

El Silencio Interior

Samael Aun Weor

Sus palabras, sin comentario: los 182 pasajes de la obra, en el castellano en que él los escribió o los dijo, salvo el 158, que no es suyo y va traducido del inglés.

Contenido

1	Como un océano profundo y tranquilo	7
2	Un tipo de silencio interior muy diferente	10
3	La mejor forma de reaccionar con un problema es el silencio	11
4	El batallar de las antítesis	7
5	Conflictos entre la atención y la distracción	4
6	Que mantenga la mente en silencio, no silenciada	10
7	Artificiosos silencios y arbitrarias quietudes	8
8	En los niveles más profundos del subconsciente	4
9	Necesitamos reflexión serena	8
10	Por dentro, por fuera y en el centro	13
11	Cuando la mente está en silencio, adviene lo nuevo	9
12	La experiencia en el Vacío Iluminador	8
13	Gracias a la quietud y silencio de la mente	4
14	Entonces mi Conciencia se desembotella	10
15	En la quietud y el silencio de la mente	6
16	Los pájaros-pensamientos deben pasar por el espacio de nuestra propia mente	7
17	Vale el silencio y la quietud de la mente	6
18	Platicar con la mente como si fuera un sujeto extraño	9
19	Amansándola como a un potro salvaje	9
20	Cuando eliminemos el Ego	9
21	Llegar a la quietud y al silencio de la mente	7
22	La mente jamás podrá resolver un problema zen	6
23	Antes de empezar la concentración, pondremos nuestra mente en blanco	10

1 Como un océano profundo y tranquilo

Un primer estudio en la técnica de la meditación es la antesala de esa paz divina que supera todo conocimiento. La forma mas elevada de pensar, es no pensar. Cuando se logra la quietud y el silencio de la mente; el Yo con todas sus pasiones, deseos, apetencias, temores, afectos, etc. se ausenta. Solo en ausencia del Yo puede la esencia de la mente (BUDDHATA) despertar para unirse al Íntimo y llevarnos al éxtasis.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

·

La mente tiene trescientos mil clanes o centros, receptivos, y cada clan debe vibrar al mismo tono sin esfuerzo alguno. La mente es de naturaleza femenina y está hecha para recibir, asimilar y comprender. El estado natural de la mente es receptivo, quieto, silencioso, como un océano profundo y tranquilo. El proceso del pensar es un accidente anormal cuya causa original se encuentra en el Yo pluralizado.

El Collar del Buddha, 1967

·

Cuando la mente está vacía de toda clase de pensamientos, cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio, los trescientos mil clanes vibran entonces al mismo tono sin esfuerzo alguno. Cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio, adviene a nosotros lo nuevo, eso que es lo real.

El Collar del Buddha, 1967

·

La forma más elevada de pensar es no pensar. Cuando la mente está quieta y en silencio, libre de los afanes del día y de las ansiedades mundanas, se encuentra entonces en un estado ciento por ciento favorable para la práctica del Yoga del sueño.

La Doctrina Secreta de Anáhuac, 1974

La quietud del océano de la mente no es un resultado, es un estado natural. Las olas embravecidas del pensamiento son sólo un accidente producido por el monstruo del yo.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 102

La mente fatua, la mente necia, la mente que dice «con el tiempo lograré la serenidad, algún día llegaré», está condenada al fracaso, porque la serenidad de la mente no es del tiempo. Todo lo que pertenece al tiempo es del yo. El mismo yo es del tiempo.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 102

Aquellos que quieren armar la serenidad del pensamiento, armarla como quien arma una máquina, juntando inteligentemente cada una de sus partes, están de hecho fracasados porque la serenidad de la mente no se compone de varias partes que se pueden armar o desarmar, organizar o desorganizar, juntarse o separarse.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 102

2 Un tipo de silencio interior muy diferente

Se sabe que existe en la Gnosis la practica esotérica del silencio interior; esto lo conocen nuestros discípulos de "Tercera Cámara".

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

No está de más decir con entera claridad que el silencio interior debe referirse específicamente a algo muy preciso y definido.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

Cuando el proceso del pensar se agota intencionalmente durante la meditación interior profunda, se logra el silencio interior; más no es esto lo que queremos explicar en el presente capítulo.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

"Vaciar la mente" o "ponerla en blanco" para lograr realmente el silencio interior, tampoco es lo que intentamos explicar ahora en estos párrafos.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

Practicar el silencio interior a que nos estamos refiriendo, tampoco significa impedir que algo penetre en la mente.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

Realmente estamos hablando ahora mismo de un tipo de silencio interior muy diferente. No se trata de algo vago y general...

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

Queremos practicar el silencio interior en relación con algo que ya esté en la mente, persona, suceso, asunto propio o ajeno, lo que nos contaron, lo que hizo fulano, etc., pero sin tocarlo con la lengua interior, sin discurso íntimo...

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

Aprender a callar no solamente con la lengua exterior, sino también, además, con la lengua secreta, interna, resulta extraordinario, maravilloso.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

·

Estas Charlas Interiores negativas, mas tarde, se vienen a exteriorizar físicamente; por eso es que es tan importante eliminar la Charla Negativa interior, porque perjudica (hay que aprender a guardar el SILENCIO INTERIOR)...

El Quinto Evangelio «*El Rescate de nuestra Luz Interior*»

Normalmente se entiende por “Silencio Mental”, cuando uno vacía la Mente de toda clase de pensamientos, cuando uno logra la quietud y el silencio de la Mente a través de la Meditación, etc. Pero hay otra clase de Silencio: Supongamos que se presenta ante nosotros un caso de juicio crítico, con relación a un semejante, y sin embargo, mentalmente guardamos silencio, no juzgamos, no condenamos; nos callamos tanto externamente como internamente; en este caso, pues, hay Silencio Interior.

El Quinto Evangelio «*El Rescate de nuestra Luz Interior*»

3 La mejor forma de reaccionar con un problema es el silencio

Necesitamos resolver primero las causas de la contradicción para acabar con el conflicto. Sólo así viene la paz y con ésta, la solución de los problemas. Es importante descubrir las causas de las contradicciones; es necesario analizar detalladamente esta causa. Sólo así es posible acabar con el conflicto mental. No está correcto culpar a otros de nuestras internas contradicciones. Las causas de estas contradicciones están dentro de nosotros: existe conflicto mental entre lo que somos y lo que queremos ser, entre lo que es un problema y lo que nosotros queremos que sea. Cuando tenemos un problema de cualquier orden, ya sea moral, económico, religioso, familiar, conyugal, etc., nuestra primera reacción es pensar en él, resistirlo, negarlo, aceptarlo, explicarlo, etc. Es necesario comprender que con la angustia mental, con la contradicción, con la preocupación, con el conflicto, no se puede resolver ningún problema. La mejor forma de reaccionar con un problema es el silencio. Me refiero al silencio de la

mente. Este silencio viene no pensando en el problema. Este silencio viene cuando comprendemos que con el conflicto y las contradicciones nada se resuelve. Este silencio no es un don especial de nadie, ni una capacidad de cierto tipo. Nadie puede cultivar este silencio; adviene porque sí. Adviene cuando comprendemos que ningún problema se resuelve resistiéndolo, aceptándolo, negándolo, afirmándolo o explicándolo, etc.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

·

Del silencio mental nace la acción inteligente, la acción intuitiva y sabia que resolverá el problema por difícil que sea, esta acción inteligente no es el resultado de ninguna reacción. Cuando percibimos el hecho, el problema; cuando nos damos cuenta del hecho sin afirmarlo, ni negarlo, ni explicarlo; cuando ni aceptamos el hecho, ni lo rechazamos, entonces viene el silencio de la mente. En el silencio florece la intuición. Del silencio brota la acción inteligente que resuelve totalmente el problema.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

·

Sólo en la quietud y en el silencio mental hay libertad y sabiduría.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

·

La vida es una sucesión absurda de deseos fugaces y vanos. Cuando comprendemos profundamente que todos los deseos de la vida son fugaces y vanos, cuando entendemos que el cuerpo físico es engendrado en el pecado y que su destino es la podredumbre del sepulcro, entonces nace de esa profunda comprensión la paz verdadera de la mente, desaparece la contradicción y el conflicto.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

·

Sólo la mente que está en paz puede resolver problemas. La paz está en el silencio de la mente. La contradicción surge de la terquedad: cuando la mente se aferra a un solo deseo, cuando quiere que a toda costa, cueste lo que cueste, se realice su deseo, es lógico que tiene que haber conflicto. Si observamos cuidadosamente a dos personas que están discutiendo un problema, podremos confirmar que cada persona se aferra a su deseo, cada persona quiere ver satisfecho su deseo, y esto, como es natural, forma conflicto mental.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

·

Es urgente aprender a no identificarse con los problemas. Es necesario auto-explorarnos sinceramente y luego guardar silencio mental y verbal.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 73

·

Los desilusionados, los desencantados, aquellos que ya ni siquiera quieren pensar, aquellos que no pudieron resolver un problema vital, encuentran la solución cuando su mente está serena y tranquila, cuando ya no tenían esperanza alguna.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 105

·

Necesitamos que pase la batalla y que el pensamiento quede quieto y sereno; esto sólo es posible comprendiendo muy a fondo todo el mecanismo de la razón subjetiva y miserable.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 220

·

En la serenidad del pensamiento nace en nosotros una nueva facultad, el nombre de dicha facultad es intuición. Sólo la intuición puede resolver problemas.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 220

·

D. Bueno maestro, ¿qué efecto tiene cuando uno se identifica con alguna escena?, ¿qué efecto tiene el después decir: “debí haber hecho esto, debí haber hecho lo otro”, al actuar?

