



O EGO

O EGO – é um conjunto de todos os nossos defeitos psicológicos, também chamados de “eus” ou detalhes do ego. Apesar de ser de natureza inumana também é o que somos. Como a essência aprisionada dificilmente se expressa, quem atua em nós quase que na totalidade do tempo é o **“ego”**.

Os **“eus”** são como muitas pessoas vivendo dentro de nós, cada qual com suas próprias vontades, opiniões, desejos e pensamentos etc.

Cada uma dessas pessoas luta constantemente pela supremacia, para estar no comando da máquina humana.

Seria como se a máquina humana fosse um navio tripulado por muitas pessoas, as quais estão constantemente lutando entre si para ser o comandante e assim direcionar o navio para onde queira. Isso explica por que em algumas ocasiões mudamos de opinião sobre algo várias vezes, mesmo em um intervalo curto de tempo.

Existe em nós uma luta constante para dar sentido ao nosso próprio mundo de experiências, uma procura de explicações para nossos fenômenos internos, nossos comportamentos e sentimentos. Para satisfazer essa busca, evitando a angústia e mantendo o autorrespeito, criamos *“explicações”* altamente racionais para fatores emocionais e motivacionais, para justificar nosso **“eu”** (ego); buscamos *“boas razões”*, ainda que falsas, para nossas atitudes e fracassos.

Tal acomodação ao conflito é o que chamamos de racionalização.

São exemplos de racionalização: um rapaz que viaja de graça em um ônibus e busca várias justificativas para seu ato como *“a passagem é muito cara”*, *“a empresa já tem muito dinheiro”*, *“eu pago passagem todo dia, um dia a menos não vai fazer diferença”*, *“o ônibus está lotado, não vou passar pela borboleta, vou ficar aqui mesmo”*; outro exemplo seria um aluno que, não conseguindo responder a uma questão, diz *“isso não é interessante de saber mesmo”*, *“não respondi porque não tive tempo de estudar, pois lá em casa fazem muito barulho”*; outro exemplo ainda é alguém que não consegue algo que deseja e logo se justifica dizendo que, na verdade, não queria aquilo; ou um rapaz que foi dispensado por uma garota, da qual estava a fim, logo diz *“ela nem era tão boa assim, era até feia, não sei como fui gostar dela”*.

Não há nada de divino ou superior no ego como muitos acreditam. Sem sombra de dúvida o ego é a causa de nossos sofrimentos e limitações.

Felizmente **o ego pode ser eliminado de nós e por nós mesmos**, de forma voluntária e consciente.