

## ***Centrarse y fluir***

---

Si observamos el sol desde la tierra, nos damos cuenta de la ley básica y fundamental, de la cual nosotros los seres humanos podemos aprender, y que es la que más nos ayuda en la vida a movernos correctamente. El sol con su luz da vida a la tierra. El sol está en una posición fija, y así tiene que ser, de otro modo la tierra y los demás planetas de nuestro sistema solar no seguirían en su continua y armoniosa órbita. Habría caos, trastorno y grandes pérdidas. Por otro lado la tierra se está moviendo constantemente en ciclos repetitivos, alrededor del sol. El movimiento permite el cambio y una expresión que tiene un principio, medio y final. En otras palabras, el fenómeno del tiempo se crea a través del equilibrio de la tierra y los armoniosos ritmos cíclicos. Ambos son necesarios para la vida.

La tierra tiene todo el potencial para la vida, pero sin la luz de la fuente fija no habría vida. De la misma forma, el sol tiene el poder de dar vida, pero si la tierra moviéndose no sostuviera el potencial, incluso habiendo luz no habría manifestación de la vida.

En ciertas situaciones y momentos necesitamos tener enfoque, concentración de pensamientos, voluntad y entendimiento. Los tres necesitan estar juntos, centrados en un punto, si queremos llegar a la profundidad y experimentar novedad. Sin embargo, si nos enfocamos demasiado, entonces gradualmente surge rigidez y presión. Esto lleva a un desequilibrio que nos hace perder creatividad y apertura para una nueva visión.

Lo que podemos observar es que "estar centrado" necesita en ciertos momentos el fluir en nuestra vida de forma natural, apropiada y sistemática.

Estando enfocados encontramos la visión, la inspiración, el entendimiento, y al fluir encontramos la expresión, la experimentación, la experiencia. Así como un enfoque excesivo se convierte en algo negativo, el fluir en exceso puede llevarnos a que nos perdamos en una inundación de exceso de pensamientos y de hablar y hacer demasiado, y no hay dirección que guíe la expresión, entonces las cosas se hacen frágiles. En tales momentos necesitamos darnos cuenta de que es el momento de enfocarnos, de ir hacia nuestro interior y permanecer silenciosos.

De acuerdo a la necesidad, los seres humanos necesitan moverse entre el enfocarse y fluir, y sólo el propio discernimiento de la persona le dirá cuando y cómo hacer esto. Todo tiene su momento.

---

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](mailto:reflexiones@aembk.org)

Web internacional: [www.bkwsu.org](http://www.bkwsu.org)

Web nacional: [www.bkwsu.org/spain](http://www.bkwsu.org/spain)