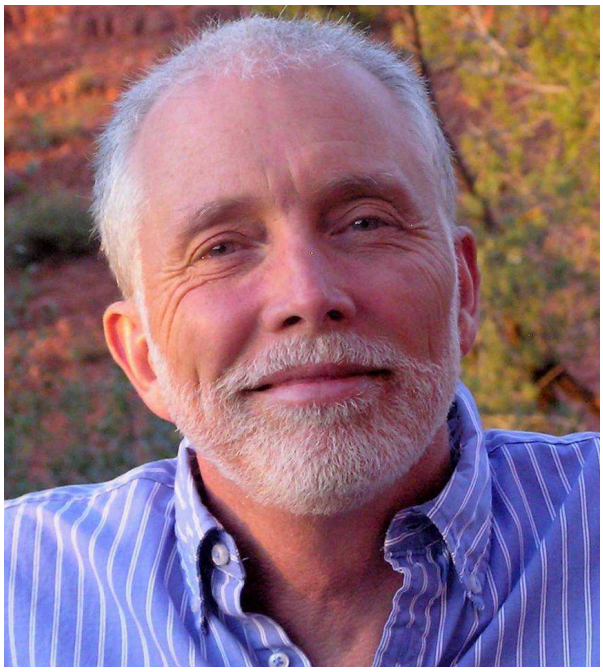
Por qué temer este momento
en que no surgen pensamientos,
por fin estoy desnudo
en manos de la experiencia

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 infinidad 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.

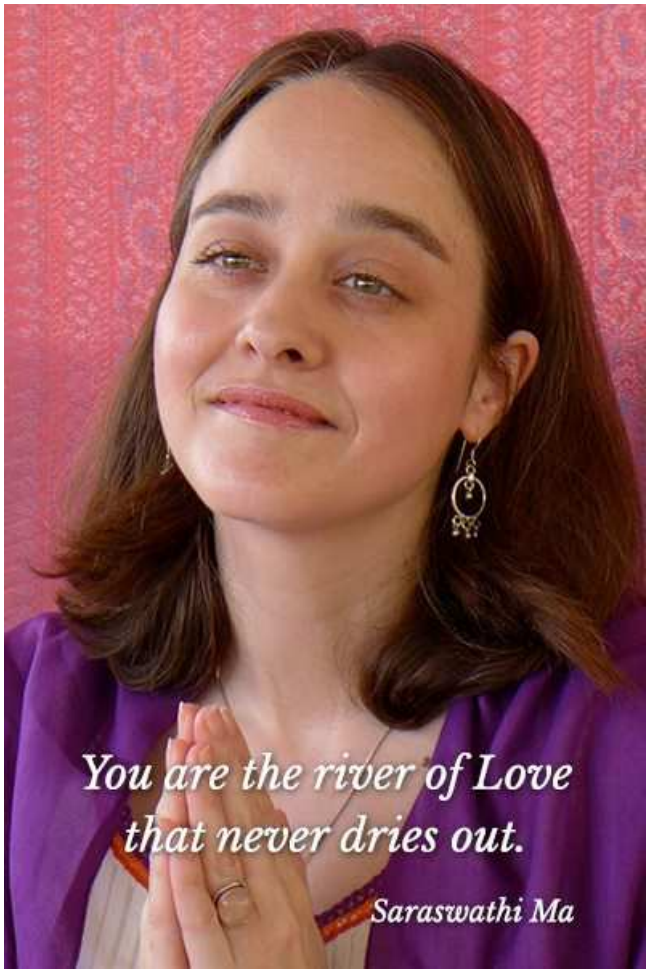


río de voces
mantra eterno de espuma
palabras sin sentido acalladas por el
suave rugido
los pensamientos surgen y son descartados

río de música
canción sagrada de movimientos
ningún lugar donde 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.



Tú eres el Río de Amor que nunca se seca.

Conocer ese Río es mirar eternamente desde los ojos del Corazón,
como los ojos del Corazón.

Esto es conocer la corriente Divina que es Yo,
que es la Madre, que eres Tú.

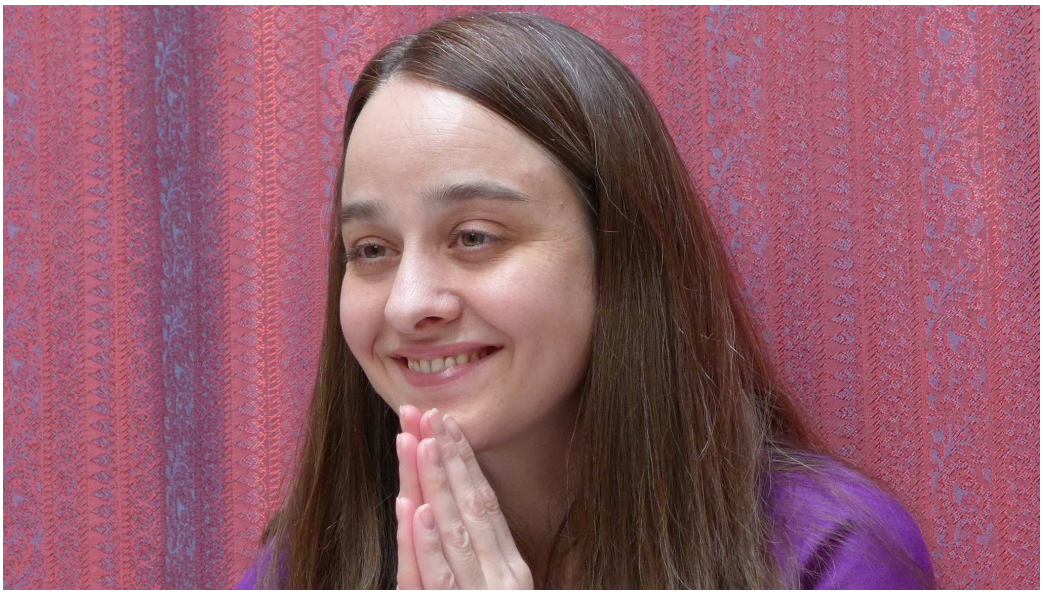
Saraswathi Ma

Cuando miras desde los ojos del Corazón
estás mirando con los ojos de La Fuente a la existencia entera.
Son los ojos de Dios.

