

COMO SER UNA MUJER REALMENTE EXCEPCIONAL

REVELACIONES DE UN YOGUI
por Paramahansa Yogananda.

¿Habrá un poder que descubra riquezas escondidas y tesoros jamás soñados? ¿Habrá una fuerza que podamos utilizar para la consecución de la salud, de la felicidad y de la iluminación espiritual?

Los santos y sabios de la India enseñaron que existe ese poder. Revelaron verdades que hemos descuidado u olvidado, pero que están siempre a nuestro servicio, si verdaderamente nos esforzamos en aprovecharlas.

Tu éxito en la vida no depende sólo de tu habilidad natural sino, también, de tu resolución en aprovechar las oportunidades que se presenten. Las oportunidades no vienen por azar; son resultado de algo anterior. Han sido creadas para ti misma en un pasado reciente o lejano.



Puesto que las has merecido, aprovéchalas para tu mayor beneficio. Puedes hacer tu vida mucho más digna de ser vivida, ahora y en lo futuro, si concentras tu atención sobre tus necesidades inmediatas y empleas luego todo tu conocimiento y todas tus capacidades para satisfacerlas.

Debes desarrollar todos los poderes que Dios te dio, los poderes ilimitados que provienen de las más íntimas fuerzas de tu ser. Si piensas rectamente encontrarás tu meta, aún estando envuelta en oscuridad, pues el éxito o el fracaso vienen de acuerdo con el pensamiento predominante. En consecuencia, debes, primero, tener absoluta confianza en tus propósitos y usar, después, tus talentos para realizarlos.

Mantente en estado receptivo para que tu **yo superior** trabaje a través de ti. Sus leyes están siempre en acción, y tú tienes éxito o fracaso según los pensamientos que habitualmente abrigas. Es decir, si tu manera de pensar es por lo general negativa, no bastará un ocasional pensamiento positivo para dar a tu vida el tono del éxito. No insistas constantemente en tu problema. Déjalo descansar a veces, y, acaso, así se resuelva por sí solo. Pero no lo descuides tanto que el propósito se te escape por completo.

Aprovecha más bien esos períodos de reposo mental y físico, para penetrar profundamente en la región serena donde reina tu YO interno.

Cuando te hayas puesto a tono con tu alma, podrás pensar con claridad en todo lo que haces, y si tus pensamientos y acciones se han desviado, podrás corregirlos.

EL PODER DINÁMICO DE LA VOLUNTAD

Tanto como una manera de pensar positiva, son necesarias, para alcanzar el éxito, el poder de la voluntad y una actividad continua. Todo cuanto existe es producto de la voluntad; pero este inmenso poder no siempre se usa conscientemente.

Hay voluntad mecánica y voluntad consciente. La dínamo de todos nuestros poderes es la volición o poder de la voluntad. Sin voluntad no podemos andar, hablar, trabajar, pensar ni sentir.

La volición, o poder de la voluntad es, pues, la fuente de todas nuestras acciones. Para dejar de usar esta energía sería preciso acostarse y permanecer absolutamente inmóvil. Aun para mover una mano se emplea el poder de la voluntad. Es imposible vivir sin usar esta fuerza, y debe, por tanto, ser dirigida inteligentemente.

Para desarrollar el poder dinámico de la voluntad, proponte hacer alguna de las cosas que hasta ahora creíste imposible, para ti. Intenta primero algo sencillo. Después, cuando tu confianza se haya fortalecido, y sea más dinámica tu voluntad, podrás emprender algo más difícil.

Escoge bien, y niégate a aceptar el fracaso. Dedicar tu voluntad entera a realizar una sola cosa cada vez; no disperse tus energías ni dejes nada a medio hacer por emprender algo nuevo. Confía cada vez más en la mente, pues ella es la creadora de tu cuerpo y de tus condiciones de vida. Realizar un pensamiento hasta que asuma forma visible.

Cuando hayas desarrollado así el poder de la voluntad, y puedas por él gobernar tu destino, podrás hacer maravillas. He aquí, pues, en resumen, las tres reglas fundamentales para hacer dinámico el poder de la voluntad.

