

2. Libérate de la necesidad de ganar

- Al ego le encanta dividirnos entre ganadores y perdedores.
- Es imposible ganar todo el tiempo.
- Siempre habrá alguien más rápido, más joven, más fuerte, mas listo y con más suerte que tú.
- Tú no eres tus victorias.

3. Libérate de la necesidad de tener razón

- Olvidarse de esto es como decide a tu ego: “No soy tu esclavo”.
- Pregúntate: “¿Quiero ser feliz o tener razón?”.

4. Libérate de la necesidad de ser superior

- La verdadera nobleza no tiene nada que ver con ser mejor que los demás.
- Se trata de ser mejor de lo que eras antes.
- Céntrate en tu crecimiento.

5. Libérate de la necesidad de tener más

- Por mucho que logres y adquieras tu ego insistirá en que no es suficiente.

6. Libérate de la necesidad de identificarte con tus logros

- Cuando te apegas a esos logros y crees que lo estás consiguiendo tu sólo es cuando abandonas la paz.

7. Libérate de tu fama

- La fama que tienes no está localizada en ti sino en la mente de los demás. Por consiguiente, no ejerces ningún control sobre ella.
- Si te preocupas demasiado por cómo te van a percibir las personas te habrás desconectado de la verdadera intención.

Así funciona el ego.

Fuentes: *J.L. Lorda*, Virtudes; *Wayner Dyer*, El poder de la Intención.

Una manifestación de inteligencia: la humildad



Colección +breve
Más títulos en masclaro.org/+breve



La diferencia más notable entre las virtudes cristianas y las paganas está precisamente en la humildad.

Durante siglos, también cuando se extendió el cristianismo, en las escuelas se explicaban los grandes gestos de la Ilíada y de la Odisea, y servían como pautas de comportamiento.

Todo chico o chica bien educados aspiraban a alcanzar en su ciudad la gloria de convertirse en ejemplo para las generaciones posteriores. No era fácil convertir toda la vida en algo glorioso. Pero esperaban ser heroicos por lo menos en algunos momentos.

El triunfo personal

La humildad consiste en moderar y poner orden en el amor que tenemos por nosotros mismos y, especialmente, por nuestro triunfo personal.

El amor a nosotros mismos es un amor natural y legítimo, pero también necesita orden y moderación, porque no se puede poner siempre por encima de otros amores.

No se puede querer bien al esposo, a la esposa, a los hijos o a los padres, si uno no renuncia a buscarse a sí mismo en todo lo que hace; si no está dispuesto a ceder algo de sí mismo y a perder algo de sí mismo: de su tiempo, de sus posibilidades, de sus gustos. Tampoco se puede tratar a Dios como merece.

En contraste con ese ideal, Cristo dijo a sus discípulos: «aprended de mí que soy manso y humilde de corazón». Era una invitación en sentido contrario, al olvido de sí, a no tener como objetivo personal ser conocido o sobresalir

El amor de Dios y el verdadero amor a los demás exigen entrega personal: es decir, no buscarse a sí mismo, sino exactamente lo contrario: dar algo de sí mismo

El amor necesita humildad

Así que el amor necesita humildad, mucha humildad. La soberbia o el amor propio es el principal enemigo de cualquier amor a los demás. Por eso, en la moral cristiana, que es una moral fundada en dos mandamientos del amor, amar a Dios sobre todas las cosas; y al prójimo como a uno mismo, la humildad ocupa un lugar tan importante.

El verdadero amor a Dios y a los demás ayuda a ser humildes; y la verdadera humildad hace muy fácil amar, porque permite apreciar y enamorarse de lo buenos que son Dios y los demás.

Olvidarse de si mismo

Humildad no es odiarse a sí mismo, ni despreciarse a sí mismo. Sino, sencillamente, olvidarse de sí mismo: vivir pendientes de lo que Dios quiere y de lo que los demás necesitan.

En el fondo, es bastante liberador, porque el excesivo amor a uno mismo crea una atmósfera asfixiante, nos mete en los estrechos márgenes del propio yo; no deja sitio para respirar grandeza, y nos llena de frustraciones, manías y recelos.

Siete puntos para vencer el dominio del ego

1. No te sientas ofendido

- Lo que te ofende sólo contribuye a debilitarte.
- Si buscas ocasiones para sentirte ofendido, las encontrarás cada dos por tres.

Lo más importante es el amor, pero necesita humildad. Las dos cosas se ayudan. El orgullo, en cambio, se centra solo en lo bueno que es uno mismo

Uno puede tener aficiones, gustos, intereses, pero los quiere orientar al servicio de los demás