

Sanar el corazón (2)

Para desprendernos de los sentimientos de dolor, tenemos que hacer algo más que perdonar y olvidar, ya que los sentimientos y emociones pueden volver a emerger, despertados por palabras o actitudes no amables o malintencionadas. Para estar seguro en el futuro, necesitamos borrar estos sentimientos y sus impresiones de nuestro subconsciente. Entonces dejaremos de ser vulnerables.

Pero para conseguir esto necesitamos cambiar la conciencia que tenemos de nosotros mismos, de nuestra identidad. La conciencia más común es la que se identifica con nuestra forma física y los diferentes papeles que interpretamos en la vida. A esta conciencia la denominamos genéricamente conciencia de cuerpo. Cuando reconocemos y experimentamos que somos algo más que el cuerpo, que nuestra naturaleza es espiritual y originalmente libre de las ataduras del cuerpo y la materia, a esto lo llamamos conciencia de alma.

Este es el cambio de conciencia que requerimos para sanar el corazón, ya que en la conciencia del alma, los sentimientos que emergen de forma natural son paz, amor, compasión y benevolencia.

Copyright © 2002 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