

El olvido del Ser

por Eckhart Tolle | Extracto de: UN NUEVO MUNDO, AHORA



El ego es siempre identificación con la forma, buscarte —y por lo tanto perderte— en alguna forma. Formas no son solo los objetos materiales y los cuerpos físicos. Más fundamentales que las formas externas —objetos y cuerpos— son las formas de pensamiento que surgen constantemente en el campo de la conciencia. Son formaciones de energía, más sutiles y menos densas que la materia física, pero aun así son formas. Lo que tú puedes percibir como una voz dentro de tu cabeza que nunca para de hablar es la corriente de pensamiento incesante y compulsivo. Cuando cada pensamiento absorbe por

completo tu atención, cuando estás tan identificado con la voz de tu cabeza y las emociones que la acompañan que te pierdes en cada pensamiento y en cada emoción, entonces estás totalmente identificado con la forma y, por lo tanto, en las garras del ego. El ego es un conglomerado de formas de pensamiento recurrentes y pautas mentales y emocionales condicionadas a las que conferimos un sentido del "yo". El ego surge cuando nuestro sentido del Ser, del "yo soy", que es conciencia sin forma, se enreda con la forma. Esta es la consecuencia de la identificación: el olvido del Ser, el error primordial, la ilusión de separación absoluta que convierte la realidad en una pesadilla.

Más allá del ego: la verdadera identidad

Cuando el ego está en guerra, no es más que una ilusión que lucha por persistir. Esa ilusión cree que es tú. Al principio no es fácil estar ahí como la Presencia testigo, sobre todo cuando el ego está en modo de supervivencia o se ha activado alguna pauta emocional del pasado, pero en cuanto has tenido ocasión de probarlo, el poder de tu Presencia crecerá y el ego aflojará su presa sobre ti. Y así surge en tu vida un poder que es mucho más grande que el ego, más grande que la mente. Lo único que hace falta para liberarse del ego es ser consciente de él, porque la conciencia y el ego son incompatibles. La conciencia es el poder oculto tras el momento presente. Por eso también podemos llamarlo Presencia. El propósito último de toda existencia humana es traer ese poder al mundo. Y por eso no puede convertirse la liberación del ego en un objetivo que se espera alcanzar en algún momento futuro. Solo la Presencia puede liberarte del ego, y tú solo puedes estar presente ahora, no ayer ni mañana. Solo la Presencia puede deshacer el pasado en ti y así transformar tu estado de conciencia.

¿Qué es la conciencia espiritual? ¿Crear que eres espíritu? No, eso es un pensamiento. Está un poco más cerca de la verdad que el pensamiento que cree que tú eres quien dice tu certificado de nacimiento, pero sigue siendo un pensamiento. La conciencia espiritual consiste en ver claramente que lo que percibimos, experimentamos, pensamos o sentimos no es lo que somos, que no podemos encontrarnos a nosotros mismos en todas esas cosas que son pasajeras. Probablemente, Buda fue el primer ser humano que vio esto con claridad, y por eso el *anata* (el "no yo") se convirtió en uno de los puntos centrales de su enseñanza. Y cuando Jesús dijo "Niégate a ti mismo", lo que quería decir era: niega la ilusión del yo (y así la desharás). Si el yo —el ego— fuera verdaderamente lo que soy, sería absurdo "negarlo".

Lo que queda es la luz de la conciencia, en la que van y vienen las percepciones, experiencias, pensamientos y sentimientos. Eso es el Ser, ese es el yo auténtico y profundo. Cuando me conozco de ese modo, lo que ocurre en mi vida ya no tiene importancia absoluta, solo relativa. Lo acepto, pero pierde su seriedad absoluta, su peso. En definitiva, lo único que importa es esto: ¿puedo sentir en todo momento mi Ser esencial, el Yo Soy, en el fondo de mi vida? Para ser más precisos, ¿puedo sentir el Yo Soy que soy yo en este momento? ¿Puedo sentir mi identidad esencial como la conciencia misma? ¿O me estoy perdiendo en lo que ocurre, en la mente, en el mundo?

Conciencia

La conciencia ya es consciente. Es lo no manifestado, lo eterno. El universo, en cambio, solo se va volviendo consciente poco a poco. La conciencia en sí misma es intemporal y por lo tanto no evoluciona. No nació y nunca morirá. Cuando la conciencia se convierte en el universo manifestado, parece estar sometida al tiempo y experimentar un proceso evolutivo. Ninguna mente humana es capaz de comprender plenamente la razón de este proceso. Pero podemos vislumbrarlo dentro de nosotros mismos y convertirnos en participantes conscientes en ello.

La conciencia es la inteligencia, el principio organizador que hay detrás de la aparición de la forma. La conciencia ha estado preparando formas durante millones de años para poder expresarse por medio de ellas en lo manifestado.

Aunque se podría considerar que el reino no manifestado de la conciencia pura es otra dimensión, no está separada de esta dimensión de la forma. La forma y lo sin forma se interpenetran. Lo no manifestado fluye en esta dimensión como conciencia, espacio interior, Presencia. ¿Cómo lo hace? Mediante la forma humana que se hace consciente y de ese modo cumple su destino. La forma humana fue creada para este propósito superior, y millones de otras formas le prepararon el terreno.

La conciencia se encarna en la dimensión manifestada, es decir, se hace forma. Cuando lo hace, entra en un estado como de sueño. La inteligencia permanece, pero la conciencia se vuelve inconsciente de sí misma. Se pierde en la forma, se identifica con las formas. Esto

se podría describir como el descenso de lo divino a la materia. En esa fase de la evolución del universo, todo el movimiento hacia afuera tiene lugar en ese estado como de sueño. Los despertares momentáneos llegan solo en el momento de la disolución de una forma individual, es decir, en la muerte. Y entonces comienza la siguiente encarnación, la siguiente identificación con la forma, el siguiente sueño individual que forma parte del sueño colectivo. Cuando el león desgarrar el cuerpo de la cebra, la conciencia que se encarnó en la forma de la cebra se separa de la forma que se disuelve y, durante un breve momento, es consciente de su naturaleza inmortal esencial de conciencia. E inmediatamente vuelve a caer en el sueño y se reencarna en otra forma. Cuando el león se hace viejo y ya no puede cazar, con su último aliento llega de nuevo una brevísima vislumbre de despertar, seguida por otro sueño de la forma.

En nuestro planeta, el ego humano representa la fase final del sueño universal, la identificación de la conciencia con la forma. Fue un paso necesario en la evolución de la conciencia.

El cerebro humano es una forma sumamente diferenciada, a través de la cual entra la conciencia en esta dimensión. Contiene aproximadamente cien mil millones de células nerviosas (llamadas neuronas), aproximadamente el mismo número de estrellas que hay en nuestra galaxia, que se podría considerar un cerebro microcósmico. El cerebro no crea conciencia: al contrario, la conciencia creó el cerebro, la forma física más compleja de la tierra, para expresarse. Cuando el cerebro sufre daños, eso no significa que se pierda conciencia. Significa que la conciencia ya no puede utilizar esa forma para entrar en esta dimensión. No se puede perder conciencia porque, en esencia, eso es lo que somos. Solo se puede perder algo que se tiene, pero no se puede perder lo que se es.

Fuente: *Eckhart Tolle. UN NUEVO MUNDO, AHORA (Grijalbo, 2006)*



[Libros](#) | [Extractos](#) | [Recomendados](#)