

Siguiendo el Camino de Deshacerse

*La liberación es lo mejor de la vida
como la luna lo es lo entre las estrellas.*

—el Jainismo

Durante el transcurso de la historia, los santos, los sabios y los filósofos todos han declarado que “El que pierde la vida la recobraré.” Esto quiere decir que la “muerte” del ego—el Deshacerse del ego—es el requisito esencial para poder entrar en la Vida Divina. Pero a diferencia de la muerte física, que nos llega sin invitación, la derrota decisiva del ego a ti no te pasará; no puede. Necesariamente es un proceso completamente consciente. Tú debes ser una mariposa nocturna que se lanza a la llama *libremente*.

Por supuesto, desde nuestra perspectiva mortal, vemos el ego—incluso el egocentrismo—como nuestra mayor seguridad, el barco que nos lleva sobre los mares de la vida. Ignoramos el hecho que ningún ego nunca le ha proporcionado a nadie un pasaje por la vida que sea seguro de verdad. La vida del ego está llena de lucha y sufrimiento desde el principio hasta el final. Y las dificultades inevitables de la vida se hacen *mucho más* peores—no mejores—cuando el ego se aferra continuamente a sus preocupaciones por sobrevivir y a los procesos psicológicos que provocan el miedo. Sin embargo, *todavía* nos aferramos a aquel barco, ¿por qué?

La mayoría de las estrategias existenciales se conciben con el propósito de mantener vivo el ego y de *prevenir* que se deshaga. Entonces, ¿qué hacemos para poder darle la bienvenida a este sacrificio supremo—la “muerte” de todo lo que pensamos que somos?

En primer lugar, tenemos que reconocer el hecho de que el barco del ego no está en condiciones de navegar. Después de todo, ¡nadie quiere quedarse en un barco destinado a hundirse!

*¡Sálvame, O Dios!, que las aguas me llegan hasta el cuello.
Me estoy hundiendo en una ciénaga profunda donde no puedo hacer pie;
he llegado hasta lo profundo de las aguas, y me arrastra la corriente.*

—el Judaísmo

Cuando te das cuenta de que se te hunde el barco y no hay remedio, cambian marcadamente tus prioridades. Te apresuras a embarcarse en un bote salvavidas y felizmente abandonas tu barco antes amado. Dentro de la vida

espiritual, hay tres pasos similares que te llevan hasta el punto en que te conviertas a la vida iluminada, a la Vida Divina:

1. RECONOCE el problema del ego como algo perpetuamente sin resolución y las limitaciones del esfuerzo personal, en tu propio caso.
2. ABRAZA la única alternativa verdadera a seguir viviendo como ego: la entrega del yo a Dios y a su Gracia.
3. ABANDONA tu existencia empujada por el ego y rinde homenaje a otra manera más elevada de vivir—comprométete totalmente a trascender el ego.

PRIMERO: Reconoce el problema del ego como algo sin resolución por la eternidad y las limitaciones del esfuerzo personal, en tu propio caso.

*He visto todo cuanto se hace bajo el sol;
Y, he aquí, todo es vanidad y correr tras el viento.*

—el Judaísmo y el Cristianismo

Como seres identificados con el ego, solemos hacer las cosas “a nuestra manera.” Pero mientras el ego nos guía, nuestra manera no es la manera de Dios. De hecho, hacer las cosas “a mi manera” nos separa de Dios y nos pone en desacuerdo con su voluntad. La vida espiritual verdadera florece solamente cuando nos hemos desengañado de hacer las cosas “a nuestra manera.”

Cualquiera puede comprender el problema representado por los egos de *otra* gente. Pero para poder vivir el Camino de Deshacerse, debes comprender que tú también sufres el problema del ego. Debes comprender la inutilidad del esfuerzo y del enfoque personales. Debes desengañarte por completo de vivir por ti mismo en todos los aspectos. Debes estar cansado por completo de vivir por tu propia sobrevivencia, protección propia, autodirección, autodefensa, mejoramiento personal, y provecho personal. Debes comprender la *inutilidad* de un estilo de vida totalmente egocéntrico. Eso es el requisito *principal* para el renacimiento espiritual.

Desde luego, nadie puede obligarte a reconocer esta verdad. Muchas veces, décadas de decepción repetitiva pasan antes que el fracaso del ego nos humille. Cada vez que tropezamos con una barrera, tratamos de volver a establecer la esperanza pero nos equivocamos en dirigirla a otra meta igualmente defectuosa. Audazmente, salimos en busca de una consolación nueva, otra manera de evitar la “montaña de la Verdad.” No es de extrañarse que se dice: “La esperanza brota eternamente dentro del pecho humano.” Afortunadamente, eso no está

del todo bien: La esperanza brota solamente hasta que nos rindamos. Después, la realización del Espíritu brilla más que la esperanza.

Para estar dispuesto a deshacerte, de modo conclusivo debes desencantarte con tú mismo y con todas tus esperanzas, tus planes—y incluso con tus miedos. Debes quedar muy desencantado hasta el punto de que tu ego no siga proponiendo todavía otro de sus planes optimistas pero fatales. Mientras tanto....

Reconoce que cada vez que vuelves a reorganizarte, vuelven tus problemas. *Comprende* que cada nueva senda optimista, cada estrategia mejor, te conduce a un punto muerto. *Comprende* que cada vez que vuelve a mandar el ego, en el fondo manda mal. En vano se agarra a un clavo ardiendo. Eso es la manera del ego; no puede hacerlo de otra forma. Cuando por fin llegas a aceptar el hecho del fracaso del ego, te das cuenta de que “No hay salida ninguna para mí. Y la razón por la cual no hay tal salida tiene que ver conmigo. Yo soy lo que anda mal en esta vida”.

