

¿Sabes quién eres?

No tienes que responder a nadie, ni a tu esposa o esposo, ni tampoco a tus hijos. Solo a ti, en tu momento más privado: «¿Conozco quién soy?».

Alguien podría decir: «Soy abogado». Bien, pero tú no eras abogado cuando tenías diez años. Entonces, ¿quién eres? «Soy médico». Muy bien, sobre todo si eres uno bueno; pero no siempre lo fuiste ni lo serás para el resto de tus días.

¿Quién eres? Tu visión de la vida cambia en función de si las cosas salen como tú quieres o no. Eres totalmente susceptible al dolor y a la tristeza, a la alegría y a la felicidad y también a todas las cosas dolorosas que suceden en la vida.

Y sin embargo, existimos. En cada ser humano hay una necesidad de comprender y prosperar en vez de ser una víctima.

Has escuchado decir lo importante que es pasar tiempo con tu hijo o con la persona que amas. También es muy importante pasar tiempo contigo, tiempo de calidad. Sin confusión, con claridad para así recibir con los brazos abiertos el regalo de la vida y no darlo por garantizado.

También es muy importante
pasar tiempo contigo, tiempo de calidad.

Prem Rawat



PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA PAZ

Tema 4 • La conciencia de sí mismo

Cuando se trata de cuidar de uno mismo, la pregunta clave es: «¿Quién soy yo?».

Pero la gente dice: «No tengo tiempo para pensar en eso; estoy muy ocupado. Tengo que trabajar y hacer muchas cosas». Pero ¿puedes darte el lujo de perder contacto contigo mismo? Creo que muchos de los problemas del mundo existen porque la gente ha perdido el contacto consigo mismo.

Las personas que sufren tratan de lograr lo que muchos piensan que es la paz, pero en realidad lo que hacen es anesthesiarse. Hay una gran diferencia entre eso y el logro consciente de la paz. Cuando te anestestas puedes vivir sin preocuparte por nada durante un cierto tiempo ya que como estás anestesiado, no te puedes preocupar.

Hablo de una paz que se consigue siendo consciente, siendo consciente de tu ser, del valor de este momento llamado *ahora*, siendo consciente del regalo llamado *hoy*. Consciente de que estás vivo.

Hablo de una paz que se consigue
siendo consciente de tu ser.

Prem Rawat

