

## Los tres niveles del Yo

Una de las preguntas básicas que abren las puertas al crecimiento personal o al camino



espiritual es acerca del

Yo y de lo que uno es.

Habitualmente uno no

se pregunta ¿quién soy yo? pero en momentos de crisis o de cambio, en momentos de mayor



sensibilidad o

ante los reveses del

destino aparece

una seria duda sobre lo que somos o sobre lo que hacemos en este mundo. Al abordar esta pregunta conscientemente tendríamos que matizar pues de lo que se trata es de ver qué hay de uno en lo que uno cree que es, pues no siempre coincide la percepción de uno mismo con lo que realmente somos. Y es que hay una evidencia para todos, la separación entre el sentimiento profundo de lo que uno es y la representación de ese sentimiento.

Pero, vayamos por partes.

A veces el término Yo se utiliza desde diferentes ámbitos de forma muy diferente, y la palabra ego utilizada desde el psicoanálisis o la psicología también tiene diferentes interpretaciones. Casi es mejor utilizar, para el caso que nos ocupa, el término de carácter, o ser muy precavidos al hablar de yo, de ego.

Entonces, ¿es nuestro carácter lo que realmente somos?. El vocablo griego charaxo

significa lo que está grabado, condicionado (lo que permanece constante en una persona). Y lo que está grabado es lo que ha grabado el mundo, nuestros padres, nuestras identificaciones. Si en realidad venimos a este mundo con una esencia, con una impronta tal vez sospechemos que no debe de estar propiamente en el carácter.

El concepto de personalidad es mucho más claro. Personalidad viene de persona, vocablo latino que quiere decir máscara. Y ya sabemos que toda máscara esconde un rostro original. En el teatro griego las máscaras eran muy apreciadas porque hacían dos funciones principales. Una, la de amplificar la voz pues la máscara era una caja de resonancia. Otra, la de dar forma definida a la expresión para que los espectadores lejanos pudieran captar esa expresión. Por supuesto que cuando se acababa la función las máscaras se dejaban en el baúl hasta la próxima función.

Esta imagen es muy útil para entender la diferencia entre la personalidad y la esencia. La personalidad, y por extensión el ego, es la que da forma a la expresión del ser, que amplifica su expresión, que la ajusta al mundo. Pero está claro que esa forma no es propiamente lo que somos, aunque habríamos de decir también que la forma es un reflejo, o recuerda a la esencia.

Esto lo podemos entender con una imagen astrológica y astronómica. En el ascendente el sol y la luna aparecen más grandes. No es que estén más cerca pero el ojo recrea un efecto visual pues la referencia del horizonte hace que en la mente se vea más grande que en el cenit. En todo caso es un imagen ilusoria. Cuando el sol o la luna

cruzan el horizonte parecen que estuvieran diciendo ¡Ey! Que estoy aquí, miradme! Esta imagen ilusoria, esta llamada de atención es la personalidad, y el impulso es el Ser, el ser que somos se entiende. El problema está en la confusión entre esos dos planos que deben estar interrelacionados.

Para ser uno necesita agarrarse a una forma de la misma manera que la música necesita el soporte de un instrumento pero la música no es el instrumento, sólo su medio.

Cuando un niño es pequeño se muestra de forma instintiva y natural, es polimorfo, potencialmente puede ser muchas cosas pues no tiene todavía una estructura definida. Entre los 4 y los 6 años bajo la influencia del medio, de los padres y la sociedad, el niño comienza a estructurar una personalidad que le permite sobrevivir.

Si esa forma que estructura es frágil o inadecuada sufrirá porque le aplastará el mundo, pero si hay demasiada estructura, demasiada defensa conquistará el mundo pero aplastará lo sutil y el alma se secará. No habrá oídos para el mundo interno sólo para los reclamos externos. En ese equilibrio nos movemos todavía de adultos.

Si bien ese carácter fue una defensa en su momento ante la carencia, la falta de reconocimiento y de amor, más tarde se vuelve en contra nuestro.

En realidad todo esto es mucho más complejo pues no hay un sólo Yo, sino muchos. Distintas personalidades en un solo cuerpo. Muchos complejos que son personalidades parciales, que parecen tener su propia vida (de golpe sale el intolerante como el

apaciguador).

El Yo que conocemos no es más que otra personalidad, pero la que tiene más continuidad, la que se muestra más estable, pero también la personalidad más tirana. Así, detrás de un ego inflado en realidad existe una carencia, detrás de una prepotencia intuimos que hay una larvada impotencia.

Tendríamos que percibir el carácter como un sedimento con múltiples capas de vivencia, carencias, fijaciones, deseos, compensaciones, etc. Por eso decimos que la autoidentidad es una síntesis de muchas cosas. Lo que uno cree que es, es la suma tanto de la visión que uno tiene de sí mismo como de la visión de los otros sobre nosotros.