Por eso decir, “La iluminación es un fracaso” es la pura verdad. Observa, sin embargo, que la iluminación es un tipo distinto de fracaso, un fracaso mucho más grave que el tipo asociado con la depresión normal y el rendirse común. No es solamente un fracaso *personal* o el de no “tener éxito.” Es un fracaso de (mal) entender lo que es ser una persona auténtica. Aquel fracaso total y conclusivo es la única cosa que nos puede obligar a soltar nuestro apego desesperado a lo que consideramos ser el Yo—nuestro sentido del yo y nuestra identidad individual que nos hemos elaborado—y cambiar la vida basada en el ego por la Vida Divina.

Todos los que buscan sinceramente lo espiritual al fin llegan a comprender las limitaciones de tratar de perfeccionarse exclusivamente por el esfuerzo personal. La vieja vida egocéntrica se desgasta. Entiendes que en lo esencial, en el meollo de todo lo que haces, siempre te has dedicado a tu ego y a su sobrevivencia, a pesar de tus mejores intenciones de ser una persona buena, cariñosa y generosa. Te sientes rechazado por la mezquindad y egoísmo de aquella vida. Por fin, llegas a comprender:

“La vida, como yo la vivo, no funciona NI PUEDE funcionar. En realidad, la vida no es un proyecto mío para realizar. Más bien, es un proyecto que consiste en deshacerme a mí, a mi ego que me representa en mi mente.”

De esta manera, te preparas para “abandonar el barco.”

NOTA: En general, el ego suele emplear mal la visión de su fracaso al volverlo en una depresión ordinaria—y eso sólo hace peor la situación. Debes poder mantener una actitud constructiva al mismo tiempo que comprendes el problema del egocentrismo en tu propia vida. Debes poder considerar la evidencia en contra del ego desde la perspectiva del Yo Superior, o el Espíritu, no desde la perspectiva del ego mismo. De hecho, le consuela al Espíritu en grado “cósmico” cuando reconoces el fracaso del ego y te diriges a Dios.

SEGUNDO: Abraza la única alternativa verdadera de seguir viviendo como un ego: rendirte a Dios y a la Gracia.

*Nosotros, los que vivimos en el mundo,
podemos vencer el mundo solo por medio de la gracia vuestra.*

—el Hinduísmo

Una vez que entiendes la inutilidad total y la desesperanza eterna de llevar una vida dirigida por el ego, ¿cómo te *adaptas* a esta realidad? ¡Te das por vencido! ¡Te renuncias! ¿Qué renuncias? Renuncias al yo ilusorio que crees ser tú mismo—a tu ego. ¿Cómo? En lugar de confiar en tu ego y en tus estrategias independientes, deja de pensar, “Yo voy a componer todo esto.” Y te diriges a Dios y a la moralidad para buscar soluciones.

La verdadera vida espiritual empieza solamente después de que por fin reconoces la inutilidad de vivir como un ego, y aceptas otra Manera de vivir superior. En eso consiste la esencia de la conversión espiritual, un renacimiento de veras.

*(Cómo es rendir el ego distinto del rendirse normal?
Ver las notas al final para una aclaración.)*

¿Cómo podemos liberarnos del egotismo? ¿Cómo podemos proveer la mente con los pensamientos iluminados que nos ofrece Dios? ¿Cómo podemos

nosotros deshacernos? No podemos hacer ningunas de estas cosas. Las podemos *empezar*, quizás, pero seguro que no las podemos *terminar*. En cuanto a la liberación, los pasos *conclusivos* que tenemos que dar son regalos de Dios. Por eso, a fin de cuentas, debemos reconocer que dependemos totalmente del papel que hace Dios en nuestras vidas y dirigirnos a Él.

*Confía en el Señor con todo tu corazón,
y no te apoyes en tu propio entendimiento.
Reconócele en todos tus caminos y
Él enderezará tus sendas.*

—el Judaísmo y el Cristianismo

Por cierto, la liberación del ego no se puede realizar por aprender de memoria conocimientos superiores. Ni procede de practicar técnicas espirituales ni de seguir modelos aprendidos de memoria. Lo que se requiere para lograr la liberación espiritual o sea la realización es reconocer humildemente,

“Puedo crear el problema, pero no puedo arreglarlo. Solamente la DEDICACIÓN mayor junto con un PODER superior pueden liberarme del lío en que me encuentro, uno que YO SIGO CREANDO para mí mismo. Debo renunciar a mi ego y dirigirme a Dios para que me devuelva la salud.”

Aquel reconocimiento sentido abre la puerta a la renuncia verdadera—la clase de renuncia que deja lugar a la liberación. La renuncia verdadera ofrece liberación de los peligros de la autodeterminación excesiva. Para ser libre, tenemos que renunciar el egotismo. Debemos entregar nuestra voluntad personal a la voluntad Divina. Debemos creer, “Hágase tu voluntad, no la mía.” Solamente la renuncia verdadera nos libera de las limitaciones del ego y del potencial humano formado por el ego y nos hace un instrumento con un potencial mucho más grande—bajo la dirección Divina.

En una encrucijada: el momento de la Verdad

Por supuesto, para el ego y para cualquier individuo que se identifica con el ego, es difícil creer en algo aparte del esfuerzo personal—el individualismo robusto. Por eso, se nos da una oportunidad muy bienaventurada cuando ya al ego le falta más paciencia. En aquel momento de necesidad y humillación, nos encontramos en una encrucijada cósmica. Tenemos una oportunidad excelente, que nos concede la Gracia, de concentrar nuestra atención en las ideas elevadas. Pero, ¿qué hacemos? ¿Anhelamos y añoramos la moralidad—o hacemos nada más que llorar nuestros pecados y proteger nuestras llagas con

curitas? O apostamos todo a la moralidad o regresamos a una vida ocupada en evitar el dolor personal y en buscar el beneficio propio.

