

## **CONFERENCIA: *La influencia de mi Conciencia en el Medio Ambiente***

**François Becher - Brahma Kumaris- Francia**

¿Qué tan conscientes estamos del estado del planeta?

¿Estamos interesados en el bienestar del planeta o en el bienestar de nosotros mismos? Hay una conexión estrecha entre los dos: si hay bienestar del planeta, todos estaremos bien. Sabemos que el planeta está enfermo, pero debemos saber por qué el planeta está así. La mayoría de las personas están preocupadas por el estado del planeta. Los gobiernos de algunos países están preocupados y hacen programas para mejorar el medio ambiente como en la Conferencia de gobiernos para el cambio climático (COP), que se celebra cada año, donde los gobiernos se comprometen a desarrollar programas para mejorar el planeta y sus habitantes.

Hoy en día, con la tecnología, podemos observar el planeta con los satélites. Conocemos el planeta mejor que antes, el problema es que no nos importa realmente su estado. También observamos que cada día aumenta la población. Estamos trayendo desequilibrio al planeta con nuestras actividades diarias.

Anteriormente nuestros abuelos no tenían todos estos conocimientos actuales de la ciencia, pero tenían respeto por la tierra, tenían la creencia que el planeta era un regalo de Dios, un lugar sagrado. Los científicos ven como explorar más los secretos del planeta, pero abandonaron lo sagrado.

**En primer lugar**, hemos perdido lo sagrado que era el planeta y nos separamos de nuestro hogar, de nuestra casa. Ni siquiera nos dimos cuenta de que el planeta es un organismo vivo, con órganos como nuestro cuerpo. Hoy sabemos, que cada parte tiene su papel para desempeñar; cada parte tiene su importancia, en el cuerpo humano; el corazón, los riñones, todo tiene que estar en su lugar y funcionar bien. Sólo ahora es que estamos entendiendo el rol de la Flora Amazónica, el rol de la Antártida, incluso el rol del desierto del Sahara, de las corrientes oceánicas y de los volcanes que están bajo el mar. Y nosotros sólo ahora es que estamos comprendiendo que todo eso está en su lugar correcto, todo eso ayuda a regenerar el planeta que es como un organismo vivo. El planeta tiene una capacidad para dar y una capacidad para absorber. Estamos tomando mucho más y damos más basura para que el planeta absorba. Estamos dándole cada vez más basura y nuestro desperdicio es demasiado y es tóxico. Tenemos aquí una crisis.

**En segundo lugar**, no nos hemos dado cuenta de que el planeta entero funciona como un sistema cíclico. Ya conocemos el ciclo del carbón, del agua, de la luna, de la tierra gravitando alrededor del sol, las estaciones del año, incluso el ciclo de uno mismo y nosotros nos hemos salido de ese ciclo natural y no nos damos tiempo para renovar, abandonamos ese ciclo natural y entramos en un sistema lineal, y la línea va hacia arriba más y más cada día, producir más y más.

Según las estadísticas, nosotros en los últimos 40 años nos hemos gastado alrededor del 30 % de todos los recursos que no son renovables; miramos el océano y vemos que hermoso es, pero sin darnos cuenta de qué hemos hecho con él. Sólo piensen en la industria del pescado; el satélite te indica donde hay que pescar, 90 % de los peces se terminaron, ni siquiera nos damos cuenta de que los peces tienen un rol que desempeñar. La mayoría del oxígeno viene del océano y no de los árboles. Cortamos 2000 árboles por minuto en la amazonia para plantar soya. Creemos que producen soya para la gente y no, es para alimentar el ganado, y luego comen esa carne que es muy costosa ¿Cuánta agua necesita el ganado?

Sabemos que la energía principal que utilizamos es de origen fósil, cómo el carbón que crea el dióxido de carbono que genera el problema climático, y uno ve que el clima está cambiando en todo el mundo, eso trae más consecuencias negativas, eso se debe a la forma en que usamos la energía. La mayor cantidad de dióxido de carbono es absorbido por el mar y éste cada vez se está volviendo más ácido y estamos como asfixiándonos. Así que creamos una crisis, esa crisis se debe a la forma en que vivimos, consumimos demasiado, no hemos hecho la conexión de la forma en que vivimos y la forma en que nos estamos alimentando y ahora entramos en un sistema que absorbe tanta energía. La crisis fue creada por los seres humanos y es por eso que tenemos que reaccionar. ¿Tenemos consciencia de lo que le estamos haciendo al planeta? Podemos decir que es el sistema, el sistema fue planeado, para poder hacer la economía funcional, la economía es producir, producir. Nuestro sistema es lineal porque **extraemos, producimos distribuimos, consumimos y echamos a la bolsa de basura**. La mayoría de los productos al salir de las fábricas ya generan el 70% de basura.

