



# Poesía Vertical

Una Mirada Abierta

Silenciosa...

...hacia Ti Mism@

Jáitor

(Aitor Pablogorrán Fernández)



Con todo Mi Amor...  
que es el mismo que el Tuyo...

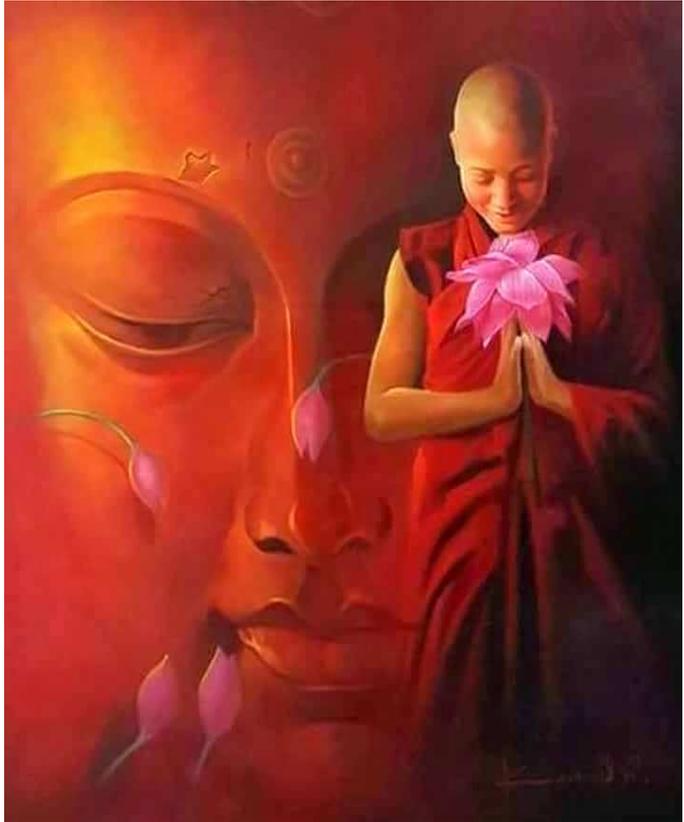
Para Ti...que en este momento  
Me recibes...Te recibes...

Deseando disfrutes de esta expresión  
surgida del Amor y del Silencio...

Sugiero leerlo de a poco,  
dejándose saborear en Eso que Es...

dejándose impregnar en Ello,  
descansando en Ello...

Gracias...



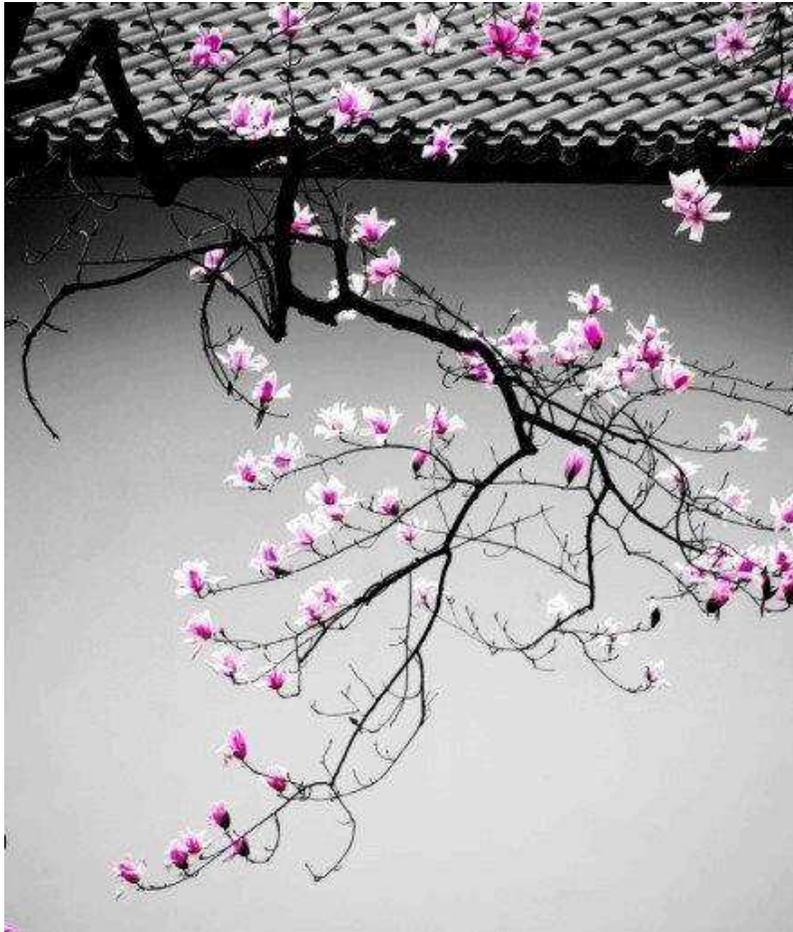
## Escuela de Silencio

Ven, siéntate aquí y escucha...

...No esperes oír nada  
pues nada pienso decir,

pero escucha...





...y aquí, sobre el tejado,  
llueva o no llueva  
...el Silencio de la primavera.

**Sentémonos en el suelo,**  
sí, sentémonos en el suelo  
para conversar;

El suelo, la tierra,  
nos trae humildad;

La humildad trae Silencio,  
y el Silencio...trae Paz.

Sentémonos en silencio, sí,  
buen comienzo para la Paz;  
¿No es aquí...donde quiero estar?

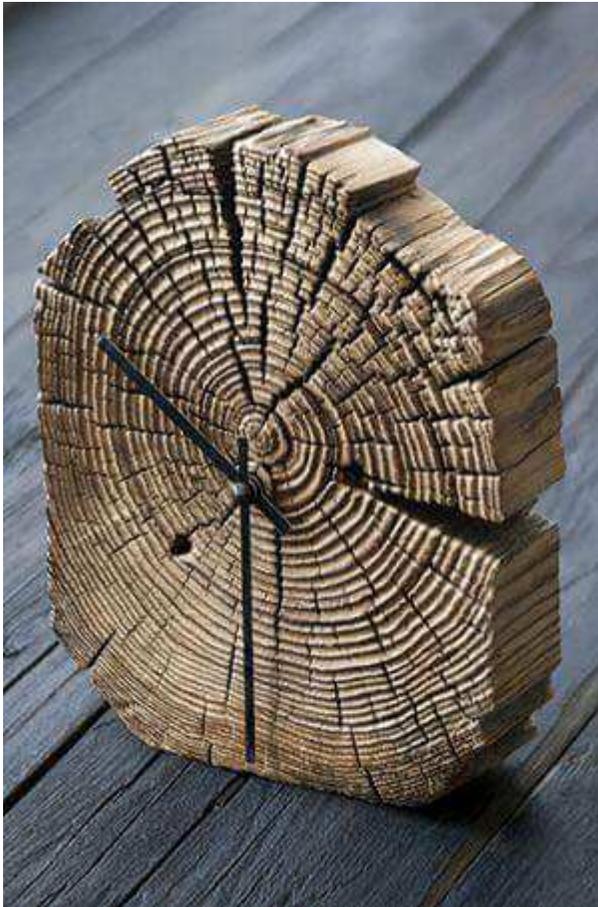
Entonces...  
no hay mucho que decir  
...como verás.





Danza...danza...  
entra en el Silencio...  
hasta que el Silencio te tome  
y éste se desprenda de ti.

Danza...danza...  
hasta que solo quede Silencio...  
...entonces sabrás de Ti.



## Eternidad

¿Cómo atrapar el tiempo que no es?  
...La mente pone agujas y lo nombra:  
1, 2, 3  
segundos, minutos,...horas.

Días, meses,  
y los anillos...años.

...Pero el árbol caído no tiene edad.

De la tierra madera,  
de la madera fuego,  
del fuego ceniza,  
...y vuelta a empezar.

¿Y el tiempo...dónde está?

Nada queda  
cuando ya no queda nada por quemar.

Cuando aquel que el tiempo nombra  
desaparece,  
dicen los sabios  
que Eso que queda...es Eternidad.



**Raíces que afloran  
...como queriendo despertar;**

La tierra se vuelve hacia el Cielo,  
el Cielo devuelve a la tierra  
su Humanidad.

Humus...

Todo se convierte en humus,  
se descompone  
...y se vuelve humo,  
y el humo  
...como humo se va.

Cielo y tierra  
Cielo y tierra,  
todo es Cielo  
cuando el Corazón de la tierra  
...se deja por el Cielo atravesar.



## El Árbol de la Vida

Llevas escrito  
en las palmas  
de la mano,  
las huellas  
del Origen  
de la Vida.

Sigue  
de la hoja  
a la rama,  
de la rama  
al tronco,  
del tronco al tallo,  
del tallo a la raíz,  
de la raíz a la tierra,  
y de la tierra  
al Centro...de tu Corazón.

Qué cerca estamos  
cuando estamos en el Corazón;  
En el Corazón...  
somos cercanos.

No dejes de amar  
en todas y cada una de las formas  
en las que el Amor se presente.



Ama, nunca dejes de amar,  
en todas y cada una de las formas  
en las que el Amor se presente.

...Somos Energía Pura de Amor,  
y El Amor solo Ama;

Reconóctete en este Amor,  
disuélvete en este Amor...,  
...El Amor nos conduce a Dios.

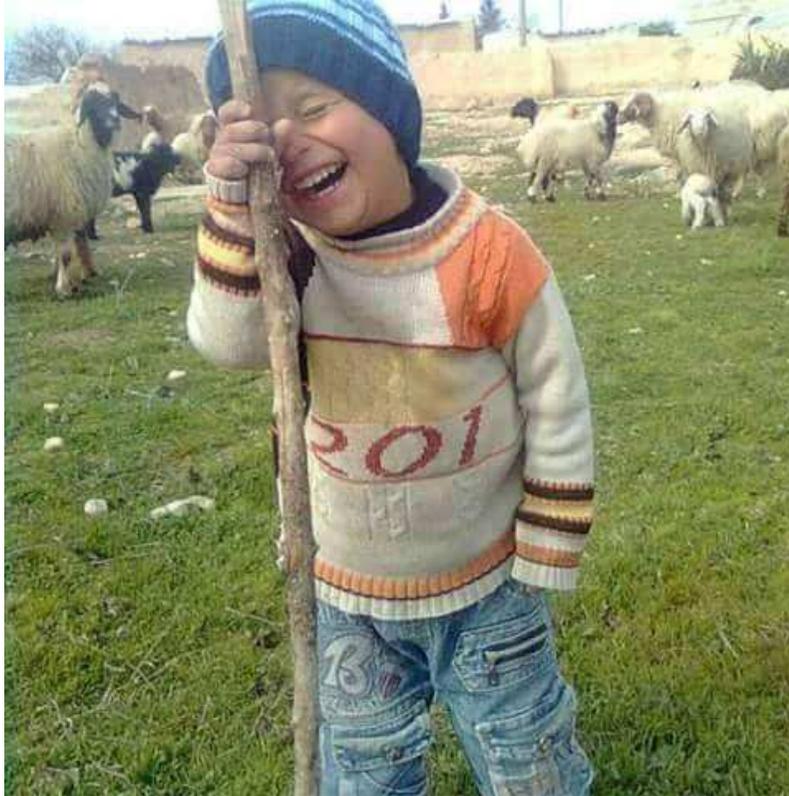


Que el Corazón se ablande y se derrita...  
Que Todo se derrita...

Somos Energía Pura de Amor...  
Espacio de Amor para el Amor...

Espacio de Paz, de Silencio...de Quietud.



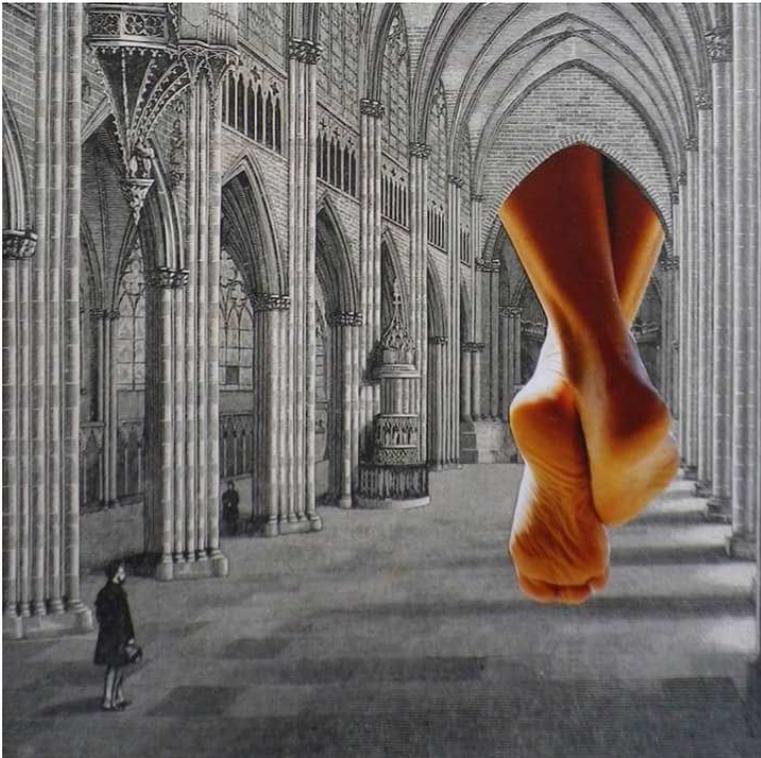


### **Amo sin saber**

Amo sin saber porqué,  
ni a quién, ni cuando, ni como,  
...porque cuando amo  
me desparramo.

Será que Soy Amor  
y es por eso que amo;  
Será que cuando en Verdad miro  
solo te veo a Ti, Amor.

...y es en esto que estamos,  
...y es así que nos amamos.



Que tu Corazón dance  
ocupando todos los espacios;  
...La Casa de Dios no tiene límites.

Y si no mueves un pié  
ahí también,  
...Dios está siempre contigo,  
pues no hay diferencia, ni separación  
entre tu Corazón...y Él.

**Nos quedaremos descalzos,**  
desnudos, de trajes y máscaras,  
y así, sin miedos, barreras, ni distancias,  
danzaremos alegres,  
sobre el tapiz de la Vida,  
en éste, nuestro último sueño.

