



Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Centro de Raja Yoga, Calle Gral. Valle Riestra N° 652, San Isidro, Lima-Perú
Tel/: +511 264-5308 • www.bkwsu.org/peru • lima@pe.bkwsu.org

DAR EN EL BLANCO DE LA PAZ

“Todos queremos vivir en un mundo en paz”

De Nicolás Dan Buis

DESEOS DE PAZ

En la misma frase puede estar la solución al problema de por qué no lo conseguimos. El tema es cómo uso la palabra “queremos”, o sea, nuestros deseos. Hay tanto por cambiar, que el mismo hecho de pensar en cambiar el mundo ya nos hace perder la paz y las esperanzas. Deseos elevados, altruistas, son el motor para el desarrollo personal y social. Pero deseos también pueden ser los principales causantes de pérdida de paz.

Existe una historia de un rey, que era muy importante y respetado. Y como corresponde a la realeza, no era digno que pisara el suelo, así que donde sea que iba una bella alfombra debía de colocarse por donde él fuera a caminar. Un día, el rey decidió dar una vuelta al mundo. Entonces, el súbdito encargado de la alfombra pensó: entonces ¡deberé viajar con Su Majestad por todo el mundo! ¡Pero el rey no quería eso! ¡Quería viajar libremente! Así que ordenó “¡alfombrad el mundo!” Todos corrían de un lado para el otro, con planes de presupuestos astronómicos en telas de alfombra, otros sugerían crear un ministerio de alfombrado, otros proponían diseñar robots alfombradores, propusieron que la materia de “alfombrado” sea obligatoria en todas las escuelas para tener futuros alfombradores... Ante tal caos y desesperación de todo el reino sobre cómo iban a poder cumplir con semejante orden, un niño sugirió: “Su Majestad, ¿no sería mejor recortar 2 trozos de alfombra y pegárselos a sus zapatos, que alfombrar todo el mundo?”

Todos deseamos un mundo en paz. Pero muchas veces pensamos que eso implica cambiar todo lo que nos rodea: cambiar a nuestros compañeros, cambiar a la esposa o esposo, cambiar a los medios, cambiar el tráfico, cambiar al jefe o al político de turno: “cuando haya elecciones, podré estar en paz”, “este niño tiene que obedecer”, “Jorgito nunca me escucha”, “el vendedor aquel me atiende con mala cara”. ¿Cuánta gente depende de Ud. en este momento, entre amigos, parientes, estudiantes, o colegas? ¿A cuántos queremos “alfombrar” para poder lograr nuestra paz? ¿No es mejor empezar con “alfombrarnos” nosotros de paz?

En esta sensación de necesidad de cambiar lo externo en lugar de cambiar nosotros, nos lleva a una actitud de “controlar”. Queremos paz, y por eso gritamos: “SILENCIOOOO!!!”. Claramente esa no es la mejor manera de lograr paz, excepto por un tiempo limitado, y de una forma limitada. Tal vez quienes nos rodeen pueden callarse por un momento, pero internamente están guardando su respuesta, y tarde o temprano la violencia del grito regresará. Esa es la ley más elemental, que encontramos en la física como “causa y efecto”, en la religión como “siembra y cosecha”, en la India como ley del karma (karma significa literalmente “acción”), o sea, ley de acción y reacción. Como sea que la llamemos, esta ley es esencial comprenderla y usarla en nuestra vida diaria. No podemos crear paz, con un grito que irradia violencia. Si quiero paz, debo sembrar paz.

