

Auto-soberanía

La sumisión a nuestra negatividad nos conduce a una existencia muy precaria, puesto que nunca estaremos seguros de nuestra capacidad de manejar apropiadamente una situación difícil. Si los hábitos negativos nos gobiernan, tendremos miedo a los retos y desafíos de la vida, puesto que sabemos que esos hábitos van a desestabilizarnos, en el momento más delicado.

Con práctica, es posible crear pensamientos apreciativos y compasivos, pensamientos benevolentes y llenos de comprensión. De esta manera dejamos de permitir que irrumpa el resentimiento, la amargura o el desagrado en nuestras vidas.

Tenemos que darnos a nosotros mismos esta formación de responder a las situaciones de manera calmada y sabia. Comprobaremos que ello nos aporta enormes beneficios prácticos, entre ellos un inmenso ahorro de energía, tiempo y pensamientos.

Tenemos que aprender a hablarnos a nosotros mismos silenciosamente con amor, equilibrio, firmeza y dándonos ánimos y apoyo. Como sucede con los soberanos ancianos y sabios de los cuentos de hadas, tenemos que gobernar nuestro reino interior de la mente con benevolencia y sabiduría. Esta es la clave para recuperar nuestra auto-soberanía y disfrutar de todos los logros elevados y espirituales que ello conlleva.

Copyright © 2008 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

Diputación 329, pral.
08009 Barcelona
T. 34 93 4877667 / 7874
Fax 34 93 4877638
E-mail: reflexiones@aembk.org
Web internacional: www.bkwsu.org
Web nacional: www.bkwsu.org/spain