

El factor invisible

Las cosas más poderosas son invisibles. Por ejemplo, las raíces de un árbol no se pueden ver; están bajo tierra, nutriendo silenciosamente el árbol visible. Una casa se sostiene gracias a sus cimientos, también en lo profundo de la tierra; si los cimientos son débiles, el edificio caerá cuando haya algún tipo de presión fuerte, como un terremoto. La esencia de la materia es el átomo; contiene una enorme cantidad de energía, pero no podemos verlo con nuestros ojos.

¿Podemos ver a Dios? Muchas personas han experimentado o sentido la presencia de Dios pero nadie le ha visto realmente. Sin embargo, millones de personas creen en ese Ser. De la misma forma, cuando se trata de conocer nuestro verdadero ser, nos preguntamos: "¿Cómo es el alma? ¿Dónde está situada?".

Un ser humano es alma y cuerpo, espíritu y materia, funcionando conjuntamente en cooperación. El cuerpo es como el hardware de un ordenador y la energía espiritual, el alma, es un chip diminuto de luz, en el que están registradas todas las cosas; el programa completo del alma está ahí. Cuando entramos en un silencio introspectivo, es en este chip de luz, que realmente es un punto de energía luminosa, donde podemos recordar y redescubrir.

El diminuto chip de luz invisible empieza a funcionar efectivamente cuando se conecta con su conciencia original y reactiva esas cualidades originales, que permiten al alma funcionar y expresarse de forma natural. La conexión se consigue mediante el poder del pensamiento concentrado. A esto se denomina "conciencia del alma". El proceso de experimentar la "conciencia del alma" se lleva a cabo en la meditación: juntando todos los pensamientos de la mente, creando un pensamiento concentrado y enfocándonos suavemente hacia el interior a fin de crear la conexión con el ser original, el alma.

Para dar esos primeros pasos de juntar los pensamientos, podemos usar la conciencia positiva de "yo soy", o lo que llamamos conciencia de "Om Shanti". "Om" quiere decir "yo soy", con el significado profundo de que "yo soy un alma". Con esta conciencia invocamos la experiencia de nuestra identidad espiritual original.

El alma tiene cinco cualidades primarias; podríamos decir que son los colores primarios de nuestra humanidad con los que pintar el cuadro de nuestras vidas. Éstos son:

Paz

Ésta es la cualidad original del alma. Paz es serenidad, el estado interior de no-violencia. En este estado de paz, armonizamos con todo y con

todos a nuestro alrededor. La palabra "Shanti" significa paz, y éste es un pensamiento clave para experimentar en la meditación.

Pureza

Es un estado de honestidad y limpieza en el que somos lo mismo por dentro y por fuera, sin engañarnos a nosotros mismos ni a los demás. En consecuencia, no hay espacio para lo artificial. La pureza es el estado de verdad original en el que no se comete ninguna violencia hacia los demás, ni se puede perpetrar violencia alguna hacia uno mismo.

Amor

Quizás la cualidad original más difícil de conseguir, porque se ha mezclado mucho con el apego, la posesividad y la dependencia, hábitos profundamente arraigados que se han aceptado como normales. Debido a ello, es difícil comprender la forma verdadera del amor puro, que es incondicional. El amor espiritual verdadero nunca crea necesidad o dependencia, en la que los demás no pueden ser ellos mismos. El amor es el mayor poder y bendición en el Universo.

Conocimiento

Saber y ser lo que somos eterna y verdaderamente, y existir en esta conciencia, es lo que entendemos por conocimiento. No es saber *acerca* del alma, la paz, el amor, etc. sino que conocer es *ser* el alma, *ser* paz, *ser* amor. Reconocer y experimentar la conciencia original que existe más allá del falso ser o ego.

Felicidad

Es la expresión natural de la dicha de estar vivo e interactuar con los demás. La felicidad sólo es posible cuando expresamos lo que somos con respeto y compartimos con los demás lo que somos y lo que tenemos. Nos relacionamos con la naturaleza y con las personas y experimentamos la plenitud de la vida humana a través de las relaciones.

Copyright © 2006 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