

Pautas para crear una conciencia más elevada

Practicar pensamientos puros

Soy lo que pienso. La mente está constantemente ocupada en el proceso de crear pensamientos, de modo que es prácticamente imposible tener una mente viva y vacía. Indudablemente, todo mi mundo ha sido creado por mis pensamientos. Algunas veces los resultados de estos pensamientos se manifiestan inmediatamente, y otras veces transcurre mucho tiempo hasta que se expresan en la práctica. Sin embargo, es un hecho que los pensamientos acaban por hacerse realidad cuando se pone en ellos energía y atención constantes. Mis pensamientos son la base de todas mis acciones. Si me veo forzado a pensar, y pensando creo el mundo que me rodea, negativo o positivo según sean las acciones negativas o positivas, ¿no sería sensato de mi parte tener pensamientos más puros y elevados de manera que el mundo que yo cree corresponda a esa calidad pura, noble y elevada?

¿Y qué es un pensamiento puro? ¿Son puros todos los pensamientos por el simple hecho de ser pensamientos? Un pensamiento puro es el que está libre de todos los vicios, tales como la soberbia, el odio, el orgullo, los celos, la codicia y la ira. Cuando un pensamiento puro se convierte en acción enriquece tanto al creador como a la creación. Un pensamiento puro es la energía que se crea en el más alto nivel de respeto por sí mismo, pero esta energía se proyecta más allá del propio ser y eleva todo lo que toca. Los pensamientos puros son raros, como lo evidencia el mundo que he creado a mí alrededor. La contaminación reinante en todos los ámbitos muestra la impureza presente en el proceso de creación de pensamientos.

Considera los problemas como oportunidades

Cuando se presenta un problema, ¿me atemoriza o lo veo como un desafío? Algunas veces el mundo entero parece un problema; otras veces necesito crear problemas de tal manera que pueda mantenerme ocupado. Un problema sólo es tal cuando lo llamo problema. Una situación es tan difícil como yo quiero que sea. Las dificultades y las decepciones son acontecimientos que me conducen a la madurez. Después de todo, la sabiduría no llega necesariamente con la edad, sino que es un regalo de la experiencia. Tiendo a imaginar que mis problemas son más grandes y más importantes que los de los demás. De hecho, sentir que mi problema es peor que el tuyo y que, por lo tanto, debes tenerme consideración, es una forma sutil de soberbia. A veces estoy tan confundido y tan deprimido que no puedo ver de manera clara cómo salir de un problema dado, y el resultado es que crecen el miedo y la tensión. Me vuelvo irritable y siento lástima hacia mí mismo. En ese estado mental, el más pequeño obstáculo se hace enorme. Sigo huyendo de las situaciones que considero desagradables y, cuanto más huyo del problema, más difícil es resolverlo.

Las leyes eternas

Todo lo nuevo necesariamente envejece. Todo pasa por este proceso. Miro hacia el pasado. En un segundo o menos, mis pensamientos me llevan a un lugar lejano tanto en el tiempo como en el espacio. Por un momento, recreo las escenas del pasado para luego regresar al presente con una sonrisa en el rostro. Pero rápidamente cambia mi sonrisa y suspiro cuando me doy cuenta de cuán diferente es el presente. ¿Qué ha ocurrido? ¿Por qué no puede seguir igual? Hay una ley sencilla que afirma que "todo lo nuevo necesariamente envejece". Siempre es bueno conocer las leyes. Tal vez piense que no tienen mucho sentido, tal vez incluso esté en desacuerdo con ellas. Sin embargo, algunas leyes no se pueden cambiar, de modo que aprendo a vivir con ellas y a observarlas. De nada sirve preguntarse por qué, cómo, cuándo o dónde. Lo importante es comprender las leyes de la vida y sacarles provecho. Existen tres leyes inmutables que hay que recordar:

- 1. Lo que se siembra, se cosecha.*
 - 2. Todo lo nuevo envejece.*
 - 3. Lo que no se usa se pierde.*
-

Copyright © 2007 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