

**PENSAMIENTOS DEL MAESTRO**  
**OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV**

**PENSAMIENTOS SOBRE EL AGRADECIMIENTO**

Actualizado al 23 de marzo de 2021

---

## **Pensamiento del domingo 9 de abril de 2017**

"Para la mayoría de los humanos, amar significa pedir, exigir, reclamar. Pues sí, ¡traducción literal! Es así como se comportan con el Cielo, y hacen lo mismo con respecto a las personas que pretenden amar: las persiguen con sus exigencias y, por mucho que les den, siempre están insatisfechos.

Entonces, ¿queréis un criterio para saber si verdaderamente amáis a un ser? Si no tenéis nada que reclamarle, si vuestro único deseo es agradecer y agradecer al Cielo solo porque ese ser está ahí, porque existe, podéis estar seguros de que le amáis. Si no, llamad a vuestros sentimientos con el nombre que queráis, pero en cualquier caso eso no es amor."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del martes 30 de agosto de 2016.**

"Hay seres que os aman y esto os hace felices. Sentís este amor como una fuente que no cesa de brotar para vosotros, y donde podéis siempre tranquilizaros. Es verdad, pero tened cuidado, sed prudentes: cuando lleguéis cerca de esta fuente, no os apresuréis a beber. Deteneos ante ella, reposad del largo camino recorrido, recoged el agua en vuestras manos como en una copa, y llevadla hasta vuestros labios, lentamente, conscientemente, con gratitud. Si llegáis a encontrar la buena actitud, no deberéis temer que el agua de este amor se agote jamás.

Ésta es una imagen para haceros comprender que el amor es una fuente inagotable siempre que sepamos protegerla. Nunca consideréis el afecto de los hombres como algo que se os debe y que podéis utilizar libremente. Comportaos con respeto, delicadeza, para no ensuciar la nitidez de esta agua."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del domingo 26 de abril de 2015.**

"El universo en el que vivimos no está cerrado para nosotros, hacemos con él intercambios de todo tipo: intercambios físicos, psíquicos y espirituales. Consciente o inconscientemente, vibramos, respiramos con él, en él. Entonces, ¿por qué los humanos se sienten tan a menudo como extraños en la tierra? Porque no saben lo que hay que hacer para que ésta los conozca. La tierra los lleva, los alimenta, pero ellos van y vienen en todos los sentidos por caminos y carreteras sin pensar nunca en todo lo que le deben.

¿Queréis que la tierra os conozca, que se haga vuestra amiga? Cuando caminéis en la naturaleza, deteneos de vez en cuando, sentaos en el suelo, poned la mano sobre él, acariciadlo y decid: «¡Oh tierra, madre mía!, ¡cuánto aprecio tu estabilidad, tu solidez, tu generosidad! Con mi respeto, mi agradecimiento, mi amor, quiero devolverte un poco de lo que tú me das.» Y permaneced unos momentos en contacto con ella."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del miércoles 19 de octubre de 2016.**

"Todos los elementos con los que nuestro cuerpo está formado, todo lo que nos permite subsistir, el agua, el alimento, el aire que respiramos, la luz y el calor del sol, los materiales con los que hacemos nuestros vestidos, nuestras casas, nuestras herramientas: todo se lo debemos a la naturaleza. Algunas personas pueden estar muy orgullosas, y con razón, de su creatividad, de su ingenio, pero ¿de dónde han sacado los materiales a partir de los cuales fabrican sus instrumentos, sus aparatos e incluso sus obras de arte? De la naturaleza.

