



**Soulman**

Junio 28, 2011, 6:40pm



Hola John!

Te escribo por aqui porque la verdad no sabia en que parte ,en que tematica del foro publicar la pregunta.Si quieres hacer publico el mensaje por mi no hay ningun problema.

En mi trayectoria como buscador he podido observar que casi todas las tradiciones espirituales hablan de disminuir el egoismo o transformar el egoismo en amor.De hecho estuve

en una escuela espiritual donde se hablaba de la muerte del ego o frases como ...." yo debo menguar para que el otro en mi crezca."Esto realmente nunca supe como hacerlo.

Una vez introducido el tema ,quisiera ver si me puedes ayudar contestandome segun tu opinion a estas preguntas:

¿El ego realmente se puede cultivar o aumentar o hay el que hay y punto?

¿El ego realmente se puede menguar o disminuir o hay el que hay y punto?

¿El pensamiento positivo,la visualizacion ,todo lo que sea elaborar con el pensamiento estaria contribuyendo a un cultivo de la personalidad o ego y por tanto dificultando el acceso a la iluminacion?.Esto ultimo tambien te lo comento porque para la escuela espiritual donde estuve,ellos no tienen ninguna tecnica de visualizacion,ni meditaciones,ellos hablan de orientarse hacia el campo de vida gnostico o crístico,de donde vienen los iniciados como Jesus,y esa orientacion atrae fuerzas y energias que te van transformando y van cambiando ese egoismo en amor y hablan de no perseguir intereses terrenales ya que eso atrae fuerzas del campo de vida terrestre y egoicas y dificulta la transformacion.

¿Como haces tu para cambiar ese egoismo en amor?

Participante Nuevo

**Posts:** 11



[John](#)

Junio 29, 2011, 9:34am



Citado de [Soulman](#)

¿El ego realmente se puede cultivar o aumentar o hay el que hay y punto?

¿El ego realmente se puede menguar o disminuir o hay el que hay y punto?

Mi opinion: 😞

No es cuestión de cultivar o no, si no identificarse o no.

Cuanto más crees que la persona que ves en el espejo todas las mañanas eres tu, más te identificas con el Ego. Tu Ego es tu personalidad, quien "representas" en esta ilusión que vives que llamas "realidad". Es el papel que desempeñas en esta obra de teatro llamada "mi vida".

Me gusta siempre la definición de Jed Mc Kenna:

1. Los hay que viven en el sueño, y no se dan cuenta que están soñando (el 99% de la humanidad)
2. Los hay que viven en el sueño, pero se dan cuenta que es un sueño (el ,9% de la humanidad)
3. Los hay que han despertado del sueño (el ,1% de la humanidad)

Los del numero 2. siguen identficandose con su Ego, pero se dan cuenta que es una imagen falsa que representa una *minúsucla* proporción de quien realmente son.

Cuando eres consciente de que hasta que punto te quieres identificar con tu Ego, la cuestión de "cultivarlo" o no se pone más en perspectiva. Si te identificas mucho con el, pues te interesa cultivarlo un montón 😊

En el bar de la esquina, cuando llego tarde para comer, pierdo el telediario y me toca un programa curioso donde personajes muy extraños parecen pasar la tarde insultándose mutuamente y difamándose entre ellos con opiniones y chismorreos (la verdad es que no me entero de nada pero resulta divertido durante cierto tiempo. Mi umbral del dolor suele ser unos 10 mins.). Es un buen ejemplo de un grupo de personas totalmente identificados con su Ego. No entienden de otra cosa y lo más importante es cultivar dicha imagen falsa y meterse plenamente en su papel. ¡Y lo hacen fenomenal! 😊

De hecho, aconsejo verlo (empieza después del telediario de las 14:00) para entender el concepto. Son personajes puro y duro. Viven al 100% su papel y su guión y dedican un enorme esfuerzo a cultivar dicho personaje (lease su Ego) para representarlo bien. Siempre me quedo estupefacto por lo bien que lo hacen, les admiro mucho. 😊



Me alegra poder compartir mi camino contigo

Administrador



Posts: 8,696

Ubicación: Madrid



[ARANN](#)

Julio 14, 2011, 2:14pm



Ciertamente, siempre es un tema atractivo. 😊

Si buscáis post al respecto desde 2007, los hay y muy interesantes.

