



TAREA 1: MANEJAR EL PENSAMIENTO CONSCIENTE

Manejar conscientemente el pensamiento es un objetivo de maestría espiritual para relacionarnos conscientemente con la realidad y con el plano superior.

El pensamiento que tú tienes crea tu mundo interno y tu mundo interno crea tu mundo externo por correspondencia. No estoy hablando que creamos la realidad a nivel físico, sino que, en el mismo plano físico, hay realidades diferentes psicológicas. Por ejemplo, un colegio siempre es el mismo, pero que se goce o no de las clases depende del mundo interno del estudiante. El alumno/a no crea las aulas, pero sí la correspondencia con un curso determinado en que estudia y también la vivencia interior que tiene al cursarlo. Cuanta mayor conciencia, mayor goce.

Crear el mundo interno de forma consciente (vivir desde el amor, al margen de lo que, físicamente, nos toque vivir) es clave para poder relacionarme con la realidad de forma limpia y consciente y sin sufrimiento.

Obviamente, hay algunas creencias que nos impiden ver la realidad y hay que ir las poniendo en duda (entender que cuando las creemos nos generan sufrimiento para aprender).

Las creencias falsas que más dolor nos producen son, en general, las siguientes:

- Creer que la maldad existe.
- Creer que la injusticia existe.
- Creer que la culpa existe.

- Creer que tener que salvar a los demás es bondad (cuando es interferencia).
- Creer que soy propietario de alguien o algo.
- Creer que el amor es exclusivo, cuando es universal.

➤ **¿Por qué crees que son falsas?**

| | |
|--|--|
| 1. <i>Creer que el mal existe</i> | |
| 2. <i>Creer que la injusticia existe</i> | |
| 3. <i>Creer que la culpa existe</i> | |
| 4. <i>Creer que tener que salvar a los demás es bondad</i> | |
| 5. <i>Creer que soy propietario de alguien o de algo</i> | |
| 6. <i>Creer que el amor es</i> | |

| | |
|------------------|--|
| <i>exclusivo</i> | |
|------------------|--|

Recuerda que todo lo que tú deseas a los demás, te lo haces interiormente ti.

Por tanto, intenta desear lo mejor a los demás: harás un excelente uso de tu pensamiento.