

Was ist das Ego und wie können wir es transzendieren?

Von Michelle Walling auf ihrem Blog Howtoexitthematrix.com; übersetzt von Taygeta

Das Ego ist ein dreidimensionales Werkzeug, das unser menschlicher Körper für Identität und Schutz einsetzt. Wenn wir uns der fünften Dimension nähern, sagen einige, wir müssten das Ego loswerden, andere sagen, wir müssten es zähmen, und wieder andere sagen, wir sollten es lieben.

Was aber ist eigentlich unser Ego und was sollen wir damit anfangen?



Warum haben wir ein Ego?

Die Aufgabe des Egos ist es, uns zu schützen und uns davon abzuhalten, zu wissen, wer wir in der von Schleiern umgebenen Erfahrung der Inkarnation in der dritten Dimension sind. Es wurde auch als das "niedrigere Selbst" bezeichnet, verglichen mit jenen Aspekten unserer Überseele, die in höheren Schwingungsdimensionen existieren. Als höherdimensionales Selbst wussten wir, dass wir, wenn wir einen physischen Körper annehmen, vergessen würden, wer wir sind – dies als Teil der Erfahrung der niederdimensionalen Existenz

Das Ego ist nicht das, was du wirklich bist. Es ist dein Selbstbild und ist nicht einmal das Bild,

das andere sehen können. Es ist eine Maske der Anerkennung, es will die Kontrolle haben, und es wird von Angst angetrieben. Es ist teilweise dafür verantwortlich, dass du dich nicht 100%ig selbst lieben kannst – weil es verbirgt, wer du wirklich bist.

Zu erkennen, warum wir dieses niedrigere Selbst und die Aspekte davon haben, ist wesentlich für den Erleuchtungsprozess im Aufstieg. Mit dem Entfernen des Schleiers wird mehr Licht auf die Bereiche von uns selbst geworfen, die geheilt werden müssen. Damit wir zum Kern des Selbst gelangen müssen wir anfangen, alle Schichten der Maske abzuschälen, um zu enthüllen, was darunter liegt.

Das Schatten-Selbst

Ein Schattenselbst ist Teil des “Alter Ego” und mit ihm konfrontiert zu werden heisst, durch die dunkle Nacht der Seele zu gehen. Ein Teil der Aufgabe des Egos besteht darin, anderen Teilen deiner Seele zu erlauben, in dieser Realität geheilt zu werden, weil wir diese Teile von uns aufgrund des Gesetzes der Schwingungskorrespondenz nicht in die höheren Dimensionen mitnehmen können. Das Ziel ist es, alle unsere niedrigeren Energien zu heilen und in einer höheren Schwingungsexistenz wieder ganz zu werden.



Sich unserem Schattenselbst zu stellen, kann eine beängstigende Erfahrung sein und ist wahrscheinlich die grösste Angst eines Individuums. Wenn du bereit bist, die [Drittes Auge Spiegel-Mediation](#) zu machen, dann ist das eine gute Möglichkeit, die verschiedenen multidimensionalen Aspekte von dir selbst zu sehen. Allein dadurch, dass du anerkennt, dass sie ein Teil von dir sind, und indem du beabsichtigst, dass sie geheilt werden und in deinen Herzraum integriert werden, wird Licht auf die Schatten geworfen und es kann schliesslich eine neue Art des Seins erreicht werden.

Unser Unterbewusstsein ist mit der Quelle verbunden. Unser Bewusstsein (Ego) fühlt manchmal das Gegenteil. Zum Beispiel, wenn ein Mensch eine lebensbedrohliche Krankheit hat, kann das Ego Angst vor dem Tod haben, während das Unterbewusstsein oder das höhere Selbst weiss, dass es keinen wirklichen Tod der Energie gibt, die deine Seele ist.

