

El equilibrio

El equilibrio es el punto central entre dos extremos. Normalmente, se busca el equilibrio como el péndulo que oscila entre dos puntos. Desde el punto de vista espiritual, estos dos puntos pueden ser varios. En vez de oscilar entre un extremo y otro, el camino más corto para alcanzar el equilibrio consiste en desarrollar un apoyo interno que lo genere automáticamente.

Este apoyo que sustenta el estado de paz tiene cuatro pies.

Saber

Saber y conocer todo lo que hay de bueno dentro de uno mismo produce un gran alivio. Es algo que reconforta en buena medida.

Saber que:

- eres un ser espiritual
- tu naturaleza básica es de paz, amor y poder espiritual
- disfrutas de una existencia eterna
- todas las personas que forman parte de tu vida también son seres como tú
- no hay ni una sola alma que no tenga algún rasgo característico que puedas apreciar
- eres responsable del efecto que tu paso por la vida crea en el mundo

Todo esto es lo que te confiere control sobre las situaciones y hace que te estabilices en el lado justo de la balanza, además de contribuir a que evites los extremos.

Experimentar

La práctica del conocimiento espiritual hace que experimentes. La experiencia del saber es lo que constituye la meditación. Ésta le da la fuerza suficiente para acercar tus ideales y acciones. De hecho, la principal causa de desequilibrio es el desfase que existe entre lo que quieres ser y lo que consigues ser.

Cuanto más se acercan esos dos, más te sientes seguro y en paz contigo mismo. Y la experiencia de esta paz es la que apoya todos tus esfuerzos.

Absorber

La experiencia es una gran autoridad. Enseña el manejo de tu potencial. El conocimiento experimentado en la vida práctica lleva a la absorción de virtudes y de artes espirituales, que garantizan todavía más el sustento del estado de paz del ser.

El hecho de absorber se expresa en tus acciones pero es algo interno. Ser virtuoso es un acto consciente y no un milagro. Las virtudes dan ánimo para permanecer estable en las tempestades que a veces surgen en la vida. Permiten reconocer el mundo como realmente es.

Servir

El cuarto pie de tu sustento es el resultado de los otros tres: el saber, el experimentar y el absorber el estado de paz. En cierto modo, te obligan a llevar una vida dedicada a que los demás conozcan su propio potencial para el bien.

Naturalmente, cuando una persona se muestra estable entre muchas que no lo son, las demás procuran inspirarse en su estabilidad.

El servicio más valioso que alguien puede hacer es devolver la fe que otro tenía en sí mismo y que ha perdido.

Si la falta de respeto por uno mismo es la raíz de tantas dificultades individuales y de relación, el principal servicio consiste en mostrar las herramientas que se pueden usar para volver a crear respeto hacia uno mismo.

Copyright © 2007 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