

# PONENCIAS

## MÁS ALLÁ DEL EGO MÍSTICO

*Despertar y reconectar con el yo*

**Sergi Pérez**

Uno de los principales obstáculos, a la hora de conectar con el yo esencial, es la aparición y el desarrollo en nosotros del ego místico. Este fenómeno nos lleva a pretender mejorar al personaje en lugar de dar los pasos adecuados para poder desidentificarnos de él. El resultado es que acabamos consolidando y fortaleciendo todavía más al personaje mientras que el acceso al yo esencial permanece cerrado. A lo largo de la ponencia, veremos cuáles son las claves para descubrir y desactivar este ego místico, y también cuales son las acciones realmente útiles en el trabajo interior para despertar y reconectar con el yo esencial

## ANHELO DE PLENITUD Y LIBERTAD

*Objetivar y desactivar el Personaje*

**Ricardo Vidal**

Todo trabajo interior empieza por el anhelo de vivir una conciencia de libertad, de plenitud, profundidad, amplitud e inmutabilidad que es nuestra propia naturaleza. Cuanto más sentimos la urgencia de este anhelo, y cuanto más percibamos agudamente la esclavitud y limitación autoimpuestas, más pondremos los medios para deshacernos de lo que impide vivir lo que ya somos. El Personaje no es más que unas pautas repetitivas de pensamiento que desvían la conciencia de lo que somos; ser conscientes del todo, nos libera de estos pensamientos y entonces vivimos lo que siempre hemos sido.

## VIVIR DESDE EL FONDO

*Las dificultades en el camino*

**Paloma Marchesi**

¿Qué ideas y hábitos mantenemos? ¿De qué hemos estado escapando a lo largo de los años? ¿Será posible, a nuestra edad, canalizar toda nuestra energía en un proyecto personal de transformación...? Vamos a concentrarnos, en cómo observar y re-equilibrar nuestras experiencias vinculadas al centro afectivo-emocional. La experiencia me confirma que es ahí donde la mayoría de nosotros sufrimos un desajuste con la existencia por identificarnos con las personas y las cosas. "El bien que quiero no hago, sin embargo, hago el mal que se me presenta..." Romanos 7, 14-24. ¿Es mi actitud positivo-activa frente a las realidades difíciles, dolorosas, frustrantes, grandes o mínimas, que continuamente me acontecen? ¿Cómo las manejo?

## EL SENTIDO DE LA VIDA

*Existencia consciente y actitud positiva*

**Claudia Casanovas**

Manifestando en nuestra existencia lo que somos esencialmente: amor, inteligencia y energía, actualizamos el potencial y transformamos nuestra personalidad. De este modo superamos la tendencia a repetir comportamientos aprendidos en la infancia que

hemos reforzado con el paso de los años y también ideas de limitación acerca de nosotros mismos que no se corresponden con nuestra realidad profunda. Todos disponemos de recursos interiores que ignoramos y el hecho de activarlos nos lleva a enriquecer nuestra vida cotidiana y a descubrir que lo personal está conectado estrechamente con lo universal. Así podemos recibir también fuerzas que provienen de los niveles superiores de nuestra conciencia.

## **AMOR A LA BELLEZA**

***Control de la mente y sosiego interior***

**Juan María de la Torre**

La Filocalía, vocablo de origen griego que significa: amor a la belleza, recoge las orientaciones prácticas de la tradición ortodoxa oriental, desde los anacoretas del desierto del Siglo IV hasta los monjes del Monte Athos en el Siglo XV. Se publicó por primera vez en Venecia a finales del XVIII con la intención de ser un punto de referencia para renovar la vida cristiana de monjes y laicos. En ellas podemos encontrar indicaciones plenamente actuales, muchas de las cuales coinciden con la perspectiva que propone Antonio Blay.

## **EL PROTAGONISMO DE LA ESENCIA EN LA EXISTENCIA**

***Vivencia de lo Superior en la trascendencia***

**Jordi Sapés**

Lo psicológico es una preparación para poder convertir lo espiritual en el motor real de una existencia consciente, trascendiendo las formas, las ideologías y las creencias. Nuestra demanda de realidad no puede ser una aspiración moral, ha de ser una acción consciente que no quede atrapada en dogmas y conceptos. Y esto exige profundizar en la naturaleza del ser humano y cuestionar las estructuras sociales, políticas y morales que lo amordazan. Debemos sacar la espiritualidad del ámbito privado y restituirla como el único punto de referencia que respeta y apoya la dignidad de un ser que posee conciencia. Y el reto es hacerlo a través de esta conciencia, sin rechazos, sin condenas, con esperanza.

## **INTEGRAR LO ESPIRITUAL EN LA VIDA COTIDIANA**

***Vivencia de lo Superior en la sociedad***

**Vicente Merlo**

Partiremos del reconocimiento de la influencia que las enseñanzas de A. Blay han tenido en nuestro camino psicológico y espiritual, para plantearnos las posibilidades de un trabajo interior que tenga en cuenta tanto la dimensión psicológica como la dimensión espiritual. Abordaremos la noción de “lo Superior” con algunas referencias a las tradiciones espirituales y a la reciente psicología transpersonal. Analizaremos la idea de una meditación integral y la relación entre la práctica formal con la actitud y el estado de meditación, destacando la importancia de la fase post-meditación para integrar lo vivido en las relaciones y en la sociedad. Terminaremos con la referencia a una transformación integral que nos conduzca a una cierta plenitud en la vida cotidiana.