

Ser no violento

¿Somos violentos? Muchas personas que piensan que siguen un camino espiritual considerarían que no lo son, y sin embargo, cualquier clase de pensamiento negativo es, de hecho, una forma de violencia.

La ira, por ejemplo, a menudo empieza con pensamientos tales como “no me gusta esto”.

Si no somos capaces de sentir amor hacia nosotros mismos, nuestra familia o amigos, significa que hay algún tipo de violencia en nuestro interior.

Tener la actitud interna de juzgarnos y criticarnos, en lugar de hacer esfuerzos para nuestro progreso espiritual con amor, paciencia y fe, también es una forma de violencia. Al igual que lo es rechazar a los demás.

Menospreciar a alguien, hacer que alguien caiga, ser indiferente hacia los demás, son también formas de violencia.

La verdad, por otro lado, siempre es no-violenta.

La verdad nos dice que puede ser que las personas tengan defectos, pero nosotros somos los amos de nuestros ojos y así depende de nosotros elegir cómo miramos lo que sea que venga enfrente.

La verdad es que cada vez que nuestra atención se dirige a las debilidades o defectos, nuestros o de los demás, reprimimos nuestro almacén de tesoros de grandeza. Esto también es violencia.

Hemos aprendido a tener miedo de reprimir nuestra negatividad, pero reprimir nuestra grandeza conlleva una pérdida incluso mayor.

La verdad nos dice que permanezcamos sabios y compasivos, incluso cuando confrontamos la ira. Nos dice: “Mantén tu dignidad ya que eso permitirá que los demás recuperen la suya”.



Brahma Kumaris World Spiritual University

Copyright © 2010 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

E-mail: reflexiones@aembk.org

Web internacional: www.bkwsu.org