Poder sentir que nos rodea un escenario ilusorio, creado ex profeso como un medio evolutivo de experiencias, contiene un principio curativo, que realmente es pura consecuencia. 😊

Me voy rápido a hacer un trabajo y luego a ver con mi hijo una ilusión dentro de la ilusión, Harry Potter, la última i, y es que en mi ciudad se han inventado un bono donde echan la penúltima y esta...y por ello ahora no puedo extenderme.

Sin embargo quiero aportar por fin, que en un momento determinado de mi vida, que es clave y consecuencia de estar por aquí y dar lo que puedo a través de Reiki y terapias, un momento en que todo cambió, justo fue derivado de sentir de una forma invasiva, en un estado de meditación donde me abrí al dolor del escenario, al sufrimiento que observaba en su globalidad, acompañada de otras cosas que no vienen al caso, la certeza de que todo lo que percibimos es una ilusión, o casi todo. 😊



Profesor de Reiki y Psicólogo  
Alumno Fundación

Posts: 3,260

Ubicación: Terrassa (BCN)

Como de un plumazo empecé a ver desde cierta distancia el dolor ajeno, y lo que quedaba del mío propio, todo y sentir fuertemente la necesidad de hacer algo para aliviarlo, pero al tiempo, la clara idea de que negar todo esto era de locos (recuerden mi procedencia), lo guardé en secreto, pero no quise renunciar a ese tesoro que considero el mayor regalo, después del canal de Amor que conocí de niño.

Decidí aplicarlo...el "todo relativo" de Einstein, se cumplía mucho más allá de lo imaginable...y todas las terapias mejoraron, o al menos las que lograron sentirlo...pues no es tanto un desarrollo cognitivo. Es una certeza y una vivencia poco transmisible con palabras. 😊

A mi modo lo fui explicando y me recomendaron profundizar en algunos escritos búdicos, donde imaginen mi shock al leer lo que había sentido...y al tiempo el consuelo de no estar loco. 😊

Hay muchísimo por comentar...y también por disfrutar, vivir. El Ego es un medio privilegiado y necesario , un invento, que aunque denso y tramposo (y me refiero a la mente ordinaria y a ese karma universal, nuevo en cada vida, que es la "necesidad", algo que la pura vibración original no tiene), bien usado , es un disfraz o traje de astronauta de lo más sofisticado.

Bueno, ya tengo que recoger, pero comparto con todos la alegría que hace meses tengo al leer aquí a tantos, sumergidos en la verdadera experiencia... para mi es otro regalo poderles leer.

No quería irme sin comentar que si pueden sentirlo, hay un principio sanador consecuente...aunque es cierto que les puede cambiar un poco incluso la percepción física (el escenario puede de repente alejarse y acercarse como una matrix, jjj, y esto hay que evitarlo conduciendo i) 😊

Un abrazo i!! 😊

### [Formación en D.E.: Técnica operativa de investigación del Karma](#)

**Programa D.E.**

: <http://www.sanacionysalud.com/cgi-bin/Blah/Blah.pl?m-1317210022/>

<http://www.Gokai.es>

**PON EMPEÑO EN TU FELICIDAD !** 😊

#### OTRO AUTOR

Ricard, con todo mi respeto, disiento de eso de "bien usado"... Yo no creo que al Ego se le pueda usar bien, el Ego es la mente, o mejor dicho la parte de la mente que se cree que sabe pero no sabe... está separada y se rige por cosas totalmente "condicionadas". Está basado en el ataque-defensa (de algo bueno o malo, da igual, etc. etc. etc. )

Si se entrega o rinde el Ego, se acabó "la culpa" o el karma (bueno y malo!!) y se acabó por tanto el nacimiento y la muerte y eso es lo que el ego no quiere. Claro que es el Ego lo que nos permite estar en el "tiempo" **y el Ser, Dios** nos pregunta: ¿Vas conmigo o por tu cuenta? ¿Necesitas **más tiempo** o estás listo para Unirte a mí? **Él** es Amor, sólo sabe amar y por tanto respetar nuestra voluntad y sólo espera que estemos listos para Volver.

