

Espiritualidad en la vida diaria

En esencia, la espiritualidad es saber cómo vivir. Ese conocimiento nos da la felicidad. La verdadera espiritualidad no consiste en un sistema de culto o un ritual, sino en una actitud positiva hacia nosotros mismos y hacia los demás, lo que convierte la vida en dicha, no en esfuerzo. Para que la vida sea feliz basta con unas relaciones personales satisfactorias y un objetivo. La felicidad o la ausencia de ella no obedece a causas externas sino que proviene del interior.

Así, hemos de comprender que el bienestar material no puede ser la base de nuestro bienestar interior. Una creencia ilusoria muy generalizada de la conciencia humana es considerar sólo lo externo como un medio para lograr la felicidad, esperando simplemente lo mejor, en lugar de examinar los valores y actitudes personales. La felicidad no puede encontrarse esperando simplemente lo mejor. No hay atajos. Ninguna otra persona, ninguna cosa externa puede darnos un estado permanente de bienestar. Es nuestra propia responsabilidad lograrlo. Las cosas externas pueden contribuir, servir de guía e inspiración, pero en última instancia la vida es lo que hacemos de ella.

La exploración de nuestro yo más profundo nos procura entendimiento. Con éste, podemos empezar a crear la vida que deseamos vivir.

Copyright © 2003 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