



---

# Bendice y no Maldigas

---

*Ernest Holmes*

Este documento es de dominio público y está disponible a través de los servicios de los Archivos y Biblioteca de Ciencia de la Mente. El cargo nominal de este documento ayuda a cumplir nuestra misión de ubicar, organizar, preservar y compartir registros, recursos, materiales y documentos que respaldan las actividades y expresiones de Science of Mind®. Para acceder a muchos de nuestros y de otros documentos, visite nuestro sitio web. Los suscriptores de nuestro sitio web y amigos de los archivos obtienen acceso a un número selecto de descargas mensuales gratuitas.

[scienceofmindarchives.com](http://scienceofmindarchives.com)

## **BENDICE Y NO MALDIGAS**

**de Ernest Holmes**

Hay un antiguo proverbio chino que dice: "Es mejor encender una vela que maldecir la oscuridad". ¡Cuan cierto! Porque donde se hay una vela encendida enciende no hay oscuridad. Esto es exactamente lo que todos deseamos hacer. Estamos tratando de encender una vela, de usar la fe, la esperanza y la convicción que está dentro de nosotros de tal manera que nos vaya mejor en la vida, que disfrutemos de más amistades, de situaciones más felices y que a su vez podamos dar más.

Estamos seguros que detrás de todo y recorriendo todo, hay una Ley del Bien que podemos usar y un Principio de Vida que podemos aplicar a todo lo que hacemos. Hemos llegado a la conclusión de que hay ciertas leyes definidas de la mente que, si se usan correctamente, nos llevarán al éxito, a la felicidad y a la plenitud, pero si se usan incorrectamente, detendrán el flujo de vida a través de nosotros y bloquearán de todo lo que es bueno. Y hemos llegado a la conclusión de que el Poder del bien conspira con nosotros cuando lo usamos con amor.

El amor es realmente el gran poder motivador de la vida. El amor, combinado con la fe, es la cosa más dinámica sobre la tierra. Por lo tanto, cualquier cosa que bloquee el flujo del amor, bloquea el flujo de la vida. Quienquiera que haya dicho que debemos bendecir y no maldecir, sabía de lo que estaba hablando.

Recuerdo a cierto hombre que me dijo que tenía dificultades para llevarse bien con la gente. Era un actor muy bueno, pero nunca parecía llevarse bien con sus directores, productores o aquellos que trabajaban con él. Siempre estaban en desacuerdo

Sentí que su verdadero problema yacía en lo más profundo de sí mismo, pero él no lo sabía. Habría sido poco amable e inútil decirle que él era quien obstaculizaba las buenas relaciones. Él no habría creído esto. Entonces comencé explicándole que hay una sola Vida, que es Dios. Esto era fácil de entender para él. Le expliqué que su gran capacidad creativa, como actor, le permitía sentir como pensaban los demás. Podía entrar en los personajes y personalidades de otras personas y reproducirlos a voluntad, pues esa es la esencia de toda gran actuación.

Él entendió bastante bien, pero no sabía que detrás de todo hay un solo Poder. No había llegado a ver que todas las personas con las que se relacionaban estaban arraigadas profundamente a la misma vida. En algún momento de su vida había recibido tal sensación de rechazo de no ser querido, necesitado y amado, que toda su reacción ante la vida fue de autodefensa, como si estuviera tratando de vengarse.

A medida que hablábamos juntos, fue aceptando esta idea de la realidad de la única Presencia en todos. Y entonces llegó el día en que pude decirle que si se encontraba con el Dios de los demás, el Dios de los demás le respondería. Finalmente, se dio cuenta de todo con mucha claridad. Se dio cuenta de que en realidad estaba maldiciendo a su entorno. Se estaba separando de sus directores, productores y de aquellos con los que se relacionaba criticándolos en silencio de todo lo que hacían. Y yo le dije: "Realmente los estás maldiciendo en tu mente. Por supuesto que no es tu intención hacerlo, pero lo haces. Ahora quiero que inviertas todo el proceso". Le di esta vieja fábula china que habla de que es mejor encender una vela que maldecir la oscuridad. Y entonces le dije: "Tú eres esa vela".

Al ser actor, por supuesto, pudo dramatizarlo y, como era profundamente sincero y quería tener razón, se puso a invertir su pensamiento. Comenzó a bendecir a sus directores y productores. Comenzó en silencio, en su propia mente, a alabar a todos los que trabajaban con él. Y el milagro se produjo, como siempre ocurre cuando nos unimos a la Vida. Comenzaron a bendecirlo y a alabarlo. Y los mismos que parecían ser antagonicos con él, debido a su antagonismo con ellos, parecieron ponerse en marcha para hacer todo lo posible y ayudarlo.

Ahora bien, hay dos maneras de ver esta proposición. Una, que todo ocurrió por casualidad, y la otra, que ocurrió de acuerdo con ciertas leyes fundamentales las cuales estamos utilizando, lo sepamos o no. Pues bien, todo se rige por leyes, ya sean las órbitas de los planetas en sus recorridos o los acontecimientos cotidianos de tu vida y la mía. Nada ocurre por casualidad.

Tal vez no hemos pensado que nuestra propia actitud hacia los alimentos que comemos decide si se van a digerir bien o no. Quizás no hemos pensado que cuando decimos: "Oh, mi pobre cabeza" o "Mi mal corazón" detenemos el flujo de la vida a través de nosotros. En cierto sentido estamos bendiciendo o maldiciendo todo lo que nos rodea.