La naturaleza nos lo da todo, pero lo que tomamos queda grabado con detalle en alguna parte. Son deudas que contraemos con respecto a ella, y deberemos saldarlas ¿Cómo? Con una moneda llamada respeto, agradecimiento, amor y voluntad de estudiar todo lo que está escrito en su gran libro. Pagar significa dar algo a cambio, y todo lo que nuestro corazón, nuestra inteligencia, nuestra alma y nuestro espíritu son capaces de producir de bueno, puede ser un pago. En el plano físico estamos limitados, y por supuesto la naturaleza no nos pedirá que devolvamos el alimento, el agua, el aire o los rayos del sol que nos ha dado. Pero en el plano espiritual nuestras posibilidades son infinitas, y ahí podemos incluso devolver por centuplicado todo lo que hemos recibido."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

### **Pensamiento del miércoles 3 de julio de 2019.**

"¡Cuántas cosas buenas nos aportan un simple movimiento de agradecimiento por la vida que hemos recibido! Porque hay en ese movimiento elementos que superan el simple sentimiento. Desde el instante que pensamos en agradecer, ese sentimiento de reconocimiento no solo existe pasivamente, sino que actúa. En virtud de la ley de afinidad, por sus vibraciones atrae hacia nosotros impresiones, sensaciones e inspiraciones de la misma naturaleza que él. Y todas las bendiciones nos vienen entonces de esta pequeña cosa: hemos pensado en agradecer.

Alguien dirá: «Pero yo soy desgraciado, estoy enfermo, en la miseria, no puedo agradecer». Sí, puede: incluso desgraciado, buscando bien encontrará al menos una razón para agradecer. Que cada cual se sienta agradecido por lo que posee y por lo que le falta, por lo que le aporta alegría y por lo que le da tristeza. Es así como mantendrá en él la llama de la vida."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del Sábado 28 de diciembre de 2019.**

"Cuando Dios creó al hombre, depositó en él las semillas de todas las cualidades y virtudes, así como de todos los dones. Están ahí, todavía dormidas y, para desarrollarlas, debe primero utilizar su pensamiento, después vivificar su pensamiento por el sentimiento y, finalmente, poner su voluntad a trabajar para realizar eso que ha pensado y sentido. Entonces, se produce una especie de llamada que lanza a las entidades espirituales que se encuentran muy lejos, muy alto y esas entidades responden a su llamada viniendo a manifestarse a través suyo.

Las cualidades y los dones que los humanos consiguen desarrollar, se los deben a los sacrificios de las entidades del mundo espiritual. Y estos sacrificios los hacen con alegría. Pero para beneficiarse plenamente de ellos, es preciso que sean conscientes y agradecidos. ¿Y cómo hay que agradecer? Esforzándose por ser tan atentos, buenos y generosos respecto de las criaturas que les rodean, no solamente los humanos sino también los animales, las plantas, la creación entera. Esas entidades no piden nada más. A todos los seres visibles e invisibles que nos ayudan a vivir y a crecer, tenemos algo que ofrecer: una alegría, una mirada, una sonrisa."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del jueves 11 de junio de 2020.**

"Debéis maravillaros y agradecer cada día que existan en la tierra millones de bonitas mujeres que no habéis tenido todavía la felicidad de conocer y de contemplar, y millones de hombres inteligentes y fuertes que todavía no habéis tenido ocasión de encontrar. Debéis pensar en todos esos seres y alegraros... alegraros de solo pensar que existen y que un día podréis verlos, hablarles y admirarles. Sí, aprended a alegraros de que los hombres y las mujeres existan, y no solo de que les poseáis. La mayoría entre vosotros dirán que prefieren poseer a una mujer o a un hombre. De acuerdo, pero ninguna mujer puede reunir todas las cualidades de todas las mujeres, y ningún hombre, tampoco, posee todas las cualidades de todos los hombres. Solo si pensáis en todos los hombres y mujeres sobre la tierra encontraréis la plenitud que buscáis."

Omraam Mikhaël Aïvanhov



## **Pensamiento del domingo 4 de octubre de 2015.**

"¿De dónde viene la costumbre de rezar antes de las comidas? Diréis que se trata de un acto de gratitud para con el Creador: porque a Él le debemos el poder alimentarnos. Sí, por supuesto. Pero esta costumbre tiene también su origen en ciertos conocimientos que poseen los Iniciados sobre la realidad del mundo invisible. Saben que existen en el plano astral innumerables criaturas que, ellas también, tienen hambre y sed y que tratan pues de infiltrarse en los humanos para alimentarse a través de ellos.

