

**Aprende  
a callar  
tu EGO**



# ¿Cómo podemos saber si tenemos un problema de EGO?

- x** Si estás sólo centrado en ti mismo
- x** Si tienes una opinión sobre todo
- x** Cuando te corrigen y te enojas
- x** Si quieres llevarte siempre la ganancia
- x** Yo yo yo yo
- x** El no pedir feedback
- x** El creer que siempre tienes la razón
- x** Hablar lo primero que nos viene a la cabeza
- x** Te ofendes y sólo cuando estás bien, estás bien con los demás
- x** El no ofrecer perdón, disculpas, permiso, nunca decir gracias
- x** Atropellar a todos con tu lenguaje

# ¿Qué busca el EGO?

- x** Hacerte creer lo que nunca has sido
- x** Vivir para otros
- x** Recordarte cuando no pudiste, cuando no supiste
- x** Que olvides tus triunfos
- x** Dejarte siempre en el pasado
- x** Saciarse de placer
- x** Que nunca sostengas procesos
- x** Que mientas, que engañes
- x** Vivir de las apariencias

***Lo que el ego te da, el ego te lo quita***

El ego es una construcción mental tóxica tan poderosa, que puede cambiar tu escala de valores y pone delante de tu felicidad una vida absurda, no buscada.

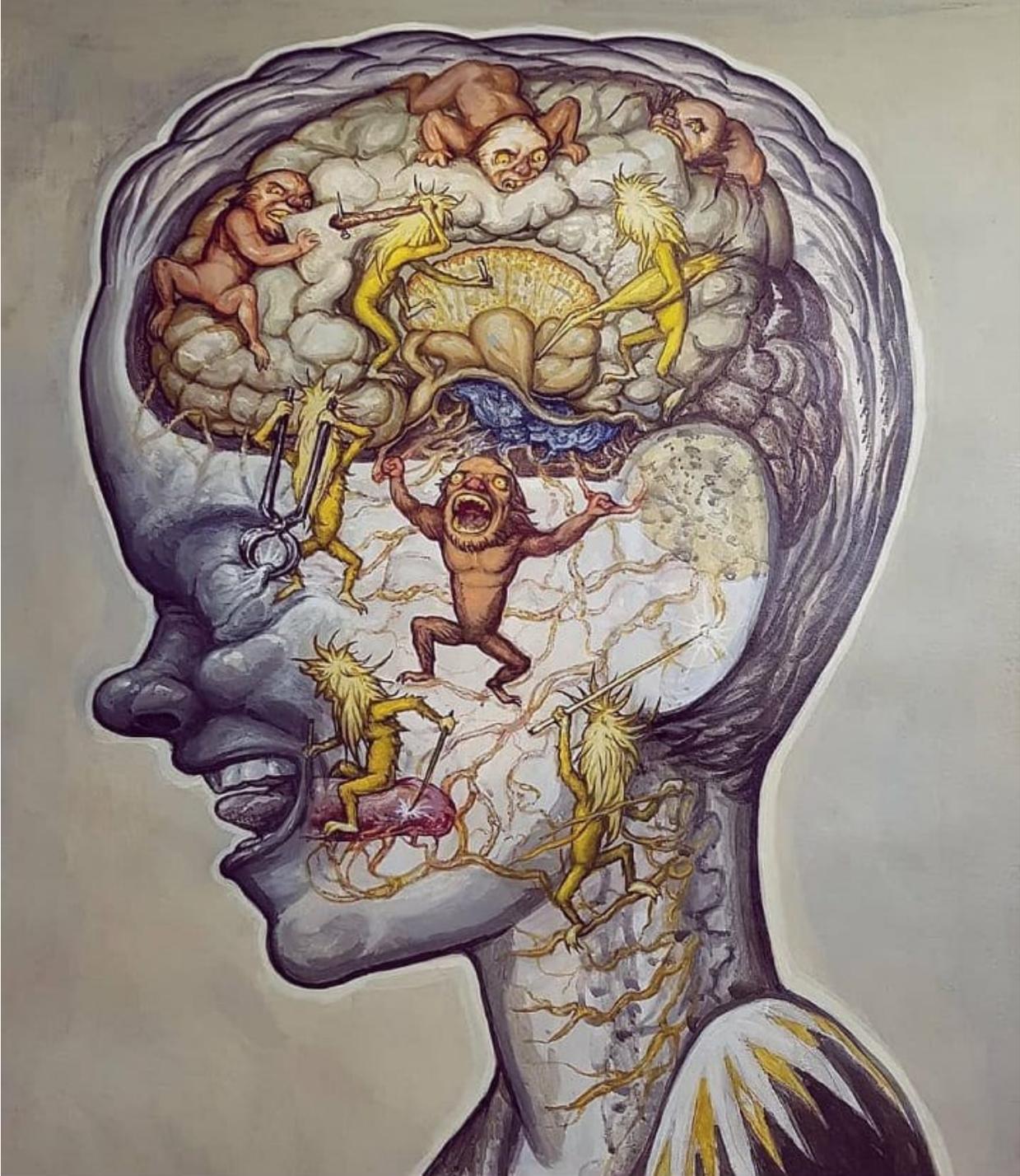


# 2 preguntas...

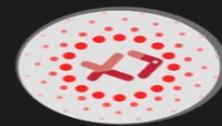
¿Dónde habita  
el EGO? **\_\_\_ EN EL PENSAMIENTO \_\_\_**

¿Dónde habita  
el SER? **\_\_\_ EN EL LENGUAJE \_\_\_**





**HAY QUIENES SE INFLAN COMO UN GLOBO  
DE HELIO CON UN TITULO, UN CARGO  
UN APELLIDO, O COSAS MATERIALES Y  
SE OLVIDAN QUE VIVIMOS EN UN MUNDO  
LLENO DE ALFILERES.**



# **EL EGO *OBJETIVO***

EL EGO + LOS VALORES + LA AUTOESTIMA

**EQUILIBRIO**

# E L E G O

12 pasos para eliminar la Identificación  
con el Ego según Eckhart Tolle