Entonces, cuando toque descanso,  
...el verdadero descanso,  
Dios, la Conciencia,  
se despertará de nosotros,  
...uno a uno.

Final-mente...no quedará ni dios,  
ni el tapiz,  
ni tan siquiera...las huellas de los zapatos,  
... solo Dios lo verá.

Bienvenidos herman@s,  
pues al desaparecer ésta  
nuestra aparente identidad,  
entramos todos juntos  
en la Casa del Amor.

Mientras tanto...  
dancemos pues  
Ahora,  
Alegre mente  
...descalzos.



## "Ocho pasos" a lo Eterno

...sin moverte Ti,  
Lo Eterno.

...Inhalo Paz  
exhalo Amor...

...Inhalo Amor  
exhalo Paz...

...Inhalo Paz  
exhalo Amor...

...Inhalo Amor  
exhalo Paz...

Ocho pasos,  
...que son cuatro,  
...que son dos,  
...que son Uno,  
...No dos.





Corazón de mil pétalos  
como mil soles.

Así es la Flor del Amor  
que reside en tu Corazón.



...Partículas de Conciencia  
...Partículas de Luz,  
reflejadas en el espacio,  
...impresas en un papel.

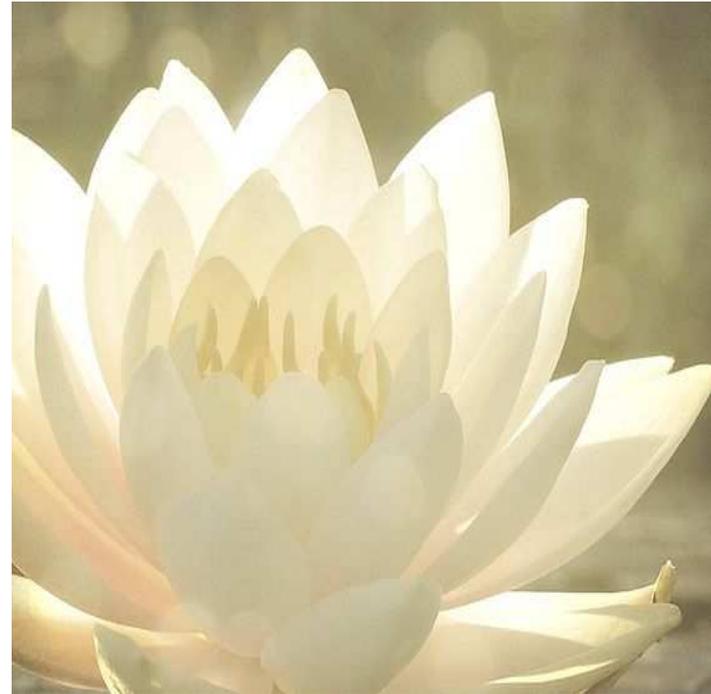
Cuando yo no estoy...  
solo estas Tú.  
Todo está lleno  
y a la vez...Vacío.

Vacio, Sí, vacío...  
...pero lleno de Luz.

...Presencia de Ser.

Creí que soñaba con el Amor,  
y era Yo, El Amor,  
el que soñaba con el que creía ser yo.

...Y en Realidad  
nadie soñaba  
cuando el Amor despertó en el Amor.



**Solo Dios puede despertar en Dios.**

Lo máximo que podemos hacer  
desde este aparente  
organismo cuerpo-mente  
es rendirnos...  
dejarnos respirar...  
descansar en el Corazón...

...guardar Silencio,  
permitiéndonos,  
permitiendo...  
que el Silencio nos tome.





Y en Silencio...  
...agradecidos,  
nos sumergimos  
en el Silencio...

...Eso que te traga,  
...Eso que bebe de Sí,  
...sorbos de Silencio.





Si estuvieras más cerca de mi  
no te podría ver,  
pero ahora que te veo,  
de mi...ya no te alejas.

Encuétrame Aquí,  
Aquí donde se pierden el sonido,  
la visión, la imagen y la figura;  
...Aquí donde la Presencia  
solo es Presencia.





Hay un lugar en Ti  
que guarda perfecto equilibrio,  
es un lugar estable, armonioso,  
que permanece inmutable  
más allá del embate de las olas de la mente,  
del viento y del mar.

Apuntalado siempre está  
con la Luz de tu propio Corazón;

Más allá del espacio y el tiempo  
Aquí está,  
Aquí donde lo Único que brilla  
es el Silencio y la Paz.



...Mente pura, cristalina,  
transparente...

...Mente Plena,...sin que nada falte,  
y sin embargo...abierta a Todo...

Todo cabe en Ella...  
y a nada se reduce,  
...cuando todo se suelta,  
...liberada Mente.

...Mente pura, cristalina,  
silenciosa, inocente...  
...como el rocío.



La Naturaleza nos respira,  
nos envuelve,  
se respira,  
se envuelve.

Todo es respirado,  
envuelto,  
en Sí Mismo,  
por Sí Mismo.

Somos Presencia  
...en la que Todo  
y Nada...  
sucede.



Sumérgete...  
...húndete en Ti Mismo.

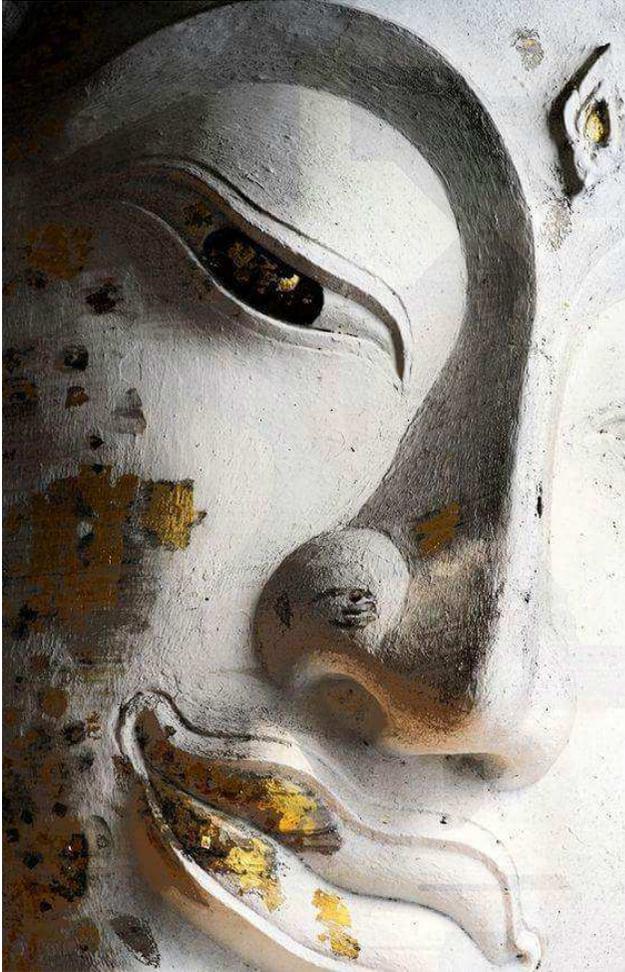
...En la Paz,  
en el Silencio...

No quedará nada más que Eso...

...Es un espacio de Paz,  
...de no juicio,  
...de no interferencia,  
...de Puro Silencio;

Silencio...solo Silencio.





Bajo la superficie...  
todo es Oro.

Ven, bucea en el Silencio...  
reúnete Contigo.



Como un sauce  
dejando caer  
las pestañas de la mente,  
Aquí descanso  
...en Mi,  
...silenciosamente.



La naturaleza nos invita al Silencio,  
porque el Silencio  
es el Origen y Naturaleza  
de todas las cosas;

Es lo que somos,  
es lo que Todo Es,  
...y a donde Todo regresa.

Y si alguien preguntara...  
y si alguien quisiera encontrar,  
y si alguien quisiera saber...

Qué mejor indicación para la Verdad  
que en Silencio permanecer...



Ven, ven al Silencio, amigo,  
...hoy he quedado contigo.





...Detrás de todos los velos,  
En Silencio...  
Aquí...te espero.



Como olas...nos mecemos,  
como olas...nos dejamos mecer;

Jugando en la orilla, como niños,  
mojados de la cabeza a los pies;

A veces flotamos,  
a veces...en la arena nos hundimos,  
a veces la espuma...nos hace enloquecer.

Ahora...ya sopla fuerte el viento  
y está a punto de anochecer.

El Océano...nos lleva de nuevo  
Mar adentro...,  
...hasta hacernos desaparecer.

Caminando como niños,  
...confiados,  
entregados al Poder  
y los brazos de Dios.

En el Amor al Amor  
me gano a Mi,  
y solo pierdo  
lo que no soy Yo.



Hay una Voluntad superior que dirige Todo;  
Esta Fuerza es un Misterio para la mente,  
pero un Corazón despierto,  
atento a Sí Mismo,  
puede escuchar esta Voz sin palabras;

Es así que uno, sin saber cómo ni porque,  
es dirigido en Total confianza hacia donde esa Voluntad,  
que no es otra que nuestra Voluntad más profunda,  
nos invita a ir y nos acompaña...

Somos llevados por Eso que en esencia somos...  
Dirigidos...hacia nuestro propio encuentro...





Llevando solo lo esencial,  
...que es casi nada,  
...sin peso,  
...como un bolso de paja.

Mudar la piel,  
dejar que el pensamiento  
se vuelva hueco,  
como nubes pasajeras...

Ver todo ir y venir...

Mudar la piel,  
y como pétalos de flor  
dejar caer lo que ya no;

Lo que sí, sí,...Eso sigue ahí,  
porque Eso eres Tú,  
lo mismo que Yo,

...lo que siempre estuvo Aquí,  
...lo que nunca pudo pensarse  
ni se pensó,  
...lo que nunca cayó,  
...lo que nunca se mudó.





Con arena del desierto  
moldeada está  
tu casa de barro.

Asómate alegre a su ventana  
y verás un oasis cada mañana.

...Pero si miras hacia dentro  
surgirá este descubrimiento:  
Que ni tú, ni la arena, ni el desierto,  
ni la casa, ni el barro, son ciertos;

Agua de Vida todo es  
aquí donde no existe la sed;  
Eres Tú, agua de Vida, lo único cierto,  
pues todo lo demás...se lo lleva el viento.



Diferentes ventanas  
para Un Mismo Ojo;

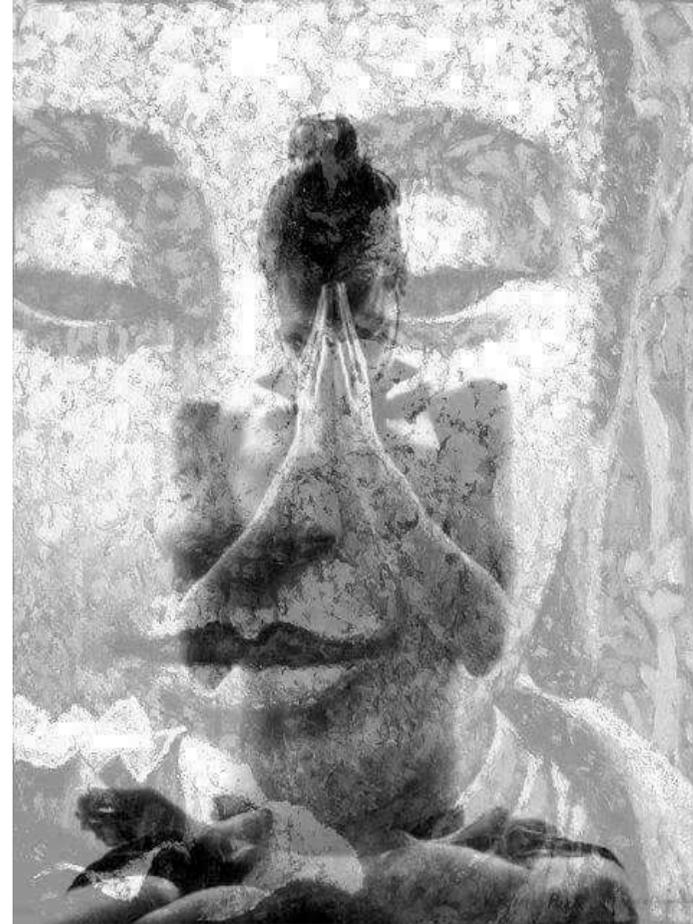
Diferentes miradas...  
Uno Solo es el que ve.

## Ver

...Solo ver a través de Tus ojos  
es Ver...  
Ver...que todo es transparente...

Solo así veo,  
cuando así...Tus ojos  
se convierten...en los míos.

...Y un mundo transparente,  
inocente, silencioso, veo...  
cuando así miro.





Huele a flores,  
huele a menta,  
huele a hierba fresca,  
huele a jazmín.

Sí, el Silencio huele a campo,  
huele a nubes,  
huele a lluvia,  
huele al centro de la tormenta.

Huele a siesta,  
a un abrazo,  
a besos mil.

Sí,  
el Silencio huele a Ti.

En la Pureza del Corazón...Me veo,  
en El Silencio...Me encuentro,  
en El Amor...la Vida es solo Gozo.

La Paz es Mi verdadero Hogar,  
en Él desaparezco...  
en Él Me reconozco.

Desde Él Me extiendo...  
desde Él Me comparto,  
...y guardo Silencio.





## **Dulce Cielo de Corazones**

Este Otoño  
en lugar de caer las hojas  
solo caerán manzanas.

