

## INFORMACIÓN LEGAL

Este Libro Electrónico NO TIENE COSTO. Usted cuenta con nuestro permiso para duplicarlo, imprimirlo y distribuir tantas copias como se considera necesario.

Condiciones: Usted NO PUEDE editar, conceder licencia ni vender este Libro Electrónico bajo ninguna circunstancia; solo está autorizado a entregarlo en su formato actual y SIN COSTO.

Copyright © [BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#). Todos los derechos reservados. Todas las marcas registradas pertenecen a sus respectivos titulares.

Este trabajo está protegido por derechos de autor y [BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#) se reserva todos los derechos. El uso de este trabajo está sujeto a los términos antes mencionados, con excepción de lo permitido en virtud de la legislación internacional de derechos de autor y el derecho de guardar y retirar una copia del trabajo. No está permitido descompilarlo, desarmarlo, aplicarle ingeniería inversa, modificarlo, crear trabajos derivados del mismo, venderlo, publicarlo ni obtener/ceder licencia sobre la totalidad o una parte del mismo sin el consentimiento expreso redactado por escrito de [BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#).

[BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#) no será responsable ante ninguna persona en caso de inexactitud, error u omisión, independientemente de la causa, en relación con el trabajo ni con los daños y perjuicios resultantes del mismo. [BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#) no asume responsabilidad por el contenido de ninguna información a la que se acceda mediante el trabajo. Bajo ninguna circunstancia será [BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY](#) responsable por daños y perjuicios indirectos. Incidentales, especiales, punitivos, emergentes o similares que resulten del uso o de la incapacidad de uso del trabajo. Esta limitación de responsabilidad aplicará a toda demanda que se presente fundada en contrato, agravio o en otra causa.

Esta publicación está diseñada para proporcionar información precisa respecto a los asuntos cubiertos por la misma. Se ofrece en base a la premisa de que el autor y el editor no están vinculados con la prestación de servicios médicos ni de psicoanálisis. Esta publicación no sustituye ninguna terapia ni consejo profesional.

Un mundo de  
**VERDADEROS HÉROES**  
Brahma Kumaris

*El verdadero héroe ve la vida como una obra de teatro y experimenta intensamente cada escena y cada momento.*

*Es un personaje que toma todas las escenas que vive como una enseñanza profundamente humana y transforma su mundo día a día, mejorando cada vez su actitud hacia sí mismo y hacia los demás.*



BRAHMA KUMARIS  
WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY

Un mundo de  
**VERDADEROS HÉROES**

*Brahma Kumaris*

Un mundo de VERDADEROS HÉROES



*Un mundo de*

# **VERDADEROS HÉROES**

*Brahma Kumaris*



**BRAHMA KUMARIS**  
WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY

# UN MUNDO DE VERDADEROS HÉROES

Autora: Vivian Von Son

Copyright © 1990, Brahma Kumaris World Spiritual University  
Impreso en: Om Shanti Press, Abu Road, Rajasthan, India.

3a edición, 1994

Impreso por la Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris que ha producido y editado este libro. Es una organización no lucrativa cuyo objetivo es compartir información como un servicio a la comunidad para el crecimiento espiritual de las personas.



Estas ideas están basadas en las enseñanzas de la Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris y están dedicadas al proyecto Cooperación Global por un Mundo Mejor.

## Índice

<i>El verdadero héroe</i> .....	4
<i>El campo de batalla</i> .....	5
<i>La verdadera victoria</i> .....	5
<i>Un mundo de verdaderos héroes</i> .....	7
<i>Los verdaderos enemigos</i> .....	8
<i>Los 8 poderes</i> .....	11
1. <i>Introspección</i> .....	11
2. <i>Poner un punto final</i> .....	14
3. <i>Tolerar</i> .....	17
4. <i>Adaptarse</i> .....	21
5. <i>Discernir</i> .....	23
6. <i>Decidir</i> .....	25
7. <i>Afrontar</i> .....	27
8. <i>Cooperar</i> .....	29
<i>Epílogo</i> .....	31
<i>Virtudes y valores</i> .....	32

