

## ***La dulzura de la introversión***

---

Cuando aprendemos a controlar la tendencia a entrar en el sonido y en la palabra, empezamos a ahorrar energía y tiempo y a experimentar de forma automática la dulzura de la introversión. Hay el contraste del día a la noche entre el sabor de la introversión y el de hablar e interactuar.

Cuando nuestro ser entra en la introversión, permanecemos centrados y conscientes de nuestra verdadera naturaleza espiritual, la de un alma, un ser de luz. Experimentamos un estado natural de concentración y estabilidad. Permanecemos en la dulzura de la introversión, puesto que observamos el silencio interno, nos desprendemos de todos los pensamientos de desperdicio en nuestra mente y vamos más allá de las palabras inútiles e innecesarias. Cuando hacemos esto el alma recobra poder y energía. Sentimos mayor claridad y fortaleza.

A fin de acumular el poder del silencio, necesitamos ir más allá de nuestra conciencia física y limitada y estabilizarnos en nuestra identidad espiritual. En ese estado de conciencia elevada podemos convertirnos en otorgadores de paz, personificaciones de paz e irradiar rayos de paz hacia todos los seres que experimentan intranquilidad, irradiar sentimientos puros y benevolentes. Esta es la mayor donación.

---

Copyright © 2004 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)