Cuando miras con los ojos del Corazón
dejas de pensar, estás sintiendo…, y estás sabiendo…

La Fuente es Paz…y Tu Eres Eso…
Esta es tu Verdadera posición.

La Paz es la Realidad de Tu Ser.



Venir al Corazón es brillar como Tú Eres

El Corazón sabe. Todas las respuestas a todas tus preguntas se encuentran aquí en el Corazón.
El Corazón no es un lugar al que llegar, aún así, para conocer la Paz debemos venir al Corazón.

Venir al Corazón es ser como un niño. Un niño no hace exigencias a la vida. No tiene expectativas;
Todo es eternamente fresco y espontáneo en los ojos de un niño.

La diferencia entre el potencial de un niño y el de un adulto es que el adulto posee una gran capacidad para tomar conciencia de su Inocencia.

Ser consciente de la Inocencia es La Paz misma.

¿Qué es inocencia sino la Existencia, tu propio Corazón, tu propio Sí Mismo?

Venir al Corazón es Ser como Tu Eres, que es Amor.
El Amor Puro, tu propio Sí Mismo, no piensa. Pensar es correr por delante de tu Sí Mismo.

Amar es saber sin saber cómo sabes.

El Conocimiento de Sí Mismo no tiene nada que ver con el intelecto;
El Conocimiento de Sí Mismo es conocimiento intuitivo, el lenguaje del Corazón.
Todos los seres hablan este lenguaje; Se trata simplemente de que lo hemos olvidado.

Para hablar desde el Corazón hay que escuchar, afinar la escucha al Silencio del Ser.
Sintonízate con tu Sí Mismo, con tu Divina frecuencia, entonces sabrás más allá de saber quién Eres.

Satsang es la oportunidad de investigar la Naturaleza de quién Eres,
en la forma y más allá de la forma.

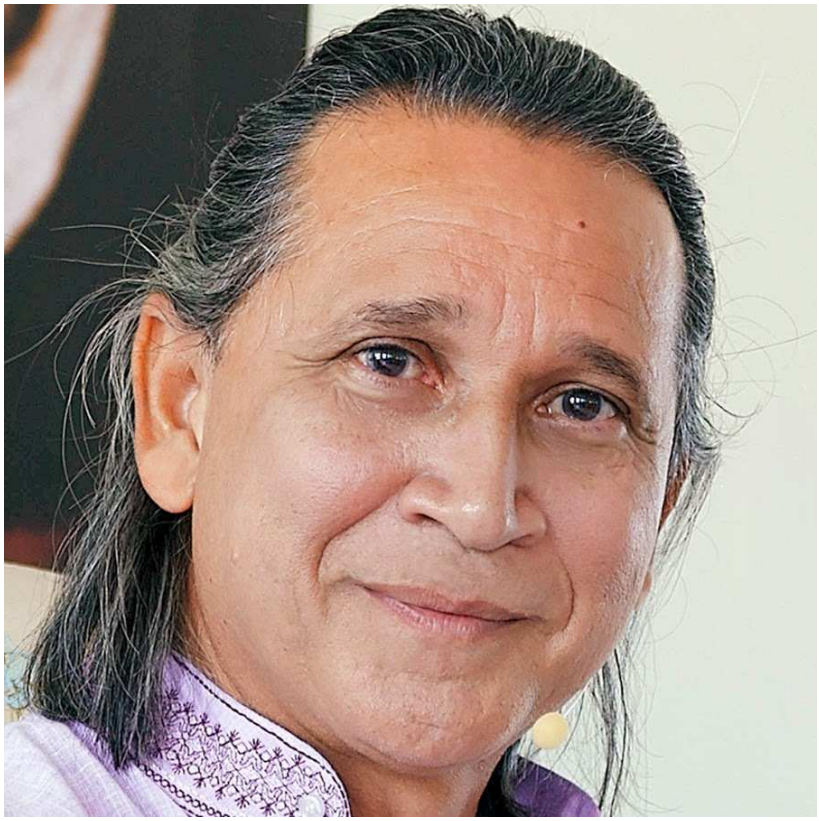
La Naturaleza esencial, aquello que se esconde detrás de cada experiencia,
en este momento, es Silencio, es Verdad, es Gracia, es Amor, es Belleza.

Darse cuenta de este espacio inmutable, para lo cual
ninguna aparición hace alguna diferencia, es lo que llamamos Satsang.

No es relevante si al mirar dentro de ti, te encuentras a estos miedos,
recuerdos, sentimientos, pensamientos y estas esperanzas, desesperanzas,
expectativas. Ellos son solamente apariciones en este espacio intocable.

Todos los que llevan a cabo la constatación de la Verdad
acerca de Sí mismos se dan cuenta de esta Verdad,
la Verdad del Silencio, la Verdad de la Presencia.

Marcos Gualberto



Usted es la Verdad, la Sabiduría;
Usted es Conciencia, es Presencia, es Dios.

Amor es su Naturaleza Real;

La Libertad es su Naturaleza Real,
y es eso lo que usted siente cuando a mí me encuentra.

Cuando me encuentra, Usted se encuentra!
Cuando me descubre Usted se descubre!

No hay ningún otro lugar a donde ir
después de que usted se encuentra dentro de Sí mismo.

La Gracia encuentra su Corazón
como el colibrí encuentra la dulzura de una flor.

Marcos Gualberto

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

Solo 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.

Conociéndote como la Conciencia en la que ocurre la existencia fenoménica, te liberas de la dependencia de los fenómenos,
te liberas de la búsqueda del yo en situaciones, lugares y estados.
En otras palabras:
Lo que ocurre o deja de ocurrir ya no es tan importante.