## EL VERDADERO HÉROE

*El verdadero héroe ve la vida como una obra de teatro y experimenta intensamente cada escena y cada momento de ella. Es un personaje que toma todas las escenas que vive como una enseñanza profundamente humana y transforma su mundo día a día, mejorando cada vez su actitud hacia sí mismo y hacia los demás.*

*Al estar consciente de ser un personaje en el teatro de la vida, elige interpretar su papel de tal forma que siempre avanza como ser humano. En escena, el verdadero héroe ubica el campo de batalla dentro de sí mismo. Sabe que su transformación es la transformación del mundo que le rodea.*

## EL CAMPO DE BATALLA

*El campo de batalla del verdadero héroe es la vida diaria. El verdadero héroe entra en escena armado con los poderes de sus pensamientos (página 11) y adornado con las joyas de sus virtudes (página 32). Sus enemigos no son los personajes del escenario sino los obstáculos que crea en su mente, o el actuar desprovisto de su verdadera conciencia.*

## LA VERDADERA VICTORIA

*La verdadera victoria para el verdadero héroe es mantener la actitud precisa para el progreso en su transformación. También es victoria mantener una actitud que lo haga ser consistente con su identidad auténtica y con el papel que desea interpretar en la vida.*



## UN MUNDO DE VERDADEROS HÉROES

*El verdadero héroe vive la victoria con humildad, no se vanagloria de sus triunfos sino que los vive con una satisfacción interna que le hace sentirse completo. La verdadera victoria no es, por ejemplo, ganar una discusión, sino transformar un ambiente de fricción en un ambiente de serenidad y armonía. Y así, siendo el campo de batalla las escenas de la vida diaria, el verdadero héroe siempre las ve como pruebas que afrontar que le van haciendo cada vez más fuerte y mejor.*

*El verdadero héroe siempre experimenta victoria en la derrota y victoria en la victoria. Él inspira valor en los demás. El victorioso no hace a nadie sentirse menos, porque un verdadero héroe victorioso es un otorgador, uno que eleva a otros.*

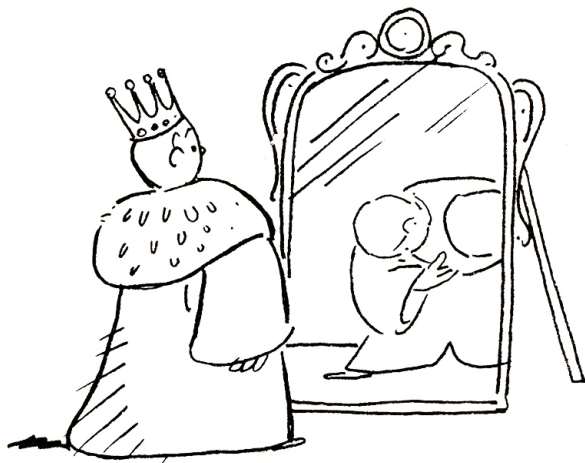
# LOS VERDADEROS ENEMIGOS

*El verdadero héroe nunca ve a los demás personajes como enemigos sino que ve en cada uno la posibilidad de que ellos también lleguen a ser héroes junto con él.*

*Los verdaderos enemigos con quienes se enfrenta en la batalla son sus propios hábitos o rasgos de personalidad negativos. Sabe que éstos se fueron formando al repetirlos constantemente en su actuar del pasado y que llegaron a integrarse en su personalidad, como una hendidura en la tierra que se vuelve cada vez más profunda con el continuo pasar del agua. El verdadero héroe, consciente de esto, modifica su conducta para no ahondar más la hendidura de sus enemigos sino la de sus cualidades y virtudes.*

*El verdadero héroe es soberano sobre sí mismo. Es soberano sobre sus pensamientos, sus palabras y sus acciones, y así transforma:*

