

# 13

Janeiro

## Quietude Interior □ Eckhart Tolle

POSTADO POR ADMIN ÀS 11:50



Quando você perde o contato com a quietude interior, você perde contato com si mesmo.

Quando você perde o contato com você mesmo, você perde contato com o mundo interior.

Perde a sensação do seu ser mais profundo, que o que você verdadeiramente é.

Este é o EU SOU, mais profundo que o nome ou a forma que você possui.

Quietude é a sua natureza essencial. E o que é Quietude?

Quietude é o mais profundo espaço de consciência que percebe essas palavras e as compreende.

Sem essa consciência, não há percepção, nem pensamentos, nem realidade.

Você é essa consciência personificada, particularizada.

Pensamentos são equivalentes aos ruídos internos.

O silêncio externo é equivalente a quietude interior.

Sempre que algum silêncio acontecer perto de você, ouça-o. Ou melhor, preste atenção a ele.

Ouvir o silêncio desperta a dimensão de quietude em você.

Porque só através da quietude, você pode estar consciente do silêncio.

Olhe o momento em que o silêncio acontecer a sua volta, você não estará pensando.

Percebe como você estará consciente, mas não estará pensando.

Quando você se torna consciente do silêncio.

Imediatamente acontece um estado de profunda consciência alerta.

Você está presente e vencendo milhões de anos de condicionamentos mentais.

Toda natureza nos ensina sobre nossa quietude.

Quando olhar um animal e perceber sua quietude, você estará se tornando quietude também.

Você conectou com ele, em um nível muito profundo.

Você sente a unicidade com o todo, e percebe o todo através de si mesmo.

Sentir a expansão da unicidade em você unindo-se a todas as coisas é o verdadeiro amor.

Quem percebe é a consciência, que está olhando e também é a própria criação.

Na Bíblia, diz que Deus criou o mundo e viu que era bom.

É isso que você vê quando olha o mundo a partir da quietude interior?

Tudo simplesmente ganha um brilho de beleza, de bondade e de paz.

Baseado no livro ?o poder do silencio?

FONTE: [DAMIAO MAXIMINO](#)