



[www.mahayoga.es](http://www.mahayoga.es)

# CURSO DE MAHA YOGA NIVEL II

ENTREGA 8ª:

8.1 ¿Qué es el ego?

Redacción y maquetación: Rafael Peralto

Consultas y logística: Escuela de MahaYoga

Copyright: Rafael Peralto 2012. Reservados todos los derechos. Queda prohibida su distribución y divulgación en cualquier medio, electrónico o físico y la enseñanza de estas prácticas sin el permiso expreso del autor.

## LECCIÓN 8.1

### ¿QUÉ ES EL EGO?

Durante las clases que he ofrecido en este tiempo de desarrollo del Maha Yoga, muchas veces ha salido a colación el ego o en otras ocasiones algunas personas me han pedido que tratara de explicar lo que es el ego. Ante semejante pregunta, tras algunos balbuceos iniciales, siempre acababa esquivándola con una respuesta concisa pero poco clara: “El ego es la conciencia de separación de Dios”, con lo que los alumnos terminaban tal y como habían comenzado, sin tener una noción veraz y profunda.

Con el tiempo, se me instó a que ofreciera una clase basada únicamente en este tema, pero siempre buscaba excusas para eludir esa responsabilidad, pensando para mí mismo: “¿Cómo puede el ego explicar al ego? ¿Cómo puede el ego explicarse a sí mismo? Y en el fondo eso sigue siendo cierto. Hasta que no obtenga la iluminación completa, será el ego el que exponga sus características a los oyentes, con lo que la exposición solo puede ser orientativa.

Aún así, esa exposición de lo que el ego es, se hace cada vez más necesaria. Conforme los estudiantes van avanzando a través de los niveles de Maha Yoga, se hace incluso peligroso el desconocimiento de lo que significa vivir bajo el control del ego, pues a más poder y conocimiento, más responsabilidad. Y si uno de los objetivos del

sendero espiritual es el acabar con el dominio del ego, es pues imprescindible conocer algunas particularidades de esos agregados psíquicos que nos mantienen anclados en la sombra.



El idioma supone una ayuda, sin él no podríamos transmitir información, pero por supuesto posee gran cantidad de limitaciones en relación a los aspectos más profundos del ser humano y del Universo. Algunas lenguas, como el sánscrito, poseen una riqueza en relación a los conceptos espirituales y religiosos que nuestro castellano, siendo complejo y extenso, no posee.

En el caso del Ser, sucede igual que con términos como salud o amor. Podemos expresar sus cualidades a través de la exposición de lo que no son, más que de lo que los define. Es más fácil hablar de enfermedad que definir la salud y más fácil exponer el terror de las guerras y de la violencia, el egoísmo y la maldad que exponer claramente el significado del amor. Por ello, para hablar del Ser y del ego, vamos a confrontarlos, a poner uno frente a otro para que, con mi humilde y escaso conocimiento del lenguaje, sea capaz de transmitir, o al menos sugerir, que es uno y que es el otro.

Sabemos que el Ser es un “trocito de Dios”, que cuando el Dios Inmanifestado alumbra este universo, da forma a innumerables almas a partir de la energía o esencia que lo conforma. Dios no estaría completo si nosotros no existiéramos. Somos un trozo diminuto de la energía que da vida al Universo: Dios. Por ello llevamos en nuestro seno todos los atributos de lo divino, al menos en potencia. Una manera de exponer esas cualidades o de resumir sus innumerables bondades es a través del concepto hinduista y yoguista de Satchidananda.

Esta palabra se divide en tres virtudes: Sat: el Ser, Chitt: la Consciencia y Ananda: el Gozo. El trozo o partícula de Dios que portamos ES. Eso significa que es inmortal y que existe y existirá a través de los tiempos, hasta que Dios Inmanifestado vuelva a inspirar hacia su ser a toda la creación y esta se resume en un único punto. Pero aún así seguirá siendo, más allá del tiempo y del espacio.

En resumen, somos un ser inmortal, con todas las cualidades de lo divino en nuestro interior. Somos, como alma o espíritu, inmortales y eternos. Tan eternos como la creación y como Dios.



Por supuesto, el ego tuvo un principio y tendrá un fin. Por lo tanto, no posee existencia como su principal cualidad, no Es y vive de la energía de nuestro Ser como un parásito. No posee existencia real y no puede existir para siempre, aunque pueda permanecer velando la luz del Ser durante milenios y encarnación tras encarnación.

¿Cómo se formó el ego y por qué? Hubiera preferido tratar de responder la cuestión del huevo y la gallina. Pero aún así, analicemos hasta donde nos llegue la consciencia y la intuición. ¿Qué necesita el ego para subsistir? Necesita energía. El ego es en sí energía malformada, desequilibrada, fuera de lugar. Es en realidad una definición similar a la de la suciedad, que es “energía fuera de lugar”. Esa energía se encuentra apegada a nuestro Ser, pero a la vez que vive de él, vela su potencial, cubre su luz.



