

# **Comentarios a El Mensaje de Silo**

## **Ceremonia de Bienestar**

**Una experiencia que abrió la puerta hacia el  
contacto con el profundo amor y el agradecimiento**

**Andrea Novotny**

**Salita Paternal**

**Buenos Aires, Argentina**

**[andreanceh@gmail.com](mailto:andreanceh@gmail.com)**

**Septiembre 2016**

El interés de este pequeño relato es compartir cómo fui experimentando el crecimiento interno frente a las dificultades ante una situación de salud que estaba pasando un ser muy querido, mi papá.

### **¿Cómo comenzó todo esto?**

La práctica con la Ceremonia de Bienestar comenzó frente a una profunda necesidad: Hugo, mi papá, por quien siento un amor muy profundo, se encontraba en una situación de dificultad de salud por lo cual tenía que realizarse una cirugía compleja. Sentí que poco a poco fui encontrando el modo, la disposición y fue desde esta Ceremonia.

Al principio me encontré con todas las dificultades, sobre todo temor a lo que sucedería, a la incertidumbre de no saber qué hacer y cómo hacerlo... pero sabía que no podía ir contra esta situación que nos tocaba vivir, teníamos que enfrentarla. Vino hacia mí la frase que mi papá siempre me dice *“no hay mal que por bien no venga”* Claro que hasta el momento no tenía ninguna certeza, pero me dije: tengo que confiar porque seguro será así aunque ahora no lo sienta, voy a terminar agradeciendo por todo lo experimentado y sin dudas será un gran aprendizaje compartido!

Siento que la gran condición fue una cena que tuvimos en mi casa junto a Emy, Patri, Iván y Hugo. ¡Qué significativa charla! Intercambiamos sobre anécdotas, experiencias personales sobre el tema de las enfermedades y claro la muerte, y algo que me resultó fundamental, y como condición para este proceso nuevo para muchos de nosotros, el PEDIDO: qué pedimos y desde dónde pedimos... el Pedido tiene que salir desde esa Fuerza interior, con convicción y desde el corazón no desde la cabeza con temor, donde uno pide por lo que realmente necesita el otro, conectando con el otro, con el bienestar que uno desea para el otro... Claro me dije: es muy importante cómo coloque mi cabeza y mi corazón, qué pensamientos y sentimientos me van a acompañar en todo este tiempo porque no sólo depende de la disposición de quien se va a operar sino de su entorno, cómo nos íbamos a disponer para acompañar.

Así empezaron las comprensiones y una fuerte intuición que una intensa experiencia viviría, que nos fortalecería y nos ponía de cara a los temas esenciales: el abismo y aquello que lo sobrepasa. Una gran oportunidad de meditar, reflexionar e intercambiar sobre estos temas porque sin lugar a dudas un gran aprendizaje vendría y para realmente pasar a una nueva etapa es necesario purificarnos interna y externamente, de todo aquello que no aporta a esa nueva etapa. Eso sentí que se nos estaba presentando: esa posibilidad de purificación para generar las mejores condiciones de origen para ese nuevo proyecto.

Así, todos juntos dimos los pasos que seguían: dónde sería la cirugía, cuándo, etc.

Comencé a compartir momentos muy significativos con mi papá, charlas profundas y de gran aprendizaje, sentía que íbamos aprendiendo juntos. Películas, historias, anécdotas... como por ejemplo, luego de contarme que en una situación el Maestro le dijo a alguien que se operaría de algo delicado *“ese día comenzarás una nueva etapa de tu vida, ojalá puedas ordenar tus emociones y prioridades del mejor modo”*, esa misma noche miramos la película *“intensamente”* que trata justamente de las emociones y cómo éstas influyen en los comportamientos y situaciones de los seres humanos. ¡Qué coincidencia significativa! En ese tema estábamos y miramos una película que nos llevaba a lo mismo, curioso, ¿no? Situaciones extraordinarias comenzaron a suceder como por ejemplo que la cirugía sea en el Hospital Central Militar, uno de los lugares especializados en estos temas... se empezó a abrir Camino, se iba especificando cada vez más: de un cirujano general pasamos a una cirujana especializada en el tema que lo atendió desde un primer momento con mucha dedicación. Situaciones de reconciliación con todo y con todos... Así iban pasando los días y siempre algo para contar hay...