- 1. Elige algún trabajo sencillo, algún asunto que nunca hayas dominado, y proponte triunfar en él.**
- 2. Cerciórate de haber escogido algo constructivo y factible, y rechaza toda idea de fracaso.**
- 3. Concéntrate en ese solo propósito, y aprovecha todas tus capacidades y oportunidades para llevarlo a cabo.**

Debes ejercitarte en el uso de la voluntad consciente, no mecánica, y tener cuidado de emplear el poder de la voluntad constructivamente, nunca para fines nocivos ni para cosas baladíes.

Mira bien, primero, si lo que te propones es lo que te conviene y, una vez, seguro-de ello, emplea toda la fuerza de tu voluntad para lograr tu objetivo, teniendo siempre fija la mente en DIOS, fuente de todas las cosas.

LA ENERGÍA VITAL Y LA FUERZA INTERIOR

El cerebro humano es el almacén de la energía vital. Esta energía se gasta constantemente en los movimientos musculares, en el funcionamiento del corazón, de los pulmones, del diafragma, en el metabolismo celular, en la generación de la sangre y en mantener el sistema de comunicación sensorio-motor de los nervios. Además de esto, para pensar, sentir y querer, se requiere una enorme cantidad de dicha energía.



La energía vital es usada por la mente, las emociones y el cuerpo, pues interviene en todos los procesos de pensamiento, sentimiento y actividad física. Todos los miembros y músculos se mueven mediante el ejercicio de la voluntad y de la energía vital.

Cuanto más grande es la voluntad, mayor es la cantidad de energía y tensión en cualquiera de las partes del cuerpo. Un "deseo" es apetito y energía. Tras el deseo viene la "intención" —el intento de hacer algo, de satisfacer el deseo o apetito— pero "voluntad" significa: **Obraré hasta que esto se realice.**

Para poner en acción esta energía debes ejercitar el poder de tu voluntad, y no solo desear pasivamente el logro de tu objeto.

Uno de los más grandes enemigos del poder de la voluntad es el miedo. Deséchalo tanto en el pensamiento como en la acción. La fuerza vital que fluye de continuo a través de tus nervios, se inhibe cuando éstos se paralizan por el miedo, quedando así disminuida la vitalidad del cuerpo entero.

Ni siquiera ayuda el miedo a huir del objeto que lo causa; lo único que hace es paralizar el poder de la voluntad. Debe tenerse precaución, pero miedo, jamás.

Cuando el miedo se presenta, el cerebro manda el correspondiente mensaje a todos los órganos, y así se paraliza el corazón, se perturban las funciones digestivas, y se producen otros muchos trastornos físicos.

EL FRACASO COMO ESTIMULANTE

Hasta los fracasos deberían obrar como estimulantes del poder de la voluntad y de tu progreso material y espiritual. Quita las causas del fracaso, y emprende otra vez, con renovado vigor, lo que quieres realizar.

La época del fracaso es el mejor tiempo para sembrar las semillas del éxito. La masa de las circunstancias puede aporrearte, más tú conserva la cabeza erguida. Prueba siempre una vez más, no importa cuántas veces hayas fracasado.

Lucha siempre, aun cuando creas que hiciste cuanto podías; lucha hasta que tus esfuerzos se vean coronados por el éxito. Cada nuevo esfuerzo después de un fracaso, debe ser cuidadosamente planeado y cargado de una creciente intensidad de atención y del poder anímico de la voluntad.



SE PODEROSA, GOBIERNA TUS HÁBITOS

Mientras no seas dueña de ti misma, capaz de obligarte a hacer lo que debes, aunque no te agrade, no serás un alma libre. Y esta libertad no es cosa de poca monta, pues en ella está el germen de la libertad eterna.

No son tus pensamientos pasajeros o tus ideas brillantes los que dan el tono a tu vida, sino tus hábitos comunes de todos los días. Los hábitos mentales son como imanes que atraen determinados objetos, de acuerdo con la naturaleza y calidad de su magnetismo.

Los hábitos materiales atraen cosas materiales. Los malos hábitos son en el alma como injertos temporales productores de miseria.

La ley natural es que, si eres un poco menos mala que buena, tu mal será al fin destruido por el poder más grande del bien; pero si hay en ti algo menos de bien que de mal, el poco bien será gradualmente absorbido por el mayor poder de tus malas tendencias.