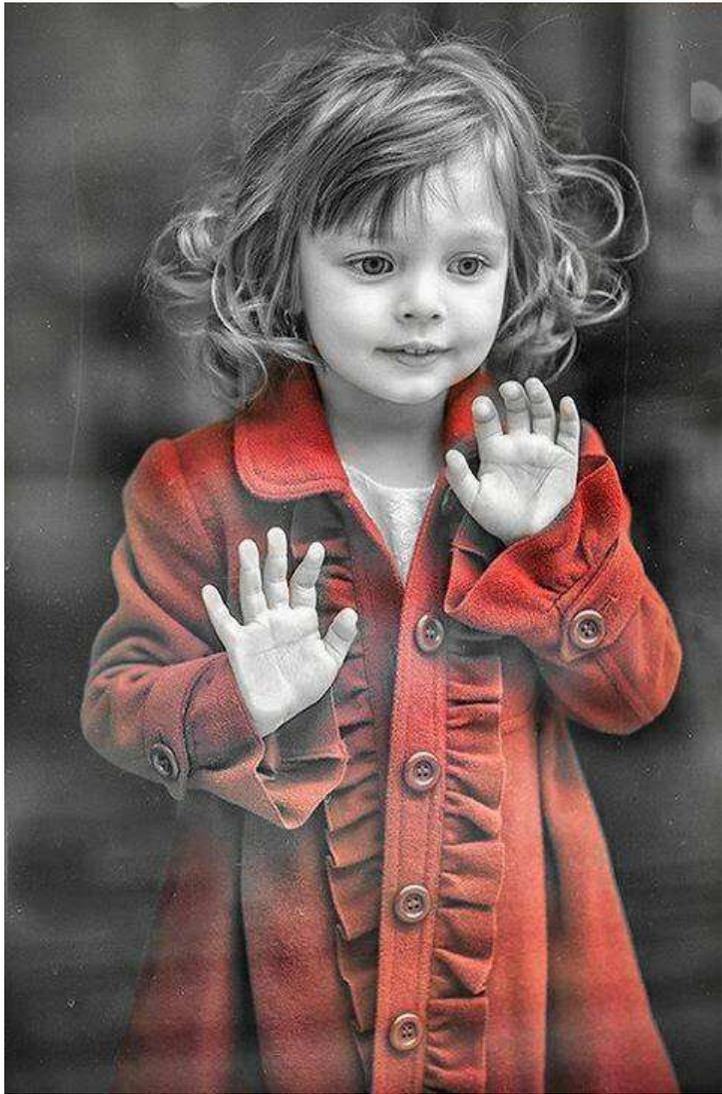
Cuando los corazones maduran  
estos caen como manzanas,  
pero hacia arriba  
...hacia el Cielo.

Aquí todo es dulce y sin forma  
hecho de manzanas,  
manzanas dulces y tiernas  
de tu Corazón maduro.



El arcoíris  
está en tus ojos,  
la sonrisa de Dios  
en tu Corazón;

Cuando tú sonríes  
Él sonríe,  
y el mundo entero  
se llena de color.



Así como vea "el mundo"  
así me veré.

Así desde donde mire "el mundo"  
así me hallaré.

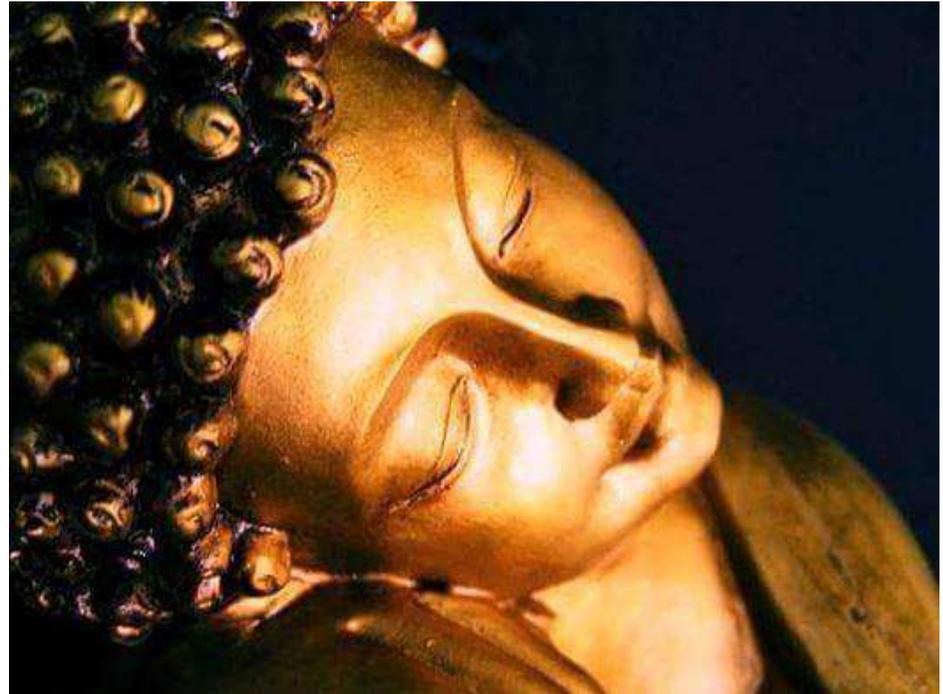
Miremos bien  
pues somos espejos de lo Eterno,  
y lo Eterno...más allá de los espejos.

Dejémonos encontrar,  
pues somos nosotros mismos  
buscándonos.

La Paz y Silencio que buscamos  
es lo que somos,  
todo lo demás...un sueño es.

La nostalgia de lo que Soy  
me conduce a lo que siempre he sido.

En Mi verdadero Conocimiento...  
me olvido de mi olvido,  
pues ahí nada queda...de lo que no he sido.



Sí, somos esa Quietud,  
esa Paz, ese Silencio...  
más allá de dónde aparentemente  
nos encontremos;

Ahí...en ese Silencio,  
en nosotros mismos...  
descansamos.





Todo lo bello nos atrae, sí,  
pero es la Luz que somos la que nos llama,  
la Luz en la que todo Es,  
...la Luz en la que todo brilla.



Cuando somos sensibles a la Belleza  
esta nos llama desde dentro  
con toda su fuerza,

y a la vez nos guía,  
nos guía de afuera hacia adentro  
como un espejo,

para que podamos reconocernos en Ella,  
pues Belleza también es  
nuestra Verdadera Naturaleza...



Eso que nos lleva  
de la superficie a lo Profundo...  
Eso que nos invita a la entrega...

Deshacernos en Amor...  
extendernos en Belleza...  
dejando que la Paz y el Silencio...nos tomen...  
siendo así revelada  
nuestra Verdadera Naturaleza.



Un Cielo sin límites,  
una Tierra sin fronteras,  
un Océano sin palabras...

Un Corazón inmenso...  
que explota, y se expande...

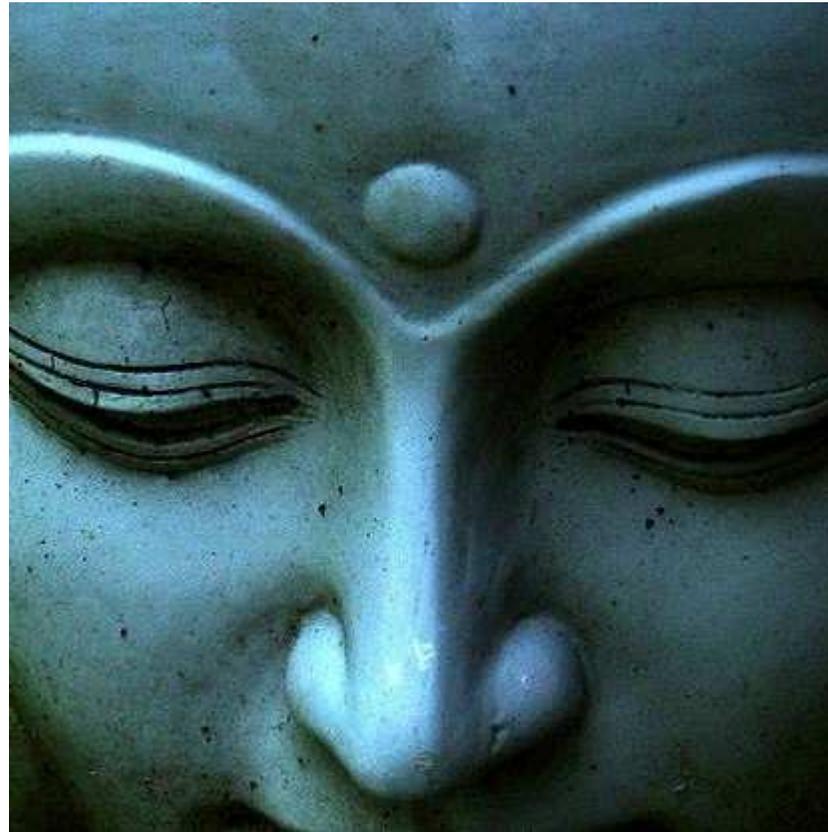
Eso somos...  
...Amor sin límites.

Y más allá de Eso  
este Silencio...  
que todo lo acoge,  
que todo penetra.

...y lloro de Gracia  
...de tanta Belleza.

Tu Casa está en Silencio,  
vacía de Todo  
y Llena de Ti.

Guarda Silencio...  
y reconóciate Aquí.





Adopta la postura del Silencio...  
del no juicio,  
de la no lucha,  
de la no interferencia...

y el Silencio se manifestará  
a través de todas la posturas.



Briznas de hierba,  
...susurros de Silencio;

Frágiles, delicadas, flexibles,  
expuestas, abiertas, atentas,  
...como antenas que danzan al viento;  
...Conscientes.

Inmersas en el Tao,  
...entregadas;

Simples...,  
sin esfuerzo nutridas  
y también dadoras, nutrientes,  
...gracias a la fotosíntesis.

Es por la Luz  
por la que vives,  
por la que transformas y devuelves  
todo lo que recibes.



La Paz, el Amor y el Silencio  
son tu mejor alimento.

Bancal Divino,  
huerto Humano, huerto Urbano,  
siempre y en todo momento  
al alcance de tu mano.



Que la Belleza florezca  
y sea...en tu Mirada,  
mi Mirada,  
la Mirada de Dios.



Redonda Es  
la luna  
Redonda,

Redonda  
cuando está  
Llena,

Llena  
de Luz.

Conciencia  
de Plenitud.

Eso mismo...  
Eres Tú.



...y Aquella  
que parecía estar oculta  
se manifiesta Plena,  
...en toda su Plenitud.

...Luz de la Conciencia,  
que volviendo la mirada  
sobre Si misma...  
se reconoce Completa.

...y así  
la Luz de la Verdad,  
la Luz de la Conciencia,  
se va encendiendo  
dentro de cada aparente ser,

hasta ir despertando  
en Uno Mismo,

recordando el Amor,  
la Paz y el Silencio...  
que habitan dentro,  
que Todo Es...

Recordando todo aquello  
que tan solo  
parecía estar dormido.



Que reine la Paz  
en todos los Corazones,  
respiremos Paz,  
pues Paz...es lo que somos.





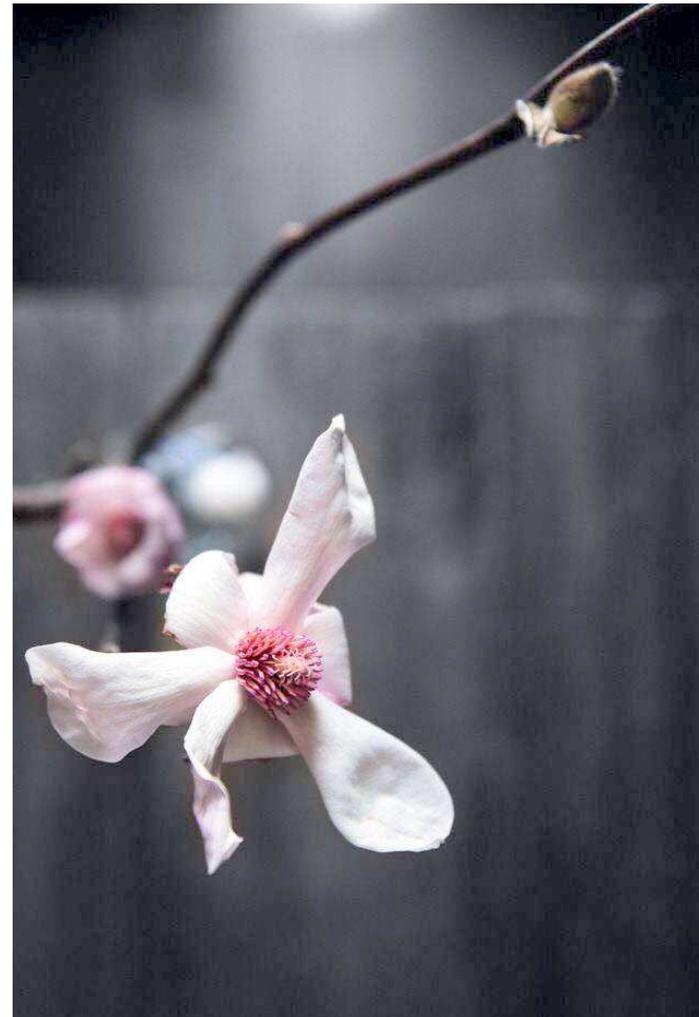
Belleza en todo Corazón,  
Belleza en lo profundo,  
Belleza en lo sencillo,

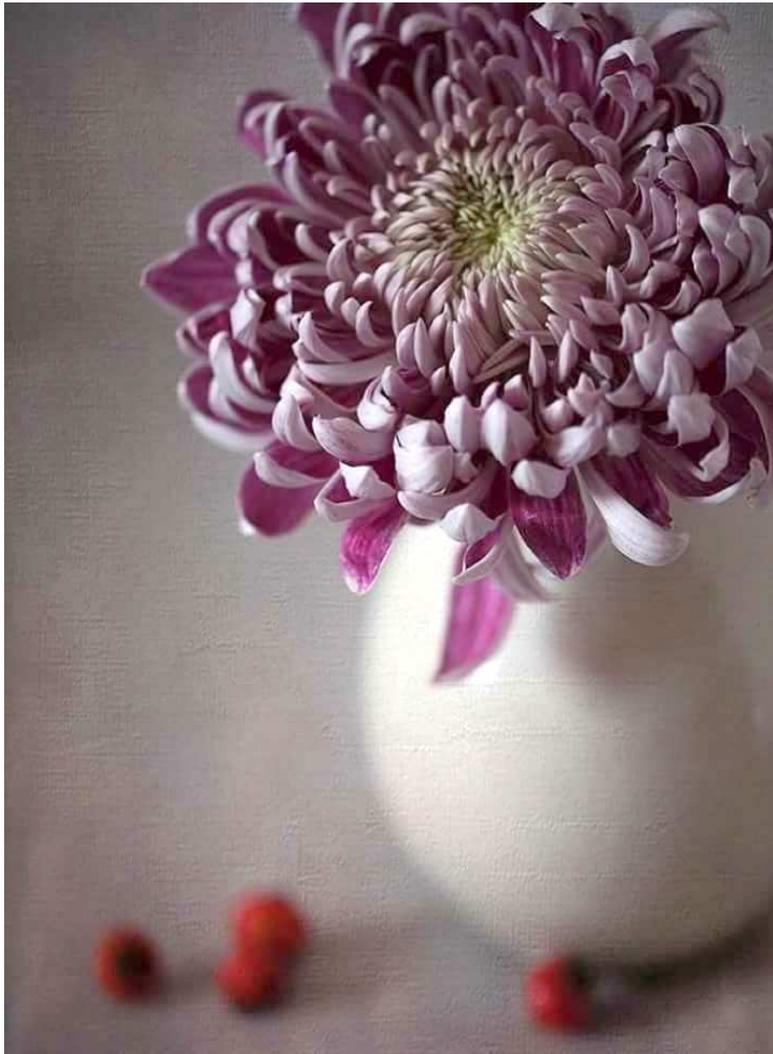
y en el Silencio Paz...  
puro Gozo y Libertad...  
...puro brillo.

