

Egocentrismo

Observando la condición humana, con sus zonas positivas y negativas, puedo decir que existen tres virtudes madre, que son la bondad, inteligencia y fortaleza. Sin éstas, no podemos pensar en las demás, como amistad, nobleza, valentía, sinceridad, altruismo, responsabilidad, humildad, justicia, etc. Del lado oscuro, los defectos humanos tienen un solo padre, el egocentrismo. De esta condición surgen dos ramales, uno es la vanidad el exhibicionismo, narcisismo y la otra rama va al orgullo, soberbia y manipulación. De la unión de estos dos ramales surgen vicios y defectos como cobardía, envidia, hipocresía, crueldad, tiranía, violencia, falsedad, delincuencia, etc. Solo hay que quitar la palabra egocentrismo para darnos cuenta que todas estas definiciones desaparecen. Vamos a explicarlo.

La idea que se tiene de un defecto no es correcta, un defecto no es nada, es un vacío, un hueco donde debiera haber una virtud, por lo que cobardía, es el hueco donde tendría que estar la valentía, la falsedad es la ausencia de sinceridad, la crueldad, la falta de bondad.

Un egocéntrico no tiene que poseer tal cantidad de lacras, no es todo blanco o negro, sino toda una gama de matices.

Tal y como indica el nombre, la persona egocéntrica cree que el mundo gira a su alrededor o mejor aún, se erige en instrumento de medida para comprender su entorno, grave error. La definición latina de ego es yo, la idea que el individuo tiene de sí mismo. Para mayor claridad podría decir que el egocéntrico entiende su entorno e incluso a sí mismo de manera indirecta, a través de un filtro que es su Yo. Estarán de acuerdo conmigo, que si ese Yo fuese perfecto, su visión también lo sería y que cuanto más grande sea ese YO, más denso será el filtro, aumentando el error de las impresiones recibidas y las propias internas.

De acuerdo a estadísticas llevados a cabo por buenos profesionales de la psicología, filosofía, sociología y también, contando con las enseñanzas de grandes hombres religiosos, nos encontramos con que, más o menos, de cada 1000 personas, una se conoce a sí misma y de las 999 restantes, el 90% se ha fabricado una imagen de sí mismo que excede su competencia. En suma, un caldo de cultivo excelente para el egocentrismo.

El egocentrismo es lo más terrible que le puede suceder a la persona, para verlo con mayor claridad, en vez de mencionar lo que es, diré lo que no es, humildad, empatía, amor, justicia, sencillez, inteligencia y fortaleza. Si ahora reconocemos que el sentido de la vida es mejorar como persona, que alguien carezca de estas virtudes o que las posea en poca cantidad, es algo terrible, un freno al progreso psicológico y espiritual.

Psicología de la persona egocéntrica.

Ya hemos visto que la persona egocéntrica falla en lo fundamental para su propio desarrollo psicológico. No es bondadoso aunque trabaje para mil ONGs, porque lo hace para seguir alimentando a su hijo querido, el Ego. Cada bien que realiza en sus semejantes, es por la

satisfacción que le produce equipararse con los demás y salir bien parado, porque ese es otro de sus defectos, la envidia. Se pasa la vida queriendo conocerse a través de la imagen que manda a los demás y la que éstos le devuelven y como en este trasunto no le salen las cuentas claras, ya que la gente ve de ellos lo que el propio egocéntrico no ve, se enemista con los demás.

El egocéntrico tiene poca sabiduría, por eso lesiona lo mejor que tiene en la vida, el aprendizaje. Como no pregunta, por creer que esto le rebaja, tampoco obtiene respuestas.

La verdad no se puede manipular, por eso, el egocéntrico, aunque lo intente no logra convencerse de estar tan alto como se ha subido, de otro lado, esto le trae problemas con otras personas que no están dispuestas a darle un trato de excelencia.

En el budismo zen japonés, se compara a una persona orgullosa con un jarro lleno de aire que se niega a marcharse del recipiente, imposibilitando que el conocimiento entre en su interior. Eso es el Ego, aire que solo sirve para obstaculizar y lo más patético, es que las personas egocéntricas, cuando sienten su querido Ego amenazado, se revuelven ofendidas, ya que no admiten la más mínima crítica.