La compensación es un método para volver al viejo estilo de vida. Cuando reconocemos el lío en que estamos, a lo mejor tenemos un deseo irresistible para hacernos sentirnos bien de nuevo—rescatar nuestro amor propio débil y levantarnos por esfuerzos propios. Para evitar quedar muy deprimido, volverse loco o suicidarse, nos aferramos a creencias compensatorias que nos dan una sensación de bienestar: “Soy buena persona. Sé que no soy del todo malo. Mis intenciones son buenas. Dios me perdonará.” La tendencia de recurrir a tales creencias es tan fuerte que es casi reflexiva. Desafortunadamente, este pensamiento compensatorio nos lleva a caer directamente en la misma trampa de siempre porque es nada más que el ego que está tratando de salvarse a *sí mismo*. Posiblemente, las creencias demasiado optimistas nos ayudan a sentirnos un poco mejor durante un rato, pero *no* son lo que necesitamos, y *nunca* nos dejarán satisfechos. Son compensatorias, no liberatorias. A la larga, los esfuerzos acostumbrados de “salvar el día” o “restaurar la esperanza” no dan resultado y incluso son engañosos. La vida basada en el ego no se puede resucitar—solamente puede ser *reemplazada*. En su lugar, busca amparo dentro de la Gracia y las leyes de Dios.

En la hora de la Verdad, cuando al ego le falta paciencia, no te tranquilices. *Quédate* así precisamente como estás. Entonces, destruye el ego, para dejarlo atrás. Deja atrás todas las creencias compensatorias y superficialmente optimistas asociadas con él. Resiste la tentación de tratar de ser héroe y soslayar la Verdad al último momento. Deja atrás el ego. No pienses en el pasado.

Si no haces el esfuerzo de volver a crearte, encuentras, para tu gusto y placer, al Yo auténtico que *queda* (*sin* los esfuerzos de tu ego de crearse a sí mismo). De hecho, reluce fuerte *porque* tales esfuerzos han terminado. ¡Por supuesto que tienes un Yo verdadero! Y *no* es el concepto del yo que refuerzas al constantemente intentar hacerte sentir mejor sobre tu situación. ¡Es *muchísimo* mejor que eso! Tu Yo verdadero es una obra maestra de Dios.

*(Ver las notas al final para leer más sobre
el Yo verdadero que queda cuando se Deshace el ego.)*

TERCERO: Abandona tu existencia empujada por el ego y rinde homenaje a otra Manera más elevada de vivir—comprométete totalmente a trascender el ego.

*¡Oh, Hijo del Hombre! Si me amas, aléjate de ti mismo;
si buscas mi complacencia, no consideres la tuya.*

—Baha'i

Solamente Dios puede cortar la cadena final que nos ata al ego. Y, por supuesto, Dios siempre quiere que seamos de nuevo libres por completo. Siempre nos provee el medio para la liberación.

Dios no les deja a sus hijos atados durante la noche.

—Proverbio de Nigeria

No obstante, contrario a la voluntad de Dios, la mayoría de nosotros siguen atados al ego. Es porque nosotros los seres humanos también tenemos el libre albedrío—un libre albedrío que respeta Dios. En general, *no queremos* estar libre del ego. Incluso Dios no puede Deshacer a aquellas personas que no quieren quedar Deshechos.

La Gracia de Dios trabaja en relación directa a nuestro deseo de renunciar el ego. La Gracia no puede salvarnos si se opone a nuestra voluntad: debemos *escoger* deshacernos. Debemos *ansiar con pasión* aquella liberación, *seguirla* activamente, y *aceptarla* sin reservas. Entonces Dios nos corta las riendas y ¡por fin somos libres!

Más allá de las transigencias del “mejoramiento” y la “balanza”

Siempre se puede escoger el compromiso, y puedes hacer un compromiso inflexible cuando quieras. La idea del mejoramiento que avanza poco a poco *hacia* el ideal es espiritualmente peligrosa porque huele a transigencia. El enfoque gradual le proporciona al ego la oportunidad de transigir y así perpetuar su dominio. La verdad es que ¡no podemos hacer un trato con el diablo y esperar ganar!

Cuando nos aferramos a un enfoque gradual, todavía buscamos algún tipo de terreno neutral—una “balanza correcta” entre fuerzas contrarias dentro de nosotros. ¡No se lo puede encontrar! La lección aprendida de la experiencia ha demostrado que la balanza correcta *nunca* se puede encontrar. Con el tiempo, llegamos a reconocer que, a pesar de nuestros mejores esfuerzos para equilibrar las necesidades y los deseos del ego contra las necesidades y los deseos del espíritu, no funciona. El ego no sirve para compartir. Si le das la mano, se toma

el codo—y no importa si toma la mano o el codo, en todo caso, impide la realización de todas tus aspiraciones espirituales más queridas y más profundamente sostenidas. Por eso:

Aunque se revela el Deshacerse del ego progresivamente, el Deshacerse no es resultado de mejorarse poco a poco, haciendo una serie de pequeñas concesiones a la moralidad, entregando más y más pedazos pequeños de nuestras vidas a la Verdad. Es resultado de hacer un compromiso incondicional, ni menos.

¿Por qué se debe perder la pura felicidad total que sólo el llevar una vida Moral y sin conflictos puede proporcionar? En su lugar, ¡que seas sincero contigo mismo!

La entrega pura y absoluta

La intransigencia deshace la vida espiritual. Al acostumbrarnos a la intransigencia, no hacemos más que perpetuar nuestra hostilidad a la Verdad y la Bondad. Y por cierto *no nos* desharemos mientras que quedemos divididos para dentro. Divididos, quedamos perdidos.

Si quieres ganar la lucha con tu ego, debes llevar una vida de entrega feliz y entusiasmada, una entrega intransigente. Alguna resistencia es natural, incluso inevitable; sin embargo, la resistencia es nada más que otra cosa que renunciar. Abandona la costumbre de procrastinar y de no entregarte. Métete de lleno—con el cuerpo, la mente y el corazón—en hacer lo justo, en ser “perfecto, como lo es tu Padre que está en el cielo.” Hazlo siempre. Forma tu vida *entera* para que sea una experiencia continua de entrega feliz.