De la oscuridad  
de la noche más oscura  
surge la flor más bella;

Eres Tú  
Silencio en la oscuridad  
Claridad en el Silencio  
Amor más allá del Amor  
la única y verdadera flor,  
Sí, eres Tú  
la flor más bella;

Eres Tú,  
la Vida misma  
llena de color,  
la Vida misma  
con los pétalos en flor.





A veces un solo pétalo,  
a veces mil,  
¿Dónde está el brillo...?  
Dentro de ti.



No, ni todo el frío del mundo  
podrá congelar la flor del Amor  
que habita en tu Corazón.



Brilla la inocencia  
en una cabeza "rapada",  
vacía...

Es Aquí, en la no mente,  
donde todo florece,  
y aquí donde se encuentra  
en Ti...El Jardín de la Alegría.



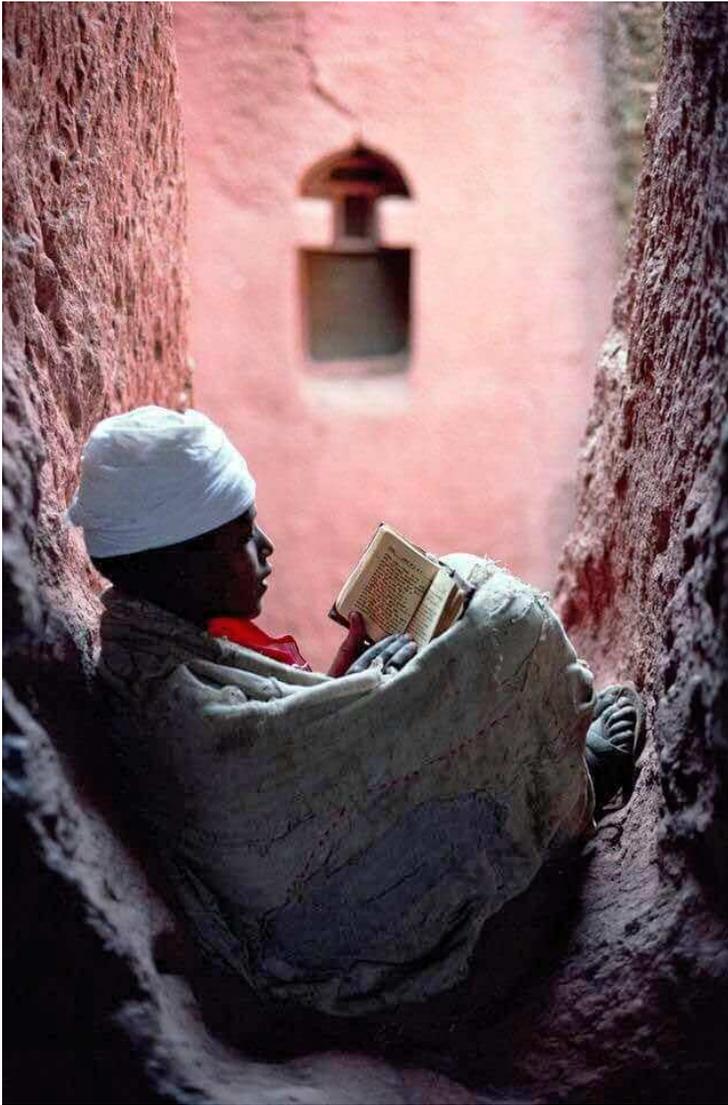
Toda la música del Universo,  
toda la Belleza,  
están en Ti,

...en el Amor que Eres,  
en el Silencio...

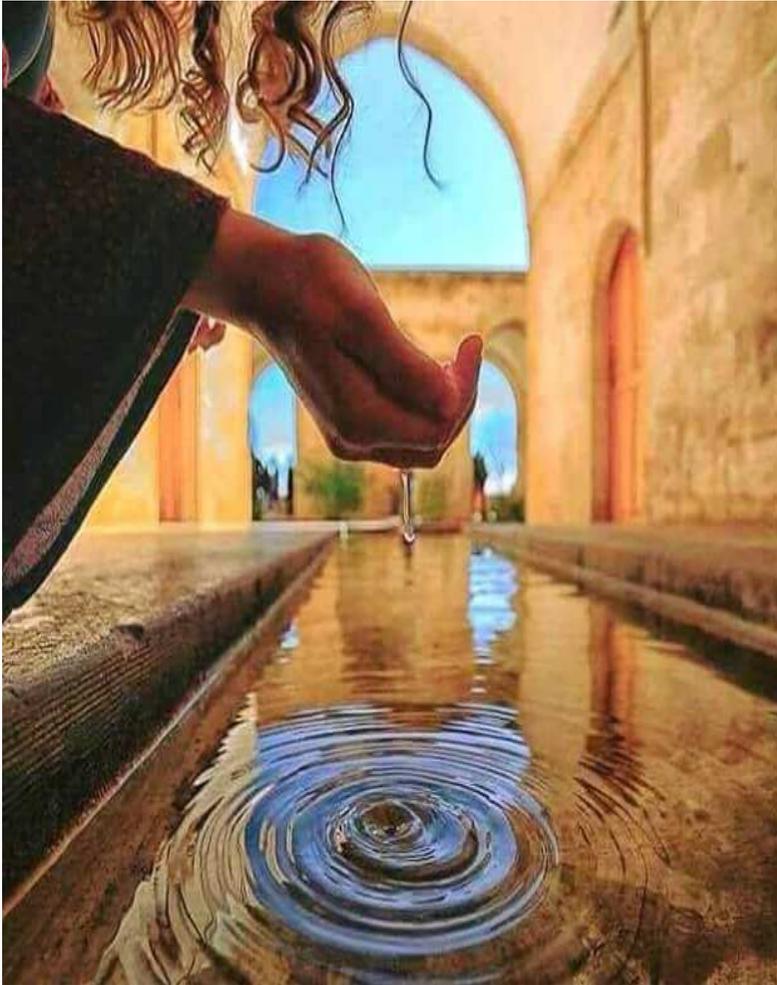
Desde el Silencio que Soy,  
que todo Es,  
solo puedo escuchar  
la llamada del Silencio...

Silencio es Paz,  
Silencio es Gozo,  
escucho la llamada...  
y regreso al Hogar.





Todo aquello que te lleve al Silencio,  
que te lleve a la Paz,  
son respuestas a Su Llamada,  
...Tu Llamada.



Sí,  
guarda Silencio  
y bebe de Ti.



Eres Paz,  
eres sosiego,  
eres Perfecta Calma;

Es aquí...en el Silencio  
donde final-mente  
descansa toda alma;

Aquí donde cesan  
toda ansiedad  
todo esfuerzo y toda lucha,

aquí donde sin moverte  
fluye sola la corriente.

...y aquí estás  
sol@ en la barca,  
rodeado de Belleza,  
descansando...  
en Tu Verdadera Naturaleza.



...y llegará el invierno,  
y se irá...  
...y llegará la primavera,  
y se irá...  
...y llegará el verano,  
y se irá...  
...y llegará el otoño...de nuevo,  
y se irá...

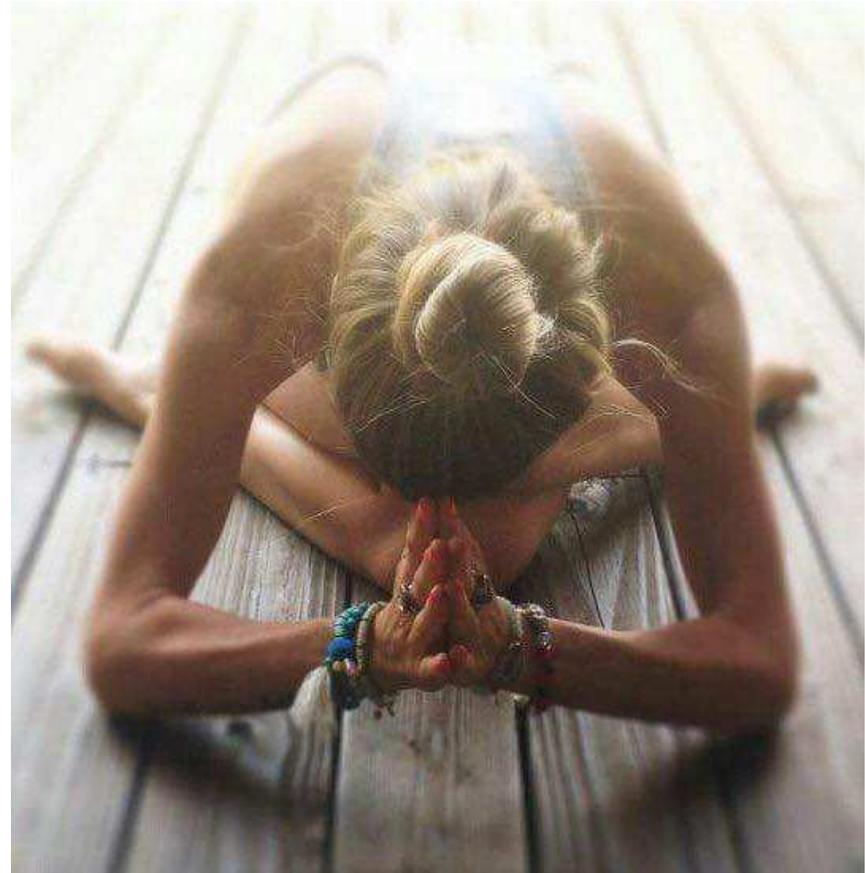
y cuando todo se haya ido...  
Tú...Tú...  
Tú seguirás Aquí...

Tú sin mente,  
Tú sin mundo,  
Tú sin ti...

Es así que abrazo todo  
aunque en Realidad nada exista,  
pues todo aparece  
y desaparece en Mí.

Reconociendo  
la impermanencia de lo nacido,  
descubro la Plenitud  
de lo no nacido.

Qué puedo hacer ahora  
ante esta apariencia  
sino sentirme  
completamente agradecido.





Más sutil que lo sutil,  
más sencillo que lo sencillo...

en el Silencio...recogido.



## Claridad

La Claridad está en Ti,  
en el Silencio...

En el Silencio...eres Claridad.

Despertar,  
despertar al Silencio  
para ver los sueños  
desde la Claridad.

Distraerte de la Paz  
es distraerte de Ti.

...no Te distraigas.

Eres Paz,  
Eres Presencia,  
Eres Silencio...

Si te distraes...recuerda,  
...recuérdate a Ti.





Lleno de Mi  
no puedo estar más lleno,  
...pero sí,  
de Ti...también me lleno.

Cada vez que despierto  
despierto al Amor y la Belleza,

Cada vez que despierto  
despierto a la Paz y el Silencio...





Más allá de todo sueño...

Más allá de todo lo creado y por crear...  
más allá de todo lo soñado y por soñar...  
hay un espacio de Paz...

Un espacio de Amor,  
de Silencio...de Quietud...  
Tú eres Eso...

Silencio...solo Silencio...



A través de todo movimiento...  
a pesar de todo movimiento...  
más allá de todo movimiento...

Somos Paz  
Serenidad...  
Armonía...Equilibrio...

Cuando caiga la tarde  
caerán todas las hojas...

Cuando caiga la tarde  
los pensamientos se irán a dormir...

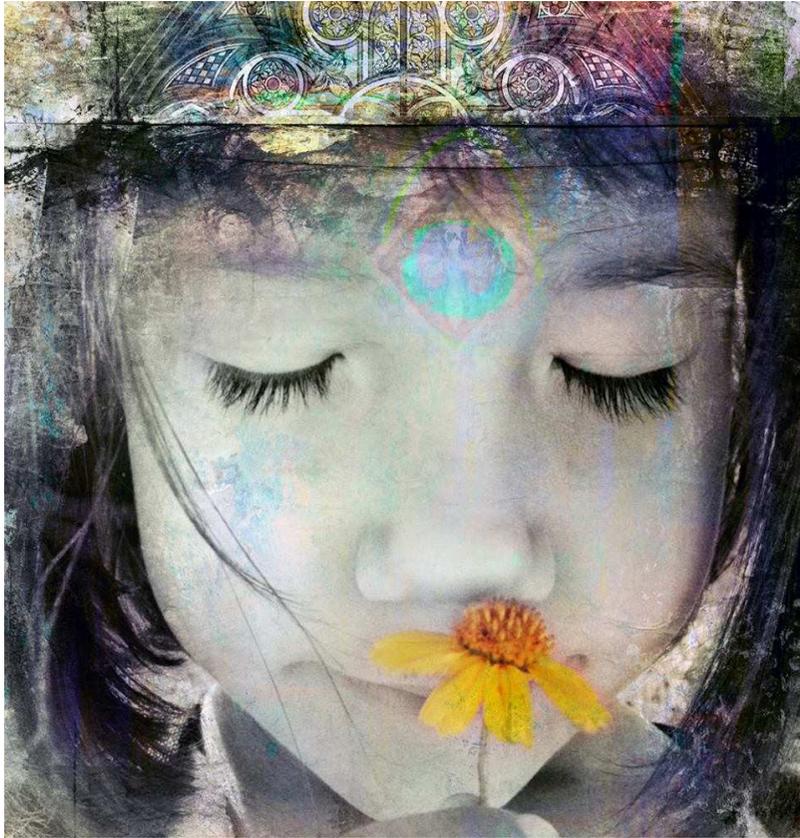
Cuando caiga la tarde  
si es que aún no lo ha hecho  
Todo se desprenderá de Ti...

