

Consejos para despertar a la lucha contra el ego

□ Es la naturaleza humana el agradecerle a quien ha sido clemente. Reflexiona y aprecia los favores visibles e invisibles que el Todopoderoso nos otorga. Ni todas las creaciones de Dios podrían proveer una fracción de una generosidad así.

□ Medita sobre el aire que respiramos día y noche, y del cual depende nuestra existencia y la existencia de todos los seres vivos. Casi todo perecería al ser desprovisto de ese aire tan solo por unos pocos minutos. ¡Qué regalo de Dios más precioso! Si todos los hombres del mundo trabajasen juntos para crear una maravilla así, no podrían lograrlo. Del mismo modo, reflexiona sobre otros tantos regalos de Dios, como los sentidos externos de la vista, el oído, el gusto, el olfato, el tacto, y las facultades internas como el pensamiento, la imaginación, y la razón, cada uno de los cuales conlleva ilimitados beneficios y es otorgado por Nuestro Señor. Él es el Creador y Rey de este vasto universo. El ser humano, una creatura que gatea por uno de los más pequeños planetas es incapaz de comprender su propia vecindad, cuyo Sol no puede siquiera compararse con las estrellas de otras innumerables galaxias. Nuestro sistema solar es insignificante al lado de muchos otros sistemas planetarios, que hasta este día es esconden de los poderosos telescopios de los grandes exploradores e investigadores. Medita sobre el cerebro humano - ¡qué fascinante creación es! Los esfuerzos combinados de todos los seres humanos no pueden crear una sola neurona (célula cerebral) viva, de las que el Dios Todopoderoso ha creado y crea todo el tiempo. Con seguridad, este cerebro otorgado por Dios merece ser solo el asiento de buenas ideas divinamente inspiradas, y no de pensamientos negativos.

□ Todo ser vivo en este Universo se encuentra en el espectro de Su mirada divina, así es que recuerda a Dios y todos Sus favores, y procura no desobedecer Sus indicaciones. Él atiende a todas nuestras necesidades sin tener ninguna necesidad de ser adorado. El que sigamos Sus guías o no, no le causa a Dios ninguna diferencia. Es por nuestro propio beneficio que Él ha ordenado el bien y prohibido lo indecente. Domina las ideas satánicas y convierte las esferas de tu mente en un territorio divino expulsando las fuerzas malas y dando morada a invitados divinos, para que Dios de ayude y proteja ante los peligros que te amenazan en esta batalla. No busques expectativas en otros salvo en Dios. Con profunda humildad y todas las lágrimas que puedan ofrecer tus ojos, ora a Dios y busca Su asistencia para resultar victorioso en esta crucial batalla contra el ego.

Conclusión:

□ El Emam Ali (a) ha dicho: “Quien lucha contra sí mismo para obedecer a Dios es, en los ojos de Dios, del mismo estado que un mártir piadoso.” [Al-Amidi, *Ghurur ul Hikam wa Durar ul Kalim*, hadith # 3546]

Para investigar más sobre el Islam auténtico, visita:

<http://al-islam.org/faq/>

... Por el alma y Aquel que la ha perfeccionado, y luego inspirado a comprender lo que es malo y lo que es bueno para ella. Verdaderamente es exitoso quien la purifica.

(Qurán, 91: 7-9)

El Emam Ja'far al-Sadiq (a) ha dicho: “El Profeta (s) de Dios envió un contingente del ejército (al frente de batalla). Luego de su exitoso retorno, dijo: ‘Benditos sean aquellos que han realizado el *jihad* menor y han de realizar el *jihad* mayor.’ Al ser preguntado, ‘¿Cuál es el *jihad* mayor?’ el Profeta (s) respondió: ‘El *jihad* de sí mismo (la lucha contra el ego)’”.

[Al-Majlisi, *Bihar al-Anwar*, vol. 19, p. 182, hadith 31]

Méritos del alma...