Todo el mundo sabe que la vida moral es la vida *altruista*. Por necesidad, debes vivir como si fueras “un regalo.” Vivir por los otros, vivir por Dios. Supera cualquier tendencia de *no* ser un sacrificio vivo. Pero, por supuesto, para llevar una vida altruista, se requiere la autodisciplina.

La Vida de Deshacerse es muy premeditada. Para seguir este camino, debes hacerlo a propósito. Además, debes aceptarlo de una manera totalmente disciplinada. No importa lo que dicen los pastores corrientes – la Perla de Gran

Valor nunca será barata. Para recibir la dádiva de Dios, tenemos la obligación de optar por *vivir* dentro del Espíritu de forma firme y completa; ningún precio menor nunca nos protegerá de estar encarcelado dentro del ego. Estar atrapado dentro del ego es un dilema creado, perpetuado y defendido por el yo. Así, se necesita una voluntad *fuerte* para abandonarlo.

!Oh, creyentes! Preocupaos de vosotros mismos.

—el Islam

Aunque la Vida Divina es nuestra herencia de Dios, muchas veces la gente subestima cuánta responsabilidad personal se necesita para reclamarla. ¡El Deshacerse es el proceso *más* responsable en este mundo! Efectivamente, el camino de Deshacerse se requiere más responsabilidad que la mayoría está dispuesta a aceptar. Pocas personas están dispuestas a ejercer control sobre la mente rebelde. Pocas están dispuestas a abandonar una norma de vida autoprotectora. Poca gente está dispuesta a salir de la tumba de vida egocéntrica y expandirse en la esfera verdaderamente espiritual de la vida moral, la Vida Divina. Pero con todo, no te equivoques: Sólo nuestra participación responsable hace posible la salvación. Nuestra sincera adaptación a la Verdad es la contribución esencial que hacemos por nuestra propia liberación.

*Para aquél que ha conquistado la mente,
ésta es el mejor de los amigos.*

—el Hinduísmo

El Camino de Deshacerse es un estilo de *vida*, no simplemente una filosofía

Nuestros corazones y nuestras almas continuamente lloran por la liberación del sufrimiento. Y sin embargo, para realizarnos espiritualmente debemos abrazar el camino de la liberación. Debemos nosotros mismos *ganarnos* las alas.

Es fácil estar harto de la vida del ego. ¡Incluso *el ego* se harta del sufrimiento que causa! Pero puedes estar harto del estilo de vida normal sin poder escaparte de él. Efectivamente, la mayoría de las personas están precisamente en ese apuro.

Evidentemente, muchas personas se sienten desilusionadas y decepcionadas con sus vidas—anhelan profundamente algo mejor. Cuando, a pesar de la tristeza que conlleva, *aceptas* una vida rutinaria o te permites consumir por las dificultades que proceden de la manera en que vives ahora, el deseo del alma para la liberación se deja para después.

¿Cuándo les damos la máxima prioridad a nuestros deseos espirituales? Solamente cuando nos comprometemos lo suficiente para *vivir de modo distinto*. Eso es cuando la vida espiritual comienza de veras—cuando nos esforzamos a hacer que nuestro cuerpo/mente se ajuste a la verdad según el entender del espíritu interior. Eso requiere la fuerza. Además requiere el valor.

Las ganas que tienes de vivir de modo distinto

Para progresar en el Camino de Deshacerse, debes desear no sólo respetar, considerar y creer en los principios superiores sino también hacer de esos principios la nueva base de tus propias acciones. Las ganas que tienes de cambiar tu estilo de vida se pondrá a prueba cada día que llevas una vida espiritual.

Para abrirte de veras a la Gracia de Deshacerse, de buena gana debes dedicarte a llevar total y felizmente una vida de amor y moralidad. Con un corazón feliz y bien dispuesto, emprende el viaje por un camino poco conocido. *Cultiva* el espíritu de la entrega, tanto interior como exterior, a los principios de la Verdad y de la obediencia al mando Divino. Necesitas estar *listo y dispuesto* a entregar el cuerpo, la mente y tus experiencias—y no solamente en un místico sentido abstracto. *De verdad* deja de utilizar tu cuerpo/mente/experiencias como base para tomar decisiones. *De verdad* deja de tomar decisiones basadas en el “yo-me-mío”—las tomadas con referencia a la supervivencia *mía*, el confort *mío*, la ventaja *mía*, en resumen, como todo me afecta a *mí*. Mejor dicho, déjate guiar totalmente por la estrella que representa el bien y lo Divino, a pesar de las implicaciones que tiene para ti, para tu popularidad, etc.

Vale la pena hacer notar que el Deshacerse no es otro ejemplo de “algo que hago por mí.” ¡Mejor dicho, es algo que hago *a pesar* de la persona que me entiendo (mal) ser! Es una manera de escaparse de esa situación, no de arreglarla o realizarla. El bien es el resultado solamente del rechazo de esa desesperanza y del abrazo de la rectitud *a pesar* de recibir de ello el placer o el dolor, la honra o la deshonra.

En el Camino del Deshacerse, tu motivación te rebasa a ti mismo. Seguro que no es simplemente la reacción al placer o al dolor. No es una búsqueda de ventaja—ni siquiera ventaja *espiritual*, al final. Muchas veces cuando buscas, no encuentras—en particular, si buscas por motivos egoístas.

*Cumple con tus deberes; la acción es mejor que la inacción.
Incluso para mantener el cuerpo, Arjuna, tienes la obligación de obrar.
Pero son las acciones egoístas que le dejan preso a la humanidad.
Obra con desinterés, sin pensar en el provecho personal.*

—el Hinduísmo

Finalmente, el Camino de Deshacerse no es una rebelión contra el ego. Puede que parezca *empezar* así, pero para *de veras* negarte a afrontar el ego, sólo debes no hacer caso de él. ¡Y ni siquiera debes desear que te reconozcan el mérito de haberlo hecho!