Cuando caiga la tarde  
no quedará nada sino Silencio...

Cuando caiga la tarde  
todo renacerá como la aurora

Cuando caiga la tarde...  
el Cielo caerá sobre Sí.





Sí,  
el Silencio huele a Ti.



Iré distanciando

cada vez más...

letras

palabras

y pensamientos...

así será revelado

el espacio imborrable

silencioso

e indivisible

que habita dentro...



Es aquí,  
en Ti..., en Mi...,  
en el regazo del Silencio...  
donde todo acaba reposando...



Confiar en la Paz  
hasta saberse Paz,  
y así poder extenderse  
a través de la Paz compartida.

Confiar en el Amor  
hasta saberse Amor,  
para así extenderse en Amor...  
un Amor sin control, ni medida.

Confiar en la Abundancia  
hasta saberse Abundancia;

Un Corazón satisfecho, Completo,  
es el fiel reflejo  
de la Abundancia de la Vida.



En tu propia Plenitud  
todo se desvanece...

En tu propia Plenitud  
tus aparentes huellas  
desaparecen...

...Allí donde se pierden  
las huellas  
que llevan hacia Ti,  
...hacia Mí.

Aquí nos encontramos...  
nos vemos...  
nos reconocemos...  
...en esta Presencia,  
en este Silencio...

Regresar...  
regresar y regresar...  
regresar de nuevo al Silencio...

Despertar...  
despertar al Silencio...  
despertar en Ti...

Nacer...  
nacer de nuevo...  
nacer para nunca morir...

Morir...  
morir a todo...  
morir para nacer en Ti...

Nacer y morir a todo...  
hasta que todo te haga "reír"...





Deja que la Paz y el Silencio  
traspasen todas las fronteras...

Y te alcancen  
y te toquen...

y te abracen  
y te envuelvan...



No esperemos a mañana  
para que se haga de día,

en este mismo momento  
hay Un Cielo Abierto  
que brilla dentro,

es Un Cielo  
que de mil colores brilla,  
son los colores  
de Tu Corazón despierto.

La creación puede ser  
y es...asombrosa,  
infinita, e infinitamente bella,

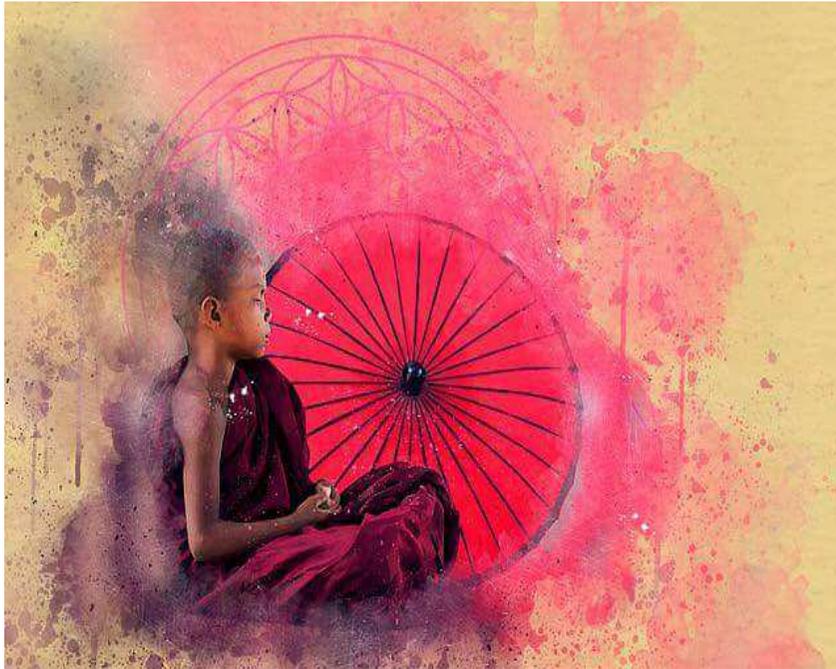
pero jamás podríamos imaginar  
cuanta Belleza queda  
tras su desaparición;

Eso que queda...  
cuando todo desaparece,  
Esa Plenitud sin nada...  
Esa Plenitud sin nadie...  
Esa Plenitud sin "ti" ...  
Esa Belleza más allá de toda belleza...

Esa Paz...  
Ese Silencio...  
Esa Quietud...

Esa...esa nada...ese todo...  
Esa pura Belleza...  
Eres Tú.

...Completa.



Mermelada de Corazón,  
dulce, dulce,  
blandito, blandito,  
saboréala  
y deja que sus latidos  
despierten el apetito;

Abre el bote del Corazón...  
e intoxícate de Amor.



El brillo adentro,  
el brillo afuera,  
...o cómo mirar el Otoño  
con ojos de Primavera.

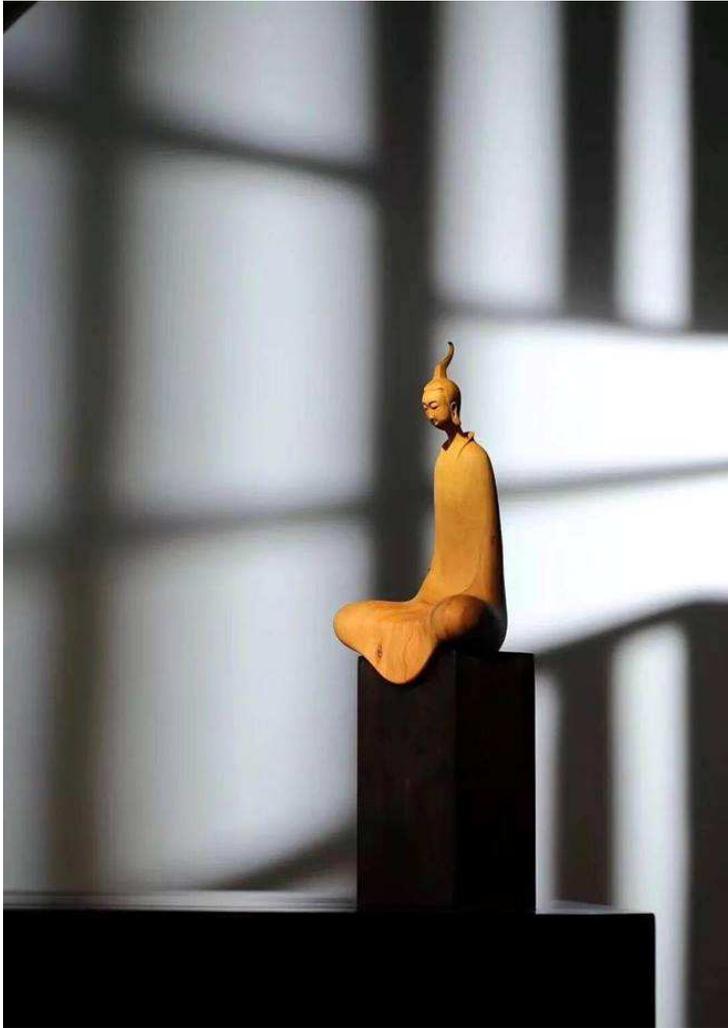


Semillas de Dios,  
semillas de Conciencia,  
semillas de Luz,  
semillas de Silencio...

Todo está en el Corazón,  
Todo está dentro...  
la llama que alumbra el camino  
y el latido que invita a regresar...

Regresar,  
regresar al Hogar,  
el último paso de toda Danza...  
el último movimiento...

Retornar a la Casa del Silencio...  
regresar al estado Original...  
allí donde reina la Quietud...  
aquí donde brilla la Paz...



Ver, solo ver,  
solo observar...  
como todo se hace pequeño...

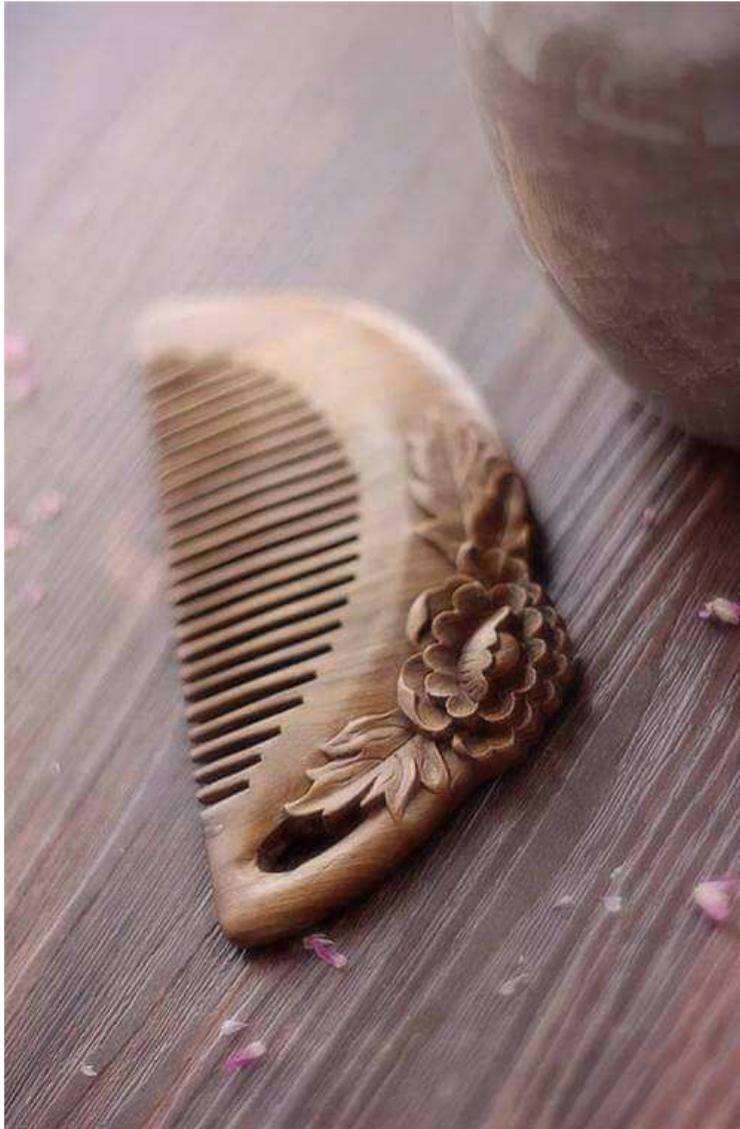
...todo pequeño,  
pequeño,  
muy pequeño...

pequeña la mente,  
pequeño el mundo,  
pequeño el yo...

...hasta que no queda nada,  
nada que observar...

Es entonces  
que todo se vuelve Grande...  
Grande, muy Grande...

Tan Grande...que no cabe más,  
Todo Completo,  
Pura Belleza...Puro Silencio...



Peinaré la ideas  
con el peine del Silencio,  
hasta que todo se desprenda...  
hasta que solo quede Silencio...

Permaneceré entonces así  
...recogido,  
solo como Eso...  
contemplando todo desde Eso...

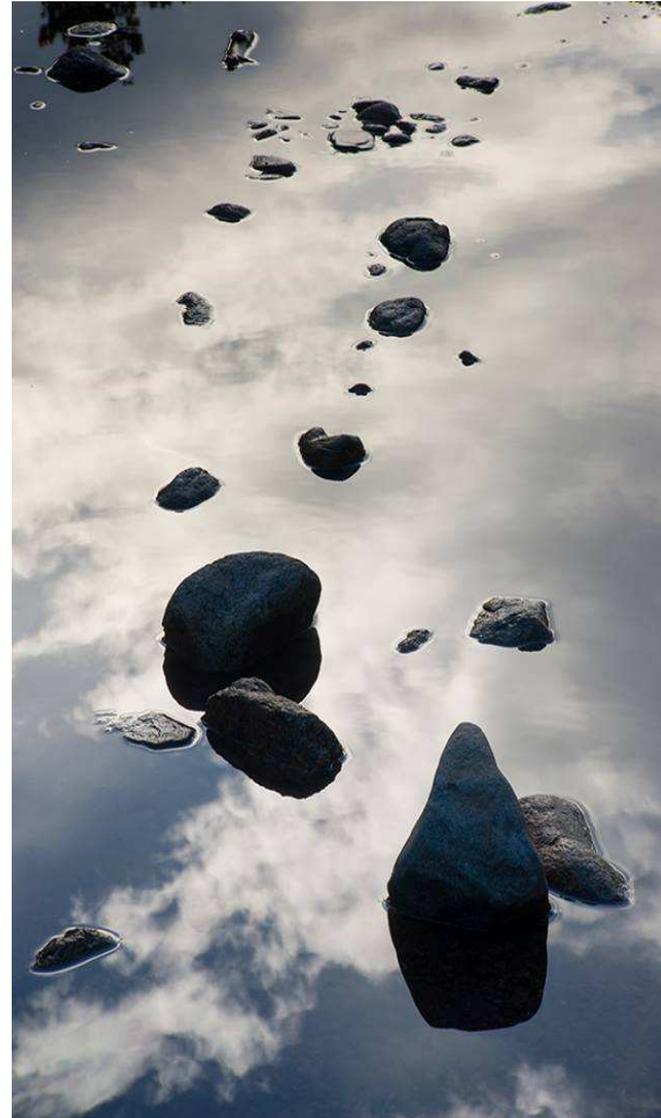
...más allá del pensamiento,  
...más allá del sufrimiento,  
más allá de las piedras  
y de las nubes...