El Quinto Evangelio «*El Ejercicio del Autoconocimiento*»

M. Pues al decir debí haber hecho esto, o debí haber hecho lo otro, indica que sí se identificó con la escena. Cuando uno no se identifica con esa escena, la mente queda quieta, tranquila y en silencio, como si nada hubiera sucedido. Eso es todo. ¿alguna otra pregunta?

El Quinto Evangelio «*El Ejercicio del Autoconocimiento*»

4 El batallar de las antítesis

El razonativo cree llegar a la verdad a través del batallar de las antitesis que dividen la mente y que la incapacitan para comprender la verdad. El intuitivo, solo sabe escuchar la voz del silencio, y en su mente serena se reflejan con esplendente belleza las verdades eternas de la vida.

La Revolución de Bel, 1950

El razonativo convierte su mente en un campo de batalla lleno de prejuicios, miedo, apetencias, fanatismos, teoría y sus conclusiones siempre le deben ser favorables. Un lago turbio no puede jamás reflejar el sol de la verdad.

La Revolución de Bel, 1950

Los problemas de la vida no son sino formas mentales con dos polos: uno positivo y otro negativo. Los problemas se sostienen por la mente y son creados por la mente. Cuando dejamos de pensar en un problema, este termina inevitablemente. Alegría y tristeza; placer y dolor; bien y mal; triunfo y derrota, constituyen el

batallar de los opuestos en el cual se fundamenta el Yo. Toda la vida miserable que vivimos va de un opuesto a otro: triunfo, derrota, gusto, disgusto, placer, dolor, fracaso, éxito, esto, aquello, etc.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

·

Toda batalla antitética por insignificante e inconsciente que ella sea, indica, señala, acusa, puntos obscuros, ignorados, desconocidos, en los infiernos atómicos del hombre.

Magia de las Runas, 1969

·

Reflexionar, observar, conocer, esos aspectos infrahumanos del MÍ MISMO, esos puntos oscuros, resulta indispensable para lograr la absoluta quietud y silencio de la mente. Sólo en ausencia del YO es posible experimentar eso que no es del tiempo.

Magia de las Runas, 1969

·

El despertar de la conciencia sólo es posible mediante la liberación y emancipación del dualismo mental, del batallar de las antítesis, del oleaje intelectual. Cualquier lucha subconsciente, infraconsciente o inconsciente, se convierte en una traba para la liberación de la esencia.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 129

·

En cuanto al Centro Intelectual, propiamente dicho, tenemos que no hacerle caso al proceso ese de raciocinio y de antítesis; si nosotros nos acordamos de nuestro propio Ser... ...y nos concentramos en nuestro Dios Interno, obviamente nos olvidamos de todos esos procesos intelectuales, queda la Mente en silencio.

El Quinto Evangelio *«Puntualizaciones sobre el Trabajo Psicológico»*

5 Conflictos entre la atención y la distracción

Cuando practicamos la meditación, nuestra mente es asaltada por muchos recuerdos, deseos, pasiones, preocupaciones, etcétera. Debemos evitar el conflicto entre la atención y la distracción. Existe conflicto entre la distracción y la atención cuando combatimos contra esos asaltantes de la mente. El Yo es el proyector de dichos asaltantes mentales. Donde hay conflicto, no existe quietud ni silencio.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

Existen dos tipos de concentración, la primera es de tipo exclusivista y la segunda es de tipo pleno, total, no exclusivista. La verdadera concentración no es el resultado de la opción con todas sus luchas, ni escoger tales o cuales pensamientos.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Eso de que yo opino, que este pensamiento es bueno y que aquel es malo, viceversa; eso de que no debo pensar en esto y que es mejor pensar en aquello, etc., forma de hecho conflictos entre la atención y la distracción y donde hay conflictos no puede existir quietud y silencio de la mente.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Cuando la mente se divide entre intelecto y subconsciente; analizador y analizado, etc., hay antagonismos y luchas, y donde hay antagonismos y luchas no existe entonces quietud y silencio de la mente.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

6 Que mantenga la mente en silencio, no silenciada

Cuando la mente está silenciada violentamente, realmente no está en silencio y en el fondo clama, y grita y se desespera.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

La clave para salir en astral conscientemente es vaciar la mente. Acostado en su lecho, el estudiante rogará a su Dios Interno que lo saque del cuerpo. Luego, después de la plegaria, el estudiante debe vaciar la mente. Para esta práctica es inútil pensar. Comprendiendo la inutilidad de pensar, el estudiante no pensará absolutamente en nada. Así, comprendiendo la inutilidad de pensar, durante esta práctica la mente quedará quieta y en silencio. Debemos ante todo comprender que el proceso de pensar es una traba para salir en astral conscientemente.

El Mensaje de Acuario, 1960

Cuando comprendemos la inutilidad de pensar durante esta práctica que nos lleva hasta el conocimiento inspirado, entonces la mente queda naturalmente quieta y en silencio. Hay que distinguir entre una mente que está quieta y una mente que está aquietada. Hay que distinguir entre una mente que está en silencio y una mente que está silenciada a la fuerza,

El Mensaje de Acuario, 1960

Cuando la mente está aquietada y silenciada violentamente, entonces hay lucha secreta, y por lo tanto no está quieta, ni en silencio.

El Mensaje de Acuario, 1960

Luego duérmase el estudiante tranquilamente. Si el estudiante logra dormirse sin pensar -con la mente quieta y en silencio-, entonces despierta conscientemente fuera del cuerpo físico y se eleva al conocimiento inspirado.

El Mensaje de Acuario, 1960

·

Aquel que desee escuchar el SONIDO ANAHAT, debe vaciar la mente, tener la mente quieta, no aquietada; repetimos: QUIETA.

Logos Mantram Teurgia, 1959

·

El que intente y se proponga escuchar ese místico SONIDO, que mantenga la mente en silencio, no silenciada; repetimos: EN SILENCIO.

Logos Mantram Teurgia, 1959

·

Cuando la mente está quieta, en profundo silencio, el estudiante sí puede escuchar, inevitablemente, el SONIDO DEL GRILLO: un sonido sutil, agudo, penetrante. Aun más: si el Alma se absorbe en este místico sonido, se abren para el estudiante las Puertas del Misterio. Pues en esos instantes, levántese del lecho, instintivamente, y salga de la recámara para dirigirse a los Templos de la Logia Blanca, o a cualquier lugar del Universo.

