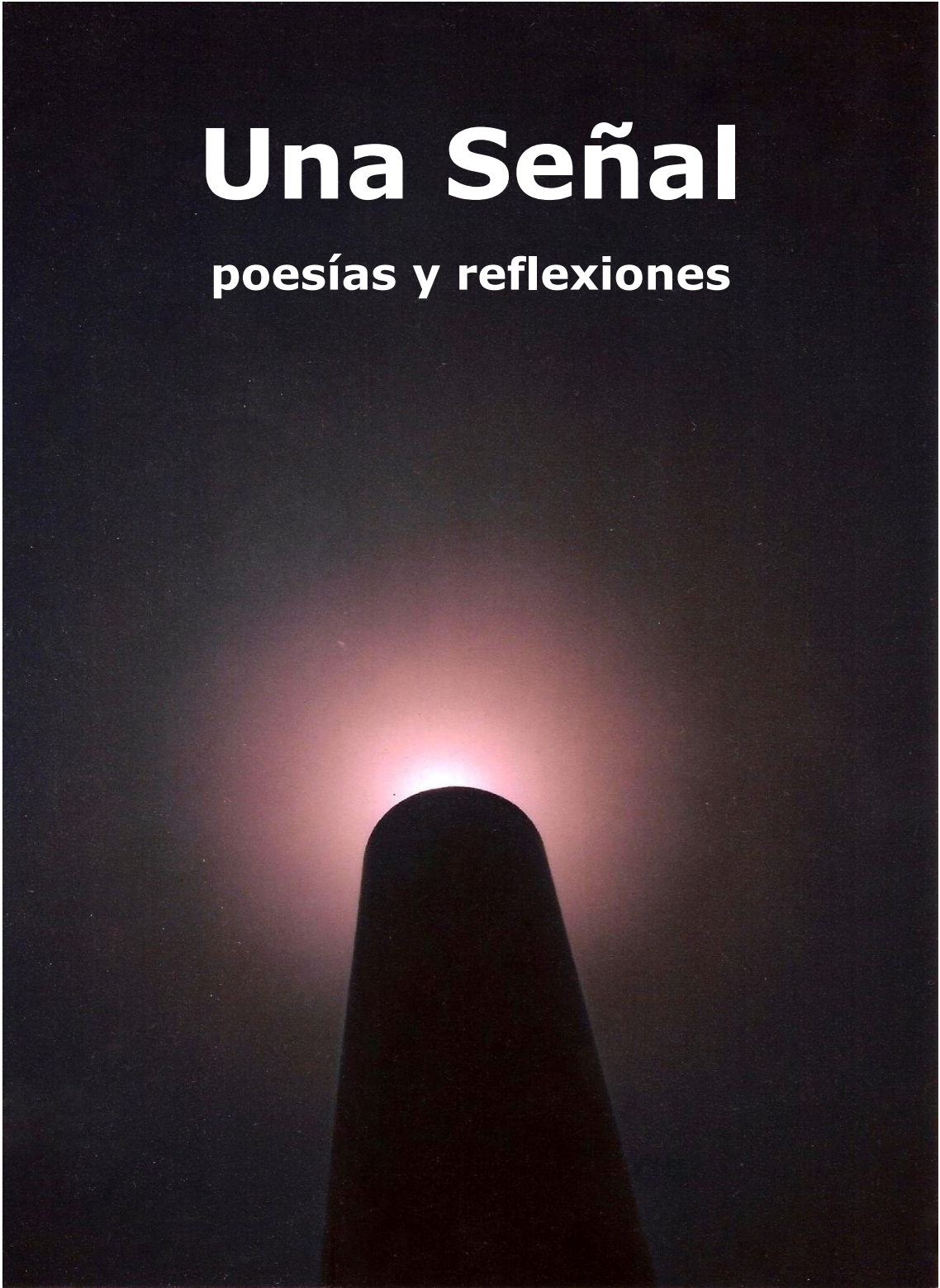


# Una Señal

poesías y reflexiones



Inspirado en experiencias con  
El Mensaje de Silo

# La Compasión

## **¿Dónde aplico la compasión?**

A una persona en particular, a mí mismo, y también a grupos de personas. A una situación dada con nuestros seres queridos, en el trabajo, en el grupo de estudio, en todos los ámbitos en los cuales me relaciono.

## **¿Qué es la compasión?**

No es sentir pena ni lástima, no es cortar las posibilidades de cambio. Lo opuesto de la compasión es el prejuzgar, sentir culpa, buscar culpables, el dejarme llevar por los sentimientos negativos que me genera.

