



Marta Povo
TEXTOS PEDAGÓGICOS

PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

Es la identificación el mayor problema del ser humano. La mayor dificultad estriba en dónde ponemos la mayor atención, si en nuestra mente y ego, o bien en nuestro espíritu de origen. Esa gran distinción y separación que hemos hecho siempre entre ego y espíritu es la mayor psicosis que sufrimos; y una psicosis no es nada más que una división, una partición, separación o contradicción. Como seres vivos o entes, no estamos partidos en dos, somos completos, y somos un ente compuesto... pero compacto.

El Ser Humano es un pack que viene a la vida con todo eso junto, un ente con su múltiple entidad indivisible e incuestionable. Nuestro espíritu encarna en un cuerpo o vehículo motriz de carne, y también encarna en un complejo vehículo relacional para poder sentir, para pensar y elegir, y también para registrar o almacenar la experiencia. Esos vehículos básicos, físico-emocional-mental, se asientan sobre una conciencia y un alma, otro cuerpo sutil con mucha información almacenada, que simplemente emplea estos tres vehículos para caminar y expresarse. Por eso al alma yo le llamo implemente el alma-cén, porque almacena lo que vivimos y experimentamos.

Nuestra alma no es nuestro espíritu creador o conciencia. En su caminar, el alma que poseemos viene a ejecutar cierto propósito vital, tiene un proyecto existencial que está dirigido por la Voluntad de un ente aún más sutil llamado espíritu, nuestra esencia primordial. El alma es la ejecutora y la 'registradora' de la fuerza de nuestro espíritu o partícula divina. Los vehículos que nuestra alma escoge para realizar su experiencia y aprendizaje son, sintéticamente (aunque es más complejo este asunto...) el cuerpo físico, el cuerpo emocional y el cuerpo mental, tres tipos de 'herramientas' de distinta naturaleza, unos cuerpos sutiles, etéricos y complejos. Y también tenemos un cuerpo más denso como el orgánico y fisiológico, el único visible con nuestro sistema óptico.

A menudo tenemos problemas de salud porque no nos permitimos liberar emociones y pensamientos y eso acaba manifestándose en el cuerpo orgánico. En realidad, somos algo más complejo que todo eso pues poseemos también otros cuerpos o distintos campos de energía; por ejemplo, tenemos un cuerpo etérico muy funcional, poseemos así mismo un cuerpo crístico y amatorio, también tenemos un cuerpo búdico de discernimiento y un cuerpo átomico o conciencia que registra lo que experimentamos. Pero ahora nos interesa simplificar y entender sobre todo nuestro funcionamiento psicológico respecto a la espiritualidad que realmente nos impulsa.

Cuando decía que el único problema que tenemos es 'la identificación', me refería a que la mayor parte del día estamos enfocados e identificados con nuestras emociones y su característico torbellino, con nuestros pensamientos o creencias y también nos identificamos mucho con el funcionamiento de nuestro cuerpo, pero casi nunca estamos identificados con nuestra Esencia primigenia, con nuestro sol interior o luminiscencia, con nuestra divinidad, con el sentir, lo que llamamos *la voz del corazón*...

Ese espíritu rector, nuestra Esencia o Conciencia primigenia, con su principal vehículo de expresión o alma, es el único que sabe su propósito creador, el trayecto a recorrer, el terreno a explorar. El registro del alma sabe el contrato que hicimos, las ataduras pendientes, el propósito existencial, lo que venimos a experimentar. Es nuestra Conciencia original la que sabe las circunstancias que necesitamos tener en esta vida actual, para sacar un provecho lumínico, o un aprendizaje creativo, un proceso de completitud y expansión. En realidad, creo que no venimos a aprender, sino que venimos a Crear, a saber crear realidades.

La clásica metáfora del jinete, el carro y los dos caballos, tantas veces explicada en mis cursos, realmente sigue siendo muy útil, gráfica y simple para poder visualizar este fenómeno de identificación confundida. El jinete representa a nuestra Esencia, el carro simboliza nuestro cuerpo, el caballo de la izquierda es nuestra mente pensante, ideas, juicios, y el caballo de la derecha simboliza nuestros sentimientos o reactividad emocional, el que expresa las carencias de amor y mil emociones más. Pero en toda la simbología que contiene esta metáfora, no podemos olvidar lo más importante de todo: las riendas.