Otra de las necesidades del ego es una mente donde expresarse. De hecho, el ego se expresa a través de nuestra mente y emoción. El ego también se expresa en nuestro cuerpo, pero sobre todo por el poder que los pensamientos y sentimientos poseen sobre el cuerpo. El ego necesita consciencia de sí mismo. El ego piensa, luego existe.

El cerebro solo es el último eslabón de la mente, el soporte material donde las ondas electromagnéticas puedan manifestarse. El ego se expresa a través de la mente, inunda de ideas egóicas el inconsciente y maneja nuestras decisiones. Sin consciencia, no hay mente. Pasemos entonces al segundo apartado o Chitt.

Hemos dicho que el dios o la diosa que llevamos dentro se expresa como Satchidananda. El Sat es el propio Ser, inmortal y eterno. Ese Sat que es unitario, se divide en dos facciones: masculina y femenina. La primera es Chitt, la consciencia y la segunda es Ananda, el gozo,

la felicidad completa y eterna.

El Ser (Sat) posee consciencia (Chitt) de sí mismo y del Universo. Como parte de Dios, sabe todo lo que Dios sabe, todo lo que Dios conoce de Sí Mismo, pues no hay otra cosa que Dios en la Creación. Chitt conoce toda la creación, no hay secretos para Chitt. Sabe lo que necesita saber justamente cuando necesita saberlo. Tiene a su disposición todo el saber del Universo. Por supuesto, Chitt posee consciencia, tanto de sí mismo como de toda la creación y también del papel que su Ser (Sat) desempeña en el teatro de la vida y en el Divino Plan del Universo. Esa consciencia de Chitt es eterna e inmortal como nuestro propio Ser.

**El ego ha velado esa consciencia. Al habernos encarnado en un mundo físico tan material y alejado de Dios, el ego ha podido formarse a través de esa consciencia de estar separados unos de otros y de estar separados de lo divino. Chitt sabe que todos somos un único ser, con diversas particularidades, producto de la diversificación de una misma energía o Dios Inmanifestado. Pero aunque cada uno refleje un color, todos somos partes indivisibles del mismo espectro, de este arcoíris que es Dios. Por lo tanto no hay necesidad de lucha entre distintos colores, ni de valoraciones o comparaciones. No hay por qué luchar por ser mejor o peor color, cada uno se sabe imprescindible. El ego nos lleva a luchar por la supervivencia y a pelear por un trozo de pan y de suelo, por patrias y patrimonios, por creencias y por religiones, es exclusivo, mientras que nuestra realidad es inclusiva: todos formamos un único Ser. Somos inmortales, nada ni nadie puede acabar con nuestra existencia. Solo pueden acabar con nuestro cuerpo, un cuerpo hecho de energía muy densa, encarnada en un mundo denso y materialista, donde es fácil olvidarse de que somos Sat (Ser) y donde en el transcurso de nuestra propia evolución, hemos velado poco a poco nuestra consciencia Chitta, para simplemente pensar en el gozo de los sentidos y en la perpetuación de sí mismos y de la especie.**

**El resultado de este olvido de nuestra divina individualidad, de la consciencia de que somos uno y de que poseemos todos los dones de Dios en potencia, (como por ejemplo el poder creador de la mente), ha dado como fruto el miedo, el egoísmo, la lucha, el derramamiento de sangre, la maldad y la humillación.**

**Si el ser humano despierta su Chitta, su consciencia y descubre que es Sat, un ser inmortal que transitoriamente está teniendo una experiencia de aprendizaje en un mundo físico, en el que está encarnado, entonces puede buscar el contacto con su Sat, con su Ser, para despertar y alcanzar el Ananda, el gozo divino e indiferenciado.**



De Sat, el Ser, parten Chitta y Ananda. Pero nuestra conciencia está velada, no recordamos que somos parte de Dios y que poseemos poderes y capacidades divinas. Nos volvemos peor que animales, devorándonos unos a otros en una vorágine de dolor y sangre. Pero cuando vamos despertando esa conciencia de ser seres divinos y reforzamos el contacto con nuestro Ser, con Sat, entonces Ananda cubre nuestros días con las flores del gozo profundo y verdadero.

El ego no puede ser Ananda, pues Ananda es una virtud de Dios, del Ser. El ego busca la felicidad a través de los sentidos, de la seguridad, del confort. Pero en esta vida, cuando se está bajo las redes del miedo y del egoísmo que el ego conforma, no se puede encontrar verdadera felicidad. Como mucho, se puede encontrar el goce, pero jamás el gozo.

