

### 30ª Reflexión: Crisis de Valores.

Iniciamos esta página apuntando a la crisis de valores, corrupción, desigualdad, delincuencia, estrés e infelicidad que parecen dominarnos hoy. En 29 Reflexiones y materiales adicionales publicados, he querido crear una base de textos y vídeos que podamos consultar como un libro, para recurrir a ellos en momentos de tranquilidad dedicados a la meditación. Ver una publicación más en Facebook entre un mar de temas diversos no es quizá la mejor manera de hacer profundas e importantes reflexiones para nuestra vida.



Hablamos de una crisis de valores, reconociendo un extravío sobre lo que es más importante. En el subconsciente todos tenemos como una pequeña báscula que opera cientos de veces al día, en cada toma de decisiones. Compara las alternativas y asigna el mayor peso a una de ellas. No soy consciente de esa báscula, pero está regulada por mi Sistema de Creencias. Qué ropa elijo por la mañana (¿cómoda o presentable?), qué tomo en el desayuno (¿sabroso o sano?), cómo conduzco mi auto (¿rápido o seguro?), ¿Respeto la norma o me beneficio? ¿Digo la verdad o la oculto? ¿Participo o evado? Mis valores reales no son los que expreso con palabras, sino los que resuelve esa báscula interna, aunque en el momento no sea consciente de ello.

La forma de salir de mi crisis de valores es encontrar las creencias que me impiden ser congruente con los valores que expresaría, por eso lo señalo así en la 1ª Reflexión y cuestionamos algunas creencias de la 9ª a la 24ª. Cuestionándome su fundamento puedo construir otras mejores. Mientras más individuos lo hagamos, lograremos una cultura en evolución como sociedad.