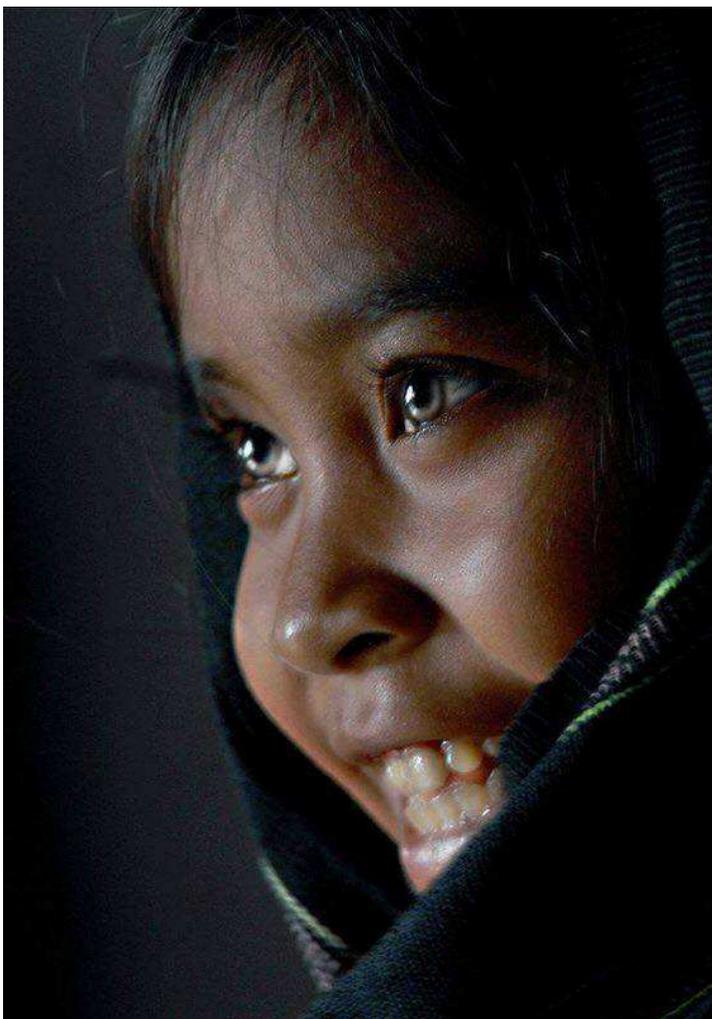
...y dejamos todo atrás,  
pues aquí no hay nada...  
nada a lo que agarrarse...

Solo hay Silencio aquí...  
no tú, no yo...  
no nada, no nadie...

Solo Silencio...  
Solo Paz...  
Solo Verdad...

Solo Plenitud...  
Solo Gracia...  
Solo Libertad...





Ven,  
mírame...mírate...  
no digamos nada...  
que solo sea...la Mirada...

El Completo Amor  
y la Completa Belleza de tu interior  
son el Completo Amor  
y la Completa Belleza de Dios,  
...no dos.





¿ Dónde se perdió la inocencia...?

¿O no se perdió...?

Quizás si

o quizás no,

Si algún día has de buscarla  
búscala en tu Corazón.



El canto de los pájaros está en Ti,  
el canto de los pájaros es solo Para Ti.

Cantan solo por Amor,  
cantan para que en ti resuene la Belleza,  
cantan para que te descubras como Belleza,

cantan para que despiertes al Amor,  
cantan para que te reconozcas  
en Tu Verdadera Naturaleza...



Decían que el Sol naciente  
venía del Este  
saltando de rama en rama,  
de hoja en hoja,  
como por una enredadera;

y así como el Sol  
el Amor se va deslizando  
suavemente...  
de Corazón a Corazón,  
de invierno a primavera.

Eres el Jardín  
en el que la primavera florece...

Eres el Corazón del loto,  
la flor de mil pétalos...

Eres la inocencia  
de un pájaro recién nacido...

Eres la Belleza del Cielo inmenso  
de una noche estrellada...

Eres el Silencio ininterrumpido  
más allá de todo cambio  
y de todas las estaciones...

Eres el aroma que queda  
cuando por las noches  
todas las flores se recogen...

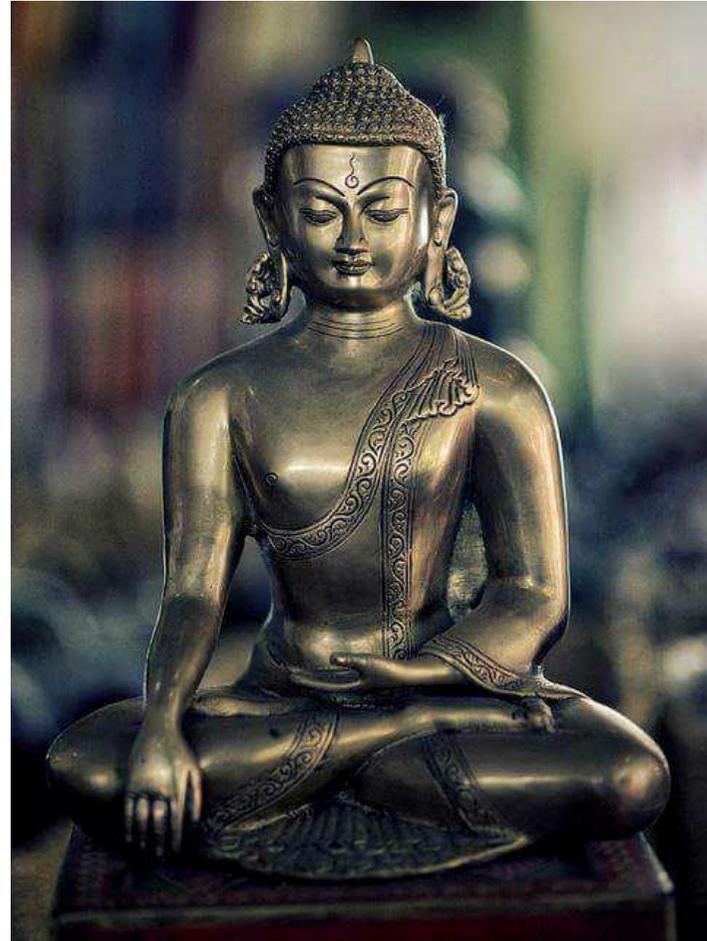


Tú me traes el recuerdo de Mi...  
Yo te traigo el recuerdo de Ti...

En Realidad  
Uno...no se puede olvidar de Sí...

...solo es un sueño  
en el que parece que Me olvido

pero guardo Silencio...  
y recuerdo.



Había un templo,  
había un lago,  
una montaña,

Cielo,  
niebla,  
nubes...

Alguien que contemplaba...

Había consciencia,  
consciencia...de que algo había...

Pasó un pájaro...  
se fue...  
y con él  
Todo desapareció...

Había Paz,  
Completa Paz...

Había Silencio,  
Completo Silencio...

...nadie que contemplara,  
...nada que contemplar,  
...solo Conciencia,

Ello...revelándose a Sí Mismo...

Había Gracia,  
Gracia...derramándose sobre Sí...

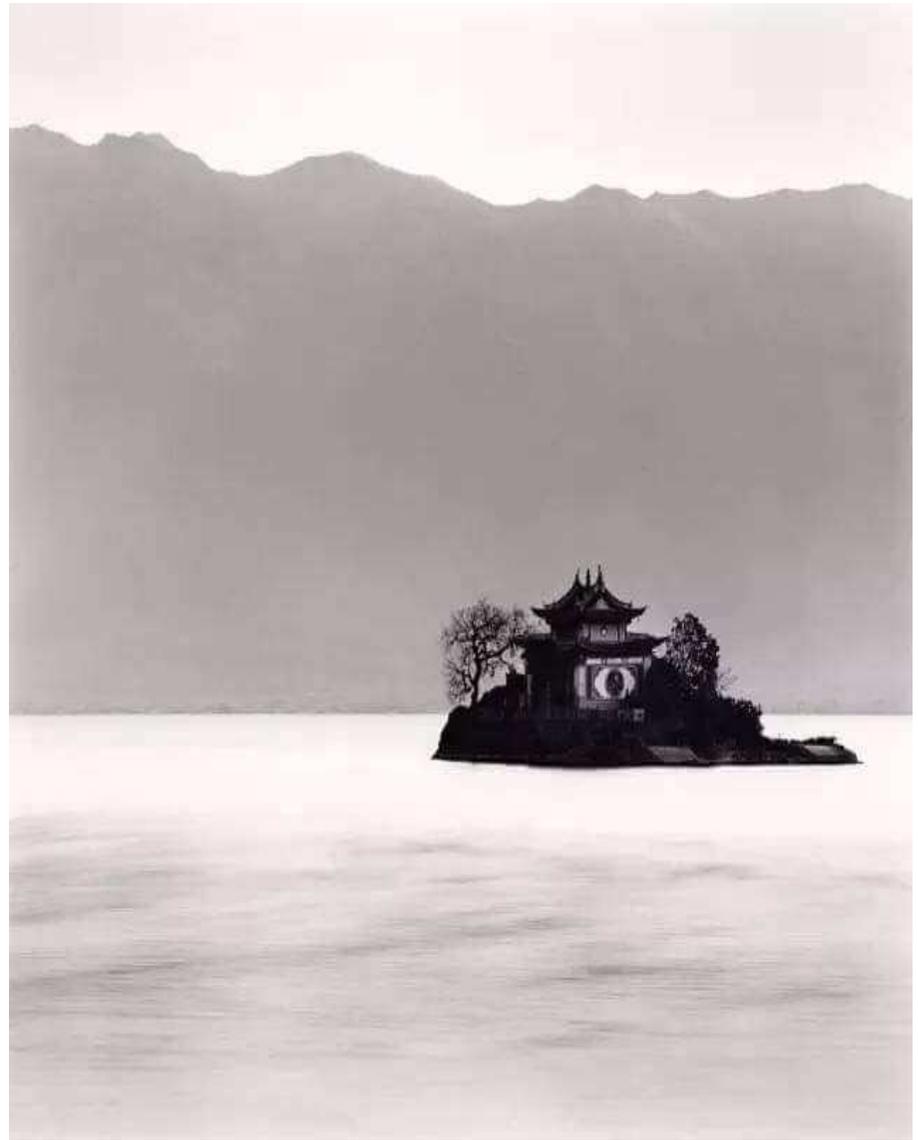
y de nuevo...otro pájaro,  
y con él la Belleza...

y de nuevo las nubes,  
el Cielo,  
la niebla,

la montaña, el lago y el templo,

y Ahora...  
Ahora Ello está Aquí...

La Belleza, la Gracia,  
la Paz y el Silencio...



Hay un profundo llamado  
dentro de cada Corazón,

Hay un profundo llamado  
dentro de Ti;

Hay un profundo llamado  
del Amor por el Amor,

Hay un profundo llamado  
de la Verdad por la Verdad,

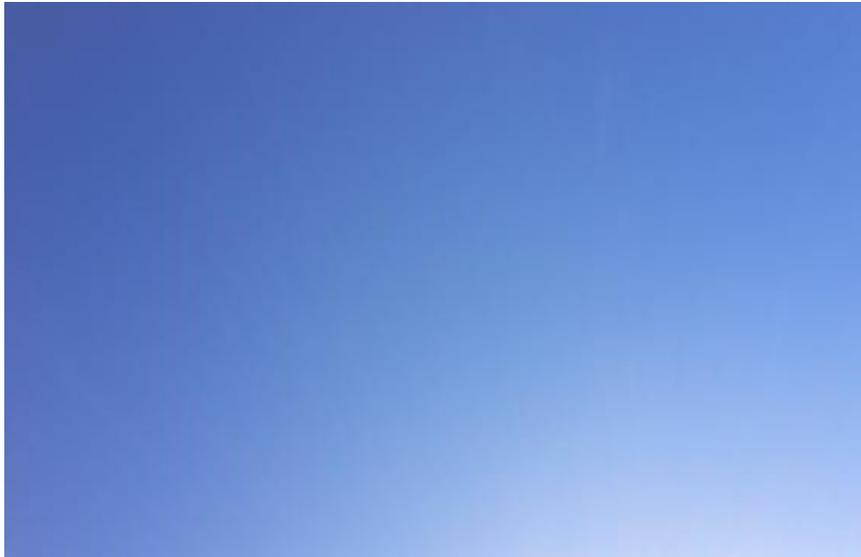
Hay un profundo llamado  
del Silencio por el Silencio...

Guardo Silencio...y escucho...

Guardo Silencio  
y el Amor  
se derrite en el Amor...

Guardo Silencio  
y ante el Silencio  
no queda nada sino Silencio...

...y donde no queda nada  
la Paz Es.



...desnudo,  
desnudo de palabras,  
desnudo de imágenes,  
desnudo de conceptos,  
desnudo de todo...

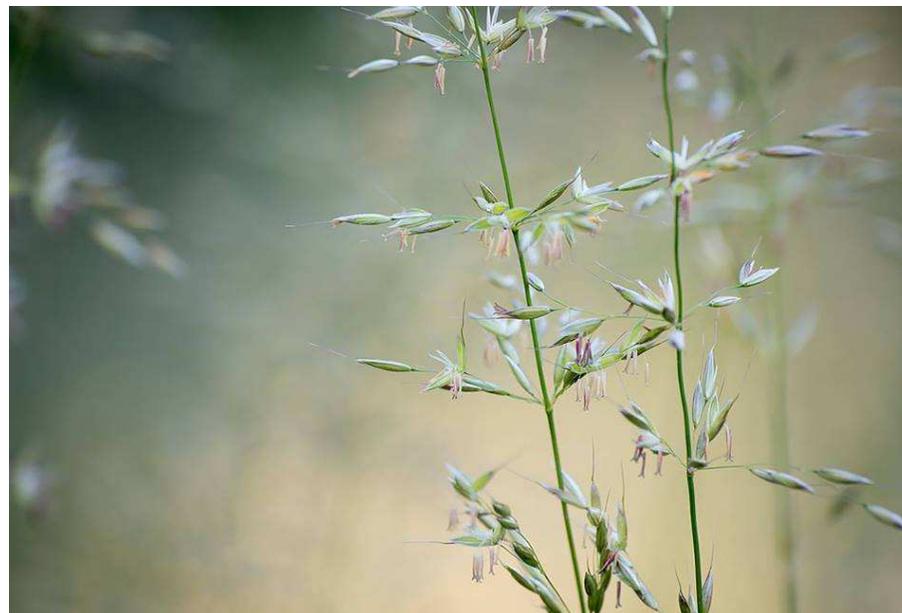
en Silencio...

así y solo así Me encuentro...  
...transparente,  
...vacío,  
...pleno,  
...vestido de Mí.