El ego representa la dualidad y a la contra el Ser expresa la unidad. El ser es eterno, pero el ego tiene principio y fin. El ser está siempre despierto, siempre consciente. El ego está siempre dormido, aunque domine tanto nuestras noches como nuestros días y parezca ser consciente de lo que le rodea. El ser está siempre en dicha elevada, en gozo y felicidad continuos. Nada ni nadie puede sacarlo de ese estado, igual

que nada ni nadie puede dañarlo o destruirlo. El ego no encuentra felicidad verdadera, solo encuentra algunos momentos de placer en cosas básicas y rudimentarias. Es un placer alejado de lo real y de lo bello. Ese goce de los sentidos no perdura. Además de que su duración es siempre escasa, la muerte acaba con el goce del cuerpo, que también perece al paso del tiempo. No hay felicidad verdadera en el ego, pues busca conseguir su felicidad a expensas del otro, merced al egoísmo y en el mejor de los casos, busca la aprobación de los demás por medio de buenas obras y actos caritativos. El ego es espiritual, mientras que el Ser es Espiritu.

El ego no es un único ser, eso lo descubrí cuando era joven-



cito, auto-explorando mi mente. Está formado por muchos estratos y diversas energías y componentes. Es una máquina que se abastece a sí misma y se engaña a sí misma, pero por supuesto, vive de la energía emanada por nuestro Ser hacia nuestra consciencia.

Cuando el ego se asquea de sí mismo y se cansa de sufrir, se convierte en un ego espiritual. Entonces la persona se cree mejor que los demás (ego de vanidad: pobres



seres inferiores que no saben nada). El ego espiritual también ha de ser eliminado.

Cuando aparecen los primeros poderes, como clarividencia, clariaudiencia, videntes, etc., el ego disfruta sintiéndose especial o incluso útil. Cuando la persona desempeña papeles relacionados con la enseñanza espiritual o posee títulos como maestro de Reiki, maestro de yoga, etc., ha de tener especial cuidado, pues es el momento más peligroso. El ego estaba asqueado de sí mismo, ha buscado un medio para suicidarse y acabar con su propia pesadumbre y sufrimiento. Cuando encuentra la espiritualidad, se fortalece. Ello es debido a que la consciencia se va ampliando y se recibe una ayuda extra de las dimensiones celestiales para propiciar el despertar. Toda esa energía, esos dones, son tomados por el ego que a partir de ese momento se cree un maestro espiritual, con grandes dones presentes y futuros y una gran misión para salvar a la humanidad de su infortunio, ese mismo infortunio que aún no ha conseguido eliminar para sí mismo.

La videncia supone una distracción extra. Por un lado nos lleva al conocimiento de nuestras capacidades divinas. Cualquier capacidad que podamos tener en este mundo es una nimiedad en relación con las verdaderas capacidades de nuestro Ser. Pero si el orgullo nos hace perder el contacto con la tierra, con nuestra verdadera meta espiritual, entonces el ego se ha perpetuado a sí mismo. Ya no somos un ser desvalido que desea morir. Ahora tenemos una gran misión y unos dones extraordinarios. Y es que el ego, que se hereda de vida en vida, es mucho más listo que nosotros, puesto que tiene miles de años mientras que nosotros generalmente menos de cien.

Por eso es tan importante dedicar horas a la práctica diaria de la meditación. A través de esta simple ejercitación de la consciencia, nos vamos dando cuenta de los juegos del ego. Eso no quiere decir que no sigamos teniendo ego. Éste solo desaparece después de la profunda experiencia iluminatoria. Pero la meditación nos lleva paso a paso hacia esa experiencia. Mientras tanto, lo que tendremos será un ego iluminado, un ego profeta, un ego sanador, un ego con poderes, un ego vidente, que se cree superior a los otros egos, pero que no es por supuesto un maestro espiritual, pues la persona sigue enredada en el mismo juego, la consciencia de separación con Dios, creyendo a través de conocimientos prestados y poderes de pacotilla que es más que nadie y que está por encima de la practica meditativa, pues un ser tan elevado, un maestro, no la

necesita para nada.

Para mí, la meditación termina con el ego pues a través del ejercitamiento de la consciencia nos separamos de ese juego interminable de la dualidad y de los anhelos, centrándonos en aquel lugar puro y perfecto donde mora nuestro Ser. Si anhelamos alcanzar el Ananda, la felicidad y el gozo verdadero, atemporal e inafectado, hemos de meditar y trabajar en la purificación de cuerpo, emoción y mente. Las técnicas de Maha Yoga son un método eficaz para que un día, podamos disfrutar sin velo alguno del gozo de Ananda, de la consciencia, Chitt y de nuestro Ser, Sat. Ese es nuestro destino de luz y ese es el divino juego de la creación, volver a ser lo que nunca hemos dejado de ser: Satchidananda.

