

## ***El camino del silencio***

---

La experiencia del silencio nos ayuda a reconectar con la parte nuestra que es perfecta y pura y que no se ve afectada por las características imperfectas que hemos adquirido viviendo en un mundo imperfecto.

Redescubrimos que nuestro ser está lleno de cualidades divinas, y percibimos todo su potencial de plenitud y bienestar. En ese estado experimentamos una ausencia total de conflictos y de negatividad estabilizándonos en un punto de profunda quietud. Es importante que nos tomemos un tiempo para llegar a este lugar interno de silencio. Ello nos proporcionará un beneficio incalculable.

Ante todo, nos permitirá controlar mejor los pensamientos. Descubriremos, por ejemplo, que no hay necesidad de pensar tanto como a menudo hacemos, que desde el silencio vamos a obtener respuestas más claras y precisas para todo lo que necesitamos.

En segundo lugar, la experiencia del silencio nos libera de las amarras de nuestra programación y condicionamiento negativos. Experimentaremos más fácilmente la verdad de nuestra paz y dignidad internas, lo cual nos ayudará a su vez a mantener la mente enfocada.

En tercer lugar, el poder del silencio puede compartirse. A medida que aumentamos la experiencia del silencio, nuestra fortaleza puede ayudar a quienes no la tienen para que continúen en sus esfuerzos por desarrollar el ser y experimentar la paz. Nuestras reservas de silencio, sumadas a los pensamientos verdaderos y poderosos, ayudará a los demás a liberarse de lo limitado para alcanzar lo ilimitado y lo divino.

Es muy beneficioso dejar atrás los pensamientos y palabras y quedarse quieto por un rato. Es enormemente refrescante y nutritivo, y crea hábito. El amor por la introversión espiritual, la soledad y el silencio complementa nuestra vida de una manera hermosa.

---

Copyright © 2001 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Diputación 329, pral.  
08009 Barcelona  
T. 34 93 4877667 / 7874  
Fax 34 93 4877638  
E-mail: [reflexiones@aembk.org](mailto:reflexiones@aembk.org)  
Web internacional: [www.bkwsu.org](http://www.bkwsu.org)  
Web nacional: [www.bkwsu.org/spain](http://www.bkwsu.org/spain)