Las situaciones pierden su gravedad, su seriedad.
Un ánimo juguetón entra en tu vida.
Reconoces que este mundo es una Danza Cósmica,
la danza de la forma, ni más ni menos.

Cuando sabes verdaderamente “Quién” eres, vives en una vibrante y permanente sensación de Paz. Puedes llamarla Alegría,
porque la Alegría es eso: Una Paz vibrante de vida.

Es la Alegría de conocerte a Ti mismo como la esencia de la vida antes de tomar forma.

Esto es la Alegría de Ser, de ser Quien realmente Eres.

Tu Silencio interno te vuelve sereno. Practica el arte de no hablar.
Progresivamente desarrollarás el arte de hablar sin hablar
y tu Verdadera Naturaleza interna reemplazará tu personalidad artificial
dejando brotar la Luz de tu Corazón
y el Poder de la Sabiduría del “Noble Silencio”.

Respeta la vida de los demás y de todo lo que existe en el mundo.
No trates de forzar, manipular y controlar a los otros.
Conviértete en tu propio maestro y deja a los demás ser lo que son
o lo que tienen capacidad de ser.

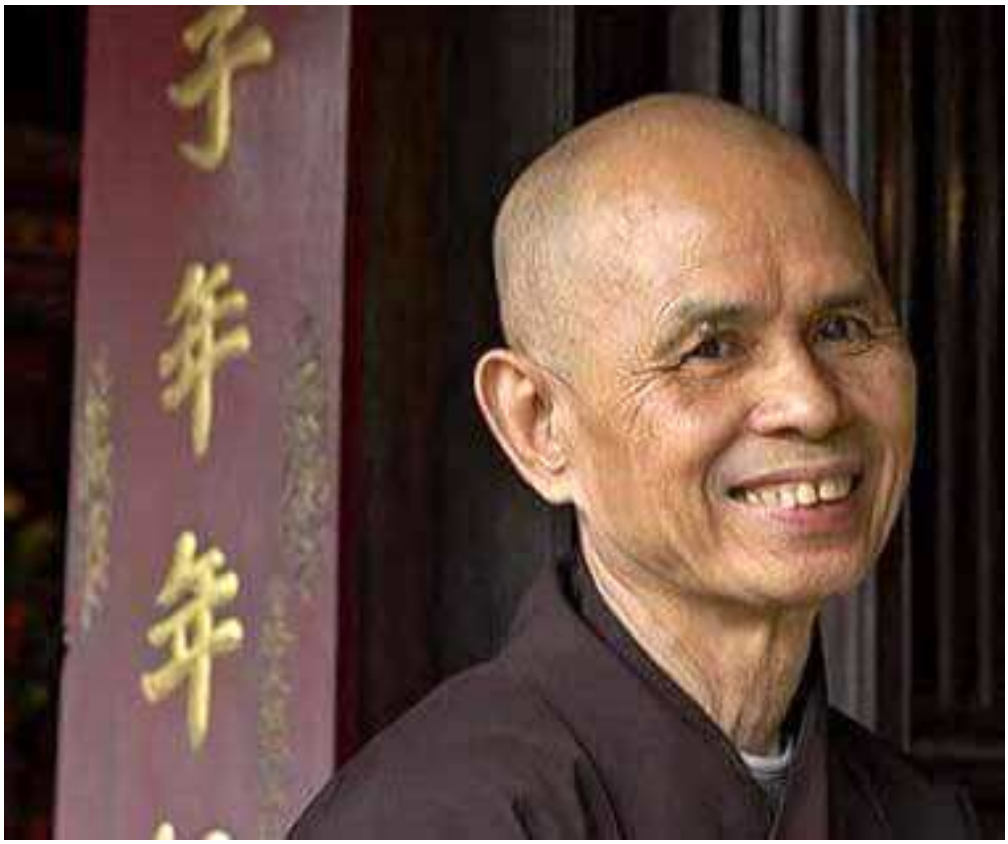
Instálate en el Silencio y la Armonía de todo el Universo.

Tich Nhat Hanh

El Silencio es algo que viene del Corazón, no de afuera.

Silencio no significa no hablar ni hacer nada,
significa que no eres perturbado en tu interior.

Si estás realmente en Silencio,
entonces no importa en qué situación te encuentres:
puedes disfrutar del Silencio.



Toma mi mano.
Caminaremos.
Caminaremos sin más.
Disfrutaremos del paseo
sin desear llegar a ningún destino.

Camina en calma.
Camina contento.
Nuestros pasos son serenos.
Nuestros pasos son dichosos.

- Tich Nhat Hanh

Los tiempos difíciles son un llamado
a una mayor profunda vigilancia del Silencio interior.

Moverse desde el Silencio, pensar desde el Silencio,
hablar desde el Silencio, actuar desde el Silencio.

Este es su verdadero poder. Y esto cambia todo.

Amoda Maa

Gira dentro
y descansa en la Profundidad del Corazón,
incluso cuando surge la tormenta.

Esta Profundidad es donde la Presencia Es,
y es mucho más poderoso moverse desde aquí
que obedecer el argumento de la cabeza
para hacer esto o aquello.

El Silencio está siempre presente en todo,
existe antes de toda forma.
Es el terreno del fundamento del Ser.

No tienes que ir a ninguna parte
ni hacer nada para encontrarlo,
porque en Realidad es lo que Eres.

El Silencio es la Naturaleza de tu Ser más íntimo,
y cuando despiertas del sueño de la identidad equivocada,
descubres que eres de hecho, inseparable de este Silencio.

La mente equilibrada siempre está serena.

No está a favor ni en contra de nada,
solo desea lo que hay.

Está serena porque no se opone a nada.
Nada se opone a ella, nada la detiene, actúa como la creación,
desenvolviéndose en el momento, y su acción es veloz y libre.

Byron Katie

El Milagro del Amor llega a ti en la Presencia
del momento no-interpretado.

