

“JUEGO TRASCENDER EL EGO” (Parte 2)

Cuarta pregunta:

¿Cómo se relaciona el principio de polaridad con la integración de la luz y la oscuridad en nuestra personalidad?

De las siguientes 3 opciones, elige la respuesta correcta:

- 1) El principio de polaridad establece que la oscuridad debe ser eliminada para que la luz prevalezca plenamente.
- 2) El principio de polaridad indica que la luz y la oscuridad son interdependientes, y su integración nos lleva al equilibrio y la unidad interior.
- 3) El principio de polaridad enseña que la luz y la oscuridad son opuestas irreconciliables que debemos mantener separadas.

La respuesta 2 es la correcta. Si la has elegido, tendrás 1 PUNTO GANADO.

Quinta pregunta:

¿Qué técnicas transpersonales se mencionan para trabajar la integración de la sombra y qué beneficios aportan al desarrollo del Self?

De las siguientes 3 opciones, elige la respuesta correcta:

- 1) Se mencionan la meditación y el diálogo gestáltico (fomenta la comunicación auténtica y la toma de conciencia), que ayudan a liberar emociones reprimidas y expandir nuestra conciencia.
- 2) Se mencionan ejercicios físicos y técnicas de visualización, que fortalecen el cuerpo y la resistencia emocional.
- 3) Se mencionan la escritura creativa y la terapia artística, que facilitan expresar nuestro inconsciente de manera simbólica.

La respuesta 1 es la correcta. Si la has elegido, tendrás 1 PUNTO GANADO.

Sexta pregunta:

¿Cómo contribuyen prácticas como la meditación, la atención plena y el “darse cuenta” al distanciamiento del Ego y al descubrimiento del verdadero Self?

De las siguientes 3 opciones, elige la respuesta correcta:

- 1) Estas prácticas disuelven completamente el Ego, eliminando cualquier rastro de nuestra identidad personal.
- 2) Estas prácticas facilitan la observación consciente y la integración de nuestras sombras, ayudándonos a conectar con nuestra esencia auténtica.
- 3) Estas prácticas reemplazan el Ego con nuevas identidades positivas, asegurando un sentido renovado de superioridad.

La respuesta 2 es la correcta. Si la has elegido, tendrás 1 PUNTO GANADO.

SUMA LOS PUNTOS QUE HAS GANADO

¿CUÁNTOS PUNTOS HAS GANADO?

- **Si has ganado hasta 3 puntos: Gracias por participar.**
- **Si has ganado 4 puntos: Serás acreedor del premio simbólico de sabiduría “El espejo interno”. Conócete a ti mismo; ahí comienza la trascendencia.**
- **Si has ganado 5 puntos: Serás acreedor del premio simbólico de sabiduría “El camino del silencio”. En el silencio, escuchas lo esencial.**
- **Si has ganado 6 puntos: Serás acreedor del premio simbólico de sabiduría “El ojo del alma”. Mira más allá de las apariencias; ahí está la verdad.**

FIN DEL JUEGO