*Las personas que viven bajo ilusiones acumulan méritos contaminados
pero no siguen el Camino.
Tienen la impresión de que el acumular méritos
y el seguir el Camino son idénticos.*

—el Budismo

Un punto de vista aconsejable es, “La búsqueda del placer y la evitación del dolor me metieron en este lío. ¡Olvídalo! De ahora en adelante, haré lo que es justo sin reparar en el placer o el dolor, del honor o deshonra, que pueda ocasionar.” Simplemente abandona el ego y entra en el otro mundo, el mundo de la rectitud.

Que se realicen todas tus acciones por el amor de Dios.

—el Judaísmo

Hay que escoger una y otra vez

*Sí, hay dos espíritus fundamentales, espíritus gemelos que son
famosos por estar en conflicto con ellos mismos. De estos dos espíritus,
el falso escogió realizar las cosas peores.
Pero el espíritu virtuoso, el que se viste de las piedras más duras,
escogió la verdad, y también la deben escoger los mortales
que le quieren satisfacer continuamente
al Señor Sabio por acciones verdaderas.*

—el Zoroastrismo

Cuando emprendes viaje por el Camino de Deshacerse, puede que creas firmemente en optar por la transcendencia del ego, pero como la posición del ego todavía es muy arraigada, seguirá reafirmandose. No debes sentir pena por ello—es natural, incluso inevitable. Pero como consecuencia, la única manera de cumplir con tu verdadero compromiso es optar por la posición del espíritu *repetidas* veces y abandonar la posición del ego *una y otra vez*—cada vez que la

orientación hacia el ego se presenta de nuevo. Se parece a la necesidad de cortar hierbas malas cada vez que vuelven a brotar, hasta que no les quede el poder de brotar de nuevo. Al final, las tendencias negativas se acaban.

*Todas las acciones que toman lugar bajo el cielo
se hacen uniformes por medio de la perseverancia.*

—el Confucianismo

La clave del progreso consiste en escoger—y escoger con consecuencia. Ya que el ego siempre o busca el placer o evita el dolor, cuando se presenta cualquiera de esas dos tendencias, muchas veces tienes la oportunidad de volver a optar *en contra* del ego. Simplemente opta por hacer lo que sabes que es correcto, a pesar de lo que te dicen tus preferencias personales. Opta por hacer lo bueno tan seguido como puedes y lo mejor que puedes. Dios se encargará de lo demás.

Cuándo escoger durante todo el día

Sed vosotros perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto.

—el Cristianismo

La minuciosidad es segunda en importancia sólo a lo Sagrado, aunque a lo mejor prefiramos menos rigor. Pero hablando de falta de rigor, ten presente este pensamiento: no da buen resultado quitar el cáncer de una parte del cuerpo si quedan tumores en otras partes. De manera parecida, un enfoque poco sistemático para llevar a cabo la transcendencia del ego *no puede* funcionar. Puedes vencer el ego *solamente* si lo haces en su conjunto.

Por ejemplo: Puede que decidas levantarte más temprano por la mañana para superar la flojera. ¡Qué maravilla! Has vencido el ego al amanecer. Pero recuerda que el resto del día todavía está a disposición tuya. ¿Qué pasa si gana el ego aun *la mitad* de las batallas durante todo el día? ¿Qué pasa si gana *un cuarto* de las discusiones que tienes contigo mismo para determinar la manera en que vives, la manera en que manejas las cosas, la manera en que piensas? Es verdad que la victoria espiritual es buena cosa, pero ¿qué significa ganar unas pocas batallas si pierdes la guerra? ¿Qué pasa si el ego pierde la batalla sobre la hora de levantarte pero todavía encuentra otra docena de oportunidades de ir a lo suyo, de ser nutrido y fortalecido? ¡Es hora de intensificar tu resolución!

*Fiel es Dios, y no os dejará ser probados más allá de lo que podéis soportar,
sino que con la tentación proveerá también la vía de escape,
a fin de que podáis resistirla.*

—el Cristianismo

Nadie gana cada batalla, pero *no utilices* las imperfecciones humanas como excusa para rendirte al ego o para relajar la vigilancia espiritual. Es completamente imposible vencer el ego pensando que podrás derrotarlo por partes. Para ganar esta batalla, *debes* luchar en todos los frentes a la vez. Debes estar decidido y dispuesto a renunciar a tu ego no importa cuál forma toma— íntimo y exterior , sutil y vulgar, aparentemente pequeño y aparentemente grande.

Debemos trabajar a propósito y con intención para superar nuestra identificación con el ego en todas las maneras de que somos conscientes—en el espíritu de la entrega feliz y fiel a la Gracia y la dirección de Dios. Con toda sinceridad y honestidad, debemos hacer todo lo que podemos para abandonar la soberanía del ego. De esta manera, sin hesitar o luchar excesivamente, suelta todas las formas del egoísmo y interés propio cuando se presentan.

He aquí el significado de “luchar excesivamente.” Si le debes a alguien algún dinero y te pide que se lo devuelvas, ¿no harías mal en resistirte a su petición, en quejarte o en aplazar en devolvérselo? De la misma manera, estamos equivocados, espiritualmente, cuando nos entregamos a resistir demasiado a hacer algo que *sabemos* es bueno y apropiado en el sentido espiritual. Hay que reconocer que el ego está presente dentro de ese tipo de resistencia. Cuando te sientes hesitar, simplemente otra vez cambia tu orientación y deja atrás el ego—*sin* preocuparte mucho.

Desarrollarse dentro de la Vida Divina

El poder más grande por el cambio en este mundo, el interruptor que prende la energía Divina, es la *buena voluntad* de los seres humanos de someterse al impulso Divino que correrá si lo dejamos. Pero hasta que podamos escuchar seguramente la voz interior del consejo Divino, no podemos nada más entregarnos a los designios divinos. Así el primer nivel de sumisión—y esto es algo que cualquiera pueda hacer—es abandonar la tendencia del ego de llevar una vida basada en los *caprichos* (incluso, por ejemplo, hacer “lo que le dé la gana” en cualquier momento). En su lugar, sigue buenas *normas*.

