



Gobernar la mente

Una de las metas más elevadas en nuestro progreso espiritual es recuperar la soberanía interior, es decir, que el alma gobierne su mundo interno: la mente, el intelecto y las tendencias.

En particular, es la mente la que hace que fluctúe el estado de soberanía. El alma es el soberano y la mente es su ministro, sin embargo a veces es la mente la que se hace soberana y somete al alma. La conciencia correcta es: yo, el alma, soy el rey. La mente no es el rey, es el ministro. Cooperar conmigo. Ser constantemente el amo de la mente se describe como tener el derecho a la auto-soberanía.

Si la auto-soberanía no es constante significa que a veces tenemos un derecho y otras veces nos volvemos dependientes. Para conseguir la anhelada paz y armonía en nuestro reino interior, lo primero que necesitamos es controlar la mente. El significado de soberanía interior es que el alma tiene el poder de gobernar. Sin poder de gobernar, nuestro reino no puede funcionar.

El obstáculo más importante en gobernar nuestro reino lo constituyen nuestros viejos hábitos y tendencias basados en una conciencia falsa, la conciencia limitada e ilusoria del ego, a partir de la cual hemos creado apegos, debilidades y defectos.

Para recuperar la auto-soberanía necesito enfocar mi mente en la fuente suprema de paz y pureza, el ser supremo, y llenarme de fortaleza y poder espiritual, para estabilizarme en una conciencia elevada y recuperar la capacidad de gobernar mi mente con armonía y estabilidad.

La naturaleza original del alma es la misma que la del ser supremo: el alma es por naturaleza benevolente, benefactora, llena de buenos deseos y sentimientos puros hacia todas las almas. Esta es mi naturaleza original y la experiencia que tengo que nutrir y sustentar diariamente.



Brahma Kumaris World Spiritual University

Copyright © 2009 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

E-mail: reflexiones@aembk.org

Web internacional: www.bkwsu.org