Cada uno de nosotros posee ya la calmada mente que buscamos.

Tu Verdadera Naturaleza es el Amor.

No tengo otro maestro más que las imágenes en mi mente.
Me puse a separar lo real de lo imaginario,
resultó que todo era imaginario.

Ningún nombre, ningún pensamiento puede ser verdad
en última instancia. Todo es provisional, todo cambia.

La Oscuridad, lo Innombrable, lo Impensable,
en eso puedes confiar absolutamente. No cambia, y es benevolente.

Cuando comprendes esto, sólo queda reírte.

No hay nada serio acerca de la vida o la muerte.

Dr. David R. Hawkins

Dios está presente en todas partes.

Dios se halla más allá de la percepción, de la dualidad,
del posicionamiento, o de tener partes.

Dios está más allá de todos los opuestos, como el bien y el mal,
lo correcto y lo erróneo, ganar o perder.

Al igual que el Sol, Dios brilla por igual para todos.

…brilla a través de las nubes con el amor que sentimos por los demás,
incluso por nuestras mascotas y por la naturaleza.

La Presencia de Dios es la quintaesencia de una Paz, una Serenidad
y un Amor Profundos.

Tal profundidad resulta abrumadora.
Envuelve por completo, y el Amor es tan poderoso que disuelve
cualquier “no amor” remanente que pueda mantener el ego residual.

Al igual que el espacio vacío, que sigue inmaculado sea cual sea
su contenido, o el agua, que no se ve afectada por el pez que nada
en ella, la Mente de Dios está más allá de toda forma.

Y, al igual que el espacio, está igualmente presente en el interior
de los objetos.

Dr. David R. Hawkins

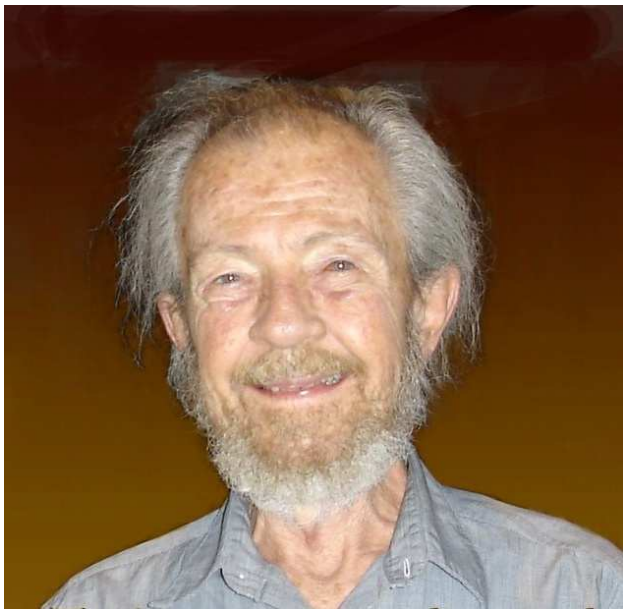
Mediante la humildad y la opción por la Paz a partir del Amor,
uno puede renunciar hasta de sus más queridas negatividades,
como la venganza, el rencor o el odio.

El Yo disuelve al pequeño yo.

La actitud curativa del Yo ante el yo es la compasión,
y es mediante el perdón como uno es perdonado.

Esta disposición a someterse, que surge de la Gracia de Dios,
permite que el poder de Dios, expresado a través del Espíritu Santo,
recontextualice el entendimiento y, mediante este mecanismo,
anule el reinado de la percepción y la dualidad consiguiente,
que es la fuente de todo sufrimiento.

La disolución de la dualidad es el regalo último de Dios,
pues disuelve la fuente del sufrimiento.
En la no dualidad, el sufrimiento es imposible.



¿ Qué oraciones son de utilidad ?

Pida ser un servidor de Dios, un vehículo del Amor Divino,
un canal de la Voluntad Dios.

Pida orientación y ayuda Divina, y someta toda voluntad personal
a través de la devoción.
Consagre su vida al servicio de Dios.

Opte por el Amor y la Paz por encima de cualquier otra opción.

Comprométase de por vida con el objetivo de la Compasión
y el Amor Incondicional en todas sus expresiones,
y someta todo juicio ante Dios.

¿Cómo se puede perdonar a aquellos que no parecen merecerlo?
Parece imposible hacerlo.

Comprendiendo los marcos de referencia de los demás,
sus limitaciones y condicionamientos, y su programación genética
y social se puede evitar mucho rencor y mucho daño,
reconociendo y aceptando las limitaciones humanas.

Mi Naturaleza Verdadera es Paz, Conocimiento, Conciencia Divina;

A menos que esto se comprenda y hasta que se comprenda,
¿Cómo puede haber Paz?

Para encontrar tu Sí debes revelarte a Ti Mismo. ¡Qué hermoso!

Lo que se requiere es una Comprensión que desarraigue el conflicto
y las divergencias de opinión, que sea completa y esté libre
de antagonismo intrínseco.

Si no es así, la experiencia interior será parcial e incompleta.

En la Verdadera Comprensión no puede existir ninguna disputa con nadie;

Se está plenamente iluminado en cuanto a todos los credos, religiones, doctrinas y sectas y se ven todos los caminos como igualmente buenos.
Ésta es la comprensión absoluta y perfecta.

Mientras haya disensión no se puede hablar de Realización.

“Si realmente deseas la Paz,
entonces dale a tu mente el alimento apropiado todo el tiempo.”

