



## El conductor y el vehículo

Una variedad de imágenes son útiles para fortalecer la conciencia de que yo, el alma, soy distinta de este cuerpo físico. Una imagen útil es la del conductor y el vehículo. Ser un buen conductor requiere cien por cien de atención y habilidad para usar el acelerador, los frenos, las marchas y el volante con precisión, a fin de estar plenamente en control del vehículo y evitar colisiones.

De la misma forma, a medida que nos movemos por la vida, necesitamos mantener nuestras facultades mentales y físicas en orden. Si usamos nuestros pensamientos y sentidos de la manera adecuada, nos servirán bien, y nos llevarán donde elijamos. Sin embargo, si no hacemos el uso correcto de las mismas, es posible que se produzcan accidentes.

Cuando somos conscientes de nosotros mismos como un alma, y de que nuestro cuerpo es el vehículo que nos permite expresarnos y experimentar la vida, estamos en una posición mucho mejor para interpretar la naturaleza de nuestras experiencias que cuando nos identificamos con el cuerpo.

Por ejemplo, mirando a través de los ojos, no necesitamos absorber todas las imágenes e informaciones que nos llegan a través de los mismos. Podemos elegir absorber lo que es útil para nosotros y no registrar las imágenes que nos distraen o afectan perjudicialmente. Nuestro viaje va a ser más seguro de esta forma, en comparación a cuando nuestros sentidos son constantemente atraídos en diferentes direcciones.

Queremos usar nuestros sentidos de una forma positiva, como dueños de los mismos, desde un estado mental de bienestar y generosidad, de manera que nos conduzcan a la benevolencia, la verdad y la armonía, en vez de llevarnos a la indulgencia y el conflicto, lo que aumentaría el riesgo de colisionar con otras personas.

Como el conductor encargado de este vehículo, el cuerpo, también aprendemos a ser conscientes de los sentimientos que transmitimos hacia el exterior a través de los ojos y las palabras. Cuando estos sentimientos se mantienen positivos, llenos de consideración y respeto, eso también nos ayuda a asegurar que nuestro viaje sea fácil y agradable.

Cuando perdemos conciencia de quién somos, incluso por un momento, hay peligro. Si erupcionan malos sentimientos y se expresa la negatividad, se pierde tiempo y energía. Cuando nos mantenemos alerta y conscientes, nuestras acciones nos acercan a nuestra verdad y somos capaces de compartir nuestra bondad con quienes nos rodean.



## Brahma Kumaris World Spiritual University

Copyright © 2009 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

E-mail: [reflexiones@aembk.org](mailto:reflexiones@aembk.org)

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