Tu palabra es una lámpara a mis pies y una luz en mi sendero.

—el Judaísmo y el Cristianismo

A base de acción, toma principios morales que son reconocidos mundialmente y empléalos en cada circunstancia con una sensibilidad compasiva. Comprométete a *vivir* tu vida consecuentemente, basándola sobre principios y preceptos devotos que reconoces *tú* ser verdaderos. Éste es solamente el primer paso que conduce a la entrega del yo, pero es muy necesario. Es una manera eficaz de evitar los peligros de comportarse conforme a los deseos del yo y de perfeccionar la bondad espiritual.

*Él que, incluso cuando es un estudiante joven,
se dedica a estudiar la doctrina de la verdad, da brillo a este mundo
tal como la luna cuando se libera de las nubes.*

—el Budismo

Afortunadamente, mientras llevas a cabo hechos de altos principios, te darás cuenta que la mente se mueve un poco más lento y te pones más sensible a la dirección Divina interior. Con el tiempo, eso conduce a lo siguiente:

*Me insta a hacer lo que hago
el espíritu divino que existe en mi corazón.*

—el Hinduísmo

Entretanto, la búsqueda de la perfección ni se espera ni se requiere que el buscador sea perfecto. Solamente nos vemos obligados a vivir de acuerdo con los valores que *sabemos* que podemos realizar. Así es el verdadero Camino: cada momento que seguimos el Camino de Deshacerse, debemos obedecer las “reglas”—los principios de la vida espiritual—como las *entendemos ser*. Sin demora, sin desgana, caminamos hacia el horizonte más lejano—el grado más alto de responsabilidad y bondad que podemos *concebir* actualmente. Al llegar allí, veremos un horizonte nuevo y una potencial más grande para entregar el ego. Al verlo, nos veremos obligados a trasladarnos *allá*. Inmediatamente después de tomar un paso, Dios nos revela la próxima a tomar. Por medio de este proceso cooperador, cualquier persona sincera *puede* seguir con éxito el Camino de Deshacerse. Sin ir más lejos que alcanza la vista, al fin logramos nuestra meta.

Por medio de la Gracia, sin duda te adaptarás a la Vida Divina si, lo mejor que puedas, te comprometes y te sometes a Dios. Como respuesta a tu dedicación, tus esfuerzos, y tu sinceridad, Dios te perfeccionará la comprensión de la acción

justa, te aumentará la resistencia para los desafíos y las luchas de la tarea espiritual, y te separará más y más de la tiranía del ego.

*Me has dado a conocer la senda de la vida; en tu presencia
hay plenitud de gozo; en tu diestra, deleites para siempre.*

—el Judaísmo y el Cristianismo

En realidad vivir de modo distinto

La fe sin obras está muerta.

—el Cristianismo

Una vida que trasciende el ego nunca puede ser cuestión de aceptar un dogma o de practicar una técnica; es un compromiso apasionado. De manera parecida, una vida que trasciende el ego no requiere circunstancias especiales para realizarse, ni le impiden circunstancias particulares. Se debe expresar por medio de cualquier cosa, por medio de todas las cosas que hacemos. Así, en el Camino de Deshacerse, escogemos e implementamos nuestras opciones para vivir sin poner énfasis en el yo dentro del contexto de nuestras vidas y actividades diarias. Introducimos nuestra práctica espiritual en nuestras vidas cotidianas de manera completa.

El camino verdadero es una senda *viva*. No nos podemos deshacer simplemente por pensarlo; el entregarse no significa nada hasta que lo pongamos en marcha.

Nada se determina por la conversación hueca.

—el Sikismo

Podemos negar eso, pero no podemos *dejar* de sentirlo. Efectivamente, la insatisfacción espiritual que siente la mayoría de la gente proviene precisamente del dolor de no haber obligado al cuerpo a cumplir el mandato del espíritu al nivel evidente de la *acción*. Por ejemplo, sabías lo que querías decir, pero no pudiste obligar la boca a decirlo. O imaginabas lo que querías hacer, pero dejaste de levantarte de tu sillón, cobrar entusiasmo y *hacerlo*. En tales casos, el ego puso barreras a la puesta en práctica de tu deseos espirituales y no permitió pasar lo que *tenía* que pasar.

Esto lo sabemos todos: El ego se identifica firmemente con el cuerpo. Por eso es mucho más difícil *hacer* algo cariñoso que *pensar* en hacerlo. Es la razón por la cual el Camino de Deshacerse empieza al nivel físico—al nivel de la acción. Una manera muy eficaz de empezar a bajarle los humos al ego es poner el cuerpo al *servicio* material de la Verdad.

*Sin el servicio altruista no se cumplen objetivos ningunos;
la acción la más pura estriba en el servicio.*

—el Sikismo

*El que evade la acción no alcanza la libertad;
nadie puede llegar a la perfección si no trabaja.*

—el Hinduísmo

Puedes *reflexionar* sobre la acción espiritual todo el día, pero el momento en que intentas poner en acción tus intenciones, cuestionas en lo fundamental los propósitos egoístas del ego. Le dices al ego, “Voy a tomar este cuerpo y utilizarlo para los designios divinos, no los suyos.” ¿Se resistirá el ego? ¡Claro que sí!

Es por eso que la gente se asusta cuando realmente intenta hacer algo, en comparación con contemplarlo. Pero, por la misma razón, cada vez que adaptas tus actividades físicas al camino de la Verdad, una victoria espiritual es tuya.

