MANUALES DEL DRAGÓN

Manual 05 · Bloque 1



3 EJERCICIOS
de silencio real

1 GRAN TEST
de conexión interior

EL MINUTO DE ORO

El Silencio Consciente

PRIMER TEST DE CONEXIÓN INTERIOR
Y CIERRE DEL BLOQUE 1

MIGUEL AGUADO · TATIANA SANDOVAL



BLOQUE 1 · LA IDENTIDAD DE LA GOTA

El Silencio Consciente

¿Te has preguntado alguna vez por qué lo primero que haces al subir al coche, antes incluso de poner la marcha, es encender la radio?

¿O por qué en cuanto tienes un minuto libre sacas el móvil compulsivamente para mirar redes sociales?



SECCIÓN UNO

01

El miedo al vacío

¿Por qué huimos del silencio?

La Matrix nos ha entrenado para temerle al silencio. Nos han hecho creer que el silencio es un vacío aterrador, que es soledad o que es el colmo del aburrimiento.

Pero la realidad es mucho más técnica: le tememos al silencio porque en el silencio el disfraz se apaga y el Ser (la Gota) empieza a hablar. En el ruido puedes esconder tus miedos, tus incoherencias y tus heridas. El ruido es la cortina de humo perfecta.

METÁFORA · LA CARRETA VACÍA Y LA CARRETA LLENA

Imagina una carreta de madera circulando por un camino empedrado. La carreta VACÍA es estrepitosa: las maderas crujen, las ruedas saltan violentamente con cada piedra. Hace un ruido insoportable porque no tiene peso que la ancle al suelo.

La carreta LLENA pasa por el mismo camino, pero apenas se oye un murmullo. Su carga la clava al suelo.

El ruido más grande es siempre síntoma de la mente más vacía. El hombre que no necesita demostrar nada, no hace ruido.

EL SILENCIO EXTERNO → DE AFUERA HACIA ADENTRO	EL SILENCIO INTERNO → DE ADENTRO HACIA AFUERA
Tu zona de entrenamiento	El verdadero dominio de ingeniería
Apagas la radio. Sueltas el móvil. Te quedas quieto.	A pesar de que el mundo esté gritando, tú no reaccionas
Al principio el disfraz entra en pánico	Silencio de no tener que defender tu razón
Si aguantas, empiezas a escuchar la frecuencia de la Gota	Silencio de no necesitar convencer a nadie
Es el primer paso, el más tierno	Es la máxima expresión de Soberanía