La nutrición es una función que, en el hombre, permanece aún muy cerca del instinto animal y, si no está vigilante, al mismo tiempo que el alimento, introduce en él entidades del mundo astral que están en afinidad con sus tendencias instintivas. Al dirigir una plegaria al Señor antes de la comida, le invitamos a que venga a comer con nosotros, y una vez que le hemos abierto la puerta, ésta permanece cerrada para todos los indeseables del plano astral."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del jueves 20 de agosto de 2015.**

"Esforzaos por tomar conciencia de todas las riquezas que Dios os ha dado: vuestro corazón se llenará de una gratitud tal, de un amor tal, que solo pensaréis en ayudar e iluminar a los demás. El que se siente rico no puede guardar todo para él, algo le obliga a hacer un reparto. Por el contrario, el que pasa el tiempo enumerando lo que le falta haciendo comparaciones con todo lo que los demás poseen, se vuelve celoso y envidioso. Como han sido más favorecidos que él, encuentra una justificación para enfrentarse a ellos de una manera o de otra para quitarles o destruir todo lo que, según él, tienen de más y debería ser suyo.

Es la pobreza, la pobreza bajo todas sus formas – material, moral, espiritual – la que está en el origen de la mayoría de los crímenes. Así pues, si queréis ser un benefactor de la humanidad, sentíos ricos por todas las riquezas que habéis recibido de la Providencia y que nadie os puede quitar."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del lunes 30 de marzo de 2015.**

"Solo un sentimiento de gratitud hacia el Cielo puede salvarnos en el momento de las pruebas. Pero ¡cómo convencer a los humanos de esto, si no dan las gracias ni siquiera por las cosas buenas que les suceden! Y, sin embargo, aprender a dar gracias al Cielo, incluso por las dificultades y las desgracias, es la mejor manera de transformarlas.

Si ante una prueba os ponéis a gritar, a rebelaros, sentiréis que ésta es más pesada aún para vosotros. Pero si decís: «Gracias, Señor. Hay ciertamente una razón para que esto me suceda, todavía tengo muchas cosas que aprender, que comprender, y estos acontecimientos me servirán aun para mejorarme, para fortalecerme», de pronto sentiréis que algo se aclara dentro de vosotros. Es como si hubieseis envuelto vuestras dificultades con una película de oro puro, y las vierais de otra manera."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del jueves 19 de marzo de 2015.**

"Hay personas que creen que Dios o espíritus celestiales les hablan y se apresuran a comunicárselo a todo el mundo. Evidentemente, siempre pueden contar lo que quieran, pero hay criterios irrefutables para reconocer si la voz que dicen haber oído venía verdaderamente del Cielo, o si se trata solamente de elucubraciones. He ahí cuáles son estos criterios. En primer lugar, llegar a distinguir claramente el camino a seguir y avanzar firmemente por este camino. Después, volverse cada vez más abiertos a los demás para comprenderlos, amarlos, ayudarlos, y sentirse en cada instante llenos de gratitud hacia el Señor. Y finalmente, tener una voluntad libre para llevar a cabo sin obstáculos todo lo que es justo, bueno y bello.

Aquel que cumpla estas tres condiciones puede estar seguro de que, en efecto, la voz que ha oído (digamos así las cosas) venía del Cielo. Pero ¿por qué ir a contarlo por todas partes? Eso no es necesario."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del domingo 11 de enero de 2015.**

"No hay nada más importante que acoger con gratitud cada nueva jornada que empieza y tomar la resolución de vivir esta jornada con amor. ¿Y qué significa vivir con amor? Simplemente respirar, comer, andar, mirar, escuchar con amor. Pensáis que ya sabéis todo eso... No, no lo sabéis.