Cuando miro con compasión intento comprender la situación de la persona, de aceptarla tal cual es sin intentar cambiarla... Va en la misma dirección de la reconciliación con uno mismo, en la búsqueda de la comprensión de la vida de uno.

*“¿De dónde vengo? ¿A dónde voy?”*

Cuando observo con compasión a otro, trato de ver los orígenes del otro. Qué le pasó (o creo que le pasó) en el pasado? Por qué se comporta así? Entonces trato de imaginarme como se van a desarrollar los acontecimientos de seguir estos en la misma dirección.

Cuando me trato a mí mismo con compasión veo la necesidad de dejar de buscar culpables por lo que me pasa y de culparme por lo que hice o dejé de hacer. Trato de ver la vida como algo continuo, como un río que nace en un punto de la montaña, que tiene recodos y rectas, tramos donde es apenas un hilo de agua y otros donde el caudal es un torrente imparable, que da vida y recibe vida, que va en una dirección determinada.

*“Erguido sobre mi canoa, avanzo en armonía con el río. Agradezco el agua que me impulsa y que viene de otros lugares y de otros tiempos, agradezco las dificultades que se interponen en mi camino porque me permiten replantearme la dirección y aprender”.*

No hay culpas, no hay culpables por lo que pasó o lo que va a pasar. No hay cosas que estén "bien" o "mal". Simplemente fueron así.

*“El león se come a la gacela, y eso no está ni bien ni mal, eso permite que la energía circule, que este planeta siga girando, que el universo siga funcionando”.*

Sin embargo esto no significa que yo deba tomar estos procesos como inmutables. Por el contrario, yo influyo y soy influido, modifico la vida del otro y mi propia vida es modificada porque estoy rodeado de personas con

las que interactúo: mis relaciones afectivas, mi medio inmediato, mi ciudad, mi país, el planeta, el universo.

Son mis acciones las que pueden cambiar las cosas... depende de lo que haga y cómo lo haga. No es lo mismo que oriente mis actos - y mi vida - en una dirección u otra.

Según yo dirija mis actos, mis pensamientos y sentimientos en una dirección u otra, todos esos procesos son influenciados en mayor o menor medida.

*“¿Qué dirección. tienen mis actos?”*

*“¿Cuál es la mejor dirección en que puedo orientar mi vida?”*

*“Hacia dónde voy?”*

### **La dirección evolutiva**

Todo evoluciona, todo avanza, todo cambia, todo sigue su propio camino, esté o no de acuerdo con eso. A pesar de mí o de otros, eso es así. Lo mejor que puedo hacer es ayudar a que todo vaya en una dirección evolutiva. Que continúe, que no se detenga, que sigan su propio curso - no el que a mí me parezca mejor -.

*“Que el río busque su propio cauce, que este capullo florezca, que ese fruto termine de caer y abone la tierra.”*

La mejor dirección, la dirección evolutiva, es aquella que permite que lo nuevo surja, que se amplíen las posibilidades de desarrollo, que aumente la influencia sobre su medio.

La mejor pauta de que estoy en esa dirección es el registro de unidad, de sintonía con las fuerzas del universo, con la vida..., cuando siento que estoy en comunión con todo, cuando surge esa certeza en mi corazón y una suave alegría inunda mi mirada.

## Necesidad y Pedido

*¿Qué es lo que ya no quiero más para mi vida?*

*¿Qué es lo que ya hace tiempo me tiene detenido y no me permite crecer?*

*¿Cuál es el tema que me tiene dando vueltas en círculo cerrado, como el perro que se quiere morder la cola?*

*¿Cuál es el tema que, todos los días de mi vida, se lleva minutos de mis pensamientos y me absorbe energía como un agujero negro?*

Las respuestas a estas preguntas pueden servir para construir el Pedido. Es importante identificar aquello que quiero cambiar.

Podemos pedir, podemos exigir con profunda certeza y tono de rebelión interna...

*...cambiar AQUELLO QUE YA NO QUIERO MÁS PARA MI VIDA.*

Quiero dejar atrás eso que me hace sufrir y abrir las puertas a una Vida de Construcción y Crecimiento.

## Más allá del horizonte

A veces vemos todo negro, pero la vida tiene sus propias leyes y ciclos, y todo vuelve a comenzar, una vez más.