La lucha contra el Ego

(jihad al-nafs)

El alma humana es el escenario de una lucha entre dos potencias que compiten. La potencia divina la atrae hacia las esferas celestiales, y la inspira a las buenas acciones. La potencia satánica la tienta hacia los dominios de la oscuridad y la deshonra, y la invita a las malas acciones. Cuando sienta el predominio de las fuerzas divinas, la persona emerge como un ser de virtud y bendito, en compañía de profetas, santos y de los piadosos. Pero cuando permite el dominio de las fuerzas satánicas, la persona se vuelve rebelde y viciosa, uniéndose a infieles, opresores, criminales y aquellos que están malditos.

¿Qué es la lucha contra el ego?

Jihad al-nafs es la lucha contra las ideas y deseos de inspiración negativa, así como contra las potencias de la lujuria, la ira, la imaginación insaciable, sometidos a los dictados de la razón y de la fe en obediencia a la guía de Dios y, finalmente, la purga de todas las ideas e influencias satánicas del alma. Esta lucha se considera como la lucha mayor (*al-jihad al-akbar*) pues es mucho más difícil que la lucha en el campo de batalla. En la lucha contra el ego, una persona debe constantemente luchar contra enemigos que se hospedan al interior de la propia existencia. Las enseñanzas de la ética Islámica apuntan a que aquel que es victorioso en esta lucha puede elevarse sobre y más allá del nivel de los mismos ángeles, y aquel que falla en esta lucha descenderá a un nivel más bajo que el que ocupan los animales, y puede incluso llegar a contarse entre las legiones demoníacas.

Los pasos de la lucha contra el ego

□ Paso 1: *Reflexión*: Cada día debiese uno dedicar algún tiempo para contemplar sus deberes para con Dios, Quien lo ha traído a esta existencia, lo ha provisto de un cuerpo y cerebro, y lo ha equipado con intelecto y capacidades, todas las cuales son fuentes de placer y felicidad en su vida. Envío también Dios profetas y Su Libro Sagrado como medios de guía y salvación. El fin de esta existencia y el propósito de todas estas bendiciones es más noble que seguir deseos mundanos y tendencias negativas que son efímeras y temporales. La muerte puede tocar la puerta en cualquier momento. Este mundo es un lugar para llevar a cabo buenas acciones que resultan en la felicidad permanente y llevan a la persona a una esfera más elevada de la existencia. Una persona debiese pues reflexionar sobre su destino y su impotencia de cara al tiempo y la edad que transcurren. Debiese arrepentirse ante Dios por los preciosos años de vida perdidos y por los actos pasados que le traerán deshonra en el día del juicio. Debiese entonces comenzar su lucha para elevarse sobre su estado de miseria y pedir ayuda a Dios para que la bendiga con esperanza, sinceridad, y fuerza para hacer frente a las tendencias satánicas y los rasgos negativos de su carácter, para encumbrarse más allá de los placeres materiales y de las ganancias mundanas.

□ Paso 2: *Voluntad y resolución*: Una firme resolución es la esencia de la humanidad y un requisito básico para conseguir liberarse del dominio de los malos deseos. La voluntad que se requiere en esta etapa es sinónimo de sentar la base para una buena vida. El guerrero en esta batalla contra el ego debiese buscar limpiarse de pecados, realizar todos los actos obligatorios (*wajib*), hacer una intención de compensar por los días perdidos (en pecado) y, finalmente, decidirse a comportarse como una persona religiosa racional y como un verdadero ser humano. Sus modales debiesen ser una imitación de la vida del Profeta (s), y debiese seguir al Profeta (s) en todas sus abstinencias y decisiones. Nada de esto puede lograrse a menos de que aprenda las leyes de la *Shari`ah* y las siga con fidelidad.