Si un hábito pernicioso te domina, debilítalo evitando cuanto pueda ocasionarlo o estimularlo; pero sin que, llevado de tu celo por combatirlo, te concentres en él.

Pon tu mente, por el contrario, en algún buen hábito y dedícate con todas tus fuerzas en cultivarlo hasta que llegue a ser parte de Ti misma.

Dos fuerzas combaten incesantemente dentro de nosotros. Una nos induce a hacer lo que no debemos; otra nos urge a que hagamos lo debido, aun cuando nos parezca difícil. La primera es la voz del mal, la segunda es la voz del bien.

Si eres capaz de liberarte de toda suerte de malos hábitos, y de hacer el bien por el amor al bien mismo, no por las penas que pueda traer el obrar mal, entonces has progresado realmente. Y sólo cuando hayas desechado por completo los malos hábitos, serás verdaderamente una mujer libre.

SUMÉRGETE EN EL OCÉANO DE LA ABUNDANCIA

Así como todo poder se sustenta en la voluntad del Creador, todos los dones materiales y espirituales proceden del océano de Su abundancia ilimitada. Para armonizarse con Él, debes desechar de tu mente todo **pensamiento de escasez o pobreza**.

La Mente Universal es perfecta, no conoce escasez o deficiencia; y, para estar unida a esta plenitud indeficiente, debes crear en ti la conciencia de la abundancia

Aun en el caso de que no sepas de dónde podrá venirte la próxima moneda—, Cuando dejes de desconfiar y angustiarte, cuando hagas tu parte y confíes en que el Creador hará la Suya, verás cómo fuerzas misteriosas vienen en tu ayuda, y todos tus deseos constructivos se realizan.

Puesto que Dios es la fuente de todo poder, paz y prosperidad, no quieras ni actúes sin ponerte antes en contacto con el Creador, para dirigir así tu voluntad y actividad hacia la meta debida.

Así como no puede transmitirse la voz a través de un micrófono roto, tampoco podrás enviar al Creador tu oración a través de una mente desordenada e inquieta.

Por medio de la calma profunda puede repararse tu micrófono mental y aumentar la receptividad de tu intuición, a fin de que puedas comunicarte con El, hablarle y recibir Sus respuestas.

EL GRAN VALOR DE LA MEDITACIÓN

Una vez reparado tu micrófono mental —cuando ya estás en calma y a tono con las vibraciones constructivas—, ¿cómo deberás usarlo para comunicarte con El?

El método apropiado de meditación es el único medio eficaz. **Por** virtud de la concentración y la meditación, podrás alcanzar el incansable poder de tu mente hacia el logro de lo que deseas; y, al mismo tiempo, vigilar todas las puertas por donde pudiera entrar el **fracaso**.

Todas las mujeres de éxito han dedicado mucho tiempo **a la concentración profunda** y a la meditación —aunque muchas de ellas **quizá no usaron nunca el término "meditación"** para describir sus **procesos mentales**—.

Eran damas que sabían sumergirse profundamente en sus problemas, para salir después con las perlas de las buenas.

Juan y Pedro luchaban. Al cabo de mucho tiempo, Juan dijo: —"No puedo luchar más". Entonces Pedro dijo para sí: —"Nada más que otro golpe", y lo dio, y Juan cayó al suelo. Haz tú lo mismo. Da tu último golpe. Usa el poder de tu voluntad.

El que ha triunfado puede haber tenido más dificultades que aquel que fracasó; pero no hace mención de ellas: rechaza en todo tiempo la idea del fracaso:

Si no sabes cambiar tu mente del fracaso al éxito, de la ansiedad a la calma, de la divagación a la concentración, de la inquietud a la paz y al consciente y divino gozo interior, entonces todos los afanes de tu vida han sido en vano.

Pero si has logrado ese control, el propósito de tu vida se ha cumplido gloriosamente. Supongamos que has fracasado mucho. Sería necio, de todas maneras, abandonar la lucha aceptando el fracaso como un decreto del destino. Es mejor morir luchando que abandonar la lucha mientras hay posibilidad de obtener algo; pues, aunque venga la muerte, **tus afanes han de renovarse pronto en otra vida.**

El éxito o el fracaso te vienen solo por adquisición, por merecimiento —son el resultado de lo que hiciste en el pasado más lo que haces ahora—. Debes, por tanto, estimular todos los pensamientos de éxito de tus vidas pasadas, hasta vitalizarlos de nuevo, y contrarrestar la influencia de tus tendencias al fracaso.

