

7

COM SE SUPERA

L'EGGO?

# Transcendint-lo



**L'ego es transcendeix de manera exponencial a mesura que hom  
progressa espiritualment.  
Aquest és el veritable significat de**



**l'Escala de la Consciència.**



Tots veiem com està la gent dominada pels programes de

**l'ego**

A large crowd of men in blue suits seen from behind, stretching to the horizon under a blue sky with clouds.

A la consulta, les persones que es comprometen seriosament en el seu procés, s'adonen de com són "guiades" per la cobdícia, l'odi, la por, l'addicció, l'orgull, la culpa, la vanitat, la manca d'autoestima; prenen consciència de les afeccions, les dependències, la necessitat de buscar aprovació; s'adonen dels jutges implacables que són amb si mateixes i amb els altres; s'adonen del poc que s'estimen, de com es maltracten i, sobretot, de l'amor devaluat i pobre que viuen; s'adonen que no saben estimar als altres, perquè no s'estimen a si mateixes.

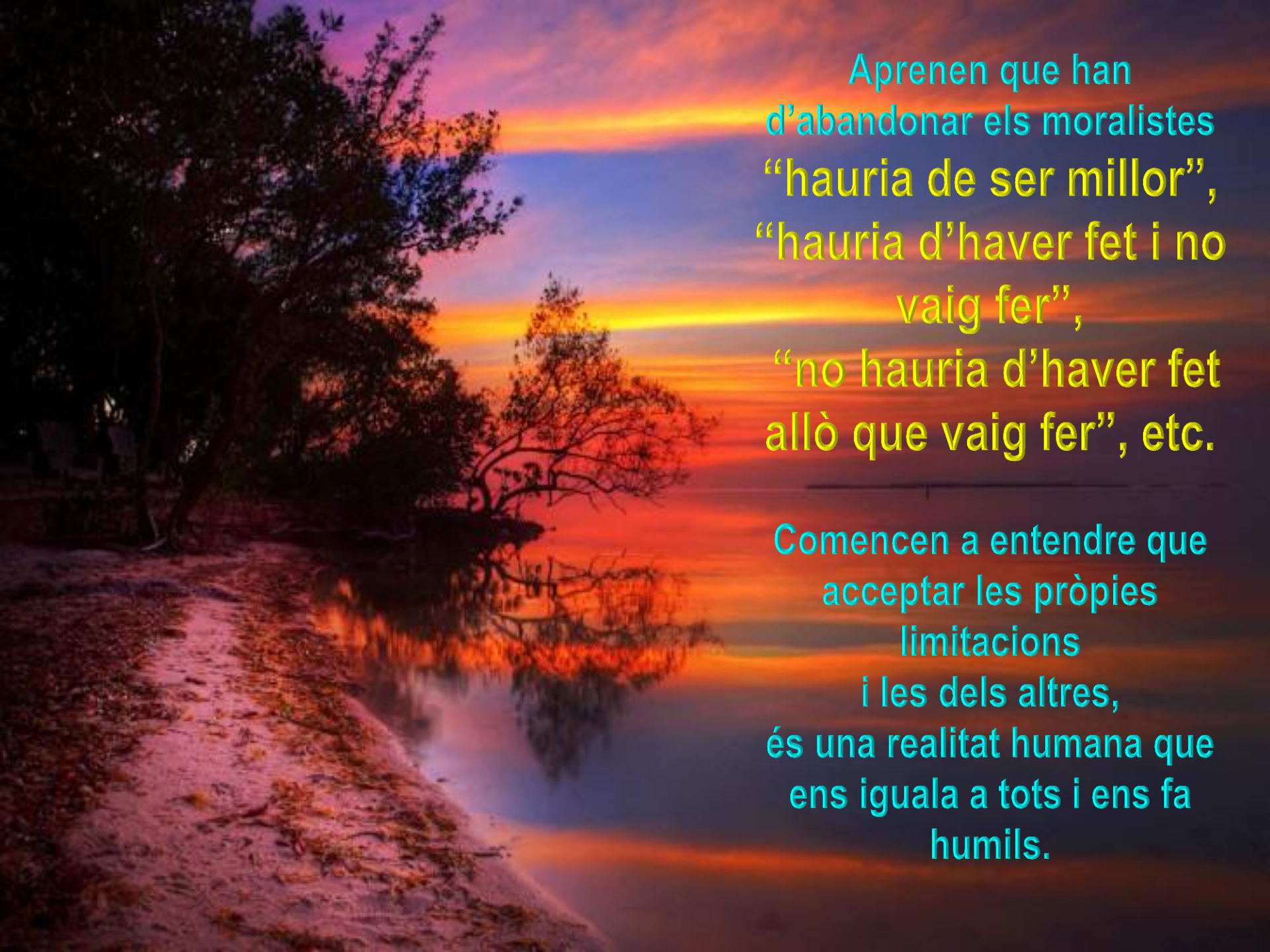




Arrosseguen càrregues de  
culpa inconscient,  
que continuament  
projecten sobre els altres i  
sobre el

A woman is shown from the back, her back and arms covered in a large, vibrant tattoo. The tattoo depicts a tropical sunset scene with a bright sun low on the horizon, palm trees silhouetted against the sky, and a full moon. The colors are a mix of warm oranges and yellows from the sun, and cooler blues and purples from the moon and sky. The woman's hair is long and dark, and she is wearing a dark top. The background is a solid black color.

