

La experiencia del silencio

La experiencia del silencio, la búsqueda de un espacio de profunda quietud interior, que es la base de las meditaciones, oraciones y experiencias místicas en todas las grandes religiones de la humanidad, nos ofrece un puente para acceder a nuestra propia espiritualidad, que es la fortaleza que necesitamos para tratar de una forma nueva y creativa con nuestra realidad cotidiana y los conflictos que a menudo se presentan en ella.

En el silencio profundo y sereno, en la contemplación de tal silencio pleno, se nos abren las puertas a esta comunicación divina y trascendente, es lo que se conoce como meditación. El silencio es el puente de comunicación entre lo divino y lo humano, nos abre a la experiencia del amor de Dios. El silencio espiritual prepara el corazón y la mente para comunicarnos con Dios.

El silencio espiritual nos proporciona energía pura y altruista de la Fuente Creativa, abriendo horizontes ilimitados de nueva visión. Para liberar al ser de la negatividad, necesitamos silencio. Absortos en la profundidad del silencio, iniciamos un proceso de renovación interior. En esta renovación, la mente se limpia, facilitando una percepción diferente de la realidad.

El silencio lleva nuestra energía mental y emocional a un punto de concentración donde podemos encontrar la quietud. Sin esta quietud interna, en las situaciones difíciles o problemáticas nos sentiremos a menudo como una marioneta arrastrada por las diversas cuerdas de las influencias externas. Este punto de quietud interior es la semilla de la autonomía que corta tales cuerdas y termina con la pérdida de energía.

El silencio sana. Es como un espejo. El espejo no culpa ni critica, pero ayuda a ver las cosas como son, ofreciéndonos un diagnóstico que nos libera de los pensamientos erróneos. El silencio revive la paz original del ser, una paz que es innata, divina, que cuando se invoca fluye por el ser armonizando y sanando cada desequilibrio.

El silencio es el lenguaje para comunicar con Dios. Silencio unido al amor. Donde hay amor, la concentración es natural y estable, como una llama serena de una vela que irradia su aura de luz. Cuando la mente humana está absorta en el pensamiento de Dios, la persona siente la armonía de la reconciliación en profundidad. En esta unión silenciosa de amor uno llega a estar completamente reconciliado, no como un proceso intelectual, sino como un estado del ser.

De esta experiencia de Dios, aprendemos a vernos como un canal de comunicación... desarrollamos la capacidad de canalizar este amor divino y espiritual, para el beneficio de todos.

Copyright © 2007 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Diputación 329, pral.

08009 Barcelona

T. 34 93 4877667 / 7874

Fax 34 93 4877638

E-mail: reflexiones@aembk.org

Web internacional: www.bkwsu.org

Web nacional: www.bkwsu.org/spain