COMO AUTOANALIZARSE



Otro secreto del progreso es el autoanálisis. La introspección es un espejo en que puedes observar fases de tu mente que de otro modo quedarían ocultas para ti. Nunca es demasiado tarde para hacer la diagnosis de tus fracasos y el balance de tus buenas y malas tendencias.

Analiza lo que eres, lo que quieres llegar a ser, y las tendencias y defectos que te lo impiden. Decide cuál es tu obra íntima y profunda, tu misión en la vida, para que puedas hacer de ti lo que

debes y quieres ser. Para este fin pon en juego tu iniciativa así como el poder de tu voluntad.

¿Qué es la iniciativa? Es la facultad creadora que hay dentro de ti, una chispa del Creador eterno. Es lo que te da el poder de hacer algo que nadie hizo jamás. Lo que te impulsa a realizar las cosas de manera nueva.

Los hechos de una persona de iniciativa son tan dignos de contemplarse como un meteoro: sabe sacar algo de la nada; hace posible lo que parecía imposible, mediante el mágico poder inventivo del Espíritu.

Sólo tú *cení»»* eres responsable de ti. Tus amigos y el mundo en que te mueves no responderán de tus hechos cuando llegue el día del balance final.

Nadie tiene poder para aumentar o disminuir tu felicidad, a no ser que seas tan débil que te dejes afectar por los malos pensamientos o acciones de otros.

Tienes, sin embargo, deberes en el mundo, en la esfera donde tu karma (acción) te ha colocado. Trabaja por tu propia salvación sirviendo a tu prójimo.

Como el Sol derrama sobre el mundo sus rayos de vida, derrama tú el consuelo en los corazones de los pobres y desamparados, reanima el valor en los corazones abatidos, e infunde un vigor nuevo en los que se sienten fracasados. (*Filosofía Mundo Unido*).

Aprende a ver a Dios en todo ser humano, de cualquier raza o religión que sea. Cuando comiences a sentir tu unidad con todos, entonces, y no antes, comenzarás también a saber lo que es el amor de Dios.



Sólo cuando en el servicio del prójimo olvidamos nuestro pequeño yo, podemos percibir el infinito Yo del Espíritu que se derrama a través de nosotros.

Casi todos nos inclinamos a ser benévolos con nosotros mismos, y juzgar a los otros fríamente y guiados, más por nuestros prejuicios. Que por los hechos. Debemos invertir los términos, siendo benévolos con los otros y analizándonos fríamente a nosotros mismos.

Al analizar a otro, lo más importante es que cuides de conservar tu mente imparcial y sin prejuicio; podrá ser entonces como un espejo claro, firme, sin las oscilaciones del juicio apresurado, que te dará una fiel imagen de la persona que en él se refleja.

Si aprendes a apartar tu atención de todo lo que pueda distraerte, **podrás atraer y lograr a voluntad cuanto necesites.**

Cuando quieras crear algo importante, siéntate en reposo, aquieta tus sentidos y tus pensamientos, y medita profundamente en lo que quieras hacer o lograr.

Serás guiada entonces por el gran poder creador del Espíritu. Después de esto, emplea todos los recursos materiales y externos a tu alcance para realizar lo que desees.

LA FELICIDAD BASE DEL ÉXITO

Saber cómo se obtiene el éxito es sin duda importante, y hemos ya examinado algunas de las condiciones que se requieren y la manera de aprovecharlas. Pero, ¿sabes qué es aquello que constituye el éxito? ¿qué significa para Tí esa palabra?

Ya hemos dicho que el verdadero éxito se obtiene desarrollando la eficiencia mental, de suerte que mediante ella pueda proveerse de todo cuanto se necesita. Pero debes tener presente que hay gran diferencia entre lo que se necesita y lo que se quiere.

