

Artigo de Opinião

As opiniões expressas neste artigo são da exclusiva responsabilidade do seu autor e não representam necessariamente a opinião da ICF Portugal.

O Ego pode realmente ser abandonado?

Cristina Madeira

O conceito *egoless* aparece no meu vocabulário durante o processo de Certificação como Coach. Este conceito visa transmitir a mensagem de que o ego do Coach se ausenta enquanto se está ao serviço do Coachee. Tudo isto faz sentido, como também começa a ser questionado durante a minha fase interminável de autoconhecimento. E se o Coachee necessitar de um processo para elevar e fazer engordar o seu ego?

Pode parecer um paradoxo o que vem aí. Por um lado, poderá realmente o ego do Coach ser abandonado para estar ao serviço de outro ego? Por outro, até que ponto, de forma “inconsciente” pode o Coach *egoless* interferir nesta parceria, fazendo com que o ego do Coachee seja pouco nutrido?

Estas questões são deveras interessantes e desafiantes. Sendo este um artigo de opinião, pois aqui fica a minha.

Antes de abandonar o ego, não precisaremos de o TER?

Antes de o abandonar não precisaremos de o NUTRIR?

Segundo a filosofia do Coaching, enquanto o ego está presente, a verdadeira natureza permanece desconhecida. Se fazemos isto com o Coachee, devemos também preparar o terreno onde a nossa identidade só deve ser “colhida” quando estiver madura. Um fruto verde, nutre com deficit de vitaminas. Também nós Coaches, devemos questionar a nossa (i)maturidade.

Como é que descobrimos a nossa verdadeira natureza, se num processo prévio abandonámos um ego verde? Abandonar um ego imaturo pode interferir nos diversos processos, porque, em todos eles lidamos com estados de egos.

Qualquer que seja o esforço em eliminar um ego imaturo, o resultado é certamente um redundante falhanço. O ego deve crescer até cima, deve ser forte, deve atingir a integridade. Só podemos abandonar o que possuímos.

Atingir a real essência assume-se como qualidade própria da verdadeira ignorância. O autoconhecimento surge em forma de desconhecimento que resulta em crescimento. A sabedoria interior, resultante de inúmeras experiências pessoais permite um estado de ignorância típica dos sábios e uma porta aberta para o verdadeiro entendimento.

Nascemos seres autênticos e curiosamente desde crianças aprendemos a ser *egoístas* para nos defendermos dos revezes da vida, para conseguirmos ter sucesso, para saber competir. Só assim estamos prontos para o mundo. Depositam em nós todas as esperanças. A vida espera por nós, onde não temos espaço para sermos simples, já que desta forma somos vistos como simplórios inúteis. Nesta fase de vida, a simplicidade não é um desafio à altura do ego.

O ego é uma forma de sobrevivência.

Enquanto se joga com o ego, vai-se adiando a essência, vai-se adiando a vida. O passado já não existe e o futuro ainda não foi. O presente é complexo e superficial.

Alguém nos ensina a ser *egoísta* para um dia abandonarmos o ego. Chega o dia e que este surge como uma espécie de doença.

Chega o dia em que o ego é a origem de conflitos, de conversações inúteis, de medos, de falhas e sentimentos que limitam o bem-estar. O ego fala mais alto e a necessidade de ter razão na comparação é um jogo onde se vão ampliando as sombras.

Da mesma forma que o *egoísmo* nos permite sobreviver, também o abandono do ego nos faz falta para atingirmos um estado de integridade e maturidade. Percebemos que não temos que ser o centro da existência quando se consegue atingir este estágio de identidade única, o equilíbrio pleno de autenticidade e simplicidade.

Mas a vida não pára à nossa volta, onde nem todas as pessoas mudam como nós. E se um dia somos de novo confrontados com a nossa natureza, que foi vencida pelo ego, no dia em que precisamos de poder para sobreviver?

Se voltamos a precisar do ego, será que algum dia o abandonámos na realidade?

Se a existência não tem centro, se esta se assume como íntegra e destituída de um ponto controlador, estamos a contribuir para uma sociedade destituída de controlo ou pelo contrário, estamos a moldar um mundo onde não existem periferias?

Ao afirmarmos que somos *egoless*, não será esta uma pretensão do ego ao tentarmos provar que o somos.

Sobre a autora:



Cristina Madeira é Coach Executiva (2008) e Team Coach (2014) formada pela ICF, Practitioner em PNL (2007) pela Iluminatta Brasil, Certificada em e Constelações Organizacionais (2008) por Cecilio Regojo.

Com 16 anos de experiência na indústria da Hospitalidade de Luxo, passou por diferentes posições de Direcção e Gestão como sendo Alojamentos, Eventos, Vendas & Marketing e Formação.

Contactos: www.cristinamadeira.com

Com vasta experiência internacional, trabalhou em distintas cidades de EUA, Canada e UK, tendo sido também responsável de formação da maior cadeia a de Hotelaria de Luxo.

Desde 2004, ajuda organizações a atingir elevadas performances através da implementação de projectos como consultora sénior, como formadora e como Coach Executiva e de Equipas (Portugal, Brasil e Angola).

Licenciada em Direcção e Gestão Hoteleira pela EHSTE, Pós Graduada em Gestão Hoteleira (ISLA). Com formação Avançada de Desenvolvimento Pessoal e Profissional (Universidade Católica de Lisboa).

Oradora convidada por diversas Universidades e pelo Turismo de Portugal para debater temas sobre liderança, gestão das gerações no mercado de trabalho e coaching.

Adora dançar, estar perto do mar, ler e escrever. As pessoas são a sua inspiração.