

ARMADILHAS DO EGO

Para quem não o conhece, Mooji, autor do texto abaixo, é um jamaicano que foi artista de rua em Londres e passou por grandes transformações espirituais tendo tido como mestre o indiano, Poonja, o qual lhe passou valiosos ensinamentos sobre o despertar da consciência e o auto-conhecimento como formas de desenvolvimento pessoal concreto.

Recomendo a leitura atenta e reflexiva de seu texto o qual de forma clara e simples, nos leva a nos olharmos no espelho e nos conectarmos com nossa essência antes de simplesmente justificarmos nossas ações, reações, impulsos e julgamentos das situações e vivências daqueles que nos rodeiam, sobretudo no âmbito familiar, onde nosso EU de fato tem seu marco inicial.

Nossa mente é representada pela consciência (5%), aquela que pensa, analisa e toma decisões e pelo subconsciente (95%), responsável pelas emoções, pelo sistema de crenças pessoais, pelos 5 sentidos, e, portanto, pelas ações no chamado “piloto automático”.

Para que o processo de Coaching Familiar seja eficaz, é preciso que se olhe para ambos os campos mentais. Somente a partir desta ressignificação de padrões é que passamos a ter o auto amor e o auto controle como ferramentas para mudarmos efetivamente a maneira como nos relacionamos conosco e com o mundo.

"Se você acha que é mais “espiritual” andar de bicicleta ou usar transporte público para se locomover, tudo bem, mas se você julgar qualquer outra pessoa que dirige um carro, então você está preso em uma armadilha do ego.

Se você acha que é mais “espiritual” não ver televisão porque mexe com o seu cérebro, tudo bem, mas se julgar aqueles que ainda assistem, então você está preso em uma armadilha do ego.

Se você acha que é mais “espiritual” evitar saber de fofocas ou notícias da mídia, mas se encontra julgando aqueles que leem essas coisas, então você está preso em uma armadilha do ego.

Se você acha que é mais “espiritual” fazer Yoga, se tornar vegano, comprar só comidas orgânicas, comprar cristais, praticar reiki, meditar, usar roupas “hippies”, visitar templos e ler livros sobre iluminação espiritual, mas julgar qualquer pessoa que não faça isso, então você está preso em uma armadilha do ego.

Sempre esteja consciente ao se sentir superior. A noção de que você é superior é a maior indicação de que você está em uma armadilha egóica. O ego adora entrar pela porta de trás. Ele vai pegar uma ideia nobre, como começar yoga e, então, distorcê-la para servir o seu objetivo ao fazer você se sentir superior aos outros; você começará a menosprezar aqueles que não estão seguindo o seu “caminho espiritual certo”.

Superioridade, julgamento e condenação.

Essas são armadilhas do ego.

Autor: Mooji

(Texto disponível em: <http://marthaciampaglia.com.br/blog/2016/7/29/armadilhas-do-ego-fique-atento>)