Lo más importante de las personas orgullosas, es mimar su Ego, por ese motivo su capacidad de hacer una valoración psicológica de otra persona, es nula, ya que no pueden colocarse en el puesto de otro, es contra natura a su manera de ser.

El hecho de enjuiciar el entorno de acuerdo a su regla de medida, que no es otra que la dictaminada por su Ego, les convierte en ciegos y sordos, ya que solo ven y oyen lo que les interesa.

El ególatra con el fin de seguirse amando a sí mismo y de paso ser instrumento de medida para todos los demás, no le queda otro remedio que fabricarse un escalímetro, es decir una regla con varios tipos de medida y según conveniencia, así aplica una u otra. Es curioso que a los egocéntricos no le choque cambiar de actitud según necesidad y a la vista de todos, menos a la suya, lo cual demuestra que de una forma u otra, el orgulloso, tiene algo de hipócrita.

Dije al principio que lo humano tanto en virtudes o su ausencia es un continuo que va de un egocentrismo puro a su carencia. En el extremo negativo tendríamos a todos los psicópatas, delincuentes, estafadores, etc y del otro filántropos, sabios y santos.

Hasta aquí he descrito de manera analítica lo que es un egocéntrico, vamos ahora a echarle un vistazo sintético.

En síntesis, un egocéntrico es una persona ridícula, ha creado una imagen de sí mismo falsa que le impide ver y aprender y de paso se pelea con quien intenta mostrarle la verdad.

Veamos ahora de que manera se puede reconocer a un egocéntrico sin llegar a tener trato con él.

- Exclamaciones como ¡Qué calor hace aquí!. Sin importarle lo más mínimo que los presentes estén bien abrigados, a fin de cuentas, el o ella son el termómetro.
- En un atasco piensan: ¿Cómo me ha podido suceder esto a mí?.
- Frases como: Con todo lo que hice por ti y a sí me lo pagas.
- Utilización abundante de Yo y Mi en las conversaciones y muy acentuado.

- Son incapaces de contar un suceso despersonalizado, todo empieza o acaba haciendo referencia a ellos.
- Exhibirse, ya sea con ropa, posturas o de cualquier manera, el caso es no pasar inadvertidos.
- Utilizar cualquier conversación para dirigirla hacia algo importante de sus vidas, aunque esté fuera de lugar.
- Hablar bien de su familia ocultando de manera premeditada los aspectos negativos, a fin de cuentas, su familia es prolongación suya.
- Ser capaces de opinar de cualquier tema, aunque lo desconozcan.
- Si alguna persona le hizo un mal, usando una metáfora veremos que si al egocéntrico le rompieron un vaso, el le romperá dos, en cuanto pueda, a fin de cuentas, su vaso era suyo y como tal, valía el doble que el de la otra persona.
- De forma taimada, cuando necesita contar a los demás algo importante que haya logrado algún miembro de su progenie o él mismo, preguntará a todo conocido que se encuentre por la correspondiente familia, esperando que al devolverle por educación la pregunta, pueda, dejar caer lo que está deseando.
- Cuando alaba a alguien es porque sabe que eso mismo lo hace él mejor, pero, cuando critica, que es lo más habitual, está mostrando sin saberlo, todo lo que otras personas pueden hacer mejor que él.

Método para eliminar el Ego.

1º- **Reconocimiento.** Esta primera etapa es la más difícil para una persona egocéntrica, aceptar los propios errores no les resulta fácil.

2º- **Elección** del método más apropiado, en este caso mantenerse alerta a la propia conducta, de tal manera que se pueda detectar la aparición del Ego y luchar contra él.

3º- La **decisión** de llevar a buen término lo pactado con nosotros mismos.

Conviene saber que la eliminación del Ego supone un esfuerzo y dedicación de por vida, ya que la mayoría de la humanidad, en mayor o menor proporción, padece de este mal espiritual. A esto se añade que el ego, alimentado por la propia vanidad y orgullo, no se deja aniquilar fácilmente, de hecho es bastante difícil, es un monstruo con mil cabezas, eliminada una, asoma por otra parte, pero, si disponemos de tesón y ganas de progresar, aunque sea poco a poco, iremos ganándole terreno. Las ventajas de esta lucha son definitivas, nos acercan cada vez a nuestro destino, que no es otro que un aumento de sabiduría y santidad. ¿Acaso hay algo mejor?.

Adolfo Cabañero
psicopedagogo