□ Paso 3: *Auto-examinación, evaluación y crítica*: Luego de hacer un compromiso para volverse una persona con poder de voluntad y resolución, debe comprenderse que la Otra Vida es el lugar donde sus secretos se pondrán sobre la mesa. Por ello, la persona debe evaluarse a sí misma diariamente, para deshacerse de todos los malos

hábitos y deseos, para adquirir un carácter humano más noble, y para realizar mejores actos que antes. Debe darse cuenta que cometer pecados lo extrae de la noble esencia de la humanidad y debiese orar a Dios por Su ayuda y por la intercesión del Profeta (s) y los miembros de su Hogar (a).

□ Paso 4: *Auto-condicionamiento*: La resolución y la auto-evaluación de los pasos anteriores debiesen formar en sí mismos compromisos específicos hacia el auto-condicionamiento. Por ejemplo, aquel que tiene el hábito negativo de una mirada libidinosa, o una lengua llena de rumores, o un ego hinchado, se diría a sí mismo, “Me abstendré de violar la Ley de Dios hoy” y conscientemente evitará tales hábitos por un día. Al efectuar un experimento así con sinceridad y resolución, se puede dar cuenta de lo fácil que es la tarea. Debe ignorar a Satanás y las ideas negativas que magnifican esta pequeña tarea en su mente como si fuese algo difícil o casi imposible. Así, gradualmente, puede extender este período de experimentación y ver cuán fácil es desprenderse de un hábito negativo o adquirir un mérito positivo.

□ Paso 5: *Protegerse contra lo malo*: Una persona que lucha contra su propio ego debe concentrarse constantemente en sus intenciones. Si en cualquier momento la idea de violar las guías divinas se hace presente en su interior, debiese comprender que esta idea ha sido infundida en él por Satanás y sus aliados, que buscan disuadirlo de su buena resolución. Debe maldecirlos, buscar la protección compasiva de Dios, y desvanecer esas ideas de los territorios de su corazón. Debe responderle a Satanás que también él debe someterse a la condición que se ha impuesto en su propio ser de no ir en contra de la guía de Dios. Así, con la ayuda de Dios, Satanás será expulsado. Debe uno permanecer en este mismo estado mental hasta la noche - el momento para la auto-examinación y la evaluación de sus obras del día. Es el momento para darse cuenta si ha sido sincero con su Creador. Si ha sido fiel a Dios, debiese agradecerle a Él. Una persona así ha dado un paso hacia adelante en Su dirección y se ha convertido en un objeto de Su atención. Dios continuará ayudándole a continuar realizando todos sus deberes religiosos y del mundo, y alivianará el peso de la lucha al día siguiente. Y si la persona repite esta práctica muchas veces, se acostumbrará a los actos de piedad y de erradicación de rasgos negativos. La persona notará que no se requieren esfuerzos realmente incómodos, y la obediencia a Dios le dará un abundante placer espiritual. No lo permita Dios, si es que la persona sufre algún desliz, debe pedirle a Dios perdón, y sinceramente prometerle a Él que tendrá más cuidado en el futuro. El Dios Misericordioso abrirá de par en par las puertas de la gracia y la compasión para él, y lo guiará por el camino recto.

□ Paso 6: *Recuerdo*: Durante todo el viaje en la lucha contra el ego, uno debe recordar a Dios constantemente, así como las bendiciones que Él nos confiere. A cada paso, debe agradecer a Él por su ayuda, misericordia, y guía para cumplir sus intenciones. El grado de gratitud hacia Dios debiese aumentar a medida que logra un estadio más elevado en su lucha contra su propio ego. Debe darse cuenta que ha sido gracias a la ayuda de Dios y la respuesta a sus oraciones sinceras que ha conseguido expulsar a Satán y a sus aliados de su corazón y aprehendido los atributos humanos sublimes amados por Dios. [adaptación de Al-Khumayni, *Cuarenta Hadices*, c. 1, ‘*Jihad al-Nafs*’]