Logos Mantram Teurgia, 1959

·

La reflexión, pues, nos indica la necesidad de acabar con el proceso del pensar, para llegar a saber realmente. Quiero que vosotros, mis caros hermanos salvadoreños, practiquéis la Meditación en forma más intensiva.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

CUANDO LA MENTE ESTÁ QUIETA realmente, no aquietada violentamente, repito, sino quieta, de forma espontánea y natural; cuando la Mente está en silencio, no silenciada a la fuerza, amordazada, porque entonces ella por dentro estaría gritando, no; repito: EN SILENCIO en forma natural, entonces ADVIENE LO NUEVO.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

7 Artificiosos silencios y arbitrarias quietudes

Es completamente imposible experimentar el Ser, el Íntimo, lo Real, sin haber llegado a ser verdaderos Maestros técnicos y científicos de esa ciencia misteriosa llamada meditación. Es completamente imposible experimentar el Ser, el Íntimo, lo Real, sin haber llegado a una verdadera maestría en eso de la quietud y silencio de la mente. Empero no debemos auto-engañarnos y confundir gato con liebre,

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

el Yo también ambiciona y codicia esos silencios y hasta se los fabrica artificialmente. Necesitamos durante la meditación profunda, quietud y silencio total de la mente, mas no necesitamos esa quietud y ese silencio falso fabricado por el Yo, no debemos olvidar que el diablo diciendo misa, suele engañar a las gentes más astutas.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Es lógico decir que si queremos silenciar a la mente a la fuerza, a la brava, y si queremos aquietarla torturándola y amarrándola movidos por la codicia de experimentar el Ser, sólo conseguiremos artificiosos silencios y arbitrarias quietudes producidas por el Yo.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Quien de verdad quiera un legítimo silencio y no un falso silencio, una verdadera quietud y no una falsa quietud, lo mejor que debe hacer es ser íntegro, no cometer el error de dividirse a sí mismo entre sujeto y objeto. Pensador y pensamiento, Yo y no Yo, controlador y controlado, Yo Superior y Yo Inferior, Yo y mi pensamiento, etc., etc.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

·

Cuando tratamos de unir todos estos fragmentos mentales durante la meditación con el sano propósito de ser íntegros, entonces todos estos fragmentos forman otro gran fragmento con el que tenemos que luchar haciéndose entonces imposible la quietud y silencio de la mente.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

·

No debemos dividirnos mediante la meditación entre Yo Superior y Yo Inferior; Yo y mis pensamientos. Mi mente y Yo, porque la mente y el Yo, mis pensamientos y Yo, son todo uno, el Ego, el Yo Pluralizado, el Sí mismo, etc., etc.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

·

Cuando comprendemos de verdad que el tal Yo Superior y el Yo Inferior, así como mis pensamientos y Yo, etc., son todo el Ego, el Mí mismo, es claro que por comprensión de fondo nos libertamos del pensamiento dualista, y la mente queda entonces quieta de verdad y en profundo silencio.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

·

Sólo cuando la mente está quieta realmente, sólo cuando la mente está en verdadero silencio, podemos experimentar eso que es la Realidad, eso que es la Realidad, eso que es el Ser auténtico, el Intimo.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

8 En los niveles más profundos del subconsciente

Hoy por hoy, el pobre animal intelectual falsamente llamado hombre, solo tiene dentro un elemento útil, dicho elemento es el Buddhata, la Esencia de la mente, con la cual podemos experimentar el Ser, el Intimo, lo Real. Este precioso elemento está metido entre la botella del intelecto animal. Cuando durante la meditación interior profunda queda la mente totalmente quieta y en absoluto silencio por dentro y por fuera, no solamente en el nivel superficial, sino también en todos los distintos pasillos, estratos, zonas y terrenos subconscientes, entonces la Esencia; el precioso elemento, se escapa de la botella y se fusiona con el Ser, con el Intimo, para experimentar lo Real.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Sólo con mente quieta y silenciosa, sumergidos en profunda meditación interior podemos extraer de entre el sepulcro de la memoria subconsciente, toda la podredumbre milenaria que cargamos dentro, desde los antiguos tiempos.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Solo con quietud y silencio mental perfecto, podemos extraer de entre la negra sepultura mental subconsciente toda podredumbre del pasado para quemarla y reducirla a polvo con el fuego de la comprensión.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Las asociaciones de la mente para formar frases, recuerdos, imágenes, ideas, deseos, etc., constituyen la causa fundamental del incesante parloteo mental y de todo el batallar de las antítesis. Si a base de comprensión logramos la disociación mental; si a base de comprensión logramos la disociación de todos los recuerdos subconscientes; si a base de comprensión logramos eliminar los elementos

subjetivos de nuestras percepciones, entonces es claro que la mente queda quieta y en silencio, no solo en el nivel superficial, sino también en los niveles más profundos del subconsciente.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

9 Necesitamos reflexión serena

A todas luces resulta brillante comprender a fondo que cuando cesa la tempestad en el océano de la mente y termina la lucha de los opuestos, la ESENCIA se escapa, se sumerge en aquello que es lo REAL.

Magia de las Runas, 1969

Lo dificultoso, laborioso, arduo y penoso, es lograr silencio mental ABSOLUTO en todos y cada uno de los cuarenta y nueve departamentos SUBCONSCIENTES de la mente.

Magia de las Runas, 1969

Alcanzar, obtener quietud y silencio en el mero nivel superficial intelectual o en unos cuantos departamentos subconscientes, no es suficiente por que la ESENCIA continúa enfrascada entre el dualismo sumergido, infraconsciente e inconsciente. MENTE EN BLANCO es algo demasiado superficial, hueco e intelectual; necesitamos REFLEXIÓN SERENA si es que de verdad queremos lograr la quietud y el silencio ABSOLUTO de la mente.

Magia de las Runas, 1969

La palabra china MO, significa silencioso o sereno; CHAO significa reflexionar u observar.

Magia de las Runas, 1969

Por lo tanto: SERENO es aquí la SERENIDAD del NO-PENSAMIENTO y REFLEXIÓN significa CONCIENCIA intensa y clara.

Magia de las Runas, 1969

REFLEXIÓN SERENA es la CLARA CONCIENCIA en la tranquilidad del NO-PENSAMIENTO. Cuando reina la SERENIDAD PERFECTA, se logra la verdadera ILUMINACIÓN profunda.

Magia de las Runas, 1969

El estudio de sí mismo, la SERENA REFLEXIÓN, es obvio, patente, claro, que en última instancia concluye en la quietud y en el silencio de la mente.

Magia de las Runas, 1969

Cuando la mente está quieta y en silencio no sólo en el nivel superficial, intelectual, sino en todos y cada uno de los cuarenta y nueve departamentos subconscientes, adviene entonces lo nuevo, se desembotella la ESENCIA, la CONCIENCIA, y viene el DESPERTAR del Alma; el éxtasis, el Shamadi, el Satori de los Santos.

Magia de las Runas, 1969

10 Por dentro, por fuera y en el centro

Mediante el Kundalini del Cuerpo Mental extraemos del Alma-Animal la "Mente-Cristo". Tenemos que expulsar del Templo Mental toda clase de pensamientos terrenales. La Maestra H.P.B., dice en "La voz del Silencio", lo siguiente: "Tienes que alcanzar esa tal fijeza de la Mente en que ninguna brisa por fuerte que sea, pueda insuflarle ningún pensamiento terreno. Así purificado el santuario, debe ser

vacío de toda acción, sonido o luz terrenales, así como la mariposa alcanzada por la helada, cae sin vida en el umbral; así deben todos los pensamientos terrenales caer muertos ante el templo. Míralo escrito".

Curso Zodiacal, 2.ª edición, 1951

·

Durante esta practica la mente debe estar absolutamente quieta y en profundo y espantoso SILENCIO, tanto en lo exterior como en lo interior; ni el más leve deseo, ni el más insignificante pensamiento deben agitar el profundo lago de la mente.

Los Cuerpos Solares, 1968

·

> *¡Los pensamientos terrenales deben caer muertos a las puertas del templo!.*

La Ciencia de la Meditación *cap. V, «Relajación de la Mente»* · *citado, no son sus palabras*

·

La mente debe estar quieta por dentro, por fuera y en el centro.

La Ciencia de la Meditación *cap. V, «Relajación de la Mente»*

·

Así en meditación profunda y con la mente relajada experimentareis lo Real.

La Ciencia de la Meditación *cap. V, «Relajación de la Mente»*

·

Vaciar la mente, convertirla en un pozo sin fondo, profundo, es realmente relajarla. La mente superficial es semejante a un charco en el camino; cuando sus aguas se evaporan bajo los rayos solares, solo queda el lodo y la podredumbre.