*...es en esos momentos en que me pregunto por mi forma de interpretar la realidad.*

*...me pregunto por mi forma de relacionarme con mis seres queridos, me pregunto por mis modelos emotivos.*

*...a veces vemos la vida como un capullo cerrado.*

*...a veces vemos la vida con un enorme potencial que no está visible pero sabemos que allí está.*

*...y sabemos que pronto va a suceder el milagro, que pronto va a surgir algo maravilloso que por el momento resulta difícil de imaginar.*

*... y el capullo se abre en todo su esplendor, y vemos la realidad de un modo nuevo, y nos vemos de un modo nuevo y sabemos que todo está bien.*

## **Mis mejores sentimientos**

Cuando pienso bien en Ti, tengo la certeza de que lo mejor de Mí te llega.

Cuando te imagino con una sonrisa radiante, siendo más feliz, allano mi propio camino en esta búsqueda hacia no sé dónde.

Cuando mis mejores sentimientos que inundan mi corazón llegan a iluminar tu rostro, estamos creando otro hilo en este tejido universal a través del cual todos estamos conectados.

Porque nos podemos conectar más allá de las palabras, con el Pensamiento, Emoción e Idea.

Y cuando somos más que uno, cuando somos varios y estamos compartiendo una experiencia en común, estamos haciendo una Ceremonia de Bienestar.

# Comuni3n

En este hermoso planeta  
en que nos ha tocado nacer  
el ser humano pugna por salir de la caverna.

La violencia, la incomunicaci3n y un sinsentido creciente  
convierten a las personas en una isla fortificada

Hacia d3nde va nuestra vida....?  
...la vida de nuestros seres queridos?

Hacia d3nde va la humanidad?

Buscamos una nueva inspiraci3n  
buscamos una nueva mirada.

Buscamos una nueva espiritualidad.

Anhelamos esa antigua uni3n  
entre cuerpo y alma

aquella reuni3n  
entre coraz3n y mente,

esa comuni3n  
entre el ser humano y su dios interno.

## Por amor, por temor

Andamos en esta vida haciendo acciones, relacionándonos con quienes nos rodean, y a veces parece que podemos dividir los motivos de nuestras acciones en dos razones: por amor o por temor.

Cuando hago algo en base al temor, retraso el futuro. El pasado gana. Ese que no me deja crecer, ese que creo que no puedo cambiar, porque no me puedo imaginar aún otro futuro. Hago las cosas para no perder afectos, situaciones, grupos de pertenencia... trato de retener el presente, porque creo que algo voy a perder. Poseo, controlo, no permito que los sentimientos evolucionen, ni que las personas evolucionen.

Por amor, la entrega está a la base. Y no es un amor idealizado, sino que es la intención profunda de que los acontecimientos y las personas se desarrollen. No controlo sino que libero, doy sin esperar recibir. En este caso veo un futuro que aún no existe: el que ansío para mí, el que quisiera para los que me rodean, el que aspiro para la humanidad toda.

*por amor libero,  
por temor poseo*

*por amor amo,  
por temor... temo.*



# Los Buscadores

*¿Qué estamos buscando?*

*¿Qué es la vida?*

Muchas veces hemos sospechado, hemos rozado la sospecha de que algo más profundo y sutil habita en el interior del ser humano.

Lo hemos visto en nosotros y lo hemos visto en otros, a través de sus obras, a través de sus miradas.

Somos más que simple carne, somos algo difícil de definir con palabras, somos una intención lanzada desde la prehistoria hacia el futuro, somos lo continuo en continua evolución.

## En la senda del Peregrino

En la senda del Peregrino  
voy andando mi camino,  
desandando lo conocido  
y meditando sobre mi Destino.

Pocas cosas llevo encima  
morril, esclavina y bordón,  
y un espíritu humilde me anima  
a llegar hasta la cima.

Ir más liviano quiero!  
Liberar mi alma del peso  
que me tira para abajo,  
y que tanto sufrimiento me trajo.

Revisando mis fracasos,  
perdonando la ofensas,  
exorcizando los temores,  
disolviendo los rencores.

En este viaje que hago  
hacia el fondo de mi corazón,  
por diferentes paisajes transito  
y sobre mi existencia medito.

Mi espíritu rebosa júbilo...!  
por este reencuentro tan deseado,  
por este velo corrido,  
por esta re-ligión que en mi pecho ha nacido!

Jornadas de Inspiración Espiritual  
3, 4 y 5 de Mayo de 2007  
*Parques de Estudio y Reflexión Punta de Vacas.*

## La mariposa

Volvemos del colegio con mi hija y su compañera, caminando por la vereda del sol, ellas parlotando todo el tiempo como cotorras.