He encontrado un amigo que estaba viviendo en París, estaba muy molesto con el sistema, una vida de consumismo sin sentido, el ser un depredador del planeta; se fue a la montaña a cuidar vacas y sintonizarse consigo mismo. Cuando lo visité me dijo unas palabras que me hicieron pensar un poco, él me dijo:

*“No sabemos qué estamos haciendo, estamos separados: El día que nos separamos de nosotros mismos creamos filosofía. El día que nos separamos de nuestro propio cuerpo, creamos la medicina, El día que nos separamos de la gente, creamos la política. El día que nos separamos de la naturaleza creamos el medio ambiente. El día que nos separamos de los elementos creamos la ciencia. El día que nos separamos de Dios buscamos o inventamos religiones”*

O sea que perdimos la brújula de la vida porque no sabemos cómo hacer la **conexión con nuestro propio ser**. Perdimos el conocimiento del ser verdadero, tenemos la idea totalmente equivocada de quienes somos, del ser interior, perdimos la comprensión de esa conexión con nuestro ser y perdimos conexión con otras personas. Cuando no te conoces a ti mismo no aprecias tus propias cualidades y no aprecias los valores que tienes. No ves la belleza que hay en ti, probablemente verás al otro siempre mejor, no tenemos esa alta estima para uno y sí para otros.

La Meditación es ver hacia dentro, meditación es la ciencia del alma, es comprender el ser y conocer los poderes del ser: los valores, esa es la meta de la vida, conocer todos tus potenciales.

Descubrir las cualidades, lo que hacemos en la meditación está sintonizado con nuestras cualidades. Todos somos seres de paz, amor y armonía. ¿A quién no le gusta la felicidad, la pureza, la autenticidad?, todos esos valores profundos están en nosotros, tenemos que darles luz, si no los alimentamos no crecen. A veces tratamos de cambiar a las personas, pero no funciona, la única persona que puedes cambiar es a ti mismo.

Yo no debo esperar nada de nadie, pero yo fácilmente puedo dar, sólo cuando das puedes recibir. Actualmente vemos a nuestro alrededor que las personas tienen un vacío interno, espiritualmente estamos vacíos y siempre estamos buscando, pero esperamos que el planeta nos de todo. En la sociedad de consumo creen que mientras más dinero tengan, más pueden comprar felicidad. Es la falta de espiritualidad la que crea desequilibrio en el ser humano.

Decía Gandhi. *“Necesitamos vidas sencillas, pensamientos elevados”*. En la vida no necesitamos mucho. Pero tenemos que desarrollar nuestra conciencia, debemos observar la calidad de nuestras relaciones, acercarnos más a Dios, desarrollar valores y cuando alcancemos esto, tendremos más sencillez. Tenemos demasiadas cosas materiales. ¿Se imaginan cuál es el cambio que tenemos que hacer? ¿Estamos listos para vivir más sencillo? ¿Desarrollar más relaciones? ¿Tener una vida superior aquí? Nuestra mente necesita hacer un cambio, **estar en la perspectiva más espiritual.**

Hemos pasado por cuatro crisis: **1. Crisis de Identidad:** No nos conectamos con nosotros mismos. La atención está puesta en lo que tenemos, un buen trabajo, un buen carro, un buen computador, un buen celular, posesiones y creemos que hay éxito. Al final tenemos que cambiar el paradigma: **de “Yo tengo al de Yo soy”**, lo que **soy** es lo más importante. Lo que tienes, lo vas a perder, eso genera miedo. Aunque tengas más no te satisface, porque desarrollas cada vez más y más deseos.

**2. Crisis de pertenencia:** Necesitamos pertenecer, la vida no es tomar y tomar, la vida es dinámica de cambio. Cuando das, recibes. Cuando das, tomas bendiciones cuando das, te sientes bien y siempre recibes algo, puedes llamar lo que recibes como amor o afecto, de pronto respeto o consideración. Cuando das, recibes y por esto te sientes bien.

**3. Crisis de inseguridad y falta de sentido:** Si no hay relación con uno mismo, y relación con los otros, te sientes inseguro. Antes las casas estaban siempre de puertas abiertas, todos éramos bienvenidos, ahora hay miedo e inseguridad, perdimos la confianza y demás valores. Necesitamos tiempo para pensar y reflexionar. ¿Estoy consciente del sistema y del estado del planeta? ¿Estoy consciente de mí mismo? Si no estoy consciente de mí mismo tampoco estoy consciente de lo que está pasando. ¿Quién tiene el poder? Nosotros tenemos el poder, sólo tenemos que ir de nuevo al interior y volvernos conscientes y tenemos todo en nuestras manos, la calidad de nuestra vida, de cómo queremos vivir nuestra vida. El cambio empieza cuando nosotros decidimos que tipo de vida queremos vivir. Éste es el cambio que estamos esperando. Debemos cambiar el comportamiento, pero para cambiar el comportamiento debemos tener realización y nadie puede cambiar su comportamiento sin tener consciencia, primero viene la conciencia, luego yo cambio mi comportamiento. Y, eso hace que yo cambie mi estilo de vida y hace que cambie mi relación con el planeta. Primero yo debo ver qué puedo hacer, cómo debería comportarme, cómo debería

vivir y estar consciente que la forma en que vivo afecta al planeta, todo empieza con conciencia, reflexión y formación.

Los invito a aprender a meditar para conocerse a sí mismos, despertar la conciencia y poder ayudar a los demás y al planeta.