**SER**

A serene sunset scene over a body of water. The sky is filled with vibrant colors of orange, yellow, and pink, transitioning into a deep blue at the top. The sun is low on the horizon, creating a bright glow. The water reflects the colors of the sky. On the left side, there are dark silhouettes of trees and a sandy shore. The overall mood is peaceful and contemplative.

Aprenen que han  
d'abandonar els moralistes  
“hauria de ser millor”,  
“hauria d'haver fet i no  
vaig fer”,  
“no hauria d'haver fet  
allò que vaig fer”, etc.

Comencen a entendre que  
acceptar les pròpies  
limitacions  
i les dels altres,  
és una realitat humana que  
ens iguala a tots i ens fa  
humils.





Aprenen que el sentit de  
les pròpies limitacions  
serveix per aprendre a  
ser humil.


S'adonen que és el  
moment de prestar més  
atenció a aquesta  
consciència infinita que  
són, i que durant molt  
temps han ignorat.  
Comencen a valorar que  
el Ser és una realitat  
molt més alliberadora  
que totes les  
dinàmiques de l'ego.



Quan la persona comença a reconèixer i a entregar els “hauria”,  
les limitacions, creences, expectatives, judicis i projeccions,  
inicia la vertadera

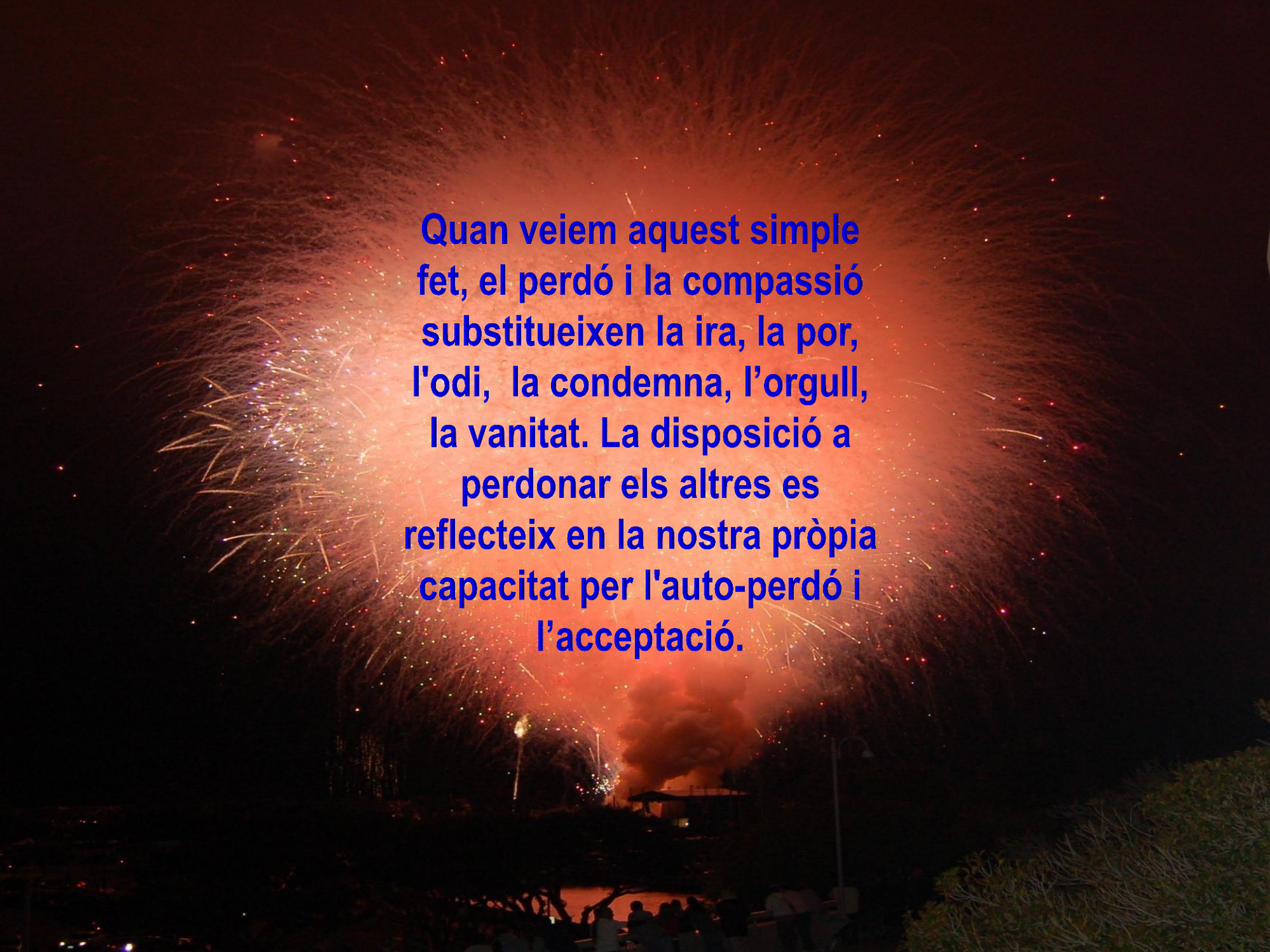


evolució  
espiritual



**Com que l'evolució  
s'expressa a través  
de gradacions,  
algunes persones  
estan més avançades  
en el camí que  
d'altres.**





**Quan veiem aquest simple fet, el perdó i la compassió substitueixen la ira, la por, l'odi, la condemna, l'orgull, la vanitat. La disposició a perdonar els altres es reflecteix en la nostra pròpia capacitat per l'auto-perdó i l'acceptació.**



Poques  
persones se  
senten  
motivades a  
sortir d'aquest  
pantanós estat i  
emprendre el  
**camí de  
l'evolució  
espiritual.**  
Una resistència  
de l'ego és  
generar la  
sospita que això  
els passa als  
