

Vivir desde la paz

Para estar en paz, tienes que verte como un ser de paz. Esto significa pensar que estás en paz. Significa describirlo en palabras. Ser capaz de vivenciar los sentimientos que tendrías si alcanzaras ese estado de paz. Ahora cree en ello. Si lo sientes, quiere decir que es una realidad. Simplemente tienes que trabajar en ello y mantenerlo presente. Hazlo tuyo y se convertirá en tu comportamiento habitual.

Cuando dejas de preocuparte pensando que los demás tienen que cambiar y te concentras en lo que tú puedes cambiar, ocurre lo siguiente:

Primero, te sientes mejor contigo mismo.

Segundo, empiezas a tener sentimientos positivos y comprendes a los demás.

Tercero, los demás empiezan a tener una actitud positiva hacia ti.

Hay muchos beneficios escondidos detrás de tu cambio personal.

Tu actitud crea un ambiente a tu alrededor. La actitud viene determinada por tu manera de pensar y de sentir.

Te comunicas a través de la actitud. Crea una actitud positiva, llena de buenos sentimientos, y tan solo tu presencia hará maravillas.

La paz no es una actitud pasiva, es un estado activo. Es tener la determinación y la atención constantes para vivir y responder como un ser de paz ante cualquier violencia que te presente la vida. Supone ser valiente y estar alerta.

Cualquier cosa que guardes dentro de ti saldrá automáticamente.

Asegúrate, entonces, de estar siempre lleno de logros en tu carácter.

Estos se manifestarán a través de tus ojos, de tus palabras, de tu comportamiento y serás capaz de tener gran influencia sobre los demás.

Existe un punto ciego, algo que no ves, o no quieres ver sobre tu carácter. La manera de descubrirlo es a través de los demás.

Los otros son espejos que reflejan tu personalidad. Cuando algo te molesta de otro, en el fondo estás reconociendo que, esa actitud también está en ti. Cuando sientes que no te afecta y puedes dar una respuesta serena, quiere decir que está desapareciendo de ti.

La forma más poderosa de aprendizaje es a través del ejemplo. Lo que ves a través de los ojos crea un gran impacto. El corazón lo acepta y no necesita de muchas palabras.

No puedes imponer la paz a través de la fuerza, pero puedes estar en paz y crear un ambiente de paz.

Saber perdonar y olvidar es una muestra de amor. Muchos viven esclavizados por el pasado. La situación ya pasó, dejó de existir, pero sigue viva en sus mentes. Abre tu corazón, sé generoso, libérate de ese pesar, perdona y olvida. Esto te permitirá vivir cada momento presente en paz.

Copyright © 2007 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