¿ Quién soy yo ? ¿ Quién eres tú ? Más allá del ego Pablo d'Ors

https://joanclotet.com/

- 1. ¿ Qué es el ego ?
  - Afán de autoapropiación y posesión
  - Un error de perspectiva / Una ilusión
  - ¿ Es posible vivir sin ego ?
    - Enfocar más allá de nosotros
- 2. Estadios humanidad
  - Inocencia
    - Animales / Niños / No juicio / No culpa
  - Ignorancia
    - Con la cultura entran también juicio, condena y culpa
  - De Ignorancia a Sabiduría vía error
    - Lo más sabios son los que más han errado
  - Sabiduría
    - Todos estamos llamados a él
    - Romper el envoltorio
      - Atravesar sombras
        - Llegar a la luz
          - El ser/yo profundo
      - Lo no reconciliado
  - Espiritualidad conduce de ignorancia a sabiduría
- 3. Mitos cuestionados
  - Mito del Pensamiento
    - Se expresa por ciencia y técnica
    - Visión del universo mecanicista y fragmentada
      - El mundo que observamos
      - Nosotros y nuestro foco externo
    - Somos universo y estamos todos interconectados
      - Empezamos a comprender
    - El mundo no está para ser transformado
      - Está para ser contemplado y disfrutado
  - Mito de la Acción
    - Antes de hacer hay que mirar
      - Tenemos miedo al disfrute
        - Comunión con la realidad
- 4. Errores fundamentales
  - Hemos sido educados desde este modelo
  - Hemos errado pensando que estamos sólos
    - El universo no es neutro ni adverso
      - Nosotros somos el mundo
      - El mundo nos es propenso
- 5. Tres líneas existenciales equivocadas
  - Trabajo
    - Buscamos "dominar" y "triunfar"
      - Cuando el único trabajo esencial es el interior
  - Amor y sexualidad
    - Somos víctimas del mito romántico
      - "Alguien te dará la felicidad"
  - Relaciones sociales
    - A los demás podemos...
      - ¿ Ignorarlos / Utilizarlos / Ayudarlos ?
      - Dejarles en paz !
        - Coraje de no intervenir
    - La paz es posible
      - Está aquí
- 6. Tres vías de salida
  - Cognitiva Estudio
    - Pensar es bueno
      - Entender ayuda
    - Aprendizaje es fisiología
  - Contemplativa
    - Es importante mirar
      - Silencio y meditación
    - Ayuda integrar el estudio
  - Pasional
    - Pasividad
    - Padecimiento
- 7. Ámbitos de trabajo
  - Emociones
    - Reacciiones a sucesos del entorno
    - Podemos observarlas y distanciarnos
    - No dejarse llevar
      - Ecuanimidad
  - Pensamientos
    - La realidad no es problemática
    - El problema está en nuestra mente
    - Somos responsables de nuestra infelicidad
  - Sentimientos
    - Productos del pensamiento
      - De espontáneo a Voluntario
    - El sentimiento correcto da energía vital para estar bien
- 8. Conclusiones
  - Hemos sido seducidos por lo oscuro
    - Es hora de despertar
    - El siglo XXI será espiritual o no será
  - La ciencia empieza a descubrir lo que la mística nos decía
    - Ciencia y conciencia
  - Un % menor está despierto / se hace cargo
    - Pioneros de un mundo nuevo
  - La esperanza es una virtud a cultivar
  - Nuestra principal tarea es ser personas luminosas
    - Es una praxis