Muchas veces, fingimos no darnos cuenta de lo frecuente que nos resistimos a llevar a cabo materialmente nuestras intenciones espirituales. No queremos hacer frente a cómo hemos dejado que el ego impida que se manifiesten nuestros deseos e nuestras inspiraciones. Pero en el Camino de Deshacerse, no *debemos permitir* que la identificación del ego con el cuerpo nos restrinja a la inacción o a la parálisis. Nuestras acciones se deben llevar a cabo de tal manera que se consagren a Dios.

Tu alma anhela la liberación. ¡Haz lo necesario para tener éxito!

*La acción no brota del pensamiento sino de
la buena disposición para la responsabilidad.*

—Dietrich Bonhoeffer

¡Que Dios te guarde, querido lector! ¡Que vivas para Deshacerte!

Nota 1:
**La Diferencia entre la Renuncia del Ego y
la Renuncia Común y Corriente**

El ego y el espíritu tienen maneras muy distintas de renunciar. Por ejemplo, precisamente cuando el ego renuncia el amor y el amar, el espíritu renuncia el no ser lo suficientemente cariñoso para que tenga éxito el amor.

La renuncia común y corriente es algo que hace el ego, pero solamente el espíritu puede renunciar el ego. Vamos a describir con claridad lo que queremos decir con “renunciar el ego” (o sea renunciar el esfuerzo personal). Pero primero, hemos aquí lo que *no* queremos decir:

1. **No queremos decir *renunciar la esperanza***. Cuando renuncia el ego, renuncia todo lo positivo—en particular, los procesos y las posibilidades superiores de la vida. Renuncia la hermosura, la fe, la esperanza, y todo lo positivo. Y eso es bastante ridículo. Ese tipo de renuncia deprime el espíritu y efectivamente impide el Deshacerse del ego—así, naturalmente, lo recomienda completamente el ego.
2. **No queremos decir *cultivar la esperanza falsa***. El ego tiene otra manera de ocuparse de la simpatía del alma por la hermosura, la fe, la esperanza, etc. Las guarda como “nuevas” metas “espirituales,” pero en la vieja manera egoísta. Al aferrarse a aspiraciones que suenan a espiritualidad, el ego te engaña en creer que está cediendo el poder cuando no hay duda que todavía es el que manda.
3. **No queremos decir *volverse pasivo***. La liberación no es simplemente un “viaje dentro de la cabeza;” requiere mucha participación de parte nuestra. Desde luego hay cosas que podemos y debemos hacer en nombre de la diligencia espiritual. Una verdadera vida espiritual es dinámica, es activa. Al mismo tiempo, el esfuerzo personal no se debe llevar a cabo por separado. Se necesita la dirección superior *junto con* la iniciativa individual.

Lo que sí queremos decir con renunciar el ego es lo siguiente:

1. **Renuncia el individualismo robusto que trabaja a solas, sin la ayuda que se te ofrece el entregarse a la dirección divina.** Haz frente a las limitaciones de todo esfuerzo personal que se hace debajo del control del ego. Dios también tiene un papel grande que hacer—y no hay posibilidad que nosotros podamos hacer el papel suyo.
2. **Renuncia la vida egoísta.** Debes entender, por cierto, que el egoísmo forma la raíz del problema del individualismo robusto y del esfuerzo personal. Además, por supuesto, debes entender que esa observación tiene que ver contigo personalmente.

Reconoce sinceramente el error cósmico del egocentrismo y de la auto-dirección. El egoísmo es destructivo, doloroso, desesperado, y infructuoso. Busca complicaciones y frustraciones interminables. Al presumir la veracidad de la separación, la diferencia y el conflicto, el egoísmo es la causa de la mayoría de nuestros problemas.

3. **Renuncia la lucha *egoísta* por la liberación personal.** Necesitas explicarte sobre este punto. El Deshacerse depende del olvido del yo. El esfuerzo egocéntrico impide el Deshacerse porque fortalece el yo proveniente del ego, el yo que necesita ser abandonado.

Nota 2: El Yo Verdadero o Superior

¿Qué es un ser humano? Sin duda, el ser humano tiene su miga.

Por muy extraño que parezca, el yo con que normalmente nos identificamos es una persona “virtual,” una fabricación del ego. En realidad, la mayoría de la gente recuerda “montar” su yo virtual mientras maduraban por vacilar antes de tomar decisiones sobre cómo arreglarse, cómo comportarse, quién “ser,” cuáles intereses y actividades a qué dedicarse, cuáles amistades mantener. El propósito de fabricar un “yo virtual” es llevar al máximo nuestro sentido de ser atractivo, seguro y poderoso. Pero eso no tiene nada que ver con quiénes somos en realidad.

De vez en cuando, nos ponemos en contacto con niveles más profundos de nuestro ser y éstos son lo que se quedarán cuando se deshace el ego. Más profundo y más verídico que el “yo” virtual es la personalidad individual—el ser humano único que creó Dios. Buscando aun más profundamente, hallamos el aspecto espiritual de la entidad humana, el Yo Superior. Ese Espíritu no se limita a nuestra personalidad. Nuestro Yo Superior sobrepasa los límites de la personalidad y solapa los de Dios.

No puede haber ninguna seguridad basada en la persona virtual que pensamos que somos. ¿Cómo pudiera haberlo? Sean lo que sean las virtudes que tiene, en realidad no son las nuestras. La *verdadera* seguridad solamente se puede encontrar por medio de lo siguiente:

1. Ser de una manera auténtica el individuo único que creó Dios.
2. Sentirte la unidad con Dios y con todos los demás dentro del Yo Superior, la Essencia Espiritual.

Cuanto más profundo que es el nivel con el cual te identificas, *más* seguro te vas a sentir. Puedes estar más seguro con tu yo verdadero—la persona única creado por Dios—que jamás puedes estar con tu persona como ego. Pero estás *más* seguro dentro de tu Yo Superior, el espíritu. Todos *necesitamos* esa base espiritual bastante ancha para estar *más* seguro.