-Anandamayi Ma

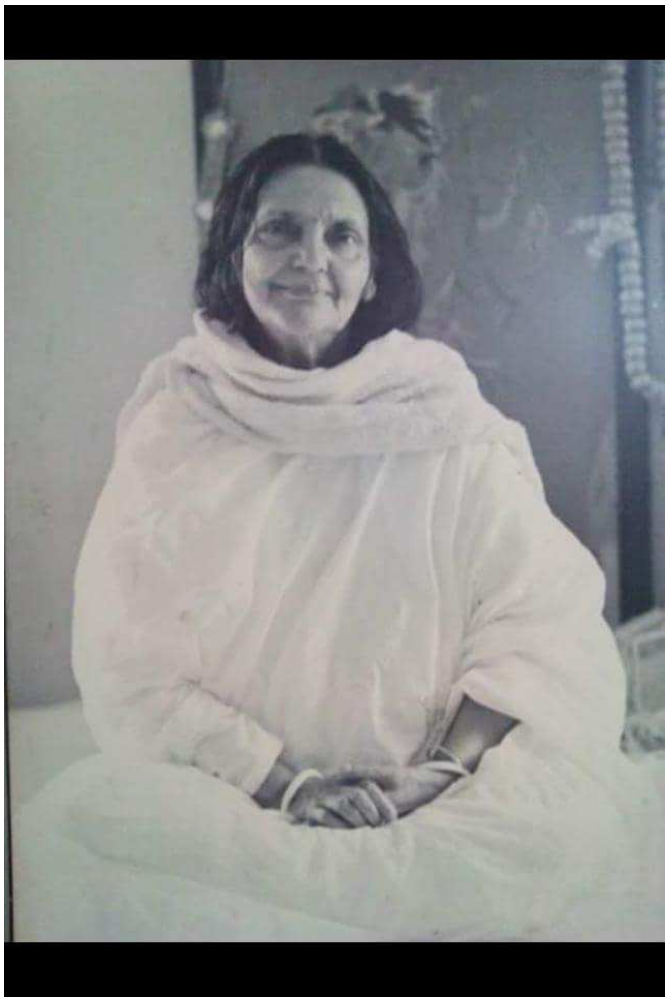
En todo el Universo, en todos los estados del ser,
en todas las formas, Él es.

Todos los nombres son Sus nombres; todas las formas, Sus formas;

Todas las cualidades y todos los modos de existencia
son verdaderamente Suyos.

Él solo es agua y también hielo.
¿Qué hay en el hielo? Nada más que agua.

- Anandamayi Ma



Pregunta:
Dios nos ha dado el sentido del «yo», Él lo quitará de nuevo.
¿Qué necesidad hay de autoentrega?

Respuesta:
¿Por qué preguntas? Permanece en Silencio y no hagas nada.

Pregunta: ¿Cómo se puede estar en Silencio?

Respuesta:
Para eso es necesaria la autoentrega.

-Anandamayi Ma

Solo existe un Gurú, siempre presente.
Simplemente siéntate aquí, ahora.
No hagas nada. Descansa.

El Gurú más grande es su Sí Mismo interior.

Verdaderamente, Él es el Maestro Supremo.
Solo Él puede llevarle a usted a su meta,
y solo Él le recibe a usted al final del camino.
Confíe en Él y usted no necesitará ningún Gurú exterior.

Había una puerta para la que no podía encontrar ninguna Llave,
había un velo más allá del cual no podía ver,
pareció haber por un momento una pequeña charla
sobre ti y sobre mí…y luego no se supo más de ti ni de mí.

Solo existe un Gurú, siempre presente.
Todo el Universo es su Ashram.
No hace falta ningún camino que conduzca hasta aquí.
No hace falta encontrar aquello que nunca se ha perdido.
Retorne a lo que Usted era antes de su supuesto «nacimiento»,
la emergencia de un cuerpo particular con el que Usted
se ha identificado tan gustosa y negligentemente.

Sea en esa Eternidad, que es un estado de totalidad
aunque su cuerpo se venga abajo;
Un estado de riqueza, aunque Usted no tenga ninguna posesión terrenal,
un estado de Paz y de Quietud imperturbables,
aunque el mundo a su alrededor estalle en llamas.

Ese estado antes del nacimiento es ahora, y siempre ahora,
debido a que es antes del tiempo mismo, antes de que el tiempo
disfrazado de «devenir», emergiera
como el concepto tiránico que gobierna nuestra vida y nos esclaviza.

Es la Realidad sin cambio de la que ha brotado todo el cambio,
el espacio, el tiempo, la totalidad del mundo de la experiencia,
y todas nuestras queridas ilusiones.

-Nisargadatta Maharaj

Silencio

Momentos de Quietud interna quemarán todos los obstáculos sin falta.

