Por falta de autoconocimiento nos encontramos envueltos en innumerables situaciones negativas de las que somos presa fácil, y para librarnos debemos luchar arduamente dentro de una maraña de emociones con connotaciones nada constructivas, por el contrario, autodestructivas y derrotistas.

Poco conocemos acerca de nosotros mismos y menos de nuestro potencial. Adquirimos un libreto de vida a partir de conductas copiadas a nuestros modelos sociales, experiencias trascendentes, etcétera. Este libreto fue creado por nuestros educadores y coeducadores, quedando grabado en nuestro inconsciente formando la personalidad.

El cerebro es una computadora electromagnética que responde a estímulos mentales cuyas respuestas son dictadas por el libreto almacenado. No tiene poder de discernir, sólo utiliza el disquete que posee en sus archivos.

El primer espejo con que contamos son los padres. Podemos ser reyes o pordioseros según esa imagen que defenderemos a muerte, aún en contra de nuestros deseos de liberarnos de ella. Encontramos que una y otra vez sentimos y actuamos del mismo modo.

Hoy existe la posibilidad de mejorar el libreto conociendo las funciones de nuestra computadora y cómo se puede cambiar el disquete.

“Somos un aparato sofisticado que vino sin prospecto”. A partir de los estudios realizados por médicos psiquiatras de gran prestigio, como los doctores Shultz, Caycedo y Lozanov, que reunieron conocimientos de psicología, fisiología y yoga de la mente (raja yoga) se crearon cursos de entrenamiento mental.

Esto significa que hemos adquirido ese prospecto y que conocemos cómo funcionamos para cambiar hábitos y conductas negativas, desarrollar la autoestima u eliminar las creencias limitadoras.

De este modo poseemos un nuevo guión que nos permite dejar de ser una víctima de nuestras actitudes y circunstancias para convertirnos en dueños de nosotros mismos, encontrarnos con el poder interno, desarrollarlo y ser seres humanos capaces de lograr el éxito y apreciar lo bueno de la vida.