Otra aplicación muy interesante de esta ley tan sencilla, pero tan poderosa, es cuando no resistimos las injusticias que nos rodean. Perdemos la paz viendo cómo los culpables entran por un lado del juzgado y salen por el otro, y cómo un inocente termina pagando una multa por algo que no cometió. Sin embargo, si tomamos el concepto más amplio de la ley de siembra y cosecha, y confiamos en ese principio, entonces no deberíamos preocuparnos (que no es lo mismo que no ocuparnos). Si confiamos en esa ley, entonces sabemos que si alguien está haciendo acciones erróneas, tarde o temprano cosechará su siembra, y esa cosecha no está en manos de los hombres, no está en manos del juez... es una ley superior. Lo que no quiere decir que no deban existir juzgados, etc., porque es necesario a veces poner en forma concreta y visible los límites. Pero entendiendo cual es la verdadera Ley. Y por otro lado, si no me reconocen en el trabajo, si me esfuerzo por mejorar y no veo resultados, si soy tan bueno, entonces ¡paciencia! Porque la cosecha tiene que llegar. Es tan ineludible para lo correcto como para lo erróneo. Entonces ante las injusticias, hagamos lo que esté a nuestro alcance, pero sin preocupación, sin culpar, sin criticar. La justicia se va a cumplir.

¿Cómo saber qué es lo mejor que puedo hacer?



Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Centro de Raja Yoga, Calle Gral. Valle Riestra N° 652, San Isidro, Lima-Perú
Tel/: +511 264-5308 • www.bkwsu.org/peru • lima@pe.bkwsu.org

Primero: NO TOMAR

Es necesario antes que nada empezar por dirigir nuestros deseos de cambio a no tomar de nuestro entorno, a no depender. Es necesario liderar el cambio hacia la paz, sin mirar qué están haciendo alrededor de mí. Es más fácil culpar que asumir la responsabilidad del cambio, pero definitivamente no da el mismo resultado. Cuando dependemos de lo externo, parece más relajado, porque el otro tiene que cambiar, no yo, pero el costo de esa actitud no es poco... ¡¡¡es perder mi libertad!!! Y no hay paz sin libertad.

Una historia muy conocida cuenta cómo fueron un día a insultar a Buda, y lo hicieron por varios minutos, y él no respondió. La persona se retiró, y un discípulo le preguntó por qué había permitido tales insultos. Y Buda respondió: si alguien viene con un regalo, y tú no lo aceptas, ¿a quién le queda el regalo?

De la misma manera, muchas veces nos vienen con “regalos” de mal humor, de violencia, de críticas, de insultos. A veces decimos que “yo no lo escucho”. Pero ¿cómo saber si lo estoy tomando o no? Sencillo: si siento que tengo que responderle algo, que debo hacer algo, significa que lo acepté, ¿no? Si no lo hubiera tomado, si no hubiera aceptado el regalo, no necesitaría *devolver* nada. Así que la clave está en no tomar. Mientras no tomo, soy libre. Para estar en paz debo ser libre de conflictos, libre de preocupaciones, libre de temores, libre de culpas.

Segundo: ASUMIR LA RESPONSABILIDAD DE MI PAZ

A veces se confunde ser pacífico con ser pasivo. Una persona pacífica nunca reacciona, pero si acciona (actúa). La diferencia está que el que reacciona está siendo movido por el entorno, y así, es dependiente. Es como un títere, movido por las circunstancias: si le gritan, grita, si le hablan bien, responde bien. Pero eso es nuevamente, perder la libertad. Yo tengo la libertad de elegir como respondo. Y eso es asumir la responsabilidad de mi vida. “responsabilidad”, o sea, la habilidad de responder. Yo elijo como responder ante los estímulos que me rodean. Si me gritan, bien, esa es su elección, pero yo puedo elegir responder con paz, sembrar paz, porque sé que si grito, sólo voy a obtener de fruto más violencia.

Tercero: SER EFECTIVOS

Ser pacífico entonces no es ser pasivo, sino ser efectivo. Queremos ser respetados, queremos tener poder, queremos hacer mucho, pero en realidad vivimos con el “síndrome de la bicicleta fija”. El sudor de la frente nos dice que hemos hecho tantos kilómetros, el cuentakilómetros también, el cansancio que sentimos es de haber hecho tantos kilómetros... pero si nos miramos desde afuera, ¡estamos en el mismo lugar! Así corremos por la vida, corriendo y haciendo mucho, pero sin logros reales. Nunca tenemos tiempo para nada, estamos estresados y con cansancio permanente, pero a la hora de ver los logros de semejante esfuerzo, de ver cuanta paz, satisfacción y felicidad he logrado en la vida... ¡no coincide! A veces hablamos de tan sólo “momentos de tranquilidad”. Pero si realmente estuviera actuando con más paz, los frutos serían que la paz en mi vida sería cada vez más estable y profunda en su experiencia, así como los logros de felicidad. Si no está durando más, o no está siendo más profunda, entonces no estoy obteniendo verdaderos logros.