Pero vayamos a ver cuál es la función que nos tiene reservada la vida para este ego, carácter o personalidad. Y aprovechemos el rico lenguaje simbólico que la tradición ha reflejado a través de los arcanos del Tarot.

### **Primer nivel del Yo: El Ego, el Mundo**

La función del ego se muestra simbólicamente en el Carro. S.M. Su Majestad, coronado y ataviado por ínfulas de poder (como se sueña todo ego) maneja un carro de dos ruedas sin riendas. Esta destreza del ego para llevar el carro al confín del mundo es propia de esta función egoica que debe manejar y manejarse en el mundo.

El mundo requiere control para no caer en peligros, habilidad para moverse entre intereses, poder para imponer nuestros

deseos, estrategias para llevarlos a cabo. Pero el control no es más que una ilusión. Por eso ser un buen conductor es conveniente para sobrevivir en un mundo social.

Lo que nos dice la carta es que hay que aprender a domeñar las fuerzas instintivas para poder convivir en sociedad (el Carro controla a los dos caballos). Sin embargo estas fuerzas están constreñidas bajo un barniz de civilización, en algún momento pueden desbocarse y tumbar el carro. Es diferente a la imagen de la Fuerza cuya relación con el león, con la parte instintiva, es de intimidad y de sublimación pero no de represión.

Ahora bien, el ego es adecuado para las conquistas externas pero ciego para el viaje interno. El problema del Carro es creer que uno es sólo la ola y que no tiene nada que ver con el océano del cual surge.

La misma carta nos habla de los peligros del ego. Separación del mundo instintivo (en cuanto hay un carro que divide), desconexión del cielo abierto, cielo espiritual (a través de un toldo que separa). Esta división, escisión o separación está en todo ego que no se hace permeable a su propio interior.

En realidad las conquistas del ego son conquistas vacías que no dejan satisfacción. Y después de la siguiente conquista ¿qué?, pues otra conquista, y así indefinidamente hasta que aparece un cansancio, un desánimo, hasta que uno pierde la ilusión y mira hacia dentro, hacia otro llamado más profundo.

La imagen más real del ego nos la da la

carta de la Rueda de la Fortuna. Ahí se observan tres personajes monstruosos que son como personas simiescas, mitad humanos, mitad animales. Es cierto que a veces la tradición ha simbolizado a la mente como un mono inquieto enjaulado que no para de dar vueltas. En realidad el ego aparece ante el mundo como humano pero no es todavía humano pues no tiene alma, es simiesco. El Ego es una función de la mente un complejo positivo de nuestra estructura mental de funcionamiento pero realmente no es humano.

A la vez la carta nos lo muestra atado a la Rueda, rueda de vida, de acontecimientos que no paran. Rueda que da vueltas y vueltas sin parar y que desde el estar encadenado a su movimiento parece que la rueda gira trayendo novedades aunque en realidad la rueda gira y gira volviendo a traer siempre lo mismo. Creemos que vamos a ganar, por fin somos triunfadores, pero como la rueda sigue girando uno va para abajo. El quiero reino y tengo reino se transforma en un pierdo reino.

Todos los puntos están a la misma distancia del centro, todas las situaciones buenas o malas apuntan a un significado, a una comprensión. Para ello la Rueda nos hace una invitación: en el centro de la rueda no hay movimiento aparente, uno está en su centro.

En todo caso hay que dar un salto de nivel, este Ego, este primer Yo busca desesperadamente seguridad, escapar a la muerte, a los cambios, rechazando lo diferente, expiando las culpas, proyectando fuera los propios demonios. La espiral es una espiral de codicia, odio, ilusión (los tres venenos que nos recuerda el budismo). Un deseo extremo, un rechazo extremo y una

inconsciencia extrema por desconexión.

### **Segundo nivel del Yo: La Psique, el Alma**

Este cambio de nivel el tarot lo representa con el arcano XIII, el arcano de la Muerte. La guadaña corta cabezas, manos y pies, corta lo visible, lo que está en contacto con el mundo, es decir, la imagen. Se deshace del ego y se queda con lo esencial, con el esqueleto, con lo más inmortal que hay en nosotros. Este cambio brusco es una profunda transformación, una orientación radicalmente diferente.

Quizás también nos avisa que hemos de hacer un enfrentamiento con la muerte pues sin la aceptación de ella no es posible vivir plenamente. Expoliando a la muerte uno, el ego, se debate entre el peso del pasado y la esperanza del futuro, quedando atrapado entre la maraña de lo que fuimos y la especulación de lo que queremos ser sin vivir lo real que es el momento presente. Hay que aceptar la muerte y tenerla como aliada, como elemento de transformación. La idea de que somos algo fijo es propio de la ilusión del ego.