ARANN:

Parece que no respondí, pero el Ego, si es instrumento espiritual, aun con sus desvíos, sirve y es instrumento privilegiado aquí y ahora , en este escenario, para hacer lo que el Ser ha previsto

Y eso es, sin duda, "un buen uso"



ARANN

Julio 15, 2011, 10:14pm



Citado de **Ulipia**

.....

¿Dónde quedan la libertad y el libre albedrío? No lo sé. En ocasiones he tenido la sensación clara de que era arrastrada de un lugar que no era el mío hacia otro sitio, para que pudiese estar en el lugar adecuado y en el momento adecuado; situaciones de estas han sido cruciales en el desarrollo de mi vida. Sin embargo, otras muchas veces he creído ser consciente de que se me pedía la aceptación de un compromiso. He tenido la sensación indudable de que podía decir sí o no, y el haber dicho que sí también ha sido clave para mi vida posterior. ¿Esa capacidad de decidir era ficticia? ¿Hay varios guiones alternativos? No lo sé. Solo sé que esas situaciones han ido en aumento y que, siguiendo esa entrega sin condiciones que me lleva, creo que siempre he dicho sí.

Gracias Ulipia por ser constructiva y aportar tanto.  
Y a los demás, pues he aprendido mucho en este post y además he recordado lecciones de vida de antaño.

Sobre lo que cuentas, a lo que intenté buscar nombre, y llame tendencias, efectivamente, forman parte del programa de estudios, de lo elegido-cocreado para este aprendizaje, donde cada Ser desarrolla el papel oportuno (aunque constato que los actores muy trabajados, menos, pero eso es harina de otro costal), y esas tendencias pueden ser poderosas.

Como ejemplo tontorrón, hay tendencias extremas, que son determinaciones, elegidas por todos, como la micción, que es inevitable, o el tener que aprender algún idioma en cada vida o forma de comunicarse .

En los casos que citas la tendencia es poderosa, pero creo que sí podemos cambiarla, y sobre todo, cambiar las tendencias internas, la forma en que solemos reaccionar ante determinadas situaciones. Esa parte es nuestro Reino, nuestro mayor campo de operaciones. Cambiando o no fuera, al final puede que dé lo mismo si dentro no permito lo que no deseo.

Los actores puede que insistan, pero si observas y eres consciente de lo que sucede, y de fondo, sigues consciente también de la ilusión, sus efectos solo pueden enriquecerte.

Al principio, eran situaciones de la vida cotidiana; decisiones a tomar en el momento de vivirlas. Más tarde, petición de determinados compromisos que venía de una voz interior potente y clara, invasiva, como dice Ricard; acepto todos, incluso sin saber cómo llevarlos a cabo; el modo se irá desvelando. Hace no mucho mi voz clara y potente me preguntó si era consciente de que, de seguir por este camino, entraría en una vida desconocida hasta ahora para mí. Como soy muy chula, dije que sí. Me volvió a preguntar si lo hacía libre y conscientemente; como soy terca, chula, aventurera y un tanto inconsciente, dije otra vez que sí. Elegí la pastilla roja de Matrix. (¿o era la azul? No me acuerdo). Cada vez que doy uno de estos "sés" me paso días temblando de miedo, pero... lo hecho, hecho está.

Si que da cierto respeto. Pero esa pastilla que te has tomado es curativa...una vez tomada la nueva conciencia los cambios suceden a gran velocidad, y hay veces en que el ego no sabe cómo reaccionar, porque todo esto que contamos, se escapa a la comprensión completa de la mente ordinaria. Solo con modelos reduccionista se puede lograr.

Y al final, todo es un constructo de creencias, que forma parte de la realidad-ilusión interna...por eso en algún momento se siente <sup>5</sup>



Profesor de Reiki y Psicólogo  
Alumno Fundación

**Posts:** 3,260

**Ubicación:** Terrassa (BCN)

que el vacío de ti, dejando entrar la conexión de Luz, llámale Rei, Prana, o como sea que se prefiera, es la opción final. Pero nada es universalizable...cada uno crea su momento.

