

Auto - respeto

Auto-respeto es valorar nuestra propia existencia. Cuando nos valoramos, también desarrollaremos respeto por aquellos que nos rodean y por la vida en general. Cuando crece nuestro auto-respeto podemos permanecer estables internamente, sin sentimientos erróneos de inferioridad o superioridad.

Es sólo cuando nos falta el auto-respeto que nos volvemos dependientes de los demás para que nos apoyen y nos den confianza. Cuando nos valoramos somos capaces de liberarnos de estas dependencias, de darnos un espacio y dárselo a los demás también. El estado liberador de carecer de expectativas se produce cuando nos aceptamos y respetamos a nosotros mismos. Somos entonces capaces de soltar, desprendernos y terminar las actitudes de demanda en relación a los demás, de modo que les liberamos también de la presión sutil de nuestras expectativas, de que satisfagan constantemente nuestros deseos.

Somos libres y podemos ayudar a los demás a ser libres también. Cuando tenemos auto-respeto es fácil tener respeto hacia los demás.

Para desarrollar auto-respeto es esencial fortalecer y desarrollar la visión espiritual del ser. Cuando nos vemos a nosotros mismos como un ser espiritual, un brillante punto de luz dentro de este cuerpo, no hay límites, ni ataduras, ni problemas. También vamos más allá de las limitaciones de nuestro rol. Conectamos con nuestra verdadera naturaleza espiritual: paz, amor, felicidad y sabiduría.

No se trata de ser mejor que otros, porque cuando nos valoramos como un ser espiritual automáticamente valoramos a los demás de la misma manera. Ellos también son brillantes puntos de luz dentro de sus cuerpos. En este estado nos valoramos pero no hay arrogancia ni ego. El reconocimiento de nuestro ser interior verdadero y el respeto hacia los demás están completamente interconectados.

Copyright © 2005 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