Las riendas son la Voluntad del espíritu interno creador. Hay dos tipos de riendas en esta metáfora del jinete; una es la pequeña cinta que une a los dos caballos, que viene a ser como un yugo que une coherentemente tus pensamientos con tus emociones. Pero la rienda grande y la más importante de todas es la de nuestro espíritu rector, la que sostiene el jinete o conciencia espiritual para dirigir a los caballos, es decir, para dirigir a nuestra personalidad o ego, así como dirigir sanamente el cuerpo físico o carro. El jinete o Conciencia sostiene (o debería hacerlo) la 'dirección' de su trayecto existencial. La cuestión es que esas riendas entre el espíritu y el alma, entre nuestra divinidad única y eterna (o Conciencia) y nuestros vehículos temporales (cuerpo, ideas, sentimientos, memorias, y todo lo que vivimos y registramos) generalmente están demasiado sueltas, blandas, relajadas, ignoradas, las riendas *no están bien sostenidas*.

Esas riendas que existen entre el jinete y los caballos, a veces las veo simplemente como un teléfono, un sistema de comunicación entre ego y espíritu. Las riendas, voluntad e intención de nuestra Esencia, es 'el medio' que tiene el jinete, el conductor de nuestra vida o experiencia, para comunicar sus intenciones a los caballos o vehículos mental, emocional y físico, que son simplemente los que le ayudan a recorrer el terreno (la vida) para, en definitiva, ir donde realmente quiere ir, que solo sabe nuestra Esencia espiritual. Y mediante esa voz clara del espíritu (ahora encarnado) se puede tomar las decisiones adecuadas a cada momento para que la experiencia del camino sea fluida y directa.

Pero esa supuesta comunicación entre ego /alma y espíritu existe también para *no perder ese precioso tiempo vital que tenemos*, que a menudo empleamos al tomar decisiones y actitudes solamente mentales o emocionales condicionadas, es decir, del personaje en nosotros, que no es nuestra Esencia. Los caballos (psique, emoción, energía...) de la metáfora no saben a dónde van, son como animales, solo ponen su fuerza; cada caballo es solo un vehículo de expresión y trabajo, pero necesitan ser dirigidos para no estar vagando sin rumbo por el paisaje de nuestra vida. Naturalmente, el carro, nuestro soporte orgánico, tampoco es un vehículo que sepa hacia dónde va; tiene que estar bien unido al jinete (conciencia superior) y a los caballos (ego o personalidad) para que pueda realizar su misión de transportar sana y adecuadamente a nuestro espíritu hacia donde quiere ir, en su propósito existencial creador.

Por ejemplo, si nuestro cuerpo ahora no está sano, o tiene que andar en silla de ruedas, o bien es un tipo hiper-dinámico, es debido a que el jinete quiso un vehículo físico así, enfermo, minusválido, o tal vez muy vital y eficiente, precisamente para poder realizar mejor su aprendizaje o labor. El 'carro', es decir, la biología y la materia, también es sagrada y tiene una razón para ser como es fisiológicamente, como también tiene su razón de ser así nuestro ego o personalidad. Realmente el único que tiene la sabiduría de

'conocer el trayecto y el destino' es la Esencia o ser interior, nuestra conciencia, el jinete que conduce mediante las riendas o voluntad, a nuestro espíritu sabio... ese que está temporalmente encarnado en tres vehículos que le facilitan su viaje, camino o Proyecto de Vida aquí en la Tierra.

Ese medio de comunicación entre Esencia y personalidad, las riendas, lo podemos llamar Voluntad, porque es también la fuerza de nuestro Propósito, es la Dirección, el Foco y la Intención. La importancia de 'identificarse' con nuestra esencia primordial, de saber escuchar la voz del espíritu, de atender constantemente la voluntad de ese *corazón inteligente* que emplea nuestro Ser para crecer y expandir su partícula divina, comprender esa identificación, creo que es de suma importancia y relevancia en estos momentos de evolución de la humanidad.

A veces he sentido que esa Voluntad, se puede ver también como 'disciplina', pero más bien se trataría de una disciplina espiritual, una **atención constante** al ser interno sutil. La disciplina es siempre como un 'entrenamiento en observar' y conectarse todo el tiempo con nuestra esencia espiritual. Es dejar de estar todo el día pendiente de los demás o de las voluntades de nuestro ego o personaje, impregnado de creencias, estados de ánimo fluctuantes, dependencias, carencias, roles y máscaras, traumas emocionales, memorias hereditarias, grabaciones repetitivas, patrones e impregnaciones de miasmas grupales y sociales. Podemos decir que todo nuestro funcionamiento psicológico está basado en ese mecanismo de identificación, propósitos y despropósitos.

Si tuviéramos en cuenta el verdadero propósito de nuestro Ser al encarnar en este mundo dual e ilusorio, temporal y polarizado, dividido y desconectado de la Unidad o divinidad, si tuviera un sentido existencial cualquier cosa que vivimos, entonces el grado de sufrimiento psicológico sería muchísimo menor y, por tanto, la enfermedad psicosomática casi no existiría. Por ejemplo, hay que entender que aquella 'persona horrible' está en nuestra vida para mostrarnos un espejo, un espejo para poder ver o reflejarnos algún aspecto de nosotros mismos. Al reconocer aquel 'enemigo' como una oportunidad de mayor comprensión, como un elemento maestro, entonces muchas de nuestras emociones dejarían de existir o molestar y sabríamos atender amorosamente el mensaje que nos trae esta supuesta persona horrible que hemos encontrado en el camino, para poder pulir y expandir nuestro Ser de origen.

