

La quietud es tu naturaleza esencial. ¿Qué es la quietud? El espacio interno o consciencia en el que las palabras de esta página son percibidas y se convierten en pensamientos. Sin esa consciencia, no habría percepción, ni pensamientos, ni mundo.

Tú eres esa consciencia, disfrazada de persona.

La mayoría de la gente se pasa la vida aprisionada en los confines de sus propios pensamientos. Nunca van más allá de un sentido de identidad estrecho y personalizado, fabricado por la mente y condicionado por el pasado.

En ti, como en cada ser humano, hay una dimensión de conciencia mucho más profunda que el pensamiento. Es la esencia misma de tu ser. Podemos llamarla presencia, alerta, conciencia incondicionada. En las antiguas enseñanzas, es el Cristo interno, o tu naturaleza de Buda.

Hallar esa dimensión te libera, y libera al mundo del sufrimiento que te causas a tí mismo y a los demás cuando sólo conoces el «pequeño yo» fabricado por la mente, que es quien dirige tu vida. El amor, la alegría, la expansión creativa y una paz interna duradera sólo pueden entrar en tu vida a través de esa dimensión de conciencia incondicionada.

~ Eckhart Tolle



0/5 (0 Reviews)

•