

## ***Terminar las ilusiones de la mente***

---

Necesitamos ser plenamente conscientes y conocedores de cuáles son las ilusiones de la mente que nos engañan y nos alejan de la verdad y por tanto de la felicidad y la armonía. Las ilusiones de la mente, aunque se presentan como algo real, no son más que una creación fruto de la ignorancia y de la falsedad. En India, en los textos filosóficos y religiosos, a este estado de falsedad e ignorancia se le denomina Maya.

Maya es una creación de nuestra propia mente, son pensamientos, sentimientos y percepciones basados en las expectativas limitadas, las motivaciones egoístas y los deseos. Todos estos aspectos son a la vez resultado de una noción errónea de identidad. La identidad falsa o ego, basada en una percepción limitada de nuestro ser, de quién somos. Cuando nos identificamos con nuestro rol limitado, nuestros logros, nuestras posesiones, nuestra forma física y todos los deseos y expectativas que se generan a través de ello, nuestra conciencia se basa en el ego limitado. Nos importa más lo que hacemos y lo que tenemos, que lo que realmente somos.

Cuando entregamos nuestra mente e intelecto a pensamientos y sentimientos basados en el ego limitado, entonces podemos comprender que Maya ha entrado en nuestro reino interior y nos está gobernando. El resultado es el desasosiego y la intranquilidad, puesto que una mente llena de deseos y expectativas nunca puede estar satisfecha y pacífica. Quizás consiga alguna satisfacción temporal, cuando se satisface alguno de sus múltiples deseos, pero tal satisfacción es muy pasajera y enseguida retornamos al estado de ansiedad e intranquilidad.

Para conquistar a Maya, no sólo necesitamos poder de voluntad. También necesitamos conocimiento, entendimiento y poder espiritual. El conocimiento de quién somos: mi verdadera identidad es un alma, un ser de luz espiritual, cuya esencia es la paz, el amor y la sabiduría. Y el poder sólo lo podemos obtener de una fuente. La fuente más pura y elevada: el Ser Supremo, el Alma Suprema. Sólo el Sol espiritual puede aportarnos la energía necesaria para separar de nuestro interior las sombras que Maya ha depositado en nuestro intelecto. Una vez conectamos con Dios, con el ser que es el Océano de la Paz y de todos los poderes espirituales, podemos tener una visión y perspectiva clara de cuál es nuestro estado original. La impresión de dicha y plenitud que deja esta experiencia en nuestro interior es tal que nos capacita para reconocer a Maya, la falsedad, las ilusiones de la mente en sus múltiples y diversas formas.

Por ello es esencial practicar la meditación, para retornar a un estado elevado de conciencia y recuperar la visión del valor y dignidad de nuestro ser. De este modo, la diferencia entre los pensamientos y sentimientos que vienen del alma, del ser verdadero y los que vienen de Maya, será tan obvia, que podremos conquistar la falsedad y estabilizarnos en nuestra verdadero estado original: un ser de luz, de paz, de amor y poder.

---

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)