

Paz, amor y felicidad

Cuando estás en paz puedes escuchar con atención y estar completamente presente.

Esto es un acto de amor que los demás agradecerán. De la paz nace el amor y se manifiesta en la forma de respeto y aceptación.

El amor no es sólo un sentimiento, si no que se demuestra en las palabras y en las acciones. El amor es la fuerza que te da vida. Cuando recibes amor pierdes el miedo y eres capaz de dar lo mejor de ti mismo. La forma práctica del amor es el respeto.

Respeto significa aceptar que cada individuo es único y distinto, pero que a la vez, tiene algo importante y valioso que aportar.

Una madre enseña a su hijo con amor y paciencia hasta que el niño poco a poco va aprendiendo. Conviértete en una madre y enseña a tu mente a tener pensamientos positivos y a dejar de tener preocupaciones. Entonces cuando quieras estar en paz, tu mente te obedecerá.

Muchos creen que la felicidad se consigue a través de la riqueza material, y es verdad que te da una sensación temporal de bienestar. Pero, no es más rico el que más tiene sino el que menos desea.

Ser feliz es el fruto de la apreciación de todo lo que la vida te ofrece cada día, a cada momento. Aprende a leer la realidad con otros ojos y habrás aprendido el arte de permanecer pacífico y feliz. Cuando ves problemas sientes miedo y tensión, cuando ves los problemas como tus profesores, aprendes la lección, maduras y te fortaleces.

La felicidad es el fruto de la riqueza, pero, ¿de qué riqueza? A menudo la riqueza material trae consigo el miedo a perderla. La auténtica riqueza es la de la sabiduría, que te permite vivir la vida como una expresión de tus valores internos.

La felicidad crece cuando haces algo por ti y para los demás.

Copyright © 2005 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