

Meditación Raja Yoga

Los hábitos, las profundas adicciones del alma, nos gobiernan como un emperador a su reino. Con el tiempo, los hábitos se imponen a la lógica y la razón, y hacen lo que les viene en gana sin importarles el verdadero bienestar de la persona. La mente es el trono de estos emperadores que, como tiranos, usurpan la paz y la claridad y gobiernan sin dulzura ni consideración.

La meta de la meditación Raja Yoga es cambiar nuestros hábitos y derrocar a estos tiranos. Para lograrlo necesitamos un intelecto lleno de conocimiento espiritual. Hemos de utilizar el tercer ojo del conocimiento. Mediante el conocimiento, el entendimiento vuelve al alma humana y la capacita para vencer a los tiranos de la mente. El conocimiento es necesario, pero también lo es el silencio. Estando en silencio podemos conectarnos con Dios, lo que nos da el valor para recuperar nuestra dignidad perdida. Nuestra dignidad original estriba en ser nuestro propio gobernante. El Raja Yoga consiste en aprender a gobernarnos, recuperando nuestro reino interior y nuestro trono.

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