Por eso la carta siguiente la Templanza nos dice que *nanai*, que no somos nada fijo, si acaso somos un flujo que va de un jarro a otro, que va de lo consciente a lo inconsciente, de lo femenino a lo masculino, de lo interno a lo externo, pero un flujo (un fluido sin color, reflejando la esencia).

El agua se adapta por naturaleza a todo lo que hay, esto significa que en verdad ese Uno Mismo es como un agua que abraza todo

lo que le rodea, que lo sumerge, que lo empapa, es decir que no está separado de la cosa, del otro. Que no siente tan claramente las fronteras entre un tú y un yo.

Hemos ido a un centro más profundo y hemos conectado con un ángel. Ese ángel siempre había estado ahí pero no conocíamos su lenguaje, no lo veíamos. Ese ángel es la parte benéfica de nuestro inconsciente. Inconsciente importantísimo donde reside la energía vital, donde están nuestros sueños, donde duerme nuestra alma.

Y es que, por poner una imagen, para que la luz del faro pueda iluminar es necesario el edificio del faro, el farero, el montículo donde se inserta, aunque para la luz de ese faro todo quede en las sombras. Es importante comprender que nuestro inconsciente contiene toda la sabiduría de la evolución y eso nos sostiene, nos alimenta, nos protege.

Por fin nos podemos dejar flotar, confiar en la vida. El ángel parece decirnos, ten paciencia, hay fuerzas inconscientes que actúan dentro de ti. Nos dice que tenemos alas para sobrevolar por encima de las cosas. Es la comprensión de que el Ego no tiene fuerzas de elevación, por eso en esta carta el Ego (el personaje) ha desaparecido (de momento).

En esto comprendemos que ser uno mismo no es ser como los otros ni lo contrario de los otros, sino tú mismo.

La imagen más clara del reencuentro con el alma, nos lo muestra el Tarot en la Estrella. ¿Cómo es esta alma? Una mujer desnuda como símbolo de que el alma es

desnuda y no tiene doblez. Arrodillada porque el alma participa humildemente de lo que le rodea, en señal de fe como apertura al presente. Y es que el alma no hace más que regar, fecundar todo lo que le rodea, de nutrir lo que previamente se ha sembrado.

En esa etapa sentimos que se amplía nuestra sensibilidad. Ya no hay necesidad de resistirse. El alma es ese pájaro que trina celebrando la creación a punto de iniciar el vuelo.

El alma es la mediadora, ni el Yo ni el inconsciente sino lo que posibilita el diálogo (la isla y la península aparentemente están separadas pero en el subsuelo están unidas).

El alma sabe lo que necesitamos. El alma no es el inconsciente pero se manifiesta a través de él. El alma es la personificación de ese inconsciente, es un símbolo, es lo opuesto al Yo.

La verdad es que no puedes hacer lo que quieras con tu vida tienes que aceptar lo que necesita el alma. Y el alma se expresa a través de imágenes, de símbolos.

### **Tercer nivel del Yo: El Espíritu, el Alma del mundo.**

Pues bien ese personaje que primeramente aparecía ataviado con símbolos de poder, y que después desaparecía en brazos de un ángel mostrando sólo el fluir, ahora renace. En el Juicio este personaje que es el Yo ya no está de frente sino de espaldas (es anónimo), ya no está sobredimensionado

sino tiene medida humana (hay que perder la importancia personal), no está vestido sino desnudo y no está sólo sino en compañía. No sólo hace un diálogo con lo que le rodea por dentro y por fuera sino que mira, por primera vez, hacia lo alto, respondiendo a un llamado.

Es el momento donde se da la comprensión de que la existencia es el despliegue de un mensaje, de una música a la que hay que estar atentos.

Y llegamos al tercer centro. No sólo teníamos que ir de fuera hacia dentro como decía San Agustín, sino también teníamos que ir hacia arriba. El Mundo, el Alma encuentran su refugio en el Espíritu. Es como si después de descubrir que hay un corazón en la relación con el mundo, con los demás (el alma) tuviéramos que aceptar que existe todavía el corazón del corazón, y eso es el Espíritu.

Y esta última carta que es el Mundo nos encontramos con el Alma del Mundo que representa el ser que somos, un ser andrógino que ha dominado y trascendido los opuestos. Y este ser andrógino danza. Danza con todos los elementos, integrando las polaridades y haciéndolas creativas. Pues el Espíritu siempre está en movimiento como lo indica el velo vaporoso y sutil que le envuelve.

Lo importante de este mensaje es que al final del recorrido, en el último estamento de lo que somos no nos encontramos con un paraíso sino nos encontramos con el mundo, con la realidad tal y cual es cuando de veras hemos despertado. En realidad no había que ir más lejos ni subir más cumbres, ni despertar más poderes sino ser

lo que siempre hemos sido.

Jung diría que estamos integrados en un inconsciente colectivo cuyo centro es el sí mismo. También diría que nada cura que no sea la verdad de uno mismo.

Julián Peragón

---