Vivir con amor es elevarse hasta este estado de conciencia que armoniza vuestros pensamientos, vuestros sentimientos, vuestros actos, y os mantiene en equilibrio. Y este estado de conciencia se convierte en una fuente de gozo, de fuerza, de salud, no solo para vosotros sino también para todas las criaturas que frecuentáis. Cuando empecéis a comprender verdaderamente, con todo vuestro ser, lo que significa vivir con amor, vuestra existencia entera se transformará. El amor brotará en vosotros sin cesar, incluso cuando durmáis... Sí, incluso durante vuestro sueño."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del martes 23 de diciembre de 2014.**

"Cada mañana, al despertaros, invocad primero al gozo y al amor. En vez de empezar la jornada pensando en las diferentes tareas que os esperan, decid: «Señor Dios, Te doy gracias por seguir vivo, por poder respirar, comer, caminar, mirar, oír, pensar, amar, porque estos son tesoros inestimables.» Y después levantaos alegremente.

Y aprended también a dar gracias por cada uno de los sinsabores de la vida, porque es la mejor forma de neutralizarlos. Si empezáis a quejaros y a rebelaros, estaréis cada vez más agobiados. Pero si decís: «¡Oh, Señor!, gracias, hay ciertamente una razón para que me encuentre con este obstáculo, debo tener todavía algo que aprender», sentiréis que transformáis poco a poco vuestras dificultades en oro y piedras preciosas. Sí, es como si las recubrieseis con un polvo de oro o de cristal: se os aparecen bajo otra perspectiva. Nada puede resistirse ante la gratitud. Así pues, cada día, agradeced al Cielo hasta sentir que todo lo que os sucede es para vuestro bien. Dad gracias por lo que tenéis y por lo que no tenéis, por lo que os alegra y por lo que os hace sufrir. Aunque os sintáis desdichados, debéis encontrar alguna razón para dar gracias. De esta manera mantendréis en vosotros la llama de la vida."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del viernes 5 de diciembre de 2014.**

"Aquél que sienta la necesidad de trabajar para el bien de la humanidad que no se pregunte si va a tener éxito o si va a fracasar, porque esta pregunta introduce en él una indecisión, una duda que lo frena en su impulso. Debe trabajar, eso es todo. La historia de los pueblos nos enseña que no podemos juzgar el valor de los seres tomando como único criterio sus éxitos o sus fracasos. Aquellos que triunfaron no son necesariamente los más grandes, y los que fracasaron no son tampoco de menor elevación. Su ejemplo alimentó el impulso de una multitud de otros seres, fueron como una semilla, una levadura; un día alcanzarán la meta y mejor aún de lo que esperaban.

Cada criatura viene a la tierra con una misión determinada y, a menudo, aquellos a quienes se han encargado las misiones más grandiosas están destinados a fracasar, al menos en apariencia. Pero han preparado el terreno – y eso es lo más difícil – para otros que, beneficiándose de sus esfuerzos, triunfarán. Por eso los que obtienen los éxitos deben pensar con gratitud en todos los hombres y mujeres que, antes que ellos, trabajaron para que estos éxitos fuesen posibles. Estos hombres y estas mujeres hicieron sacrificios, a veces incluso fueron víctimas, pero puede que vuelvan en otra vida para recoger el fruto de su trabajo."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del miércoles 17 de septiembre de 2014.**

"Poseéis un objeto, pero no es porque esté en vuestra posesión que ya os pertenece verdaderamente. Solamente os pertenece si os inspira; si, a causa de él, sentís interiormente un gozo, una luz. Entonces, aunque no sea realmente vuestro, os pertenece. De esta manera, la creación entera, con las montañas, los océanos, el sol y las estrellas, puede perteneceros. Sí, si los admiráis, si los amáis, si vuestro corazón y vuestra alma se llenan de gratitud para con el Creador, son vuestros y nadie os los puede quitar.

