

Una mente poderosa

El poder de la mente humana es el mayor poder que poseemos. Creados en la mente, los pensamientos se manifiestan en palabras y acciones que nos afectan no sólo a nosotros y a los demás, sino finalmente al mundo también. El mundo es, por tanto, un reflejo de nuestra consciencia.

Todo lo que crean los seres humanos se crea primero en la mente, a través de los pensamientos. Nuestras esperanzas, sueños, visiones, nuestras actitudes y valores, nuestra consciencia y maneras de ver el mundo, todo surge de las semillas de nuestros pensamientos. A través de nuestros pensamientos creamos nuestro destino. Por ejemplo, los pensamientos de Edison llevaron al descubrimiento de la electricidad, que ha contribuido significativamente a mejorar el nivel de vida de todos. Los pensamientos de Gandhi llevaron a la liberación a una nación entera a través de la resistencia no-violenta. Esto proporcionó una duradera inspiración a nivel mundial para la resolución de conflictos a través de métodos pacíficos.

Los pensamientos se pueden dividir en cinco categorías:

- Pensamientos necesarios, los que son útiles para la vida, tales como "he de comprar esta comida, etc."
- Pensamientos inútiles, que son improductivos, tales como soñar continuamente en ganar una lotería o volver de manera compulsiva hacia algo del pasado una y otra vez.
- Pensamientos negativos, que lastiman al ser y a los demás, tales como "no me gustas".
- Pensamientos positivos, que benefician al ser y a los demás, tales como "estoy seguro de que está intentándolo lo mejor que sabe y puede".
- Pensamientos elevados, que, basados en conocimiento espiritual, refuerzan el vínculo entre nuestro ser y Dios, tales como "soy un alma pacífica".

Si queremos cambiar, es obvio que necesitamos crear pensamientos positivos acerca de nosotros mismos y de los demás. A menudo esto es un desafío, ya que con el paso de los años, nos hemos afectado considerablemente por los pensamientos negativos de los otros, tales como nuestros padres, profesores y jefes. Sufrimos de una baja autoestima y una falta de auto-respeto que hace que nos sintamos internamente lisiados a nivel espiritual.

Necesitamos revisar y cambiar tales pensamientos, reemplazándolos con los pensamientos elevados y el poder del amor profundo que viene de conocer nuestra verdadera identidad espiritual y de conocer a Dios.



Brahma Kumaris World Spiritual University

Copyright © 2010 Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris

E-mail: reflexiones@aembk.org

Web internacional: www.bkwsu.org