- *Preocupación en optimismo y contentamiento.*
- *Envidia en satisfacción consigo mismo y respeto hacia los demás.*
- *Placeres perecederos en experiencias humanitarias y espirituales.*
- *Apegos o dependencias en amor verdadero.*
- *Desamor por uno mismo en autorrespeto.*
- *Ego o arrogancia en humildad.*



## LOS OCHO PODERES

*Los ocho poderes son las armas del verdadero héroe, son actitudes y pensamientos que ayudan al verdadero héroe a interpretar su papel en la obra de teatro de la vida con precisión:*

### 1. INTROSPECCIÓN

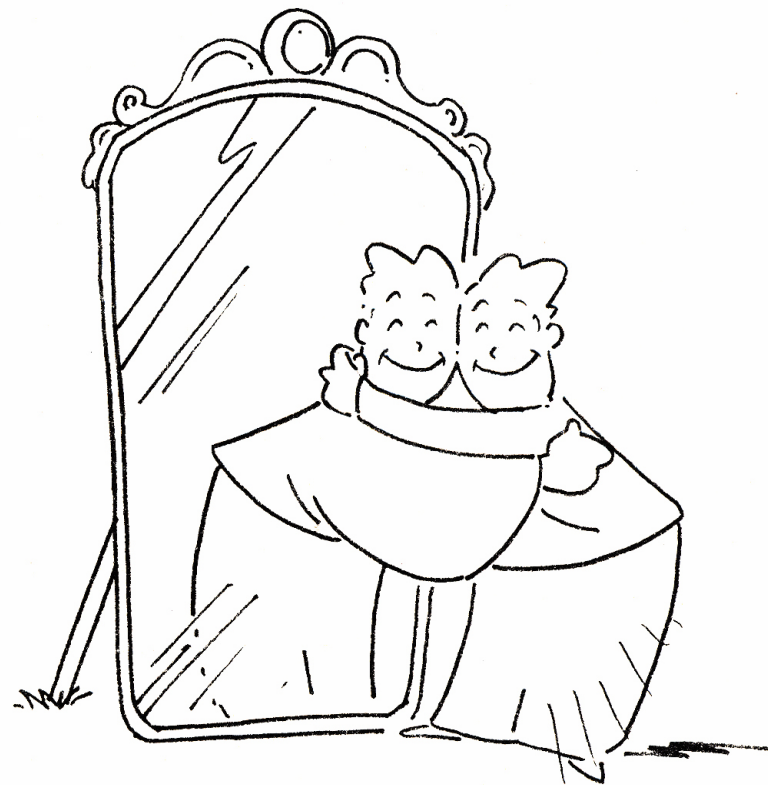
*Me convierto en el verdadero héroe cuando tengo la capacidad de actuar en el escenario y de observar la escena al mismo tiempo. Para esto necesito estar en un estado de introspección, en la esencia de mi ser, en la conciencia de mi verdadera identidad y así, identificar a mi cuerpo como el traje del personaje que estoy interpretando.*



*El poder de introspección es la capacidad de entrar al lugar donde me encuentro yo, donde soy auténticamente yo y no lo que los demás quieren que sea. Aquí me encuentro a gusto conmigo mismo y disfruto de mi propia compañía, porque cuanto más profundizo en mi ser, más descubro y experimento mis cualidades originales de paz, amor, pureza, energía y contentamiento.*

*Estas cualidades se fueron mezclando y contaminando con otros sentimientos al dejarme manejar por las escenas de la vida diaria. Cuando me reencuentro con mi ser y sus cualidades originales, controlo las situaciones y estas no me manejan más. Observo las escenas desde mi más profundo ser y así decido interpretar el mejor papel en el escenario, el del verdadero héroe que logra victorias verdaderas.*

*El poder de introspección es la base para aplicar los otros poderes.*



## 2. PONER UN PUNTO FINAL

*Pasado es pasado. El verdadero héroe vive el presente con mucha intensidad. No se desgasta pensando en sus fracasos del pasado ni se duerme en los laureles de sus victorias pasadas, sino que sigue creciendo día a día. Está abierto a lo nuevo. Cada día se permite a sí mismo ser nuevo y también deja a los demás ser un personaje que puede transformarse a cada momento.*