Ser pacífico no es no hacer nada. Es ser incluso más efectivo que si no lo soy. Porque al mantener mi mente calma, hay más claridad, y las soluciones aparecen más rápido. Menos esfuerzo, pero más logros. Pienso menos, pero logro más y en menos tiempo.

Cuarto: DAR EN EL BLANCO

En el afán por querer ser veloces y tener muchos logros, hacemos y hacemos, pero sin fuerza. Pensamos demasiado, pero no necesariamente los pensamientos que debemos tener. Los pensamientos débiles o inútiles no nos llenan, y así necesito mucho para sentir que hago, pero sin resultados.



Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Centro de Raja Yoga, Calle Gral. Valle Riestra N° 652, San Isidro, Lima-Perú
Tel/: +511 264-5308 • www.bkwsu.org/peru • lima@pe.bkwsu.org

Algo muy interesante en el arte del arco y flecha es que para poder dar en blanco, debo apuntar bien, pero no sólo eso. Yo quiero que mi flecha llegue al blanco, que está delante. Sin embargo, para que pueda dar en el blanco, el movimiento que realizo es hacia atrás. Más voy hacia atrás, con más fuerza saldrá la flecha hacia delante. Es una paradoja, porque quiero ir hacia delante, pero tengo que primero ir hacia atrás. Lo mismo se aplica a una construcción: cuanto más hacia arriba quiero el edificio, lo primero que tengo que hacer es ir más profundo hacia abajo, para los cimientos.

Pero no aplicamos esto en nuestro día a día. Queremos paz, y queremos que nuestras acciones sean poderosas hacia fuera, hacia el blanco. Queremos llegar a cambiar hacia un estado de paz a tanta gente allá afuera, pero para tener un efecto afuera, primero tengo que ir hacia adentro. Si no voy primero hacia adentro, hacia el corazón, no voy a llegar al blanco, no voy a lograr cambios afuera. Es como lanzar muchas flechas de acciones, de enseñanzas y correcciones, sin fuerza alguna. Caen ahí no más, delante de nosotros. Es mucho más sensato lanzar menos flechas, pero con fuerza. La fuerza de haber ido profundo hacia nuestro interior primero, de estar actuando a partir de pensamientos mejores y poderosos, de calidad, y poniendo el corazón en las acciones. Debo estar atento a actuar desde una conciencia elevada de mi mismo, poderosa. No de víctima, sino consciente de Quien es Mi Padre, el Océano de Paz, el Océano de Poder. El cambio que necesitamos está dentro de nosotros. Cuanto más lejos quiero llegar, más profundo debo prestar atención a mi interior.

TIPS PARA LA PAZ

En síntesis, si queremos cambiar el mundo, si queremos lograr un cambio masivo, comencemos por lo único tal vez que está exclusivamente en nuestras manos, lo que sí podemos y debemos cambiar: yo mismo. El lema de Brahma Kumaris es: “cuando yo cambio, el mundo cambia”.

Así que con este foco, algunos tips de paz “Para cambiar yo” son:

Sé SENCILLO, no pienses demasiado.

En lugar de controlar, SUELTA, y permite que tu mente regrese a su esencia, que es paz.

Ten DESEOS PUROS, con un corazón limpio.

Asume la mayor responsabilidad: NADA VALE LA PENA COMO PARA PERDER MI PAZ

SONRÍE ante la vida, que la sonrisa es la llave para superar barreras.

Permite que de tu boca emerjan sólo PALABRAS DULCES, que den felicidad.

Y permanece conscientes y abierto a Dios, que siempre está ahí, listo para ayudarte.

Nicolás Dan Buis es estudiante y profesor de Brahma Kumaris por más de quince años. Actualmente, reside en Trujillo, donde coordina nuestras actividades en esta ciudad.