Lo que intentaba aportar el otro día era lo liberador que representa sentir la ilusión. velo del ego y del resto de la Creación, al tiempo que puedes admirar la capacidad divina detrás del escenario. Y finalmente, resulta curativo. Hay que dar las gracias infinitamente si el cambio después resulta permanente.

Dice Ricard que las percepciones empiezan a cambiar; leí en un libro que, estando en esta fase, a la mujer del autor le desapareció la salida de una autopista: pasó varias veces por allí y la salida no estaba. Es un signo de que creamos nuestra realidad en cada momento. ¿Cómo os sentiríais si caminando por vuestra calle, al cruzar de una manzana a otra os dieseis cuenta de que faltaba una, de que en tu creación se te ha olvidado poner justo la manzana a la que ibas? ¿y si después de eso, a los pocos días, esa voz interior te dice "Creo mi realidad a través de ti"? Sólo tendríais dos opciones: pensar que ya os habéis vuelto locos del todo, o creer que de lo que se habla aquí algo hay de cierto. Por ahora me agarro a la segunda opción, pero tengo en el armario el gorro de Napoleón, por si acaso.

Impresionante Ulipia , ostras !!!

Tendré que pensar en eso de la carretera. Bien es cierto que el nivel energético suele disminuir al conducir y supongo que es un momento propicio. No puedo asegurar nada.

Una paciente hace años, alguien maravilloso de la que aprendí mucho, iba constatando rechazo social incluso cuando iba con su novio. No admitimos la tendencia de cualquier manera, sino que nos dirigimos juntos a la investigación kármica, donde es muy evidente, en la vida corriente y en la historia presente del sujeto. Nos tuvimos que rendir a la evidencia averiguar qué se pretendía en ese aprendizaje...fue increíble.

Ella poco a poco , mediante meditación y Reiki, con un trabajo muy disciplinado , además de psicodinámica, se fue aperciendo de la ilusión, de las tendencias y programa Master, por llamarlo de alguna manera...y en un momento determinado me llamó por tel (solo una vez en 3 años) para decirme algo que , a Dios gracias, ya me había pasado asustándome años atrás...y era que mientras estaba observando la escena en una comida, donde ella actuaba mucho en ese papel observador, notó en varias ocasiones cómo se alejaba la mesa y la escena en sí, como si fuera de goma. Son percepciones que duran poco, como una distorsión. Si te pasa en carretera te mareas, pierdes la orientación y debes inmediatamente tomar puntos de referencias y enraizarte...debes acudir al Ego para poder seguir funcionando , al menos en el coche.

Pude tranquilizarle y felicitarle...no por un fenómeno, no soy amente de ellos para nada, sino por lo que significaba.

Recientemente he leído que en un estado de Guru-yoga de Sogyal Rimpoché, estando junto a su Maestro , le ocurrió algo similar, una distorsión que le confirmaba la ilusión que nos rodea.

Mi querida Ulipia, no suelo contar cuestiones personales, pero esta vez, a riesgo de tener que sacar ese gorro de Napoleón (o de "iluminado", jjjjjj ) que guardas en el armario, he creído que vale la pena compartir, porque esto que hablamos es fundamental...y me refiero a sentirlo, a percibirlo.

Animo, como siempre, al empleo de las herramientas que se nos han dado, y al ejercicio de la mayor humildad, incluso si es necesario, a aperturarse a la experiencia emocional extrema, solo como ejercicio, para poder disfrutar de esa nueva conciencia.

Gracias por tu valentía al contar tanto de tu experiencia y darnos ejemplo con ello. 😊

Un abrazo !!!

### **Formación en D.E.: Técnica operativa de investigación del Karma**

**Programa D.E.**

**: <http://www.sanacionysalud.com/cgi-bin/Blah/Blah.pl?m-1317210022/>**

**<http://www.Gokai.es>**

**PON EMPEÑO EN TU FELICIDAD ! 😊**

 **En el foro**

 **sitio**

 **mp**