

## EL SILENCIO

Cada sonido nace del silencio, vuelve a morir al silencio, y durante su periodo de vida está rodeado de silencio.

El silencio permite que el sonido sea.

Es parte intrínseca pero no manifestada de cada sonido, de cada nota musical, de cada canción, de cada palabra.

Lo No Manifestado está presente en este mundo como silencio.

Por eso se dice que en este mundo nada se parece tanto a Dios como el silencio.

Lo único que tienes que hacer es prestarle atención.

Incluso durante una conversación, toma conciencia de los silencios existentes entre las palabras, de los breves intervalos entre las frases.

Mientras lo haces, la dimensión de quietud crece en tu interior.

No puedes prestar atención al silencio sin aquietarte interiormente.

Silencio por fuera, quietud por dentro. Has entrado en lo No Manifestado.

Eckhart Tolle