También, si bien se fueron presentando dificultades a cada paso, lo interesante es que se iban resolviendo en conjunto, cada vez más personas involucradas y lo que iba sucediendo era gratificante...

Así fue como agradecí y me dije: tenía razón mi papá *“no hay mal que por bien no venga”* porque fueron meses de mucho aprendizaje, momentos a veces complicados y de desestabilización, pero ha sido una oportunidad para profundizar nuestros lazos, nuestra cercanía afectiva, momentos de reconciliación profunda donde acompañaron los registros de felicidad, de calma, alegría y profundo agradecimiento. La oleada de bienestar nos ayudó, y no sólo la que le hacíamos llegar a Hugo, sino también la oleada que los amigos nos hacían llegar a nosotros, ya que en todo momento nos sentimos acompañados y protegidos...

Agradecida por esta experiencia porque si bien tengo una relación muy cercana con mi papá, de mucho afecto, comprensión, acompañamiento, de mucho intercambio... desde ese 28 de diciembre irrumpió una afectividad particular, cómo de haber avanzado un peldaño más en nuestro vínculo. De una nueva profundidad en cuanto a los temas de nuestros intercambios, de mucha más apertura en cuanto a nuestros sentimientos y pensamientos. Para mí, un acto válido lanzado en el que disfruto cada instante con él, donde me reconforta verlo reír con tanta intensidad, donde de cada situación algo significativo rescata, verlo tan acompañado, sentirlo tan querido por tanta gente de lugares tan distantes!

Agradecida a la vida, al Universo y a los Guías porque estamos en esta Gran Comunidad, porque estamos guiados, protegidos y acompañados.

Ver a mi papá con resolución a avanzar, a comprender en profundidad, a aprender y a generar las mejores condiciones para su nueva etapa de vida, me llena de felicidad.

Luego de unos meses ¡se materializó! ¡Agradezco!



## Experiencia con la práctica de la Ceremonia de Bienestar

Me desperté sabiendo que en un video Silo hace comentarios a esta Ceremonia... Nos dice *“Si la descomponen por dentro, van a ver que tienen sentido y que pueden avanzar mucho en el ejercicio de esas experiencias y pueden avanzar mucho a medida que lo practiquen y a medida que las realicen en la relación con otros en esa dirección... Cómo es que nos ponemos.”* Así me lo propuse practicarla tal cual nos propone Silo; tomarme el tiempo necesario, ir meditando, experimentando, anotando; para encontrar el sentido de por qué existe esta Ceremonia y porque verdaderamente quería que mi papá recibiera mis mejores pensamientos y deseos, que la oleada de alivio y bienestar le llegara.. Sabía que para esto necesitaba profundizar y descubrir cómo estaba pensando y sintiendo hacia los demás y por esta vía tenía la intuición que lo descubriría...

Silo dice que *“uno comienza por recordar a un ser querido, uno lo recuerda...uno se enfoca ahí en ese ser querido que tiene alguna dificultad afectiva, de relación o de salud. Yo estoy lleno de dificultades, pero resulta que ahora voy a hacer el esfuerzo tremendo de preocuparme por otro. **Si hago ese tremendo esfuerzo de preocuparme por otro. Entonces, puede ser que de rebote, cosas de los billares, ¿no? De rebote me pegue a mí el asunto.** Porque si voy a hacer la Ceremonia de Bienestar en donde voy a tratar de poner en marcha la experiencia del bienestar pensando en otro que tiene dificultades, al terminar esa experiencia que voy a registrar yo. De lo que le pase al otro no tengo ni idea pero con seguridad para infundir esa sensación de bienestar, para transmitir esa sensación de bienestar al otro que padece esas dificultades, es obvio, es evidente que tengo que sentirla. **Así que no estoy pensando en arreglarme yo, estoy pensando en que esto llegue a otros pero no tengo otro remedio que ponerme en situación...”***

Frente a esta nueva situación que me tocaba vivir, me propuse a dar lo mejor, a disponerme del mejor modo y sentí que la Ceremonia de Bienestar era lo más adecuado para esta situación...cómo nos podíamos sintonizar desde nuestros mejores sentimientos para dirigirlos a mi papá... intuía que sin lugar a dudas tendría también repercusiones en mi propio proceso como en todos aquellos con quienes haríamos esta práctica. Nos propusimos con varias personas muy queridas conectarnos diariamente, a las 19hs, incluído Hugo, para hacer esta Ceremonia desde donde estemos.