Al comprender nuestro funcionamiento psicoanímico con los ojos del espíritu, al ver que aquella creencia, costumbre o idea es una energía paralizante, o tóxica, o involutiva, o bien que aquella idea la inventaron para manipularnos o crearnos miedo y culpa, anulando así nuestro poder personal y nuestra libertad, al comprender y ver claramente todos esos mecanismos sociales, políticos, religiosos, publicitarios y tendenciosos, entonces... nuestra autonomía psico-espiritual, nuestro poder personal y nuestro criterio propio sería enorme. Si simplemente comprendiéramos ese concepto, nos empoderaríamos. Al entender esa gran manipulación cultural, seríamos intelectualmente libres, libres social y anímicamente, nos convertiríamos en librepensadores; entonces ningún criterio social o norma preestablecida tendría el poder de convencimiento que tiene habitualmente. Muchas veces parece que estamos abducidos por el sistema y las costumbres. Generalmente no usamos nuestro gran Ser para vivir la existencia, tan solo empleamos nuestro ego.

Nuestro espíritu nos habla mediante la voz de la conciencia y, desde su origen, nuestra conciencia es coherente, ética, sabia, noble y bondadosa por sí misma. Nuestra sabiduría interior está teñida de un amor lúcido y puro, un amor no basado en la carencia y el intercambio sino basado en la plenitud, la comprensión y el gozo. Esta sabiduría interior y genuina tiene un conocimiento profundo de las leyes universales, unos mecanismos que a veces distan mucho de las leyes inventadas por los hombres. Todo ello nos sirve, en definitiva, para sanar, para tomar el poder y la dirección de esta vida presente, redirigir tu vida y tu gran potencial creador. La rueda de la existencia está más allá del tiempo y del espacio; la vida

no es un condicionante, sino que es un mecanismo libre, expansivo y eterno de ese gran multiverso vibrante al que pertenecemos.

La Vida simplemente sucede a través de nosotros. Nosotros somos los que estamos sujetos a sus leyes naturales universales y no al revés. No somos nosotros los que tenemos que inventar normas y reprimir nuestra dinámica expansiva espiritual con moralismos, mentiras, máscaras, abusos, contratos, leyes y manipulaciones. El ser humano es siempre libre por su naturaleza original. Es libre de experimentar, es libre incluso de equivocarse, somos libres en espíritu. Somos libres porque, nuestra propia libertad de Ser, es la pequeña porción de divinidad individual, en permanente expansión.

Sin embargo, la división o psicosis entre el ego y el alma es un hecho de suma gravedad. Miles de obras, visiones terapéuticas y semi religiosas tratan de ese tema, es decir, fomentan esa psicosis entre nuestra psicología y nuestro sentido de procedencia espiritual. Después de casi cuarenta años de realizar psicoterapia energética, atendiendo y escuchando a personas, puedo constatar que casi todos tienen ese mismo conflicto. Parece que todo el mundo está 'luchando' en contra de su ego. La lucha entre el yo y el Yo, entre nuestra personalidad egoica y nuestra Conciencia de origen, o lo que yo llamo directamente nuestra divinidad primigenia, es la causa de miles de alteraciones y sufrimientos.

El Ser Humano es un ente o conciencia unificada. Nuestra 'persona aquí y ahora' se manifiesta en un solo pack, es un conjunto indivisible de materia, instintos, energía, emociones, pensamientos, sentimientos, ideas e intuiciones. Nuestro ser es realmente complejo, sí, pero no se lo puede dividir en trocitos, y además fomentar la lucha entre un trocito y otro. Las luchas interiores, que a menudo significa ir en contra de tu ego, son terribles. El ego se tiene por y para algo, como el cuerpo. También hay personas que solo ven o valoran su ego y sus apetencias, su personalidad, y a menudo niegan o anulan su sentir, ignoran los anhelos y mensajes de su corazón, de su espíritu. Cualquier tipo de pugna interior, separación, lucha, rivalidad o guerra declarada, es siempre un lastre y un gran desgaste de energía, una gran pérdida de tiempo existencial. Ser coherente, entero y unificado en ti mismo no es fácil ni es coherente, lo sabemos, pero vivir esta psicosis interna... tampoco es coherente.

