

Prestar atención a las intenciones

Un cambio personal positivo se inicia en nuestra conciencia. Responsabilizarse personalmente de los pensamientos, palabras y acciones es tomar el control del volante y poner el proceso de cambios en movimiento. De esta manera conduciremos nuestros pensamientos hacia la dirección precisa y valiosa; frenaremos las palabras hirientes antes de emitirlos; sabremos cuándo “hacernos a un lado” para evitar “chocar” con otro; y mantendremos el motor en funcionamiento de forma consistente para que la batería se mantenga cargada mediante acciones puras, realizadas sin esperar nada a cambio. Cuando prestamos atención a las motivaciones y a las intenciones, el motor funciona sin problemas y recorreremos un mayor kilometraje en términos de progreso y resultados.

Es necesario hacer un examen rutinario. Las diferencias entre las intenciones positivas y las negativas son sutiles y a veces difíciles de detectar. La costumbre de ver y hablar sobre los defectos de los demás, por ejemplo, a veces es consciente y a veces no lo es. De hecho, el hábito puede estar tan arraigado que ni siquiera advertimos que estamos teniendo pensamientos inútiles sobre las debilidades de los demás. A menudo, tales pensamientos son las semillas de los chismes. Estos tienen un efecto directo o indirecto no sólo en la persona de la cual se habla, sino también en los chismosos. Aunque esta conducta se pueda defender como inocente, las huellas dejadas por las intenciones negativas se vuelven más profundas y deterioran el ambiente.

Otras formas de intenciones negativas incluyen el demostrar que uno tiene razón reprimiendo a los demás; manipularlos, aunque sea sutilmente; esperar el respeto de los demás sin respetar o depender de otros debido a la propia imperfección o inseguridad interna.

Aun cuando algunas de estas motivaciones pueden ser claramente evidentes para uno y para los demás, otras intenciones pueden estar ocultas incluso para uno mismo y requieren de un examen profundo para detectarlas, entenderlas y cambiarlas.

Las intenciones positivas, por otro lado, se pueden reconocer cuando, de forma natural y espontánea, respetamos y beneficiamos a los demás; apreciamos la originalidad y las cualidades de todos y les damos la libertad de ser ellos mismos. Incluso cuando debemos decir palabras que puedan percibirse como una medicina amarga, como opinar sobre una conducta inapropiada o sobre algo que pueda afectar la vida de alguien, las palabras se pronuncian directa y honestamente, con humildad y con consideración hacia la sensibilidad del otro.

Cuando se trata con dignidad y respeto al receptor de la opinión, se le escucha con empatía y se le implica en las decisiones sobre los cambios, el diálogo se puede experimentar como algo positivo, que abre las puertas

a la oportunidad y da a esa persona la experiencia del logro. Las intenciones positivas fortalecen al instrumento o al emisor de esta información para que permanezca "limpio" y "directo", incluso cuando da un mensaje delicado.

Copyright © 2004 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