Así empezamos, claro que al principio me encontraba con tantos temores, dificultades porque sentía mi mente con ruidos, a veces sentía mi corazón cerrado sin fe. Venía hacia mí esa comprensión que había tenido esa noche durante la cena. *“era muy importante*

*cómo colocaba mi cabeza y corazón, pensar y sentir bien*". Me fui disponiendo sin forzamiento a conectar conmigo porque comprendí que ahí estaba la clave: cómo conectaba amablemente conmigo dejándome llevar por lo que vaya sucediendo en ese contacto con mi interioridad... me fui disponiendo, aprendiendo a tratarme, iba en ese válido intento de enviarle bienestar a mi padre pero sabía que primero tenía que empezar por mí, por aprender a disponerme, a ganar en ese adecuado tono... fui sintiendo cómo iba conectando con mis elevados sentimientos de amor, compasión, alegría, bienestar para enviarle a mi padre. Mientras pasaban los días de ir practicando esta Ceremonia, sentía como mi corazón se iba ampliando, se iba expandiendo el afecto llegando bienestar y calma a mi corazón y desde ahí dirigía el bienestar hacia él. Iba sintiendo que el trabajo iba tomando volumen interno.

Silo continua *"Hacia ellos dirigimos nuestros pensamientos y nuestros mejores deseos, hacia ellos que hemos seleccionado dirigimos nuestros pensamientos y mejores deseos. ¿Cómo se hace? Como dice la muchachada por ahí: nos ponemos en buena onda... Esta Ceremonia de bienestar es una ceremonia es de buena onda. Si lo tenemos en la sociedad cuando la gente los saluda y los saluda con afecto y les dice: bueno me he alegrado de verte, ojalá te vaya muy bien y sabes que decimos? Muchas gracias, cómo muchas gracias, él te desea que te vaya muy bien y vos sentís una cosita y decis: muchas gracias. Lo reconocemos a eso, está lleno de eso, uno mismo lo hace a eso, y si lo hace desde adentro cuando dices: qué te vaya bien, que te salga todo bien, y el otro siente esas cosas. Eso está en la estructura social, eso no es un invento nuestro. **Es un lío de buenos deseos, ¿o simplemente se cumple con una simple formalidad? Pero si hay ese impulso, el otro no es de palo y lo siente y lo reconoce...** y ahí... Confiamos que llegue hasta ellos nuestro pedido de bienestar, ¿hasta quiénes? hasta ellos que hemos seleccionado para nuestro trabajito. Resulta que éste está en una situación muy complicada y yo quisiera que arreglara sus cosas, que le fuera un poco mejor, que saliera de ese lío en que está. Esa es mi tribulación, eso es lo que yo quisiera... yo quisiera que llegara hasta él mis buenos deseos, no mucho más, no más complicado."*

Imaginaba esa situación por la que iba a pasar mi papá: una cirugía compleja y cómo se prepararía para tal momento. Entonces, ¿qué era lo que realmente deseaba para él? ¿Qué pedido de bienestar quería que llegara hasta él? Así me tomé unos días para meditar... al principio sentía intelectualizado ese pedido, que era desde el temor, pero cuando comencé a dejarme llevar, a conectar con todo lo bueno juntos, y ese afecto iba creciendo en mi corazón y me sentía junto a él, se manifestó el deseo de que realmente quería que este proceso se diera en las mejores condiciones, que mi padre aprendiera a escuchar su cuerpo y aprendiera a cuidarlo. Este era el pedido de bienestar que deseaba le llegara, resonaba en mí este deseo. No sabía cuáles eran esas mejores condiciones, sólo pedía

que este nuevo proceso para él se manifestara del mejor modo: desde su disposición a esta nueva situación; hasta dónde sería operado; por qué profesionales y cómo sería el después. Todos los días enviaba este pedido hacia él. Pero ¿desde dónde enviaba este pedido, cómo lo hacía? Siento que al hacer todos los días la Ceremonia se iba grabando un mecanismo y ya al pensar en mi papá, lo sentía cerca y se despertaba ese afecto desde mi corazón y me sentía conectada conmigo como con él y desde ahí enviaba este pedido.

