



Marta Povo

TEXTOS PEDAGÓGICOS

EDUCAR EL EGO Y EL ALMA

El ser humano es muy complejo pero, más allá del cuerpo visible, está compuesto de dos grandes realidades evidentes básicamente: nuestra Esencia y nuestra Personalidad. Prefiero llamarle *personalidad* que 'ego', por la carga negativa que tiene esa palabra (que popularmente siempre se asocia a 'egoísmo'). Definamos en muy pocas palabras esos dos conceptos del que tanto se ha escrito. La Esencia es lo innato en el hombre, y la personalidad es lo adquirido.

La Personalidad puede ser modificada, se puede ir cambiando con el tiempo, siempre está sujeta al paso del tiempo y a las circunstancias. La Esencia es infinita e intrínseca, no se puede cambiar o moldear tan fácilmente como la Personalidad egoica. Esas dos realidades existenciales conviven en nosotros durante toda la vida, desde el primero hasta el último día. Ese pack entero es nuestra 'huella' y nuestra presencia.

Cuando hablamos de Esencia (algunos prefieren llamarle alma o conciencia) también nos referimos a los valores innatos, al potencial o al tono natural de cada uno. Por ejemplo, alguien que por naturaleza tiene una facultad artística concreta o un gran oído musical, o una facilidad para hablar muchas lenguas, o una clara capacidad de escuchar, de comunicar y empatizar, o una gran capacidad de cálculo y abstracción, o una gran agilidad en bailes o deportes... Todo eso son cosas que proceden de nuestra Esencia, son cualidades innatas, facultades naturales, fortalezas, potenciales de base, siempre es algo que *nos sale solo*, que nos sale fácil, que es algo natural. En realidad se trata de las *múltiples inteligencias*, un concepto de Neurociencia del que hablaremos ampliamente en otros artículos.

Por el contrario, nuestra Personalidad en realidad se podría definir como *todo lo aprendido* aunque muy a menudo sea aprendido o adquirido inconscientemente, o por pura imitación. Nuestra personalidad es un cúmulo de aprendizajes e influencias recibidas, son nuestros gustos y aversiones, son hábitos y mimesis, son las etiquetas y las creencias, es todo lo que hemos ido adquiriendo desde que nacimos. No es realmente nuestro color o tono innato, es solo una pintura superficial, un barniz teñido de mil influencias (padres, escuelas, país, ideas, contagios culturales y sociales...) adquiridas paulatinamente desde el nacimiento, o incluso desde la etapa prenatal.

Lo más interesante, según mi parecer, es que **la personalidad es más educable que el alma**. De hecho, son moldeables los dos aspectos de nuestro ser, esencia y personalidad; pero uno depende del otro. La personalidad, ese personaje que procede de todo lo aprendido, es susceptible de seguir aprendiendo cosas, de renovarse y reciclarse, con el fin de corregir malos hábitos, aversiones, patrones enfermizos, creencias limitantes, etc. Podemos ir moldeando nuestra personalidad, en especial para estar más saludables psico-energéticamente, para sentirnos más en paz con nosotros mismos, para ser más coherentes con nuestra esencia, con nuestra divinidad. Eso desde luego requiere un gran trabajo de autoconocimiento, un discernimiento claro de lo que 'no queremos ser', y requiere sobretodo una determinada *voluntad de cambio*.

Al ir moldeando nuestra personalidad, al ir modificando nuestro ego o personaje, vamos adquiriendo más cualidades, potencialidades, más bondad, lucidez, amorosidad; y *todo eso* es exactamente lo que luego pervive y se instala en nuestra Esencia. Es decir, al educar nuestra personalidad, de forma natural educamos y transformamos a nuestra alma o esencia espiritual, la amplificamos, la expandimos, le damos más valores, más 'calidad'. Educar, moldear y transformar el ego, es *el medio* por el cual amplificamos los valores y la calidad de nuestra alma.

No obstante, para re-educar nuestra personalidad en aspectos más positivos o menos enfermizos, es muy necesario reconocer y atender a cada una de las emociones que nos provocan ese 'cambio'. *Conocerse a sí mismo* fue uno de los principios de base de la antigua Psicología. No podemos ignorar o reprimir nuestras emociones; son completamente necesarias y muy útiles, tanto como lo es el raciocinio. Recordemos que *e-moción* significa movimiento, cambios, pasos, no estancarse, avanzar. Cambio es renovación y transformación. Nada cambia sin movimiento o desplazamiento.

La personalidad, así como el cuerpo, son tan necesarios para el desarrollo del hombre como su esencia o alma. Somos un pack de tres componentes, que siempre van juntos, cuerpo, ego y alma. Pero igual que la materia tiene sus leyes (las del cuerpo y su fisiología) también la personalidad, las relaciones y la psicología también tiene sus propias leyes y mecanismos específicos.

Podríamos establecer un orden jerárquico de las tres realidades existenciales; a nivel de importancia o sutilidad, en primer lugar estaría la esencia, nuestro espíritu único, alma o divinidad peculiar. En segundo lugar estaría nuestro tipo de personalidad, nuestras cualidades-defectos en tránsito de transformación constante. En tercer lugar estaría el cuerpo y su molde energético (cuerpo etérico o bioeléctrico) y sus instintos vitales, que es la realidad de la materia densa. Es decir, tenemos un organismo visible, en el que se aloja ese ego nuestro, y esa alma que también 'habita' en el cuerpo.

La confusión de esa jerarquía (confundir el lugar director del alma, y dar rienda suelta a los deseos de la personalidad o a los dictados del cuerpo) procede de confundir algo clave: *a quién le damos la prioridad* (al ego o al alma) y también procede de la falta de autoconocimiento y observación. Recordemos que esa falta de conocimiento de nosotros mismos ha aumentado mucho

hace pocos siglos, exactamente desde que a partir del siglo XIX le dimos más importancia a la razón y a la materia que a los sentimientos y las emociones.

Cada una de las tres realidades de nuestra persona tiene sus funciones específicas; de la misma manera que necesitamos saber algo de nuestro cuerpo y el funcionamiento de sus órganos para tener una buena salud, también necesitamos conocer la calidad de nuestras emociones, el mecanismo de los sentimientos que se instalan a partir de ellas, y necesitamos así mismo observar nuestros pensamientos, razonamientos, ideas e intenciones. Además así podremos ver también cómo manejamos todo ello en nuestras relaciones con otros seres sensibles, que a su vez, también como individuos también tienen esas tres realidades en constante funcionamiento. Es más imple de lo que parece el camino espiritual: *solo educando nuestro ego es como vamos educando nuestra alma* en su proceso perfectivo, luminoso y expansivo.

© Marta Povo
textos pedagógicos, 2019

www.institutogeocrom.net
www.martapovo.es