*“Voy a la esencia y dejo florecer lo que profundamente soy, y así, del respeto a mí mismo surge el respeto hacia los demás”.*

*“Sin el lastre del pasado en mi cara brilla el optimismo de iniciar la vida cada día, el entusiasmo de vivir mi presente y construir mi futuro. Tengo la capacidad de transformación en mí y consecuentemente la tienen los demás”.*

*El verdadero héroe también pone punto final a los pensamientos inútiles, porque estos son los que debilitan al ser y le impiden ver la realidad tal como es. Los pensamientos inútiles producen negatividad y sufrimiento. El verdadero héroe desarrolla el hábito de generar sólo pensamientos creativos, productivos y positivos. No se ocupa de pensar en el papel que interpretaron los demás o que deberían interpretar, sino que se ocupa de su propio papel.*



### 3. TOLERAR

*El poder de tolerar no funciona como una fuerza de oposición, sino como una fuerza interior que nace de combinar los otros poderes: Con la introspección el verdadero héroe comprende cómo viven la escena los demás y es flexible con la variedad de papeles de los demás personajes. Con el poder de poner punto final al pasado, deja a otros personajes ser alguien nuevo en cualquier momento.*

*El verdadero héroe es capaz de conciliar la fuerza de extroversión del personaje en escena con la suya de introspección, que es suficientemente poderosa, para finalizar la batalla de la cual ambos salen triunfantes.*

*De este modo, él disfruta de la transformación que se da en la secuencia de escenas como amo de su actuación.*

*El verdadero héroe sabe que tiene que tolerar no solamente una vez, sino muchas veces. Tolerar no es reprimir o contener. Es un estado que surge de sentirse uno completo y satisfecho consigo mismo. Ello le permite al verdadero héroe dar a los demás el fruto de su estado. A una pedrada responde con un fruto a cambio. El fruto de tolerar es dulce y eterno y los demás definitivamente cambiarán.*

*Tolerar significa llenarse uno mismo de poder y dar poder a los demás.*

*El verdadero héroe aplica la tolerancia en su actitud hacia otros y también en circunstancias difíciles.*

*Tolerar es reducir la expansión a su esencia. El engrandecer los obstáculos en la mente significa crear una montaña.*

*El verdadero héroe reduce, nunca expande. Él reduce los obstáculos a su esencia. Esencia es tomar el camino con atajos, y así ahorra tiempo, está constantemente alegre, nunca pierde la esperanza ni se descorazona.*



## 4. ADAPTARSE

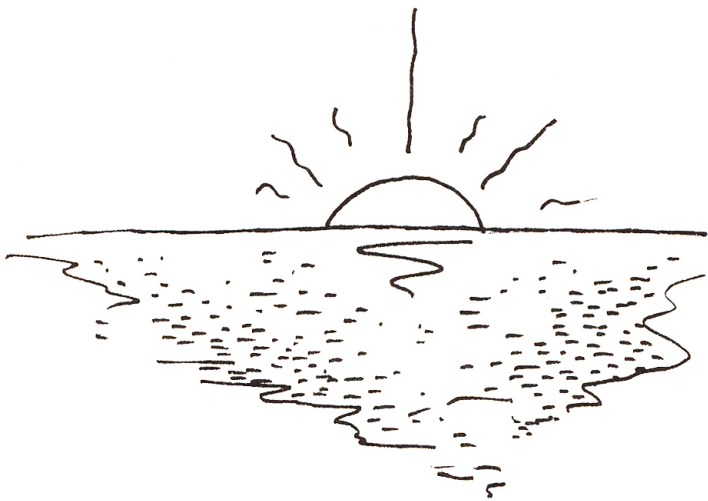
*"Como el océano que sumerge todo aquello que fluye hacia él, yo sumerjo todo lo que pasa en el escenario"*

*El verdadero héroe sabe cuándo usar el poder de adaptarse y cuándo el de afrontar. Para decidir si debe adaptarse o afrontar primero usa los poderes de discernir y decidir.*