La personalidad única

Cuando hablamos de la personalidad, hablamos de la unicidad, de las diferencias. Cada individuo—el ser humano dado forma por Dios—es una preciosa creación de Dios. El valor de una persona es superior a lo que normalmente tomamos en cuenta al tratar este tema—cualidades buenas y

malas, manías personales, y cosas por el estilo. Cada persona es, en realidad, única y especial más allá de las palabras. Siempre es apropiado reconocer y apreciar eso.

El Yo Superior

La personalidad única de cada ser humano tiene valor propiamente dicho, pero más que eso, el Yo Superior brilla dentro de cada persona con un resplandor que rebasa los límites de la personalidad individual. En momentos especiales, al menos, reconocemos desde luego la hermosura Divina del Yo Superior. Sobre ello pudieras decir, “Este resplandor, que proviene de Dios, es lo que estoy permitiendo que pase a través de mi persona. Pero al mismo tiempo, también podrías decir, “Este resplandor es la parte de mi ser que *es* Dios.” ¿Hablamos de la herejía? ¡Claro que no!

*Te oigo cantar, alma mía,
pero, ¿cómo puede ser
que la voz de Dios
ya es la mía?*

—San Francisco de Asís

Aunque todo ser humano tiene una personalidad que es un ejemplo maravilloso del trabajo Divino, Dios no nos limita a ella. Así dice Él, “Tienes la oportunidad de formar parte del Gran Misterio. ¡Llegas a formar parte de Mí! Esa parte de nosotros—esa esencia—es puro Espíritu. No es individual, sino gloriosamente universal. Universal en el sentido de, “Éste es mi cuerpo; ésta es mi sangre.” Dentro de momentos de alcanzar la consciencia superior, sí *vemos*, y al llegar a esta iluminación, sí *sabemos*: “Soy todos los hombres. Soy uno con todo lo que existe.” Esto es nuestro Yo Superior.

Nosotros, los de la LLF, para expresarnos con claridad, nos referimos a ese Yo Superior como el “Yo Mismísimo.” La palabra “mismísimo” refleja que *nuestro* Yo Superior no se diferencia de *otros* Yos Superiores. Indica que el Yo—esa chispa que tenemos en común, esa chispa dentro de la cual Dios nos guarda, y dentro de la cual nos apoyamos unos a otros.

Las dos clases de auto-realización

Cuando no nos identificamos con un concepto limitado del ego, nuestra verdadera humanidad—nuestra personalidad como Dios la quiso ser—queda *libre* (libre de las ilusorias fachadas, de las limitaciones, y de las restricciones del ego). Entonces, al fin, nos podemos expresar fiel a las intenciones de Dios. Nos podemos expresar de modo verdadero, genuino e inmediato.

La vida es arte.
La vida entera del hombre consiste en la Expresión del Yo.
El individuo es una expresión de Dios.
Sufrimos si no nos expresamos.

—Perfect Liberty Kyodan [Iglesia de la Libertad Perfecta]

Cuando nuestra humanidad auténtica no se retuerce ni se esconde ni se reprime por medio de todas las restricciones que impone el ego, lo llamamos la realización de la naturaleza del yo personal.

La realización de la naturaleza del yo espiritual se extiende más allá de la realización de la naturaleza del yo personal. Incluye el campo espiritual del ser humano. Aunque la mayoría de nosotros no están acostumbrados a experimentar ese magnífico elemento extático que forma parte de nosotros, efectivamente *es* la *realidad* de nuestra naturaleza espiritual.

Las experiencias máximas de la iluminación

Nos ponemos en contacto con nuestra naturaleza espiritual durante esos momentos preciosos cuando hemos bajado la guardia y nos faltan las defensas psicológicas a las cuales, por lo común, nos aferramos, cuando no lo podemos resolver, y no lo entendemos nada. Quizás todos nosotros hemos conocido ese estado iluminado de vez en cuando. Pero probablemente no nos dimos cuenta qué era o qué valía. Y para complicar las cosas, no hay mucha duda que nos sentimos más que un poco desorientados.

Pero, como dicen, “Hay que desorientarse para *reorientarse*.” ¿Nos damos cuenta de que la desorientación Divina—cuando no nos fiamos de nuestro ser y nos sentimos desarraigados, desconcertados, y trastornados—en realidad es una oportunidad que nos da la Gracia para transformarnos? Cada vez que nuestro punto de vista habitual nos deja desorientados, la iluminación está al alcance de la mano. Sin embargo, para preservar ese estado iluminado, tenemos que persistir en mantenerlo. En tales ocasiones, si decidimos que, trágicamente, nos hemos perdido, que estamos descentrados, de repente tenemos miedo, y de inmediato tratamos de recobrar el equilibrio personal. Nos apresuramos a recuperar lo que la Gracia nos ha quitado. En tal caso, por desgracia, lo que hacemos es recuperar el viejo yo ilusorio demasiado pronto: “Ah, sí. Ése soy yo. He recuperado el “centro mio.” Ahora me encuentro conmigo mismo.” ¡Ay, así se perdió una oportunidad excelente!

Para llevarse la potencial positiva de la desorientación, necesitamos resistir la tendencia de volver a reorganizarnos en base al ego. Podemos quedar libres

solamente si podemos vivir sin los conceptos y límites viejos: “Los pájaros tienen sus nidos, los zorros tienen sus madrigueras, pero el hijo del Hombre no tiene donde descansar la cabeza.” ¡Ah, qué bonita es la libertad!

La *iluminación* existe más allá de la personalidad individual. Forma parte del Espíritu. La iluminación es una condición llena de maravillas, un estado dichoso de la Ignorancia Divina: ¡Tu mente inferior no sabe quién eres! En este mundo material de cada día, lo que crees saber será menos que la realidad misma de la iluminación. Así, la solución consiste en no volver a tratar de definir todo, ¡en particular *el yo tuyo!* Si no vuelves a fabricar un yo ilusorio, entonces el Hecho Fundamental queda claro y obvio: Te quedas unido a Dios.