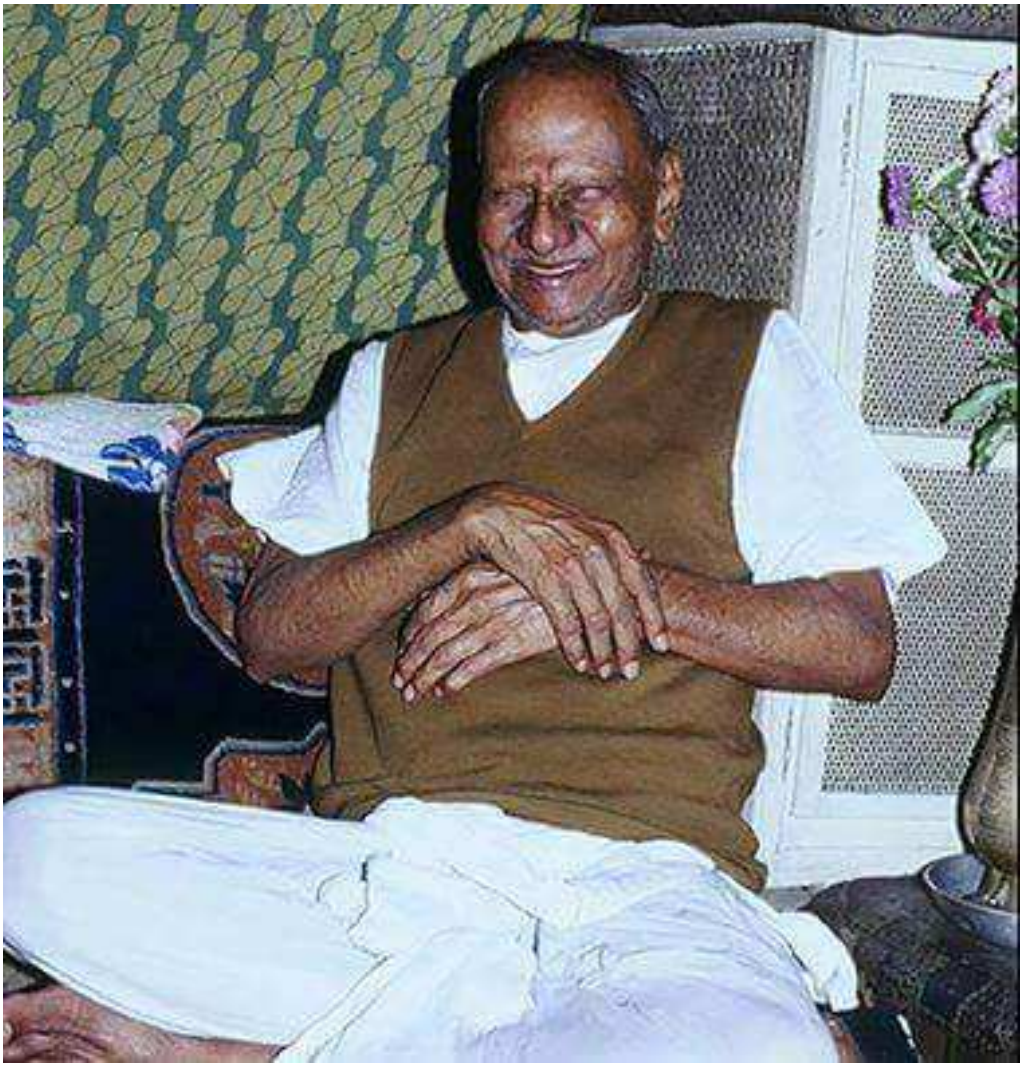
No dude de su eficacia. Pruébelo.
El Silencio es el factor principal.

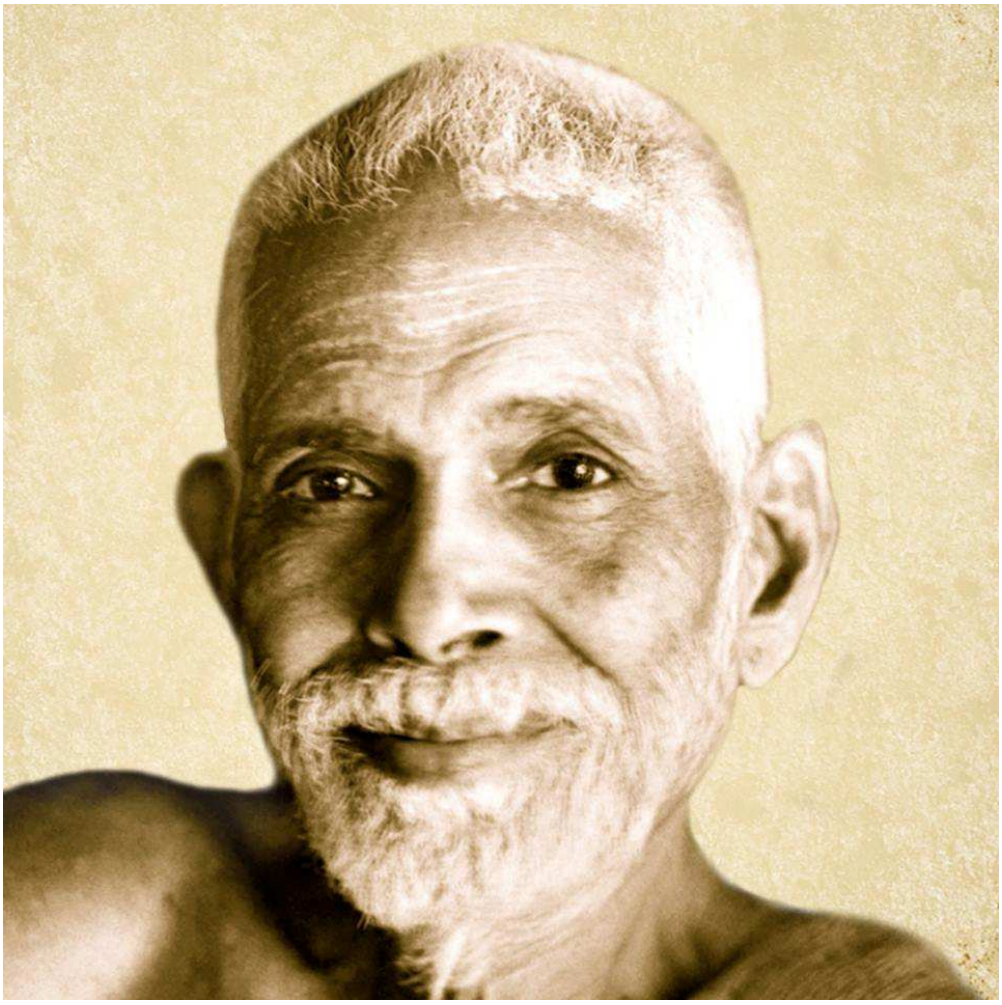
En la Paz y el Silencio, la piel del "yo" se disuelve
y el interior y el exterior se vuelven uno.

-Nisagadatta Maharaj

Su esperanza consiste en mantener la mente en Silencio
y el Corazón en Paz.