*El verdadero héroe está preparado para actuar en cualquier escena de la vida diaria. Él sabe que se pueden presentar escenas inesperadas.*

*Conoce todos los elementos que componen cada escena del teatro de la vida, desde los detalles del escenario hasta las actitudes más sutiles de los demás personajes.*

*Con este conocimiento, él se ve a sí mismo, desapegado, como personaje de la escena, considera el papel que va a interpretar y lo interpreta con armonía.*



## 5. DISCERNIR

*Ser actor en la escena y al mismo tiempo observador desapegado, es una táctica del verdadero héroe para poder discernir. Él es como un joyero que discierne los diamantes verdaderos de los falsos.*

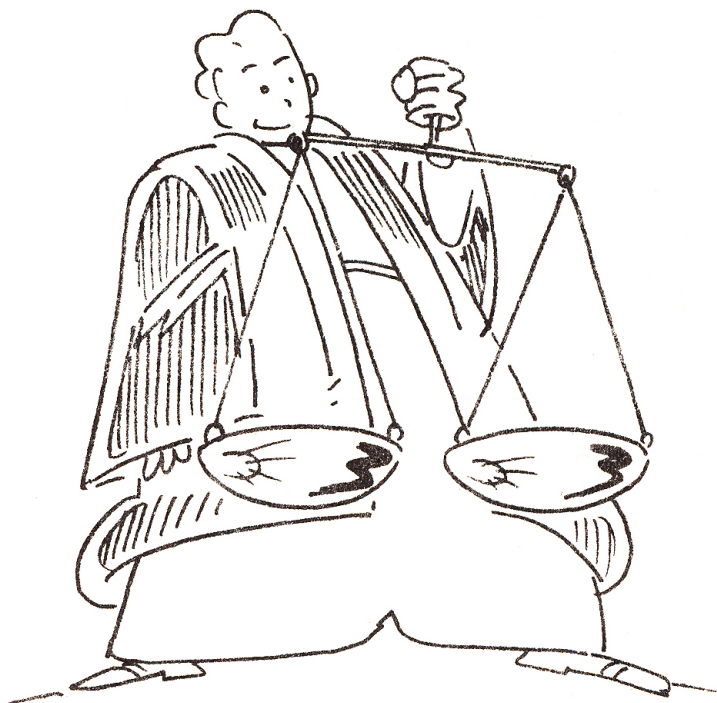
*Discernir es poder distinguir entre lo superficial o trivial y lo profundamente humano o espiritual, entre lo temporal y lo eterno, entre lo falso y lo auténtico, entre lo que es ilusión y lo real.*



## 6. DECIDIR

*El verdadero héroe pone en la balanza del poder de decidir la percepción que tuvo con el poder de discernir. Él decide permaneciendo estable en el estado de autorrespeto, humildad y desapego, basándose en el conocimiento de los tres tiempos. Al pasado le pone un punto final después de aprender una lección. En el presente discierne y decide vislumbrando las consecuencias positivas que su actuación le traerá en el futuro.*

*El verdadero héroe ve las adversidades de la batalla como algo temporal sin perder su estabilidad. Un verdadero héroe nunca crea dependencias y por ello, discierne y decide libremente. Su intelecto es claro y limpio, libre de pensamientos inútiles.*



