

Relaciones positivas

La persona sensata sabe que enfadarse con alguien es perder tiempo y energía.

Después hay que esforzarse por reconstruir esa relación. Es mucho más útil, respirar profundamente, poner atención a tu actitud y responder sin apresurarte. De esta manera, mejora y fortalece tus relaciones con los demás, crea confianza y ellos perdonarán tus errores.

Para crear buenas relaciones:

Con tu mente, piensa en lo que puedes aprender de los demás.

Con tus ojos, mira las cualidades de los demás.

Con tus palabras, valora, reconoce y aprecia sus logros.

Con tus acciones, colabora y haz algo por los demás.

Para vivir en paz procura no depender de nadie, pero a la vez ayuda a los demás a que no dependan de ti.

Ayúdales a ser personas independientes, libres y responsables de sus vidas. De la misma forma asegúrate de no causar pesar a nadie, Y no permitas que los demás se conviertan en una fuente de dolor para ti.

La forma más efectiva de ayudar a los demás es siempre permanecer pacífico.

Convértete en el ejemplo que los otros desean ver.

Entender las situaciones es importante y te da perspectiva, pero es esencial aplicar lo que entiendes ya que eso te da experiencia.

Si piensas que sólo tú puedes hacer algo, porque desconfías de los demás, o porque crees que eres el único cualificado para hacerlo;

1. Siempre estarás ocupado haciéndolo todo.
2. Estarás descontento de los demás, porque no hacen lo que tú quieres.
3. Te sentirás insatisfecho.

Es más efectivo invertir el tiempo en enseñar y formar a los demás.

Logramos el éxito cuando hay cooperación.

Cuando cometas un error, aprende de él. Decide no repetirlo y después olvídale.

Te sentirás bien de nuevo. Haz lo mismo con los demás. En lugar de magnificar sus pequeños errores, disuelve sus errores en tu mente y también ayúdales a olvidarlos.

Una persona sensata no critica los errores de los demás, sino que aprende de ellos para el futuro.

El gran enemigo de la paz es el ego.

El ego te hace juzgar a los demás y pensar en ellos de forma inadecuada.

Te hace forzarles a que actúen como tu quieres. De esta manera olvidas que eres un estudiante y que estás aquí para aprender.

Si en lugar de aprender, empiezas a dar consejos, a decir a los demás lo que deberían hacer, y pretendes que cambien, estás olvidando una lección importante de la vida, y es que en tus manos tan solo está tu propio cambio personal y no el de los demás.

Da felicidad y recibirás felicidad. Da paz y te sentirás en paz. Da sufrimiento y te devolverán sufrimiento. Crea aquellos pensamientos y palabras que sólo den paz y felicidad. El mundo está lleno de sufrimiento y preocupaciones. Haz algo distinto.

Copyright © 2008 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