Este principio de bendecir en lugar de maldecir se aplica a todo lo que hacemos. Siempre he amado a los perros y nunca he conocido a ninguno con el que no pudiera llevarme bien. Porque los animales sienten nuestras actitudes mentales hacia ellos. Saben más rápido que tú y que yo quién tiene confianza en ellos. Y los niños son muy parecidos, porque los niños son muy

subjetivos a su entorno, sienten los pensamientos que les rodean, intensamente.

Siempre notarás que los que se llevan bien con los niños, ellos los quieren, los elogian en su propia mente, esperan que respondan. Y la familia donde se mantiene la mejor disciplina no es la que se rige por la vara, sino la que se rige por el amor y la consideración mutua. No se puede sacar a golpes la maldad de un niño; no se puede azotar a un perro para que te cuide; no se puede gobernar a un caballo maltratándolo.

Todos conocemos estas cosas. Son tan comunes en nuestra experiencia que las aceptamos. Pero tal vez no nos hayamos dado cuenta de que este mismo principio, se aplica en todas partes y a todo lo que hacemos. Puede sonar extraño decirle a alguien que no le va bien en la vida que sería bueno que empezara a bendicirse a sí mismo y a todo lo que hace. Sin embargo, esto es cierto y cualquiera puede comprobarlo por sí mismo si sólo aplica el principio.

Recuerdo muy bien haber asistido a una reunión de un grupo de personas que discutían acaloradamente por ciertos problemas y propuestas. Había mucho antagonismo y resentimiento entre ellos y una total falta de comprensión y cooperación. De hecho, yo mismo me estaba alterando bastante, hasta que pensé: bueno, después de todo, yo soy uno de los presentes y si me he dejado atrapar en toda esta confusión es porque no estoy del todo bien conmigo mismo. Entonces, comencé a afirmar que hay una sola Presencia, un solo Poder y una sola Ley del Bien, que todos vivimos en esta Presencia, todos nos regimos por esta misma Ley. Hay una sola Vida, que es la vida de cada uno de nosotros. Por lo tanto, todo lo que sea bueno, correcto y justo, todo lo que funcione bien, todo lo que sea constructivo y valioso, es lo único que tiene derecho a suceder. No hay resentimiento, ni antagonismo, ni resistencia, ni desacuerdo porque Dios está sobre todo, en todo y a través de todo. Terminó bien, como siempre sucede. Se llegó a un acuerdo completo y de manera amistosa.

Pero a veces no hacemos esto y nos dejamos llevar por los antagonismos, las resistencias y los resentimientos y cuando hacemos esto nos convertimos en parte de ellos, ya no podemos sanar esa situación porque todo lo que estamos haciendo es agregar más confusión a lo que ya está confundido. Cuando nos encontramos con un pensamiento de problemas, no siempre nos tomamos el tiempo para aquietarnos dentro de nosotros mismos, reajustar todo en nuestro propio pensamiento y realmente retroceder a lo que bendice y nunca maldice, a lo que unifica y nunca interrumpe.

Esta práctica es tan simple que es difícil creer que con solo invertir nuestro pensamiento sobre una situación podemos cambiar esa situación; con solo cambiar nuestro pensamiento sobre los demás hacemos posible que ellos piensen bien de nosotros. A veces es difícil enfrentar el antagonismo con amor, pero esto es exactamente lo que debemos hacer, recordemos siempre que en lo profundo de todos y de todo está la Vida única, la Presencia única y el Poder único.

Antes de que podamos llegar al lugar donde las cosas en nuestras vidas son controladas correcta y constructivamente, debemos primero alcanzar el lugar donde nosotros mismos, estamos ajustados a esta Ley. Y así, el problema vuelve a casa y debemos estar muy agradecidos por ello, porque si nuestros problemas estuvieran totalmente fuera de nosotros no podríamos manejarlos.

No, no hay que azotar al niño para que se obedezca, no hay que sacarle el mal a golpes. Se ama al niño para que esté de acuerdo y se coopera con él hasta que coopere con uno. Y tampoco golpeas a la vida para que se someta a ti, y no controlas a los demás dominándolos, y no te abres camino en el mundo a través del antagonismo. En efecto, es mejor encender una vela que maldecir la oscuridad. Sólo cuando dejamos que la vela brille, la oscuridad se disuelve. Como ves, la oscuridad no tiene poder sobre la luz, pero la luz sí tiene poder sobre la oscuridad. El odio no tiene poder sobre el amor, pero el amor puede disipar el odio. El miedo no puede destruir la fe, pero la fe puede aniquilar el miedo.

¿Y qué vamos a encontrar que sea lo suficientemente grande como para cubrir todos nuestros errores, lo suficientemente poderoso como para disolver todas nuestras dificultades y lo suficientemente constructivo como para ponernos a salvo, cuerdos y felices en el camino hacia la libertad y la alegría de vivir? No hay que dudar en decir que nada puede hacerlo, que nada es lo suficientemente grande como para hacerlo, salvo el conocimiento de que existe una Ley del Bien más grande que nosotros y que podemos utilizar.

Pero no basta con aceptar estas grandes verdades. Tenemos que aplicarlas. Aprendamos entonces a encender la vela de la fe en nuestra propia alma y dejémosla brillar, sin mirar la oscuridad y pensar en lo negra que es, sino pensando sólo en la luz. Así llegaremos a vivir en esa luz. Aprendamos a bendecir, a pensar con bondad en los demás y a darnos cuenta de que tal vez todo el mundo hace lo mejor que puede. Así, nuestras propias vidas se transformarán por el poder del amor que todo lo consume. Así, nuestro camino se iluminará con el resplandor del Reino de los Cielos.