



## Lección número 3

### Contenido

#### Temas Principales

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| El ego.....                         | 3 |
| Tu falso ser. Tu verdadero ser..... | 4 |
| El bien y el mal.....               | 6 |
| La sombra.....                      | 7 |
| Tarea.....                          | 9 |



## El ego



El ego es ese concepto excesivo que tenemos de nosotros mismos, construido durante toda nuestra vida y que va evolucionando con ella, responsable de algunos logros, pero también de grandes conflictos. Coloquialmente se suele referenciar como un exceso de autoestima.

Es como una máscara social, un papel que nos auto-asignamos, y que nos aleja cada vez más de lo que somos de verdad. Para disimular su verdadero sentimiento de inferioridad busca creerse superior, necesita halagos, la aprobación de los demás y tener poder y control de situaciones y personas, porque en lo más profundo de su ser lo que en realidad habita es el temor.

**“Yo quiero paz. Yo es el ego, quiero es el deseo;  
elimina el ego y el deseo y tienes la paz”.**



El ego nos aleja de nuestro verdadero ser, de nuestra esencia primigenia, la cual es la que nos libera de todos nuestros males y nos brinda la paz que requerimos en cada momento para tener una mente cuántica consciente que nos abra el panorama de la vida, y así poder percibir lo bueno de ella. Cuando nuestra percepción está libre de las acusaciones del ego, podemos percibir otra

forma de ver el mundo, comienzan a presentarse en nuestras vidas nuevas personas, objetos y oportunidades con una frecuencia más alta. Por tanto una mejor calidad de vida.

### **Tu falso ser (Ego)**

El ego está siempre en contra de la comunicación con tu espíritu y con todas las demás personas. Siempre intenta que te sientas separado del resto de los demás creando sentimientos de superioridad y de estar en otro nivel distinto. Cuando el ego se siente amenazado y no salen las cosas conforme a sus designios te hace sentir culpable, e inconscientemente pide castigos para tu cuerpo.

El ego tiene una muy fuerte creencia del bien y del mal pero apegada a sus creencias. El ego tiene toda una estructura de pensamiento configurada para sentirse cómodo, y cuando no actuamos conforme a su software, genera culpabilidad y clama por un castigo.

Como ahora somos culpables el ego nos dicta un castigo -esto es inconsciente-, si acontece un desafortunado suceso en nuestra vida, adjudicamos ese acontecimiento al sentimiento de culpa, creemos que estamos siendo castigados por el universo o por Dios.

Llegados a este punto tenemos más claro el tema de la lección n°2, comenzamos a ser más conscientes del origen de nuestros males y cómo funciona nuestra realidad interior y la exterior. Comenzamos a darnos cuenta que el falso yo (ego) tiene creencias erróneas y que su sistema solo se basa en hacer real lo negativo.

**“Lo bueno de los ególatras es que no hablan de otras personas”.**

### **Tu verdadero ser (Espíritu)**

El espíritu está en completa y constante comunicación con todos los aspectos de la gran creación. El espíritu es el artífice de la mente cuántica, pues está libre de todo juicio y de toda culpa, por este motivo las situaciones que experimenta en la vida fluyen, no hay ataduras y sabe que el bien y el mal son sólo racionalizaciones de la mente material la cual etiqueta y pone un juicio a todo lo que percibe.

**A tu verdadero ser no se le despojará**

**de sus creencias. Pero él puede  
renunciar a ellas, pues la  
fuente para desvanecerlas mora en él**

Para deshacer el ego no se trata de odiarlo, despreciarlo o maldecirlo, pues esto solo refuerza más su capacidad, solo basta con tener una mente libre de juicios, etiquetas y culpabilidad. La mente cuántica sabe que está unida a todas las demás mentes, y si surge algo de incomodidad con otras mentes, eso es una alerta para generar el cambio en nosotros y en nuestra visión.

Lo semejante atrae a lo semejante. Conforme elevas tu nivel consciencial y vibracional todo lo que no te sirva o te perjudica comenzará a desaparecer y aparecen situaciones nuevas. Tenemos que pensar y recapitular nuestra vida, cuestionarnos si las creencias que hasta hoy rigen nuestra vida son falsas o verdaderas.

¿Qué sucedería si a partir del día de hoy me deshago de todas mis creencias, y mi mente queda libre y así pueda fluir con la vida y con sus experiencias por venir?

**Esta es la lección más difícil que  
jamás tendrás que aprender y, al fin y al cabo, la única.  
La simplicidad es algo muy difícil para  
las mentes retorcidas.**



## El bien y el mal



La esencia magnífica abarca

**todos los mundos y a todas las criaturas,  
buenas y malas. Y es la verdadera unidad.**

Entonces, **¿cómo puede conciliarse el antagonismo  
del bien y el mal?** En realidad, no existe antagonismo,  
porque **el mal es el trono del bien.**

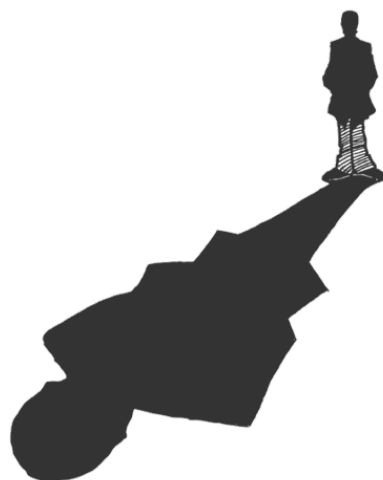
En los cursos online hemos tratado mucho este tema, no es oportuno retomar todos los componentes que conlleva comprender a fondo el bien y el mal. Retomamos un poco el tema solo para esclarecer los temas hasta ahora expuestos.