*El Maestro continúa: “Pensamos en nuestros seres queridos, sentimos la presencia de nuestros seres queridos... no es lo mismo. **Pienso, me lo imagino como una foto** y no se me mueve un pelo pero cuando siento a esa persona, la siento adentro. ¿Dónde lo siento? ¿Dónde siente a su noviecito o noviecita? Ah bueno lo siento muy adentro, está muy cerca mio. Qué interesante, de eso estamos hablando... pero resulta que yo no estoy en un caso de enamoramiento, estamos poniendo el ejemplo para que nos pongamos de acuerdo qué es sentir adentro. Sentir adentro es sentir esa cosa casi respiratorio cardíaco. **Sentir adentro es sobre todo sentir desde adentro...** Entonces pienso en ese ser querido, pero además siento ese ser querido... es una diferencia... ya no estoy viendo la fotito, estoy teniendo una sensación interna, cálida, cercana, suave, amable... estoy metiéndome en ese tipo de sensación... Pensamos en nuestros seres queridos; sentimos su presencia y **experimentamos el contacto con nuestros seres queridos... como si estuviera cerca... se acortan los tiempos, se acortan los espacios.** Está cerquita, lo sentimos cerca... ¿es posible? Es lo que nos interesa y mucho. Pensamos en nuestros seres queridos, sentimos la presencia de nuestros seres queridos y experimentamos el contacto con nuestros seres queridos... se fijan en las mil hojas, que tiene distintos niveles: el pensar, el sentir y el experimentar. ¿Cómo puede ser? Tomaremos un corto tiempo para meditar en las dificultades que padecen estas personas... tomemos un tiempito: pensamos en esa persona que es muy querida para nosotros y tiene problemas. ¿Qué problemas tiene? Pensemos en esa persona, sintamos a esa persona, experimentemos a esa persona... **¿qué problemas tiene esa persona?***

Desde ese estado propicio de afecto, bienestar y calma aparecía nítidamente la imagen de mi papá en mi espacio de representación. Lo veía mirando hacia mí, parado y sonriendo, ahí estaba él (una hermosa foto) una imagen cada vez más nítida y brillante. Y más crecía ese afecto al mirarlo, a tomar contacto con él. A veces me conmovía, era un bálsamo lo que sucedía en ese instante... me iba dejando llevar por esas hermosas sensaciones de contacto con él ligados por aquello que ni las palabras pueden describir... como dice el Maestro “*me iba metiendo en ese tipo de sensación interna*” Sentía ese amor que me une a él, eso profundo, sincero y verdadero, eso que me hace sentir tan bien conmigo, que amplia, expande mi corazón... lo siento muy adentro... Se vienen recuerdos de todo lo bueno juntos, de esos momentos únicos entre él y yo, eso mágico...Y se me venían esos

recuerdos de cuando él vivía en Moscú y me acompañaba esa extraña sensación de sentirlo tan cerca a pesar de que estaba a miles y miles de kilómetros, momentos que me dio qué pensar y poner en duda dónde está el límite si siento al otro tan cerca como si estuviera acá conmigo. Así, estos recuerdos, esta sensación interna me iban habilitando a experimentar nuestra cercanía, que estamos muy cerca ligados por ese afecto que va más allá de todo tiempo y espacio...

Desde aquí pensaba en esta situación que tenía que enfrentar y pedía.