La Ciencia de la Meditación *cap. V, «Relajación de la Mente»*

·

En el mundo oriental se habla muy en síntesis. Por ejemplo: el Buddhismo Zen-Chan sólo dice que “hay que llegar a la QUIETUD DE LA MENTE, al SILENCIO DE LA MENTE, con el propósito de lograr, un día, la irrupción del Vacío Iluminador”. Se nos dice que “en el Satori hay verdadera felicidad”. Se quiere en las salas de meditación conseguir la quietud de la Mente (por dentro, por fuera y en el centro); se nos dice que “la Mente debe quedar como un muro: absolutamente quieta”.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

·

Bueno, me doy cuenta que en la salas de meditación del Japón cuesta mucho para conseguir el SATORI, pero este dura tan sólo unos cuantos minutos, en el mayor o en el mejor de los casos una o más horas, después de lo cual la Mente vuelve a estar tan agitada como siempre... Sale uno del estado aquel de felicidad para presentarse al Gurú (dichoso, embriagado, por el Samadhi); claro, interviene el Gurú para darle unas cuantas bofetadas, para sacarlo de ese estado, conseguir que se equilibre. “De lo contrario, se dice en Zen puro, se caería en la ENFERMEDAD DEL SATORI”. Claro que es un estado, dijéramos, de exaltación mística y en él estaría a todas horas del día y de la noche, y se olvidaría de que existe, perdería el equilibrio en relación con las cosas de la existencia, pero, de seguro, que con unas cuantas “cachetadas” bien dadas, pues lo saca a uno de ese estado y lo equilibra.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

·

> *La Blavatsky en “La Voz del Silencio” tiene una frase que me ha gustado mucho, dice: “Antes que la Llama de Oro pueda arder con luz serena, la lámpara debe estar bien cuidada, al abrigo de todo viento, los pensamientos terrenales deben caer muertos a la puerta del Templo”...*

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*» · *citado, no son sus palabras*

·

Esa frase de la Blavatsky en su maravillosa obra titulada “La Voz del Silencio”, es portentosa, es maravillosa. Sólo así, digo, sería posible que en verdad, la Mente quedara quieta y en silencio (por dentro, por fuera y por el centro), no por un rato ni dentro de una sala de meditación, sino en forma continua...

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

.

¿Qué es un MAESTRO DEL SAMADHI? Es alguien que goza de una Conciencia Continua, alguien que logró la Quietud y el Silencio de su Mente en forma siempre...

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

.

Conforme uno va estudiando los distintos repliegues de la Mente, va comprendiendo también que la quietud y el silencio total del entendimiento, no son posibles, en tanto la Mente esté ocupada por los agregados psíquicos y por las Representaciones.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

.

Así pues que reflexionen en la necesidad de llegar a la Quietud y el Silencio de la Mente.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

11 Cuando la mente está en silencio, adviene lo nuevo

Después de hecha la súplica, debe el místico buscar su refugio en la nada. La mente debe quedar silenciosa y quieta.

El Mensaje de Acuario, 1960

.

Cuando la mente está en silencio, cuando la mente está quieta, entonces viene la iluminación, el éxtasis.

El Mensaje de Acuario, 1960

·

Cuando la mente está quieta y en silencio, entonces la Divina Madre se goza en nosotros. Esa es la bienaventuranza.

El Libro Amarillo, 1959

·

Cuando la mente está quieta, vacía de pensamientos, deseos, opiniones, etc., cuando la mente está en silencio adviene a nosotros la verdad.

Educación Fundamental, 2.ª edición, 1970

·

Cuando la mente está quieta y en profundo silencio, el alma se escapa para hundirse entre el gran ALAYA del Universo.

Mi Regreso al Tíbet, 1969

·

Esta desconexión entre conciencia e intelecto es precisamente la que puede transfigurar el delicioso coito en sobrenatural, en espiritual, en algo terriblemente Divino. Es la meta última de las prácticas místicas, como por ejemplo la del Zen, o la del quietismo cristiano de Fray Miguel de Molinos; la de llevarnos a la quietud y al silencio de la mente. Cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio, adviene lo nuevo.

El Parsifal Develado, 1970

·

En esos instantes de indiscutibles delicias la conciencia se escapa de entre la mortificante mente para experimentar lo real...

El Parsifal Develado, 1970

Existen extraños momentos en la vida en que la mente sin preocupaciones de ninguna clase reposa. Cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio adviene entonces lo nuevo.

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

En tales instantes es posible ver las bases, los fundamentos, sobre los cuales descansamos. Estando la mente en profundo reposo interior, podemos verificar por sí mismos la cruda realidad de esa arena de la vida, sobre la cual edificamos la casa. (Véase Mateo 7 - Versículos 24-25-26-27-28-29; parábola que trata de los dos cimientos).

Tratado de Psicología Revolucionaria, 1975

12 La experiencia en el Vacío Iluminador

La quietud y el silencio de la mente tienen un solo objetivo: liberar la esencia de la mente para que esta, fusionada con la mónada o Íntimo, pueda experimentar eso que nosotros llamamos la verdad. Durante el éxtasis y en ausencia del Yo puede la esencia vivir libremente en el mundo de la niebla de fuego experimentando la verdad. Cuando la mente se halla en estado pasivo y receptivo absolutamente quieta y en silencio, se liberta el Buddhata o Esencia de la mente y adviene el éxtasis. La esencia se halla siempre embotellada entre el batallar de los opuestos; mas, cuando la batalla termina y la quietud y el silencio son absolutos, la Esencia queda libre y la botella vuelta pedazos.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

La quietud y el silencio absoluto de la mente después de grandes prácticas provoca la ruptura de la bolsa, la entrada de nosotros en el Vacío Iluminador; entonces entramos en éxtasis porque nuestra Conciencia despierta.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

·

Después de la oración hay que saber aguardar la respuesta del PADRE y esto significa saber meditar, tener la mente quieta y en silencio, vacía de todo pensamiento, aguardando la respuesta del PADRE.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

·

Cuando la MENTE está quieta por dentro y por fuera, cuando la MENTE está en SILENCIO por dentro y por fuera, cuando la mente se ha libertado del DUALISMO, entonces viene a nosotros lo NUEVO. Es necesario VACIAR la mente de toda clase de pensamientos, deseos, pasiones, apetencias, temores, etc., para que venga a nosotros la experiencia de lo REAL.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

·

La irrupción del VACÍO, la EXPERIENCIA en el VACÍO ILUMINADOR, sólo son posibles cuando la ESENCIA, el ALMA, el BUDDHATA, se libera de la botella intelectual.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

·

La ESENCIA está embotellada entre el tremendo batallar de los opuestos frío y calor, gusto y disgusto, sí y no, bien y mal, agradable y desagradable.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

·

Cuando la MENTE está quieta, cuando la MENTE está en silencio, entonces la ESENCIA queda libre y viene la EXPERIENCIA de lo REAL en el VACÍO ILUMINADOR.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

No está de más en este capítulo afirmar que los aspirantes de la escuela MAHAYANA anhelan de verdad y con ansia infinita la experiencia directa del Vacío iluminador. De ninguna manera exageramos conceptos si afirmamos con cierta vehemencia que los discípulos de la escuela JINAYANA trabajan tenazmente en la “Forja de los Cíclopes” —el sexo—, con el propósito inteligente de lograr la (AUTORREALIZACIÓN) íntima del Vacío iluminador. Cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio, por dentro y por fuera y en el centro, adviene la experiencia mística del Vacío; empero, es obvio que AUTO - REALIZARLO es algo muy diferente. El Vacío no es muy fácil de explicar. Ciertamente os digo que no es definible o descriptible.

El Misterio del Áureo Florecer, 1971

13 Gracias a la quietud y silencio de la mente

El Bodhisattva del Avatara Ashiata-Shiemash sufriendo lo indecible, y ayunando cuarenta días, mortificándose espantosamente, sumido en profunda meditación íntima, logró la disociación de la mecánica mental y su mente quedó solemnemente quieta y en imponente silencio. El resultado fue el éxtasis con encarnación de su real Ser.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

Han Shan logró la quietud y silencio de la mente, se convirtió de hecho, en un iluminado Maestro de Perfección. Los viejos sabios decían: "Si no permites que tu mente se perturbe al escuchar el sonido del agua que corre durante treinta años,

llegarás a la comprensión milagrosa del Avalokitesvara". Han Shan se convirtió en un atleta de la meditación interna y nada podía perturbarlo, su comida consistía en granos, verduras y arroz, en cantidad suficiente para vivir.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

A partir de entonces todos los poderes de clarividencia positiva, Clariaudiencia formidable, Telepatía, Intuición regia, etc., etc., se despertaron totalmente en Han Shan gracias a la quietud y silencio de la mente y como consecuencia de la iluminación. Han Shan compuso este precioso poema trascrito por Chan Chen Chi:
"Cuando reine la serenidad perfecta
se logra la verdadera iluminación,

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Han Shan a base de muchísima meditación íntima y con la suprema quietud y silencio de la mente, logró despertar el Buddhata, es decir, la Esencia, la Conciencia. Durante las horas del sueño Han Shan dejó de soñar y vivía en los mundos superiores totalmente despierto, al regresar al cuerpo físico después del descanso del sueño, traía a su cerebro físico todos los recuerdos de su experiencia en los mundos superiores, todo eso lo consiguió, lo logró a base de quietud y silencio mental.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

14 Entonces mi Conciencia se desembotella

Todo momento de ALEGRÍA o DOLOR debe ser continuado en MEDITACIÓN con mente QUIETA y en PROFUNDO SILENCIO. El RESULTADO viene a ser la experimentación del mismo suceso en una vida anterior. Entonces hacemos

CONCIENCIA de la CAUSA del hecho, ya sea éste agradable o desagradable.

