



El ego se define como el exceso de autoestima, la condición que sutilmente, casi sin sentirlo, contribuye a vivir la soberbia, la prepotencia y la egolatría, e incrementa el riesgo de admitir la corrupción, la violencia e incluso el delito como formas aceptables de escalar en las jerarquías económica, política, familiar y conyugal. Avanza y se consolida mediante el autoengaño y la profecía autocumplidora. Sus beneficios son aparentes y sus costos terminan siendo incalculables, pues daña a la persona y a su entorno.

Su síntesis se encuentra en el egoísmo. Todo cambio en el contexto en que se vive, en especial cuando es súbito e inesperado, conlleva el riesgo de asumir el rol de 'la máquina del tren', 'la divina garza' o 'la vaca sagrada'. Una casa nueva, un aumento de sueldo, un círculo

social de mayor estatus, un nivel educativo superior, el 'premio mayor' o una pareja deslumbrante.

Pero como toda burbuja inflacionaria, el proceso de dejarse llevar por el ego tiene un punto de quiebre donde se produce la regresión y cuyas dos manifestaciones básicas son la explosión o el desinflado. En ambos sucesos la condición de vida se empobrece, pues no regresa a donde estaba sino que desciende por debajo del nivel inicial.

LA OPCIÓN ASERTIVA

El amor propio, como antídoto

La tentación del ego, de la falsa autoestima, es permanente y puede atrapar a cualquier ser humano: desde el niño que completó la misión en su juego de video hasta el adulto que obtiene el premio

to para el ego, es el mejor cimiento para el desarrollo integral de un ser humano. Se inaugura en el vínculo materno-filial, con los testimonios de ternura y confianza que recibe un bebé en la etapa inicial de su existencia y se consolida con la relación paterno-filial a partir del riesgo, de la presencia acompañante y del encuentro con las realidades externas: la Naturaleza y la sociedad. El hijo que da sus primeros pasos experimenta el cuidado materno que lo protege de tocar el suelo en una caída, y la atención paterna que lo invita a levantarse y a intentarlo nuevamente. La calidez

y la frialdad ponen al niño en contacto con su interior, lo enseñan a valorar sus recursos y talentos tanto físicos como mentales, y cultivan el afecto hacia sí mismo.

Lo egocéntrico, como momento en la construcción y afianzamiento de la autoestima, es un paréntesis donde la persona busca estar consigo, temporal y necesariamente. Así se muestra en la etapa intrauterina, en el juego en solitario del preescolar, el aislamiento adolescente, el espacio de la pareja, la entrega académica y laboral.

En la mayoría de los casos el pasaje fortalece al individuo y éste surge mejor calificado