altres,  
però no a elles.






Menys encara  
descobrir la  
manera de  
sortir del  
parany de l'ego.  
El món de l'ego  
és com una  
casa de miralls  
mitjançant el  
qual l'ego vaga,  
perdut i confós,  
ja que  
persegueix les  
imatges d'un  
mirall darrere  
l'altre.



La vida humana es caracteritza per interminables assajos i errors per escapar del laberint. A vegades, per a moltes persones, i possiblement per a la majoria, el món dels miralls es converteix en una casa dels horrors que va de mal a pitjor.





L'única manera de sortir del  
pelegrinatge és a través de  
la recerca de la

**Veritat espiritual**



8

EL SER ÉS EL MOTOR DE

L'EVOLUCIÓ

ESPIRITUAL



# EI SER

que activa la Voluntat espiritual  
és la seu d'un infinit poder contra el qual el castell de sorra de l'ego no  
pot prevaldre.

# EI SER

és com un imant infinitament poderós que té la capacitat de dissoldre  
l'estructura de l'ego,  
sempre que la voluntat espiritual doni el seu consentiment.



Ningú pot atribuir-se el mèrit de la progressió de la

**CONSCIÈNCIA ESPIRITUAL**

ni culpar ningú si aquesta no es dóna.



Revolcar-se en la culpa és alimentar l'ego i  
l'autoindulgència.

Si hom no hi renuncia, no hi ha progrés espiritual



## Les resistències

(per poder integrar i acceptar les ensenyances espirituals)  
provenen de l'ego, al qual pateix una gran carència d'humilitat i degut a  
l'orgull es resisteix a estar

“equivocat”



Mitjançant la humilitat, hom pot renunciar al paper auto assignat de l'ego, com a salvador del món i entregar-lo directament al

SER





**El món que l'ego dibuixa és una projecció de les seves pròpies il.lusions i posicionaments arbitraris.**




El treball espiritual interior seriós pot semblar tediós i exigent per l'ego,  
però és apassionant per

**l'esperit,**

que està ansiós per tornar a casa.