Tratado Esotérico de Astrología Hermética, 1967

·

Meditar en el Absoluto y en el Pralaya, poniendo la Mente quieta y en silencio.

Tarot y Kábala, 1978

·

"El estudiante se debe concentrar en una fórmula matemática, y meditar profundamente en ella. Después vaciar la mente y ponerla totalmente en blanco, luego aguardar que el Ser Interno nos enseñe el concepto de contenido encerrado en la fórmula matemática". Por ejemplo, antes que Kepler enunciase públicamente su famoso principio de que "Los cuadrados de los tiempos de las revoluciones de los planetas alrededor del sol son entre sí como los cubos de sus distancias", ya la fórmula existía, estaba contenida en el Sistema Solar, aun cuando los sabios no la conocían.

Tarot y Kábala, 1978

·

Una vez que ha concluido todo el film, dijéramos, de la pantalla, toda la procesión aquella del Yo, todo ese encadenamiento de deseos, apetencias, temores, recuerdos, odios, etc., la Mente queda, obviamente, quieta y en el más profundo silencio. Y entonces, es natural que la Esencia, la Conciencia que llevamos dentro, se desembotella de entre la Mente, se libera; y así venimos a EXPERIMENTAR LO REAL, eso que es la verdad, ¿entendido?

El Quinto Evangelio *«Mecanismos Efímeros de la Mente»*

·

Que queremos saber, por ejemplo, sobre la Atlántida, ¿qué haremos? Primero hay que llevar la Mente a la quietud y a el silencio, eso es claro; mas antes de haber comenzado toda práctica, habremos de ORAR, sí a nuestra DIVINA MADRE KUNDALINI, haberle pedido a ella de todo corazón que nos lleve a la Atlántida,

que queremos saber de la Atlántida; después nos sentamos para la práctica. Y una vez que la Mente está quieta y en silencio, pues, es obvio, mis caros hermanos, que entonces la Divina Madre Kundalini nos llevará a la Atlántida y vamos a verla; pero vamos a verla en Conciencia, en Esencia, en Espíritu, no a través del proceso del pensar, a través de los intelectualismos, que de nada sirven.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

Y después de la súplica, busco poner mi Mente quieta y en silencio. Si algún recuerdo me viene en esos momentos en que intento hacer la práctica, pues, lo comprendo, lo analizo y lo olvido. Si surge cualquier deseo, cualquier idea, pues hago lo mismo: Comprender, analizar..., comprender, discernir y olvidar, y al fin la Mente queda quieta.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

Una vez quieta y en el más profundo silencio, entonces mi Conciencia se desembotella, eso es obvio. Se sale de entre la Mente y voy a vivir la Lemuria, y a ver los hechos de la Lemuria, y a revivir existencias que tuve en la Lemuria. Después, salgo ya de la Meditación con toda la información, la escribo y se las entrego a ustedes en libros impresos, ¿qué tal? ¿Cómo les parece mi sistema, mis caros hermanos?

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

Una vez que Ella haya aparecido en el corazón, entonces se le ruega que realice el milagro del espejo. Solo así, a condición de haber agotado el proceso del pensar; solo así, a condición de no tener, por lo menos en ese instante, una mente proyectista; solo así, con la perfecta quietud y silencio de la mente, podemos mirar el espejo y observar lo que suceda.

El Quinto Evangelio «*Orígenes Satánicos del Escepticismo y la Mitomanía*»

·

Y ya que Ella aparezca en el corazón, y que la hayamos visto, que la hayamos experimentado en toda la presencia de nuestro Ser, en forma íntegra, podemos darnos el lujo de mirar en el espejo. Y aun así, con la mente quieta y en silencio; con una mente que no proyecte; con una mente que haya agotado el proceso del pensar; con una mente no proyectista, y el resultado será maravilloso.

El Quinto Evangelio «*Orígenes Satánicos del Escepticismo y la Mitomanía*»

.

Así pues, hermanos, si procedemos en esta forma, no hay derecho a errores. Pero tenemos que saber proceder en esta forma y no en otra forma. Y no olvidar tampoco la vigilancia sobre la mente. La mente, en tales instantes, no debe proyectar ¡nada!; debe estar quieta y en silencio por dentro y por fuera, y en el centro. Debe haberse agotado, por lo menos en esos instantes, el proceso del pensar.

El Quinto Evangelio «*Orígenes Satánicos del Escepticismo y la Mitomanía*»

15 En la quietud y el silencio de la mente

Realmente sólo el Turiya es el auténtico clarividente. Es imposible llegar a estas alturas sin haber nacido en el Mundo Causal. Quien desee alcanzar el estado de Turiya debe estudiar a fondo los procesos psíquicos semiinconscientes que se constituyen de hecho en el origen de muchas formas de autoengaño, autosugestión e hipnosis. El gnóstico debe alcanzar primero la habilidad de detener el curso de sus pensamientos, la capacidad de No Pensar. Sólo quien logre esa capacidad podrá realmente escuchar la Voz del Silencio. Cuando el discípulo gnóstico alcanza la capacidad de no pensar, entonces debe aprender a concentrar el pensamiento en una sola cosa. El tercer paso es la correcta meditación. Ésta trae a la mente los primeros relámpagos de la nueva Conciencia. El cuarto paso es la contemplación, éxtasis o Samadhi. Este es el estado de Turiya (perfecta clarividencia).

El Matrimonio Perfecto, 3.ª edición, 1966

Este Mantram es el siguiente: "TRIIIIINNNNN..." prolónguese el sonido de la vocal "I" y la consonante "N", désele una entonación semejante a la campana. El Estudiante sumido en meditación perfecta y con la mente en blanco deberá inundarse de un gran SILENCIO, entonces vocalizará mentalmente el Mantram Sagrado. Puede cantarse este Mantram cuantas veces se quiera, después de unos diez minutos de vocalización suspéndase la vocalización de éste Mantram, y continuará por tiempo indefinido con la Mente en Blanco, cuando el Gran Silencio nos inunda, adviene a nosotros la EXPERIENCIA DE LA GRAN REALIDAD.

Curso Esotérico de Kábala

Acuéstese y permanezca tranquilamente en su cama. Abra sus brazos y piernas a derecha e izquierda para formar la estrella flamígera de cinco puntas. Relaje bien sus músculos. El proceso de relajación es fácil [si] se combina con la imaginación. (Practique el ejercicio de relajación como se le indicó en la Lección 2).

RELAJACIÓN MENTAL

Después de lograda la relajación del cuerpo físico, es necesario relajar la mente. La relajación mental se consigue también con la ayuda de la imaginación. Observe Ud. todos los pensamientos que le vengan a la mente, todos los recuerdos que le asalten, todas las inquietudes, etc. Estúdielas para conocer su origen. El estudio de todo esto le revelará a Ud. muchas cosas, le hará conocer sus defectos, sus errores, etc. Así conocerá Ud. cómo trabaja su Yo, su Ego. Analice cada defecto. Trate de comprender cada defecto en todos los niveles de la mente. Estudie cada pensamiento, recuerdo o emoción que le asalte. Comprenda cada pensamiento. Luego imagínese un abismo profundo. Arroje Ud. cada pensamiento

estudiado, cada recuerdo, inquietud, etc., a ese abismo. Así su mente quedará quieta y en silencio. En la quietud y el silencio de la mente podrá Ud. ver y oír al Íntimo. Él es el Maestro Interno. Es él su Dios Interno.

Introducción a la Gnosis, 3.ª edición colombiana, 1961

.

Es aconsejable que los hermanos, diariamente, sea por cinco, diez minutos, un rato, media hora, una, se recuerden de sí mismos; que sentados en un sillón, relajen su cuerpo totalmente; y un día podrán llegar a la EXPERIENCIA DE LO REAL; por ese camino (es un modo de actuar sobre el Centro Emocional por medio del Centro Motor). Adoptar uno, luego, esa actitud de la Mente (en plena relajación), vivenciando al Ser, sintiéndolo, experimentándolo, RECEPTIVO AL SER, eso es fundamental...

El Quinto Evangelio «*El Valor Metafísico de Saber Escuchar*»

.

