

Recargar la batería

Nuestros pensamientos son nuestra propia creación. Si lo decidimos, podemos conseguir que nuestra conciencia limitada de cuerpo se desvanezca y guiar nuestros pensamientos hacia la conciencia de nuestra identidad eterna. Usando el poder de nuestra mente accedemos a las cualidades interiores de paz y positividad que corresponden a nuestra naturaleza original, pero que han sido ensombrecidas por las formas de pensar y actuar limitadas y materialistas en exceso.

Redescubrimos los sentimientos benevolentes – una buena voluntad natural – vinculados a esas cualidades positivas. Los sentimientos, a su vez, influyen de forma positiva nuestro comportamiento. Cuanto más profunda es la experiencia, mayor el efecto. A medida que la mente y el cuerpo se van recargando, como una batería, con este poder positivo, se desarrolla un resplandor natural de amor y felicidad.

Además, nuestro comportamiento influye nuestra meditación. Si actuamos de forma que nuestros actos estén alineados con nuestras cualidades internas – con nuestro verdadero ser – seremos capaces de experimentar fácilmente esas cualidades, cuando y donde elijamos.

Gradualmente, a medida que desarrollamos la confianza necesaria para desprendernos de las tendencias egoístas, y nos volvemos lo suficientemente sabios como para reconocer y comprender esas tendencias en los demás, aprendemos a permanecer verdaderos hacia nuestro ser mientras estamos involucrados en las acciones y las relaciones.

La meditación y la vida están entrelazadas. No es posible separarlas. De acuerdo a la calidad de nuestros pensamientos así serán nuestras acciones, y la calidad de nuestras acciones retroalimenta nuestros pensamientos.

Cuando realmente comprendemos esto, queda claro que la forma correcta de vivir es casar ambos aspectos dentro de nuestra vida, y hacer esto aquí y ahora.

Las acciones realizadas en base a una conciencia negativa, sin amor, nos han conducido a una existencia carente de significado, provocando sentimientos de dolor y vacío en muchos corazones. Por otro lado, las prácticas devocionales o meditativas realizadas desde el aislamiento y que no se reflejan en nuestras acciones, han resultado en un divorcio entre la espiritualidad y la realidad, y han sido incapaces de influenciar la vida de una manera correcta.

Lo importante y deseable es conseguir que nuestra conciencia sea capaz de disfrutar de toda la riqueza de una vida de compromiso e implicación en el mundo, pero impulsada por la energía y el poder espiritual que la meditación puede proporcionar.

Copyright © 2006 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