

## ***Principios del Pensamiento Positivo***

---

Los siguientes principios del pensamiento positivo pueden ayudarte a reconocer y evaluar la calidad de tus pensamientos. Estos principios nos recuerdan que el auto-respeto es la base para enfocar todas las situaciones. De este modo no somos disuadidos por las apariencias negativas o por la falsedad sino que mantenemos una actitud de auto-confianza y predisposición a encontrar el beneficio oculto en todo.

- La base del pensamiento positivo es tener auto-respeto y desarrollar contentamiento interno.
- Pensamiento positivo es alcanzar un estado mental de neutralidad en el que los pensamientos están libres de la resistencia o la oposición de la negatividad.
- Pensamiento positivo implica evitar activamente involucrarse en proyecciones mentales. Es decir, evitar proyectar en los demás las trampas y engaños que están en nuestro propio mundo interno. La proyección distorsiona nuestra percepción y limita nuestra visión del mundo.
- Pensamiento positivo significa liberarse de preocuparse acerca de los demás.
- Pensamiento positivo se basa en estabilizarnos en la conciencia natural de nuestro ser espiritual, un ser de paz, pureza, fortaleza y sabiduría.
- Pensamiento positivo es darse respeto a uno mismo rechazando cualquier visión negativa de alguien hacia nosotros. De esta manera fortalecemos la confianza en el ser.
- Auto-respeto significa reafirmar que somos un alma pura y pacífica. Desde este sentido espiritual de identidad, podemos resistir los pensamientos peyorativos acerca de nuestra valía e integridad personal creados en nuestro interior o en otros.
- Auto-respeto implica auto-confianza. Mantenemos consideración hacia nuestro ser independientemente de la alabanza o la difamación, el éxito o el fracaso. Mantenemos una actitud de amor, paz, fe, coraje, perseverancia, entusiasmo y felicidad.
- El contentamiento nos capacita a tener un corazón grande y generoso, sentimientos benevolentes hacia los demás, facilidad en perdonar y olvidar el pasado, así como para estar libres del miedo.
- Pensamiento positivo es pensamiento independiente basado en valores y principios elevados. No se basa en la reacción ante las apariencias o en la dependencia de que las personas, lugares y cosas sean de acorde a nuestras expectativas.

---

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](mailto:reflexiones@aembk.org)

Web internacional: [www.bkwsu.org](http://www.bkwsu.org)

Web nacional: [www.bkwsu.org/spain](http://www.bkwsu.org/spain)