Para vivir una vida de verdadero éxito, debes, ante todo, tener un propósito dominante; este propósito debe ser precisamente el que te corresponda a ti. Todos los poderes del Creador te asistirán entonces en todos tus planes y actividades.

El mundo entero dejará el paso libre a la mujer que sabe hacia dónde va y está resuelta a llegar allí.

Cuando hayas decidido de manera definitiva cuál es tu propósito en la vida, debes hacer que todo sirva a ese propósito. Para ello no es tan necesario un extraordinario talento, si no una inquebrantable determinación, aplicación y esfuerzo constantes.

¿QUE REALMENTE CONSTITUYE EL ÉXITO?

La realización del propósito que hayas escogido ¿podrá constituir el éxito? ¿Qué cosa es el éxito? Si tienes salud y riqueza en abundancia, pero también muchas dificultades con todo el mundo, incluso contigo misma, tienes en verdad muy poco.

Todo el propósito de tu vida resulta vano si no puede dar la felicidad. El éxito debe medirse, pues, por la felicidad —por su capacidad de vivir en armonía con las leyes cósmicas— más bien que por la salud, la fama o la riqueza.

Claro que el dinero no es en sí una maldición; todo depende de la manera como lo uses. Si tomas en tus manos una moneda y le haces una pregunta, ella no te responderá; es en sí indiferente. Pero si la emplea como es debido, contribuirá a tu felicidad.

DESCUBRE EL MISTERIO DE LA FELICIDAD

Dios nunca castiga ni premia; pues te ha dado el poder de castigarte o premiarte tú misma por el buen o mal uso de tu razón y de tu voluntad. Eres tú quien, por haber violado las leyes de la salud, la prosperidad y la sabiduría, te castigas a ti misma con enfermedad, pobreza o ignorancia.

No sigas llevando sobre ti el fardo de tus viejas debilidades mentales y morales adquiridas en el pasado; quémalas en el fuego de la resolución, y hazte libre.

La felicidad depende, hasta cierto punto, de las condiciones externas; pero, principalmente, de las condiciones internas de la mente.

Para ser feliz debes tener buena salud, eficacia mental, prosperidad material, un trabajo apropiado, un corazón sensible a los dones de la vida, y, sobre todo, **una completa y activa sabiduría.**

Una enérgica resolución de ser feliz, te ayudará a serlo. No esperes a que cambien tus circunstancias, creyendo que son ellas las que estorban tu felicidad; no hagas de la infelicidad un hábito; pues nada tiene de agradable sentirse infeliz.

Tu felicidad será una bendición para ti y para los que te rodean. Cuando seas desdichada olvidas los días en que fuiste feliz, y cuando llega la felicidad, parecen haber huido por siempre los días de la tristeza; pero, así como los días de sol no podrían apreciarse, si no hubieran también días nublados, tampoco podría estimarse la felicidad sin haber conocido antes la desgracia.

TODO LO QUE DESEAS LO PUEDES LOGRAR

Emplea en propósitos constructivos el poder que ya tienes, y se acrecentará. Vé por tu camino con firme decisión, sirviéndote de todas las cualidades que conducen al éxito.

Ponte a tono con el poder Cósmico. Poseerás entonces la fuerza creadora del Espíritu. Estarás en contacto con la Inteligencia Infinita, que te guiará y resolverá todos tus problemas.

El poder que procede de la fuente dinámica de tu ser, fluirá a través de Tí, de suerte que serás capaz de crear tanto en el plano de los trabajos ordinarios como en el de los del pensamiento y la sabiduría.



Quando hayas dado al Creador pruebas fehacientes de que lo deseas a El, sobre todas las cosas, te habrás puesto a tono con Su Voluntad. Quando continúes anhelando por El, a pesar de todo cuanto de El quiera apartarte, estarás obrando en armonía con Su divina voluntad.

Tuyo es el poder de la verdad, y si haces un esfuerzo decidido, no irás ya nerviosamente, temerosa e incierta, por el camino de la vida.

Hay un poder que alumbrará tu camino, que te dará salud, felicidad, paz y todo éxito, tan pronto como le vuelvas a su luz.

Arrójate al océano de plenitud, paz y felicidad sin límites
que excede a todos los sueños: **¡está dentro de ti!**

LIBROS

www.magnumastron.org