La oración debe ser reflexiva... Después de la Recordación del Señor (que es nuestro propio Ser Interior Profundo), meditaremos en cada palabra (conscientes de la Oración del Señor), en cada parte, palabra por palabra, frase por frase, tratando de comprender la honda significación. Concluida la oración, nos relajamos aún más, y en estado pasivo, receptivo, con mente quieta y en profundo silencio, aguardamos que venga la Palabra del Padre.

El Quinto Evangelio «*El Valor Metafísico de Saber Escuchar*»

.

Uno tiene que aprender a platicar con el Padre, con el Padre que está en secreto, cara a cara, en profunda quietud y silencio. Así es como debemos entender la Oración; así es como debemos nosotros la Palabra venida de lo Alto.

El Quinto Evangelio «*El Valor Metafísico de Saber Escuchar*»

16 Los pájaros-pensamientos deben pasar por el espacio de nuestra propia mente

Es necesario acabar con las modificaciones del principio pensante durante la meditación. Cuando el principio pensante queda bajo nuestro control la iluminación adviene a nosotros espontáneamente. El control mental nos permite destruir los grillos creados por el pensamiento. Para lograr la quietud y el silencio de la mente es necesario saber vivir de instante en instante, saber aprovechar cada momento, no dosificar el momento.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

·

Ejemplo: nos asalta el recuerdo de una novia. ¿Es bella? Pensemos que la belleza es el opuesto de la fealdad y que si en su juventud es bella, en su vejez será fea. Síntesis: no vale la pena pensar en ella, es una ilusión, una flor que se marchitará inevitablemente.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

·

En la India esta auto-observación y estudio de nuestra propia mente es llamada PRATYAHARA. Los pájaros-pensamientos deben pasar por el espacio de nuestra propia mente en sucesivo desfile pero sin dejar rastro alguno. La infinita procesión de pensamientos proyectados por el Yo, al fin se agota y entonces la mente queda quieta y en silencio.

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965

·

> *Un gran Maestro autorrealizado dijo: "Solamente cuando el proyector, es decir el Yo, está ausente por completo, entonces sobreviene el silencio que no es producto de la mente. Este silencio es inagotable, no es del tiempo, es lo inconmensurable, solo entonces adviene aquello que Es".*

La Disolución del Yo, Mensaje de Navidad 1964–1965 · *citado, no son sus palabras*

Nosotros debemos aprender a meditar sabiamente y según surja en la mente cada pensamiento, cada recuerdo, cada imagen, cada idea, cada concepto, etc., debemos mirarlo, estudiarlo, extraer de cada pensamiento, recuerdo, imagen, etc., lo mejor. Cuando el desfile de pensamientos ha terminado, la mente queda quieta y en profundo silencio, entonces la Esencia de la mente se escapa y viene la experiencia de Eso, que es la Verdad.

El Abuso Sexual, Mensaje de Navidad 1965–1966

Es claro a todas luces y fuera de toda duda que después de establecer la PIEDRA ANGULAR BÁSICA de la meditación la mente queda quieta y en profundo e imponente silencio.

Educación Fundamental, 2.ª edición, 1970

Debemos experimentar la Verdad en forma directa, práctica y real; esto sólo es posible en la quietud y silencio de la mente, y esto se logra por medio de la meditación.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 106

17 Vale el silencio y la quietud de la mente

Es indispensable impedir que el contenido mental adquiera diversas formas a fin de lograr la quietud absoluta de la mente.

Magia de las Runas, 1969

Cada defecto fue estudiado por separado y en forma muy ordenada; jamás cometí el error de querer cazar diez liebres al mismo tiempo, de ninguna manera quería exponerme a un fracaso. La meditación se hacía exhaustiva, se tornaba cada vez

más profunda y cuando me sentía desfallecer, dejaba la mente quieta y en silencio como aguardando alguna revelación; en esos instantes venía la verdad, capturaba eso que no es del tiempo, el hondo significado del defecto comprendido en forma íntegra.

Las Tres Montañas, 1972

·

Sólo comprendiendo a fondo y de verdad lo que son las batallas inútiles del pensamiento, sólo comprendiendo las acciones y reacciones internas y externas, las respuestas secretas, los móviles ocultos, los impulsos escondidos, etc., podemos entonces alcanzar la quietud y el silencio imponente de la mente.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 101

·

Sólo en la serenidad del pensamiento vemos al yo tal cual es y no como aparentemente es. Ver al yo y comprenderlo viene a ser un todo íntegro. El yo está fracasado después de que lo hemos comprendido, porque se vuelve polvo inevitablemente.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 101–102

·

Lo importante sería, por ejemplo, a fin de conocer mejor nuestras acciones y reacciones, poder relajar la mente. Esto del «relajamiento mental» es magnífico. Recostarse uno en su lecho o en un cómodo sillón, relajar todos los músculos pacientemente y luego vaciar la mente de toda clase de pensamientos, deseos, emociones, recuerdos. Cuando la mente está quieta, cuando la mente está en silencio, podemos conocernos mejor a sí mismos. En tales momentos de quietud y silencio mental, es cuando realmente venimos a vivenciar en forma directa el crudo realismo de todas las acciones de la vida práctica.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 157

·

Cuando la mente se encuentra en absoluto reposo, vemos a multitud de elementos y subelementos, acciones y reacciones, deseos, pasiones, etc., como algo ajeno a nosotros, pero que aguarda el instante preciso para poder realizar su control sobre nosotros mismos, sobre nuestra personalidad. He ahí el motivo por el cual vale el silencio y la quietud de la mente. Obviamente, la relajación del entendimiento es benéfica en el sentido más completo de la palabra, pues nos conduce al auto-conocimiento individual.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 157–158

18 Platicar con la mente como si fuera un sujeto extraño

La sabiduría se elabora sobre la base de la experimentación directa, sobre la experimentación propia, sobre la base de la meditación profunda. Hay veces que necesitamos, repito, platicar con la mente, porque muchas veces, cuando queremos que la mente esté quieta, cuando queremos que la mente esté en silencio, ella persiste en su necedad, en su parloteo inútil, en la lucha de antítesis. Entonces, es necesario interrogar a la mente, decirle: Pero bueno, ¿qué es lo que tú quieres, mente? Bien, ¡contéstame! Si la meditación es profunda, puede surgir en nosotros alguna representación; en esa representación, en esa figura, en esa imagen, está la respuesta. Debemos entonces platicar con la mente y hacerle ver la realidad de las cosas, hasta hacerle ver que su respuesta está equivocada; hacerle caer en cuenta que sus preocupaciones son inútiles y el motivo por el cuál son inútiles. Y al fin, la mente queda quieta, en silencio. Mas, si notamos que no surge la iluminación todavía, que aún persiste en nosotros el estado caótico, la confusión incoherente con su lucha y parloteo incesante, entonces, tenemos que llamar nuevamente a la mente al orden, interrogarla: ¿Qué es lo que tú quieres? ¿Qué es lo que andas buscando? ¿Por qué no me dejas en paz? Hay que hablar claro y platicar con la mente como si fuera un sujeto extraño, porque ciertamente ella es un sujeto extraño, porque ella no es del Ser. Hay que tratarla como a un sujeto extraño, hay que recriminarla y hay que regañarla.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 187–188

¿Cómo es posible que estando nosotros en una práctica de meditación en instantes en que buscamos la quietud, más se impone ella, no quiere estarse quieta? Hay que saber por qué no quiere quedarse quieta, hay que interrogarla, hay que recriminarla, hay que azotarla, hacerla obedecer; es un borrico terco, torpe, que hay que dominar.

El Quinto Evangelio *«La Segunda Joya del Dragón Amarillo»*

La Segunda Joya implica la disciplina de la mente, dominándola, azotándola, regañándola. ¡La mente es un borrico insoportable que hay que amansar!