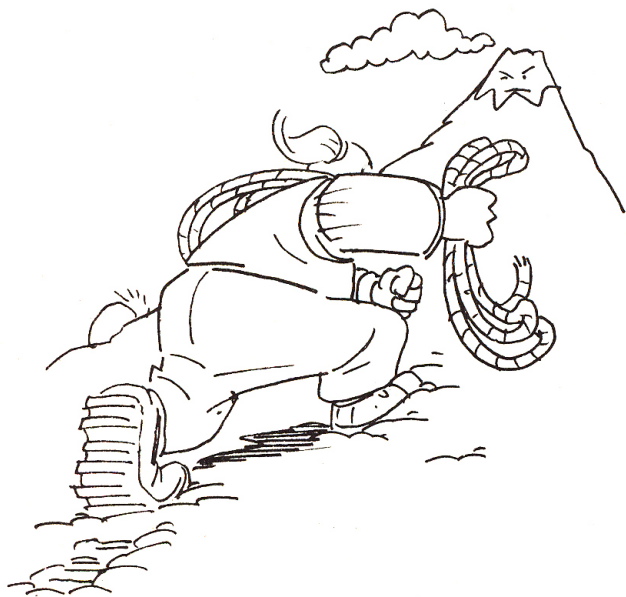
## 7. AFRONTAR

*Si su decisión es afrontar, el verdadero héroe tiene pensamientos determinados: "Afronto cuando asumo la situación tal como es y actúo".*

*"Afronto cuando acepto mi papel de verdadero héroe y entro en batalla seguro de la verdadera victoria".*

*El verdadero héroe afronta situaciones nuevas y/o situaciones en las que ya está involucrado. En ambos casos, se apoya en su poder de introspección y en su conocimiento del teatro de la vida.*

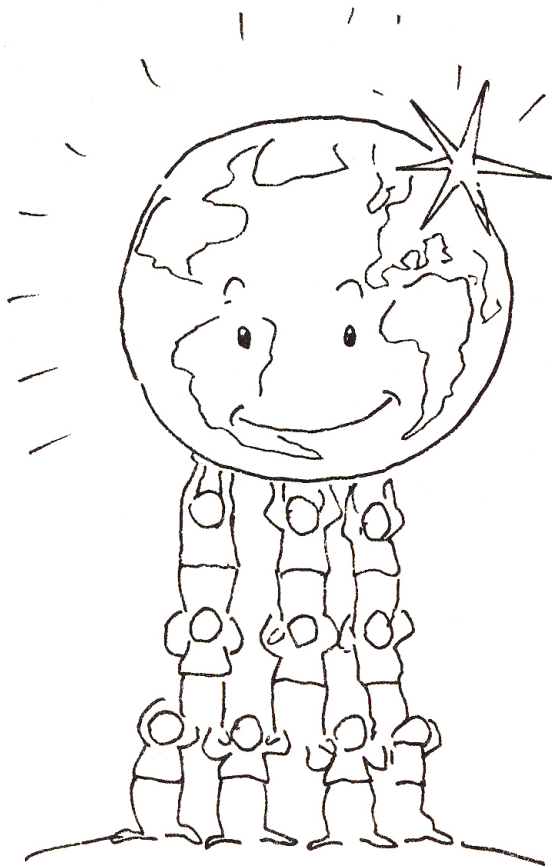




## 8. COOPERAR

*La cooperación es el fruto de los demás poderes. Cuando hay cooperación existe la fuerza para lograr lo que parecía imposible. Compartir la tarea es facilitarla.*

*La actuación del verdadero héroe motiva a los demás a cooperar. Cada personaje del mundo es único, y su colaboración también lo es. Por esto, la cooperación de todos y cada uno de los seres humanos es necesaria para la creación de un mundo mejor ...*



## EPÍLOGO

*Para que el verdadero héroe logre la victoria verdadera, los poderes del pensamiento necesitan estar fundamentados en la fuerza interna del poder espiritual.*

*El verdadero héroe tiene este poder espiritual porque es un soberano sobre el ser, dueño y maestro de sus pensamientos, palabras y acciones.*

*En este mundo de adversidades, la única manera de mantener este estado estable y poderoso es permaneciendo en la unión del pensamiento con el Actor Principal, el que permanece siempre estable y poderoso, el Alma Suprema.*

# VIRTUDES y VALORES

*Para ser victorioso en las batallas se requiere del potencial espiritual acumulado por la experiencia de la meditación y las victorias obtenidas. El verdadero héroe también ha inculcado las virtudes y valores de su vida digna, que le hacen brillar como un hermoso diamante, como una joya victoriosa en el centro de su frente.*

