

Conquistar el apego

El apego es un importante obstáculo que tenemos que superar para progresar en nuestro desarrollo espiritual. Para ello, necesitamos prestar una atención completa a nuestro ser. Dejar que el pasado sea pasado y preguntarnos: ¿Qué es lo que he de hacer a partir de ahora?

Quejarse, criticar y competir con los demás son tres hábitos que no nos permiten desarrollar una actitud espiritual. Estos hábitos son como enfermedades o defectos que no nos permiten elevar nuestra conciencia. Si permanecemos libres de los mismos, nos podemos considerar un alma afortunada.

El apego hace que nos atrapemos en diferentes limitaciones. Para superar el apego es necesario alejar nuestro intelecto de temas limitados, con una comprensión profunda y fortalecer la conciencia ilimitada y nuestra conexión interna con la fuente de pureza y verdad.

Necesitamos reconocer dónde estamos apegados, influenciados o reprimidos. Hay tantos apegos sutiles que nos pueden atrapar: el apego a nuestras acciones y al fruto de nuestros esfuerzos, a las relaciones, a nuestras propias ideas y percepciones, a nuestro cuerpo, etc.

Tenemos que revisar: ¿Estamos atrapados en alguna relación o en conflicto con alguien? Es mi responsabilidad personal prestar atención a estos aspectos, nadie puede hacer esto por mí.

Espiritualidad significa liberarse de todas estas cosas y convertirse en una flor fragante que esparce la fragancia de sus virtudes. Como la flor de loto que flota sobre aguas estancadas, hermosa y desapegada de las mismas y abierta a la luz del sol. Un aspecto fundamental es reconocer que la naturaleza original del alma es de pureza y desapego. El apego es una debilidad adquirida.

Por tanto, tenemos que meditar en la experiencia del ser original y eterno, libre de apegos, lleno de luz, fortaleza y verdad. A través de nuestra naturaleza y comportamiento, los demás deberían ver que estamos realmente personificando el cambio hacia un mundo mejor.

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