*Silo continúa: Quisiéramos ahora hacer sentir a aquellas personas nuestros mejores deseos. **¿Cómo quiero hacer sentir a esa persona nuestros mejores deseos?** Yo quisiera que esa persona que tengo ubicada con problemas, yo quisiera que arreglara sus cosas, que mejorara en su salud. Cuanto le deseo una mejoría en su salud, cuanto le deseo que arregle sus cosas. Sería tan bueno, sería tan interesante que me da mucho gusto sentir eso y pensar eso por esa persona. Qué bueno realmente sería y si somos dos, si somos tres, **si somos varios que estamos haciendo fuerza en esa dirección, para empezar estamos convergiendo entre nosotros y posiblemente nuestro deseo de reconfortar a esa persona se sienta, se sienta fuera de nosotros mismos...** qué bueno sería que éste que está entrando en el quirófano en este momento, salga bien la cosa, qué bueno que salga bien la cosa. Hay muchos ejemplos que esto funciona. Qué bueno que esto vaya en esa dirección. Es más, cuando nos familiarizamos con estas cosas, la gente amiga que está en algún trance nos dice “acuértese de mí” **Perfecto, todos estamos sintonizados.**”*

*Silo continúa: “quisiéramos ahora hacer sentir a esas personas nuestros mejores deseos, una oleada de alivio y bienestar debe llegar hasta ellas. **“La imagen es como una oleada, como de una cosa suave... esa persona que tenemos localizada, esa buena onda, la imaginamos, la representamos, la alegorizamos como una oleada de bienestar... Sale bien ese trabajo que estás haciendo cuando sientes en vos mismo ese bienestar, porque no es posible que puedas pensar en el bienestar de aquel otro sino te pones en esa situación, forzosamente al pensar en el bienestar del otro, al pensar en esa oleada cálida y positiva, forzosamente te pone en esa situación. Si no te pone en esa situación, estas artificialmente pensando en el otro, no lo estás haciendo desde adentro. Entonces, vas a descubrir cómo es que estás pensando en los demás, ¿puedes moverlo desde adentro o no sientes nada? Sino sientes nada, nada va a llegar... y si sientes algo desde adentro, esa oleada de bienestar tiene que producirse en ti. Tengo que sentir esa oleada de bienestar, esa que quisiera que llegara a otros, tengo que empezar por sentirla yo. ¿No estoy sintiendo esa oleada de bienestar? Tampoco lo estoy pensando adecuadamente para el otro. No hay vuelta, es una ley.”***



Tomaremos un corto tiempo para ubicar mentalmente la situación de bienestar que deseamos a nuestros seres queridos. Silo continúa *“sigamos con este ser querido que tenía dificultades, si queremos lo mejor para él, ahora pongámonos en eso. Sentimos ese ser querido que tiene dificultades, **¿cómo vamos a desear?** Este está en el quirófano, yo lo que quiero es que salga bien todo. **¿Qué estoy sintiendo?** Estoy sintiendo que sale muy bien todo, que sale restablecido de esa situación. Estoy imaginando esa cosa cálida, mi mejor deseo para él. Sigamos con el experimento... Qué pasa con ese ser querido que tiene dificultades, **¿puedo hacer llegar a él esa oleada de bienestar que lo pone en buenas condiciones?** Que se va arreglando su lío de salud. **¿Puedo sentir eso?** Si puedo sentir eso, estamos bien. En eso consiste esta experiencia, muy suave, interna, muy cálida... y rapidito voy a saber si siento eso yo.”*

Me acuerdo que una vez Hugo me dijo *“el mejor ahorro que uno puede hacer es en el corazón”* que sabias palabras que han resonado en mí porque así lo fui experimentando. Cómo todo eso bueno compartido juntos que está guardado viene en beneficio en momentos de incertidumbre o falta de Fe y brota desde mi corazón el afecto y el agradecimiento por cada aprendizaje, cada charla, cada gesto, inspiración, ocurrencia, comprensión y alegría compartida. Todo esto que es tan bueno para mí comienzo a enviárselo a él. Sentía que mi disposición iba creciendo en dirección hacia él, hacia lo que realmente le deseaba. Mientras más me sentía conectada con él intuyendo que llegaba este profundo y sentido deseo que estuviera bien; más interna se tornaba la experiencia, la sentía muy dentro, algo suave y cálido, esa oleada de bienestar como dice el Maestro.

