

Equilibrio

Nuestro desarrollo espiritual no se alcanza aprendiendo técnicas, repitiendo cánticos o ejecutando rituales. Crecer espiritualmente significa aprender a conservar el equilibrio. El equilibrio nos permite ser sensatos, mantener el contacto con la realidad y aprender a evitar los extremos, que dividen y separan. Al haber equilibrio hay reconciliación, incluso con lo que parece ser opuesto.

Son muchas las cualidades y virtudes necesarias en la vida que requieren equilibrio. Debemos tener el corazón fuerte para enfrentar todas las situaciones difíciles de la vida, pero la fortaleza no ha de convertirse en dureza que nos vuelva indiferentes al sufrimiento ajeno. Debemos estar satisfechos y apreciar lo que tenemos en la vida, sin caer en una autocomplacencia que nos lleve a no esforzarnos por progresar. Debemos ser flexibles, con tolerancia y humildad, pero no ceder nunca en nuestros principios porque perderíamos la integridad. Debemos interesarnos por los demás, pero no preocuparnos por ellos. La preocupación surge del temor, y nunca brinda soluciones. Estar interesado es señal de que prestamos atención, pero para brindar ayuda debemos tener la mente lúcida y desprovista de temor.

Hemos de ser espontáneos, sin llegar a ser impulsivos. La gente impulsiva actúa sin pensar, y las emociones impulsivas pueden ser muy negativas. Los sentimientos puros como el amor y la alegría, si son genuinos, son naturales y espontáneos; la espontaneidad es positiva y edificante. Es preciso saber retar sin provocar. Para lograr el progreso y el cambio positivo debemos retarnos y retar a otros a pensar y actuar de manera nueva y diferente. La provocación, en cambio, se basa en el ridículo. Ridiculizar lo que otros creen o hacen es una actitud destructiva que nunca será benéfica.

Debemos respetar las leyes pero no ser dogmáticos. Las leyes son necesarias. Como miembros de la humanidad debemos hacer lo que es correcto y justo a fin de proteger el bienestar general. Sin embargo, aun cuando las leyes son necesarias, nunca nos deben hacer perder la sensibilidad hacia las necesidades del individuo. Obedecer las leyes eternas genera compasión: nunca significa volverse dogmático y fundamentalista.

Estos equilibrios hacen que la vida sea pacífica y feliz. El equilibrio se logra cuando podemos discernir. El discernimiento nace de la sabiduría y de las experiencias personales, y cuando es apropiado nos brinda el entendimiento correcto en el momento adecuado.

Anthony Strano

Copyright © 2004 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