La Revolución de la Dialéctica · pág. 190

Así pues, durante la meditación tenemos que contar con muchos factores si queremos llegar a la quietud y al silencio de la mente. Necesitamos estudiar el desorden, porque solamente así, nosotros podemos establecer el orden. Hay que saber qué es lo que existe en nosotros de atento y qué es lo que hay en nosotros de inatento.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 190–191

Siempre que entramos en meditación, nuestra mente está dividida en dos partes: la parte que atiende y la parte que no atiende. No es en la parte atenta que tenemos que poner atención sino precisamente en lo que hay de inatento en nosotros. Cuando logramos comprender a fondo lo que hay de inatento en nosotros y estudiar los procedimientos para que lo inatento se convierta en atento, habremos logrado la quietud y el silencio de la mente.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 191

Pero tenemos que ser juiciosos en la meditación, enjuiciarnos a sí mismos, saber qué es lo que hay de inatento en nosotros. Necesitamos hacernos conscientes de aquello que exista de inatento en nosotros. Cuando digo que debemos dominar la mente, quien la debe dominar es la Esencia, la conciencia. Despertando conciencia tenemos más poder sobre la mente y, por ende, nos hacemos conscientes de lo que hay de inconsciente en nosotros.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 191

·

Cuando creemos que la mente está quieta, cuando creemos que está en silencio y, sin embargo, no viene ninguna experiencia divina a nosotros, es porque no está quieta la mente ni en silencio. En el fondo, ella continúa luchando. En el fondo, ella está parloteando. Entonces, a través de la meditación, nosotros tenemos que encararla, platicar con ella, recriminarle e interrogarle qué es lo que quiere. Decirle: «¡Mente!, pero ¿por qué no estás quieta? ¿Por qué no me dejas en paz?». La mente dará alguna respuesta y nosotros le contestaremos con otra explicación tratando de convencerla y si no quiere convencerse, no quedará más remedio que someterla por medio de la recriminación y el látigo de la voluntad

La Revolución de la Dialéctica · pág. 197–198

·

Si surge el recuerdo de una persona alta, se le debe ver bajita y eso estaría correcto puesto que en la síntesis está la clave.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 198

·

Saber buscar siempre la síntesis es benéfico porque de la tesis hay que pasar a la antítesis, pero la verdad no se encuentra ni en la antítesis ni en la tesis. En la tesis y en la antítesis hay discusión y eso es lo que realmente se quiere; afirmación, negación, discusión y solución. Afirmación de un mal pensamiento, negación del

mismo mediante la comprensión de su opuesto. Discusión: hay que discutir qué es lo que tiene de real uno y otro hasta llegar a la sabiduría y dejar la mente quieta y en silencio. Así es como se debe practicar.

La Revolución de la Dialéctica · pág. 198–199

19 Amansándola como a un potro salvaje

Hay un punto muy delicado durante la Meditación: muchas veces cuando uno cree que ha llegado a la quietud y al silencio de la Mente, no ha llegado todavía. Entonces debe escarbar adentro, debe decirle a la Mente: "¿Mente, qué es lo que pasa? ¿Qué es lo que estás deseando? ¿Porqué no estás quieta? ¡Obedéceme, debes estar quieta!"...

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

A veces, si vosotros tenéis cierto desarrollo de vuestras Facultades Superiores, podréis ver las Representaciones de la Mente, que en ese instante contestará con tales o cuales escenas; en esa forma nos dirá qué es lo que quiere. Mas, precisamente, ése es el instante de saber responderle, de saber tratar a esa Mente en la misma forma en que un arriero trataría a un borrico que no quisiere obedecer, a un borrico que no quisiere estar quieto; y por último, ésta quedaría quieta.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

La QUIETUD y el SILENCIO, eso es lo que se quiere durante la Meditación, precisamente eso. Porque cuando la Mente está quieta, cuando la Mente está en silencio, adviene lo nuevo.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

Si creéis que habéis llegado a la quietud, y todavía no estáis experimentando nada, es porque no habéis llegado a la quietud y al silencio. Si encontráis alguna presión dentro de vuestra Mente y no aquel estado de natural espontaneidad, de natural actitud, es porque todavía no está quieta la Mente ni en silencio. Hay que averiguar, entonces, por qué no está quieta, por qué no está en silencio.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

.

Puede suceder que tenga luchas terribles, allá, en fondos sumergidos, en repliegues muy hondos, desconocidos para vosotros. Sí, no se os haga extraño: fondos internos sumergidos o infraconscientes de la Mente... En tales fondos o abismos intelectivos, también hay luchas que muchas veces no conocemos (en la región meramente superficial del razonamiento). Luchas, luchas que traban, que no permiten que la Conciencia se escape; luchas que embotellan a la Esencia...

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

.

Por eso, cuando os halléis en ese estado, a pesar de creer que está la Mente quieta y en silencio, no surge lo nuevo, es porque hay trabas muy hondas del Infraconsciente. Entonces hay que interrogar a la Mente: "¿Mente, qué es lo que deseas? ¿Por qué no estás quieta?"... La Mente dará una respuesta, posiblemente con una Representación. Comprender tal Representación, discernirla y hacerle ver a la Mente que esa Representación, que esa idea que ella tiene, que ese deseo que ella tiene es absurdo. Hay que discutir, en ese caso, con la Mente, y hacerle comprender que está en lo absurdo y que su posición no tiene una base sólida; que lo mejor que debe hacer, es dejarnos quietos, no molestarnos más, no fastidiarnos.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

.

Pero hay que comprender cuál es ese deseo que tiene la Mente. Deseo, posiblemente, demasiado sumergido. Hay que COMPRENDERLO PARA PODERLO DESTRUIR; destruido, pues, viene la quietud y el silencio de la

Mente.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

Y si no viniera, ¿entonces qué? Es porque hay algún otro deseo sumergido, algún otro problema por ahí, Infraconscientes. En ese caso hay que repetir, hay que discutir con la Mente, hay que interrogarla para saber qué quiere; hay que hacerle comprender que lo que está deseando es absurdo, que nos deje en paz, que no nos moleste.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

·

Así, domeñando a la Mente, amansándola como a un potro salvaje, al fin llega el instante que aprende a estar quieta y en silencio; hasta que viene la Liberación de la Esencia, la Liberación de la Conciencia.

El Quinto Evangelio «*Mecanismos Efímeros de la Mente*»

20 Cuando eliminemos el Ego

Entonces al llegar a esas alturas la Mente está quieta, en silencio, ya no es una Mente que proyecta, ya no es una Mente que se ofende, ya no reacciona por nada, recibe los mensajes que vienen de las partes superiores del Ser. Es una Mente llena de plenitud.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

·

Más repito: No solamente los agregados psíquicos hay que eliminarlos, claro está, también hay que ELIMINAR LAS REPRESENTACIONES de la Mente, tanto las positivas como las negativas. Necesitamos limpiar el Templo de la Mente de toda esta basura; necesitamos que la lámpara arda dentro del TEMPLO DE LA

MENTE, necesitamos que la Llama de Oro pueda arder con luz serena dentro del ámbito del Templo. Cuando la Mente está quieta, cuando la Mente está en silencio, adviene lo nuevo...

El Quinto Evangelio *«Graves Daños de las Representaciones Mentales»*

·

Decir que “esta senda es muy hermosa y todo, pero que... ¿Qué hacemos con las preocupaciones? ¿Qué hacemos con los sufrimientos que nos ocasionan los demás?... Que es imposible llegar a tener la Mente quieta, en silencio, cuando vivimos en un mundo lleno de problemas y dificultades”... ¡Es absurdo! Porque desintegrando los agregados inhumanos que en nuestro interior cargamos, los problemas y las dificultades concluyen.

El Quinto Evangelio *«Graves Daños de las Representaciones Mentales»*

·

Discípulo. Maestro, ¿sobre la QUIETUD DE LA MENTE y la MENTE AQUIETADA?

El Quinto Evangelio *«Graves Daños de las Representaciones Mentales»*

·

En nombre de la verdad, hemos de decir en forma enfática, que la verdadera QUIETUD y SILENCIO DE LA MENTE ADVIENEN CUANDO EL EGO Y LAS REPRESENTACIONES del Entendimiento, HAN MUERTO. Entonces viene la quietud absoluta y el silencio de la Mente; la Mente se torna receptiva, queda en manos del Ser, y sólo el Ser puede hacer. ¿Alguna otra pregunta?

El Quinto Evangelio *«Graves Daños de las Representaciones Mentales»*

·

El Templo de la Mente, por lo común, es invadido por múltiples Representaciones Positivas o Negativas. Somos partidarios de eliminar tales Representaciones, para que DENTRO DEL TEMPLO DE LA MENTE, no exista sino EL SER y nada más que el Ser. Para eso hay que tener una Mente quieta y en silencio, y la Mente,

solamente puede estar quieta y en silencio, cuando eliminemos el Ego. Pero, a medida que vayamos eliminando el Ego, la Mente se ira tornando cada vez más quieta, en silencio, hasta que al fin, se logre la QUIETUD Y EL SILENCIO TOTAL.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

·

D. Maestro, por favor, perdone: Entonces las Representaciones que vienen a nosotros cuando estamos tratando de hacer una meditación, así sea de personajes muy sagrados para nosotros, ¿qué pasa?

