

Desalojar el ego y el narcisismo



Los budistas tienen un pequeño axioma que explica de nosotros mismos más de lo que nos gustaría. Dicen que puedes entender la mayor parte de lo que está mal en el mundo y dentro de ti mismo por el hecho de mirar una foto de grupo. Invariablemente, mirarás primero cómo te sacaron, antes de mirar si esa es una buena foto del grupo o no. Básicamente, estimamos la calidad de las cosas en base a cómo actuamos.

René Descartes debe de estar sonriendo. Empezó su indagación filosófica con la pregunta: ¿Cuál es la única cosa que resulta invariable? ¿Cuál es la única cosa, con toda seguridad, de la cual podemos estar ciertos? Su respuesta es su famoso dicho: *¡Pienso, luego existo!* Posteriormente, lo que nos es más real es nuestra propia consciencia. Y es tan obsesivamente real que, hasta que podamos encontrar una madurez más allá de nuestros instintos naturales, nos encierra en una cierta prisión. ¿Qué prisión? Los psicólogos lo llaman narcisismo, una excesiva auto-preocupación que nos mantiene fijados en nosotros mismos y en nuestras preocupaciones privadas y pesares idiosincrásicos. Como el comentario budista sobre la foto de grupo, nos preocupamos poco sobre cómo actúan los otros; nuestro foco está antes de nada en nosotros mismos.

Y esta condición no es algo pueril que puede ser borrado por el hecho de afirmar ostentosamente que hemos crecido, pasamos del ego y somos altruistas. El ego y su hijo, el narcisismo, no desaparecen simplemente porque nos consideremos maduros y espirituales. Son incurables porque son una parte innata de nuestro modo de ser. Además, no tienen intención de marcharse, ni son, en sí mismos, un

defecto moral. Nuestro ego es el centro de nuestra personalidad consciente, parte de nuestro modo de ser sustancial, y todos nosotros necesitamos un fuerte ego para permanecer bien juntos, sanos, sanamente auto-protectores y capaces de dar de uno mismo a otros.

Pero, normalmente, eso causa una especie de sobresalto a la gente cuando alguien sugiere que ciertas personas importantes y espirituales tienen fuertes egos. Por ejemplo, Francisco de Asís, Teresa de Ávila, Teresa de Lisieux y Madre Teresa, a pesar de toda su humildad, tenían fuertes egos, a saber, tenían un claro sentido de su propia identidad, su propio talento y su propia importancia. Sin embargo, en cada caso, tenían también el fuerte sentido concomitante de que sus personas y talentos naturales no nacían con ellos mismos ni estaban destinados a ellos. Más bien, al igual que el propio sentimiento de Israel como pueblo escogido, ellos tenían claro que la fuente de su talento era Dios y que sus dones no estaban proyectados para ellos mismos sino para otros. Y en eso radica la diferencia entre tener un fuerte ego y ser un egoísta. Un egoísta tiene un fuerte ego y está agraciado con talento, pero se considera a la vez creador y objetivo de ese don. Por el contrario, las grandes personas tienen fuertes egos pero siempre están conscientes de que su talento no viene de ellos sino que es algo que pasa a través de ellos como un don para otros.

La finalidad de la madurez no es entonces matar el ego sino más bien tener un ego sano, uno que esté integrado en una identidad más amplia que tenga relación exactamente con la foto de grupo. Pero venir a esa madurez es una lucha que nos dejará, con demasiada frecuencia, en inflación (demasiado llenos de nosotros mismos y demasiado inconscientes de Dios) o en depresión (demasiado vacíos de nuestro propio valor y demasiado inconscientes de Dios).

La madurez y la santidad no estriban en matar o denigrar el ego, como a veces se expresa en espiritualidades bien intencionadas pero mal aconsejadas, como si la naturaleza humana fuera el diablo. El ego es integrante y crítico con nuestro natural modo de ser, parte de nuestro instintivo ADN. Necesitamos un ego sano para ser y permanecer sanos. Así el propósito no es nunca matar o denigrar el ego sino más bien concederle su papel propio y maduro, esto es, mantenernos sanos, en contacto con nuestros dones y en contacto con la fuente y el propósito de esos dones.

Pero esto sólo puede ser llevado a cabo paradójicamente: Jesús nos dice que sólo podemos encontrar la vida perdiendo nuestras vidas. Una famosa oración atribuida a Francisco de Asís da a esto su expresión clásica y popular: *Oh, divino Maestro, concédeme que no busque tanto ser consolado como consolar; ser comprendido como comprender; ser amado como amar: Porque es dando como recibimos; es perdonando como somos perdonados y es muriendo a nosotros mismos como nacemos a la vida eterna*. Sólo negando nuestro ego podemos tener un ego sano.

Finalmente, algo de sabiduría sobre el ego del maestro taoísta Chuang Tzu: Si estás cruzando un río en un pequeño bote -dice- y otro bote choca contigo, te enfadarás si hay alguien que dirige el timón de ese bote incontrolado; pero no experimentarás esa misma ira si el bote está vacío. ¿Por qué, pues, no te enfadas? Chuang Tzu responde: Una persona que ha dejado ir de sí el ego “no deja ninguna huella”. Esa persona no causa la ira en otros.

Ron Rolheiser (Trad. Benjamín Elcano)

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/desalojar-el-ego-y-el-narcisismo