*Cuando el Maestro dice “si somos dos, si somos tres, si somos varios que estamos haciendo fuerza en esa dirección, para empezar estamos convergiendo entre nosotros y posiblemente nuestro deseo de reconfortar a esa persona se sienta, se sienta fuera de nosotros mismos...”* acá tuve una experiencia muy fuerte ligada a la frase de El Mensaje de Silo cuando dice *“no imagines que estás solo en tu pueblo, en tu ciudad, en la Tierra y en los infinitos mundos”...* fue la noche que Hugo se tenía que hacer la resonancia a las 22hs, decidí avisarles a algunos amigos muy cercanos que se encuentran distantes geográficamente y en la frase *“una oleada de alivio y bienestar debe llegar hasta ellos”* un calor reconfortante me acobijó sintiendo en mi corazón a cada uno de ellos sintonizados en este envío de bienestar, estábamos conectados desde otro plano... fue hermoso y de una clara certeza de que no estamos solos, que nos acompañamos a cada momento, en cada paso, independientemente de dónde estemos localizados porque no existen fronteras cuando el afecto crece en nuestros corazones! Porque aquí hay y se siente el conjunto, el Nosotros!

También cuando hicimos la Ceremonia mientras Hugo estaba en el quirófano, todos pedíamos porque salga bien la cirugía, porque las cirujanas estén guiadas, sepan con claridad qué hacer... Qué todo saliera en las mejores condiciones. Era tan claro, era una certeza que me hacía sentir tan bien, sentía esa Fe que crecía en mi corazón sabiendo que estaba en muy buenas manos, que todos habíamos sido guiados, protegidos y acompañados en cada uno de los momentos de este proceso.

Qué felicidad sentí cuando lo vi salir del quirófano, un gran alivio y un profundo agradecimiento... esa oleada de bienestar había llegado, ese profundo deseo y pensamiento había llegado... ahí estaba mi papá...

Silo continúa *“concluiremos esta Ceremonia, dando la oportunidad para quienes así lo deseen, porque hay algunos que con estas cosas no, de sentir la presencia (como si estuvieran presentes) de esos seres muy queridos, verdaderamente muy queridos porque si no son muy queridos esto no va funcionar, que no están aquí en nuestro tiempo y espacio.. esos seres queridos siguen actuando en mí y ojala tenga una relación con ellos de concordia, de buena relación. Ojala pueda sacar esas piedritas que siempre hay en el camino en donde se mezclan las culpas que yo me atribuyo y que no es así, los errores que yo me atribuyo... toda esa cosa está actuando en mí a través de mi memoria. Pero cómo si el señor partió, sí pero tu memoria está inquieta, te recrimina cosas, te dice cosas a ti mismo de cosas que hiciste mal, eso está operando. **Ojalá podamos sentir la presencia de esos seres muy queridos que están actuando con nosotros. Y con ellos quisiéramos nosotros estar con la conciencia en paz, estar en bienestar, desearles lo mejor y nosotros mismos estar calmos, positivos, radiantes en esta relación... Hubo problemas con ellos pero hubo una relación de alegría, de amor. Aquellos buenos momentos tomo con mis seres queridos... esos buenos recuerdos tomo, eso es muy interesante, para empezar para mi conciencia es muy bueno.”***

Acá siempre vienen hacia mis dos abuelos maternos y todo lo bueno que nos liga... vienen hacia mí los agradables momentos, sobre todo de mi niñez, vivido con ellos. Y algunos amigos muy queridos que despiertan un profundo afecto al pensar y experimentar el contacto con ellos.

Silo concluye *“esto ha sido bueno para otros, reconfortante para nosotros e inspirador para nuestras vidas: Es decir, **inspirador para nuestras vidas: orienta actitudes, orienta conductas, ese modo de relacionarme con otros y relacionarme con mi memoria, no sigue igual la cosa... cambia actitudes en la gente... ”***

Cuando reflexiono en el crecimiento interno frente a la dificultades, siento que estos meses del proceso de mi papá (desde diciembre 2015 hasta agosto 2016) donde para mí

todo ha sido nuevo, que me ha puesto en situación de dar nuevas respuestas, he podido rescatar cuán bueno ha sido porque me dio la posibilidad de ponerme de cara a los temas importantes, porque la fe como el afecto han crecido en mí reconfortando mi vida, sintiendo la certeza de la existencia que uno se conecta con otros en otro plano, que no estamos solos. Ahí nos encontrábamos diariamente con nuestros seres queridos... a veces lo hacíamos por skype y cuando guiaba la Ceremonia me encontraba, me reconocía en sus ojos, en esa intención de que nuestros elevados sentires lleguen como una oleada de alivio y bienestar hasta mi padre para que su situación de salud mejore... momentos mágicos donde vienen hacia uno la certeza de que estamos ligados por algo que va más allá, que no puede verse ni tocarse pero sí sentirse en su profundidad. El ser humano conecta con su esencialidad de humano.