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

·

D. ¿Puede una mente quieta percibir imágenes que no son de este mundo?

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*» · traducido del inglés

·

M. ...Claro, es obvio que una Mente limpia, pura, puede percibir, dijéramos, los ARQUETIPOS DE LA NATURALEZA: los Arquetipos... ...espirituales, dijéramos, de una montaña o de un valle, de una colina, o del océano, o de una flor, pero esos Arquetipos que inundan a la Mente, ya no son meras Representaciones; no han sido extraídas del mundo de los Sentidos. Las Representaciones, en el sentido que les estoy diciendo, devienen, directamente... ...El mundo del Espíritu, alguien que ha entrado muy plenamente en el templo de la Mente.

El Quinto Evangelio «*Graves Daños de las Representaciones Mentales*»

21 Llegar a la quietud y al silencio de la mente

Realmente este KOAN o frase enigmática es difícil de comprender y, meditando en ella, con el sano propósito de experimentar la verdad encerrada en cada una de las palabras contenidas en esta frase misteriosa, es claro que al fin la mente, no pudiendo conocer su significado, cae vencida, como herida de muerte, entonces se resigna, quedando quieta y en silencio. El maestro chino Wu Wen tuvo la dicha de encontrarse con Yung Feng y Yueh Shan, y algunos otros hermanos, y todos juntos se comprometieron a trabajar para alcanzar la iluminación.

El Collar del Buddha, 1967

Después de algún tiempo Wu Wen fue hasta el maestro Huai Shi, quien le enseñó a meditar con ayuda del mantram sagrado WU. Este mantram se canta mentalmente con la letra U repetida dos veces U... U... alargando el sonido vocal, como imitando el sonido del huracán cuando aúlla entre la garganta de la montaña, o como el golpe terrible de las olas contra la playa. El canto de este mantram se hace mentalmente cuando practicamos la meditación, con el propósito de llegar a la quietud y al silencio de la mente, cuando necesitamos vaciar la mente de toda clase de pensamientos, deseos, recuerdos, preocupaciones, etc.

El Collar del Buddha, 1967

Wu Wen contestó: "Cada día tengo la impresión de que no hay nada en mi mente". Esta respuesta fue muy sabia; ya Wu Wen tenía la impresión de que no había nada en su mente, empezaba su mente a quedar vacía, el batallar de los razonamientos estaba llegando a su final. Wu Wen avanzaba maravillosamente, pero le faltaba algo, y Chin le dijo: "Puedes practicar en la quietud pero pierdes la práctica en la actividad". Esto inquietó mucho a Wu Wen, pues le tocaba precisamente su punto débil.

El Collar del Buddha, 1967

Ser capaz de tener la mente quieta y en silencio, vacía de toda clase de pensamientos, aun cuando tengamos hambre... sed, aun cuando los mosquitos nos piquen o haya mucha bulla de gente a nuestro lado... es algo muy difícil, y esto era lo que le faltaba a Wu Wen; éste podía practicar la meditación en la quietud, pero no podía practicar en la actividad, es decir, con todos estos inconvenientes. "¿Qué debo hacer?" Preguntó Wu Wen a Chín; la respuesta fue: "¿Nunca has oído lo que dice Chung Lao-Tsé? Sí quieres entender esto, ponte de cara al sur y contempla la Osa Menor". Palabras enigmáticas... palabras exóticas... misteriosas... difíciles de comprender, y lo más grave: que no hay explicación. Dicho esto, Chin se retiró.

El Collar del Buddha, 1967

El maestro Wu Wen se sentía a sí mismo, no como un dios ni como un Deva, al estilo de los mitómanos, sino como un infeliz yo pluralizado, dispuesto de verdad a morir cada vez más y más en sí mismo. El maestro Wu Wen no se auto-dividía entre yo y mis pensamientos, porque comprendía que mis pensamientos y yo son todo yo, y que es necesario ser íntegro para alcanzar la meditación perfecta.

El Collar del Buddha, 1967

Durante la meditación el maestro Wu Wen se hallaba en estado íntegro, receptivo, tremendamente humilde, con mente quieta y en profundo silencio, sin esfuerzo de ninguna clase, sin tensión mental, sin el deseo de ser algo más, porque Wu Wen sabía muy bien que el yo es lo que es y que jamás puede ser algo más de lo que es.

El Collar del Buddha, 1967

En estas condiciones, todos los trescientos mil clanes del cuerpo mental del maestro Wu Wen vibraban intensamente con el mismo tono, sin esfuerzo alguno, captando, recibiendo amor y sabiduría.

El Collar del Buddha, 1967

22 La mente jamás podrá resolver un problema zen

El ejercicio esotérico KOAN significa por regla general: "Buscar solución a un problema ZEN". Ejemplos para la meditación: "¿Quién recita el nombre del Buddha?". "Si todas las cosas se reducen a la unidad. ¿A qué se reduce dicha unidad?".

Mi Regreso al Tíbet, 1969

Es incuestionable que la mente jamás podrá resolver un problema ZEN. Es ostensible que el entendimiento nunca podrá comprender la honda significación de un KOAN. A todas luces resulta fácil adivinar que la mente desfallece cuándo trata de comprender íntegramente cualquier KOAN; entonces vencida queda en profunda quietud y silencio. Cuando la mente esta quieta, cuando la mente está en silencio, adviene lo nuevo.

Mi Regreso al Tíbet, 1969

En esos instantes, la ESENCIA, el BUDDHATA, se escapa del intelecto y en ausencia del YO experimenta ESO que no es del tiempo...

Mi Regreso al Tíbet, 1969

Un monje le preguntó al Maestro CHAO CHOU: "¿Tiene un perro la naturaleza del Buddha?".

Mi Regreso al Tíbet, 1969

El Maestro respondió: "Wu" (no). Esta sola palabra: "Wu", además de ser un Mantram que se pronuncia con doble "U" como imitando el sonido del huracán, es también por sí misma un KOAN. Trabajar con el KOAN "Wu" teniendo la mente quieta y en silencio, es algo maravilloso.

Mi Regreso al Tíbet, 1969

La experiencia del "VACÍO ILUMINADOR" nos permite vivenciar un elemento, que transforma radicalmente.

Mi Regreso al Tíbet, 1969

23 Antes de empezar la concentración, pondremos nuestra mente en blanco

5. Retirad de vuestra mente todos los pensamientos (poned la mente en blanco). Es necesario que lleguéis a tener la mente quieta y tranquila.

El Mensaje de Acuario, 1960

Acuéstese en su lecho boca arriba, relaje todos los músculos de su cuerpo y ponga su mente en blanco. No pensará absolutamente en nada durante treinta minutos en seis días de la semana, a una misma hora, antes de quedarse dormido.

Magia Crística Azteca, 1973

6-Antes de empezar la Concentración, pondremos nuestra Mente en Blanco, es decir, retiraremos de nuestra Mente toda clase de pensamientos.

Los Misterios del Fuego, 1955

"Poner la mente quieta y en silencio, adormecerse pensando en la figura del Santo Ocho (Infinito), hacer trazos sobre el corazón de acuerdo con la descripción anterior. Dejad a dicha figura sumergirse en vuestra Conciencia, luego poned la mente en blanco sin pensar en nada. Así después de cierto tiempo DESPERTARÉIS CONCIENCIA EN ESA REGIÓN QUE SE LLAMA MUNDO ASTRAL".

Tarot y Kábala, 1978

·

De acuerdo con la descripción anterior se insinúa el siguiente ejercicio: 1°— Quietud y silencio mental;

Mi Regreso al Tíbet, 1969

·

Previa relajación, dejar la mente en blanco.

Los Misterios Mayas, 1977

·

De acuerdo con la descripción anterior se sugiere este ejercicio: Retirad de vuestra mente toda clase de pensamientos; aquietad la mente, serenad el pensamiento, imaginad ahora el "Santo Ocho" en la forma gráfica que aquí se representa:

Curso Esotérico de Kábala

·

Y dejad a esta figura sumergirse en vuestra conciencia y dormios. Luego, poned la mente en blanco sin pensar en nada. Así después de cierto tiempo, "Despertareis Conciencia en Cuerpo Astral".

Curso Esotérico de Kábala

·

1–Sentado en cómodo Sillón o acostado en decúbito dorsal, el Discípulo debe aquietar su mente y sus emociones.

Curso Esotérico de Kábala

Bueno, por alguna parte hay que empezar. Sería bueno, por ejemplo, empezar por, en medio del trabajo de todos los días, detenernos un momento, sentarnos en una silla y dejar de pensar, siquiera cinco minutos, nada más que cinco minutos; agotar el proceso del pensar, no proyectar, mente quieta y en silencio, siquiera cinco minutos. Ya es algo, ya es un gran paso.

El Quinto Evangelio «*La Binaria Potencia Serpentina*»