Nietzsche escribió: *aquello que se hace por amor está más allá del bien y del mal*; tomó esta frase para exponer los conceptos del Bien y del Mal que están tan presentes en la vida cotidiana, todo se refuta entre lo que está bien y lo que está mal creando una confusión en el interior, porque aquello que está bien para unos está mal para otros, y entonces estos conceptos se convierten en el desencuentro de la justicia, la cual a partir de esta percepción se revela tiránica y el mundo se reduce en dos posturas reducidas a concepto de moral más no de ética.

Una mente cuántica simplemente puede revisar sus creencias y no etiquetarlas como buenas o malas, claro está que existen creencias de baja vibración y de alta vibración, pero la mente cuántica vive en un estado de paz que le permite hacer un discernimiento comprensivo, y sabe el “por qué” y el “para qué” de tales creencias.

## La sombra

---



La Sombra hace referencia a todos nuestros aspectos ocultos, positivos o negativos. Son partes de nuestro inconsciente que están negadas o escondidas. Lo que normalmente muestras al mundo, es tu personalidad (del griego persona=careta, máscara), y la sombra es aquello que escondes.

### **¿Y por qué escondemos nuestra sombra?**

Muchas veces para ser «buenos», para estar dentro de los dogmas sociales o familiares, y de ese modo sentirnos aceptados por los demás. Se nos educa para ser fieles a las normas, a los dogmas, para agradar a los demás... aunque hacer esto signifique ir en contra de nuestra propia alma.

**Nadie se ilumina imaginando figuras  
de luz, sino haciendo  
consciente su oscuridad.**

Si quieres conocerte más profundamente, observa todo aquello que juzgas en los demás, observa las situaciones repetitivas en tu vida, mira aquello que nunca harías. En todo ello encuentras tu Sombra. Vamos a ver qué hace una mente cuántica cuando nos encontramos con algo que nos molesta:

***Se detiene y se pregunta: ¿Es simplemente una proyección de mi  
Sombra, voy a mirar dentro de mí, a ver qué puedo aprender de esto?***

Creo que no muy seguido o nunca lo habíamos hecho ¿verdad? Aunque tendría mucho sentido.

Lo que abunda, cuando nos encontramos con algo que nos molesta es enfadarnos, juzgar, sentirnos mal, tomarlo como algo personal, culpar, manipular o querer que el otro cambie.

### **Sí, sí... querer que el otro cambie. ¿O no?**

Aquellos que no aprenden nada de sus hechos desagradables de sus vidas, fuerzan a la conciencia cósmica a que los reproduzca tantas veces como sea necesario para aprender lo que enseña el drama de lo sucedido.

La mejor forma de integrar nuestras partes opuestas internas, de dar luz a nuestra sombra personal, es afrontarla y querer conocerla conscientemente, admitir que esas características y atributos negativos que negamos en nosotros realmente residen en la parte oscura de nuestra personalidad, que nuestra sombra contiene los aspectos más primitivos e inadaptados de nuestra naturaleza que hemos rechazado por motivos sociales, culturales y morales.

Tener conciencia de nuestra sombra es un difícil reto moral, un conocimiento doloroso de adquirir, que comienza con “querer darse cuenta” de nuestra parte negativa que el ego ha rechazado: nuestra maldad, avaricia, codicia, envidia, celos..., para así hacer conscientes nuestros conflictos inconscientes. Así podremos aprender a adueñarnos de nuestras proyecciones y recobrar toda la energía y fortaleza que oculta nuestra sombra.

**Lo que nos hace sufrir no es lo que sucede, sino la interpretación mental acerca de lo que sucede.**



## Tarea

---



Anota en tu cuaderno y responde las siguientes preguntas

1. ¿Qué porcentajes sientes y crees que tienen tu ego y tu espíritu el día de hoy?
2. Piensa en algún síntoma o enfermedad que tengas o que hayas padecido.  
¿Crees que ese padecimiento está relacionado con reprimir tu sombra?
3. Habla contigo mismo, comienza a sacar a la luz eso que llevas mucho tiempo reprimiendo, brindale la luz que necesita para comenzar a sanarlo, pues eso te librará de una pesada carga. No es necesario que lo cuentes a alguien más, sé muy honesto contigo mismo cuando expresas lo que está oculto en ti, y permítete sentir lo expresado.
4. Si realizaste el ejercicio anterior ¿Crees que perdiste algo de peso? ¿Cuál es tu nuevo sentir? ¿Qué nuevas acciones crees que debes tomar?
5. Anota la siguiente frase en color azul: **Nunca te adaptes a lo que no te hace feliz**
6. Si tienes algún síntoma o enfermedad, te recomiendo descargar en tu dispositivo algún diccionario de biodescodificación, en **Play Store** se encuentran algunos.



Diccionario Bio-Emocional 2016

BioDespertar • Salud y bienestar

4.5 ★ 2.5 MB 100 K+



Diccionario Bio-Emocional

BioDespertar • Salud y bienestar

4.5 ★ 2.6 MB 100 K+



Diccionario de Biodescodificacion E...

SuperAppsmx • Salud y bienestar

2.8 ★ 2.8 MB 5 K+

Estos se encuentran en **Play Store**

También te dejo este enlace de otro diccionario

<https://www.sanateysana.com/diccionarioemocional.html>

Ya que tengas el diccionario, busca tu síntoma o enfermedad, lee y comprende lo que dice y relacionalo con los temas que hemos visto hasta el día de hoy. Comprende y sé consciente, hazlo las veces que quieras, es gratis, nadie te está persiguiendo, tomate tu tiempo. te mando un fuerte abrazo.



Para más información puedes dar click en nuestras distintas plataformas.