-Nisargadatta Maharaj

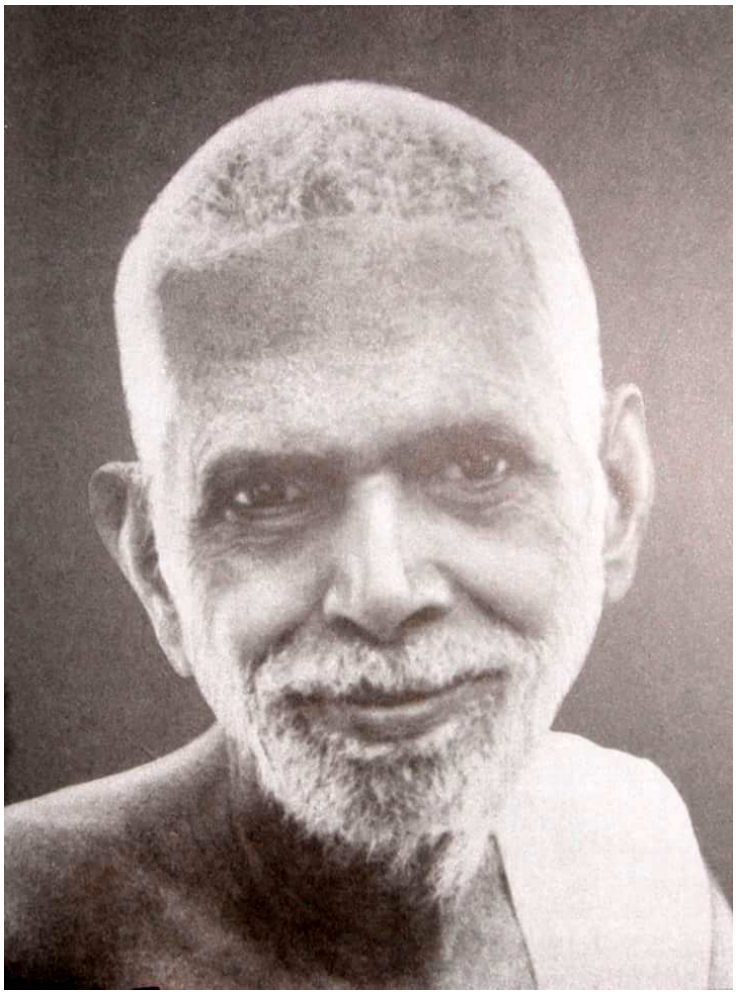




La Paz es la Naturaleza interna de la humanidad.
Si la encuentras dentro de ti mismo, la encontrarás en todas partes.

La Única Realidad es la Unidad, el Ser, que es puro Amor y Paz.

- Ramana Maharshi



Libre de pensamientos, existe este Ser interno, el Corazón.

¿Cómo conocer entonces eso que es más allá de la mente?

Conocerlo es morar firmemente en el Corazón.

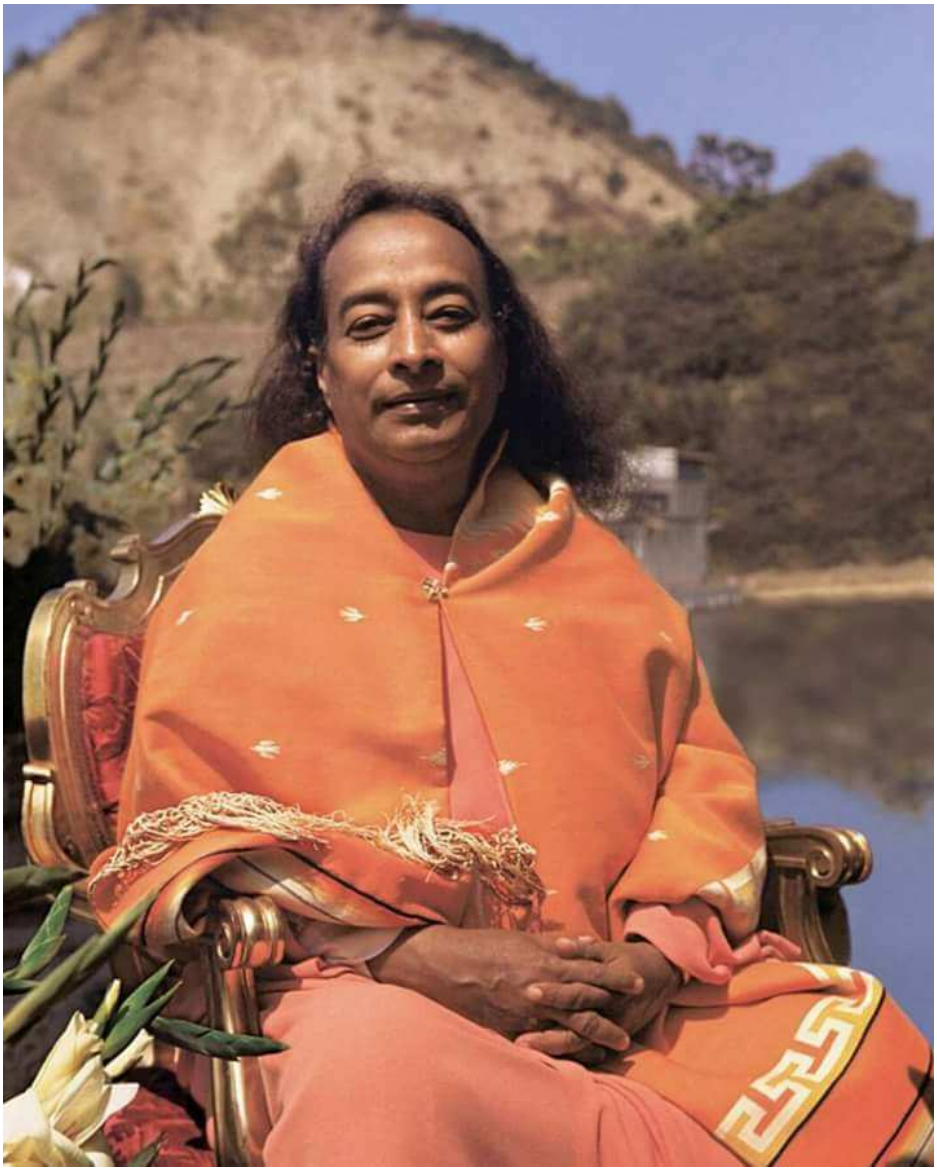
-Ramana Maharshi

Las escrituras declaran «ve al Sí mismo»,
«ve a Dios».
No es fácil comprender estas ideas.

