

# Matar al ego

por Emilio J. Gómez | 25 de marzo de 2019

---

"Matar al ego". Cuánta agresividad innecesaria contiene esta expresión tan habitual en algunos ámbitos espirituales. Y cuanto esfuerzo se realiza por "eliminar" aquello que sencillamente no existe, que es una ficción, una ilusión, una entelequia.

Cuanto más y mayores son los esfuerzos por matar al ego ¿acaso no sucede el resultado contrario? Que se lo refuerza más, se le hace más fuerte. Desde lo alto de su cumbre el ego parece decirnos: "si seré importante que no cesan de ocuparse de mí".



En erradicar al ego hay también un juego muy sutil de la mente, pero sobre todo del propio ego que ve en su intento de eliminación un magno instrumento de supervivencia, al cual se aferra con denodados esfuerzos a través de técnicas y filosofías, e incluso de tradiciones.

## Comprensión y conocimiento

Desde luego que no es manteniendo una campaña abierta contra el ilusorio enemigo como se va a reconquistar la percepción de nuestra auténtica y común naturaleza, sino a través del conocimiento y la comprensión. Tal comprensión sobreviene a través de la propia experiencia. Y la experiencia emerge de la práctica espiritual que se realice. Podría ser de otra manera, pero no lo es.

En primer lugar, es suficiente con saber que el ego es ilusorio. Simplemente con saber esto —y aceptarlo— ya se inicia un proceso inevitable de desidentificación. De alguna manera, en nuestro interior lo sospechamos, pero la dinámica propia de la vida, con su cascada de impresiones y constante demanda de actividad ha retrasado la posibilidad de investigar a fondo sobre la existencia real de tal ilusión.

A través del conocimiento sobreviene la semilla de la desidentificación, la cual germina de forma lenta, casi imperceptible, pero más pronto que tarde con resultados evidentes. A fin de cuentas, la comprensión no depende del tiempo, ni tampoco sobreviene con él. Lo cierto

es que a través de la comprensión y el conocimiento la ilusión del ego cada vez tendrá menos fuerza, menos poder y también menor influencia.

## Consecuencias inevitables

¿Qué consecuencias traerá la comprensión y el conocimiento? El establecimiento en el Ser. Aquello que siempre se ha sido, se es, e incluso después de abandonar el cuerpo se seguirá siendo. Ese estado íntimo, profundo y nuclear de ser que, de una u otra manera, siempre hemos sabido, pero que en la demanda de lo cotidiano hemos olvidado al proyectarnos en el mundo exterior en busca de una supuesta seguridad y supervivencia.

Es preciso saber y conocer por experiencia la falacia que es el ego debido al profundo e innecesario sufrimiento que genera a la esencia. Una vez sabido ¿qué sentido puede tener continuar concediéndole energía? El ego se disolverá como lo que es: volutas de humo en el éter. Y en el espacio de la Conciencia pura que nos hermana tan solo quedará silencio, paz y amor. Y quizás, ni tan siquiera eso.

**Emilio J. Gómez** es profesor de Yoga y autor del libro: *Silencio Interior - Ensayo sobre meditación* .

*Silencio Interior - Escuela de Silencio*

[info@silenciointerior.net](mailto:info@silenciointerior.net)

[www.silenciointerior.net](http://www.silenciointerior.net) (<http://www.silenciointerior.net/>)

© 2019, Emilio J. Gómez



[Colaboraciones](#) | [Ensayos](#) | [Entrevistas](#) | [Charlas](#) | [Diálogos](#)

---

© NODUALIDAD.INFO

Web page design and custom graphics © 2018 troman.com