Éste es, pues, el punto de vista que en lo sucesivo debéis adoptar para comprender lo que es vuestro y lo que no lo es. Un hombre está casado y, puesto que puede imponerse a su mujer, obligarla a esto, prohibirle aquello, se imagina que le pertenece. Pues bien, no, es una ilusión. Pero si siente admiración por ella, si la considera como una criatura preciosa, como un aspecto de la Madre divina, entonces sí, ella le pertenece, aunque le deje la mayor libertad, incluso si no la toca. Los humanos creen que para poseer algo... o a alguien, deben tenerlo en sus manos. No, desgraciadamente, aquello a lo que más se aferran es a menudo lo que menos les pertenece. "

Omraam Mikhaël Aïvanhov



## **Pensamiento del lunes 8 de septiembre de 2014.**

"Quizá no tengáis tiempo para rezar y meditar, pero cada día os veis obligados a consagrar al menos una hora para alimentaros. Entonces, ¿por qué no aprovechar este tiempo de las comidas para libraros de las preocupaciones y de la agitación del ambiente? Éste es el momento de acordaros de que también tenéis un alma y un espíritu que alimentar, y de enviar al Señor un pensamiento de gratitud por lo que os da a través de este alimento. Porque, ¿qué es el alimento? Una carta de amor, sí, una carta de amor escrita por el Creador, y muchas cosas dependen de la forma en la que leamos esta carta. Aquél que se muestre negligente con ella, no obtendrá ningún beneficio.

Cuando recibís una carta de una persona que queréis mucho, la leéis y la releéis con atención para percibir y apreciar todos sus matices: os parece que cada palabra contiene todo un mundo de significados por descubrir. Procurad dar la misma consideración a la carta de amor del Creador. Esta carta es la más poderosa, la más elocuente, puesto que en ella está escrito: «Tomad, ¡os aporto la vida!»"

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del viernes 27 de junio de 2014.**

"El verdadero gozo es una disposición del alma que, más allá de las dificultades, de los obstáculos y las penas, es capaz de sentir la vida como un don de Dios, un don por el que experimenta gratitud y la necesidad de dar gracias. Si queréis recibir a menudo las visitas del gozo, cultivad en vosotros este sentimiento de gratitud hacia el Creador, y no solo hacia el Creador, sino también hacia la naturaleza, hacia los seres humanos. De esta manera, incluso cuando sin tener ninguna razón en particular para alegraros, este sentimiento que os habréis acostumbrado a mantener os cogerá por sorpresa... Como estos amigos muy queridos que llegan a veces de imprevisto para haceros una visita que no esperabais."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

## **Pensamiento del Sábado 24 de mayo de 2014.**

"Es importante, evidentemente, escoger un alimento sano y hacer comidas equilibradas, pero el estado en el que comemos es todavía más importante: cuando no tomamos ciertas precauciones, podemos envenenarnos con la mejor de las comidas. Si coméis perturbados, irritados, o en otros estados negativos, impregnáis los alimentos con los venenos producidos por tales estados, y estos venenos van a difundirse por todo vuestro organismo. Lo inverso también es cierto: los alimentos se impregnan con los buenos pensamientos y los buenos sentimientos que podéis tener cuando coméis, y os alimentan con su quintaesencia.

Es normal que estéis momentáneamente perturbados e irritados por ciertos acontecimientos; pero entonces, aunque sea la hora de comer, esperad un poco hasta que hayáis recobrado la paz. Si no os es posible esperad, si vuestras ocupaciones os obligan a comer justo en ese momento, haced por lo menos el esfuerzo de concentraros en el alimento impregnándolo con vuestro respeto y con vuestra gratitud: al penetrar en vosotros, estos sentimientos, de los que el alimento será el soporte, transformarán vuestros estados negativos."

Omraam Mikhaël Aïvanhov

\* \* \*



[www.laenseñanza.org](http://www.laenseñanza.org)