

¿Hablamos de una crisis de valores o una crisis económica?

Martha Escamilla R
Psicóloga, especializada en trauma
www.traumatreatments.com

Se hacen trasplantes de corazón, de medula, de riñones, implante de caderas, el hombre va y viene de la luna, o de marte, habla desde su móvil con sus amigos que están a 5000 mil kilómetros de distancia y además los puede ver! Estos y muchos más, son extraordinarios avances que se han hecho a nivel mundial, las personas tienen a su alcance mas bienes materiales pero en el fondo, el hombre esta mas solo y deprimido que antes y la sociedad mas enferma que nunca. Cada vez escucho más personas manifestar abiertamente el no sentirse feliz en sus vidas. ¿Será que estos avances nos han llevado a poner nuestra atención fuera de nosotros mismos, alejarnos de la tierra, de nuestro vecino, de nuestra esencia? Como es posible que niños de 8 años estén pensando en suicidarse, que un amigo robe al otro, que un hombre se inmole y mate con él a cientos de personas inocentes, que se maten unos a otros en nombre de Dios, que un hombre mate a golpes a su pareja, que nuestras reservas forestales sean destruidas por fines individualistas y que estemos contaminando cada vez más los ríos, el aire, el planeta y seamos los causantes del cambio climático. La culpa, la rabia, la violencia, el egoísmo, el anhelo de poder se han convertido en nuestros amigos... estamos hablando de crisis económica o más bien de una crisis de valores?

El miedo se ha instalado en nuestras vidas : miedo a amar, miedo a ser vulnerable, miedo a no tener, miedo a las enfermedades, miedo al cansancio mental y físico, miedo al paso de los años, miedo al exceso de obligaciones y a la falta de sentido de la vida, miedo a tener, miedo a la soledad, miedo a sentir, miedo al miedo, miedo a no ser , miedo al qué dirán, ... y en este miedo muchos buscan la excusa para robar, matar, mentir, traicionar, no trabajar, sobornar, para ser cruel con otros. Nada es suficiente, siempre se quiere más...se han perdido los parámetros. La codicia forma parte de nuestra realidad cotidiana.

Dice Sri Bhagavan "Hoy el hombre es un ser confundido. La sociedad está estructurada de manera tal, que presenta una variedad de opciones y actitudes en la vida; sin embargo, esto cumple un propósito que es robarle su libertad". La sociedad no quiere hombres vulnerables, débiles, quiere hombres de poder. Erróneamente, el

poder no lo dan las posesiones materiales, los cargos, el estatus y muchos enfocamos nuestra vida en conseguirlos, pero esto, a la larga, nos lleva a desconectarnos de nuestras emociones, nuestra esencia, nuestros valores y perder nuestra identidad y hoy el hombre está en crisis... estamos en crisis. Sri Bhagavan continua diciendo: "Cuando los temas tan mundanos se tornan tan difíciles, las opciones más elevadas de la vida se dificultan mucho mas y cuando se trata de elegir "el destino de tu vida" la tarea adquiere proporciones Herculeas"

¿Que hacemos entonces? , ¿Como redescubrir el camino?, ¿como liberarnos del conflicto interno?

VOLVIENDO A SENTIR Y RECONECTARNOS CON LO QUE ES, CON LA NATURALEZA, CON NUESTRA PROPIA ESCENCIA!

Sentir es el mecanismo emocional que nos contacta con nuestro mundo interno y externo. Es la brújula o aguja que nos mostrara que algo falla y también nos guiara hacia nuestro norte. Reconectémonos con nosotros mismos, usemos el corazón para mirar adentro y la mente para analizar. La mente necesita del corazón, no podemos vivir solo en nuestra mente, analizando. Sir Bhagavan dice "Deja que el corazón mire hacia dentro, que renazca tu intuición. La mente decide los pros y contras, la ganancia y la pérdida de cada profesión, pero el Corazón de hecho ve y siente la personalidad, talento y potenciales de los cuales eres capaz. La naturaleza lucrativa de la Carrera elegida estimula la mente, pero la naturaleza dichosa de la profesión captura el Corazón".

Hoy más que nunca debemos recuperar el contacto con la naturaleza y confiar en nuestro conocimiento interior, escuchar sus consejos. No destruyamos nuestro mundo. De acuerdo al libro "las Voces del desierto" que narra la increíble leyenda de una comunidad indígena australiana, ellos dicen: "Sólo cuando se haya talado el último árbol, sólo cuando se haya envenenado el último río, sólo cuando se haya pescado el último pez; sólo entonces descubrirás que el dinero no es comestible. Nací con las manos vacías, moriré con las manos vacías. He visto la vida en su máxima expresión, con la manos vacías".

No culpemos a otros de nuestra forma de ser, de nuestro malestar, Enfrentemos amorosamente nuestras "sensaciones negativas", nuestros malestares, como dice David Richo" Solo cuando tengas el valor de enfrentar las cosas como son, sin ningún autoengaño o ilusión, brillara una luz a partir de los sucesos y se abrirá el camino". Abraza tus miedos, ellos te harán libre.