Erwachen zu dem, was wir wirklich sind

So wie wir es geplant haben, beginnen wir an einem bestimmten Auslösepunkt in unserem

Leben zu erwachen und zu erkennen, dass wir mehrdimensionale Seelen sind, die eine physische menschliche Erfahrung machen. Wenn wir erkennen, dass es einen höheren Aspekt von uns gibt, an den wir angebunden sind, beginnt das Ego zu befürchten, dass es seine Identität verlieren wird. Ein Teil des Aufstiegs auf der spirituellen Leiter ist es, sein Ego zu "verlieren" und sein Bewusstsein zu erweitern, um sich auf einen höheren Aspekt von sich selbst zu konzentrieren.

Schliesslich, wenn wir diese Verbindung mit unserem höheren Selbst und unserer Überseele gestärkt haben, werden wir weder die Identität des Egos noch die Erfahrung der dritten Dimension brauchen. Das Ego hier jedoch völlig zu verlieren, würde den Zweck, jetzt in der Körperlichkeit zu leben, zunichte machen. Stattdessen können wir mit dem Ego zusammenarbeiten, um ihm zu helfen, weniger unter dem Einfluss des Schleiers zu sein, der die Wahrheit vor uns zurückhält, während wir uns weiter darauf zubewegen, mit der Wahrheit umgehen zu können.

Wie man mit dem Ego arbeitet

Um das Ego zu "verlieren", ist es wichtig, zuerst zu erkennen, dass es eine sehr notwendige Komponente unseres Prozesses des spirituellen Erwachens war. Eine andere Identität zu spüren als das, was wir wirklich sind, entfachte einen tiefen Rückzug in ein Gefühl der Notwendigkeit, etwas mehr zu erfahren, um uns selbst zu erfüllen. Dies führte dazu, dass wir immer wieder viele Dinge versuchten, die uns mehr Erfüllung bringen sollten, bis wir feststellten, dass es nichts gab, was uns erfüllen würde, ausser der Liebe zu uns selbst.

An dieser Stelle schulden wir unserem Ego einen grossen Applaus dafür, dass wir von der Suche nach Antworten ausserhalb von uns selbst bis zum Scheitern geführt wurden. Dankbarkeit ist notwendig, um das Ego von seiner Aufgabe zu befreien, für die es geschaffen wurde.



Arbeite mit dem Ego so, dass es schliesslich von seiner Pflicht befreit wird, danke deinem Ego laut für die hervorragende Arbeit, die es geleistet hat, um die eine Identität während des verschleierte Aspekts deines Bewusstseins beim sich-Ausdrücken in der dritten Dichte zu schaffen. Lass es wissen, dass du jetzt die höheren Aspekte von dir selbst erforschen willst und dass ihr zusammenarbeiten müsst, um dies in der eigenen Realität entstehen zu lassen, auch wenn das bedeutet, dass es irgendwann zur Seite treten muss, um dein Höheres Selbst das Steuer übernehmen zu lassen.

Sich der Programmierung bewusst werden

Ein Teil der "Zähmung" des Egos besteht darin, die Programmierung, die wir als Teil des gesellschaftlichen Lebens erhalten haben, umzukehren. Wenn das Ego der den niedrigeren Aspekt repräsentierende Computer ist, dann ist die Programmierung die Software. Es ist an der Zeit, die Software zu deinstallieren, die uns in der illusionären Realität der niedrigeren Schwingungen hält.

Hier sind ein paar Programme, die mit Achtsamkeit und mit absichtsvollem Denken umgekehrt werden können:

- **Hör auf, beleidigt zu sein.** Wie [Don Miguel Ruiz](#) sagt: nimm nichts persönlich. Was andere sagen oder tun, ist eine Projektion ihrer eigenen Realität durch ihr eigenes falsches Selbst. Oft sagen Menschen bewusst das Gegenteil von dem, was ihr Unterbewusstsein denkt. Unser Unterbewusstsein folgt der goldenen Regel, und wenn

wir mehr von unserem Unterbewusstsein oder unserem höheren Selbst in unserer Realität zulassen, fangen wir an, davon Abstand zu nehmen, Dinge zu anderen zu sagen, die sie ebenfalls verletzen könnten.