Para hablar del Silencio  
solo tengo que callar,  
pues Él...lo dice Todo...

lo mismo...para hablar del Amor...  
lo mismo para la Paz...  
lo mismo para la Verdad...

lo mismo para la Conciencia...  
lo mismo para Dios...  
lo mismo para el Ser...





La Realidad es muda,  
pacífica, y bella,  
pero muda...

Cuando todo (la mente) calla  
Ella, la Realidad,  
se revela a Sí misma...

...y mudo  
también es  
El Amor.



Vacía los sentidos,  
observa como todo se desvanece...

Vacía los sentidos,  
deja que la mente se libere...

Vacía los sentidos,  
deja que el Amor...te penetre...

Llénate de Gozo,  
deja que la Paz y el Silencio  
a Sí Mismo regresen...

Quédate ahí...abierto...  
deja que los sentidos regresen;

Quédate ahí...en Ti Mismo envuelto...  
y que el Amor de tu Corazón  
en el Corazón de todo se pose...

Abrazando la Gracia  
que supone  
dejarse acariciar por el viento...

Abrazando la Gracia  
que supone  
dejarse sostener...

Dejarse llevar  
desde el Silencio  
por el Silencio...

Dejarse impregnar  
por la Paz que se halla  
más allá de todo juicio...

Reconocerse en la Única Paz  
que supone  
Verdadera Libertad...

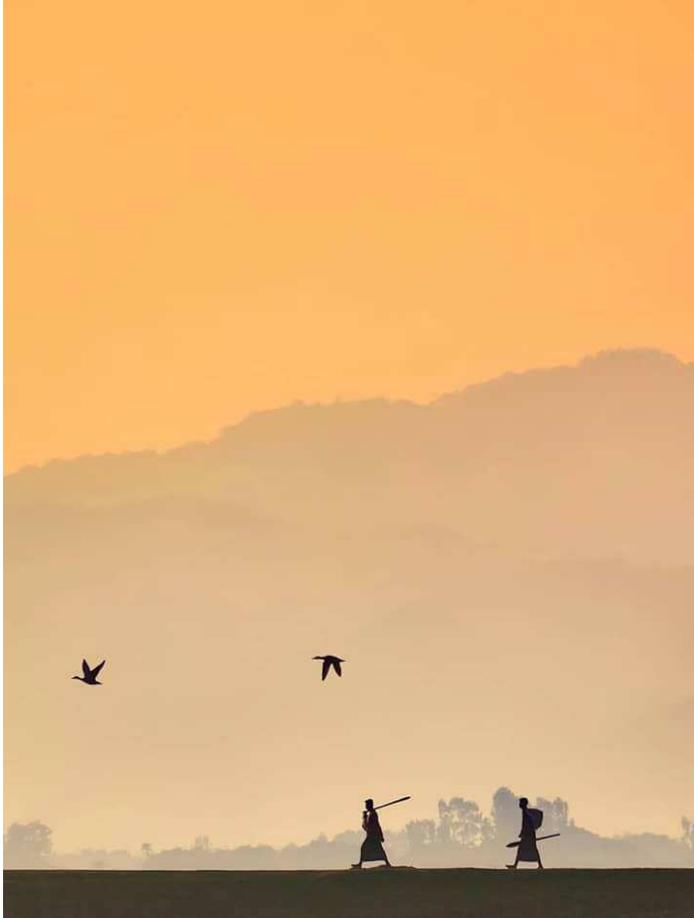


La Paz es el camino  
que lleva hacia Ti,  
...hacia Mi;

La Paz es el camino  
y la meta;

Eres Paz,  
La Paz Es...





...y aquí nos trae de vuelta  
el espíritu...

Aquí donde ya no se requiere  
ningún lugar a donde ir.

Caminar por placer,  
por el placer de saberse en Casa  
más allá de todo lugar...

La Belleza  
del movimiento  
que surge  
del Silencio...

La Paz  
de la que surge,  
La Paz  
en la que Me encuentro...





Vendrá el tiempo  
y se llevará las letras,  
las tazas de té  
y café.

Vendrá el tiempo  
y se llevará los libros,  
el mantel  
y los cubiertos.

Vendrá el tiempo  
y se llevará el cuerpo,  
las ropas,  
los cabellos...

Vendrá el tiempo  
y desaparecerá el mundo,  
la mente, el yo,  
y el tiempo...

Despertará, sí,  
despertará el Silencio  
en el Silencio...

y solo quedará  
lo que siempre estuvo Aquí,  
Presencia como Presencia,  
en Ti, en Mi,  
en Sí, en Eso...



Cuando el velo de la noche caiga  
te acariciará la Luz del día;

No quedará entonces  
ni noche, ni día,  
ni piel...ni pluma...

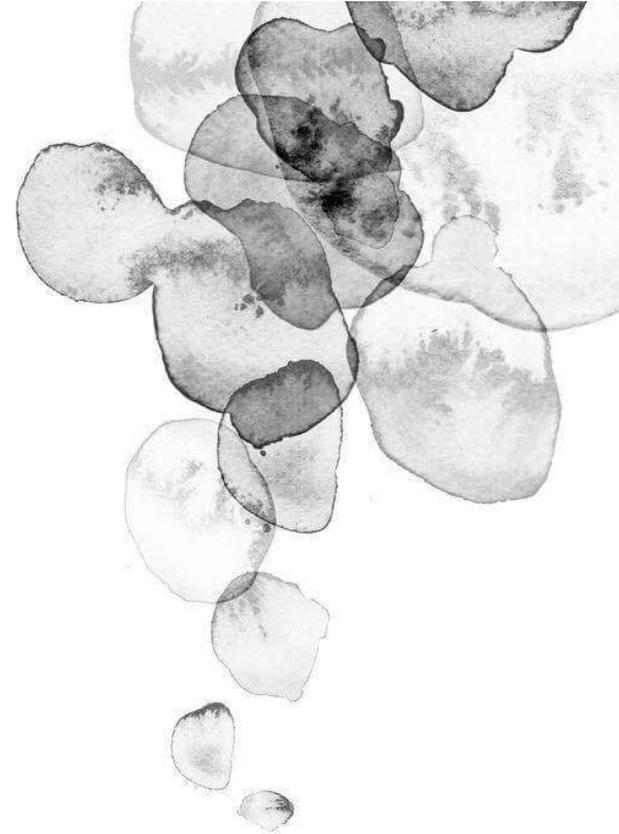
Tan solo Luz...  
tan solo caricia...

No sabemos en realidad  
la Profundidad y el alcance  
que tiene el verdadero Silencio  
hasta que la mente colapsa,  
hasta que todo se detiene...  
hasta que todo se disuelve...

hasta que el Silencio  
despierta en el Silencio,  
hasta que la Paz permite  
que todo quede en Paz...

dejando que el Sol se ocupe del Sol,  
la Tierra de la Tierra,  
y la Luna de la Luna...

No sabemos...  
pero en Realidad Sí,  
porque Silencio...es lo que somos.





Eres Eso que contempla...  
a través y más allá de la persona  
y de todo lo contemplado.

Eres Paz, Completo Silencio,  
...inocencia,  
la esencia de la esencia.

El Amor más allá del amor  
...y de todo lo amado.

El Principio del principio  
y el final de lo soñado.

Eres Conciencia Plena, silente, despierta,  
...a través y más allá  
de todo lo manifestado.



Llevas escrito sobre la piel  
tu destino luminoso,  
ese que va más allá de toda sombra  
ese que va más allá de todo cuerpo  
y toda piel.

Luz dentro de Luz,  
dentro de Luz,  
dentro de Luz...

Sí,  
Tu destino es revelarte  
como esta Luz que eres,  
Luz que toma forma de Arte  
en este sueño  
hecho de pieles.



Hay flores  
que solo florecen en la oscuridad

¿Cómo?  
...en Silencio.

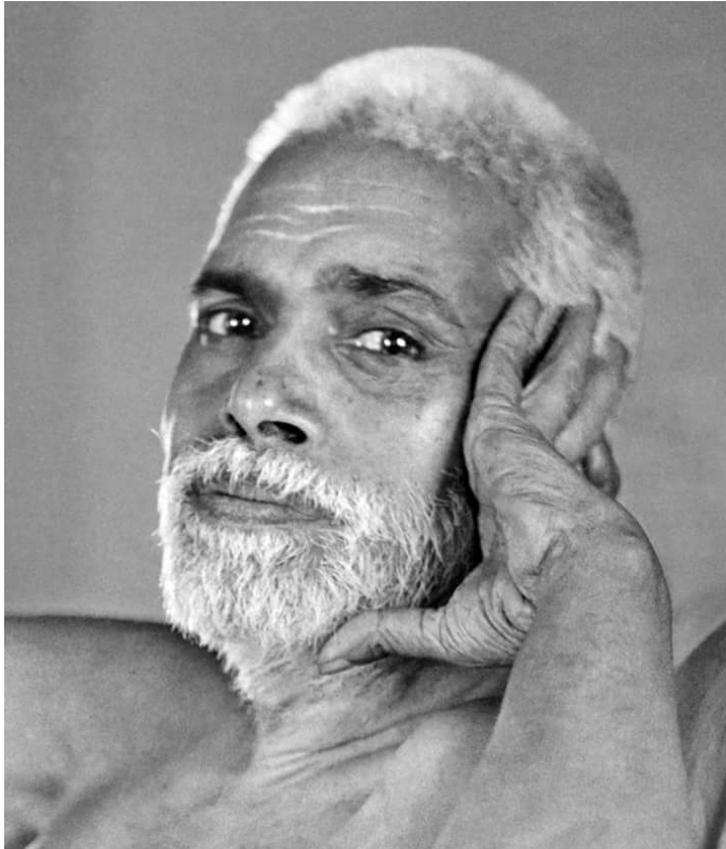
¿Dónde?  
miro adentro...

...Para un segundo y descansa,  
suelta Todo...  
deja que la Gracia te tome...  
deja que el Silencio te tome...

pues solo en Él encontrarás descanso,  
pues solo Ahí reside la Verdadera Paz.

...Silencio es tu verdadero Padre,  
...Silencio es tu verdadera Madre,  
No eres nada sino Silencio...  
Silencio sí, Silencio es tu Hogar.





### **El Silencio de los ojos de Ramana.**

En el Silencio de sus ojos  
no queda la menor sombra de duda.

En el Silencio de sus ojos  
la Paz que en Realidad todo Es  
se refleja pura.

En el Silencio de sus ojos  
la Mirada que a Sí Misma se ve  
no es otra sino la Tuya...



Inocencia y Belleza,  
Silencio...  
Presencia...

...la mirada de un Mar en Calma.

Esta Es...nuestra Mirada.



La Mirada de Dios nada juzga,  
la Mirada de Dios nada interpreta,  
la Mirada de Dios guarda Silencio...

En Ti está...la Mirada de Dios.  
Actúa sin actuar.  
Es compasiva, pues lo único que ve es inocencia.

Surge del Amor y se dirige al Amor...

En Ti está,  
en el Centro de tu pecho,  
en el Centro de tu Corazón,  
en el Centro...de todo lo que existe  
...y de lo que no.



## Te cuento

Te cuento lo que he visto con Mis ojos,  
...te cuento.

Te cuento que estos ojos son los Tuyo...

Te cuento un espacio sin paredes,  
...te cuento.

Te cuento un Cielo sin deberes,  
sin querer, sin tener,  
sin esfuerzo, sin lucha y sin lamento.  
...te cuento.

Te cuento la Absoluta Paz del firmamento.

Te cuento la Grandeza inmensa del Silencio.

Te cuento el Amor de los amores,  
y el Hogar de los hogares.

Te cuento donde sin hacer nada  
todo queda hecho,  
donde el tiempo se detiene,  
donde nada se pierde ni se obtiene.

Te cuento Allí donde todo guarda Silencio,  
Allí donde siempre brilla el Sol,  
Allí donde sin ser Soy...

Ven...me dice Eso,  
ven hacia dentro...

y voy...

Ven tu también,  
conmigo...si quieres...

Lloraremos y reiremos juntos,  
no como dos, ni como uno,  
pero sí como Eso...

Lloraremos de pura Gracia...  
Gracia de sabernos Completa Inocencia...  
Gracia de sabernos Puro Contenido.

y con Eso  
con Eso...  
nada más te cuento...



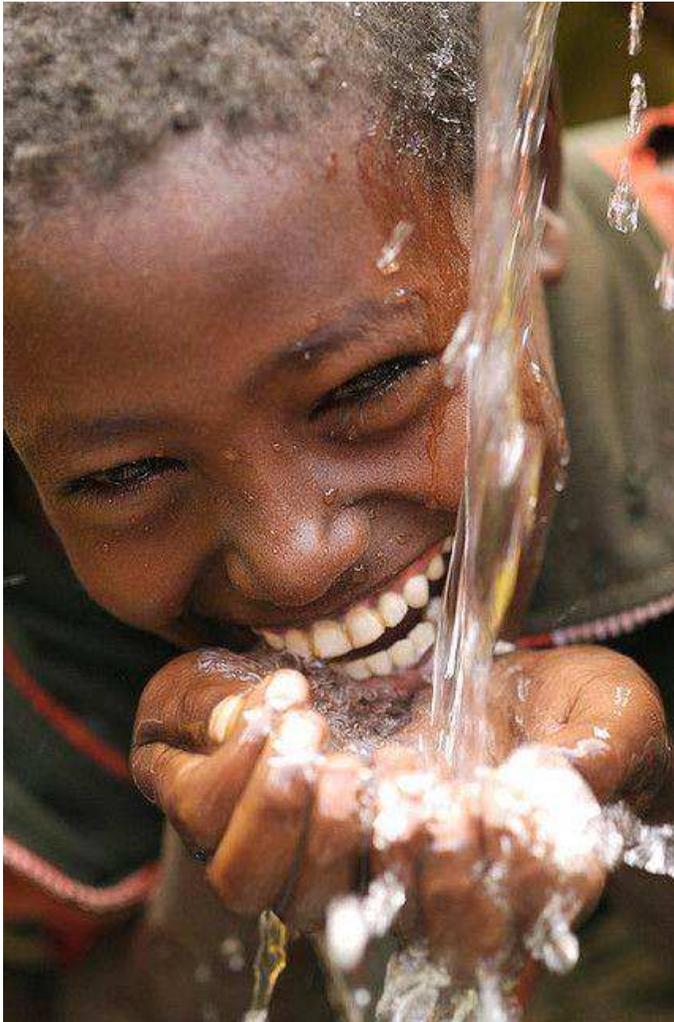


El Corazón es Mi Centro de Yoga,  
lo abriré de par en par cada mañana  
para que entre la Luz e irradie Claridad,

para que todo aquel que se acerque  
se sienta en Paz,

para que nuestra práctica continua sea  
encontrarnos en el Silencio,

para que nuestra única vía sea  
la que nos trae de vuelta al Hogar.