En mis cursos a veces explico que parecen existir dos grandes Voluntades en nosotros, o que existen varios 'libre albedrío' en cada uno. Hay una voluntad del ego, claramente, y otra Voluntad que es del espíritu. Incluso puede que manejemos tres libres albedríos a la vez, porque nuestro cuerpo a veces también decide cosas... pero centrémonos en esas dos voluntades, la del ego y la del espíritu. Nuestro espíritu o conciencia superior, quizá vibra y existe en una dimensión más alta que la de nuestro ego y cuerpo de tercera dimensión. Puede que nuestra conciencia vibre la octava dimensión, o en sexta o que sea de 12 D, no importa; pero ahora está encarnado en tercera dimensión y necesita un ego y un cuerpo para experimentar, necesita una personalidad específica y adaptada mientras estemos encarnados en ese plano tan denso.

Se trata de una pugna entre dimensiones tal vez, una pugna entre esos dos libres albedríos que luchan por hacer cada uno lo que quiere. Pero las decisiones que tomamos con el ego temporal y condicionado que tenemos ahora, es necesario saberlas distinguir de las elecciones o decisiones que proceden de nuestra Esencia espiritual. Solo nuestra conciencia o divinidad creadora sabe qué queremos ahora, o qué papel hacemos cada uno en ese gran puzle o cosmos galáctico al que pertenecemos.

La personalidad está impregnada de muchos códigos culturales, ciertamente, y hacer caso solamente de ellos, nos distancia y aleja enormemente de nuestra esencia y de nuestro propósito existencial, como vimos con el ejemplo del jinete y los caballos. Pero las partes oscuras de nuestro ser encarnado, con todas sus memorias, carencias e historias vividas, deben también ser amadas e integradas, escuchadas y analizadas, sentidas y comprendidas. Tanto lo luminoso en nosotros como lo oscuro, debe ser observado y

reconocido, pero sobre todo, debe ser sentido e identificado. Evitar la oscuridad, nuestras contradicciones, nuestros defectos, debilidades, errores, carencias, nuestras ignorancias... ignorar los aspectos densos de nuestra personalidad o personaje, no es nunca una buena solución. Ni tampoco es una solución exaltar o magnificar nuestras cualidades, deseos o anhelos personales. En todo caso, tanto evitar lo oscuro como exaltar la luz, es tan solo una solución temporal y muy poco efectiva.

No conseguir escuchar la voz de nuestro verdadero Ser genuino, o tan solo escuchar nuestra personalidad temporal, solamente nos crea sufrimiento, o crea más máscaras y más roles falsos, más artificialidad, menos autoestima anímica, más autoengaños y menos verdades. Ese alejamiento del Espíritu llega hasta tal punto que finalmente *ya no nos reconocemos*, ya no nos vemos realmente, dejamos de saber quién somos en realidad y cuál es la Voluntad de nuestro espíritu primordial. La dimensión más alta en nosotros mismos, tu espíritu de origen es una energía y una conciencia más sutil, más fina y sabia que todo lo que procede de esta tercera dimensión densa, lenta y pesada, vinculada siempre a unos códigos moralistas y dualistas.

En algunos momentos extremos que a veces vivimos, cuando nos perdemos en ese mar psicótico y contradictorio, siempre hay que llamar e invocar a nuestro Ser precursor, a la presencia divina en tu corazón. Hay que invocarlo, no solo para saber lo que quiere sino para no perdernos o debilitarnos, para protegernos de la confusión y del caos interno y externo. Hay que escuchar a esa gran **voz de la certeza** básicamente porque nuestro corazón es invulnerable; su voz procede de tu espíritu libre.

Sinceramente, creo que nos ha llegado la hora de finiquitar ese eterno combate con el ego, contra todo lo que juzgamos y todo lo que nos des-integra o nos desempodera como entes espirituales. Hay que abandonar esta lucha porque no hay nada que combatir. Sencillamente porque todo es una manifestación de la misma Fuente; y esa fuerza del origen es multifuncional y simultánea. Todo coexiste a la vez y tiene diferentes frecuencias y tonalidades; quizá alguien pueda identificarse con un solo color o banda de frecuencias, o bien puede entender que, esta gran gama de sintonías, tonos, vibraciones y realidades es la Vida misma. Solamente tenemos que saber emplear las frecuencias necesarias a cada momento, según esa voz interna que nos habla con mayor luminosidad o brillantez.

Observar, entender, amar y respetar ese paquete conjunto de emocionalidad y pensamiento, de sentimientos y creencias, de energía e instintos, de materia y espíritu, en mi opinión, tanto personal como profesional, es lo único que ahora necesitamos para dar un salto cualitativo en nuestro proceso de evolución como especie, y en tu propio proceso individual de maduración psico-espiritual.

Marta Povo Audenis,
Artículo pedagógico de diciembre del 2013
ESCUELA GEOCROM, Barcelona y Piera

www.institutogeocrom.net
www.martapovoonline.com