

Liberarse de los deseos (2)

Para liberarme de los deseos, en primer lugar necesitamos comprender el ser. Los deseos se basan en la ilusión de que satisfaciéndolos, conseguiremos la satisfacción y plenitud. Nada más lejos de la realidad. Intentamos llenar a través de logros y experiencias externas algo que es de una naturaleza diferente: nuestro ser espiritual. En realidad, lo que necesitamos es llenar el ser con las experiencias y cualidades que necesita: paz, amor, silencio, belleza, armonía... Entonces veremos como la fuerza de los deseos se reduce, en la misma proporción en que nuestro bienestar y satisfacción internos incrementan.

Entonces empezamos a comprender las leyes espirituales que rigen las relaciones: Si pedimos a los demás que nos muestren amor y respeto, hagámonos dignos de recibir amor y respeto. Si esperamos que los demás sean virtuosos y comprensivos; convirtámonos primero en lo que queremos que sean los demás. Si tenemos la expectativa de que los demás nos den lo mejor de sí mismos, aceptemos lo que sea que nos den y empecemos desde ahí. Si nos aferramos a los demás, convencidos de que son la fuente de mi felicidad, desprendámonos de todos los soportes adictivos. Seamos libres.

Una mente con deseos nunca puede estar pacífica. "No cooperas conmigo", "no me escuchas", "no me comprendes", "no se me valora lo suficiente"... Todas estas son acusaciones y demandas de una mente egocéntrica y llena de deseos, que finalmente hará que nos sintamos no escuchados, no amados y solos.

Es decir, hasta el momento en que la mente se escuche a sí misma y reconozca la necesidad de estar en silencio y enfocarse en Dios, la verdadera fuente de felicidad y dicha espiritual.

Copyright © 2002 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