- **Lass das Bedürfnis los, gewinnen zu wollen.** Spiele und Herausforderungen können manchmal einen positiven Einfluss auf unseren Fortschritt haben, aber wenn wir uns auf dem Weg zu einer höheren Lebensweise bewegen, bei der es keinen Wettbewerb gibt, werden wir lernen dreidimensionale Spiele loszulassen.
- **Lass das Bedürfnis los, Recht haben zu wollen.** Das Recht einer Person ist nicht unbedingt das Recht einer anderen Person, da wir alle die Dinge unterschiedlich sehen. Wenn du die Notwendigkeit loslässt, zu beweisen, dass du Recht hast, reduzierst du die Möglichkeit von Reibung und Streit. Dieser Hinweis ist aber nicht dazu gedacht, passiv zu werden oder aufzuhören, für deine Wahrheit einzustehen. Vielmehr ist es besser, sich von niedrigeren Schwingungssituationen zu entfernen und sich stattdessen darauf zu konzentrieren, die eigene Schwingung aufrechtzuerhalten, indem du als Beispiel in deiner Wahrheit stehst. In dieser Zeit deine Kämpfe weise zu wählen ist der Schlüssel zum Fortschritt.
- **Lass das Bedürfnis gehen, überlegen zu sein.** Wir alle sind ein Funke des einen Schöpfers, der eine individuelle Erfahrung macht. Während einige auf einem schnelleren Weg zur Erleuchtung sind als andere, sollten wir nicht über jene urteilen, die einen anderen Pfad nehmen, denn schliesslich führen alle Pfade zum selben Ziel. Auch in den höheren Dimensionen behalten wir immer noch unsere Individualität, aber wir wissen, dass wir alle im Meer der Liebe schwimmen, das alles umfasst. Überlegenheit wird oft mit Wissen oder Erfahrung verwechselt, und dies gehört zu den Verursachern für die Strukturen, die im Laufe der Zeit den Niedergang von Zivilisationen zur Folge haben.
- **Lasse das Bedürfnis los, mehr haben zu wollen.** Der egogetriebene Materialismus ist der Untergang der Menschheit und wird von denen angeheizt, die uns als Sklaven ihres Wirtschaftssystems in Verschuldung halten wollen. Sobald du erkennst, dass diese Dinge das innere Schwarze Loch nicht erfüllen, fängst du an, das Bedürfnis dafür fallen zu lassen. Auf dem höheren Pfad braucht es ein Gleichgewicht zwischen jenen Dingen, die für ein Wohlbefinden notwendig sind, während Zwangsvorstellungen, Süchte oder emotionale Bindung losgelassen werden müssen. Indem du unnötige Unordnung in deinem Leben beseitigst, schaffst du Platz in dir selbst für eine Erweiterung.
- **Identifiziere dich nicht mit deinen Errungenschaften.** Viele Menschen haben Angst, in sich selbst hineinzuschauen, um herauszufinden, wer sie, abgesehen von ihrer Berufsbezeichnung oder ihrem Familienstand, wirklich sind. Dies kann zu einer Krise im Leben führen, wenn es in den Ruhestand geht oder wenn die Kinder aufs College gehen. Es gibt keinen Hochschulabschluss, keine Berufsbezeichnung, keinen sozialen Status und keine Auszeichnung, die dir im Aufstiegsprozess dienen würde.
- **Lass deinen Ruf fallen.** Was andere Leute von dir denken, geht dich nichts an. Einige Menschen sind so besessen davon, wie sie von anderen gesehen werden, dass sie sich in falschen Identitäten verlieren. Es wird zu einer Aufgabe, sich daran zu erinnern, wie man zur einen oder anderen Person steht. Dein wahres, authentisches Selbst zu sein,

ist der beste Weg, um Liebe zu dir selbst zu zeigen. Einige Menschen könnten sehr viel mit anderen Menschen über ihren Erwachungsprozess oder ausserirdischen Kontakt teilen, aber ihr Ego lässt es ihnen nicht zu aus Angst, dass sie ihren Ruf ruinieren könnten.