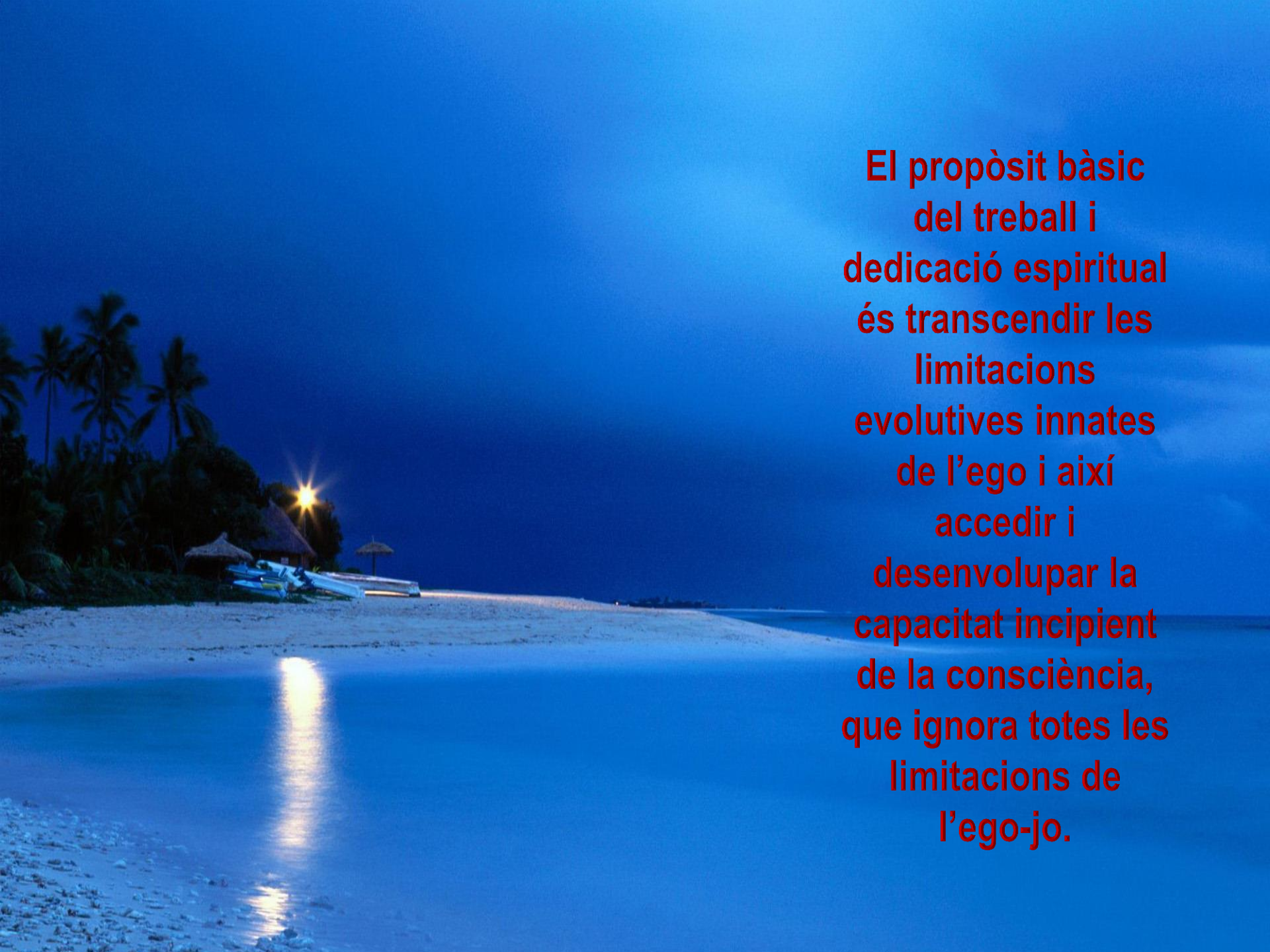




La  
consciència  
busca  
innatament  
la seva

Font






**El propòsit bàsic  
del treball i  
dedicació espiritual  
és transcendir les  
limitacions  
evolutives innates  
de l'ego i així  
accedir i  
desenvolupar la  
capacitat incipient  
de la consciència,  
que ignora totes les  
limitacions de  
l'ego-jo.**

**Renunciar al que sembla el veritable nucli de l'existència d'un,  
sembla requerir molt de coratge i resolució.**







Acontentar-se  
amb viure dins dels  
confins de l'ego és el  
patètic preu que cal pagar  
per les raquíiques  
engrunes  
que l'ego torna, a canvi de  
submissió  
i sotmetiment a

ell



**Els seus petites avantatges  
i plaers són llastimosos,  
fugaços i passatgers.**





Quan el jo petit deixa de buscar en el món,  
descobreix que el seu origen sempre ha estat el

**SER**



Acabo amb la preciosa pregària  
del Dr. Hawkins:

Per mi mateix, Oh Senyor  
no sóc capaç de derrotar  
l'ego-ment.  
Em lliuro a Tu,  
Oh Senyor.  
Et dono la vida a Tu.  
T'entrego el meu ego,  
Oh Senyor.  
Amén



1  
**FACEBOOK**  
gestaltfis

---

2  
**INSTAGRAM**  
gestaltfis

---

3  
**TWITTER**  
gestaltfis


---

4  
**SOUNDCLOUD**  
gestaltfis

---

5  
**YOUTUBE**  
gestaltfis

**WEB DEL CENTRE GESTALTFIS**  
[www.familiaysalud.net](http://www.familiaysalud.net)



**PSICOLOGIA I COMUNIÓ**

**Centre de Psicologia**  
**GESTALT-FIS,**  
**FAMILIA I SALUT**

*Registre a la Direcció General de Centres  
de Salut de la  
Generalitat de Catalunya: E08943333*