Se convirtió en algo muy preciado este momento de encontrarme con otros para realizar la Ceremonia, sin importar donde estuviéramos físicamente, que al cerrar mis ojos disponiéndome a un tono amable y querido, nos conectábamos desde lo sagrado que habita en nosotros, elevando y purificando nuestros deseos...

Continúa: *“Saludamos a todos en esta correntada de bienestar reforzada por los buenos deseos de los aquí presentes. **Se supone que terminamos esta experiencia con un buen registro, con una sensación de calma, suave, de bienestar. Si terminamos con este bienestar puede suceder que esta experiencia nos conmocione... nos pone en situación de bienestar, tira para arriba, no para abajo, coloca en una cosa positiva...***

Esta correntada de bienestar comenzó a tomar volumen en mí... reconfortaba mi corazón en ese instante como en mi diario vivir, y recuerdo que un día me dije **así quiero sentirme** quiero que me acompañe esta sensación interna de calma, algo suave pero profundo, algo liviano que no se puede apresar ni atrapar sólo dejar que fluya y llegue a otros corazones...

*Si pasean estas formas de tratar los temas por las distintas ceremonias, van a ver que **todas las ceremonias tienen una mecánica**. Si la descomponen por dentro, van a ver que tienen sentido y que pueden avanzar mucho en el ejercicio de esas experiencias y **pueden avanzar mucho a medida que lo practiquen y a medida que las realicen en la relación con otros en esa dirección. Sería mucho mejor que cada uno lo explique a su modo, a su manera, en ese grupo de personas y no con la letra... No hemos hecho estrictamente la ceremonia pero sí hemos dado unas vueltas para que ustedes revisen esos mecanismos, cómo es que nos ponemos. Hay gente que no tiene mucho conocimiento y lo hace muy bien. Así que no nos limitemos con los escritos.***

En muchos momentos de mi vida mi corazón se ha encontrado en el sin sentido, de falta de bienestar, alegría y alivio y esta práctica con la Ceremonia me dio la oportunidad de

experimentar la importancia de avanzar en el contacto con mi interioridad donde poco a poco fui descifrando lo sagrado que habita en mí y fuera de mí... ha vuelto la esperanza porque sentí esta Gran Comunidad que vive en nosotros, que no estamos solos...

Esta experiencia que comenzó por una profunda necesidad ya que mi papá se encontraba en una situación complicada de salud, me hizo descubrir que la profunda necesidad era encontrarme conmigo misma desde un nuevo tono y postura mental, donde desde ese contacto con mis elevados sentimientos de la compasión, la calma, la alegría y el amor lo dirija hacia otros. Sabiamente como nos dice el Maestro, *“si hago ese tremendo esfuerzo de preocuparme por otro. Entonces, puede ser que de rebote, cosas de los billares, ¿no? De rebote me pegue a mí el asunto”*. La práctica con la Ceremonia de Bienestar me ha llevado a un nuevo modo de relacionarme con otros pues al crecer el afecto en mí, es desde ahí que intenciono en comunicarme. Poco a poco una nueva actitud frente a las situaciones cotidianas que me tocan vivir en relación a otros, una actitud más atenta y compasiva de reconociendo que en otro viven esperanzas, fracasos, aspiraciones y búsquedas como en mí... un reconocermelo y encontrarme en el simple y mágico momento de mirarnos con el otro.

Sólo agradecer... y sobre todo un profundo agradecimiento al Maestro por su infinita bondad en su enseñanza y por compartir su experiencia de que **no hay sentido en la vida si todo termina con la muerte.**

Ceremonia de Bienestar por Silo (noviembre 2004)

[https://www.youtube.com/watch?v=bwj\\_7EQ9VDs](https://www.youtube.com/watch?v=bwj_7EQ9VDs)