Introspección	Realeza	Madurez	Flexibilidad
Alegría	Entrega	Tolerar	Incansable
Humildad	Precisión	Dulzura	Limpieza
Ligereza	Valor	Honestidad	Disciplina
Contentamiento	Determinación	Paciencia	Gentileza
Sin temor	Sencillez	Pureza	Estabilidad
Sabiduría	Desapego	Generosidad	Cooperación
Veracidad	Libre de	Benevolencia	Serenidad
Confianza en uno mismo	preocupaciones	Respeto	

## BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY

### SEDE MUNDIAL

Pandav Bhawan, Post Box No 2, Mount Abu, Rajasthan 307501, India  
Tel. (91) 2974 238261 to 68 - Fax (91) 2974 238952, [abu@bkivv.org](mailto:abu@bkivv.org), [www.bkwsu.org](http://www.bkwsu.org)

### OFICINA DE COORDINACIÓN EN EUROPA

Global Co-operation House, 65-69 Pound Lane, London NW10 2HH, UK  
Tel. (44) 208 727 3350 - Fax (44) 208 727 3351, [london@bkwsu.com](mailto:london@bkwsu.com), [www.bkwsu.org/uk](http://www.bkwsu.org/uk)

### NORTEAMÉRICA Y SUDAMÉRICA

Global Harmony House, 46 S. Middle Neck Road, Greack Neck, New York 11021, USA  
Tel. (1) 516 773 0971 - Fax (1) 516 773 0976, [newyork@bkwsu.com](mailto:newyork@bkwsu.com), [www.bkwsu.org/us](http://www.bkwsu.org/us)

### ARGENTINA

Echeverria 2972, Cd 1428 Buenos Aires, Tel (54) 114 784 4082 - Fax (54) 114 784 4082  
[buenosaires@ar.bkwsu.org](mailto:buenosaires@ar.bkwsu.org), [www.bkwsu.org/argentina](http://www.bkwsu.org/argentina)

### COLOMBIA

Carrera 45A # 93-95 - La Castellana, Bogota - DC  
Tel (57) 1 623 2537 - Fax (57) 1 236 6908, [bogota@co.bkwsu.org](mailto:bogota@co.bkwsu.org), [www.bkwsu.org/colombia](http://www.bkwsu.org/colombia)

### MÉXICO

Cocoteros 172, Col. Nueva Santa María, 02800 México, D.F, Tel. (52) 55 5556 2152  
Fax (52) 55 5556 2468, [mexicocity@mx.bkwsu.org](mailto:mexicocity@mx.bkwsu.org), [www.bkwsu.org/mexico](http://www.bkwsu.org/mexico)

## SEDES EN ESPAÑA

### BARCELONA, SEDE NACIONAL

*Diputación, 329, pral. 08009 Barcelona*  
Tel. 934 87 76 67 - Fax 934 87 76 38, [barcelona@es.bkwsu.org](mailto:barcelona@es.bkwsu.org)  
[www.bkwsu.org/spain](http://www.bkwsu.org/spain)

### LAS PALMAS

*Pérez Galdós, 31, 35002 Las Palmas*  
Tel. 928 36 05 64 - Fax 928 36 55 18, [laspalmas@es.bkwsu.org](mailto:laspalmas@es.bkwsu.org)

### MADRID

*C/ Orense 26, 1º, pt. 3 y 12 28020 Madrid*  
Tel. 915 22 94 98 - Fax 915 56 57 64, [madrid@es.bkwsu.org](mailto:madrid@es.bkwsu.org)

### SEVILLA

*C/ Padre Marchena, 17, 41001 Sevilla*  
Tel. 954 56 35 50 - Fax 954 56 16 56, [sevilla@es.bkwsu.org](mailto:sevilla@es.bkwsu.org)

### VALENCIA

*Isabel la Católica, 19, 1º, 46004 Valencia*  
Tel. 963 51 81 81 - Fax 963 51 92 93, [valencia@es.bkwsu.org](mailto:valencia@es.bkwsu.org)