Allí donde el Corazón se abra  
aparecerá el agua,  
porque es en el Corazón  
donde está Todo...

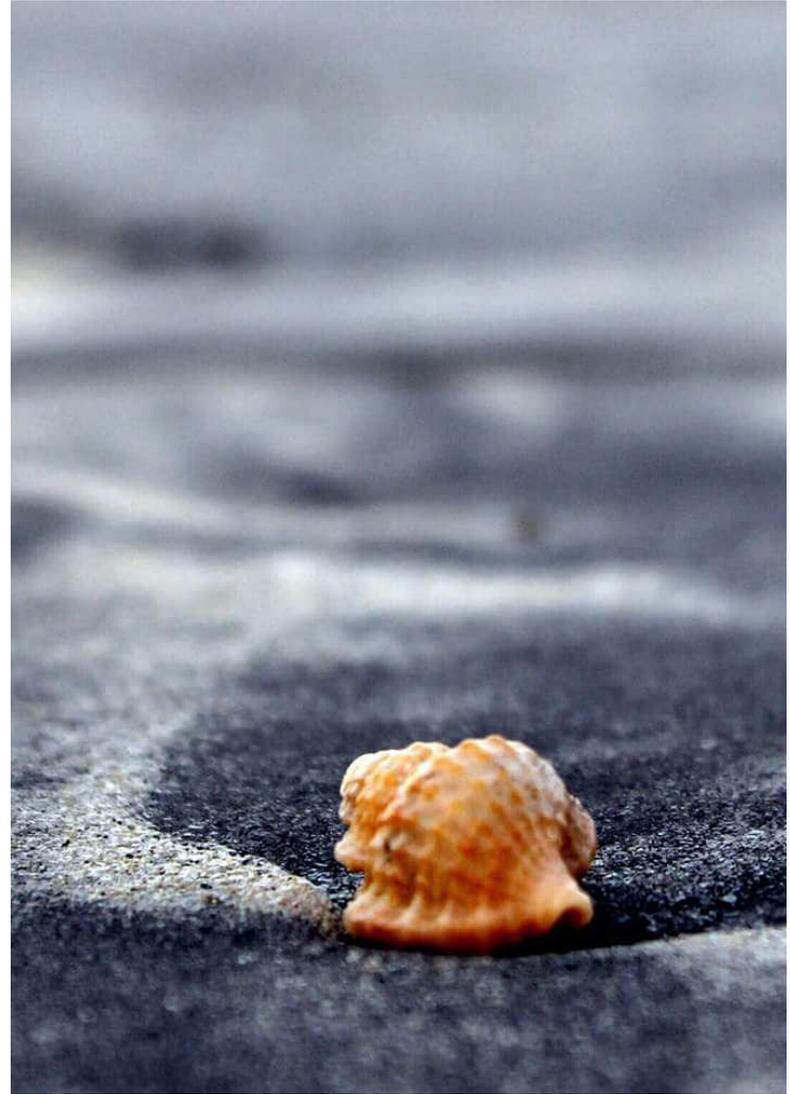
...Agua de Vida.



Agua de Vida todo Es  
Aquí donde no existe la sed...



Rendida la mente  
y abierto el Corazón  
Todo es Gracia...



Me arrastró...  
me arrastró hasta Ti la corriente...

Como si fuera un eco,  
una llamada interior  
me trajo de vuelta a Casa...

...A veces me acercó una tormenta,  
...a veces una tempestad,  
...a veces un mar, una mente embravecida,

...A veces algo se esforzaba,  
...a veces algo luchaba,  
...se resistía,  
...a veces el cuerpo se agotaba,

otras veces en Amor...Todo Danzaba...

Rendido por fin  
Tu corriente me abrazaba,  
diluyendo hasta desaparecer  
esta mente,  
esta cáscara...hecha de nada.

Y Aquí estoy de nuevo...  
Yo sin mi...  
en la playa donde arriban  
todos los corazones,  
pleno de Gozo, sereno...

en Cuerpo sin cuerpo,  
en Mente sin mente,  
en Alma sin alma,

Vacío de todo...y lleno de Mí...

Sí,  
Aquí regresa Todo...  
a la Playa...de la arena...del Silencio...

donde a veces parece que surge algo  
pero en Realidad...nunca sucede nada...



Fresco es  
el Amanecer,  
pero no trae frío  
sino frescura.



Ventanas al mundo,  
miradas vivas  
que miran desde dentro.

En Mi está  
la puerta sin puerta  
del Templo...

Guardo Silencio...

...lo Sagrado.  
...lo Sagrado en Todo.  
...lo Sagrado en Ti.

Lo Sagrado en Todo  
desde Ti.



Ser como niños  
...en la inocencia.

Ver todo  
desde la inocencia.

...ver solo inocencia.





Existe una Completa inocencia  
más allá de todas las acciones  
escenas e imágenes que percibimos.

En el Centro del Corazón  
de todos los seres...sin excepción  
brilla la inocencia.

Que no te turben las visiones  
y percepciones del mundo,  
pues más allá de toda escena,  
de todo sueño...  
hay un lugar en Ti  
de Profunda Paz, Amor y Silencio...



El Corazón  
es como una caja de resonancia;

Aquello por lo que es tocado  
Aquello es lo que Amplifica...

Abro el pecho y respiro...  
Abro espacio...

Guardo Silencio,  
solo escucho...

¿Qué Sonido tocará Dios esta noche...?



Silencio.

Silencio es la materia Prima.

Silencio es la primera y última nota  
de todo lo que brota...



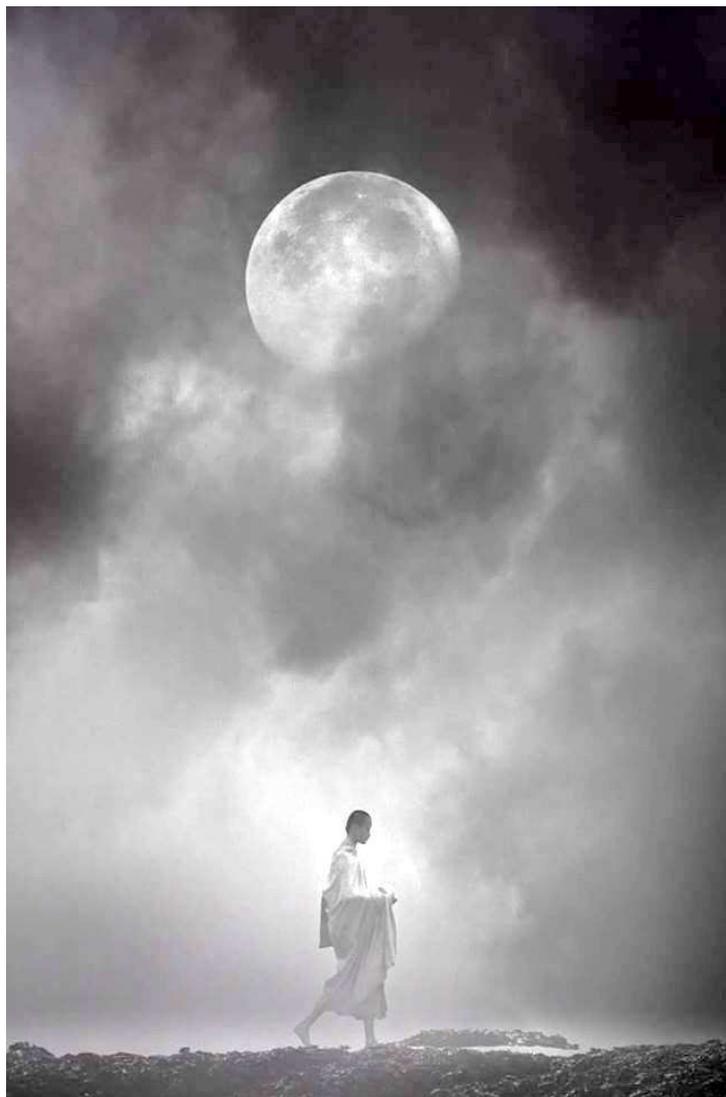
No hay palabras

allí donde no hay palabras...



...Donde todo cesa,  
Ahí es donde todo comienza...

Comienza Aquello  
que ni comienza ni termina...



Luna llena,  
luna callada,  
en el Silencio puro  
tienes tu poder  
y tu morada.

There is no birth,  
there is no dead.

Everything appears and disappears  
in only one breath.

When the mind fall down  
all in the Universe back to Health.

No mind, no world, no words,  
no ego and fight no more...

No signs or traces of anything,  
not even a crumb of bread.

Just Peace and Complete Silence,  
Just Silence and Complete Love.

The Birth of the Real Love,  
the Love of the Supreme...

No hay nacimiento,  
no hay muerte.

Todo aparece y desaparece  
en una sola respiración.

Cuando la mente cae  
todo en el Universo regresa a la Salud.

No mente, no mundo, no palabras,  
no ego y no más lucha...

Ninguna señal o trazas de nada,  
ni tan siquiera una miga de pan.

Solo Paz y Completo Silencio,  
solo Silencio y Completo Amor.

El nacimiento del Amor Real,  
el Amor de lo Supremo...



One bird, One Heart.

The heart is inside the bird,  
the bird is inside the Heart;

...There is no bird,  
there is Only Heart...

The Mystery is in the air...

All is One,  
All is Love,  
All is Heart.

The Heart of the Sky,  
the Heart of the air,  
and the Heart of the bird.

... and everything is beating  
through the heart of the Earth.

Un pájaro, Un Corazón.

El corazón está dentro del pájaro,  
el pájaro está dentro del Corazón;

...No hay pájaro,  
solo hay Corazón...

El Misterio está en el aire...

Todo es Uno,  
Todo es Amor,  
Todo es Corazón.

El Corazón del Cielo,  
el Corazón del aire,  
y el Corazón del pájaro.

... y todo está latiendo  
a través del Corazón de la Tierra.

Me sobrecoge...  
me sobrecoge todo aquello  
que refleja Belleza...

El Corazón se sobrecoge...  
se rinde y estremece  
ante la Belleza...

Frente al reflejo de lo inconmensurable,  
tu propio reflejo...  
Solo queda Silencio...solo queda Belleza...

¿Qué es la Belleza...?  
¿Dónde está la Belleza...?  
¿De Quién es la Belleza...?

¿Qué o Quién la refleja...?

...Todo surge y desaparece en Ti,  
...No hay otro sino Tú, sino Él,  
sino Ella...la Conciencia...

Sí, Tú eres Belleza...Yo Soy Belleza...  
Belleza, Gracia, Silencio...  
el Corazón de la Conciencia...

Déjate tocar...  
Déjate atravesar...  
por Ti...por tu propio Corazón...

...por lo más Profundo de Ti,  
Eso que te está llamando,  
Eso que se está llamando...a regresar a Sí...

Deja que la Belleza te sobrecoja,  
frente a todo tipo de formas...  
permite al Corazón el gusto...de dejarse derretir...

Explosiones-implosiones de Amor  
se están dando continuamente...  
en los infinitos recodos  
del Universo sin límites...de Tu Corazón...





El Sol se oculta,  
los pájaros dejan de cantar,  
la luna sonríe,  
la suave brisa de la noche  
acaricia los Corazones.

Reina el Silencio y la Calma  
en el Paraíso de una mente  
que nada pretende,  
que nada atrapa,  
que solo atestigua.

No hay muerte en el Silencio  
sino Vida sin opuestos.

Farolas de diseño  
que imitan a la luna,  
pero sin rostro.

Ciudades apagándose,  
estrellas amaneciendo.

Niños que se retiran  
en los brazos de sus padres,  
padres que se retiran  
en los brazos de Dios.

Silencio, que el mundo duerme,  
¡Aleluya! que despierta Dios...

Vivir en Presencia,  
desde la Presencia,  
como Presencia...

Ser Presencia,  
Somos Presencia,  
La Paz de la Presencia...





Desprendimiento...

Humildad...

Inclinación...

Eso que queda  
cuando todo se cae...

Eso que queda  
cuando todo se desprende...

Eso...

Eso que queda...  
Eres Tú...



Permanezco en el Corazón  
como Corazón...

Permanezco en la inocencia  
como inocencia...

Permanezco en la Belleza  
como Belleza...

Permanezco en el Silencio  
como Silencio...



Una,  
una sola uva  
es suficiente...

Una uva  
de la parra  
del Silencio...



**Textos, Diseño y Composición:**  
Jáitor (Aitor Pablogorrán Fernández)

**Email:** aitorespaciointerior@gmail.com

Alfajarín. Zaragoza.  
Noviembre de 2018

**Autoría de las imágenes:**

Amma: Pág. 156

Aitor Pablogorrán Fdz.: Págs. 46, 52, 53, 56, 111, 128.  
y Contraportada.

Anuchit Sundarakiti: Págs. 32 y 37

Dan Baumbach Photography: Pág. 59

Eva Ledesma: Pág. 143

Francien van Dam: Pág. 38

Marianela Morales: Pág. 55

Michael Kenna: Pág. 109

Siobhan Allen Arts: Págs. 139, 152.

Resto de imágenes: Autoría desconocida.