Puesto que el Sí mismo es Uno, no puede ser visto.
¿Cómo puede uno ver a Dios?

Sólo deviniendo alimento para Él.

-Ramana Maharshi



Todo te decepcionará…excepto Dios.

La Calma es el aliento viviente de la inmortalidad de Dios en ti.

Paramahansa Yogananda

La voz de Dios es El Silencio.

Las sensaciones, que llegan a raudales a través de las fibras nerviosas,
mantienen a la mente ocupada con el bullicioso alboroto
de miles de pensamientos, de modo que toda la atención
queda atrapada por la actividad de los sentidos.

Pero la voz de Dios es el Silencio
y sólo cuando cesa el fluir de los pensamientos
podemos oír la voz Divina,
que nos habla mediante la intuición silenciosa.

Paramahansa Yogananda

Ten solo Amor en tu Corazón para los demás.

Paramahansa Yogananda

Mark McCloskey

Puro Silencio

Una gentil, amorosa Paz interior y Silencio
están aquí y ahora en este momento.
Siempre ha sido así. Siempre está aquí.

Está justo aquí dentro de ti y en todo a tu alrededor,
una Quietud, un aparente vacío,
una nada aparente de la que todo surge, existe,
y a la que finalmente regresa.
Usted sabe esto. Ha sentido esto.
No hay nada más que esto.

Tú eres esto.

Esto es verdad.

Esto no es una jerga esotérica espiritual sobre alguna nueva filosofía
de la nueva era o cualquier religión o creencia.
No hay nada aquí que sea místico.

Sólo están estas palabras y usted y el Silencio interior. Esto es real, ahora.

Este Silencio está justo aquí mismo en ti, en cada momento de tu vida.

Este Silencio puro te contiene, es tu eseidad, el Silencio es tu ser mismo.

Este Silencio permite que el universo entero sea.
Toda la existencia, todo lo que es, toda la materia y energía,
todo el pensamiento está contenido en este Silencio.

Este Silencio puro es lo que algunos han llamado la Verdad,
Infinito, la realidad, la Iluminación, la nada, Dios,
el Gran Espíritu o Espíritu Santo, el Ahora, el verdadero Sí Mismo,
Yo Soy, Conciencia y Amor.

Este Silencio es un misterio más allá de la mente,
más allá de lo que el cerebro humano puede comprender.

Al igual que un diamante hermoso, sólo podemos ver algunas facetas a la vez.
Este Misterio es aparentemente mucho más allá de nosotros,
de nuestra capacidad de entender, de saber.

Y sin embargo este se encuentra dentro de nosotros mismos,
y esto nos contiene también.

La mayor maravilla de esto es que usted y yo,
por encima de todas las demás formas de vida en este planeta
somos capaces de ser consciente de esta realidad, ahora.

Sí, usted es consciente de ello,
aunque tal vez usted no lo ha experimentado todavía.

Esta Conciencia de nosotros, esta consciencia de ser, es el Silencio mismo.

El Silencio es el espacio mismo del Ser.

En ti, el ser ha tomado conciencia de sí mismo.
Solo hay esto.

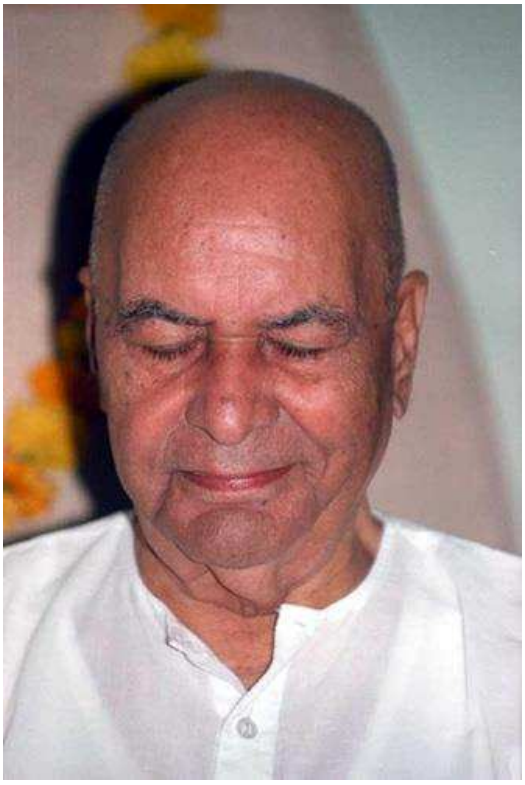
Hemos pasado miles de años negando lo que está más presente
para nosotros que nuestro propio aliento, nuestro latido del corazón.

Este Silencio impregna todo y es lo que permite que todo sea.
El Silencio nos permite ser y ser libres.

Solo hay Esto.
¡Tú eres Esto! ¡Siempre lo has sido!

Todo lo que necesitas, todo lo que buscas, todo lo que esperas,
está contenido en este Silencio.

Mark McCloskey (www.puresilence.org)



La Presencia sin forma es la fuente y sustancia de todo lo que existe,
los hindúes llaman a esto el Sí Mismo,
pero no tiene nada que ver con la mente o la personalidad;

Es por el contrario la tierra común, la continua Presencia
que permanece sin tiempo y sin forma,
es la Verdadera naturaleza de todos los seres.

La Paz está dentro de ti y dentro del Corazón de todos los seres,
así que permanece tranquilo.

Todo ser en el mundo es la Felicidad en Sí mismo.

Todos los seres son la Fuente de la Gracia, del Amor y de la Belleza;
De este reconocimiento surge el Amor y la Paz.

Mira directamente hacia Ti mismo.

vufus.tumblr.com