De pronto vemos una temblorosa mariposa posada sobre la pared, las alas plegadas, un poco rotas...

*-¡"Mirá", la mariposa del colegio! dice mi hija.*

*-No, no puede ser la misma, dice la amiga.*

Entonces surge de mi interior el Pequeño Filósofo Ilustrado y declara:

*"Las mariposas son como las personas. No pueden apreciar su propia belleza, a menos que otro se la describa, no es sino a través de las otras personas que lo mejor de nosotros se expresa."*

Me miran por dos segundos, no sé si me entienden, cambian de tema, seguimos caminando.

## Sigue tu propia luz

Sigue tu propia luz,  
ella es única como el brillo de tus ojos,  
el sonido de tu voz  
o la frescura de tu mirada.

Cuando todo esté oscuro  
busca tu propia luz,  
ella siempre está titilando  
en el fondo de tu corazón.

Transmite tu propia luz,  
así ayudarás a encender otros corazones,  
a iluminar otras vidas.

Sigue siempre tu propia luz  
ella te guiará en este viaje  
iluminando lo bueno  
haciendo sombra a lo malo.

Todas las personas tenemos una luz propia,  
que siempre fue y siempre será,  
y que cruza el espacio iluminando este universo.

Todos tenemos un particular tono,  
un único brillo, una especial sonrisa  
una límpida nota  
que suena en el concierto del universo

Sigue tu propia luz,  
que es lo mismo que risa y alegría,  
que fuerza, que amor,  
es lo mismo que humor, que paz.

*A mi hija Candelaria, en su cumpleaños número 11,  
para los buenos y malos momentos de su vida.*

## Entre la tierra y el cielo

Oh bendita alegría.

Oh atribulado ensueño.

Finalmente me he encontrado.

Finalmente te he encontrado.

Tanta pregunta, tanta angustia,  
tanta desazón desfallecida.

Mi dios interno siempre está  
cuando mis manos se unen frente a mi pecho.  
Cuando las yemas de los dedos se rozan,  
la Oración abre las puertas  
e ingreso en el templo interior.

Con los pies en la tierra y la cabeza en el cielo  
nuestro cuerpo es el nexo entre dos mundos  
y es misterioso lo que ocurre.

He descubierto, oh amigos míos,  
que somos el gran canal, los puentes sagrados  
entre la desdichada tierra y el límpido cielo.

Que algo Sagrado habita dentro de nosotros  
que mi dios interno siempre me guió y me protegió  
y que él es en mí y yo soy en él.  
Cuando me libero de todo, hasta de mí mismo,

-los deseos y la posesión son un lastre para el ascenso-  
es conmoviente el encuentro con el dios-sol,  
enceguece la energía de la unión,  
entre la emoción y el intelecto.

Y ya nada es igual, y ya nada será igual,  
porque ya no estoy más solo.  
Ya nada es tan grave, ya nada es tan triste.  
Las preguntas empiezan a ser respondidas.

Una nueva herramienta guardo en mi morral,  
una llave:

*"Yo soy la conexión entre la tierra y el cielo"*

El follaje se abre  
y los primeros Portales empiezan a aparecer.  
Nuevos paisajes y nuevas ciudades esperan ser descubiertas,  
nuevos planos y mapas serán necesarios.

Y ya nada es como antes  
porque sé que voy por la senda correcta.

## Reconciliación y Tiempo

La necesidad de la propia reconciliación surge patente.

En capas, progresiva, hacia adentro de mi conciencia y hacia atrás en mi pasado.

Reconciliación y Tiempo, progresivas y en capas...¿Hasta llegar a la reconciliación de la especie?

Curiosamente, estoy más cerca de todo esto cuanto más muevo el cuerpo por otros en el mundo material...

...y también cuando muevo los afectos por los seres queridos en el mundo espiritual.

**Fernando Contreras**

[fercon@gmail.com](mailto:fercon@gmail.com)

Comunidad Alegría  
Salita de Flores – CABA – Argentina

**Foto de tapa**

Monolito de Parques de Estudio y Reflexión La Reja

**Parques de Estudio y Reflexión “La Reja”**

[www.parquelareja.org](http://www.parquelareja.org)

**El Mensaje de Silo**

[www.elmensajedesilo.net](http://www.elmensajedesilo.net)

**Silo**

[www.silo.net](http://www.silo.net)

**4 de Mayo de 2014**